

PENDEKATAN PSIKOLOGI DALAM KAJIAN PENDIDIKAN ISLAM

Firman Mansir
Universitas Pamulang
firmanmansir@gmail.com

ABSTRACT

This study examines psychology as an approach in Islamic studies, especially in Islamic education. Islamic psychology and education basically have the same pattern in seeing various cases in scientific buildings, so that in Islamic studies such as Islamic education, an approach is required to look at deeper social phenomena, namely by using a psychological approach. This research is literature study (*library research*) that is research which come from library materials by using qualitative approach. Therefore, what is done is the exploration of some data both primary and secondary data with concrete steps as follows: read and examine in depth primary data such as books which is the result of research, thesis or dissertation related to psychology and education of Islam. Therefore, psychology as an approach can give birth to findings that fit the context. In Islamic studies, especially Islamic education can be access for other sciences to serve as a tool in viewing various social problems. It then happens with the psychology and education of Islam because it gave birth to the psychology of Islamic education.

Keywords: Approach, Psychology, and Islamic Education

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji psikologi sebagai sebuah pendekatan dalam kajian keislaman khususnya pada pendidikan Islam. Psikologi dan pendidikan Islam pada dasarnya memiliki corak yang sama dalam melihat berbagai kasus dalam bangunan keilmuan, sehingga pada kajian keislaman seperti pendidikan Islam, dibutuhkan sebuah pendekatan untuk melihat fenomena sosial lebih dalam, yaitu dengan menggunakan pendekatan psikologi. Penelitian ini merupakan studi pustaka (*library research*) yaitu penelitian yang bersumber dari bahan-bahan kepustakaan dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Oleh karena itu, yang dilakukan adalah eksplorasi terhadap sejumlah data baik itu data primer maupun data sekunder dengan langkah konkret sebagai berikut: membaca serta menelaah secara mendalam data primer seperti buku yang merupakan hasil penelitian, tesis maupun disertasi yang terkait dengan psikologi dan pendidikan Islam. Karena itu, psikologi sebagai sebuah pendekatan dapat melahirkan temuan yang sesuai dengan konteksnya. Dalam kajian keislaman khususnya pendidikan Islam dapat menjadi akses bagi ilmu-ilmu lainnya untuk dijadikan sebagai alat dalam melihat berbagai problem sosial. Hal itu yang kemudian terjadi dengan psikologi dan pendidikan Islam sebab dengan itu melahirkan psikologi pendidikan Islam.

Kata Kunci: Pendekatan, Psikologi, dan Pendidikan Islam

PENDAHULUAN

Pendidikan Islam adalah sistem pendidikan yang sengaja didirikan dan diselenggarakan dengan hasrat dan niat atau rencana yang sungguh-sungguh untuk

mengejawantahkan ajaran dan nilai-nilai Islam, sebagaimana tertuang atau terkandung dalam visi, misi, tujuan program kegiatan maupun praktiknya. Karena itu, ada dua misi yang harus ditempuh dalam pendidikan Islam.

Pertama, menanamkan pemahaman Islam secara komprehensif agar peserta didik mampu mengetahui ilmu-ilmu Islam sekaligus mempunyai kesadaran untuk mengamalkannya. Kedua, memberikan bekal kepada peserta didik agar nantinya dapat berkiprah dalam kehidupan masyarakat yang nyata, serta bertahan menghadapi tantangan kehidupan melalui cara-cara yang benar. Dengan demikian, pendidikan Islam sangat berbeda dengan pendidikan barat yang dalam mengonstruksi ilmu pengetahuan bercorak sekuler yang melahirkan ilmu pengetahuan yang jauh dari nilai-nilai spiritual, moral dan etika. Itu sebabnya dalam kajian ini perlu sebuah pendekatan psikologi untuk melihat pendidikan Islam lebih komprehensif dan terbuka sebagai wujud dalam khasanah keilmuan.

Pendidikan Islam sekarang ini dihadapkan pada tantangan kehidupan manusia modern. Sehingga pendidikan Islam harus diarahkan pada kebutuhan masyarakat modern. Dalam menghadapi suatu perubahan diperlukan suatu desain paradigma baru di dalam menghadapi tuntutan-tuntutan yang baru. Menurut Thomas Khun, apabila tantangan-tantangan baru tersebut dihadapi dengan menggunakan paradigma lama, maka segala usaha yang dijalankan akan memenuhi kegagalan. Karena itu, pendidikan Islam perlu didesain untuk menjawab tantangan perubahan zaman tersebut, baik pada sisi konsepnya, paradigmanya, pendekatannya serta mengkonstruksinya agar dapat relevan dengan perubahan masyarakat.

Perlu adanya upaya yang urgen untuk melakukan rekonstruksi pendidikan Islam, dan yang mesti dilakukan pertama kali adalah pandangan dunia Islam atau bagaimana epistemologi Islam yang berdasarkan pada alquran dan al-Hadis ditambah dengan memahami perkembangan dunia kontemporer. Walaupun disatu sisi pembangunan epistemologi Islam tidak

mungkin disandarkan pada disiplin-disiplin ilmu yang ada, akan tetapi perlu mengembangkan paradigma-paradigma baru dimana peradaban Islam yang meliputi sains, teknologi, politik, ekonomi, psikologi dan sebagainya dapat dipelajari dan dikembangkan dalam hubungannya dengan kebutuhan-kebutuhan dan realitas kontemporer (Ancok & Suroso, 2004). Dalam hal ini adalah pendidikan Islam dan Psikologi, adanya sebuah pendekatan psikologi untuk melihat pendidikan Islam secara komprehensif untuk mewujudkan epistemologi dengan paradigma tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi pustaka (*library research*) yaitu penelitian yang bersumber dari bahan-bahan kepustakaan (Muhadjir, 1996). Oleh karena itu, yang dilakukan adalah eksplorasi terhadap sejumlah data baik itu data primer maupun data sekunder dengan langkah konkret sebagai berikut: membaca serta menelaah secara mendalam data primer seperti buku yang merupakan hasil penelitian, tesis maupun disertasi yang terkait dengan psikologi dan pendidikan Islam. Sementara itu, untuk data sekunder, penulis membaca dan menelaah buku dan jurnal yang relevan dengan penelitian ini, kemudian selanjutnya dianalisis dalam perspektif pendidikan Islam.

