

## TITIK TEMU SUFISME DAN PSIKOLOGI; KAJIAN ATAS QS. AL-FAJR: 27-30

Muhsin. S.Th.I. M.A.Hum

IAIN Palu

[muhsinalhaddar@gmail.com](mailto:muhsinalhaddar@gmail.com)

### Abstrak

The problem that this paper would like to answer is whether there are similarities between sufism and psychology in the discussion of soul. So far, sufism is known on the purification of the soul as its material object. To examine the soul, I observe the interpretation of Q.S al-Fajr verses 27-30. The method used is the *tahlili* method. This means to know how Islam understands the soul then to relate it with the explanation of soul according to psychology. Based on the results of this study, I reveal that there is a meeting point between sufism and psychology. Referring to the poems of Ibn Athailah al-Iskandari, I see similarities between him and secular psychologists such as Aristotle and Plato. I also conclude that considering the soul as their common object material. (Permasalahan yang akan dijawab dalam tulisan ini yaitu apakah terdapat persamaan antara sufisme dan psikologi dalam pembahasan kejiwaan. Selama ini sufisme yang dikenal dengan penyucian diri menjadikan jiwa sebagai obyek materialnya. Untuk mengkaji jiwa, penulis melihat penafsiran Q.S al-Fajr ayat 27 – 30 dengan metode tahlili. Ini dimaksudkan untuk melihat pemahaman Islam terhadap jiwa kemudian mengaitkannya dengan penjabaran dari jiwa menurut ilmu psikologi. Berdasarkan hasil penelitian ini, penulis menemukan bahwa terdapat titik pertemuan antara sufisme dan psikologi. Mengacu kepada Syair-Syair Ibn Athailah al-Iskandari, misalnya, penulis melihat ada persamaan dengan para psikolog umum seperti Aristoteles dan Plato. Dengan demikian, terdapat persamaan antara sufisme dan psikologi karena sama-sama menjelaskan tentang jiwa).

**Kata Kunci:** Psikologi, jiwa, sufisme, Al-Fajr: 27-30

## PENDAHULUAN

Latar belakang penulisan karya ini berawal dari beberapa fenomena sufisme yang terdapat dalam kitab *al-Hikam* karya Syaikh Ibn Athaillah Al-Iskandari yang isinya berupa syair-syair yang menyejukkan hati. Salah satu syair dalam karya tersebut yaitu :<sup>1</sup>

أصل كل معصية و غفلة و شهوة الرضاعن النفس ، و أصل كل طاعة و يقظة و عفة عدم الرضا منك عنها

Dalam hikmah ini disebutkan, bahwa seseorang disebut *jahil* manakala ia tidak mampu menundukkan bisikan syahwatnya ke arah yang diridhai Allah. Terlebih apabila bisikan tersebut membawanya ke dalam kubangan hawa nafsu yang tidak terkendali sehingga Ibn Athaillah berkata bahwa pemilihan lingkungan sekitar berpengaruh terhadap tingkah laku kita.<sup>2</sup> Artikel ini bertujuan untuk menjawab apakah ada kaitannya antara sufisme dan psikologi karena dua ilmu tersebut menjelaskan tentang jiwa. Misalnya, Plato dan Aristoteles menjelaskan psikologi sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Sedangkan menurut Roediger (1984), psikologi merupakan suatu studi sistematis mengenai tingkah laku dan kehidupan mental.<sup>3</sup>

Berbeda halnya dengan tokoh-tokoh muslim seperti al-Kindi dan Ibn Bajjah. Misalnya al-Kindi mengatakan bahwa psikologi adalah ilmu yang berkaitan dengan jiwa yang berbeda dengan *jisim*. Bagi al-Kindi, *jisim* dan jiwa itu berbeda. Jika *jisim* mempunyai nafsu, maka jiwa bersifat spiritual dan ilahiyah. Inilah tanggapan al-Kindi mengenai psikologi yang diambil dari pribadi manusia. Sedangkan Ibn Bajjah mengatakan bahwa jiwa yang dimiliki manusia itu merupakan bentuk tubuh alamiah yang membentuk tubuh itu sendiri yang bergerak sehingga jiwa dianggap sebagai sesuatu yang teratur, nutritif, sensitif dan imajinatif. Tiga unsur ini yang mampu memberikan gambaran bahwa jiwa nutritif mampu menggerakkan tubuh untuk makan sehingga timbullah organ rasa.<sup>4</sup>

Beberapa pengertian di atas menggambarkan ada "*benang merah*" antara perilaku manusia, jiwa manusia, dan nafsu manusia. Kemudian hal ini terproyeksikan ke dalam diri para sufi sebab sufisme tidak lagi berpusat pada teori-teori akan tetapi langsung dipraktikkan nilai-nilainya dalam kehidupan sehari-hari.

Abu Yazid al-Bustami adalah tokoh sufi yang pertama kali memperkenalkan paham *fana* dan *baqa* yang berarti hancurnya perasaan atau kesadaran tentang tubuh kasar manusia. Hal ini dikuatkan oleh al-Qusyairi yang mengatakan bahwa menyatunya tubuh atau raga yang merasa tidak sadar terhadap lingkungan sekitarnya, akan tetapi

---

<sup>1</sup> Artinya : Pangkal segala maksiat, kelalaian dan syahwat adalah ridha terhadap nafsu. Dan pangkal dari segala kataatan kewaspadaan dan kesucian adalah engkai tidak terhadap hawa nafsu.

<sup>2</sup> Syaikh Ibn Athaillah as-Sakandari, *al-Hikam: Petuah-Petuah Agung Sang Guru* terj :Ismail Ba'adillah (Jakarta : Khatulistiwa Press, 2010), 8.

<sup>3</sup> Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008), 5-7.

<sup>4</sup> Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, 16-18.

manusia tetap sadar bahwa mereka sedang mendekatkan hati atau jiwanya dalam mendekatkan diri kepada Allah.<sup>5</sup>

Terlihat jelas bahwa tujuan psikologi dan sufisme adalah berusaha membersihkan jiwa dan menyadari arti penting dirinya dalam lingkungannya. Dalam hal ini psikologi berusaha menjelaskan nilai-nilai kemanusiaan sebagaimana yang sudah dipelajari dalam kajian sufisme. Inilah yang menjadi latar belakang penulis dalam melakukan penulisan artikel ini.

Adapun sistematika penulisan dalam artikel ini yaitu terdiri dari penjelasan psikologi sekuler, psikologi Islam dan sufisme dalam perilaku manusia. Kemudian setelah menjelaskan ketiga unsur ini dan menemukan faktor-faktor yang saling terkait, penulis mencari “benang merah” antara tiga unsur tersebut sekaligus menjawab persoalan tentang titik temu antara psikologi dan sufisme.

Pada dasarnya tulisan ini bukanlah yang pertama, tetapi telah banyak akademisi yang menulis mengenai psikologi dan sufisme. Terdapat dua karya yang telah menulis psikologi dan sufisme. Satu di antaranya adalah karya yang berjudul “Titik Singgung antara Tasawuf, Psikologi Agama dan Kesehatan Mental” oleh Ikram dalam jurnal *Teologia* Vol: 19 Januari 2008.

Kemudian, karya lainnya ialah buku yang berjudul *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami* karya Hanna Djumhana Bastaman. Karya ini menjelaskan tentang hubungan antara psikologi modern dan psikologi Islam, kemudian karya ini menjawab apakah psikologi modern sejalan dengan Islam.

