

Pendekatan Psikologi Dalam Kajian Islam

Oleh :

Muhammad Nidom Hamami Abicandra
IAIN Jember
Email: nidomhamami@gmail.com

Abstrak

Memang bukan pekerjaan mudah dalam mewujudkan sebuah ilmu pengetahuan yang dapat diterima secara luas (broadly acceptable). Beberapa konsep dari para tokoh psikologi masih terus menerus dikritik dan dianggap tidak memenuhi kriteria ilmu pengetahuan oleh beberapa pihak. Namun inilah yang menjadi sasaran kritik saat ini. Hegemoni pengetahuan yang dikembangkan Barat memang cenderung kaku dan prosedural. Padahal fitrah ilmu pengetahuan itu adalah dinamis dan dalam kasus-kasus tertentu bisa jadi akan melawan kekakuan dan prosedur-prosedur yang disebut ilmiah. Gagasan psikologi dengan mengambil perspektif kajian Islam menjadi hal yang masih terus dikembangkan dan masih perlu terus menerus diuji, sampai kemudian mana yang dianggap menjadi fondasi yang kuat dalam usaha pengembangannya.

Kata Kunci : Psikologi, Kajian, Islam

PENDAHULUAN

Agama merupakan kenyataan terdekat dan sekaligus terjauh. Begitu dekat karena agama senantiasa hadir dalam kehidupan sehari-hari di rumah, kantor, media massa, pasar dan dimanapun saja kita berada. Begitu misterius karena agama sering kali menampilkan wajah-wajah yang ambigu (tampak berlawanan) memotivasi kekerasan dan solidaritas kemanusiaan, menumbuhkan takhayul dan mengilhami pencarian ilmu pengetahuan, memeikkan peperangan paling keji dan menebarkan perdamaian paling hakiki.

Pada saat sekarang, diakui atau tidak, kiblat ilmu pengetahuan dan teknologi adalah bangsa barat (Eropa dan Amerika). Mengacu kepada anjuran Rasulullah SAW agar umat Islam bekajar sampai ke pusat peradaban Cina, maka pada saat sekarang umat Islam perlu belajar ilmu pengetahuan dan teknologi kepada bangsa barat. Untuk menjadi umat yang maju dan kompetitif dalam arena pergulatan dunia, maka mau tidak mau umat Islam perlu menyadap ilmu tersebut.

Salah satu disiplin ilmu yang berlembang pesat di kalangan masyarakat Eropa dan Amerika adalah Psikologi. Disiplin ilmu ini yang diakui sebagai disiplin yang mandiri pada tahun 1879 ini adalah ilmu yang lahir di Eropa dan saat ini berkembang amat pesat di Amerika.

Dalam usianya yang melebihi satu abad ini psikologi telah memperlihatkan berbagai sumbangan dalam memecahkan berbagai problema dan menyibak misteri hidup manusia sekaligus mengupayakan peningkatan sumber daya manusia. Melihat sumbangan Psikologi yang demikian, kalau kita ingin menjadi umat yang kompetitif, maka Psikologi adalah disiplin ilmu yang harus dikuasai.

Dengan demikian, Psikologi dapat dimanfaatkan oleh umat Islam untuk memberikan penjelasan ilmiah berbagai problema dan pula dapat dipakai untuk meningkatkan sumber daya manusia. Setidaknya Psikologi dapat dipakai sebagai pisau analisis untuk membedah berbagai permasalahan yang dihadapi umat Islam. Permasalahan-permasalahan umat Islam, seperti masalah keadilan, produktivitas, pembauran, kepatuhan kepada aturan Tuhan, keterbelakangan pendidikan, pendidikan seks, dan sebagainya adalah beberapa permasalahan yang bisa dibedah dengan pisau Psikologi (Jamaluddin Ancok, Fuat Nashori Suroso, 2000: 1).

Salah satu agenda penting yang harus diperhatikan oleh Muslim yang mempelajari Psikologi adalah mencoba meninjau konsep-konsep Psikologi dengan visi Islam. Hal ini bisa dilakukan dengan melakukan perbandingan ataupun dengan cara menilai Psikologi dengan sudut pandang Islam. Dalam perbandingan kita mendudukan konsep-konsep

Psikologi dan Islam dalam posisi sejajar dan selanjutnya kita menilai keunggulan dan kelemahannya. Sedangkan penilaian Islam atas Psikologi dapat dilakukan dengan cara mendudukan Psikologi sebagai obyek yang dinilai dengan pisau analisis Islam.