Metode pengumpulan data dengan mengumpulkan berbagai buku, artikel, jurnal yang didalamnya mengkaji psikologi dan pendidikan Islam. Setelah data itu terkumpul kemudian dilakukan sebuah pemilahan antara buku, jurnal dan artikel yang membahas tentang psikologi dan pendidikan Islam. Selanjutnya dianalisis secara deduktif dan induktif (Abdullah & Rusli, 1989). Metode deduktif digunakan dalam rangka memperoleh gambaran tentang psikologi Islam sebagai kajian keislaman secara detail. Sementara metode induktif digunakan dalam

rangka memperoleh dan mengungkapkan gambaran mengenai pendidikan Islam secara utuh.

Analisis data merupakan cara untuk mengolah data yang diperoleh selama penelitian dilakukan hingga dapat ditarik sebuah kesimpulan. Setelah data psikologi Islam terkumpul, selanjutnya dianalisis dengan metode deskriptif-analitik. Deskriptif adalah metode yang menggunakan pencarian fakta yang diinterpretasikan dengan tepat. Sedangkan analisis adalah menguraikan sesuatu secara cermat dan terarah. Data yang dianalisis kemudian dipaparkan dengan metode deduktif yang berangkat dari teori umum untuk menuju pada kesimpulan yang merupakan jawaban dari permasalahan penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam perkembangannya, psikologi modern memberi tempat khusus bagi kajian tentang perilaku-prilaku keagamaan. Kajian-kajian seperti ini biasanya dapat kita temukan dalam buku-buku teks psikologi agama. Menarik untuk mencoba mengkaji ulang bagaimana psikologi modern (Psikoanalisis aliran perilaku, Psikologi Behaviorisme dan Psikologi Humanistik) tentang perilaku beragama ini.

Psikoanalisis tentang perilaku beragama

Sigmund Freud mengagas psikoanalisis, menerangkan manusia dengan teori tentang struktur kepribadian manusia. Tiga komponen yang termasuk dalam struktur kepribadian adalah Id, Ego dan Superego (dalam Jalaluddin, 2008). Ketika manusia dilahirkan, ia hanya memiliki Id atau dorongan-dorongan yang minta dipuaskan. Dalam perkembangan selanjutnya tumbuhlah superego dalam diri manusia. Superego adalah nilai-nilai yang diterima individu dari lingkungannya. Antara Id dan Superego selalu muncul pertentangan. Id mewakili

kepentingan pribadi sedangkan Superego mewakili norma-norma masyarakat. Untuk mengatur mekanisme diantara keduanya, berperanlah Ego.

Mencermati pandangan Freud, maka dapat dikatakan bahwa dalam diri manusia tidak ada kebaikan yang bersifat alami atau biologis. Ketika lahir ia hanya memiliki nafsu/libido/id dan sama sekali tidak mempunyai dorongan-dorongan kebaikan atau hati nurani. Hati nurani yang mewakili nilai-nilai kebaikan lahir bersamaan dengan tumbuh kembangnya individu dalam masyarakat. Karena itu dalam pandangan Freud dorongan beragama bukanlah suatu dorongan yang alami atau asasi, melainkan dorongan yang tercipta karena tuntutan lingkungan. Agama adalah reaksi manusia atas ketakutannya sendiri (Freud, 2009).

Dalam buku yang berjudul *The Future of an Illusion*, Freud mengungkapkan bahwa agama dalam ciri-ciri psikologisnya adalah sebuah ilusi, yakni kepercayaan yang dasar utamanya adalah angan-angan (*Wishfulfillment*). Manusia lari kepada agama disebabkan oleh ketidakberdayaannya menghadapi bencana (seperti bencana alam, takut mati, keinginan agar manusia terbebaskan dari siksaan manusia lainnya).

Dari penjelasan di atas dapat diungkapkan bahwa orang melakukan perilaku beragama semata-mata didorong oleh keinginan untuk menghindari keadaan bahaya yang akan menimpa dirinya dan memberikan rasa aman bagi dirinya sendiri. Untuk keperluan itu manusia menciptakan Tuhan dalam pikirannya. Tuhan yang diciptakannya sendiri itulah yang akan disembahnya. Sementara bagaimana ritual penyembahan terhadap Tuhan sangat tergantung dari contoh-contoh yang diperlihatkan oleh orang-orang terlebih dahulu yang melakukannya.

Behaviorisme tentang perilaku beragama

Behaviorisme (aliran perilaku) yang diilhami John Broadus Watson dan digerakkan B.F Skinner. Menurut Skinner bahwa perilaku manusia pada umumnya dapat dijelaskan berdasarkan teori pengkondisian operan (*operant conditioning*). Manusia melakukan sesuatu dalam kehidupannya untuk mendapatkan akibat-akibat entah untuk pemenuhan kebutuhan atau menghindari datangnya hukuman atau pengalaman yang tidak enak. Perilaku keagamaan sebagaimana perilaku lain merupakan ungkapan bagaimana manusia dengan pengkondisian operan belajar hidup di dunia yang dikuasai oleh hukum ganjaran dan hukuman.

Aliran ini memandang manusia ibarat mesin. Tingkah lakunya merupakan respon dari setiap stimulus yang didapatkan karena pelajaran-pelajaran yang dipelajari. Oleh karena itu aliran ini sangat mementingkan lingkungan. Asumsi dasarnya bahwa tingkah laku manusia sebagai manifestasi kejiwaannya merupakan respon dari stimulus yang diterimanya dari lingkungan (dalam Ramayulis, 2007).

