



'Anil Islam: Jurnal Kebudayaan dan Ilmu Keislaman

published by Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA)

Sumenep.

Vol 12, No 1, June 2019, p. 63-89

ISSN: 2085-4080, E-ISSN: 2528-7532 available online at

<http://jurnal.instika.ac.id/index.php/AnilIslam>

## RELASI ISLAM DAN PSIKOLOGI: IKHTIAR MENUJU INTEGRASI KEILMUAN

## THE RELATION BETWEEN ISLAM AND PSYCHOLOGY: AN ATTEMPT TO REACH SCIENTIFIC INTEGRATION

**Nuzulul Khair**

Institut Ilmu Keislaman Annuqayah Sumenep

[nuzul\\_calm@yahoo.com](mailto:nuzul_calm@yahoo.com)

**Abstrak:** Artikel ini mengkaji tentang relasi Islam dan psikologi sebagai sebuah ikhtiar menuju integrasi keilmuan. Kajian psikologi telah lama berkembang dengan berlandaskan pada perspektif Barat dengan menekankan pada riset-riset empiris sebagai sumber utama di dalam melahirkan produk-produk keilmuan psikologi. Konsep-konsep psikologi yang dihasilkan dari perspektif Barat tidak cukup memadai dalam menyerap nilai-nilai religius. Artikel ini menawarkan wacana alternatif yang diupayakan untuk menambah keseriusan kematangan metodologis, yaitu pemberian diskursus secara implisit di dalam proses pengembangan keilmuan psikologi berbasis Islam. Artikel ini menunjukkan bahwa Islam merupakan agama universal yang sarat dengan nilai-nilai religius yang secara aktual memiliki sumber-sumber luhur yang termaktub di dalam Al-Qur'an dan Sunnah, dan kearifan para pemuka agama, yang bisa dijadikan pondasi untuk mengembangkan konsep-konsep psikologi berbasis Islam. Islam memiliki basis metodologis tersendiri yang bisa dijadikan rujukan untuk mengembangkan teori-teori psikologi yang mencakup pendekatan tekstual, filosofis dan sufistik.

**Kata kunci:** psikologi, perspektif islam, integrasi

**Abstract:** The research examines the relationship between Islam and Psychology as an attempt to reach scientific integration. By far, psychological studies have been developed with western perspectives that emphasize empirical experiments as the primary source to result in scientific products. However, the psychological concepts produced with western perspectives are not sufficient to absorb religious values. The research offers alternative discourses that were attempted to improve methodological seriousness and maturity, namely by providing implicit discourse in the scientific development process of Islamic psychology. The article showed that Islam is a universal religion that abounds with religious values that have profound sources written in Quran and Sunnah. Also, Islam is brim with the

wisdom of the religious leaders that can be a foundation to burgeon Islamic psychological concepts. Islam has its methodological basis that can be used as a reference to enhance psychological theories, ranging from textual, philosophical, to Sufistic approaches

**Keywords:** *psychology, Islamic perspective, integration.*

## **Pendahuluan**

Keberadaan agama bagi umat manusia bukanlah sekadar bernilai sakral yang menuntut untuk dikultuskan, tetapi juga mengandung nilai universal yang bisa dihayati secara lebih mendalam untuk menyelesaikan problem kemanusiaan modern. Dewasa ini, keberagaman seseorang di tengah modernitas belum menyentuh pada kesadaran total yang berimbang antara keyakinan (iman) dan pengaplikasiannya. Bahkan, seringkali ditemukan reduksi keyakinan dan disorientasi nilai yang pada gilirannya membidani lahirnya kekacauan hidup (*chaos*). Meminjam bahasa Jalaluddin Rakhmat dalam bukunya *Psikologi Agama*, ia menulis seperti ini tentang agama:

“Agama adalah kenyataan terdekat dan sekaligus misteri terjauh. Begitu dekat: ia senantiasa hadir dalam kehidupan kita sehari-hari—di rumah, kantor, media, pasar, di mana saja. Begitu misterius: ia menampilkan wajah-wajah yang sering tampak berlawanan—memotivasi kekerasan tanpa belas atau pengabdian tanpa batas; mengilhami pencarian ilmu tertinggi atau menyuburkan takhayul dan superstisi; menciptakan gerakan massa paling kolosal atau menyingkap misteri ruhani paling personal; memekikkan perang paling keji atau menebarkan kedamaian paling hakiki.”<sup>1</sup>

Mengacu pada pernyataan Jalaluddin Rakhmat di atas, sesungguhnya masih banyak ditemukan ketidakjelasan orientasi keberagaman yang seharusnya dimiliki oleh masing-

---

<sup>1</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama* (Bandung: Mizan, 2003), 30.

masing individu, kelompok, ataupun penganut agama secara umum. Padahal, agama merupakan kebutuhan tertinggi (*ultimate concern*) umat manusia selama hidup di dunia maupun di akhirat. Patut disayangkan apabila muatan agama yang sarat dengan nilai-nilai luhur, tidak dihayati secara mendalam sebagai petunjuk bagi umat manusia dalam beraktivitas di muka bumi yang fana. Semestinya, kehadiran agama hadir tidak untuk memperumit kehidupan, melainkan sebagai sumber ketenangan jiwa dan solusi atas pelbagai persolan yang dihadapi umat manusia. Agama bukan sebatas fenomena pemuas kebutuhan kekanak-kanakan, seperti halnya yang diungkapkan oleh Sigmund Freud.<sup>2</sup>

Di balik kecanggihan sains modern, keberadaan manusia secara tidak langsung pun semakin teralienasi. Hal ini diindikasikan oleh ironi kehidupan yang tidak lagi menjadikan agama sebagai pedoman hidup. Manusia modern dengan segudang keunggulan teknologi yang dimiliki juga memberikan kontribusi terhadap munculnya dehumanisasi (menjadikan manusia sebagai objek kajian eksperimen yang bisa dikendalikan untuk kepentingan apa saja, termasuk pengembangan ilmu pengetahuan).

Lalu muncul pertanyaan, apakah akal bisa menerima pandangan bahwa perilaku anarkis Hitler yang membunuh jutaan manusia sebagai perilaku sederhana yang dimotori oleh dorongan mendapatkan *pleasure* (Freud), atau merestui tindakan otoriter George Bush yang mengebiri Hak Asasi Manusia (HAM) sebagai aktivitas lumrah yang didorong oleh

---

<sup>2</sup> Sigmund Freud merupakan bapak psikoterapi modern, sekaligus juga tokoh ateisme terbesar pada awal abad ke-20. Freud memperkokoh argumennya tentang agama dengan menulis buku *The Future of an Illusion* dengan deskripsi bahwa agama hanyalah sebatas ilusi. Selanjutnya lihat Biografi lengkap Freud di Ernest Jones, *Dunia Freud: The Life and Work of Sigmund Freud*, (Yogyakarta: IRCiSoD, 2007), 26.

motif pencarian meraih superioritas (Adler)?<sup>3</sup> Bukankah hal ini juga termasuk *simptom* (gejala) neurotis (sakit jiwa)? Apakah setiap manusia bersedia disejajarkan dengan tikus yang berespons terhadap sesuatu ketika diberi rangsangan (Pavlov, Watson)?