Letak perbedaan artikel ini dengan karya Ikhrom adalah dalam komparasinya. Jika Ikhrom mengkomparasikannya dengan psikologi agama, maka penulis mencoba menemukan titik temu antara psikologi sekuler dan sufisme. Sehingga bisa dikatakan gagasan atau *scope* artikel ini masih original.

Sedangkan perbedaan penulis dengan karya Hanna Djumhana Bastaman ialah terletak pada penjelasan tentang ruh. Karya Hanna tidak menjelaskan sufisme ataupun integrasinya sebab ia hanya fokus pada ruh saja.

Karena itu, karya ini bisa dipastikan sebagai gagasan asli penulis dalam hal integrasi psikologi, Islam dan sufisme dengan obyek pembahasan berupa konsep manusia.

## **METODE PENELITIAN**

Bagian ini digunakan baik untuk artikel yang berasal dari **hasil penelitian** maupun **kajian**. Bagian metode untuk **naskah hasil penelitian** dapat memuat rancangan langkah-langkah atau prosedur yang dilakukan dalam pengumpulan data maupun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ataupun kajian. **Artikel yang bersifat kajian** dapat memuat langkah-langkah dalam pengumpulan data, teknik analisis, kriteria atau standar referensi yang digunakan untuk melakukan kajian dan alur berpikir

---

<sup>5</sup> Abuddin Nata, *Akhlak Tasawuf* (Jakarta: Rajawali Press, 2003), 233.

dalam melakukan kajian. Metode dapat juga berupa cara yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan dalam artikel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Suryabrata menjelaskan bahwa sejarah psikologi berawal pada zaman Yunani yang bermula pada era Plato (427-347 SM), tetapi garisnya terlihat jelas pada masa Hipocrates-Gelenus melalui mazhab Italia, mazhab Perancis, Krectmer, sampai pada masa Sheldon.<sup>6</sup>

Kajian ini berawal dari tinjauan terhadap manusia yang sifatnya pra-ilmiah seperti chirologi (ilmu gurat-gurat tangan), astrologi (ilmu perbintangan), grafologi (ilmu tentang tulisan tangan) dengan tokohnya Cammilo Baldo (1622), physiognomi (ilmu tentang wajah) dengan tokohnya Johan Casper (1741-1801 M), phrenology dengan tokohnya Franz Joseph (1758 -1828 M) dan Spurzheim (1776-1823 M), serta onychology (ilmu tentang tengkorak) dengan tokohnya Henry Bouqueet dan Cartan Pierre Giram.<sup>7</sup>

Sejarah membuktikan bahwa psikologi awalnya belum diakui menjadi ilmu yang independen. Pada waktu itu, psikologi masih menjadi bagian dari filsafat. Pada abad 17-18, psikologi masih menjadi perbincangan kaum filsuf yang dipelopori oleh Rene Descartes (1596-1650) di Perancis dan John Locke (1623-1704) di Inggris yang kemudian pada saat itu dikenal sebagai tokoh asosionisme. Psikologi masuk ke dalam ilmu yang independen dipelopori oleh Wilhem Wundt pada tahun 1879.<sup>8</sup>

Tokoh yang menerapkan secara detail mengenai psikologi ialah Wiliam H Sheldon yang berpendapat bahwa kepribadian seseorang dalam banyak hal berhubungan dengan keadaan jasmani yang tampak. Struktur jasmani merupakan hal yang utama dan berpengaruh pada pribadi seorang. Kemudian, faktor-faktor genetik dan biologis juga memainkan peranan yang penting dalam perkembangan kepribadian seseorang.<sup>9</sup>

Sheldon dilahirkan pada tahun 1899 di Wawick, Rhode Island dari keluarga peternak. Bahkan sampai dewasa ini tulisan-tulisannya menunjukkan perhatian terhadap dunia hewan. Kemudian, ia masuk Brown Univeristy dan mendapat gelar B.A, gelar M.A dari Universitas Coloroda dan Ph.D dalam dunia psikologi di Universitas Chicago.<sup>10</sup>

Adapun cara Sheldon mengaplikasikan metode psikologinya terbagi dalam dua kategori :

- a) Mula-mula mengumpulkan sifat-sifat yang telah terdapat dalam pustaka pribadinya. Dari penelitiannya, ia mendapatkan 650 macam sifat. Jumlah ini ditambah dengan penemuannya sendiri. Kemudian semua sifat itu direduksi dengan jalan menyatukan sifat-sifat yang *overlapping* dan menghilangkan yang tidak signifikan.
- b) Kemudian ia mencari kelompok sifat-sifat yang berpedoman pada panduan psikologi: Untuk masuk dalam kelompok harus punya angka korelasi serendah-

---

<sup>6</sup> Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadaian* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2003), 5

<sup>7</sup> Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, 6-10.

<sup>8</sup> Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, 8-9.

<sup>9</sup> Agus Sujanto, dkk., *Psikologi Kepribadian* (Surabaya : Bumi Aksara, 1997), 25.

<sup>10</sup> Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, 31.

rendahnya 0,60 dan untuk masuk dalam kelompok yang berbeda harus punya angka korelasi setinggi-tingginya 0,30.

Mengenai metode ini, penulis tidak menemukan bahasa yang baik untuk menerjemahkan apa maksud dari Sheldon. Akan tetapi yang jelas, Sheldon merupakan tokoh yang melakukan eksperimen terhadap mahasiswa laki-laki sebanyak 200 orang selama lima tahun. Kemudian hasilnya terjadi korelasi antara komponen jasmani dan temperamen. Hal tersebut bisa dilihat dari tabel ini :

Tabel 1

-----	Visceerotonia	Sumato tonia	Cerebro tonia
Endomorphy	79	29	32
Mesomorphy		82	58
Ectomorphy			83

Penulis tidak akan membahas mengenai tabel ini karena bahasanya yang menggunakan bahasa ilmiah psikologi sulit dipahami. Meskipun demikian, Sheldon berusaha mencari korelasi antara aspek fisik dan non fisik sampai pada kesimpulan yang mampu menjawab hal ini dengan baik.

Setelah ilmu psikologi berdiri secara independent, maka muncullah beberapa tokoh yang membesarkan psikologi seperti Sigmund Freud (1856-1939). Beliau merupakan tokoh psikonalisis yang lahir di Moravia. Menurut Freud, terdapat tiga sistem yaitu *Das es* (the id) aspek biologis, *Das Ich* (the Ego), dan aspek psikologisme dan *Das Ueber Ich* (the super ego) yaitu aspek sosiologis.<sup>11</sup>

Dalam hal ini Freud terpengaruh oleh filsafat determinisme yang menganggap organisme manusia sebagai sebuah kompleksitas energi yang memperoleh energi dari makanan serta mempergunakannya untuk bermacam-macam hal seperti sirkulasi pernapasan, gerakan otot-otot, mengamati, mengingat, berpikir, dan sebagainya. Berdasarkan hasil penelitiannya, Freud menamakan energi tersebut dengan energi psikus, yang menurutnya bisa dipindahkan menjadi energi fisiologis dan sebaliknya.<sup>12</sup>

Pada dasarnya Freud ingin mengatakan bahwa manusia itu terbentuk atas tiga sistem tersebut yaitu ide, ego, dan super ego, sebagaimana dijelaskan pada bagian awal tadi. Freud melihat bahwa id merupakan tempat ego dan superego berkembang. Id merupakan sesuatu bawaan dari lahir dan merupakan warisan sehingga bisa dikategorikan insting. Sedangkan ego merupakan sesuatu yang timbul karena kebutuhan-kebutuhan organisme yang memerlukan transaksi-transaksi yang sesuai dengan dunia kenyataan. Hal ini didorong oleh hasrat sehingga siapapun punya hasrat untuk melakukan sesuatu seperti lapar, haus, maka kebutuhan tersebut harus dipenuhi karena

<sup>11</sup> Suryabrata, *Psikologi Kepribadaian*, 125.

