

## Al-Qur'an dan Psikologi

**Muslim Afandi**

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

E-mail: [muslim.afandi@uin-suska.ac.id](mailto:muslim.afandi@uin-suska.ac.id)

### Abstract

Viewed from various aspects, al-Qur'an has long talked about psychology before the West exposed this concept. Even when by definition the concept of psychology is still "shifting in search" of the true form of meaning, Al-Qur'an explicitly explains the psychological concepts related to everything that concerns of human both from physical and psychic reviews. Al-Quran reviews about the human physical includes insan, ins, nas or unas, basyar, and bani adam or zurriyat adam. While the review of the soul/psychic is broader that start from an-nafs, ar-ruh and al-jism with all sorts of diversity of meaning and intent.

**Keywords:** Al-Quran, Psychology, Physical and Psychic

### Abstrak

Ditinjau dari berbagai aspek, al-Quran telah lama membicarakan psikologi sebelum dunia Barat memaparkan konsep ini. Bahkan ketika secara definisi konsep psikologi masih "bergeser mencari" bentuk arti yang sesungguhnya, al-Quran telah secara gamblang menjelaskan konsep-konsep psikologis berkaitan dengan segala sesuatu yang menyangkut manusia baik dari tinjauan fisik maupun psikis. Tinjau al-Quran tentang fisik manusia mencakup insan, ins, nas atau unas, basyar, dan bani adam atau zurriyat adam. Sementara tinjauan tentang jiwa/psikis lebih luas yang dimulai dari *an-nafs*, *ar-ruh* dan al-jism dengan segala macam keberagaman arti dan maksudnya.

**Keywords:** *Al-Quran, Psikologi, Fisik dan Psikis*

### Pendahuluan

Al-Quran adalah kitab agama dan hidayah yang diturunkan oleh Allah Ta'ala kepada Nabi Muhammad SAW. untuk segenap manusia. Dalam al-Quran Allah menyapa akal dan perasaan manusia, mengajarkan tauhid kepada manusia, membimbingan manusia pada agama yang luhur agar mewujudkan diri, mensucikan manusia dengan berbagai ibadah, menunjukkan manusia pada hal-hal yang dapat

membawa kebaikan dan kemaslahatan dalam kehidupan individual dan sosial mengembangkan kepribadian manusia dan meningkatkan diri manusia ke taraf kesempurnaan insani. Dengan begitu manusia dapat mewujudkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat bagi dirinya, (Usman Najati, 2005:11). Allah berfirman; *Wahai manusia sungguh telah datang kepada kalian nasehat dari Rabb kalian dan penyembuh bagi apa yang ada didalam dada serta petunjuk dan rahmat bagi kaum mukminin.* (Q.S. Yunus:57)

Al-Quran mendorong manusia untuk merenungkan perihal dirinya, keajaiban penciptaannya dan keakuratan pembentukannya. Dengan begitu manusia terdorong untuk mempelajari fisik mereka, mengkaji ilmu kedokteran, fisiologi, anatomi serta mempelajari perihal diri dan segala rahasianya. Pengenalan manusia terhadap dirinya dapat mengantarkan pada *makrifatullah*. Firman Allah : *Di bumi itu terdapat ayat-ayat bagi orang-orang yang yakin. Pada diri kalian, tidaklah kalian memperhatikan?* (Q.S. Adz-Dzariyat:20-21). Pengenalan manusia terhadap dirinya dapat membantu mengendalikan hawa nafsu, menjaganya dari kesesatan dan penyimpangan. Al-Quran banyak memuat ayat yang mengupas sifat penciptaan manusia, menjelaskan hal ihwal jiwa yang berbeda-bada, menjelaskan sebab-sebab penyimpangan dan penyakit jiwa. Ayat-ayat al-Quran yang membahas jiwa tersebut serupa dengan rambu-rambu yang dapat dijadikan petunjuk oleh manusia dalam memahami diri dan tabiatnya yang berbeda-beda.

## **Hasil dan Diskusi**

### **Pemahaman tentang Istilah Psikologi dan Jiwa**

Apa itu psikologi?. Sebagaimana halnya istilah-istilah ilmiah dan kefilosofan, istilah inipun diperoleh dari Yunani. Secara etimologis istilah psikologis berasal dari Yunani yaitu dari kata *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu. Jadi secara harfiah, psikologi berarti ilmu jiwa, atau ilmu yang mempelajari tentang gejala-gejala kejiwaan. Begitulah untuk rentang waktu yang relatif lama terutama ketika psikologi masih merupakan bagian atau cabang dari filsafat, psikologi diartikan seperti pengertian tersebut, (Alek Sobur, 2003:19).

Mussen dan Rozenzweig dalam buku *Psychology and Introduction* (1975:7) menjelaskan "pada masa lampau," psikologi diartikan sebagai ilmu yang mempelajari *mind* (pikiran), namun dalam perkembangannya kata *mind* berubah menjadi *behavior* (tingkah laku), sehingga psikologi didefinisikan sebagai ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia.

Sementara itu beberapa ahli memang kurang sependapat bahwa psikologi sama dengan ilmu jiwa walaupun ditinjau dari arti kata kedua istilah itu sama. WA. Gerungan (1987:1) adalah salah satu ahli yang tidak sependapat. Menurutnyanya: (1) Ilmu jiwa merupakan istilah bahasa Indonesia sehari-hari dan yang dikenal tiap-tiap orang sehingga kamipun menggunakannya dalam artinya yang luas dan telah lazim dipahami orang. Adapun kata psikologi merupakan istilah ilmu pengetahuan, suatu istilah yang *scientific* sehingga kami pergunakan untuk menunjukkan pengetahuan ilmu jiwa yang bercorak ilmiah tertentu. (2) Ilmu jiwa kami gunakan dalam arti yang lebih luas dari pada istilah psikologi. Ilmu jiwa meliputi segala pikiran, pengetahuan, tanggapan dan juga segala khayalan dan spekulasi mengenai jiwa itu. Psikologi meliputi ilmu pengetahuan mengenai jiwa yang diperoleh secara sistematis dengan metode-metode ilmiah yang memenuhi syarat-syaratnya seperti yang dimufakati para sarjana psikologi pada zaman sekarang ini. Istilah ilmu jiwa menunjukkan ilmu jiwa pada umumnya, sedangkan istilah psikologi menunjukkan ilmu jiwa yang ilmiah menurut norma-norma ilmiah modern.