Dalam konteks permasalahan di atas, sangat penting memberikan penekanan bahwa manusia memiliki naluri untuk bebas dengan pola pikir produktif, berbeda dengan hewan yang lebih banyak dikuasai oleh insting. Hal ini perlu diungkapkan agar setiap manusia tidak terilusikan oleh dinamika ilmu psikologi yang terlalu saintifik. Saat ini juga bermunculan jenis gangguan jiwa yang kalau ditelusuri banyak keganjilan, tetapi seakan-akan objektif. Padahal kalau dipahami lebih kritis tidak semuanya hasil dari eksperimen ilmu, melainkan juga berkaitan dengan konstruksi sosial.

Kajian psikologi, yang masuk dalam wilayah keilmuan sosial, seharusnya bisa memberikan pandangan yang lebih arif tentang persoalan yang dihadapi manusia modern, bukan semakin memperkeruh gonjangan batin individu dengan teori-teori yang sudah dinilai mapan dan empiris. Gelombang pemikiran masa lalu yang menitikberatkan pada aspek lahiriah *an sich*, sudah bukan saatnya lagi diprioritaskan. Sekarang saatnya melihat kenyataan bahwakonflik dan kekerasan yang terjadi di muka bumi ini, banyak disebabkan oleh kekeringan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan umat manusia.

---

<sup>3</sup> Seorang psikolog yang sekaligus juga dokter dokter penyakit dalam dan terkenal dengan teori psikologi individual. Formulasi Adler tentang sikap inferior (perasaan rendah diri) dan kompensasi guna guna meraih kekuasaan sebagai faktor yang mendasari seseorang di dalam mengembangkan diri. Pada tahun 1900, Adler menekuni gejala-gejala gangguan mental. Lebih jauh, lihat di Ladislaus Naisaban, *Para Psikolog Terkemuka Dunia* (Jakarta: Grasindo, 2004), 4.

## Melamar Psikologi dengan Spiritualitas

Banyak filsuf dan psikolog dari waktu ke waktu yang berusaha menemukan jawaban dari pertanyaan mendasar dan abadi manusia: Siapa aku? Apa sebenarnya tujuan hidup itu? Apakah kebenaran itu? Apakah keindahan itu? Adakah kehidupan sesudah kematian? Bagaimana manusia dapat menemukan kedamaian? Siapa atau bagaimana Tuhan itu?

Pertanyaan-pertanyaan filosofis di atas, belum menjadi *concern* kajian psikologi Barat, sehingga tidak akan mendapatkan jawaban yang memuaskan. Temuan-temuan empiris “tertinggi” psikologi Barat belum tertanam secara mendalam sebagai keilmuan yang holistik, yang menyentuh pada aspek batin. Sebab, persoalan manusia banyak diidentifikasi melalui dimensi lahiriah dan mekanistik. Jika diilustrasikan sebuah mesin, keberadaan mesin cuci dapat digunakan secara otomatis untuk melakukan tugas mencuci pakaian dengan baik. Tetapi, mesin cuci hanya bisa melakukan itu, jika salah satunya adalah martil; mesin akan memperlakukan sama selayaknya sebuah pakaian.

Dalam konteks inilah, muncul pertanyaan lagi, apakah keilmuan psikologi akan berhenti menemukan solusi di tengah pluralitas kultur dan budaya masyarakat? Padahal, setidaknya manusia memiliki dua pedoman dalam berperilaku dan menjalani kehidupan. *Pertama*, bagaimana menjadi *insan kamil* atau manusia sempurna bisa diraih? *Kedua*, bagaimana membangun masyarakat yang sempurna?<sup>4</sup>

Psikologi Barat modern tidak memiliki jawaban yang memadai atas pelbagai pertanyaan mendasar di atas, karena pertanyaan mendasar tentang eksistensi manusia belum menjadi *concern*. Sebenarnya, psikologi modern dilandasi oleh

---

<sup>4</sup> Hazrat Pir, “Peace” dalam Lynn Wilcox, *Ilmu Jiwa Berjumpa Tasawuf: Sebuah Upaya Spiritualisasi Psikologi* (Jakarta: Serambi, 2003), 7.

tiga prinsip utama yang saling berkaitan satu sama lain. *Pertama*, prinsip universalitas, yaitu disiplin keilmuan psikologi harus universal. Artinya, ada pelbagai standar umum serta hukum-hukum kausalitas yang bisa menjadi ukuran pengembangan keilmuan. Sekadar menyebut contoh, studi tentang memori, persepsi, dan proses pembelajaran harus bisa menyelesaikan telikungan faktor sosio-kultural dan historis yang terjadi dalam kehidupan umat manusia.

*Kedua*, berpijak pada prinsip empiris. Dengan mengikuti pertimbangan rasional dari filsafat empiris logis, psikologi modern telah terikat dengan suatu keyakinan mengenai kebenaran melalui metode saintifik. Khususnya, keyakinan bahwa dengan menggunakan metode empiris, dan metode eksperimen yang terkontrol, peneliti mampu mendapatkan kebenaran tentang hakikat suatu permasalahan yang sifatnya mendasar serta jejaring sebab akibat di mana masalah inti tersebut diikutsertakan.

*Ketiga*, penelitian sebagai ujung tombak sebuah kemajuan. Derivasi dari asumsi-asumsi teoretis dianggap sebagai sebuah keyakinan oleh kaum modernis dan mengandung unsur progresif. Ini karena, metode empiris diletakkan dalam permasalahan inti psikologi, yang terkadang menimbulkan guncangan. Keyakinan yang salah dapat dihindari, dan psikolog berpindah pada tegaknya prinsip netralitas dan realibilitas tentang pelbagai segmen dunia yang dipandang objektif.<sup>5</sup>

Pengaruh tiga prinsip yang telah disebutkan di atas, begitu membekas hingga saat ini—pemusatan perhatian pada deskripsi perilaku, dengan tidak menitikberatkan pada penyelidikan prinsip-prinsip pokok yang melandasi dan

---

<sup>5</sup> Steinar Kvale (ed.), *Psikologi dan Posmodernisme* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), 34-35.

menentukan perilaku manusia. Imbasnya, bidang kajian psikologi terbatas pada hal-hal yang mempelajari dimensi-dimensi perilaku manusia yang sempit dan bisa diukur.<sup>6</sup> Untuk menjawab permasalahan di atas, maka terdapat sumber gagasan yang selama ini jarang dilirik oleh kaum ilmuan Barat, yakni dimensi yang bermuatan spiritual. William James, dalam bukunya *The Varieties of Religious Experience*, mengkaji sisi spiritualitas manusia secara komprehensif, dan memandang agama sebagai elan vital kehidupan dan menempati posisi paling sentral dalam menentukan perilaku manusia.