Skinner menolak mekanisme internal dan eksternal untuk menjelaskan pengalaman beragama. Ucapan seperti “saya merasa suka pergi ke tempat ibadah” dipandang dari sudut pengertian Behavioristis tidak berbicara apa-apa. Apakah perasaan menjadi penyebab orang pergi ke tempat ibadah atau Tuhan yang membangkitkan perasaan untuk pergi ke tempat ibadah itu? Masalah pokoknya adalah orang yang bersangkutan mengetahui apa yang terjadi dengan orang yang merasa suka pergi ke tempat ibadah.

Faktor pengalaman yang memuaskan itu mendorongnya pergi ke tempat ibadah dan tidak pergi ke tempat lain. Dalam pandangan Skinner kegiatan keagamaan diulangi karena menjadi faktor penguat sebagai perilaku yang meredakan ketegangan.

Psikologi Humanistik tentang Perilaku beragama

Tokoh yang diambil dalam kelompok ini adalah Abraham Maslow. Dalam pandangan Maslow semua manusia memiliki kecenderungan yang dibawa sejak lahir untuk mengaktualisasikan diri. Kita didorong oleh kebutuhan-kebutuhan yang universal dibawa sejak lahir, yang tersusun dalam suatu tingkatan dari yang paling lemah ke yang paling kuat. Prasyarat untuk mencapai aktualisasikan diri adalah memuaskan empat kebutuhan yang berada pada tingkat yang paling rendah yaitu kebutuhan fisiologi, kebutuhan rasa aman, kebutuhan memiliki cinta dan kasih sayang dan kebutuhan akan penghargaan. Aktualisasi diri dapat didefinisikan sebagai perkembangan yang paling tinggi dan penggunaan semua bakat perkembangan yang paling tinggi dan orang yang mengaktualisasikan diri didorong oleh metamotivasi (*metamotivation*).

Pendekatan humanistik mengakui eksistensi agama. Maslow sendiri dalam teorinya mengemukakan konsep *metamotivation* yang diluar kelima *hierarchy of needs* yang pernah dia kemukakan. *Mystical* adalah bagian dari *metamotivation* yang menggambarkan pengalaman keagamaan. Pada kondisi ini manusia merasakan adanya pengalaman keagamaan yang sangat dalam. Pribadi (*self*) lepas dari realitas fisik dan menyatu dengan kekuatan transendental (*self is lost and transcended*). Menurut Maslow ini adalah keadaan tertinggi dari kesempurnaan manusia. Ada kesempatan dimana orang yang mengaktualisasikan diri mengalami ekstase, kebahagiaan, perasaan terpesona yang meluap-luap, suatu pengalaman keagamaan yang sangat mendalam.

Maslow menyebutkan *peakers* (*transcended*) yang memiliki wawasan yang jelas tentang diri mereka dan dunia mereka. Mereka cenderung lebih mistis, puitis dan

saleh, lebih tanggap terhadap keindahan dan kemungkinan menjadi pembaharu dan penemu seperti Albert Schweitzer dan Albert Einstein, sedangkan kelompok non-peakers (*non-transcended*) cenderung menjadi orang yang praktis, berinteraksi dengan dunia secara efektif. Mereka cenderung menjadi pelaku, penguji kenyataan dan kognitif bukan emosional dan mengalami seperti Eleanor Roosevelt dan Harry S. Truman.

Konsep-konsep metodologi dan pendekatan-pendekatan dalam psikologi yang telah dirumuskan para ahli bukanlah suatu capaian final. Selalu terkandung cacat atau kelemahan dari setiap rumusan dan ilmu. Telaah kritis akan diarahkan kepada psikologi modern yang sudah diakui sebagai psikologi yang mapan yaitu psikoanalisis, behaviorisme dan psikologi humanistik.

Kritik terhadap Behaviorisme

Pandangan ini memberi penekanan yang sangat besar terhadap aspek stimulasi lingkungan untuk mengembangkan manusia dan kurang menghargai bakat atau potensi alami manusia. Lingkungan yang buruk akan menghasilkan manusia yang buruk begitu sebaliknya. Kritik terhadap aliran ini dapat diarahkan pada pengingkaran terhadap potensi alami manusia. Ketika bayi lahir sudah tampak perbedaan diantara bayi yang satu dengan yang lain seperti bayi yang pandai tersenyum dan ada pula bayi yang lebih suka mengatupkan bibirnya. Perbedaan individual adalah sebuah kenyataan yang diingkari oleh Behaviorisme. Disamping itu aliran ini cenderung untuk mereduksi manusia.

Perilaku manusia yang sangat unik dan majemuk tak ubahnya laksana mesin yang bekerja karena menerima faktor-faktor penguat berupa ganjaran dan hukuman. Kritik lain adalah menganggap manusia sebagai makhluk hedonis yang mempunyai motif tunggal untuk menyesuaikan diri dengan

lingkungan fisik dan lingkungan sosial dengan sikap mementingkan kekinian dan kesninan (*now and here*).

Kritik terhadap Psikoanalisis

Teori Freud yang mengungkapkan bahwa satu-satunya hal yang mendorong kehidupan manusia adalah dorongan id (*libido seksualitas*) adalah teori yang menimbulkan tantangan keras. Dalam *libido seksualitas*, seseorang mempertahankan eksistensinya karena bermaksud memenuhi hasrat seksualnya. Dalam psikologi humanistik, Pandangan ini hanya dapat menjelaskan kebutuhan manusia yang paling mendasar yaitu kebutuhan fisiologi dan tak mampu memberikan penjelasan tentang empat kebutuhan manusia yang lain. Teori Freud akan kesulitan menjelaskan tentang kebutuhan manusia tentang aktualisasi atau juga kebutuhan untuk beragama. Konsep Psikoanalisis terlalu menekankan pengaruh masa kecil terhadap perjalanan manusia. Setelah seorang mengalami masa kecil yang kelam seakan-akan tidak ada lagi harapan baginya untuk hidup secara normal. Pandangan ini terkandung pesimisme yang besar pada setiap upaya pengembangan diri manusia.