Tampaknya para ahli psikologi modern belakangan ini memang tidak lagi mengartikan psikologi sebagai ilmu yang mempelajari gejala-gejala kejiwaan, sebab apa yang dimaksud dengan jiwa itu tidak ada seorangpun yang tahu persis. Jiwa yang mengandung arti sangat abstrak itu sukar dipelajari secara objektif. Dengan demikian sulit untuk mengenal jiwa manusia karena sifatnya yang abstrak dan satu-satunya yang dapat dilakukan adalah mengobservasi prilakunya, meskipun perilaku bukan merupakan pencerminan jiwa secara keseluruhan. Hal seperti ini sesuai dengan penegasan Allah SWT. dalam firmanNya: *"mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang jiwa atau ruh, maka katakanlah bahwa jiwa (ruh) itu adalah urusan Tuhan dan kamu tidak diberi pengetahuan (tentang jiwa itu) kecuali sedikit saja (QS, al-Israk:85)*. Ayat tersebut bukan berarti menutup kemungkinan untuk mengkaji tentang jiwa. Meskipun hanya sedikit, ayat itu mengisyaratkan bahwa jiwa atau roh adalah sesuatu yang bisa dipelajari. Namun yang tersirat dalam ayat itu adalah agar manusia mengarahkan studinya pada hal-hal yang lebih konkrit dan bermanfaat bagi manusia seperti mengenai studi perilaku manusia itu sendiri. Sedangkan fungsi jiwa adalah untuk berfikir, merasa dan berkehendak. Bagaimana kualitas ataupun corak kejiwaan seseorang dapat dilihat dari cara berfikir dan cara merasanya. Dalam al-Qur'an, aktifitas berfikir, merasa dan berkehendak berada dalam sistem nafsani (jiwa), yang berunsur *qalb* (hati), *bashirah* (hati nurani) dan *'aql* (akal), syahwat dan hawa. Jadi jiwa manusia bekerjanya bersistem, dapat disebut

sebagai sistem nafsani, dengan akal, hati, nurani, syahwat dan hawa sebagai sub sistemnya.

### **Konsep Manusia Menurut Al Qur'an**

Achmad Mubarak dalam Orasi Ilmiah tentang Al-Quran dan Psikologi (15 September 2012) mengatakan bahwa al Qur'an maupun Hadis banyak sekali menyebut manusia, menyangkut status, hak dan kewajiban, sifat serta kecenderungannya. Dalam al Qur'an manusia disebut dengan nama (1) *insan*, *ins*, *nas* atau *unas*, (2) *basyar*, dan (3) *bani Adam* atau *zurriyat Adam*. Menurut kebanyakan tafsir, manusia sebagai *basyar* lebih menunjukkan sifat lahiriah serta persamaannya dengan manusia lain sebagai satu keseluruhan sehingga nabipun seperti yang tersebut dalam (QS al-Kahfi :110) disebut sebagai *basyar* seperti manusia yang lain, hanya saja kepada Nabi diberi wahyu yang membuatnya berbeda dengan *basyar* yang lain (*innama ana basyarun mitslukum yuha ilayya*). Sedangkan nama *insan* yang berasal dari kata *uns* yang berarti jinak, harmoni dan tampak, atau dari kata *nasiya* yang artinya lupa, atau dari kata *nasa yanusu* yang artinya berguncang menunjuk kepada manusia dengan seluruh totalitasnya, jiwa dan raganya. Manusia dalam pengertian sebagai *insan* inilah yang memiliki problem-problem kejiwaan, karena kapasitas dan kualitas jiwa tiap orang berbeda-beda. Perbedaan manusia antara yang satu dengan yang lainnya bisa merupakan perbedaan fisik, bisa juga perbedaan mental dan kecerdasan. Dalam konteks terapan (konseling misalnya), pembahasan yang relevan tentang manusia adalah sebagai *insan*, yakni pada sisi dalam (jiwa) yang ada pada setiap manusia yang mempengaruhi perilakunya, yang mempengaruhi cara berfikir dan cara merasanya dalam pusaran kesadaran vs lupa, pusaran gejolak vs ketenangan, dan pusaran cinta mesra vs kebencian.

Ada dua status yang disandang manusia seperti yang disebut dalam al Qur'an, menggambarkan kebesaran sekaligus kelemahan manusia, yaitu status sebagai *khalifah Allah* (QS al-Baqarah:30) dan sebagai hamba Nya atau *'abd Allah* (QS al-Baqarah:221). Dalam hubungannya dengan Sang Pencipta, manusia adalah kecil dan lemah, karena ia hanya sebagai hamba-Nya atau *'abd Allah*, sedangkan dalam hubungannya dengan sesama ciptaan Allah di muka bumi ini, manusia memiliki kedudukan yang tinggi dan mulia, yaitu sebagai *KhalifahNya*, sebagai wakilNya dimana ia diberi tanggungjawab untuk atas nama Tuhan menegakkan hukum-hukumNya di muka bumi ini, dan sebagai imbalannya, seluruh isi bumi ini diserahkan pengelolaan dan pemanfaatannya untuk manusia.