<sup>12</sup> Suryabrata, *Psikologi Kepribadaian*, 128.

ada dorongan untuk menghilangkannya. Sedangkan super ego adalah keidealan yang biasanya terbayangkan dalam imajinasi dan hal ini biasanya terlihat dalam norma-norma atau aturan yang dibuat oleh manusia itu sendiri tetapi pada kenyataannya sudah untuk diwujudkan.<sup>13</sup>

Penulis memberikan contoh misalnya ada seorang manusia yang telah berkeyakinan hidupnya agar senantiasa tidak pernah marah akan tetapi pada kenyataannya ketika dijahili oleh seseorang dia menjadi marah, sehingga superegonya kalah oleh ego.

Selain itu, terdapat tokoh yang bernama Alfred Adler yang lahir di Wina pada tahun 1870 dan pada tahun 1895 sudah mendapatkan gelar dokter. Pada awalnya, Alfred mengambil spesialis dalam bidang ophtamologi dan menjadi seorang psikiater. Akan tetapi, Alfred berbeda pandangan tentang teori-teori yang dikembangkan oleh Freud, sehingga ia mengundurkan dari jabatan ketua dan memutuskan hubungan dengan psikoanalisis Freudian kemudian membentuk kelompoknya sendiri.<sup>14</sup>

Perbedaan yang paling menonjol dengan pandangan Freud adalah masalah tingkah laku manusia. Jika Freud memandang bahwa tingkah laku manusia itu didasari oleh insting-insting yang dibawa sejak lahir, maka Alfred melihat bahwa tindakan manusia didorong oleh aspek sosial.<sup>15</sup>

Menurut Adler, kehidupan jiwa ini dinamis disebabkan oleh adanya dua dorongan yang saling bertentangan. Yang pertama adalah dorongan keakuan (*inchaftigkeit* atau *unsachlichkeit*), yakni dorongan untuk mengabdikan kepada aku (diri sendiri) dan kedua adalah dorongan kekitaan (*wirhaftigkeit* atau *sachlichkeit*) atau dorongan untuk mengabdikan kepada kita (umum, dunia luar dirinya).<sup>16</sup>

Adler juga mengakui adanya rasa rendah diri yang disebut *teufelkreis* karena terikat rasa aku di mana kadang-kadang orang tidak berani menghadapi kenyataan hidup, sehingga yang bersangkutan selalu berusaha menutup kekurangannya atau mencapai kompensasi. Jikalau usaha ini gagal, maka rasa rendah diri akan lebih mendalam dan usaha menuju kompensasi tadi semakin kuat dan bertambah. Besar akibatnya, kesukaran-kesukaran yang dihadapi makin bertambah besar, sehingga daya penyesuaian diri makin kecil dan ruang hidup secara psikologi bertambah sempit.<sup>17</sup>

Selain tiga tokoh yang disebutkan penulis di atas, masih banyak lagi tokoh-tokoh psikologi yang tidak kalah berpengaruh. Satu di antaranya adalah Eduard Spenger yang membicarakan tentang roh, Ludwig Klages, Carl Gustav Jung yang membicarakan tentang psikologi analitis, Allport dengan psikologi individualnya, Kurt Lewin dengan psikologi medan, dan Carl Rogers dengan psikologi *self*.

Alasan penulis mengambil hanya tiga tokoh karena teori mereka hampir mendekati dengan metode sufisme dan filsafat Islam. Ketitganya bahkan menjelaskan

---

<sup>13</sup> Calvin S Hall dan Gardner Lindzey, *Teori-Teori Psikodinamik (KLINIS)* (Jakarta : Penerbit Kanisius, 1993), 67.

<sup>14</sup> Lindzey, *Teori-Teori Psikodinamik (KLINIS)*, 239-240.

<sup>15</sup> Lindzey, *Teori-Teori Psikodinamik (KLINIS)*, 241.

<sup>16</sup> Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, 192.

<sup>17</sup> Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, 195.

secara detail mengenai jiwa dalam diri manusia. Alasan lain ialah karena pembahasannya akan melebar pada bagian lain.

Pada dasarnya ini hanya gambaran kecil saja pada subbab ini. Dunia psikologi sekuler sendiri telah terbagi dalam empat kelompok yaitu psikoanalisis, psikologi perilaku, psikologi humanistik, dan psikologi transpersonal.

### **Peleburan Psikologi Islam**

Terdapat dua pendapat yang menyatakan tentang bagaimana sejarah psikologi Islam muncul. Pertama adalah Setyio Purwanto yang mengatakan bahwa psikologi Islam telah dimulai pada tahun 1978 dengan berlangsungnya simposium internasional tentang psikologi Islam yang diikuti dengan terbitnya buku Malik B Badri berjudul *The Dilemma of Muslim Psychologist*.<sup>18</sup> Pendapat kedua disampaikan Lify yang mengatakan bahwa sejarah kelahiran psikologi Islam diawali pada tahun 1976 yang berasal dari kesimpulan Prof. Kadir Yahya bahwa psikologi merupakan suatu pedoman sementara tasawuf adalah rohnya. Kemudian pada tahun 1979, Fuad Nashori menjelaskan perihal psikologi agamawi yang berupaya mengintegrasikan konsep manusia dan psikologi tasawuf Islam. Hal-hal tersebut kemudian dikuatkan dengan simposium nasional psikologi Islam pada tahun 1994.<sup>19</sup>

Walaupun kemunculan psikologi Islam belum sepenuhnya jelas, ia bisa dirujuk dari beberapa tokoh yang menjelaskan mengenai jiwa bahkan tentang kemanusiaan. Beberapa di antaranya adalah al-Kindi, Ibn Bajjah, Suhrawardi al-Magful dan Nasr al-Din Tusi.<sup>20</sup>

Dalam hal ini, penulis berbeda dengan teori kemunculan psikologi Islam. Penulis berasumsi penulis bahwa perkembangan psikologi dalam Islam tidak terlepas dengan dunia filsafat karena dalam dunia filsafat juga membahas jiwa. Hal ini telah diutarakan pada bagian pendahuluan bahwasanya dunia psikologi masih berada dalam ruang lingkup filsafat, dan hal ini terjadi pula dalam dunia Islam.

Al-Kindi merupakan filusuf keturunan Arab pertama yang mempunyai nama lengkap Abu Yusuf Yakub ibn Ishaq ibn al-Shabbah ibn Imran ibn Muhammad ibn Al-Asy'as ibn Qais al-Kindi. Beliau lahir di Kufah sekitar tahun 185 H (801 M) dari keluarga kaya. Al-Kindi hidup pada masa dinasti Abbasiyah (al-Amin, 809-813 M, al-Ma'mun 813-833 M, al-Mu'tashim 833-842 M, al-Watsiq 842-847 M, al-Mutawakil 847-861 M). Kemudian beliau meninggal 246 H (860 M) menurut keterangan dari L Massignon, sedangkan C. Nallino menduga 260 H (873 M).<sup>21</sup>

Pandangan al-Kindi mengenai jiwa sangatlah menarik. Bagi al-Kindi, jiwa itu bersifat spritual, *ilahiah*, terpisah dan berbeda dari tubuh. Kemudian al-Kindi melihat bahwa jiwa merupakan sesuatu yang suci dan ketika akhirnya bergabung dengan tubuh, ia akan tertarik pada kesenangan-kesenangan yang didorong oleh hawa nafsu. Walaupun

---

<sup>18</sup> Setyo Purwanto, "Psikologi Islam Transpersonal dan Psikologi Kesehatan"

<sup>19</sup> Lify, "Pengertian Sejarah, ruang lingkup dan Metode Psikologi Islam"

<sup>20</sup> Saleh, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, 16.