Kritik terhadap Humanistik

Adanya keragu-raguan terhadap Psikoanalisis dan aliran perilaku, maka sejumlah ahli menganjurkan untuk memperhatikan aliran ketiga yaitu Humanistik. Aliran yang dipelopori oleh Abraham H. Maslow dan Carl Ransom Rogers ini sangat menghargai keunikan pribadi, penghayatan subyektif, kebebasan, tanggung jawab, dan terutama kemampuan untuk mengaktualisasikan diri pada setiap individu. Akhirnya begitu banyak psikolog muslim yang terpesona dengan psikologi Humanistik. Bahkan sebagai psikolog muslim menganggap psikologi Humanistik mewakili

suara Islam. Pandangan ini tidak menekankan dan mendewakan masalah kuantitatif, mencoba tidak terperjara oleh dualisme subyek-obyek dan mengakui kesamaan akan manusia. Akan tetapi jika ditelaah lebih lanjut akan ditemui banyak kejanggalan. Pandangan ini sangat optimistik dan bahkan terlalu optimistik terhadap upaya pengembangan sumber daya manusia sehingga manusia dipandang sebagai penentu tunggal yang mampu melakukann *play-God* (peran Tuhan).

Integrasi Psikoterapi dan Islam

Di kalangan ahli psikologi dan psikiatri hasrat untuk membantu mengatasi problem kejiwaan kini berkembang sangat pesat seiring banyak berkembangnya macam-macam teknik psikoterapi (Corsini, 2003). Kelompok lainnya yang bergelut dengan usaha mengatasi gangguan jiwa adalah para agamawan. Sejauh ini kelompok aliran psikologi/psikiatri dan agamawan belum menyatu di dalam kegiatan mereka. Para ahli psikologi/psikiatri banyak yang belum mengakui eksistensi agama sebagai salah satu pendekatan dalam penyembuhan gangguan jiwa. Hal ini disebabkan adanya pemikiran bahwa agama tidak termasuk dalam bidang ilmu pengetahuan. Pembahasan selanjutnya yaitu untuk melihat hubungan antara apa yang diajarkan oleh agama (Islam) dan ilmu pengetahuan dengan kaitannya dengan kesehatan jiwa.

1. Apakah gangguan jiwa itu?

Salah satu definisi gangguan jiwa dikemukakan oleh Frederick H. Kanfer dan Arnold P. Goldstein. Menurut kedua ahli tersebut, gangguan jiwa adalah kesulitan yang dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan orang lain, kesulitan tentang persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya sendiri (Kanfer & Goldstein, 1970). Ciri-cirinya sebagai berikut:

Pertama, hadirnya perasaan cemas (*anxiety*) dan perasaan tegang (*tension*) di dalam diri. *Kedua*, merasa tidak puas (dalam artian negatif) terhadap diri sendiri. *Ketiga*, ketidakmampuan untuk berfungsi secara efektif didalam menghadapi problem. *Keempat*, perhatian yang lebih-lebih terhadap probem yang dihadapi. Terkadang ciri tersebut tidak dirasakan penderita yang merasakan akibat dari prilaku penderita adalah masyarakat di sekitarnya (Adz-Dzaky, 2002).

2. Sebab-sebab gangguan jiwa

Penyebab gangguan kejiwaan bermacam-macam, ada yang bersumber dari hubungan dengan orang lain yang tidak memuaskan (seperti diperlakukan tidak adil, semena-mena, cinta tidak terbalas), kehilangan seseorang yang dicintai, pekerjaan dll. Selain itu ada gangguan jiwa yang disebabkan oleh faktor-faktor organik, kelainan sistem syaraf dan gangguan otak. Para ahli psikologi berbeda pendapat tentang sebab-sebab terjadinya gangguan jiwa. Menurut pendapat (Freud, 2009) gangguan jiwa terjadi karena tidak dapat didamaikannya tuntutan Id (dorongan instinktif yang bersifat seksual) dengan tuntutan super ego (tuntunan norma sosial). Orang ingin berbuat sesuatu yang dapat memberikan kepuasan diri, akan tetapi perbuatan tersebut akan membawa celaan masyarakat. Konflik yang tidak terselesaikan antara keinginan diri dan tuntutan masyarakat ini akhirnya akan mengantarkan orang apada gangguan jiwa.

Ahli lain Henry A. Murray dan menurut mereka apabila manusia tidak dapat memenuhi kebutuhan hidupnya maka ia akan mengalami gangguan jiwa. Ada lima kebutuhan yang dikemukakan oleh Maslow dari tingkatan yang paling rendah hingga tingkatan yang paling tinggi.

- a. Kebutuhan fisiologis yaitu kebutuhan dasar yang harus dipenuhi oleh setiap manusia untuk hidup seperti makan, minum dan istirahat. Orang tidak akan memikirkan kebutuhan lainnya sebelum kebutuhan dasar ini terpenuhi.
- b. Kebutuhan akan rasa aman (*safety*). Setelah orang dapat memenuhi kebutuhan dasar selanjutnya berkembang untuk memenuhi rasa aman. Orang ingin bebas dari rasa takut dan cemas. Manifestasi dari kebutuhan ini antara lain adalah perlunya tempat tinggal yang permanen, pekerjaan yang permanen. Bila kebutuhan ini telah terpenuhi selanjutnya akan muncul kebutuhan lain.
- c. Kebutuhan akan rasa kasih sayang. Perasaan memiliki dan dimiliki oleh orang lain atau sekelompok masyarakat adalah sesuatu yang dibutuhkan oleh manusia. Kebutuhan akan terpenuhi apabila ada saling perhatian, saling kunjung mengunjungi sesama anggota masyarakat dan keintiman dalam pergaulan akan menyuburkan kebutuhan ini.
- d. Kebutuhan akan harga diri. Pada tingkatan ini manusia ingin dihargai dirinya sebagai manusia dan sebagai warga negara.
- e. Kebutuhan akan aktualisasi diri. Ini merupakan kebutuhan yang paling tinggi. Pada tingkatan ini manusia ingin berbuat sesuatu semata-mata keinginan dari dalam dirinya. Dia tidak lagi menuntut penghargaan dari orang lain apa yang telah dia perbuat. Sesuatu yang akan dikejar dalam kebutuhan ini adalah keindahan, kesempurnaan keadilan dan kebermaknaan (Maslow, 2006).