Jadi manusia menurut al Qur'an adalah besar pada satu dimensi, dan kecil menurut dimensi yang lain. Dari dua dimensi yang kontras inilah maka manusia

dalam merespon suatu masalah terkadang berjiwa besar, sportif, bertanggungjawab, siap memberi dan berani, tetapi di kala yang lain ia berjiwa kecil, penakut, curang, tidak bertanggung jawab dan putus asa. Manusia memang unik, ia memiliki kecenderungan-kecenderungan tertentu, baik yang positif maupun yang negatif, dan diantara tarik menarik positif-negatif itulah sebenarnya hakikat kemanusiaan manusia diuji kualitasnya.

### **Istilah Jiwa dalam Al-Qur'an**

Al-Qur'an memberikan apresiasi yang sangat besar bagi kajian jiwa (*nafs*) manusia. Hal ini bisa dilihat ada sekitar 279 kali Al-Qur'an menyebutkan kata jiwa (*nafs*). Dalam Al-Qur'an kata jiwa mengandung makna yang beragam (*lafzh al-Musyaraq*). Terkadang lafaz *nafs* bermakna manusia (*insan*), "*Takutlah kalian kepada hari di mana seorang manusia (nafs) tidak bisa membela manusia (nafs) yang lainnya sedikitpun.* (QS. al-Baqarah : 48). Dan "*Sesungguhnya orang yang membunuh seorang manusia (nafs) bukan karena membunuh (nafs) manusia yang lainnya, atau melakukan kerusakan di muka bumi, seolah-olah dia membunuh seluruh manusia* (QS. al-Maidah : 32) Juga menunjukkan makna Zat Tuhan, "*Aku pilih engkau untuk Zat (nafs)-Ku.* (QS.Thaha: 41). Demikian juga lafaz *nafs* yang mengandung makna hakikat jiwa manusia yang terdiri dari tubuh dan ruh, "*Dan kalau Kami menghendaki, niscaya Kami akan berikan kepada tiap-tiap jiwa petunjuk.*" (QS.as-Sajadah: 13). Dan "*Allah tidak membebani (jiwa) seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.*" (QS. al-Baqarah: 286). Selain itu ditujukan maknanya kepada diri manusia yang memiliki kecenderungan, "*Maka, hawa nafsu Qabil menjadikannya menganggap mudah membunuh saudaranya, sebab itu dibunuhnyalah, maka jadilah ia seorang di antara orang yang merugi.*" (QS. al-Maidah: 30). Lafaz *nafs* yang bermakna bahan (*mahiyah*) manusia. (QS. Al-Qiyamah:2, Yusuf :53, al-Fajr : 27-28 dan an-Nazi'at:40). Kehendak (*thawiyah*) dan sanubari (*dhamir*) (QS. ar-Ra'd :11 dan Qaf : 16), dan beberapa makna lain yang secara umum dijelaskan dalam al-Qur'an yang tidak mungkin dijelaskan satu persatu. Quraisy Shihab, (1996 : 285-286) juga berpendapat, bahwa kata *nafs* dalam al-Qur'an mempunyai aneka makna, sekali diartikan sebagai totalitas manusia (QS:5;32), tetapi di tempat lain *nafs* menunjuk kepada apa yang terdapat dalam diri manusia yang menghasilkan tingkah laku (QS:13;11). Namun, secara umum dapat dikatakan bahwa *nafs* dalam konteks pembicaraan manusia, menunjuk kepada sisi dalam manusia yang berpotensi baik dan buruk.

Senada dengan Quraisy shihab, Muhammd Izzuddin Taufiq (2006:70-73) menyebutkan bahwa kata *nafs* dalam al-Quran mempunyai berbagai makna yaitu: (1)

Jiwa atau sesuatu yang memiliki eksistensi dan hakikat. *Nafs* dalam artian ini terdiri atas tubuh dan ruh, (2) Nyawa yang memicu adanya kehidupan. Apabila nyawa hilang, maka kematianpun datang. (3) Diri atau sesuatu tempat dimana hati nurani bersemayam. *Nafs* dalam artian ini selalu dinisbatkan kepada Allah dan juga kepada manusia. (4) suatu sifat pada diri manusia yang memiliki kecenderungan kepada kebaikan dan juga kejahatan. (5) Sifat pada manusia yang berupa perasaan dan indra yang ditinggalkannya ketika ia tertidur. (6) Satu gaya bahasa yang majemuk yang berarti “saling”. Bila dikatakan “hormatilah dirimu”, maka yang dimaksud adalah satu anjuran agar satu dengan yang lainnya saling menghormati. (7) Satu kata umum yang berlaku untuk lelaki, wanita dan juga kaum/kabilah. (8) Seseorang tertentu (yakni Adam a.s.) seperti dalam (QS. an Nisaa ayat 1). Semua makna inilah yang tersirat dalam al-Quran. Namun apabila kita mengamati dan menganalisisnya lebih lanjut, maka sesungguhnya makna tersebut dapat disimpulkan menjadi dua makna, *pertama* satu kata umum mencakup semua yang ada dalam diri manusia. Kebalikan kata ini dalam al-Quran adalah *al afaaqu* atau semesta, *kedua* satu kata khusus yang berarti jiwa dan ruh. Kebalikan kata ini dalam al-Quran adalah tanah atau fisik.

Secara umum dapat dikatakan bahwa *nafs* dalam konteks pembicaraan tentang manusia menunjuk kepada sisi dalam diri manusia. Al-Quran dalam menggunakan kata *al-nafs* untuk menunjukkan sisi dalam diri manusia, sedikitnya ada 4 pengertian yang dapat diperoleh. Pertama, bahwa *nafs* berhubungan dengan nafsu keinginan (QS. Yusuf: 53); kedua, *nafs* berhubungan dengan nafas kehidupan (QS. Ali Imran: 185, al-Anbiya: 35); ketiga, *nafs* berhubungan dengan jiwa; dan keempat *nafs* berhubungan dengan diri manusia (QS. al-An'am: 164).

