

PENGANTAR PSIKOLOGI ISLAM

Oleh : Ema Yudiani*

Abstrak : Tulisan ini memaparkan sekilas mengenai sejarah perkembangan psikologi islam yang penjelasannya dimulai dengan menceritakan sejarah psikologi kontemporer. Selanjutnya juga dijelaskan alasan-alasan munculnya psikologi islam, definisi dan ruang lingkup psikologi islam, serta metode-metode yang dapat digunakan untuk pengembangan keilmuan psikologi islam. dengan adanya tulisan ini diharapkan dapat memicu para ilmuan psikologi untuk mengembangkan psikologi islam sebagai sebuah ilmu yang establish seperti psikologi kontemporer.

Kata kunci : Sejarah, Psikologi Kontemporer, Psikologi Islam

I. SEJARAH

A. Psikologi Kontemporer

1. **P**eriodo Spekulatif. Pada Periode ini psikologi didefinisikan sebagai studi tentang jiwa (*psyche*) yang membahas kesadaran dan proses mental yang berkaitan dengan jiwa.
Tokoh : Plato (427-374 SM), Aristoteles (384-322 SM)
Metode : Filsafat
Pada periode ini psikologi bernuansa filosofis, sebab penekanannya adalah pada konsep jiwa. Ilmuan psikologi disini berperan untuk merumuskan hakikat jiwa yang proses pengaliannya didasarkan pada pendekatan spekulatif. Psikologi seakan-akan masih menjadi bagian dari disiplin

* Dosen Tetap Fakultas ushuluddin dan Pemikiran Islam IAIN Raden Fatah Palembang

filsafat, yang salah satu cabang kajiannya adalah membahas hakikat jiwa.

2. Periode Pemisahan dari Filsafat. Pada periode ini psikologi didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan tentang kehidupan mental seperti pikiran, perhatian, persepsi, intelegensi, intelegensi, kemauan dan ingatan.

Tokoh : William Wund (1832 - 1930)

Metode : Instrospeksi

Pada periode ini dicoba untuk memisahkan psikologi dari filsafat, dimana psikologi memfokuskan kajiannya pada kehidupan mental, seperti pikiran, perhatian, persepsi, intelegensi, kemauan dan ingatan. Namun pemisahan ini masih belum sempurna, sehingga masih ada percampuran antara filsafat dengan psikologi.

3. Periode Empiris & Eksperimental. Pada periode ini psikologi didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan tentang perilaku organism, seperti perilaku kucing terhadap tikus, perilaku manusia terhadap sesamanya dan sebagainya.

Tokoh : Jhon Watson (1878 – 1978), Sigmund Freud (1856 – 1939), Ivan Pavlov (1849 – 1936) dan (1908 – 1970)

Metode: Eksperimen

Definisi yang dianut pada periode inilah yang bertahan hingga hari ini, dimana psikologi sudah berupa suatu ilmu yang mandiri dan terpisah sama sekali dari filsafat. Fokus kajian psikologipun beralih dari yang awalnya membahas hakikat jiwa dan kehidupan mental menjadi gejala-gejala jiwa yang diketahui melalui mengkaji perilaku saja.

B. Psikologi Islam

1. Periode Klasik

Psikologi Islam sebenarnya telah dimulai sejak Islam ada, sejak jaman Nabi Muhammad SAW masih hidup. Namun pada perkembangannya kajian mengenai jiwa (*nafs*) terpecah menjadi dua kelompok utama:

- a. Kelompok pertama, periode ini berlangsung dari zaman kenabian hingga Daulah Umayyah, mereka adalah generasi

ulama awal yang membahas jiwa (*nafs*) semata-mata bersumber dari Al-Qur'an dan hadist. Selanjutnya kajian kelompok ini berkembang menjadi Ilmu kalam dan tasawuf. Salah seorang tokoh yang terkenal dari kelompok ini adalah Imam Ghazali.