Peralihan paradigma pada pengaktifan dan pengembangan sisi spiritual pada manusia tersebut memberikan sumbangsih berharga bagi kajian disiplin keilmuan psikologi. Pada mulanya, kodrat dasar jiwa seseorang adalah segudang potensi luhur yang menunggu untuk dikembangkan. Manusia memang terlahir dalam keadaan suci, akan tetapi di dunia ini tidak ada kesucian yang luput dari intervensi (tidak otentik). Ketika jiwa tidak serta merta terlahir untuk kesucian di kemudian hari, maka ini persoalan mendasar yang perlu dibidik. Tentunya, Tuhan melahirkan kondisi tersebut pada masing-masing manusia dengan menciptakan jalan penyembuh yang dinilai efektif

---

<sup>6</sup> Pernyataan ini, misalnya juga dikemukakan oleh Lynn Wilcox. Menurutny, meskipun banyak psikiater, psikologi, pekerja sosial dan konselor yang berupaya untuk menolong mereka, keberadaan psikologi Barat dipandang belum mampu untuk membimbing manusia modern untuk meraih karakter positif yang permanen dan mendasar. Termasuk juga, psikologi Barat dipandang belum mampu untuk mewujudkan kedamaian dan ketentrangan dalam kehidupan seseorang. Walaupun terdapat Abraham H. Maslow, yang mendekati ideal—diri yang teraktualisasi, manusia yang berperan sepenuhnya. Namun, cara-cara yang memungkinkan untuk meraih pada level tersebut belum ada terutama untuk berperan pada pencapaian yang lebih tinggi. Lynn Wilcox, *Ilmu Jiwa Berjumpa Tasawuf*, 8.

beserta derivasinya yang lebih positif, yaitu kebahagiaan dan kedamaian total dalam keimanan.

Oleh sebab itu, sikap netral yang dimunculkan oleh John Lock tentang teori tabularasa (empirisme) yang menjadi dalil kaum behavioris<sup>7</sup>, termasuk hal yang tidak relevan dengan kategori keberagamaan yang ditekankan oleh James. Sebab, John Lock mengesampingkan fungsi luhur jiwa manusia dengan menganggap bayi yang terlahir tidak membawa potensi apa-apa seperti kertas putih (kosong). Padahal, realitas menunjukkan bayi memiliki potensi alamiah masing-masing dan tertanam sejak awal. Walaupun, faktor luar memang berpengaruh terhadap perkembangan individu, namun manusia tidak seperti benda yang tidak memiliki kekuatan dan kebebasan untuk menentukan perilakunya.

Sedangkan pengalaman keberagamaan yang dimaksud oleh James, merupakan keberagamaan individual dan bukan keberagamaan institusional; pengalaman tertinggi yang menitikberatkan pada aspek nilai spiritual. Jiwa yang seringkali gelisah akan merasa tenang dan sejuk jika diterangi dengan cahaya spiritual, seperti halnya ketika kita bercucuran keringat kelelahan dan duduk di bawah pohon rindang sambil lalu terhempas oleh hembusan halus angin. Jadi, agama menurut James adalah:

“Segala perasaan, tindakan, dan pengalaman pribadi manusia dalam kesendiriannya, sejauh mereka memahami diri mereka sendiri saat berhadapan dengan apa pun yang mereka

---

<sup>7</sup> Behaviorisme merupakan aliran dalam psikologi yang memandang bahwa ketika dilahirkan pada dasarnya manusia tidak membawa bakat apa-apa. Manusia mutlak akan berkembang berdasarkan stimulasi yang diterima dari lingkungan sekitarnya. Beberapa tokoh aliran ini di antaranya, Ivan Pavlov, B. F. Skinner, dan John B. Watson. Lihat Calvin S. Hall dan Cardner Lindzey, *Theories of Personality*, dialihbahasakan oleh Yustinus (Yogyakarta: Kanisius, 1993), 9.



anggap sebagai yang ilahiah.”<sup>8</sup>Lebih jauh, James meyakini bahwa dalam kehidupan manusia tidak bisa terlepas dari kepercayaan akan adanya ketertiban yang “tak terlihat” dan keinginan untuk mendapatkan harmoni dan keserasian dengan ketertiban ini. Agama memiliki pandangan bahwa ketertiban yang terjadi pada dunia yang tampak tergantung pada ketertiban pada dimensi yang “tak terlihat”. Hubungan dialektis antara manusia dengan dimensi yang “tak terlihat”, agama, memiliki efek pada kehidupan seseorang secara keseluruhan. Manusia bisa menghidupkan potensi spiritual yang memang dibawa sejak lahir sehingga bisa meningkatkan gairah untuk menjalani kehidupan, meraih makna hidup dan mendapatkan kebahagiaan. Seseorang yang bisa mengaktifkan dan mengembangkan sisi spiritualnya akan mendapatkan perasaan yang tenang, damai dan dilumuri oleh cinta. Dalam arti, kehidupan interpersonalnya selalu dilandasi oleh cinta tanpa mengabaikan sisi yang lain seperti adanya rasa takut dan sedih. Oleh sebab itu, James meyakini agama dan spiritualitas sebagai sumber meraih kebahagiaan.<sup>9</sup>

Kajian-kajian psikologi dewasa ini jarang menitikberatkan pada aspek kebahagiaan manusia yang seutuhnya. Para psikolog secara akurat memang bisa diandalkan dalam memahami konsep-konsep yang dahulu kabur, seperti depresi dan skizofrenia. Namun sekarang, bermunculan gejala-gejala gangguan lain sepanjang perjalanan hidup umat manusia dan tidak musnah kecuali menanggulangnya dengan pembersihan jiwa. Pada dasarnya, manusia menginginkan kehidupan yang bermakna, bukan kegelisahan dan kesembuhan, melainkan mereka lebih memandang “kehidupan yang baik”.

---

<sup>8</sup> William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, Terj. Gunawan Admiranto (Bandung: Mizan, 2004), 42.

<sup>9</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama*, 208.

Dengan pelbagai perspektif di atas, spiritualitas perlu disandingkan dengan psikologi. Kesalahan terbesar para psikolog terdahulu adalah mengabaikan sisi spiritualitas dalam setiap terapinya. Belakangan ini, bermunculan pandangan dari ahli psikologi untuk melirik spiritualitas sebagai dimensi yang penting bagi pengembangan kepribadian dan kualitas kehidupan seseorang. Sebagai perintis, William James memandang agama dengan sisi spiritualnya, sebagai jalan menuju keunggulan manusia, dan Carl Gustav Jung menyatakan spiritualitas sebagai jalan menuju keutuhan.

### **Psikologi Agama: Pintu Masuk Menuju Integrasi**

Perkembangan ilmu pengetahuan tidak sejatinya lahir *taken for granted*, tetapi melalui pelbagai kajian, dikritisi, diverifikasi sehingga memunculkan temuan-temuan baru yang bisa bermanfaat bagi peradaban manusia. Dunia sains, terutama sains-sosial telah menunjukkan taringnya dengan menghasilkan produk keilmuan yang kontributif bagi masyarakat terutama di era post-modern. Namun, ada beberapa aspek yang tidak dipahami oleh ilmuan dewasa ini, yaitu tidak semestinya ilmu pengetahuan dihadapkan pada hal-hal yang terlalu mekanistik-materialistik. Evaluasi terhadap ilmu pengetahuan senantiasa ditegakkan dengan kajian-kajian yang transformatif dan bernilai. Sebab dengan perbedaan latar belakang sosio-kultural, masyarakat religius belum sepenuhnya sepakat dengan produk ilmu pengetahuan yang bebas nilai<sup>10</sup> dan cenderung profan.