Secara fungsional *nafs* juga dipersiapkan untuk dapat menampung dan mendorong manusia untuk melakukan perbuatan baik dan buruk. Di sisi lain, al-Quran juga mengisyaratkan keanekaragaman *nafs* dari segi tingkatan. Tingkatan tersebut adalah *nafs al-ammarah*, *nafs al-lawwamah*, dan *nafs muthmainnah*. Begitu pula menurut Ibnu Qoyyim yang mendasarkan pendapatnya kepada Al-Qur'an, sunnah, ijma sahabat, argumentasi akal dan fitrah. Dia menyebutkan banyak ayat Al-Qur'an dan hadis yang menyebutkan kebenaran pendapat tentang jiwa ini. Dia menjelaskan bahwa jiwa manusia itu satu, tetapi memiliki tiga sifat dan dinamakan sifat yang mendominasinya. Ada jiwa yang disebut *muthma'innah* (jiwa yang tenang) karena ketenangannya dalam beribadah, bermahabbah, berinabah, bertawakkal, serta keridhaannya dan kedamainnya kepada Allah SWT. Ada jiwa yang bernama *nafsu lawwamah* karena tidak selalu berada pada satu keadaan dan ia selalu mencela; atau dengan kata lain, selalu ragu-ragu, menerima dan mencela secara bergantian. Ada juga pendapat yang mengatakan bahwa *nafsu lawwamah* dinamakan demikian karena

orangnya sering mencela. Sedang *nafsu ammarah* adalah nafsu yang menyuruh kepada keburukan. Jadi, jiwa manusia merupakan satu jiwa yang terdiri dari *ammarah*, *lawwamah*, dan *muthma'innah* yang menjadi tujuan kesempurnaan dan kebaikan manusia. Ada kemiripan antara pendapat Ibnu Qoyyim dan pendapat Ibnu Taimiyah sebelumnya tentang tiga sifat jiwa ini (Utsman Najati: 2002).

### **Struktur Jiwa dalam Al-Quran**

Pembahasan tentang struktur jiwa tentu tidak terlepas dari pembahasan substansi manusia itu sendiri. Berdasarkan pandangan pada ayat-ayat Al-Qur'an, khususnya dalam teori struktur manusia, Al-Ghazali menguraikan bahwa struktur manusia (eksistensi manusia) terdiri dari : *An-nafs* (substansi yang berdiri sendiri dan bertempat ditubuh), *Ar-ruh* (panas alami yang mengalir pada pembuluh-pembuluh darah, otot-otot, dan syaraf-syaraf), dan *Al-jism* (yang tersusun dari unsur-unsur materi).

Pada umumnya, ahli membagi substansi manusia atas jasad dan ruh, tanpa memasukkan nafs. Masing-masing aspek yang berlawanan ini pada prinsipnya saling membutuhkan. Jasad tanpa ruh merupakan substansi yang mati, sedangkan ruh tanpa jasad tidak dapat teraktualisasi. Karena saling membutuhkan maka diperlukan sinergi yang dapat menampung kedua natur yang berlawanan, yang dalam terminologi psikologi islam disebut *nafs*. Pembagian substansi tersebut seiring dengan pendapat Khair al-Din al-Zarkaliy yang dirujuk dari konsep Ikhwan al-Shafa.

#### 1) Substansi Jasmani

Jasad (jisim) adalah substansi manusia yang terdiri atas struktur organisme fisik. Organisme fisik manusia lebih sempurna dibanding dengan organisme fisik makhluk-makhluk lain. Setiap makhluk biotik-lahiriyah memiliki unsur material yang sama, yakni terbuat dari unsur tanah, api, udara, dan air. Keempat unsur tersebut merupakan materi yang abiotik (mati). Ia akan hidup jika diberi energi kehidupan yang bersifat fisik (*Thaqab al-Jisimiyah*). Energi kehidupan ini lazimnya disebut dengan nyawa, karena nyawa manusia hidup. Ibnu Maskawaih dan Abu al-Hasan al-Asy'ary menyebut energi tersebut dengan *al-hayah* (daya hidup), sedangkan al-Ghazaly menyebutnya dengan istilah *al-ruh jasmaniyah* (ruh material). Dengan daya ini, jasad manusia dapat bernafas, merasakan sakit, panas-dingin, pahit-manis, haus-lapar, seks dan sebagainya. *Al-hayat* berbeda dengan *al-ruh*, sebab ia ada sejak adanya sel kelamin, sedang *al-ruh* menyatu dengan tubuh manusia setelah embrio berusia empat bulan dalam kandungan. Ruh bersifat substansi (*jaubar*) yang hanya dimiliki manusia, sedang nyawa merupakan sesuatu yang baru (*'aradh*) yang juga dimiliki oleh hewan.

Jisim manusia memiliki natur tersendiri. Al-Farabi menyatakan bahwa komponen ini dari alam ciptaan, yang memiliki bentuk, rupa, bergerak, berkualitas, berkadar, serta berjasad yang terdiri dari beberapa organ. Begitu juga al-Ghazaly memberikan sifat komponen ini dengan dapat bergerak, memiliki rasa, berwatak gelap dan kasar, dan tidak berbeda dengan benda-benda lain. Sementara Ibnu Rusyd berpendapat bahwa komponen jasad merupakan komponen materi. Sedang menurut Ibnu Maskawaih bahwa badan sifatnya material. Ia hanya dapat menangkap satu bentuk yang konkret, dan tidak dapat menangkap yang abstrak. Jika ia telah menangkap satu bentuk kemudian perhatiannya berpindah pada bentuk yang lain maka bentuk pertama itu lenyap.