- b. Kelompok kedua muncul pada periode kekuasaan Daulah Abbasyiah, mereka melakukan gerakan penterjemahan, mengomentari, memperkaya filsafat Yunani. Selain Al-Qur'an dan Hadist, kelompok ini juga memanfaatkan filsafat Yunani yang telah direvitalisasi sebagai landasan mengkaji jiwa. Salah seorang tokoh yang mewakili mereka adalah Ibnu Rusyd. Selanjutnya kajian mereka berkembang menjadi filsafat Islam.

Jadi, dalam kurun waktu kurang lebih 7 (tujuh) abad, dalam dunia Islam, jiwa dibahas dalam kajian yang bersifat sufistik dan filosofis. Setelah dunia Islam meredup dan digantikan oleh dominannya budaya sekuler barat, kajian jiwa secara Islamipun mengalami kemunduran, sementara itu kajian psikologi kontemporer berkembang pesat hingga sekarang.

2. Periode Modern

Berawal sejak tahun 1950-an di Amerika muncul gerakan Psikologi Islam. Gerakan ini muncul karena dorongan adanya tuntutan nyata untuk mengatasi krisis yang dihadapi umat manusia. Gerakan ini terus berlanjut dan psikologi Islam terus mendapatkan perhatian hingga pada tahun 1978 diadakan *Symposium on Pshichology and Islam* di Riyadh, Arab Saudi. Bahkan, *the International Institute of Islamic Thought* (ITT), yang merupakan sebuah lembaga kajian yang berpusat di Washington Amerika yang mengkhususkan diri dalam Islamisasi ilmu, dalam konfrensinya di Pakistan pada tahun 1985 secara khusus merekomendasikan untuk menggali gagasan-gagasan psikologi yang terkandung dalam Al-Qur'an.

Di Indonesia, perhatian pada psikologi Islam juga dapat ditandai dengan terbitnya jurnal *Pemikiran Psikologi Islam KALAM* di Universitas Gajah Mada, Simposium Nasional Psikologi Islami di Universitas Muhammadiyah Surakarta

(1996). Diterbitkannya sejumlah buku yang bernuansa psikologi Islam serta dilakukan dan dilaporkannya beberapa penelitian bertema psikologi Islam. Dibukanya fakultas dan jurusan psikologi di lingkungan IAIN dan Perguruan Tinggi Agama Islam Swasta.

II. KENAPA HARUS ADA PSIKOLOGI ISLAM ?

- A. Psikologi kontemporer dalam perkembangannya dianggap mengalami distorsi yang fundamental, psikologi yang seharusnya membicarakan konsep jiwa, namun ternyata tidak mau tahu dengan hakikat jiwa. Serta keberatan akan praktek melandaskan kajian perilaku manusia pada hasil penelitian terhadap perilaku hewan, sehingga seolah-olah psikologi mempelajari yang "tidak berjiwa" (Mudjib & Muzakir, 2002).
- B. Ketidak puasan akan teori-teori psikologi kontemporer (Hartati dkk, 2004) dan kesadaran ilmuan psikologis muslim bahwa ketika mereka mengkaji psikologi, mereka merasa sebagai seorang muslim yang berprofesi sebagai ilmuan psikologi, bukan seorang ilmuan psikologi yang kebetulan beragama Islam. Sehingga pandangan psikologipun akhirnya dipandang dengan kritis terutama yang berhubungan dengan pandangan aliran *behaviourisme* dan *psikoanalisa* karena hakikat kedua aliran ini dianggap merendahkan derajat manusia sebagai khalifah Allah di muka bumi (Prof. Zakiah Daradjat dalam Mubarok, 2002) dan aliran humanisme justru dianggap terlalu memandang manusia terlalu sempurna sehingga seolah-olah bisa bermain-main sebagai Tuhan (*play a god*), sebagai penentu tunggal akan kehidupannya.
- C. Latar belakang kebudayaan dan karakteristik masyarakat dianggap penting untuk dipertimbangkan. Teori yang dikembangkan di suatu daerah dengan budaya serta karakteristik masyarakat tertentu kadangkala tidak sesuai untuk diaplikasikan di daerah lain dengan karakteristik masyarakat dan budaya yang berbeda (*cultural effect/bias*). Psikologi kontemporer yang umumnya dibangun oleh ilmuan psikologi Amerika dan Eropa Barat dianggap kurang sesuai dengan kondisi masyarakat Indonesia yang berlandaskan kebudayaan timur dan sebagian besar juga muslim. Alasan ini