---

<sup>10</sup> Paham “bebas nilai” (*value free*) begitu diagungkan oleh para ilmuan ketika berusaha meraih objektivitas yang maksimal. Mereka memandang, *value free* dianggap penting untuk menjaga sikap agar tidak ada bias dan terkesan memihak. Namun, paham *value free* saat ini telah banyak disangkail oleh ilmuan kontemporer, terutama para ilmuan muslim. Kelompok kedua ini mulai menemukan momentumnya pada saat objektivitas ilmu

Psikologi dinilai sebagai disiplin ilmu otonom yang menginduk pada filsafat, dituntut membangun kerangka teoretik yang lebih holistik dengan menempatkan agama sebagai landasan kajian keilmuan. Di samping filsafat, agama merupakan dimensi yang mengagungkan aspek nilai, terutama nilai-nilai ilahiah (teosentris) menuju nilai-nilai antroposentris (dimensi insaniah). Apabila hal ini dipertemukan dan menjadi satu bentuk disiplin keilmuan, tentunya akan memberikan sumbangan penting bagi pembentukan jiwa manusia (perkembangan mental positif manusia yang seutuhnya). Disiplin keilmuan integralistik ini memang memerlukan proses pengkajian yang terus-menerus dan harus berimbang, tanpa mengabaikan jejak psikologi modern yang sudah terbentuk. Tugas besarnya adalah mengupayakan masuknya kontribusi pemahaman baru yang belum dimiliki dalam kajian psikologi konvensional. Jika pada awal-awal kemunculan perhatian psikologi pada proses mental yang terjadi pada jiwa manusia, maka kemudian pandangan tersebut semestinya tidak lagi mendominasi.

Terlebih lagi, kajian ilmu jiwa dilatarbelakangi oleh beragam aspek. Misalnya, tingkah laku dan sikap remaja berbeda dengan anak-anak dan lanjut usia sehingga menghasilkan kajian psikologi perkembangan sepanjang hayat. Dari sini muncul ilmu-ilmu cabang psikologi, seperti psikologi anak, remaja, dan orang tua. Selain itu, terdapat kajian yang memiliki *concern* yang berbeda saat mengkaji orang-orang yang berbudaya tinggi dengan orang-orang yang memilih hidup sederhana dengan akar lokalitas masing-masing dan

---

pengetahuan mulai dipertanyakan, sebab upaya ilmiah seringkali difungsikan dalam kerangka tujuan tertentu. Di Indonesia, pemikiran yang cukup kritis muncul dalam karya F. Budi Hardiman, *Kritis Ideologi* (Yogyakarta: Kanisius, 1996), 34.

memunculkan bidang kajian psikologi *indegenious*. Selanjutnya, berkaitan dengan kondisi mental seseorang juga memiliki spesialisasi kajian khusus, sehingga untuk mendalaminya memerlukan adanya psikologi khusus. Maka muncullah psikologi abnormal dan para psikologi.

Dibandingkan dengan lahirnya bidang-bidang kajian psikologi sebelumnya, ranah agama muncul sebagai reaksi karena keprihatinan ahli-ahli psikologi yang memandang bahwa problem kejiwaan manusia tidak kunjung selesai. Oleh sebab itu, lahirnya psikologi agama dinilai penting kehadirannya untuk menjawab problem inti di dalam psikologi, yaitu menjadikan manusia memiliki mental yang positif dan tidak dihantui oleh pelbagai problem kejiwaan. Layaknya cabang psikologi yang lain, psikologi agama dipadang memiliki spesialisasi dan dinilai sebagai ilmu terapan yang lebih komprehensif dan fungsional. Tidak berlebihan jika Jalaluddin Rakhmat mengatakan bahwa psikologi sekarang lebih rendah hati untuk membuka diri pada agama.<sup>11</sup>

Namun pertanyaannya kemudian, apakah integrasi keilmuan ini akan efektif? Bagaimana jika di dalamnya bermunculan penafsiran agama konstitusional yang dikhawatirkan oleh William James? Tidakkah kemudian akan melahirkan bias orientasi kajian dan segmentasi operasional?

---

<sup>11</sup> Asumsi ini berpijak pada hasil riset yang dilakukan oleh Koenig (1999) dalam bukunya *The Healing Power of Faith*, bahwa keluarga yang religius pada umumnya (1) memiliki keluarga yang bahagia, (2) memiliki gaya hidup yang lebih sejahter, (3) bisa menyelesaikan stres, (4) hidup lebih lama dan lebih sehat, (5) terlindung dari penyakit kardiovaskular, (6) memiliki daya tahan tubuh yang kuat, dan (7) jarang pergi ke rumah sakit. Oleh sebab itu, jika kesehatan fisik dan mental bisa diperoleh melalui nilai-nilai luhur agama, psikoterapis yang selama ini tidak mengindahkan nilai-nilai religius di dalam sesi terapinya akan kehilangan sumber daya yang paling berharga. Lihat di Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama*, 199.

Sebelumnya perlu diketahui motif munculnya psikologi agama. Psikologi agama merupakan terobosan yang dihadirkan oleh kaum psikolog yang memandang penting terhadap adanya 'dimensi transendental' pengatur bumi ini. Menurut mereka, sumber kegelisahan terbesar adalah karena sikap keegoisan manusia dengan tidak meyakini adanya realitas paling substansial di jagat raya. Pelbagai kerangka pemikiran yang progresif pun dibangun berdasarkan nilai-nilai yang terkodifikasi, baik secara tertulis ataupun terinternalisasi dalam benak penganut pemeluk setiap agama.

Keberadaan teori psikologi Barat yang dominan saat ini masih bersifat kasat mata, dan dipandang objektif melalui eksperimen-eksperimen ilmiah yang terukur. Meskipun secara akademis hampir mutlak bisa dipertanggungjawabkan. Namun, jika kita telisik ulang terhadap awal kemunculannya, taruhlah Freud dan Jung yang mendapatkan berbagai gelar ijazah kedokteran dan membuka praktik psikoterapi kebanyakan keahliannya tidak diperoleh dari bangku akademik. Banyak diantara metode dan praktik yang dikembangkan, justru menyalahi dan memberontak terhadap masalah-masalah yang dimapankan oleh lingkungan akademik. Problem ini bukan menjadikan ilmu psikologi konvensional dilupakan, tetapi justru memiliki implikasi penting dalam pengembangan diskursus-diskursus yang lain.

Perumusan psikologi agama yang dirintis di Indonesia dan berbagai belahan negara yang lain, kerangka berpikirnya (*mode of thought*) haruslah bersifat inklusif. Belajar dari kelemahan psikologi Barat yang eksklusif, rumusan gagasannya selalu mengandung bias-bias ketika menggunakannya untuk menganalisis permasalahan dalam konteks budaya masyarakat yang berbeda. Kedua, apa yang diajarkan oleh Freud dengan kegelisahan pada problem

kepribadian dirinya dan masyarakat, bisa dipetik hikmahnya, yakni manusia modern tidak perlu berpijak mutlak pada doktrin keilmuan yang statis dalam ranah tertentu. Dalam ranah yang lain, masih ada ijtihad ilmiah dengan tanpa mengesampingkan nilai-nilai yang substansial. Tujuannya, agar konsep psikologi agama yang kian menggurita dewasa ini tidak tergerus oleh kajian agama yang institusional, akan tetapi menekankan penguatan pada level substansi atau penghayatan.