Ikhwan al-Shafa menyatakan bahwa komponen ini naturnya inderawi, empirik, dan dapat disifati. Ia terstruktur dari dua substansi yang sederhana dan berakal, yaitu hayula dan shurah. Substansinya sebenarnya mati. Kehidupannya bersifat 'aradh karena berdampingan dengan nafs. Nafs yang menjadikannya hidup bergerak dan memberi daya dan tanda. Ia bersifat duniawi. Jisim manusia memiliki natur buruk. Keburukan jasad disebabkan oleh (1) ia penjara bagi ruh, (2) mengganggu kesibukan ruh untuk beribadah kepada Allah SWT, (3) dan jasad tidak mampu mencapai makhrifat Allah.

## 2) Substansi Ruhani

Ruh merupakan substansi psikis manusia yang menjadi esensi kehidupannya. Sebagian ahli menyebut ruh sebagai badan halus (*jism lathif*), ada yang substansi sederhana (*jauhar basith*), dan ada juga substansi ruhani (*jauhar ruhani*). Ruh yang menjadi pembeda antara esensi manusia dengan esensi makhluk lain. Ruh berbeda dengan spirit dalam terminologi psikologi, sebab term ruh memiliki arti *jauhar (substance)*, sedang spirit lebih bersifat 'aradh (*accident*).

Ruh merupakan substansi yang memiliki natur tersendiri. Menurut Ibnu Sina, ruh adalah kesempurnaan awal jisim alam manusia yang tinggi yang memiliki kehidupan dengan daya. Sedang menurut al-Farabi, ruh berasal dari alam perintah (*amar*) yang mempunyai sifat berbeda dengan jasad. Hal itu dikarenakan ia dari Allah, kendatipun ia tidak sama dengan zat-Nya. Sedang menurut al-Ghazali, ruh ini merupakan lathifah (sesuatu yang halus) yang bersifat ruhani. Ia dapat berpikir, mengingat, mengetahui dan sebagainya. Ia juga sebagai penggerak keberadaan jasad manusia. Sifanya ghaib. Sedangkan Ibnu Rusyd memandang ruh sebagai citra kesempurnaan awal bagi jasad alami yang organik. Kesempurnaan itu karena ruh dapat dibedakan dengan kesempurnaan yang lain yang merupakan pelengkap dirinya, seperti yang terdapat pada berbagai perbuatan. Sedangkan disebut organik karena ruh merupakan jasad yang terdiri dari organ-organ.

Fitrah ruh multi dimensi yang tidak dibatasi ruang dan waktu. Ruh dapat keluar-masuk ke dalam tubuh manusia. Ruh hidup sebelum tubuh manusia ada (QS. al- A'raf;172, al-Ahzab 72). Kematian tubuh bukan berarti kematian ruh. Ruh masuk ke dalam tubuh manusia ketika tubuh tersebut siap menerimanya. Di alam arwah (sebelum bersatunya ruh dan jasad), sebagaimana dalam QS. al-A'raf ayat 172, Allah SWT telah mengatakan perjanjian primordial dengan ruh, yang mana perjanjian ini merupakan natur aslinya. Saiyid Husen Naser menyatakan bahwa ayat tersebut berkaitan dengan asrar alastu (rahasia *alastu*) yang mana Allah SWT telah memberikan perjanjian kepada ruh manusia. Sedangkan Ikhwan Shafa menyatakan bahwa firman tersebut berkaitan dengan ruh di alam perjanjian (*'alam mitsaq*) atau disebut alam al-ardh al-awwal (alam perjanjian pertama). Ruh pada prinsipnya memiliki natur yang baik dan bersifat ketuhanan (*ilahiyah*). Ia merupakan substansi samawi dan alamnya alam ruhani. Ia hidup melalui zatnya sendiri yang tidak butuh makan, minum serta kebutuhan jasmani lainnya.

Pembahasan tentang ruh dibagi menjadi dua bagian ; pertama, ruh yang berhubungan dengan zatnya sendiri ; dan kedua, ruh yang berhubungan dengan jasmani. Ruh yang pertama disebut dengan *al-munazzalah*, sedang yang kedua disebut dengan *al-gharizah*, atau disebut dengan *nafsaniah*. Ruh *al-munazzalah* berkaitan dengan esensi asli ruh yang diturunkan atau diberikan secara langsung oleh Allah SWT kepada manusia. Ruh ini esensinya tidak berubah, sebab jika ia berubah berarti berubah pula eksistensi manusia.

Ruh ini diciptakan di alam ruh (*'alam al-arwah*) atau di alam perjanjian (*'alam al-mitsaq aw 'alam al-'abd*). Karena itu, ruh *munazzalah* ada sebelum tubuh manusia ada, sehingga sifatnya sangat ghaib yang adanya diketahui melalui informasi wahyu. Ruh *al-munazzalah* melekat pada diri manusia. Ruh ini dapat dikatakan sebagai fitrah asal yang menjadi esensi (hakikat) struktur manusia. Fungsinya berguna untuk memberikan motivasi dan menjadikan dinamisasi tingkah lakunya. Ruh ini membimbing kehidupan spiritual nafsani manusia. Kehidupan nafsan manusia yang dimotivasi oleh ruh *al-munazzalah* akan menerima pancaran nur illahi yang suci yang menerangi ruangan nafasani manusia, meluruskan akal budi dan mengendalikan impuls-impuls rendah.