Selain pendapat yang dikemukakan di atas, menurut Alfred Adler gangguan jiwa disebabkan oleh tekanan dari perasaan rendah diri (*inferiority complex*) yang berlebih-

lebih. Timbulnya rasa rendah diri adalah kegagalan di dalam mencapai superioritas di dalam hidup. Kegagalan yang terus menerus akan menyebabkan kecemasan dan ketegangan emosi. Dari pendapat-pendapat tentang penyebab terjadinya gangguan jiwa seperti yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa gangguan jiwa disebabkan oleh ketidakmampuan manusia dalam mengatasi konflik dalam diri, tidak terpenuhi kebutuhan hidup, perasaan kurang diperhatikan (kurang dicintai) dan perasaan rendah diri.

Dalam Islam keterpisahan antara ilmu pengetahuan dan masalah agama tidaklah terjadi. Agama dan ilmu pengetahuan berjalan seiring dan tidak terpisahkan. Oleh karena itu untuk membuat pemisahan antara pendekatan psikologi (yang bebas agama) sebagai ilmu pengetahuan dan agama sebagai teknik terapi adalah tidak mungkin. Salah satu ayat alquran yang berisikan aspek penyembuhan jiwa adalah QS. Yunus (10): 57 yang artinya: "*Hai manusia, Sesungguhnya Telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman*".

Ayat di atas menunjukkan bahwa agama itu sendiri berisikan aspek terapi bagi gangguan jiwa. Bukankah penderita batin biasanya akan menyesakkan dada seperti yang tersirat dalam ayat tersebut?. Banyak sekali ayat yang isinya sejalan dengan ayat di atas. Misalnya QS. al-Isra' (17): 82 yang artinya: "*Dan kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian*".

Ayat-ayat di atas memberi petunjuk bahwa agama mempunyai sifat terapeutik bagi gangguan jiwa. Namun bagaimanakah pelaksanaannya tersebut haruslah dilihat dari

ajaran-ajaran agama Islam itu sendiri sebagai contoh adalah ajaran salat.

Salat dan Kesehatan Jiwa

Peranan salat bagi kesehatan jiwa sudah banyak dikupas oleh beberapa penulis. Ada empat aspek terapeutik yang terdapat dalam salat yaitu aspek olah raga, aspek meditasi, aspek auto-sugesti dan aspek sugesti. Pada dasarnya rukun Islam lainnya seperti puasa, haji, zakat, membaca dua kalimah syahadat juga memiliki aspek terapeutik, namun pada pembahasan ini khusus kegiatan salat (Daradjat, 1984). Aspek terapeutik meliputi:

Aspek olah raga, salat adalah proses yang menuntut suatu aktivitas fisik. Konstraksi otak, tekanan dan *message* pada bagian otot-otot tertentu dalam pelaksanaan salat merupakan suatu proses relaksasi. Eugene Walker melaporkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa olah raga dapat mengurangi kecemasan jiwa. Jika dikaitkan dengan salat yang penuh dengan aktivitas fisik dan ruhani, khususnya salat yang banyak rakaatnya maka tidak dapat dipungkiri bahwa salat pun akan dapat menghilangkan kecemasan.

Aspek meditasi, salat adalah proses yang menuntut konsentrasi yang dalam. Setiap muslim dituntut untuk melakukan hal tersebut yang dalam bahasa Arabnya disebut dengan khusuk. Kekhusukan di dalam salat tersebut adalah proses meditasi sedangkan meditasi dapat menghilangkan kecemasan.

Aspek auto-sugesti, bacaan dalam salat adalah ucapan yang dipanjatkan pada Allah. Disamping berisi pujian pada Allah juga berisikan doa dan permohonan kepada Allah SWT agar selamat dunia dan akhirat. Ditinjau dari teori hipnotis yang menjadi landasan dari salah satu teknik terapi kejiwaan, pengucapan kata-kata itu berisikan suatu proses auto-sugesti. Mengatakan hal-hal yang baik terhadap diri sendiri adalah mensugesti diri

sendiri agar memiliki sifat yang baik tersebut.

Aspek kebersamaan, dalam melaksanakan salat sangat disarankan oleh agama untuk melakukan secara berjamaah. Ditinjau dari aspek psikologi kebersamaan itu sendiri memberikan aspek terapeutik. Akhir-akhir ini berkembang terapi yang disebut terapi kelompok yang bertujuan untuk menimbulkan suasana kebersamaan. Beberapa ahli psikologi berpendapat bahwa perasaan keterasingan dari orang lain adalah penyebab utama terjadinya gangguan jiwa. Dengan salat berjamaah perasaan terasing dari orang lain akan hilang. Selain memberikan terapi yang bersifat kuratif, agama juga memiliki aspek preventif terhadap gangguan jiwa. Adanya perintah Allah untuk menjaga persaudaraan sesama manusia, saling memenuhi kebutuhan, saling merasakan penderitaan dan kesenangan orang lain akan menjaga dari terjadinya gangguan jiwa.

Konsep Psikologi Islam Tentang Manusia

Apakah dan siapakah manusia? Pertanyaan klasik ini selalu menarik untuk dijawab oleh umat manusia sepanjang zaman. Pembahasan ini mencoba menelaah bagaimana pandangan psikologi modern tentang manusia dan pandangan psikologi Islami tentang manusia. Konsep manusia dalam disiplin-disiplin ilmu pengetahuan modern adalah konsep sentral. Jika kita masuk dalam kajian-kajian psikologi, sosiologi, antropologi, ekonomi, hukum, manajemen, sastra, filsafat ilmu pengetahuan dan teologi, maka konsep-konsep manusia selalu menjadi faktor utama karena memegang peranan penting dalam mengembangkan suatu teori atau disiplin ilmu. Konsep manusia ini akan menentukan bagaimana penelitian terhadap manusia dilakukan dan bagaimana perlakuan terhadap manusia dilangsungkan.

