

KONSEP JIWA MENURUT AL-GHAZALI DAN SIGMUND FREUD

(Studi Komparatif tentang Psikologi Pendidikan Islam)

Moh. Asy'ari Muthhar

Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA) Sumenep
asyari.mutthar@gmail.com

Fadhilah Khunaini

Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA) Sumenep
fadhilah.mr@gmail.com

Mohammad Iskandar

Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA) Sumenep
iskandar.mohammad@gmail.com

Abstrak

Islam memandang manusia sebagai makhluk tuhan yang memiliki keunikan yang tidak dimiliki oleh makhluk lainnya. Manusia merupakan satu-satunya makhluk yang dengan ketajaman otaknya mampu menelaah struktur, fungsi, dan proses kerja dari otak sendiri, dan mencoba membuat model piranti teknologi meniru sistem kerja otak manusia. Selain itu juga manusia memiliki kualitas-kualitas insani yang unik, ia dapat menentukan apa yang terbaik bagi dirinya, sehingga julukan sebagai "*The Self Determining Being*" menunjukkan bahwa ia memiliki kebebasan dengan rentang peluang yang sangat luas untuk mengembangkan diri. Al-Ghazali berpendapat bahwa tingkah laku tidak dipengaruhi oleh dorongan seks, tetapi Sigmund Freud beranggapan bahwa tingkah laku manusia dipengaruhi oleh dorongan seks (libido). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui substansi dan fungsi jiwa menurut al-Ghazali dan Sigmund Freud serta untuk mengetahui perbandingan pendapat dari dua tokoh tersebut mengenai konsep jiwa menurut psikologi pendidikan Islam. Metode yang digunakan adalah *library research* terhadap buku-buku yang berkaitan dengan konsep jiwa menurut al-Ghazali dan Sigmund Freud. Dari penelitian ini, ditemukan kesimpulan berikut: Pertama, Islam memandang manusia sebagai makhluk sempurna yang memiliki martabat tinggi, karena ia merupakan khalifah Allah di atas bumi. Kedua, al-Ghazali memandang, bahwa jiwa merupakan substansi yang tunggal, tidak bercerai-berai, yang merupakan substansi ruhani yang halus dan dapat berubah-ubah. Sedangkan Sigmund

Freud memandang, bahwa isi dasar jiwa manusia sama-sama dikuasai oleh dorongan seksual hanya saja manusia memiliki peradaban yang selalu berkembang sehingga secara dinamis dapat menyalurkan dorongan seksual itu sesuai dengan norma di masyarakat dan realita yang ada.

Kata Kunci: Konsep Jiwa, Al-Ghazali, Sigmund Freud, Psikologi Pendidikan

Pendahuluan

Islam memandang manusia sebagai makhluk Tuhan yang memiliki keunikan dan keistimewaan tertentu yang tidak dimiliki oleh makhluk tuhan lainnya. Manusia tersusun dari dua unsur, yakni unsur ruh dan tubuh¹ Ia adalah satu-satunya makhluk yang dengan ketajaman otaknya mampu menelaah struktur, fungsi, dan proses kerja dari otak sendiri, dan mencoba membuat model piranti teknologi meniru sistem kerja otak manusia. Selain itu juga manusia memiliki kualitas-kualitas insani yang unik, ia dapat menentukan apa yang terbaik bagi dirinya, sehingga julukan sebagai *“The Self Determining Being”* menunjukkan bahwa ia memiliki kebebasan dengan rentang peluang yang sangat luas untuk mengembangkan diri.²

Tapi hal itu tidak menjadikan manusia menjadi bertambah baik, proses modernisasi sering kali mengagungkan nilai-nilai yang bersifat materi dan anti rohani, sehingga mengabaikan unsur-unsur spiritualitas.³ Hal tersebut menyebabkan ketidakseimbangan pada diri manusia yang mengakibatkan timbulnya

¹ Maftuh Ahnan, *Filsafat Manusia*, CV. Bintang Pelajar, t.th.. 13

² Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), 48

³ Ahmad Mubarak, “Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern, Jiwa dalam Al Qur’an”, disertasi, Paramadina, Jakarta, 2000,. 1

gangguan kejiwaan karena manusia tidak lagi memiliki waktu yang cukup untuk melakukan refleksi tentang eksistensi diri, hingga manusia cenderung mudah letih jasmani dan letih mental.⁴ Manusia modern sebenarnya merindukan ketenangan dalam hidupnya dan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal dalam mengerjakan tugas-tugas hidupnya. Apabila manusia modern telah mencapai titik jenuh, akhirnya mereka akan kembali kepada sesuatu yang memberi ketenangan yang mereka harapkan, yaitu melalui perenungan yang dalam tentang keabadian surgawi.⁵