PEMBAHASAN

A. Pengertian Psikologi

Sebelum psikologi sebagai ilmu pengetahuan pada tahun 1879, psikologi dipelajari dalam cabang filsafat dan ilmu faal. Filsafat sudah mempelajari gejala-gejala kejiwaan sejak 500 atau 600 tahun sebelum masehi, yaitu melalui Filsuf-filsuf Yunani Kuno yaitu Socrates (469-399 SM), Plato (427-347 SM) dan Aristoteles (322-348 SM). Pada zaman Renaissance, misalnya, Rene Descartes (1596-1650 SM), filsuf Prancis, pernah mendefinisikan bahwa ilmu jiwa (psikologi) adalah ilmu tentang kesadaran. Pada generasi berikutnya, George Berkeley (1685-1753 SM), filsuf Inggris, mengemukakan pendapat bahwa psikologi adalah ilmu tentang penginderaan (persepsi). Di pihak lain, para ahli ilmu faal, terutama para dokter yang mulai tertarik pada masalah-masalah kejiwaan ini pada saat yang bersamaan dengan berkembangnya ilmu pengetahuan di negara-negara Eropa, berpendapat bahwa jiwa erat sekali hubungannya dengan susunan saraf dan refleks-refleks. Dimulai dengan Sir

Charles Bell (1774-1842, Inggris) dan Francis Magensie (1783-1855, Prancis) yang menentukan syaraf-syaraf sensorik (penginderaan) dan syaraf-syaraf motorik (yang memengaruhi gerak dan kelenjar-kelenjar), para ahli kemudian menentukan berbagai hal, antara lain pusat bicara otak (Paul, 1824-1880, Jerman) dan mekanisme Refleks (Marshall Hall, 1790-1857, Inggris). Setelah penemuan-penemuan itu timbullah definisi-definisi tentang psikologi yang mengaitkan tingkah laku dengan refleks. Dari pengertian refleks ini pada akhirnya menjadikan psikologi sebagai sebuah ilmu tentang prilaku.

Secara ringkas berikut ini dapat dipaparkan pengertian-pengertian psikologi yang dikemukakan para ahli, antara lain:

1. Psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir (Plato dan Aristoteles).
2. Psikologi bertugas menyelidiki apa yang kita sebut pengalaman bagian dalam sensasi dan perasaan kita sendiri, pikiran serta kehendak kita yang bertolak belakang dengan setiap obyek pengalaman luar yang melahirkan pokok permasalahan ilmu alam (Wundt, 1829).
3. Semua kesadaran di mana saja, normal atau abnormal, manusia atau binatang, merupakan pokok permasalahan yang dicoba untuk dijelaskan oleh ahli psikologi, dan

an-nafs, namun ada pula yang menyamakan dengan istilah *ar-ruh*, meskipun istilah *an-nafs* lebih populer penggunaannya daripada istilah *ar-ruh*. Psikologi dapat diterjemahkan ke dalam bahasa Arab menjadi *Ilmu An-Nafs* atau *Ilmu Ar-Ruh*. Penggunaan masing-masing kedua istilah ini memiliki asumsi yang berbeda. Istilah '*Ilm An-Nafs*' banyak dipakai dalam literatur Psikologi Islam. Penggunaan istilah ini disebabkan obyek kajian psikologi Islam adalah *an-nafs*, yaitu aspek psikopisik pada diri manusia. Term *an-nafs* tidak dapat disamakan dengan term *soul* atau *psyche* dalam psikologi kontemporer Barat, sebab *an-nafs* merupakan gabungan antara substansi jasmani dan substansi ruhani, sedangkan *sou*; atau *psyche* hanya berkaitan dengan aspek psikis manusia. Menurut kelompok ini, penggunaan term *an-nafs* dalam tataran ilmiah tidak bertentangan dengan doktrin ajaran Islam, sebab tidak ada satupun nash yang melarang untuk membahasnya. Tentunya hal itu berbeda dengan penggunaan istilah *ar-ruh* yang secara jelas dilarang mempertanyakannya seperti dalam Q.S al Isra' ayat 85.