<sup>21</sup> Hasyimsah Nasution, *Filsafat Islam* (Jakarta : Gaya Media Pratama, 2002), 15.

tubuh dan jiwa berbeda, bagi al-Kindi, keduanya saling berhubungan dan saling memberi bimbingan. Hal ini dibutuhkan agar hidup manusia menjadi serasi dan seimbang. Al-Kindi menambahkan bahwa jiwa manusia mempunyai tiga daya yaitu daya bernafsu, daya untuk marah, dan daya berpikir.<sup>22</sup>

Tokoh yang lain yang masuk kategori psikolog muslim ialah Ibn Bajjah yang mempunyai nama lengkap adalah Abbu Bakar Muhammad ibn Yahya ibn al-Shaigh al-Tujibi al-Andalusi al-Samqusti. Ibn Bajjah lahir di Saragosa Andalus tahun 475 H (1082 H), dan meninggal pada tahun 533 H (1138 M).<sup>23</sup>

Menurut pendapat Ibnu Bajjah, setiap manusia mempunyai jiwa. Jiwa ini tidak mengalami perubahan sebagaimana jasmani. Jiwa adalah penggerak bagi manusia. Jiwa digerakkan dengan dua jenis alat: alat-alat jasmaniah dan alat-alat rohaniah. Alat-alat jasmaniah di antaranya berupa buatan dan ada pula yang sifatnya alamiah, seperti kaki dan tangan. Alat-alat alamiah ini lebih dahulu dari alat buatan atau yang disebut juga oleh Ibnu Bajjah dengan pendorong naluri (*al-harr al-garizi*) atau roh insting. Ia terdapat pada setiap makhluk yang berdarah.<sup>24</sup>

Lebih lanjut, jiwa menurut Ibnu Bajjah adalah *jauhar* rohani yang kekal setelah mati. Di akhirat, jiwalah yang akan menerima pembalasan, baik balasan kesenangan (surga) maupun balasan siksaan (neraka). Sementara akal, daya berpikir bagi jiwa, adalah satu bagi setiap orang yang berakal. Ia dapat bersatu dengan akal *fa'al* yang di atasnya dengan jalan *ma'rifah* filsafat.<sup>25</sup>

Tokoh lain yang membahas masalah kejiwaan adalah Suhrawardi al-Magful yang menjelaskan tentang jiwa dan fisik. Menurut Suhrawardi, hubungan antara jiwa dan tubuh bukanlah sebab akibat, tetapi justru ikatan cinta di antara keduanya.<sup>26</sup> Suhrawardi al-Mughal mempunyai nama asli Syaikh Syihab al-Din Abu al-Futuh Yahya ibn Habasy ibn Amirak al-Suhrawardi. Ia dilahirkan di Suhraward Iran Barat lalu dengan Zanjan pada tahun 548 H/ 1153 M dan meninggal pada tahun 587 H/ 1191 M.<sup>27</sup>

Jika dilihat dari tiga tokoh yang disebutkan diatas, walaupun ketiganya adalah filsuf, mereka masih memikirkan manusia. Bahan kajian mereka berhubungan dengan jiwa seperti halnya obyek material dalam dunia psikologi. Hal yang perlu dicatat adalah bahwa ketiganya merupakan filsuf Muslim yang berlandaskan kepada al-Qur'an dan al-Sunnah dalam kajian-kajiannya.

Penjelasan filsuf ini sangatlah menarik karena jauh sebelum mereka menjelaskan mengenai manusia, Al-Quran telah lebih dahulu melakukannya. Islam memandang manusia sebagai makhluk tuhan yang memiliki keunikan dan keistimewaan tertentu. Hal ini tertuang dalam QS 95 ayat 4 yang berarti "sesungguhnya kami ciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya", Q.S 2 ayat 30 "....sesungguhnya aku hendak menjadikan khalifah di muka bumi ini...." Q.S 23 ayat 115 " maka apakah kamu mengira kami

---

<sup>22</sup> Nasution, *Filsafat Islam*, 22.

<sup>23</sup> Nasution, *Filsafat Islam*, 94.

<sup>24</sup> Sirajuddin Zar, *Filsafat Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004) 185.

<sup>25</sup> Zar, *Filsafat Islam*, 187.

<sup>26</sup> Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, 19.

<sup>27</sup> Nasution, *Filsafat Islam*, 143-144.



menciptakanmu secara main-main dan bahwa kamu tidak dikembalikan kepada kami” dan masih banyak lagi ayat-ayat yang menjelaskan tentang manusia.

Setelah itu, terjadilah perjumpaan antara psikologi dengan agama Islam. Penulis melihat letak perjumpaannya terletak pada obyek kajiannya, yaitu manusia, lalu berwujud menjadi psikologi Islam.

Setelah menjadi psikologi Islam, maka perbedaan yang paling mendasar dengan psikologi sekuler ialah batas wilayah. selama eksperimen yang dilakukan tidak melanggar aturan Al-Qur’an dan al-Sunah, maka hal tersebut diperbolehkan.

Bahkan hal ini didasari dengan seiring terjadinya islamisasi ilmu pengetahuan yang digagas oleh Ismail al-Faruqi dan Naquib al-Attas yang mencoba mengembalikan hegemoni Islam dalam dunia ilmu pengetahuan.

Dalam penggambaran karakter manusia, terdapat kesamaan, misalnya antara orang yang lalim dengan pribadi yang totalier. Sedangkan mengenai kualitas-kualitas insani seperti aktualisasi diri, cinta kasih, tanggung jawab dan kebebasan terdapat kesamaan dalam dunia psikologi.<sup>28</sup>

### **Wujud Sufi dalam Diri Manusia**

Penulis perlu memberikan catatan pada pembahasan ini yaitu mengenai sufisme dan psikologi sufi. Penulis tidak membedakan antara sufisme dan psikologi sufi, walaupun dari segi pengertian sudah berbeda. Alasan penulis ialah karena psikologi sufi berbicara teori, sedangkan sufisme ruang lingkupnya adalah dunia praktis. Dari situ akan tampak pada bagian kesimpulan di mana letak pertemuan sufisme dan psikologi.

Istilah tasawuf secara harfiah diambil dari beberapa akar kata seperti al-*shuffah* (penghuni emper masjid nabawi), *shufi* (sekelompok orang yang disucikan), *shaff* (barisan dalam Islam), *shuf* (kain yang terbuat dari bulu yang sering dipakai para sufi) dan *sophos* (berasal dari bahasa Yunani artinya bijaksana).<sup>29</sup>

Pada awalnya, praktik tasawuf itu sendiri sudah ditunjukkan oleh pembawa risalah Islam, yaitu Muhammad. Hal ini terlihat dari apa yang dilakukan oleh Muhammad dengan menyendiri di gua Hira dan kehidupannya yang sederhana. Suatu ketika, ia pernah ditanya oleh istrinya Aisyah “*Ya Rasulullah, mengapa engkau berbuat seperti ini terlalu sederhana dan selalu beribadah bukankah kamu sudah diampuni oleh Allah*” Jawab Muhammad “*Apakah engkau tidak ingin agar aku menjadi hamba yang bersyukur kepada Allah*”.<sup>30</sup> Selain pribadinya, sahabat-sahabat Nabi Muhammad pun ikut bersahaja seperti Abu Bakar, Umar bin Khattab, Uthman bin Affan, dan Ali bin Abi Talib.