Wujud ruh *munazzalah* adalah *al-amanah*. Fazlur Rahman menyatakan bahwa amanah merupakan inti kodrat manusia yang diberikan sejak awal penciptaan, tanpa amanah manusia tidak memiliki keunikan dengan makhluk-makhluk lain. Amanah adalah titipan atau kepercayaan Allah (taklif) yang dibebankan kepada manusia untuk menjadi hamba dan khalifah di muka bumi. Tugas hamba adalah menyembah dan berbakti kepada penciptanya (QS al-Dzariyat : 56) sebab di alam arwah manusia telah

berjanji bahwa Allah adalah Tuhannya (QS. Al-A'raf:172). Sedang tugas khalifah adalah menjadi wakil Allah di muka bumi (QS. Al-Baqarah:30, al-Shad:26), pengganti dan penerus orang-orang yang mendahuluinya (QS al-An'am:165), pewaris-pewaris di bumi (QS. Al-Naml:62). Ruh al-munazzalah perlu pengingat, petunjuk maupun pembimbing. Sedang pengingat yang dimaksud adalah al-quran (QS. Al-baqarah:2) dan sunnah (QS. Al-Hasyr: 7). Apabila aspek inern ruhani (al-gharizah) lupa akan dirinya, maka ruh ini memberi peringatan. Sedangkan al-gharizah adalah bagian dari ruh manusia yang berhubungan dengan jasad.

### 3) Substansi Nafsani

Nafs dalam khazanah islam memiliki banyak pengertian. Nafs dapat berarti jiwa (soul), nyawa, ruh, konasi yang berdaya syahwat dan ghadab, kepribadian, dan substansi psikofisik manusia. Maksud nafs dalam bagian ini adalah sebagaimana dalam pengertian yang terakhir. Pada substansi nafs ini, komponen jasad dan ruh bergabung. Struktur nafsani merupakan struktur psikofisik dari kepribadian manusia, struktur ini diciptakan untuk mengaktualisasikan semua rencana dan perjanjian Allah Swt. Kepada manusia di alam arwah. Aktualisasi itu berwujud tingkah laku atau kepribadian. Struktur nafsani tidak sama dengan struktur jiwa sebagaimana yang dipahami dalam Psikologi Barat. Ia merupakan paduan integral antara struktur jasmani dan struktur rohani. Aktifitas psikis tanpa fisik merupakan sesuatu yang gaib, sedang aktifitas fisik tanpa psikis merupakan mesin atau robot. Kepribadian manusia yang terstruktur dari nafsani bukanlah seperti kepribadin malaikat dan hewan yang diprogram secara deterministik. Ia mampu berubah dan dapat menyusun drama kehidupannya sendiri. Kehidupan seperti itu akan terwujud apabila terjadi interaksi aktif antara aspek fisik dan psikis dari sturuktur nafsani.

Nafs memiliki natur gabungan antara natur jasad dan ruh. Nafs adalah potensi jasadi-ruhani (psikofisik) manusia yang secara inern telah ada sejak manusia siap menerimanya. Potensi ini terikat dengan hukum yang bersifat jasadi-ruhani. Semua potensi yang terdapat pada nafs bersifat potensial, tetapi dapat teraktualisasi jika manusia mengupayakan. Setiap komponen yang ada memiliki daya-daya laten yang dapat menggerakkan tingkah laku manusia. Aktualisasi nafs membentuk kepribadian, yang perkembangannya dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

Substansi nafs memiliki *potensi gharizah*. Jika potensi ini dikaitkan dengan substansi jasad dan ruh maka dapat dibagi menjadi tiga bagian : (1) al-qalb yang berhubungan dengan rasa dan emosi, (2) al-aql yang berhubungan dengan cita atau kognisi, dan (3) daya al-nafs yang berhubungan dengan karsa atau konasi. Ketiga potensi tersebut merupakan sub-sistem nafs manusia yang dapat membentuk

kepribadian. Untuk memahami masing-masing komponen *gharizah* ini perlu rincian tersendiri sebagai berikut:

a. Kalbu

Kalbu (*al-qalb*) merupakan materi organik yang memiliki sistem kognisi yang berdaya emosi. Al-Ghazali secara tegas melihat kalbu dari dua sifat, yaitu kalbu jasmani dan kalbu ruhani. Kalbu jasmani adalah daging sanubari yang berbentuk seperti jantung pisang yang terletak di dada sebelah kiri. Kalbu ini lazimnya disebut jantung (*heart*). Sedangkan kalbu ruhani adalah sesuatu yang bersifat halus (*lathif*), rabbani, dan ruhani yang berhubungan kalbu jasmani. Bagian ini merupakan esensi manusia.

Al-Ghazali berpendapat bahwa kalbu memiliki insting yang disebut dengan *al-nur al-ilahi* (cahaya ketuhanan) dan *al-bashirah al-bathin* (mata batin) yang memancarkan keimanan dan keyakinan. Al-zamakhsary menegaskan bahwa kalbu itu diciptakan oleh Allah SWT. Sesuai dengan fitrah asalnya dan berkecenderungan menerima kebenaran dari-Nya. Dari sisi ini kalbu ruhani merupakan bagian esensi dari nafs manusia. Kalbu ini berfungsi sebagai pemandu, pengontrolan, dan pengendali struktur nafs yang lain. Apabila kalbu ini berfungsi secara normal, maka kehidupan manusia menjadi baik dan sesuai dengan fitrah aslinya, sebab kalbu ini memiliki natur ilahiah atau rabbaniah. Natur ilahiah merupakan natur supra-kesadaran yang dipancarkan dari Tuhan. Dengan natur ini maka manusia tidak sekadar mengenal lingkungan fisik dan sosialnya, melainkan juga mampu mengenal lingkungan spiritual, ketuhanan, dan keagamaan. Oleh karena natur inilah, maka kalbu disebut juga fitrah ilahiah atau fitrah rabbaniah nuraniah.