### **Psikologi dan Pesan Universal dalam Islam**

Secara sederhana, psikologi perspektif Islam bisa dipahami sebagai kajian Islam yang berkaitan dengan perilaku kejiwaan manusia berikut aspek-aspek penting yang menyertai. Tujuannya, agar setiap individu bisa mendapatkan kualitas pribadi yang utuh serta bisa meraih kebahagiaan baik di dunia dan di akhirat.<sup>12</sup> Psikologi dari sudut pandang Islam, sebagai derivasi dari psikologi agama memang baru memasuki proses awal. Pendekatan yang digunakan lebih pada pendekatan yang bersifat spekulatif, membicarakan hakekat mental dan kehidupannya sekaligus menggunakan konsep yang deduktif (Al-Quran dan Al-Sunah). Ia juga diperkokoh dari hasil renungan pemikiran para filosof atau sufi klasik, walaupun belum banyak menyentuh pada wilayah yang empiris.

Hal ini tentu saja menjadi tugas dan tanggung jawab yang tidak ringan bagi para Ilmuan muslim untuk membangun kajian yang utuh tentang psikologi, mengingat psikologi yang sudah lama berpisah dari filsafat lebih menekankan pada aspek empiris. Untungnya Islam memiliki nilai-nilai universal yang bisa dijadikan modalitas utama untuk mengembangkan

---

<sup>12</sup> Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, dalam pengantar *buku Psikologi Agama* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cetakan VI Desember 2005), v.

kerangka konseptual yang lebih mapan dan unik dibandingkan konsep psikologi kontemporer Barat.

Secara ontologis, Islam memiliki pemahaman tentang hakekat jiwa. Sementara pada aspek epistemologis, Islam begitu detail mengidentifikasi bagaimana cara memahami jiwa manusia. Dan secara aksiologis, Islam juga menitikberatkan pada pentingnya untuk memahami tentang jiwa manusia dengan segudang manfaat dan keunikannya. Ketiga modalitas ini, terkandung dalam ayat-ayat Al-Quran dan Al-Hadis, dan ditafsirkan secara filosofis oleh pelbagai ilmuwan dan filosof Islam dari zaman klasik hingga sekarang.

Sementara adanya embel-embel “islami” atau “islam” dalam pelbagai kajian keilmuan termasuk psikologi, tidak bisa dilepaskan dari adanya gagasan islamisasi ilmu. Jika melihat pada fakta sejarah di bidang ilmu pengetahuan, Islam pernah berjaya sekitar abad delapan sampai abad lima belas masehi. Kala itu, banyak sekali ilmuwan-ilmuan muslim yang mendalami secara serius keilmuan-keilmuan dasar dengan menyentuh pelbagai bidang. Namun, pasca Jenghis Khan menguasai Baghdad, banyak sekali manuskrip dan buku-buku penting yang dibakar dan dibuang ke sungai Tigris sehingga momen itu bisa diistilahkan dengan masa “kegelapan” di dalam Islam. Selain itu, banyak orang-orang Eropa yang mengembangkan produk-produk ilmu pengetahuan dari para ilmuwan muslim hasil dari persinggungan mereka dengan para cendekiawan muslim dan menemukan titik kulminasinya pada revolusi industri yang terjadi pada abad ke tujuh belas masehi.

Seperti termaktub di dalam buku *The Islamization of Science: Four Muslims Positions Developing an Islamic Modernity*, Leif Stenberg menguraikan bahwa titik pijak kajian tentang hubungan Islam dan sains adalah perdebatan tentang hubungan sains dan Islam yang diprakarsai oleh Ernest Renan

pada tahun 1883 di Paris yang kemudian ditanggapi oleh oleh Jamaluddin al-Afghani. Renan memiliki pandangan bahwa antara sains dengan Islam tidak bisa bersinggungan, bahkan Renan menyebut *incompatible*. Pandangan ini yang kemudian terus mendapatkan respons dan tanggapan dari pelbagai ilmuwan yang lain, khususnya ilmuwan muslim.

Selain itu, di dalam buku *The Islamization of Science: Four Muslims Positions Developing an Islamic Modernity*, Stenberg juga menyoroti tokoh-tokoh penting yang dipandang berperan di dalam usaha mengembangkan islamisasi sains, yaitu Sayyed Hoessein Nasr, Ismail Raji' al-Faruqi, Maurice Bucaille dan Ziauddin Sardar. Empat tokoh ini dipandang memiliki *concern* di dalam pengembangan kajian yang menekankan pada hubungan antara sains dengan Islam.

Menurut Taha Jabir al Alwani, islamisasi pengetahuan harus berpijak pada landasan ilmiah dengan menekankan pada aspek metodologis dan epistemologis. Pandangan seperti ini perlu disadari terlebih dahulu agar usaha islamisasi pengetahuan tidak terjebak pada melahirkan sebuah sekte baru atau ideologisasi ilmu. Sebab, adanya ideologisasi terhadap ilmu pengetahuan hanya akan menghambat terhadap perkembangan ilmu pengetahuan dan menuju pada eksklusivisme.<sup>13</sup> Islamisasi pengetahuan juga bisa dilihat sebagai upaya untuk menyelesaikan problem-problem kehidupan melalui kegiatan ilmiah dari perspektif Islam seperti gagasan yang dikembangkan oleh Imad al Din Khalil. Berbeda dengan Sardar yang menegaskan pentingnya kecakapan epistemologis dalam pengembangan sains atau

---

<sup>13</sup>Huzni Thoyyar, *Model-Model Integrasi Ilmu dan Upaya Membangun Landasan Keilmuan Islam*, makalah yang pernah dipresentasikan di forum Annual Internasional Conference of Islamic Studies (AICIS) Kemenag pada Tahun 2009.



pengetahuan berbasis Islam. Sedangkan Sayyed Hossein Nasr memiliki postulat tersendiri, ia memandang sains islami adalah sains tradisional Islam di masa lampau.