Hakikat psikologi Islam dapat dirumuskan sebagai berikut: "kajian Islam yang berhubungan dengan aspek aspek dan prilaku kejiwaan manusia, agar secara sadar ia dapat membentuk kualitas diri yang lebih sempurna dan mendapatkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Hakikat definisi tersebut mengandung tiga unsur pokok; *Pertama*, bahwa psikologi Islam merupakan salah satu dari kajian masalah-masalah keislaman. Ia memiliki kedudukan yang sama dengan disiplin ilmu keislaman lain, seperti Ekonomi Islam, Sosiologi Islam, Politik Islam, Kebudayaan Islam, dan sebagainya. Penempatan kata Islam di sini memiliki arti corak, cara pandang, pola pikir, paradigma, atau aliran. Artinya, psikologi yang dibangun bercorak atau memiliki pola pikir sebagaimana yang berlaku pada tradisi keilmuan dalam Islam, sehingga dapat membentuk aliran tersendiri yang unik dan berbeda dengan psikologi kontemporer pada umumnya. Tentunya hal itu tidak terlepas dari kerangka ontologi (hakikat jiwa), epistemologi (bagaimana cara mempelajari jiwa), dan aksiologi (tujuan mempelajari jiwa) dalam Islam. Melalui kerangka ini maka akan tercipta beberapa bagian psikologi dalam Islam, seperti Psikopatologi Islam, Psikoterapi Islam, Psikologi Agama Islam, Psikologi Perkembangan Islam, Psikologi Sosial Islam, dan lain sebagainya.

Kedua, bahwa Psikologi Islam membicarakan aspek-aspek dan prilaku kejiwaan manusia. Aspek-aspek kejiwaan dalam Islam berupa *ar-ruh*, *an-nafs*, *al-qalb*, *al-aql*, *adh-dhamir*, *al fu'ad*, *as-sirr*, *al fitrah* dan sebagainya. Masing-masing aspek tersebut memiliki eksistensi, dinamisme, proses, fungsi, dan prilaku yang

ekstrem. Pasien menderita karena ketakutan akan dosanya.

Kedua, dengan menelusuri keagamaan pasien dan peranan yang dimainkannya pada kehidupan sekarang, terapis akan dapat melakukan intervensi kognitif behavioral dengan cara-cara yang dapat diterima oleh system kepercayaan pasien.

Ketiga, pengetahuan tentang komitmen, perilaku dan kepercayaan pasien akan membantu terapis untuk mengidentifikasi sumber daya agama yang sehat yang dipercaya melengkapi terapi tradisional.

Keempat, pengalaman agama yang negative sebelumnya dapat merintangi pasien untuk menggunakan sumberdaya imannya dalam mengatasi persoalan hidup saat ini. Mempelajari dan membantu pasien mengelola pengalaman negative itu dapat membebaskan dia untuk sekali lagi menggunakan sumberdaya agamanya.

Dan *kelima*, menyentuh masalah keagamaan akan menyampaikan kepada pasien bahwa terapis tidak hanya lengkap dan menyeluruh dalam penilaian diagnotisnya. Tetapi juga ia peka akan wilayah kehidupan pasien yang sangat bermakna bagi orang yang bersangkutan (Nita Mustofa, Online. Htm).

Psikologi memperlakukan agama bukan sebagai fenomena "langit" yang serba sakral dan transenden, seperti yang menjadi pendekatan teologi. Pendekatan psikologis ingin sepenuhnya membaca keberagamaan

sebagai fenomena yang manusiawi dan menukik ke dalam proses-proses kejiwaan yang memengaruhi perilaku kita dalam beragama. Psikologi, karena itu, memandang agama sebagai perilaku manusiawi yang melibatkan siapa saja, agama apa saja, dan di mana saja. Pendekatan psikologis terhadap agama ini yang coba dilakukan Kang Jalal (panggilan akrab Prof. Dr. Jalaluddin Rakhmat) dalam buku terbarunya berjudul *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar*.

Dengan studi kepustakaan yang ekstensif dan analisis yang tajam atas berbagai fenomena keagamaan yang berkembang, buku Psikologi Agama karya kang Jalal memberi kita petunjuk untuk mengukur dan memahami keberagamaan kita. Inilah buku paling serius dan ilmiah yang pernah ditulis seorang cendekiawan Muslim tentang psikologi agama.

Sigmund Freud, bapak psikologi modern, dalam bukunya *The Future of An Illusion* mengatakan bahwa pada dasarnya motivasi beragama berasal dari ketakberdayaan manusia melawan kekuatan-kekuatan alamiah di luar dirinya dan kekuatan naluriah dari dalam dirinya. Agama timbul karena manusia belum mampu mempergunakan kekuatan diri dan akalunya secara maksimal.