jugalah yang menyebabkan Rusia menolak menggunakan ilmu psikologi kontemporer dan lebih memilih untuk mengembangkan ilmu psikologi sendiri dengan penelitian-penelitian mereka sendiri sebagaimana yang telah dirintis oleh Ivan Pavlov di masa lalu.

Karena alasan-alasan diatas akhirnya banyaklah ilmuan psikologi muslim yang tergerak untuk mengembangkan psikologi alternatif sebagai aliran baru dalam dunia psikologi, yaitu psikologi Islam. Mereka meyakini bahwa islam telah memberikan pedoman yang lengkap dan sempurna bagi manusia, termasuk untuk urusan psikologis.

III. APA ITU PSIKOLOGI ISLAM ?

A. Definisi

Berikut beberapa alternatif definisi tentang psikologi islam/i (Prof Zakiah Daradjat dalam Mubarak, 2002) :

1. Psikologi Islam adalah ilmu yang berbicara tentang manusia, terutama kepribadian manusia yang bersifat filsafat, teori, metodologi dan pendekatan problem dengan didasari sumber-sumber formal Islam (Al-Qur'an dan Hadist), akal, indera dan intuisi.
2. Psikologi Islami merupakan konsep psikologi modern yang telah mengalami filterisasi dan di dalamnya terdapat wawasan Islam .
3. Psikologi Islami ialah perspektif Islam terhadap psikologi modern dengan membuang konsep-konsep yang tidak sesuai atau bertentangan dengan Islam.
4. Psikologi Islami adalah ilmu tentang manusia yang kerangka konsepnya benar-benar dibangun dengan semangat Islam dan berdasarkan sumber formal (Al-Qur'an dan Hadist), yang dibangun dengan memnuhi syarat-syarat ilmiah.
5. Psikologi Islam adalah corak psikologi berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam, yang mempelajari keunikan dan pola perilaku manusia sebagai ungkapan interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar dan alam keruhanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan.

Sementara itu, Mujib & Muzakir (2002) menawarkan definisi sebagai berikut: "*Kajian islam yang berhubungan dengan aspek-aspek dan perilaku kejiwaan manusia, agar secara sadar ia dapat membentuk kualitas diri yang lebih sempurna dan mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat*"

Definisi yang diajukan di atas mengandung tiga unsur pokok;

1. Bahwa psikologi merupakan salah satu dari kajian-kajian masalah-masalah keislaman. Ia memiliki kedudukan yang sama dengan disiplin ilmu yang lain, seperti Ekonomi Islam, Politik Islam, Sosiologi Islam, dan lain-lain. Penempatan kata "Islam" berarti corak, cara pandang, pola pikir, paradigma atau aliran. Artinya, psikologi yang dibangun bercorak atau memiliki pola piker sebagaimana yang berlaku pada tradisi keilmuan dalam islam, sehingga dapat membentuk aliran tersendiri yang unik dan berbeda dengan psikologi kontemporer pada umumnya, yang terikat pada kerangka ontologi (hakikat jiwa), epistemologi (bagaimana cara mempelajari jiwa), dan aksiologi (tujuan mempelajari jiwa) dalam islam.
2. Bahwa psikologi Islam membicarakan aspek-aspek dan perilaku kejiwaan manusia, tidak hanya mengkaji perilaku kejiwaan, Psikologi Islam juga membicarakan apa hakikat jiwa sesungguhnya.
3. Bahwa Psikologi Islam bukanlah ilmu yang netral etik (terlepas dari etika) melainkan sarat akan nilai etik. Karena tujuan hakiki Psikologi Islam adalah merangsang kesadaran diri agar mampu membentuk kualitas diri yang lebih sempurna untuk mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

B. Ruang Lingkup

Menurut Prof. Zakiah Daradjat, yang membedakan psikologi kontemporer dengan Psikologi Islam adalah dalam rumusan konsep manusia dan dalam pendekatannya. Psikologi kontemporer semata-mata menggunakan kemampuan intelektual untuk menemukan dan mengungkapkan asas-asas kejiwaan, sementara psikologi Islam mendekatinya dengan memfungsikan akal dan keimanan sekaligus.