Dalam Islam perenungan itu bisa didapatkan dengan bertasawuf, yaitu dengan mematikan nafsu dirinya secara berangsur-angsur untuk menjadi diri atau jiwa yang sebenarnya. Oleh karena itu, tasawuf secara seimbang memberi kesejukan batin dan disiplin syariah sekaligus. Ia bisa dipahami sebagai pembentuk tingkah laku melalui pendekatan tasawuf suluki dan bisa memuaskan dahaga intelektual melalui pendekatan tasawuf falsafi.⁶ Ia dapat diamalkan oleh setiap muslim, dari lapisan sosial manapun dan di tempat manapun secara fisik mereka menghadap satu arah yaitu Ka'bah dan secara rahaniah mereka

⁴ Ibid. 13

⁵ Ibid. 22

⁶ Tasawuf suluki lebih menekankan aktifitas yang membimbing kepada tingkah laku mulia seperti memperbanyak ibadah sunah, pembacaan wirid, sedangkan tasawuf falsafi lebih menekankan kontemplasi. Puncak maqamat tasawuf suluki adalah ridha, ma'rifat, dan cinta. Sedangkan puncak tasawuf falsafi adalah wahdah al-wujud bersatu dengan Tuhan.

berlomba-lomba menempuh jalan (tarekat) melewati ahwal dan maqam menuju kepada tuhan yang satu, Allah Swt.

Jiwa menurut Al-Qur'an adalah suatu zat yang bulat tercakup di dalamnya ruh dan jasad, atau dinyatakan kepada jasadnya saja, tidak kepada ruh saja, tetapi ruh tidak dinyatakan kepada jasad saja, dan tidak kepada jiwa saja. Jadi ruh itu memberi hidup kepada jasad dan jiwanya sekaligus.

Nafs banyak juga dibahas oleh para sufi, salah satunya oleh Al-Ghazali. Di dalam karangannya, *Ihya Ulum al-Din*, ia menerangkan bahwa *nafs*, *qalb*, ruh dan *al-aql* adalah unsur utama struktur kerohanian manusia yang masing-masing mempunyai dua arti, yakni arti jasmaniah dan arti rahaniah.⁷

Al-qalb (kalbu, hati) dalam arti jasmani adalah daging berbentuk pohon cemara yang terletak pada dada sebelah kiri. Di dalamnya terdapat rongga yang berisi darah hitam, ini adalah sumber ruh. *Al-qalb* dalam arti rohani adalah *luthf rabbani ruhani*, yang memiliki kaitan dengan daging ini. *Luthf rabbani* adalah mengenal Allah Swt. Yang mengetahui apa yang tidak dicapai khayalan pikiran dan menjadi hakekat manusia.

Al-ruh, dalam arti jasmani biologi adalah benda halus yang bersumber dari darah hitam di dalam rongga hati yang berupa daging berbentuk seperti pohon cemara. Benda halus ini tersebar melalui pembuluh nadi dan pembuluh balik pada seluruh bagian tubuh. Sedangkan dalam arti ruhani, adalah *luthf rabbani* yang

⁷ Bastaman, *Integrasi Psikologi*, 78

merupakan makna hakekat hati. Ruh dan hati saling bergantian mengacu pada *luthf* tersebut dalam satu keteraturan.

Al-Nafs (nafsu) dalam arti jasmani adalah makna yang mencakup kekuatan, marah, syahwat, dan sifat-sifat tercela. Sedangkan dalam arti ruhani adalah *muthma'innah* (jiwa yang tenang), sifat yang lembut.⁸

Al-Qur'an menjelaskan tiga keadaan *nafs* yaitu *al-nafs amarah bi al-su'*, *al-nafs lawwamah*, *al-nafs muthma'innah*. *Al-nafs amarah bi al-su'* (nafsu yang menyuruh pada keburukan), merupakan proses-proses kognitif, cenderung pada tabiat jasad dan mengejar pada prinsip-prinsip kenikmatan, dan merupakan tempat dan sumber kejelekan dan tingkah laku yang tercela. *Al-nafs amarah* ini berada di alam bawah sadar manusia.