Paska kematian sahabat, maka bermuncullah golongan *tabi’in* yang salah satunya ialah Hasan al-Basri. Pada penafsirannya mengenai manusia, ia menggambarkan ciri khasnya dalam dunia sufi. Hasan al-Basri berpendapat bahwa manusia harus

---

<sup>28</sup> Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1997), 59.

<sup>29</sup> Ikhrom, “Titik Singgung Antara Tasawuf, Psikologi Agama dan Kesehatan Mental” *Teologia* Vol : 1 Nomor : 1 Januari (2008), 2.

<sup>30</sup> Abudin Nata, *Akhlaq Tasawuf*, 183.

membimbing dirinya untuk menyembah Allah sebab Dia telah menciptakan manusia untuk tujuan beribadah. Jika tujuan ibadah ini merupakan tujuan Allah dalam penciptaannya, maka Dia (Tuhan) tidak akan pernah mencegah manusia dari apa yang telah diciptakan-Nya dan memberi petunjuk kepada mereka.<sup>31</sup>

Setelah itu, muncullah beberapa tokoh sufi dengan konsepnya masing-masing seperti al-Ghazali (1059-1111 M) dan Zun al-Misri (w. 860 M) dengan konsep *ma'rifah*-nya, Abu Yazid al-Bustami (w. 874 M) dengan konsep *fana'* dan *baqa'*, al-Hallaj (w. 244 H/ 858 M) dengan konsep *al-Hulul*-nya, Muhyiddin Ibn Arabi (1165-1240 M) dengan konsep *wahdatul wujud*, dan Rabi'ah al-Adawiyah (713-801 H) dengan konsep *mahabbah*-nya.<sup>32</sup>

Sufi pada dasarnya merupakan orang yang melakukan nilai-nilai tasawuf. Tokoh-tokoh yang disebutkan di atas berlandaskan kepada al-Qur'an. Hal ini bisa dilihat dari kecintaan Rabi'ah al-Adawiyah kepada Allah swt yang sangat dalam. Bahkan, dikisahkan Rabi'ah tidak mau menerima semua lamaran para pria dan beliau mengatakan bahwa aku mencintai Allah dengan dua cinta. Cinta karena diriku dan cinta karena diri-Mu. Cinta karena diriku adalah keadaanku senantiasa mengingat-Mu, sementara cinta karena diri-Mu adalah keadaan-Mu yang mengungkap tabir hingga Engkau dapat kulihat.<sup>33</sup>

Cinta yang sangat mendalam kepada Allah merupakan satu varian dari berbagai jenjang pada kondisi alam idealisme dalam ketenggalaman dan leburnya wujud individu yang naik menuju hakikat Allah dan akhirnya bermuara pada aliran *hulu>l*. Bagi para sufi, memahami ayat al-Qur'an tanpa kecerdasan apapun yang terlalu tinggi sama halnya dengan menjadikan Al-Qur'an sebagai alat untuk mendukung mazhab tertentu.

Sufi meyakini bahwa dirinya mampu dan bisa berinteraksi dengan sang khalik melalui shalat. Hal ini dijelaskan oleh Ibn Sina tentang esensi shalat. Ia menggeser pelaksanaan ibadah dalam kaitannya dengan tingkatan-tingkatan jiwa yang berbeda-beda dari pelaksanaan fisik-eksotoris ke pelaksanaan ibadah ruhani-esotoris. Pada shalat, ada nuansa fisik yang dikerjakan dengan anggota tubuh dalam bentuk formalitas sekaligus waktu yang telah ditentukan, sehingga esensi hakiki shalat sama dengan shalat ruhaniyah yang menenangkan jiwa.<sup>34</sup>

Dunia sufisme mulai menemukan momentumnya pada masa berdirinya tarekat yang menjadi sebuah lembaga. Pada dasarnya, tarekat bertujuan mengadakan latihan jiwa, membersihkan diri dari sifat-sifat yang tercela dan mengisinya dengan sifat-sifat yang terpuji serta memperbanyak zikir dengan penuh keikhlasan.<sup>35</sup>

Berdasarkan cara tersebut, maka Ibn Arabi menyimpulkan bahwa tidak benar jika syariat mengingkari konsep-konsep tawasuf. Hal ini menurutnya didasari oleh kandungan surat al-A'raf ayat 29 yang berarti: "*Katakanlah Tuhanku menyuruh menjalankan*

---

<sup>31</sup> Bodiur Rahman, "Perbandingan Konsep Kebebasan Memilih (ikhtiyār) antara Imam Hasan al-Baṣṣid an Mulla Sadra. *Al-Huda* Vol : 3 No: 11 (2005), 120.

<sup>32</sup> Abudin Nata, *Akhlaq Tasawuf*, 207, 219, 231, 239, 247.

<sup>33</sup> Al-Kalabadzi, *al-Ta'aruf li Mazhāb ahl al-Shufiyya* (Kairo : Maktabah al-Kuliyah al-Azhariyah), 74-75.

<sup>34</sup> Ignaz Goldziher, *Mazhab Tafsir* terj : Alaika Salamullah, dkk., (Yogyakarta : Elsaq Press, 2006), 303.

<sup>35</sup> Abudin Nata, *Akhlaq tasawuf*, 270.

keadilan. Dan katakanlah luruskanlah mukamu di setiap shalat dan sembahlah Allah dengan mengikhlaskan ketaatanmu kepada-Nya sebagaimana Dia telah menciptakan kamu pada permulaan, dan kamu akan kembali kepada-Nya". Bagi Ibn Arabi, ayat ini menunjukkan bahwa terjadinya *fana'* dalam diri manusia berarti meleburnya hakikat tuhan dalam diri manusia sehingga menghilangkan egoisme dan dualisme.<sup>36</sup>

Penjelasan ini menunjukkan keyakinan para sufi bahwa tubuh manusia hanyalah bentuk formalitas, sebab wujud aslinya berupa ruh dengan sifat spritual yang mampu menembus batas ruang waktu dan sifatnya non fisik.

Setelah munculnya berbagai lembaga kesufian, banyak orang mencoba mengaitkan antara dunia sufisme dan psikologi. Mereka, misalnya, mengaitkan antara sisi takut, marah, khawatir dan lain-lainnya dalam dunia sufisme dan psikologi mengingat keduanya sama-sama menjadikan berbagai hal tersebut sebagai obyek material.