Lebih lanjut menurut beliau, jika ruang lingkup psikologi kontemporer terbatas pada tiga dimensi, yaitu; dimensi fisik-biologi, dimensi kejiwaan dan sosiokultural. Sementara itu Psikologi Islam juga mencakup dimensi kerohanian, dimensi spiritual, suatu wilayah yang menjadi tantangan dan tidak pernah disentuh oleh psikologi kontemporer karena perbedaan landasan. Disinilah psikologi Islam akan bertemu dengan tasawuf nantinya.

C. Metode

Sebagaimana perbedaan pengkajian jiwa dimasa kejayaan Islam seperti yang telah diterangkan diatas, dalam membangun Psikologi Islampun sikap para pengembang terhadap pengembangan Psikologi Islam terpecah menjadi dua kelompok besar yaitu:

1. Kelompok yang berusaha mengangkat pesan besar Allah kedalam pemikiran psikologi, dalam artian bahwa mereka bercita-cita untuk membangun Psikologi Islam benar-benar dari Al-Qur'an dan Hadist maupun penafsiran ulama tentang kedua sumber tersebut. Mereka memiliki alasan yang kuat, menurut mereka tidak ada satupun persoalan yang terlepas dari ajaran Islam, jadi semua urusan dan persoalan haruslah berpulang kepada dua pusaka yang dipertaruhkan oleh Rasulullah SAW yaitu Al-Qur'an dan Sunnah.
2. Kelompok yang menghendaki keterbukaan terhadap pandangan hidup dan kehidupan non-muslim. Kelompok ini berusaha untuk mengadopsi konsep-konsep psikologi non-islami ke dalam pemikiran Psikologi Islam. Kelompok ini juga memiliki alasan yang kuat untuk pendiriannya, menurut mereka, bahkan Rasulullah SAW pun berkata bahwa: "*Hikmah (ilmu, pemahaman, kebijaksanaan) itu merupakan barang yang hilang, jika ditemukan darimana saja datangnya maka ia berhak memilikinya*". Mereka melandaskan legalitas pendekatan pengadopsian pemikiran psikologi non-islami, dengan catatan bahwa pemikiran yang diadopsi tersebut mengandung kebenaran.

Terdapat beberapa alternatif metode yang bisa digunakan untuk membangun Psikologi Islam yaitu (Mujib & Mudzakir, 2002):

1. Metode Pragmatis adalah metode pengkajian dan pengembangan psikologi Islam yang lebih mengutamakan aspek praktis dan

kegunaannya. Maksudnya, bangunan psikologi Islam dapat diadopsi dan ditransformasi dari kerangka teori-teori psikologi kontemporer yang telah mapan. Teori-teori tersebut dicarikan legalisasi dan justifikasinya dari Al-Qur'an dan Hadist. Metode ini akan menghasilkan rumusan yang lazim disebut dengan "psikologi Islami", bukan psikologi Islam.

Langkah-langkah operasional yang dapat ditempuh dalam metode pragmatis sebagaimana yang ditawarkan Al-Faruqi dalam pengislamisasian ilmu modern:

- a. Penguasaan disiplin ilmu modern dan penguraian kategoris
- b. Survai disiplin ilmu pengetahuan
- c. Penguasaan khazanah islam, sebuah ontologis
- d. Penguasaan khazanah ilmiah islam, tahap analisis
- e. Penemuan relevansi Islam yang khas terhadap disiplin-disiplin ilmu pengetahuan
- f. Penilaian kritis terhadap disiplin ilmu modern, tingkat perkembangannya di masa ini.
- g. Penilaian kritis terhadap khazanah Islam, tingkat perkembangan dewasa ini
- h. Survai permasalahan yang dihadapi masyarakat Islam
- i. Survai permasalahan yang dihadapi umat manusia
- j. Analisis kreatif dan sintetis
- k. Penuangan kembali disiplin ilmu modern ke dalam kerangka Islam
- l. Penyebarluasan ilmu-ilmu yang telah diislamisasikan.