Ketika mengaktual, potensi kalbu tidak selamanya menjadi tingkah laku yang baik. Baik-buruknya sama tergantung pada pilihan manusia sendiri. Sabda Nabi SAW “sesungguhnya di dalam tubuh terdapat segumpal daging. Apabila ia baik maka semua tubuh menjadi baik, tetapi apabila ia rusak maka semua tubuh menjadi rusak. Ingatlah bahwa ia adalah kalbu.” (H.R al-Bukhari dari Nu'man ibn Basyir).

Diskursus mengenai kalbu lebih banyak dibahas oleh para sufi. Bagi para sufi, kalbu adalah sesuatu yang bersifat halus dan rabbani yang mampu mencapai hakikat sesuatu. Kalbu mampu memperoleh pengetahuan (*al-ma'rifah*) melalui daya cita-rasa (*al-zawqiyah*). Kalbu akan memperoleh puncak pengetahuan apabila manusia telah mensucikan dirinya dan menghasilkan ilham (bisikan suci dari Allah SWT) dan *kasyf* (terbukanya dinding yang menghalangi kalbu). Menurut al-Qusyairy, pengetahuan kalbiah jauh lebih luas dari pada pengetahuan aqliyah. Akal tidak mampu memperoleh pengetahuan yang sebenarnya mengenai Tuhan, sedangkan kalbu dapat mengetahui hakikat semua yang ada.

Al-Ghazali berpendapat bahwa kalbu diciptakan untuk memperoleh kebahagiaan akhirat. Kebahagiaan kalbu sangat tergantung pada ma'rifah kepada Allah SWT. Ma'rifah pada Allah SWT sangat tergantung pada perenungan terhadap ciptaan-Nya. Pengetahuan tentang ciptaan Allah SWT hanya dapat diperoleh melalui indera. Dengan uraian ini, maka dapat disimpulkan bahwa indera harus bersumber dari kalbu. Tanpa kalbu, maka indera manusia tidak akan mampu memperoleh daya persepsi, terutama persepsi spiritual. Daya persepsi manusia akan terwujud apabila terjadi interelasi daya-daya kalbiah dengan daya-daya indera.

Kalbu secara psikologis memiliki daya-daya emosi, yang menimbulkan daya rasa. Sementara at-Thabathabai menyebut dalam tafsirnya bahwa fungsi kalbu selain berdaya emosi juga berdaya kognisi. Hal ini menunjukkan bahwa kalbu memiliki dua daya, yaitu daya kognisi dan daya emosi. Daya emosi kalbu lebih banyak diungkap daripada daya kognisinya, sehingga para ahli sering menganggap kalbu sebagai aspek nafsan yang berdaya emosi. Apabila terpaksa menyebut kalbu sebagai daya kognisi, itupun hanya dibatasi pada kognisi yang diperoleh melalui pendekatan cita-rasa bukan pendekatan nalar.

Daya emosi kalbu ada yang positif dan negatif. Emosi positif misalnya cinta, senang, riang, percaya (iman), tulus, dan sebagainya. Sedangkan emosi negatif seperti benci, sedih, ingkar, dan sebagainya. Daya emosi kalbu dapat teraktualisasi melalui rasa intelektual, rasa inderawi, rasa etika, rasa estetika, rasa sosial, rasa ekonomi, rasa religius dan sebagainya. Ma'an Ziyadah lebih lanjut menegaskan kalbu berfungsi sebagai alat untuk menangkap hal-hal yang doktriner, memperoleh hidayah, ketakwaan, dan rahmah, serta mampu memikirkan dan merenungkan sesuatu.

Fungsi kalbu dalam Al-Quran seperti dalam kategori berikut ini : Dari sudut fungsinya, kalbu memiliki (1) fungsi emosi yang menimbulkan daya rasa ; (2) fungsi kognisi yang menimbulkan daya cipta ; dan (3) fungsi konasi yang menimbulkan daya karsa. Dari sudut kondisinya. Kalbu memiliki kondisi (1) baik, yaitu kalbu yang hidup, sehat, dan mendapat kebahagiaan ; (2) buruk, yaitu kalbu yang mati dan mendapatkan kesengsaraan, dan (3) antara baik dan buruk, yaitu kalbu yang hidup tetapi berpenyakit (*mardh*).

#### b. Akal

Akal manusia, menurut al-Ghazali dalam Bastaman (2005:81), sangat beragam dan dapat dikelompokkan sebagai berikut: (1) akal praktis (*al-amilat*) dan (2) akal teoritis (*al-alimat*) berdasarkan tinggi jangkauannya dapat dibedakan atas; akal material (*al-aql al-hayulani*), akal mungkin (*al-aql al-malakati*), akal aktual (*al-aql bi al-fi`li*) dan akal perolehan (*al-`aql al-mustafad*). Kemampuan ini ada batasnya, yaitu di atas akal ada ilham yang dimensinya lebih tinggi dan mendekati hakikat.

Inilah salah satu kelebihan rasio qalbani, yaitu mendapatkan ilham. Setelah tenggelam dalam tasawuf, al-Ghazali kemudian membaginya ke dalam dua bagian, yaitu (1) akal (berfikir dan belajar) dan (2) taklid (mengikuti) kepada nabi.

Dari pemaparan al-ghazali tersebut dapat disimpulkan bahwa akal yang dimaksud dengan berpikir di sini adalah rasio nafsani dan taklid yang mengikuti nabi sebagai rasio qalbani. Memang dalam rasio qalbani sangat jauh berbeda dengan rasio nafsani; ia tidak menyangkal karena semua yang terekam olehnya adalah kebaikan dan kebenaran, bertumpu pada keyakinan sehingga melahirkan sebuah tindakan taklid, yaitu ikut berdasarkan keyakinan bahwa segala perbuatan yang sesuai dengan tingkah laku nabi adalah benar.