Dalam pandangan Sigmund Freud, keberagamaan seperti di atas sebagai sesuatu sikap mirip dengan "neurosis obsesional" yang menjangkiti orang beragama. Agama, kata Freud, adalah suatu ilusi yang sengaja diciptakan

Mungkin yang satu akan melihat Tuhan sebagai zat yang Maha Kuasa dan selalu menghukum umatnya yang tidak taat, seperti anak kecil yang melihat orang tuanya dalam gambaran Freud (menjadi orang yang terbelenggu dalam otoritas hukum). Yang lain mungkin melihat Allah sebagai simbol cermin pribadi yang harus dituju setiap manusia. Yang terakhir inilah model keberagamaan yang sehat menurut Erich Fromm.

Jika tujuan pokok beragama adalah pencapaian perkembangan rohani dalam diri manusia dan jika Freud menggambarkan suatu keadaan "*neurosis obsesional*" dalam diri orang beragama, maka sebenarnya ia sedang menggambarkan suatu fenomena orang-orang gagal mencapai perkembangan rohani itu. Dengan kata lain, apa yang tidak dikatakan dalam teorinya tentang agama, secara implisit sebenarnya sedang dicari bentuk-bentuk beragama yang sehat dan matang secara psikologis. Atau bisa dikatakan, Freud sebenarnya sedang berbicara mengenai hakikat agama sebagai penyembuhan ruhani (cure of the soul).

Buku yang ditulis Kang Jalal ini sangat menarik dan menantang wawasan serta perilaku keagamaan kita selama ini. Sangat menarik karena di tangan Kang Jalal yang pakar komunikasi ini, tema yang kompleks tentang psikologi agama seakan tak pernah kehilangan relevansi dan pesonanya.

Teori-teori yang rumit dari Sigmund Freud, William James, BF Skinner hingga W Alport, dia kemas dengan bahasa yang mudah dimengerti, sederhana dan segar. Kita pun ditantang untuk mengukur sejauh manakah keberagamaan kita: sehatkah atau sudah matangkah? Selain itu wawasan keagamaan kita bertambah dengan membaca buku Psikologi Agama ini. Kita akan ditunjukkan betapa pentingnya psikologi dalam agama, sebagaimana dikatakan Kang Jalal, "tanpa bantuan psikologi, para tokoh agama akan salah melakukan diagnosis, dan karena itu juga tidak membantu umatnya".

Itulah salah satu pendapat Kang Jalal dalam bukunya ini, seraya mengutip pertanyaan Van Deusen Husinger tentang perlunya agama menggandeng psikologi untuk "menyelamatkan" domba-domba yang tersesat (Nita Mustofa, Online. Htm)

PENUTUP

Memang bukan pekerjaan mudah dalam mewujudkan sebuah ilmu pengetahuan yang dapat diterima secara luas (*broadly acceptable*). Beberapa konsep dari para tokoh psikologi masih terus menerus dikritik dan dianggap tidak memenuhi kriteria ilmu pengetahuan oleh beberapa pihak. Namun inilah yang menjadi sasaran kritik saat ini. Hegemoni pengetahuan yang dikembangkan Barat memang cenderung kaku dan prosedural. Padahal fitrah ilmu pengetahuan itu adalah dinamis dan

dalam kasus-kasus tertentu bisa jadi akan melawan kekakuan dan prosedur-prosedur yang disebut ilmiah.

Gagasan psikologi dengan mengambil perspektif kajian Islam menjadi hal yang masih terus dikembangkan dan masih perlu terus menerus diuji, sampai kemudian mana yang dianggap menjadi fondasi yang kuat dalam usaha pengembangannya.

H. Fuad Nashori, *Mimpi Nubuwat: Menetaskan Mimpi yang Benar*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002

Prof. DR. dr. H. Dadang Hawari, *Dimensi Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2002

www.Mizanonline.com

DAFTAR PUSTAKA

Jamaluddin Ancok, Fuat Nashori Suroso: *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.2000

Muhbib Abdul Wahab: *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Prenada Media. 2005

Abdul Mujib, M.Ag, Jusuf Mudzakkir, M.Si: *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2002.

Achmad Mubarok *Jiwa Manusia: Perspektif Psikologi Islam dan Psikologi Modern*, disampaikan dalam diskusi serial Psikologi Islam di IIIT Indonesia pada 11 April 2002

Yasien Muhammad, *Fitrah: Inborn Natural Predisposition* (Artikel).

Yasien Muhammad, *Ibn Taymiyah's Views on Fitrah* (Artikel)