Begitu juga jika kita menelaah psikologi, maka setiap aliran, teori dan sistem psikologi senantiasa berakar pada sebuah pandangan filsafat tentang manusia, *apakah manusia itu*. Seperti konsep-konsep manusia dalam pandangan aliran-aliran psikologi modern (psikoanalisis, humanistik dan behavioristik) yang setelah dilakukan analisis mempunyai kekurangan masing-masing yang telah dibahas pada bagian sebelumnya.

Konsep psikologi Islam tentang ciri-ciri manusia

Membicarakan manusia adalah membicarakan sesuatu hal yang sulit, karena banyak persoalan yang terkandung dalam diri manusia itu. Namun upaya merumuskan pandangan tentang manusia dapat dilakukan dengan merujuk pada alquran dan hadis. Menurut Bastaman (2007) dalam alquran wawasan, tentang manusia adalah:

1. Manusia mempunyai derajat yang sangat tinggi sebagai Khalifah
2. Manusia tidak menanggung dosa asal atau dosa turunan
3. Manusia merupakan kesatuan dari empat dimensi; fisik-biologis, mantal-psikis, sosio-kultur, dan spiritual.
4. Dimensi spiritual (Ruhani, Ruh-ku) memungkinkan manusia mengadakan hubungan dengan Tuhan melalui cara-cara yang diajarkan-Nya.
5. Manusia memiliki kebebasan berkehendak (*freedom of will*) yang memungkinkan mengarahkan manusia kearah keluhuran atau kesesatan.
6. Manusia mempunyai akal sebagai kemampuan khusus dan dengan akalnya manusia mengembangkan ilmu pengetahuan.
7. Manusia tak dibiarkan hidup tanpa bimbingan dan petunjuk-Nya.

Tugas utama manusia di bumi disamping sebagai hamba Allah adalah

sebagai khalifah. Agar manusia dapat menjalankan tugas kekhalifahan dengan baik maka manusia dilengkapi potensi-potensi yang memungkinkannya dapat memikul tugas tersebut. Potensi tersebut diantaranya :

Ciri Pertama, manusia mempunyai raga dengan bentuk yang sebaik-baiknya. Dengan fisik yang bagus diharapkan manusia bersyukur kepada Allah (QS. At-Tin (95): 4).

Ciri kedua, manusia itu bersifat baik dari segi fitrah sejak semula (QS. An-Nahl (16): 78). Manusia tidak mewarisi dosa asal karena Adam dan Hawa keluar dari surga. Salah satu ciri utama fitrah adalah manusia menerima Allah sebagai Tuhan. Sebab-sebab yang menjadikan seseorang tidak percaya terhadap Tuhan bukanlah sifat dari asalnya, tetapi ada kaitannya dengan alam sekitarnya. Konsep Islam ini bertentangan dengan kristen tentang dosa asal dan konsep Behaviorisme yang menganggap manusia itu netral.

Ciri ketiga adalah ruh. Alquran secara tegas mengatakan bahwa kehidupan manusia tergantung pada wujud ruh dalam badannya. Tentang bagaimana wujudnya, bagaimana bentuknya dilarang untuk mempersoalkannya. Tentang ruh Alquran menyatakan bahwa tingkah laku manusia adalah akibat dari interaksi antara ruh dan badan (QS. al-Hijr (15): 29).

Ciri keempat adalah kebebasan kemauan atau kebebasan berkehendak yaitu kebebasan untuk memilih tingkah lakunya sendiri, kebaikan atau keburukan. Sebagai khalifah manusia menerima dengan kemauan sendiri amanah yang tidak dapat dipikul oleh makhluk-makhluk lain (QS. al-Kahfi (18): 29).

Ciri yang kelima adalah akal. Akal dalam pengertian Islam bukanlah otak, melainkan daya fikir yang terdapat dalam jiwa manusia. Akal dalam Islam merupakan ikatan dari tiga unsur yaitu pikiran, perasaan dan kemauan, menurut T.M. Usman El-Muhammady, bila ikatan itu tidak ada. Akal

adalah alat yang menjadikan manusia dapat melakukan pemilihan antara yang betul dan yang salah. Allah selalu memerintahkan manusia untuk menggunakan akal nya agar dapat memahami fenomena alam semesta. Akan tetapi disadari bahwa akal manusia punya keterbatasan.

Ciri keenam adalah nafsu. Nafs atau nafsu seringkali dikaitkan dengan gejala atau dorongan yang terdapat dalam diri manusia. Apabila dorongan itu berkuasa dan manusia tidak mengendalikannya maka manusia akan tersesat (QS. al-Furqan (25): 43-44).

Kesesatan tersebut terjadi karena manusia yang dikuasai nafsunya itu tidak menggunakan hati dan indra yang dimilikinya agar nafsu selalu dalam naungan kebenaran, maka manusia harus selalu beristiqamah/berteguh pendirian terhadap Allah, selalu ikhlas dalam setiap amal dan selalu ingat bahwa diri ini akan kembali kepada-Nya (QS. al-‘Araf (7): 178-179).

Fitrah: konsep utama dalam Pendidikan Islam

Sehubungan dengan kata fitrah ada sebuah hadis sahih yang sangat populer dikalangan ahli pendidikan mengenai hal ini, yaitu hadist yang diriwayatkan dari Abu Hurairah ra. Rasulullah SAW. Bersabda yang artinya: *“Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah (yaitu suci dan bersih). Kedua orang tuanyalah yang menjadikan Yahudi, Nasrani, atau Majusi”.* (H.R. Muslim).

Menurut (Tafsir, 2010) dalam hadis ini manusia lahir membawa kemampuan-kemampuan atau pembawaan. Fitrah yang disebutkan di dalam hadist ini adalah potensi. Potensi adalah kemampuan, jadi fitrah yang dimaksud disini adalah pembawaan.

Demikian pula Langgulong (1985) memaknai hadis di atas fitrah adalah potensi yang baik. Sebab pengertian hadist di atas menjadikan Yahudi, Nasrani dan Majusi itu bermakna menyesatkan. Makna bapak dan ibu

adalah lingkungan sebagaimana yang dimaksud oleh para ahli pendidikan. Keduanyalah yang menentukan perkembangan seseorang.