Keempat tokoh yang menjadi objek kajian Stenberg di atas memiliki kemiripan perspektif di dalam melakukan ijtihad untuk menemukan titik temu antara Islam dan sains. Mereka juga berpandangan bahwa tidak ada yang salah dengan Islam, yang banyak menimbulkan persoalan adalah pada tataran aplikasi. Diharapkan, kajian psikologi yang menjadikan Islam sebagai sumber inspirasi memiliki orientasi yang jelas dan bersikap moderat agar nilai-nilai universal yang terkandung di dalam ajaran agama Islam bisa tersampaikan pada semua kalangan. Upaya ketidakberpihakan dianggap begitu penting, agar kajian psikologi yang bernuansa Islam bisa berkembang dan tidak bertentangan dengan asas objektivitas yang selama ini menjadi salah satu prinsip penting dalam sains modern.<sup>14</sup>

### **Ikhtiar Integrasi antara Islam dan Psikologi**

Pergulatan dalam psikologi berbasis Islam masih berlangsung hingga saat ini. Telah banyak forum ilmiah diselenggarakan, begitu pula telah banyak temuan-temuan ilmiah yang dihasilkan sebagai ikhtiar untuk membidani lahirnya konsep psikologi yang bernuansa keislaman. Di

---

<sup>14</sup> Kuntowijoyo, misalnya. Beliau menggunakan terma objektifikasi Islam. Istilah ini pada mulanya dipergunakan untuk menganalisis dan memetakan perkembangan politik aliran. Menurut Kuntowijoyo, yang dimaksud dengan objektifikasi yaitu melihat sesuatu secara objektif dan disebutnya sebagai jalan tengah bagi Islam, agama-agama, dan aliran pemikiran keilmuan lainnya. Ada tiga prinsip dalam melihat objektifikasi Islam antara lain; (1) pemahaman diartikulasikan berdasarkan kategori-kategori yang objektif, (2) adanya pengakuan terhadap keberadaan sesuatu yang sifatnya, dan (3) tidak ada kamus kawan ataupun lawan, yang ada hanya bagaimana menyelesaikan problem secara bersama. Hal ini lebih lanjut bisa dilihat dibukunya Kuntowijoyo, *Islam sebagai Ilmu* (Yogyakarta: Tiara Wacana, 2005), 23.

Indonesia, setidaknya terdapat dua arus utama yang mencoba mengembangkan konsep psikologi berbasis Islam dengan karakteristik yang berbeda. Kelompok pertama, para ilmuwan yang berlatar pendidikan psikologi lalu, kemudian menelaah konsep-konsep Islam yang terkait dengan psikologi. Sekadar menyebut contoh, kelompok pertama ini diwakili oleh nama-nama seperti Djamaluddin Ancok, Hanna Djumhana Bastaman, Subandi, dan Fuad Nashori. Pada umumnya, mereka menggunakan terma psikologi Islami dengan upayanya “memadupadankan” konsep-konsep psikologi modern dengan konsep-konsep Islam tentang Psikologi.

Sementara itu, kelompok kedua berupaya mengkaji dan menggali khasanah klasik Islam (*at-turats al-islami*) untuk pengembangan keilmuan psikologi Islam. Sekadar menyebut tokoh pula untuk kategori yang kedua ini, yaitu Abdul Mujib dan Achmad Mubarak. Keduanya sama-sama tidak memiliki latar belakang pendidikan psikologi, namun mereka mengakses dan menelaah literatur-literatur klasik yang di situ tekmaktub pelbagai pemikiran ilmuwan-ilmuan klasik yang bersinggungan dengan psikologi seperti Al-Ghazali, Ibn Sina, Ar-Razi dan Ibn Miskawaih. Pada kategori yang kedua ini, umumnya menggunakan terma psikologi Islam dengan menelaah dan mengembangkan kajian psikologi melalui sumber-sumber keislaman klasik lalu dikontekstualisasikan dengan konsep-konsep psikologi modern.

Upaya-upaya bernuansa integratif antara Islam dengan kajian-kajian psikologi sejatinya sudah lama digaungkan oleh para ilmuwan klasik Islam dengan uraian yang utuh. Pada kategori ini, banyak diwakili oleh para filsuf-filsuf muslim. Para filsuf muslim zaman klasik umumnya tidak antipati dengan konsep-konsep yang lahir dari Barat, pemikiran filsafat mereka banyak yang dipengaruhi pemikiran filsafat Yunani

sehingga bercorak helenistik. Pusat perhatian kajian mereka bukan hanya tentang teologi, melainkan juga tentang mistisisme dan kajian tentang alam. Dalam artian, mereka banyak menulis berbagai bidang, seperti hubungan antara agama dan filsafat, teori evolusi, bukti keberadaan Tuhan, dan teori tentang jiwa. Para filsuf muslim juga memiliki kontribusi yang signifikan bagi kajian ilmu alam dan kedokteran.

Berikut ini, digambarkan secara singkat salah satu irisan konsep tentang jiwa atau psikologi para filsuf klasik:<sup>15</sup>

*Pertama*, Al-Kindi (801-866). Al-Kindi memiliki nama lengkap Al-ash'ath bin Qais Al-Kindi. Berasal dari Baghdad dan dianggap sebagai filsuf muslim generasi awal. Al-Kindi menulis lebih dari 239 buku termasuk karya-karya yang berkategori pendek. Salah satunya karyanya yang terkait dengan psikologi adalah: *On Sleep and Dreams, First Philosophy and the Eradication of Sorrow*. Pada karya ini, Al-Kindi banyak membahas tentang kesedihan. Kesedihan menurut Al-Kindi dialami oleh seseorang karena merasakan sebuah kehilangan, baik karena kehilangan orang yang dicintai, kehilangan barang pribadi, atau kegagalan di dalam memperoleh apa yang diinginkan. Cara mengatasi kesedihan menurut Al-Kindi adalah mentolerir kehilangan dan ketidaksenangan pada hal-hal yang dirampas, dengan mencari kompensasinya lewat akal. Oleh sebab itu, kesedihan tergantung pada bagaimana pikiran setiap orang dalam menghadapinya.<sup>16</sup> Al-Kindi mengatakan:

---

<sup>15</sup> Amber Haque, "Psychology from Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologist," *Journal of Religion and Health*, Volume. 43, Nomor. 04, (2009): 357.

<sup>16</sup> Istilah yang digunakan oleh Prof. Dr. Azyumardi Azra, MA, yaitu, Al-Kindi merupakan ahli psikofisik. Psikofisik secara sederhana dipahami,

“kesedihan tidak ada di dalam diri kita, kita sendiri yang membawa kesedihan tersebut pada diri kita sendiri”.

*Kedua*, At-Tabari. At-Tabari memiliki nama lengkap Ali Ibn Sahl Rabban At-Tabari (838-870). At-Tabari merupakan pemikir dari Persia dan seorang muallaf, salah satu perintis bidang kajian psikologi perkembangan anak di dunia Islam yang mana ia tuangkan dalam karyanya yang berjudul *Firdaus al Hikmah*. Pada dasarnya, buku ini juga memuat teks medis yang dibagi menjadi 7 bagi dan 30 risalah (360 bab). Di dalam buku ini, At-Tabari membahas teks india Kuno dan mengacu pada kontribusi Sushtra dan Chanakya dalam hubungannya dengan pengobatan dan psikoterapi. A-Tabari juga menekankan pentingnya psikoterapi dan mengharuskan para dokter agar menggunakan psikoterapi untuk menjadikan kondisi pasien lebih baik. Komunikasi yang positif antara dokter dan pasien menurut At-Tabari akan menenangkan pasien dan memiliki kepercayaan kesembuhan yang lebih besar.