Metode ini menghasilkan 6 pola pendekatan, yaitu

- a. Pendekatan Simularisasi, yaitu dengan menyamakan begitu saja konsep-konsep sains dengan konsep-konsep yang berasal dari Islam, padahal belum tentu sama.
- b. Pendekatan paralelisasi, yaitu menganggap parallel konsep yang berasal dari Islam dengan konsep yang berasal dari sains karena kemiripan konotasi, tanpa mengidentikkan keduanya.
- c. Pendekatan Kontemplementasi, yaitu antara Islam dan sains saling mengisi dan saling memperkuat, tetapi tetap mempertahankan eksistensinya masing-masing.

- d. Pendekatan komparasi, yaitu membandingkan konsep atau teori sains dengan Islam mengenai gejala-gejala yang sama.
 - e. Pola Induktifikasi, yaitu asumsi-asumsi dasar dan teori-teori ilmiah yang didukung oleh temuan-temuan empirik dilanjutkan pemikirannya secara teoritis abstrak kearah metafisik atau gaib, kemudian dihubungkan dengan prinsip-prinsip Islam.
 - f. Pola Verifikasi, yaitu mengungkap hasil-hasil penelitian ilmiah yang menunjang dan membuktikan kebenaran ajaran Islam.
2. Metode Idealistik yaitu metode yang lebih mengutamakan penggalian Psikologi Islam dari ajaran Islam sendiri. Metode ini menggunakan pola deduktif dengan cara menggali premis mayor (sebagai postulasi) yang digali dari Al-Qur'an dan Hadist. Kosntruksi premis mayor ini dijadikan sebagai "kebenaran universal" yang dijadikan kerangka acuan penggalian premis minornya. Melalui metode ini terciptalah apa yang disebut dengan psikologi islam (tanpa huruf "I" yang mengiringi kata "Islam

Lebih lanjut, Sardar mengajukan kerangka epistemologis dalam penerapan metode ini:

- a. Didasarkan atas suatu kerangka pedoman mutlak, sebab datangnya dari Allah dan Rasul-Nya
- b. Bersifat aktif bukan pasif
- c. Memandang obyektifitas sebagai masalah umum dan bukan masalah khusus (pribadi)
- d. Sebagian besar bersifat deduktif
- e. Memadukan pengetahuan dengan nilai-nilai Islam.
- f. Memandang pengetahuan bersifat inklusif dan bukan eksklusif, yakni menganggap pengalaman manusia sebagai masalah subyektif yang sama validitasnya dengan evolusi yang bersifat obyektif.
- g. Menyusun pengalaman subyektif dan mendorong pencarian pengalaman-pengalaman ini, yang dari umat Islam sendiri diperoleh komitmen-komitmen nilai dasar mereka.

- h. Memadukan konsep-konsep dari tingkatan pengalaman subyektif (mistik-spiritual) sehingga konsep-konsep dan kiasan-kiasan yang sesuai dengan satu tingkat tidak harus sesuai dengan tingkatan yang lain.
- i. Tidak bertentangan dengan pandangan holistik, melainkan menyatu dan manusiawi dari pemahaman dan pengalaman manusia. Dengan demikian epistemologi Islam sesuai dengan pandangan yang lebih menyatu dari perkembangan pribadi dan pertumbuhan intelektual.