Dalam QS. al-Rum (30): 30 dijelaskan lebih lanjut hakikat fitrah ini, yang artinya: *“Hadapkanlah wajahmu dengan lurus pada agama (Allah Swt), (tetaplah atas) fitrah Allah. Yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan atas fitrah Allah Swt. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan orang tidak mengetahuinya”.*

Makna *Fa aqim wajhaka li ad-din hanifa* (Hadapkanlah wajahmu dengan lurus pada agama Allah Swt). Menurut Mujahid, Ikrimah, al-Jazairi, Ibnu al-‘Athiyah, Abu al-Qosim al-Kalbi dan az-Zuhayli kata *ad-din* bermakna *din al-Islam*. Penafsiran ini sangat tepat karena ayat ini ditujukan kepada Rasulullah SAW, tentu agama yang dimaksud adalah Islam. Adapun *hanif* adalah cenderung pada jalan yang lurus dan meninggalkan kesesatan. Dengan demikian, perintah untuk mengharuskan untuk menghadapkan wajah pada *din al-Islam* dengan pandangan lurus; tidak menoleh ke kiri dan ke kanan, dan tidak condong pada agama-agama lain yang batil dan menyimpang. Penerimaan merupakan sikap menerima secara total terhadap agama, istiqomah didalamnya, teguh terhadapnya dan memandangnya amat penting (dalam Assegaf, 2011).

Seperti yang sudah disampaikan, bahwa pengertian fitrah terkait dengan pengertian *hanif*. Manusia yang sudah kembali menemukan fitrahnya, ia akan terkondisikan untuk menjadi *hanif*. Kata *hanif* berasal dari kata kerja *hanafa*, *yahnifu* dan masdarnya *hanifan*, artinya adalah “condong”, atau “cenderung” dan kata bendanya “kecenderungan”. Dalam Alqur’an, kata *hanif* yang dimaksud adalah “cenderung kepada yang benar”. Setelah orang selalu tertambat hatinya kepada kebenaran (*hanif*)

dan menolak dengan keras segala bentuk penentangan dan persekutuan terhadap Allah.

Dapat disimpulkan bahwa inti fitrah adalah memiliki makna hidup (Bastaman, 2007) bahwa manusia memiliki kecenderungan beragama, lebih spesifik lagi adalah islam, iman dan tauhid. Fitrah manusia adalah sesuatu kekuatan atau kemampuan (potensi terpendam) yang menetap pada diri manusia sejak awal kejadiannya sebagai sifat kodrati, untuk komitmen terhadap keimanan kepada-Nya, cenderung kepada *hanif* (kebenaran), dan potensi itu merupakan ciptaan Allah. Fitrah Allah berarti ciptaan Allah. Manusia diciptakan Allah mempunyai naluri beragama, yaitu agama Tauhid; maka hal itu tidak wajar kalau manusia tidak beragama tauhid. Mereka tidak beragama tauhid itu hanya lantaran pengaruh lingkungan.

Dengan konsep fitrah ini maka kita dapat mengatakan bahwa konsep Islam tentang manusia berbeda bahkan bertentangan dengan konsep psikologi barat (Psikoanalisis, Behaviorisme dan Humanisme). Islam juga menolak anggapan bahwa ketika dilahirkan manusia dalam keadaan netral (nol).

Sikap Kontra Terhadap Psikologi Islam

Psikologi Islam memiliki kedudukan yang sama dengan disiplin ilmu keislaman yang lain, seperti sosiologi Islam, ekonomi Islam, dan sebagainya. Penggunaan kata "Islam" disini memiliki arti corak, cara pandang, pola pikir, paradigma, atau aliran-aliran tersendiri yang berbeda dengan psikologi kontemporer pada umumnya. Psikologi Islam tidak hanya menekankan perilaku kejiwaan, melainkan juga hakekat jiwa sesungguhnya.

Sebagai satu organisasi permanen, jiwa manusia bersifat potensial yang aktualisasinya dalam bentuk perilaku sangat tergantung pada ikhtiarnya. Dari sini nampak bahwa psikologi Islam mengakui adanya kesadaran dan

kebebasan manusia untuk berkreasi, berpikir, berkehendak, dan bersikap secara sadar, walaupun kebebasan itu tetap dalam koridor sunnah-sunnah Allah SWT. Psikologi Islam mempunyai tujuan yang hakiki, yaitu merangsang kesadaran diri agar mampu membentuk kualitas diri yang lebih sempurna untuk kebahagiaan di dunia dan di akhirat (Shaleh, 2008).

Menurut (Taufiq, 2006) ada tiga sikap dan respon yang ditunjukkan terhadap proyek rekonstruksi Islami untuk studi kejiwaan yaitu: *Pertama*, sikap yang menentang dari kalangan Islam. Pendapat ini umumnya dimunculkan kaum muslimin yang berpendapat bahwa Islam sangat kaya dan tidak membutuhkan rekonstruksi apapun, ini terjadi setelah sebagian kaum muslimin itu mempelajari psikologi dan melihat dampaknya pada kaum muda-mudi, bahkan kaum terpelajar sekalipun.

Kedua, sikap yang menentang dari kalangan psikologi. Kelompok ini berasal dari psikolog-psikolog muslim yang banyak memahami psikologi Barat dan kurang memahami Islam sehingga membuat mereka lebih cenderung pada spesialisasi ilmiah dan profesi yang mereka geluti, mereka lebih bersandar pada filsafat Barat yang membedakan hubungan ilmu pengetahuan dan agama.

Ketiga, sikap yang menerima pemikiran rekonstruksi dan aktivitas untuk mewujudkannya. Dalam kaitan proyek rekonstruksi Islam dalam studi kejiwaan ada beberapa hal yang perlu dicatat; bukan hanya menyisipkan akhlak Islami yang seyogyanya dimiliki oleh para ilmuwan muslim, bukan hanya ayatisasi atau memberi kajian hadis pada hal-hal yang berkaitan dengan jiwa yang dikumpulkan dan ditasirkan kemudian dikomparasikan dengan teori-teori yang ada dalam kajian psikologi, bukan sekedar kurikulum dalam psikologi yang menganalisis

ayat alquran, al-hadis, yang kemudian diberi label psikologi Islam.