*Ketiga*, Al-Balkhi. Al-Balkhi memiliki nama lengkap Abu Zayd Al-Balkhi (850-934). Al-Balkhi bisa dikatakan sebagai psikolog kognitif dan ahli medis pertama yang membedakan secara jelas antara neurosis dan psikosis. Al-Balkhi mengklasifikasikan gangguan neurosis menjadi empat gangguan emosional, yakni ketakutan dan kecemasan, kemarahan dan agresi, kesedihan dan depresi, dan obsesi. Al-Balkhi juga meyakini ada hubungan antara penyakit fisik dengan gangguan psikologis yang biasa diistilahkan dengan psikosomatis. Ia juga menyarankan, setiap orang yang sehat selalu menyediakan P3K untuk pengobatan fisik yang tidak

---

yakni bidang kajian yang menitikberatkan pada hubungan baik kuantitatif dan kualitatif antara kejadian-kejadian psikologis dengan peristiwa-peristiwa jasmani.

terduga, setiap orang juga harus menjaga pikiran dan perasaan dalam benaknya untuk menjaga adanya ledakan emosional yang tidak terduga.

*Keempat*, Al-Razi. Al-Razi memiliki nama lengkap Abu Bakr Mohammad Ibn Zakariya Al-Razi (864-932). Al-Razi merupakan pemikir muslim dari Persia yang di Barat dikenal dengan Rhazes. Sama seperti mentornya, At-Tabari, Al-Razi begitu menekankan peran pentingnya psikoterapi pada kesembuhan pasien. Dia merupakan ahli prognosis dan pengobatan psikosomatis. Kitabnya *al-Hawi* atau *al-Hawi fi-Tibb* adalah karya terpanjang yang pernah ia tulis dalam bidang kedokteran Islam oleh Barat hingga abad ke-18 ia dikenal sebagai ahli medis yang otoritatif. Selain itu, ia juga memiliki karya *al-Tibb al-Ruhani* yang sehari khusus membahas tentang cara menyembuhkan penyakit moral dan psikologis dengan pendekatan ruhani atau spiritual.

*Kelima*, Ibn Miskawayh. Ibn Miskawayh memiliki nama lengkap Abu Ali Ahmad B. Muhammad B. Ya'kub Ibn Miskawayh (941-1030). Ibn Miskawayh merupakan pemikir muslim yang menulis tentang berbagai topik termasuk psikologi. Namun, ia terkenal karena karyanya pada sistem etika, khususnya Taharat al-Araq yang juga dikenal dengan Tahdhib al-Akhlaq. Dalam bukunya *al-Fauz al-Asgar*, Ibn Miskawayh berbicara tentang bukti keberadaan Allah, kenabian dan jiwa. Mengenai pengembangan kebajikan, ia menggabungkan ide Platonis dan Aristotelian dengan sentuhan tasawuf dan pertimbangan kebajikan sebagai penyempurnaan aspek jiwa yang mewakili kemanusiaan, yaitu alasan yang membedakan antara manusia dan hewan. Ia menyarankan kita perlu mengendalikan emosi dan mengembangkan sifat mengendalikan diri dari kesalahan. Salah satu pandangannya tentang psikoterapi, yaitu, apabila

seseorang melakukan sesuatu yang menyenangkan *Al-Nafs al-Ammarah*-nya, maka harus menghukum dirinya sendiri dengan cara psikologis, fisik, maupun spiritual seperti membayar uang untuk orang miskin, puasa dan lain-lain.

*Keenam*, Ibn Sina. Ibn Sina memiliki nama lengkap Abu Ali Al-Husayn B. 'Abd Allah Ibn Sina (980-1037). Ibn Sina yang di Barat dikenal dengan Avenenna, berasal dari Bukhara. Ia dikenal sebagai filsuf dan dokter, tetapi<sup>17</sup> ia juga berkontribusi dalam kemajuan semua ilmu di masanya. Di bidang psikologi, ia menulis tentang pikiran, eksistensi pikiran, hubungan pikiran dan tubuh, sensasi dan persepsi, di dalam bukunya yang terkenal *ash-Shifa (Healing)*. Pada tingkat yang paling umum, pengaruh pikiran pada tubuh dalam dilihat dari gerakan yang sederhana, yaitu, kapan pun pikiran ingin menggerakkan tubuh, tubuh itu patuh. Tingkat kedua pengaruh pikiran pada tubuh adalah dari emosi dan kehendak. Pada sisi lain, ia juga meyakini bahwa jiwa yang kuat pada diri seseorang bisa memengaruhi orang lain. Berdasarkan fenomena ini, ia menerima realitas hipnosis (*al-Wahm al-Amil*). Ibn Sina juga menulis buku tentang gejala dan pengobatan penyakit cinta (*Ishq*), mimpi buruk, epilepsi dan memori lemah.

---

<sup>17</sup> Salah seorang pangeran Persia pernah mengalami melankolia dan khayalan bahwa dirinya adalah seekor sapi. Dia mengatakan "bunuh aku dan rebuslah dagingku dengan baik sehingga layak untuk dihidangkan". Pangeran Persia tersebut juga tidak memakan apa pun pada saat meminta untuk disembelih. Ibn Sina diminta untuk menyelesaikan persoalan ini. pertama-pertama, ia mengirim pesan pada pangeran agar bahagia pada saat tukang menyembelih sudah datang. Pada saat Ibn Sina datang, ia bertanya di mana sapi yang hendak disembelih. Sang pangeran pun menunduk seperti sapi yang siap disembelih dan untuk menunjukkan keberadaan dirinya. Pada saat mendekati pangeran, ia mengatakan bahwa sapi yang mau disembelih terlalu kurus. Akhirnya, ia meminta agar diberi makan dan akan disembelih pada saat sehat dan gemuk. Sang pangeran pun ditawarkan makanan dan makan dengan penuh semangat serta lambat laut memperoleh kekuatan yang pada akhirnya menyingkirkan khayalannya dan sepenuhnya sembuh.

*Ketujuh*, Al-Ghazali. Al-Ghazali memiliki nama lengkap Abu Hamid Muhammad Al-Ghazali (1058-1111). Al-Ghazali lahir di Tus, Khurasan, dan kemudian meninggal di tempat yang sama. Dia adalah seorang filsuf, teologi, ahli hukum, dan mistikus. Dia dikenal sebagai arsitek terakhir dalam perkembangan pemikiran Islam. Dikatakan bahwa dengan adanya Al-Ghazali zaman telah akhir dan telah datang era baru.<sup>18</sup> Beberapa karya besar dan terkenal milik Al-Ghazali, yaitu, *Ihya Ulum ad Din*, *Al Munqid min ad-Dalal*, *Tahafut al-Falashifa*, *Kimiya as Saadah*, *Ya Ayyuhal Walad*, dan *Mishkat al-Anwar*. Secara keseluruhan Al-Ghazali menulis sekitar 70 judul buku. Deskripsi Al-Ghazali tentang sifat manusia berpusat pada penemuan diri, memiliki tujuan akhir, dan penyebab kesengsaraan dan kebahagiaan. Dia menggambarkan konsep jiwa dengan empat istilah; *Qalb*, *Ruh*, *Nafs*, dan *Aql* yang kesemuanya menandakan entitas spiritual.