Menurut Ma'an Ziyadat dan Ar-Raghib Al-Ashfahany dalam Mujib dan Mudzakir (2002:52), secara etimologi akal memiliki arti *al-imsak* (menahan), *al-ribath* (ikatan), *al-hajr* (menahan), *an-nahy* (melarang), dan *man'u* (mencegah). Memang kata akal sendiri tidak ditemukan dalam bentuk kata benda. Perlu tinjauan lain untuk mengetahui pemaknaan sebenarnya tentang akal. Akal juga bisa disinonimkan dengan otak yang menurut Malinda Jo Levin dalam Mubarak (2002:32) bahwa otak kiri berkerja untuk hal-hal yang bersifat logik, seperti bahasa, berbicara, hitungan matematika dan menulis sedangkan otak kanan berkerja untuk hal-hal yang bersifat emosi, seperti seni, apresiasi, intuisi dan fantasi.

#### c. Akal Hidup

Tak bisa berfikir (*miss-opsi*), sebab segala informasi yang masuk kedalam akal hidup, terurai dalam satu persepsi akan kebenaran. Oleh karena itu, yang timbul adalah pembenaran dan pengakuan dan kesiapan mengikuti. Dalam terminologi al-Ghazali disebut dengan taklid (ikut tanpa perlu mempertanyakan).

#### d. Akal Sehat

Akal yang menunjukkan sesuatu kepada pembuktian dan penuh perhitungan. Kesempurnaan akal jenis ini adalah memberikan suatu statmen atau argumentasi yang kebenarannya diakui oleh umum, berdasarkan data-data dan siap untuk diuji coba akan kebenaran dari teori yang dilahirkannya.

#### e. Akal Sakit

Akal yang sakit adalah akal yang jika dilihat secara fisik, memiliki kaitan dengan gangguan fisik. Seperti orang yang sakit gigi atau demam tinggi akan terasa berat menggunakan akal. Orang yang akalnya sakit, disebabkan gejala fisik biologis, maka cenderung tidak destruktif (merusak) bahkan ia akan terlihat lemah, baik secara fisik atau psikis. Sedangkan secara rohani adalah sakit pada bagian qalb (hati), penyebabnya adalah dosa, baik yang dilakukan secara sengaja atau tidak, seperti

provokator (hasud), dengki (hasad), unjuk diri (ujub), sombong (takabur), berbangga diri (tafakhur), angkuh (mukhtal), ria, kikir (bakhil), mengumpat (gibah), berbohong (kidzib), mengadu domba (namimah). Pada penderita terlihat sehat walau sebenarnya mereka itu adalah sekelompok orang yang sangat berbahaya. Mereka bisa menghancurkan dan tidak punya rasa belas kasihan dalam neghakimi orang lain disekitarnya.

#### f. Akal Mati

Orang yang akalnya telah mati berarti secara fisik memang ada kerusakan di jaringan signal otak yang disebut disfungsi. Penderitanya seperti orang gila yang tidak lagi bisa mengontrol dirinya sendiri baik secara fisik apalagi psikis.

### Simpulan

Psikologi yang terambil dari kata *psyche* dan *logos* (Yunani) kurang tepat jika dimaknai ilmu jiwa. Jiwa, yang merupakan salah satu dari arti *psyche* bersifat abstrak. Dalam proses perkembangannya kajian jiwa itu “bergeser” menjadi tingkah laku atau prilaku, karena ternyata perilaku merupakan manifestasi atau cerminan kondisi psikis atau jiwa seseorang. Dalam al-Quran kajian jiwa dengan segala macam aspeknya berulang kali Allah firmankan dan berbarengan dengan hampir semua aspek dan lini kehidupan dan bahkan berkesan lebih luas dibanding kajian psikologi Barat. Melihat begitu komprehensifnya kajian psikologi qurani tersebut maka al-Quran bisa dikatakan sebagai " *kitab psikologi* " yang tidak pernah habis untuk dikaji dan dipelajari.

### Daftar Pustaka

Al-Quran dan Terjemahnya

An-Najjar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawwuf*, Jakarta : Pustaka Azzam, 2004.

Sobur, Alex *Psikologi Umum dalam Lintas sejarah*, (Bandung: Pustaka setia, 2005.

Gerungan, *Psikologi Sosial*, Bandung: Eresco,1991.

Najati, Muhammad Usman, *Psikologi Qurani, Psikologi dalam Perspektif Al-Quran*, Solo: Aulia Press, 2008.

Najati, Usman, *Jiwa dalam Pandangan para Filosof Muslim*, Bandung: Pustaka Hidayah, 2002.

\_\_\_\_\_, *Psikologi Qurani, Psikologi dalam Perspektif Al-Quran*, Solo: Aulia Press, 2008.

\_\_\_\_\_, *Psikologi dalam Al-Quran, Terapi Qurani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, Bandung: Pustaka setia, 2005.

Mubarok, Achmad, *Konseling Agama, Teori dan Kasus*, Jakarta: Bina Rena, 2003.

\_\_\_\_\_, *Jiwa dalam Al-quran, Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern*, Jakarta: Paramadina, 2000.

- Taimiyah, Ibnu, *Majmu'ah al-Fatawa*, vol.10, '*Ilm al Suluk, Isyraf a-Riyasah al-'Ammah li asy-Syu'un al-Haraamain asy-Syarifain*, Saudi, t.t.
- Shihab, M. Quraish, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996.
- Taufiq, Muhammad Izzuddin, *Panduan Lengkap dan Praktis psikologi Islam*, Jakarta:Gema Insani, 2006.