Menurut (Ancok & Suroso, 2004) berpendapat bahwa setiap orang mempunyai hak sepenuhnya dalam membangun keilmuan baru misalnya psikologi Islam yang merupakan disiplin ilmu yang masih muda dan konsep-konsep yang terbangun belum tersistematis dengan baik. Oleh karena itu sejauh ini konsep dasar Psikologi Islam pun masih beragam sekali wujudnya.

Psikologi dan Pendidikan Islam

Pendidikan islam disini diartikan sebagai upaya sadar yang dilakukan oleh mereka yang memiliki tanggungjawab terhadap pembinaan, bimbingan, pengembangan dan pengarahan potensi yang dimiliki anak agar mereka berfungsi dan berperan sebagai hakikat kejadiannya. Dalam pelaksanaannya aktivitas pendidikan seperti diterapkan sejak usia bayi hingga ke akhir hayat, seperti tuntunan Rasul Allah SAW. Dalam kaitan ini pendidikan islam erat dengan psikologi agama. Bahkan psikologi agam digunakan sebagai salah satu pendekatan dalam pelaksanaan pendidikan Islam.

Rasulullah SAW menganjurkan kepada kita semua agar memberikan pendidikan harus sesuai dengan kadar kemampuan atau nalar seseorang. Dengan demikian dalam menghadapi orang yang masih awam terhadap agama berbeda dengan mereka yang sudah memiliki latar belakang pendidikan agama. Sehingga meghadapi orang dewasa harus dibedakan dengan cara menghadapi anak-anak dalam mengajarkan agama. Didiklah anak-anak dengan cara belajar sambil bermain atau bergurau pada tujuh tahun pertama dan pada tujuh tahun kedua didiklah mereka dengan disiplin dan moral, kemudian pada tujuh tahun berikutnya didiklah mereka dengan memperlakukan sebagai sahabat (Rakhmat, 2005).

Lebih lanjut saat anak menginjak usia tujuh tahun, secara fisik mereka dibiasakan untuk menunaikan salat (pembiasaan). Kemudian setelah mencapai usia sepuluh tahun perintah untuk menunaikan salat secara rutin dan tepat waktu diperketat (disiplin). Pada jenjang usia inipun anak-anak diperkenankan kepada nilai-nilai ajaran agamanya. Diajarkan membaca kitab suci, sunnah rasul, maupun cerita-cerita yang bernilai pendidikan.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas bahwa bangunan keilmuan Psikologi Islam tidak terlepas dari kajian pendidikan Islam. Keduanya tidak dapat dipisahkan, ibarat dua sisi mata uang yang berbeda namun tidak dapat dipisahkan, sehingga mengacu pada suatu konsep bahwa Islam hadir dengan menawarkan pembahasan tentang konsep manusia yang lebih komprehensif. Manusia tidak hanya dikendalikan oleh masa lalu atau lingkungan yang melingkupinya, tetapi mampu merancang masa depan dan mampu mengendalikan lingkungan. Manusia disamping memiliki potensi baik juga potensi buruk (terbatas). Konsep manusia dalam Psikologi melalui pendidikan Islam adalah *bio-sosiopsikis-spiritual*, artinya Islam mengakui keterbatasan aspek biologis (*fisiologis*), mengakui peran serta lingkungan (*sosiokultural*), mengakui keunggulan potensi dan juga memerankan aspek spiritual (Tuhan) dalam kehidupan manusia.

Islam memandang manusia memiliki unsur jasmaniah (materi) dan ruhaniah (non-materi) yang secara umum dapat dijelaskan melalui konsep *bio-sosio-psikisspiritual* yang dalam perkembangan psikologi barat tidak diakui keberadaannya. Perilaku manusia terbentuk dari hasil kolaborasi semua unsur, tidak ada reduksi antar unsur sehingga pemahaman tentang manusia dapat menemukan titik temu yang utuh. Islam juga

Islam menawarkan konsep manusia melalui pemahaman agama (wahyu). Memahami manusia tidak dapat dilepaskan dari konsep ruh (daya ikat pencipta dan makhluknya), hati (*Qalbu*) sebagai pengendali perilaku manusia, nafs yang menjadi wadah potensi manusia (baik-buruk) serta akal sebagai tempat nalar dan daya pemahaman tentang pilihan perilaku.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, T., & Rusli, K. (1989). *Metodologi Penelitian Agama Sebuah Pengantar*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Adz-Dzaky, H. M. (2002). *Psikoterapi dan Konseling Islam, penerapan metode sufistik*. Fajar Pustaka Baru: Yogyakarta.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2004). *Psikologi Islam, Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Assegaf, A. R. (2011). *Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi (Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna)*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Corsini, R. (2003). *Psikoterapi Dewasa: Dari Psikoanalisis Hingga Analisa Transaksional*. Jakarta: Ikon Teralitera.
- Daradjat, Z. (1984). *Kesehatan Mental*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Freud, S. (2009). *Pengantar Umum Psikoanalisis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kanfer, F. H., & Goldstein, A. P. (1970). *Helping People Change: A Textbook of Methods*. New York: John Wiley.
- Langgulong, H. (1985). *Pendidikan dan Peradaban Islam*. Jakarta: PT Maha Grafindo.
- Maslow, A. (2006). *On Dominance, Self Esteem And Self Actualization*, Ann Kaplan. Maurice Basset.
- Muhadjir, N. (1996). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Penerbit Rake Sarasen.
- Rakhmat, J. (2005). *Psikologi Agama, sebuah pengantar*. Bandung: Mizan Media Pustaka.
- Shaleh, A. R. (2008). *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Kencana.
- Tafsir, A. (2010). *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Taufiq, M. I. (2006). *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam, Sari Narulita, Dkk, (terj.)*. Depok: Gema Insan.