Dalam hal ini, psikologi sangat erat kaitannya dengan perilaku manusia. Bahkan jika dilihat dari fungsi psikologi sufistik, yang menjadi obyek kajiannya adalah kemampuan mengenali dan memahami realitas tentang keutuhan totalitas manusia, lahir maupun batin, individu maupun sosial.<sup>37</sup>

Argument Robert Frager mengenai psikologi sufi sangat berhubungan dengan tiga hal yaitu hati, diri, dan jiwa. Bagi Frager, hati merupakan spirit yang terdapat dalam manusia. Dalam hati tersimpan kearifan yang tergambarkan di dalamnya ruh ilahiyah. Sedangkan diri sama dengan nafs dan merupakan musuh terburuk bagi manusia. Diri merupakan kekuatan yang sanggup menjauhkan manusia dari segala hal yang bersifat spritual dan merupakan musuh bagi manusia. Kemudian yang terakhir adalah jiwa yang merupakan bagian dari manusia dan menjadi prinsip dasar evolusi. Jiwa memiliki tujuh aspek yaitu mineral, nabati, hewani, pribadi, insani, jiwa rahasia, dan maharahassia.<sup>38</sup>

Hal ini dikuatkan juga oleh dua tokoh tasawuf yaitu Imam al-Ghazali dan S.S Kadirun Yahya. Dalam *Ihya Ulu>m al-Din*, al-Ghazali membahas struktur keruhanian manusia dengan empat unsur yaitu kalbu yang mempunyai arti fisik dan metafisik. Kalbu bisa diartikan sebuah daging jantung atau bisa juga diartikan ruhaniyah yang bersifat spritual. Unsur kedua adalah ruh yang diartikan nyawa sumber hidup, halus dan indah dalam diri manusia. Ketiga adalah nafsu yang mempunyai dua arti pula: Arti pertama yakni dorongan agresif dan arti kedua yakni dorongan erotik (*birahi*) yang bisa menjadi sumber malapateka. Keempat adalah akal, sebagai daya pikir atau potensi intelegensi yang juga dapat diartikan sesifat semakna dengan ketiga unsur di atas dalam artian metafisik.<sup>39</sup>

---

<sup>36</sup> Goldziher, *Mazahab Tafsir*, 301

<sup>37</sup> Abdullah Hadziq, "Psikologi Sufistik: Solusi Pengembangan Pendidikan Multikultural" *Tecologi* Vol : 19 Nomor 2 (2008), 441.

<sup>38</sup> Robert Frager, *Hati, Diri, Jiwa Psikologi Sufi Untuk Transformasi* (Jakarta : PT Serambi Ilmu Semesta, 2005), 30-33.

<sup>39</sup> Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, 94.

S.S Kadirun Yahya di sisi lain menyebutkan adanya dimensi ragawi dan kejiwaan (termasuk sosial kultural) dalam eksistensi manusia dengan hukum-hukum dan prinsip-prinsip yang berkaitan antarsatu dengan yang lainnya. Alam pikiran dan alam jasmani saling berhubungan. Jika alam jasmani buruk, maka perbuatan manusia juga menjadi buruk dan demikian juga sebaliknya.<sup>40</sup>

Argumen ini menunjukkan bahwa sisi-sisi dari manusia telah menjadi obyek kajian sebelum Islam merumuskan sebuah teori, meski praktiknya sudah terjadi jauh sebelumnya. Penerapan sufisme dalam ilmu kejiwaan bisa diikuti oleh manusia lain sehingga banyak karya para sufi yang menjadi rujukan dalam sebuah lembaga tarekat.

### **Fusion antara Sufisme, Islam dan Psikologi**

Setelah menjelaskan tiga aspek yaitu sufisme, psikologi, dan psikologi Islam pada pembahasan sebelumnya, maka pada bagian ini penulis akan menjabarkan satu persatu penyatuan antara ketiga aspek tersebut.

Dalam filsafat Islam klasik, sangat banyak topik yang membahas tentang alam semesta seperti mempertanyakan terciptanya alam yang beraneka ragam tanpa mengganggu hakikat tuhan. Hal ini juga dibahas dalam dunia tasawuf di mana para sufi khususnya yang beraliran tasawuf falsafi (*mystical philosophy*) sangat gemar membahas tentang penciptaan alam semesta yang terfokus pada penciptaan manusia sebagai makhluk yang diberi amanah menjadi khalifah di atas bumi.<sup>41</sup> Kemudian apakah hal yang sama juga dibicarakan oleh psikologi umum (sekuler)?

Secara jelas bahwasanya psikologi juga membicarakan hal-hal yang berkaitan dengan alam semesta, karena alam semesta ruang lingkupnya sangat luas, termasuk manusia. Hal ini, misalnya, dibahas oleh John Locke (1632-1704) yang berbicara masalah-masalah kemampuan pikiran manusia dan sifat dasar pengetahuan.<sup>42</sup>

Kedudukan manusia sebagai salah satu bagian dari alam semesta dikuatkan oleh beberapa padangan para filsuf yang mengatakan bahwa alam merupakan ciptaan atau hasil pancaran tuhan yang sudah ada. Artinya, manusia yang mengisi alam ini merupakan hasil pancaran dari Tuhan.<sup>43</sup> Hal ini senada dengan al-Hallaj yang mengatakan demikian:<sup>44</sup>

أنا من أهوى و من أهوى أنا نحن روحان حللنا بدنا فإذا أبصرتني ابصرته و إذا ابصرته ابصرتنا

---

<sup>40</sup> Bastaman, Integrasi Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Islami, 95.

<sup>41</sup> Harifuddin Cawidu, “ Gender Dalam Perspektif Sufisme (Suatu Tawaran Solusi Mengatasi Krisis Kemanusiaan Melalui Pendekatan Spiritual)” *Zaitun* Volume 1 April (2002), 32.

<sup>42</sup> Diane Coliinson, *Lima Puluh Filosof Dunia Yang Menggerakkan* terj : Ilzamudin Ma'mur dan Mufti Ali (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2001), 95.

<sup>43</sup> Nasution, *Filsafat Islam*, 60. Konsep Ibn Miskawaih dalam teori emanasi dan al-Farabi yang berbeda al-Miskawaih meyakini alam belum ada, sedangkan al-Farabi dari ada.

<sup>44</sup> Aku adalah Dia yang kucintai dan Dia yang kucintai adalah aku, Kami adalah dua jiwa yang bertempat dalam satu tubuh, jika engkau lihat engkau lihat Dia. Dan jika engkau lihat Dia engkau lihat kami. Nata, *Akhlaq tasawuf*, 245.

*Aku orang yang mencinta dan Dia yang mencinta adalah Aku. Kami adalah dua ruh yang melebur dalam satu tubuh. Bila kau memandangkku, kau memandang-Nya. Bila kau memandang-Nya, kau memandang Kami.*

Gambaran ini menjelaskan bahwa ada keserasian antara tasawuf, psikologi, dan ke-Islaman. Sifat manusia yang terdiri dari dua unsur yaitu fisik dan non fisik menjadikan kajian ini menjadi luas.

Persamaan lain yang diperoleh oleh penulis ialah masalah jiwa. Islam, sufisme, dan psikologi seluruhnya sepakat bahwa jiwa merupakan hal yang sifatnya tersembunyi dan perlu dikaji agar memperoleh ketenangan. Perbedaan justru ditemukan antara sufisme dan psikologi sekuler. Jikalau sufisme sudah jelas sesuai dengan al-Qur'an, maka psikologi sekuler memiliki pondasi yang berbeda. Pernyataan ini bisa dilihat pada pembahasan yang akan dijelaskan pada paragraf di bawah ini.