Al-Ghazali membagi *Nafs* menjadi tiga kategori berdasarkan Al-Qur'an: *Nafs Am Marah*, yang mendesak seseorang untuk secara bebas menikmati kesenangan dan kepuasan, serta menghasut untuk melakukan kejahatan. *Nafs Lawwamah*, nurani yang mengarahkan manusia menuju benar atau salah, dan *Nafs Muthmainnah*, sebuah diri yang mencapai kedamaian tertinggi.

Terkait dengan psikoterapi, Al-Ghazali salah satunya menggunakan terapi berlawanan, yaitu penggunaan imajinasi untuk mengejar yang sebaliknya. Misalnya, jika tidak tahu maka belajar, jika benci maka mengembangkan cinta, begitu seterusnya. Selain itu, Al-Ghazali percaya bahwa kedekatan

---

<sup>18</sup> Pada zaman Al-Ghazali, Islam berkembang ke arah yang seakan saling menyingkirkan, dan masing-masing kubu pemikiran saling mengklaim sebagai yang paling otentik. Ada kekacauan intelektual dan perbedaan antar sarjana Muslim yang memuncak sebelum zaman Al-Ghazali.

kepada Tuhan akan mengarahkan seseorang pada kehidupan yang normal, sementara apabila jauh dari Tuhan akan mengarahkan pada kelainan atau keabnormalan.

## **Kesimpulan**

Sebagaimana telah dilakukan oleh pemikir-pemikir muslim sebelumnya, upaya untuk mengembangkan kajian-kajian psikologi yang bernafaskan Islam merupakan sebuah keniscayaan dengan tetap tidak menutup mata pada perkembangan kajian psikologi Barat. Para ilmuwan dan psikolog muslim dewasa ini, semestinya berangkat dari persoalan-persoalan mendasar sebagaimana karakteristik filsafat. Misalnya, dalam pembagian struktur manusia, kita bisa saja memverifikasi teori Sigmund Freud yang membagi struktur jiwa manusia dengan id, ego, dan super ego.

Jika ditelisik secara mendalam, kategorisasi semacam ini meniadakan alam supra sadar sehingga kepercayaan akan Tuhan tidak menemukan tempat. Sebagaimana kita yakini, Islam mengakui adanya struktur al-Ruh yang berdimensi ilahiyah dan bersentuhan dengan alam supra sadar. Dengan pandangan ini, dapat dikatakan bahwa orang yang memiliki kemantapan iman merupakan bentuk tertinggi dari level aktualisasi kepribadian.

Oleh sebab itu, nuansa kajian psikologi yang berlandaskan pada konsep Islam, sejatinya harus berangkat dari landasan yang komprehensif dan mendasar, baik menyangkut wilayah epistemologis, aksiologis dan ontologis. Islam sendiri sudah memiliki modalitas yang luar biasa, yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Sunnah serta karya-karya ulama klasik. Patut disayangkan apabila kajian-kajian yang dilakukan hanya pada tataran permukaan (menggabung-gabungkan nilai-nilai Islam dengan psikologi modern secara artifisial). Karena jika tidak,



baik yang membawa label Psikologi Islami, Psikologi Islam ataupun dengan label yang lain, akan terjebak pada simplifikasi nilai pada dua rumpun sekaligus yaitu psikologi dan Islam dan harapan untuk menjadi disiplin keilmuan yang mapan hanya menjadi angan tak berkesudahan.

### **Daftar Pustaka**

- A Partanto, Pius dan Al-Barry, Dahlan. *Kamus Ilmiah Populer*. Surabaya: Arkola: Surabaya, 1994.
- Ancok, Djamaluddin dan Suroso, Fuad Nashori. *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cetakan kelima. 2004.
- Azra, Ayumardi. *Historiografi Islam Kontemporer; Wacana, Aktualitas, dan Aktor Sejarah*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002.
- Ep. Seligman, Martin. *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan, 2005.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama*. Jakarta: Rajawali Press, 2002.
- James, William. *The Varieties of Religious Experience: Perjumpaan dengan Tuhan*. Bandung: Mizan, 2004.
- Kuntowijoyo. *Paradigma Islam: Interpretasi untuk Aksi*. Bandung: Mizan, 1991.
- Kuntowijoyo. *Islam sebagai Ilmu*. Yogyakarta: Tiara Wacana, 2006.
- Kvale, steinar (ed.). *Psikologi dan Posmodernisme*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006.
- Mutthari, Murtadha. *Keadilan Ilahi: Asas Pandangan Dunia Islam*. Bandung: Mizan, 1992.

- Naisaban, Ladislaus. *Para Psikolog Terkemuka Dunia: Riwayat Hidup, Pokok Pikiran, dan Karya*. Jakarta: Grasindo, 2004.
- Najati, M. Utsman. *Alquran dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka, 1985.
- Nasution, Harun. *Akal dan Wahyu dalam Islam*. Jakarta: UI, 1982.
- Rakhmat, Jalaluddin. *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar*. Bandung: Mizan, 2003.
- Sardar, Ziauddin. *Masa Depan Islam*. Bandung: Pustaka Salman, 1986.
- S.Hall, Calvin dan Lindzey, Gardner. *Teori-teori Sifat dan Behavioristik*. Yogyakarta: Kanisius, 1993.
- Wilcox, Lynn. *Ilmu Jiwa Berjumpa Tasawuf*. Jakarta: Serambi, 1997. A Partanto, Pius dan Al-Barry, Dahlan. *Kamus Ilmiah Populer*. Surabaya: Arkola: Surabaya, 1994.
- Ancok, Djamaluddin dan Suroso, Fuad Nashori. *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cetakan kelima. 2004.
- Azra, Ayumardi. *Historiografi Islam Kontemporer; Wacana, Aktualitas, dan Aktor Sejarah*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002.
- Ep. Seligman, Martin. *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan, 2005.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama*. Jakarta: Rajawali Press, 2002.
- James, William. *The Varieties of Religious Experience: Perjumpaan dengan Tuhan*. Bandung: Mizan, 2004.
- Kuntowijoyo. *Paradigma Islam: Interpretasi untuk Aksi*. Bandung: Mizan, 1991.

- Kuntowijoyo. *Islam sebagai Ilmu*. Yogyakarta: Tiara Wacana, 2006.
- Kvale, steinar (ed.). *Psikologi dan Posmodernisme*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006.
- Mutthari, Murtadha. *Keadilan Ilahi: Asas Pandangan Dunia Islam*. Bandung: Mizan, 1992.
- Naisaban, Ladislaus. *Para Psikolog Terkemuka Dunia: Riwayat Hidup, Pokok Pikiran, dan Karya*. Jakarta: Grasindo, 2004.
- Najati, M. Utsman. *Alquran dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka, 1985.
- Nasution, Harun. *Akal dan Wahyu dalam Islam*. Jakarta: UI, 1982.
- Rakhmat, Jalaluddin. *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar*. Bandung: Mizan, 2003.
- Sardar, Ziauddin. *Masa Depan Islam*. Bandung: Pustaka Salman, 1986.
- S.Hall, Calvin dan Lindzey, Gardner. *Teori-teori Sifat dan Behavioristik*. Yogyakarta: Kanisius, 1993.
- Wilcox, Lynn. *Ilmu Jiwa Berjumpa Tasawuf*. Jakarta: Serambi, 1997.