Metode ini meliputi 3 aspek pendekatan dalam mengembangkan Psikologi Islam, yaitu:

- a. Pendekatan Skriptualis yaitu pendekatan pengkajian Psikologi Islam yang didasarkan atas teks-teks Al-Qur'an ataupun Hadist secara literal. Asumsi filosofisnya adalah bahwa Allah SWT menciptakan jiwa manusia, dan Dia pula yang menciptakan hukum-hukum psikologisnya. Prosedur pengkajiannya dapat ditempuh melalui 4 cara, sebagai berikut:
 - 1) Prosedur tematis, yaitu memilih topik-topik tertentu yang berkaitan dengan psikologi, kemudian menginventarisasi ayat-ayat atau beberapa hadist yang berkaitan dengan topik tersebut. Hasil inventarisasi tersebut dicarikan kaitannya agar masing-masing saling menjelaskan, kemudian disistematisasi menurut disiplin psikologis, sehingga didapatkan kesimpulan yang bernuansa psikologis pula.
 - 2) Prosedur analisis, dengan menampilkan ayat-ayat atau hadist yang berkaitan dengan psikologi, kemudian menganalisisnya secara psikologis pula, sehingga ditemukan kesimpulan psikologis.
 - 3) Prosedur perbandingan, dengan membandingkan antara ayat satu dengan ayat yang lain, ayat dengan hadist, hadist dengan hadist. Perbandingan ini berkaitan dengan variasi letak kata, jumlah huruf, keterdahuluan, ma'rifat dan nakirah, pemilihan huruf, pemilihan kata dan variasi idgom.

- 4) Prosedur global, dengan mengemukakan penjelasan mengenai ayat-ayat atau hadist yang berkaitan dengan psikologi, tanpa menganalisisnya secara luas, apalagi menyajikannya secara tematik atau perbandingan. Prosedur ini jarang digunakan karena telah diwakili oleh ketiga prosedur sebelumnya.
- b. Pendekatan Falsafati adalah pendekatan pengkajian psikologi Islam yang didasarkan atas prosedur berpikir spekulatif. Prosedur yang dimaksudkan mencakup berpikir sistemik, radikal dan universal, yang ditopang dengan kekuatan akal sehat.
- c. Pendekatan Sufistik atau Tasawwufi Pendekatan pengkajian Psikologi Islam yang didasarkan pada prosedur intuitif, ilham dan cita-cita. Prosedur yang dimaksudkan dilakukan dengan cara menajamkan struktur kalbu melalui proses penyudian diri. Cara ini dapat membuka hijab (tabir) yang menjadi penghalang antara ilmu-ilmu Allah dengan jiwa manusia, sehingga mereka memperoleh ketersingkap dan mampu mengungkap hakikat jiwa yang sesungguhnya.

William James menyebutkan bahwa setidaknya-tidaknya terdapat 4 karakteristik yang dipahami dalam pendekatan sufistik, yaitu:

1. Lebih mengutamakan aspek-aspek perasaan, sehingga sulit dideskripsikan secara ilmiah,
2. Dalam kondisi neurotik, justru para sufi meyakini dirinya telah mencapai alam hakikat, sehingga mereka memperoleh pengetahuan ilham,
3. Kondisi puncak yang diperoleh bersifat sementara dan mudah sirna, meskipun hal itu menimbulkan kesan dan ingatan yang mendalam dan tak terlupakan,
4. Apa yang diperoleh merupakan anugerah yang tidak bisa diusahakan, sebab pengalaman mistik menggantungkan diri pada kekuatan supernatural yang menguasainya,
5. Bersifat subyektif.

- d. Pendekatan Elektis, dengan cara menggabungkan ketiga pendekatan diatas secara bersama-sama tanpa memperhitungkan susunannya, sebab setiap pendekatan memiliki keistimewaan dan kelemahan. Keistimewaan satu pendekatan dapat melengkapi kelemahan pendekatan yang lain.

REFERENSI

- Bastaman, HD. 1995. *Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hartati dkk. 2004, *Islam dan Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mujib, A & Mudzakir, J. 2002, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mubarak, A. 2002. *Psikologi Dakwah*. Jakarta: Penerbit Pustaka Firdaus.
- Sardar, Z. 1989. *Rekayasa Masa Depan Peradaban Muslim*. Bandung: Mizan

*****.