Islam meyakini bahwa jiwa yang tenang adalah jiwa yang selalu dekat dengan Allah sebagaimana dalam Q.S al-Fajr ayat 27-30 :<sup>45</sup>

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (27) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (28) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَادْخُلِي جَنَّاتِي (30)

*Artinya : wahai jiwa-jiwa yang tenang (27), kembalilah ke Tuhanmu dengan hati yang puas dan diridhai (28) maka masuklah hamba-hambaku (29) masukklah kedalam surgaku (30)*

Konsep jiwa dalam ruang lingkup sufisme yang berpedoman pada al-Qur'an mengharuskan adanya upaya mendekatkan diri kepada Allah dengan jalan tarikat yang unsur-unsurnya terdiri dari lima bagian berikut:

- a) Mempelajari ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan syariat agama
- b) Mengamati dan berusaha semaksimal mungkin untuk mengikuti jejak para guru dengan melaksanakan perintahnya serta meninggalkan larangannya.
- c) Tidak mencari-cari keringanan dalam beramal agar tercapai kesempurnaan yang hakiki
- d) Mengisi waktu seefesien mungkin dengan segala wirid dan doa guna pementapan dan ikhtiyar mencapai *maqomat* yang lebih tinggi
- e) Menahan hawa nafsu agar terhindar dari kesalahan yang dapat menodai amal.

Sementara itu, psikologi sekuler meyakini bahwa manusia tak ubahnya binatang seperti yang disimpulkan oleh John Watson dalam teori behaviorismenya.<sup>46</sup> Dengan demikian, kesenangan duniawilah yang dipercaya dapat menenangkan jiwa bagu mereka yang menggunakan mazhab ini. Ketika merasa lapar, maka jiwanya pun lapar dan ketika makan, tenanglah jiwanya.

Ada juga yang melihat titik perbedaan antara sufisme dan psikologi. Satu di antaranya adalah Robert Frager dalam karyanya *Hati, Diri, Jiwa Psikologi Sufi untuk Transformasi*. Frager menjelaskan psikologi tradisional yang berasumsi bahwa alam

---

<sup>45</sup> Hai Jiwa yang tenang (27), Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya (28), maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku (29), dan masuklah ke dalam surge-Ku (30).

<sup>46</sup> Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, 36.

semesta secara keseluruhan bersifat materi tanpa makna apapun. Sedangkan bagi psikologi sufistik, alam merupakan ciptaan sesuai dengan kehendak Tuhan seperti tergambar dalam Q.S al-Baqarah “Milik Allahlah timur dan barat. Ke manapun kau menghadap, di situlah wajah tuhan berada”. Adapun bagi psikologi tradsionalis, manusia hanya sekadar tubuh sementara pikirannya terbentuk karena sistem saraf tubuh. Bagi seorang sufi, manusia dianggap mempunyai hati yang merupakan pancaran dari tuhan sekaligus perwujudan dari ruh ilahiyah. Selain itu, sifat manusia dalam kacamata psikologi barat masihlah terbatas dan mempunyai tendensi-tendensi neurotik yang bisa didekati melalui psikologi klinis dan humanistik. Sedangkan pandangan sufi mengatakan bahwa seluruh manusia berkedudukan seperti hewan dan malaikat karena dalam diri manusia terdapat sifat malaikat dan hewani sehingga manusia berpotensi besar melampaui malaikat atau rendah melebihi hewan.<sup>47</sup>

### Penafsiran Ulama Q.S al-Fajr ayat 27-30 Relevansinya Dengan Sufisme

Adapun penafsiran terhadap Q.S al-Fajr ayat 27-30 adalah sebagai berikut: Kata *an-nafs* bisa digunakan untuk menyebut zat (benda) secara keseluruhan (lihat: QS al-Zumar [39]: 56; QS al-An’am [6]: 151);[1] bisa juga untuk menyebut ruh (lihat: QS al-An’am [6]: 93).<sup>48</sup>

Adapun kata *al-muthmainnah* merupakan *ism al-fâ’il* dari *al-thuma’nînah wa al-ithmi’nân*. Secara bahasa, kata *al-thuma’nînah* berarti *as-suku>n* (diam, tenang, tidak bergerak). Dijelaskan juga oleh al-Asfahani bahwa kata tersebut berarti *as-sukûn ba’da al-inzi’âj* (tenang setelah gelisah atau cemas).<sup>49</sup>

Menurut at-Tunisi, kata *ithma’anna* digunakan ketika *hâdi[an] ghayra mudhtharib wa lâ munza’ij* (tenang, tidak cemas dan tidak gelisah). Kata itu juga bisa digunakan untuk menunjuk ketenangan jiwa karena membenarkan apa yang disampaikan dalam al-Qur’an tanpa ada keraguan dan kebimbangan. Oleh karena itu, penyebutan tersebut merupakan pujian atas jiwa tersebut berupa ketenangan jiwa keadaan tanpa ketakutan.<sup>50</sup> Sedangkan Abu Hayyan al-Andalusi menyatakan bahwa *al-muthmainnah* adalah *al-a>minah* (orang yang aman dan tenteram) atau mereka yang tidak diliputi oleh ketakutan dan kekhawatiran dan penuh dengan ketentraman.<sup>51</sup>

Siapa yang dimaksud dengan orang yang berjiwa tenang dalam ayat ini? Ada beberapa penjelasan. Menurut Ibnu Abbas, dia adalah *al-muthmainnah bi tsawâbil-Lâh* (jiwa yang tenteram dengan pahala Allah); juga bermakna jiwa yang mukmin. Sementara Al-Hasan menafsirkannya sebagai *al-mu’minah al-mûqînah* (jiwa yang mukmin dan yakin). Adapun Athiyah berpendapat bahwa ia adalah jiwa yang ridha terhadap qadha Allah.<sup>52</sup>

<sup>47</sup> Frager, *Hati, Diri, Jiwa Psikologi Sufi Untuk Transformasi*, 33-35.

<sup>48</sup> Baharudin, *Paradigma Psikologi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), 29.

<sup>49</sup> Muhammad Usman Najati, *Solusi Kritis Keruhanian Manusia Modern* (Jakarta: Paramadina, 2000), 21-23.

<sup>50</sup> Ahmad Sabban al-Rhamani, *Titian Para Sufi dan Ahli Ma’rifat* (Jakarta: Prenamedia Group, 2018), 92. Lihat juga, Muhammad Ibn Asyur, *Al-Tarîr wa Tanwir*, Vol. 3, (Beirut: Dâr al-Fikr, 1414), 78.

<sup>51</sup> Abu Hayan al-Andalusi, *Bahrul Muhit fi Tafsiir*. Juz 10 (Beirut: Dâr al-Fikr, 1420), 476.

<sup>52</sup> al-Rhamani, *Titian Para Sufi dan Ahli Ma’rifat*, 92

Al-Khazin juga berpendapat bahwa yang dimaksud jiwa yang teguh adalah jiwa di atas iman dan untuk keyakinan, membenarkan apa yang difirmankan Allah SWT, meyakini Allah SWT sebagai Tuhannya, serta tunduk dan taat terhadap perintah-Nya. Adapun Ibnu Jarir ath-Thabari memaknainya sebagai orang yang membenarkan dan tenteram akan janji Allah SWT kepada ahli iman di dunia berupa kemuliaan di akhirat. Sementara itu, Abu Hayyan al-Andalusi menyatakan bahwa *al-muthmainah* adalah *al-âminah* (orang yang aman dan tenteram) yang tidak diliputi oleh ketakutan dan kekhawatiran; tenteram dengan kebenaran dan tidak dicampuri dengan keraguan.<sup>53</sup>

Selain itu, pemaknaan jiwa yang tenang berdasarkan beberapa pendapat ahli tafsir adalah orang-orang mukmin yang memasrahkan segala urusannya hanya kepada Allah sehingga timbul ketenangan.<sup>54</sup> Hal ini jika tentu bertolak belakang dengan ahli maksiat yang tidak tenang dan terkesan tidak mendapatkan bimbingan dari Tuhan karena ketergantungan terhadap diri sendiri tanpa melibatkan Tuhan.

Tentu saja hal ini sesuai dengan ajaran sufisme yang memberikan sandaran hanya kepada Allah dan bukan kepada manusia sebagaimana syair Ibn Athaillah al-Iskandariah berikut: "Janganlah setiap urusan itu Kaugantung kepada diri sendiri. Biarlah urusan itu Allah yang menguruskannya untukmu".<sup>55</sup> Pandangan ini mampu membuat manusia jadi tenang karena tidak hanya bekerja sendiri, akan tetapi melibatkan Allah swt.

Beberapa ahli tafsir juga menyebutkan bahwa Q.S al-Fajr ayat 27 sampai 30 , merupakan ayat yang indah karena dibaca ketika malaikat akan mencabut nyawa seorang manusia.<sup>56</sup> Menurut penulis ini menandakan ada perpisahan jasmani dan rohani.

Islam sendiri mengartikan sebuah kematian sebagai peralihan hidup manusia. Kematian menunjukkan terjadinya kehilangan fungsi integratif manusia secara keseluruhan.<sup>57</sup>

## PENUTUP

Kesimpulan ini diperkuat oleh karya-karya filsuf yang menjelaskan makna jiwa dalam diri manusia seperti al-Kindi dengan karyanya *Risalah fi Annahu Jawahir la>Jasam*, Suhrawardi al-Maqtul dengan karyanya *Talwihat, Muqawamat*, dan Ibn Miskawaih *Tahzib al-Akhlaq*. Adapun sufisme yang berlandaskan al-Qur'an dan al-Sunnah sangat memperhatikan aturan-aturan yang terdapat dalam al-Qur'an, misalnya *mahabbah* yang diterapkan oleh Rabiah al-Adawiyah sebagaimana dalam Q.S al-Imra>n ayat 30 yang tercermin dalam sya'irnya: "Jika kamu cinta kepada Allah, maka turutlah aku dan Allah akan mencintai kamu" Ada juga Abu Yazid al-Bustami yang menafsiri Q.S al-Rahman ayat 26-27 seperti berikut ini: "Semua yang ada di dunia akan binasa, yang tetap kekal Dzat Tuhanmu yang mempunyai kebesaran dan kemuliaan"

---

<sup>53</sup>Ahmad Sabban al-Rhamani, *Titian Para Sufi dan Ahli Ma'rifat*, 93, Lihat juga, Al-Khazin, *Lubâb at-Ta'wil fi Ma'ânî at-Tanzîl*, vol. 4 (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1420 H).

<sup>54</sup>Al-Qurthubi, *Jami li al-Ahkâm al-Qur'an* (Kairo: Dâr al-Kutûb al-Misriyyah, 1965), 56.

<sup>55</sup>Ibn Ataillah al-Sakandari, *Kitab Al-Hikam* (Kairo: Maktabah al-Misriyyah, 2000), 10.

<sup>56</sup>Ibn Jarîr Al-Ṭabârî, *Jami al-Bayan 'An Tawîl al-Qur'an*, Jilid 6 (Kairo: Dâr al-Misriyyah, 2009),

<sup>57</sup>Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian*, (Jakarta: Hikmah, 2010), 134

Ketenangan jiwa dalam diri para sufi terlihat jelas dalam pembawaan yang tenang seperti Rabiah, Abu Yazid dan al-Ghazali. Kemudian, datanglah konsep psikologi yang mencoba membaca karakter jiwa seseorang dengan berbagai metode dan eksperimennya.

Jika sufi akan merasa tenang dengan mengendalikan hawa nafsunya, maka psikolog melihat ketenangan akan didapat dengan mengikuti apa yang diinginkan nafsu, seperti Watson (1878-1958) yang menyamakan manusia seperti binatang.

Bagi penulis, terdapat "*missing link*" antara psikologi Islam dan sufisme yang mewakili Islam. "*Missing link*" yang dimaksud ialah pengendalian diri. Dalam sosok Muslim, pengendalian diri itu sangat penting misalnya perintah puasa dan perintah nikah. Jika menggunkan konsep Watson yang menyamakan manusia dan binatang, maka pernikahan tidaklah diperlukan sebab manusia bisa berhubungan dengan lawan jenis tanpa aturan apapun. Manusia juga bisa begitu saja makan ketika merasa lapar tanpa memikirkan syariat atau orang di sekitar. Dalam pemikiran penulis, jika ini dibiarkan saja tanpa ada kritikan, akan terjadi kanibal versi modern.

Salah satu yang menenangkan jiwa dalam dunia sufisme ialah shalat seperti yang diyakini oleh Ibn Arabi dan Ibn Sina. Bagi mereka berdua, shalat merupakan salah satu cara mendapatkan ilham dan *mukasyafah* sebab shalat mampu mencerminkan gerakan secara zahir dan menghasilkan batin yang tenang.<sup>58</sup>

Penulis meyakini jika konsep sufisme diterapkan dalam psikologi, maka tidak akan terjadi korelasi. Meski begitu, penulis optimis bahwasanya titik temu antara sufisme dan psikologi terletak pada kajian manusianya. Jika saja psikologi sekuler mampu menahan diri dan meluruskan tujuannya demi kebaikan manusia, maka ia bisa sejalan dengan konsep sufisme.

Satu hal yang perlu dicatat adalah bahwa psikologi sekuler tidak mampu menjawab hal-hal yang sifatnya *kasyafah*, sementara sufisme mampu menjawab hal tersebut secara rasional. Dari situ, bisa disimpulkan bahwa sufisme lebih luas ruang lingkupnya dibanding dengan psikologi sekuler. Jika berbicara sufisme, maka di situ ada psikologi, akan tetapi jika berbicara psikologi, belum tentu ada sufisme di dalamnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bashori, Khoiruddin. "Penerapan Psikologi dalam Pendidikan dan Perkembangan Manusia". Lektur, Vol 12 No: 2 (2006) : 250-261.
- Bastaman, Hanna Djumhana. Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami. Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1997.
- Colinson, Diane. *Lima Puluh Filosof Dunia Yang Menggerakkan* terj : Ilzamudin Makmur dan Mufti Ali. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2002.
- Cawidu, Harifuddin. "Gender dalam Perspektif Sufisme (Suatu Tawaran Solusi Mengatasi Krisis Kemanusiaan Melalui Pendekatan Spiritual)". *Zaitun* Volume 1 April (2002), 1-32.
- Fragar, Robert, *Hati Diri Jiwa Psikologi Sufi untuk Transformasi*. Jakarta : PT Serambi Ilmu Semesta, 2005.

---

<sup>58</sup> Goldziher, *Mazhab Tafsir*, 302.



- Goldziher, Ignaz. *Mazhab Tafsir* terj : Alaika Salamullah, dkk,. Yogyakarta : Elsaq Press, 2006.
- Hall, Calvin and Gardner Lindzey. *Teori-Teori Psikodinamil (KLINIS)*. Yogyakarta : Kanisius, 1993.
- Hidayat, Komarudin. *Psikologi Kematian*. Jakarta: Hikmah 2010.
- Nasution, Hasyimsah. *Filsafat Islam*. Jakarta: Gaya Media Pratama, 2002.
- Rahman, Bodiur. “Perbandingan Konsep Kebebasan Memilih (*ikhtiyār*) antara Imam Hasan al-Başrid an Mulla Sadra. *Al-Huda* Vol : 3 No: 11 (2005), 117-152.
- Shaleh, Abdul Rahman. *Psikologi: Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta : Kencana, 2004.
- Suryabrata, Sumardi. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT Raja Grafindo, 2003.