Al-nafs lawwamah adalah suatu kesadaran konstan, ini menandakan *al-nafs* yang berada dalam perubahan yang terus-menerus, senantiasa sadar dan waspada secara konstan memeriksa dan meneliti segala perbuatan, berperang melawan hasrat-hasrat rendah.⁹

Al-nafs mutmainnah adalah yang telah diberi kesempurnaan nur kalbu, sehingga dapat meninggalkan sifat-sifat tercela dan tumbuh sifat-sifat baik.¹⁰

⁸Al-Ghazali, Mutiara Ihya Ulum al-Din (Mukhtashar Ihya Ulum al-Din, terj. Irwan Kurniawan), (Bandung: Mizan, 2002), cet. XIII. 195 – 196.

⁹Abdul Mujib, & Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), 63

¹⁰ *Ibid.*, 66

Yang terakhir yaitu *al-aql*, arti jasmaniyah, pengetahuan terhadap hakekat segala sesuatu, sedangkan arti rohaniyah adalah ‘alim yang ilmunya sebagai sifatnya. Makna ini merupakan luthf rabbaniyang telah disebutkan di atas.¹¹

Masing-masing pengertian mengandung makna fisik-biologis, mental psikologis, dan spiritual-religius. Dalam artian metafisik keempat unsur tersebut semuanya semakna dan tidak dibedakan satu dari yang lainnya. Semuanya bersifat rahaniyah, suci, mampu mengenali, dan memahami sesuatu, diciptakan tuhan dengan sifat kekal, serta merupakan inti kemanusiaan yang disebut dengan istilah yang bermacam-macam, antara lain: *al-latifah*, *al-ruhbaniyah* atau *allatifah al-rabaniyyah*.¹²

Selain al-Ghazali (tasawuf) yang membahas tentang jiwa, adalah Sigmund Freud, bapak psikoanalisa yang sangat terkenal juga membahasnya. Teori psikologi Pendidikan Islam Sigmund Freud didasarkan atas keyakinannya dalam diri manusia terdapat energi psikis yang sangat dinamik. Sebagaimana hukum konservasi energi, Sigmund Freud juga beranggapan bahwa energi psikis bersifat kekal, tidak dapat dihilangkan dan bila dihambat akan mencari saluran lain.

Energi psikis inilah yang mendorong individu untuk bertingkah laku. Menurut psikoanalisa, energi psikis itu

¹¹ Al-Ghazali, Mutiara Ihya, 197

¹² Bastaman, *Integrasi Psikologi*, 78

bersumber pada fungsi psikis yang berbeda yaitu: id, ego dan super ego.¹³

Id adalah aspek biologis dan merupakan sistem yang original di dalam kepribadian. Dan id merupakan dunia batin atau subyektif manusia, berisikan unsur-unsur biologis termasuk di dalamnya instink. Id berpedoman pada kenikmatan.

Ego adalah aspek psikologi manusia dan timbul karena kebutuhan organisme untuk berhubungan baik dengan dunia nyata (realita). Sedangkan Super ego merupakan aspek sosiologi kepribadian bisa juga dianggap sebagai aspek moral kepribadian.¹⁴ Perhatian utama dari super ego adalah membedakan yang benar dan yang salah, dan memilih yang benar. Teori psikoanalisis Sigmund Freud itu sendiri secara umum dapat dikatakan sebagai suatu pandangan baru tentang manusia, di mana ketidaksadaran memainkan peran yang sentral.

Dari uraian di atas bila dicermati ada sisi persamaan dan sisi perbedaan antara pemikiran dua tokoh tersebut. Bisa saja *al-nafs amarah* sama dengan *id (das es)*, *al-nafs lawwamah* sama dengan *ego (das ich)*, dan *nafs muthma'innah* sama dengan *super ego (das ueber ich)*. Dalam sisi perbedaan, al-Ghazali berpendapat bahwa tingkah laku tidak dipengaruhi oleh dorongan seks, tetapi Sigmund Freud beranggapan bahwa tingkah laku manusia dipengaruhi oleh dorongan seks (libido).

¹³ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta: PT. Raja grafindo Persada, 2003), cet.XII. 125

¹⁴ Ibid. 126 - 127

Manusia dalam Pandangan Al-Qur'an

Manusia, salah satu dari sekian permasalahan yang di bahas dalam al-Qur'an yang acap kali menjadi bahan kajian yang sering dinilai secara spekulatif, yang didasarkan pada pandangan yang sangat subjektif dan tidak disandarkan pada pegangan yang benar-benar bisa dipercaya.

Manusia mengungguli makhluk-mahluk lain ciptaan Allah, kedudukannya selaku khalifah Allah dimuka bumi melahirkan bentuk hubungan antara manusia, penempatan oleh dan untuk manusia, keunggulan manusia tersebut terletak dalam wujud kejadiannya sebagai makhluk yang diciptakan dalam bentuk sebaik-baiknya makhluk, baik dalam keindahan, kesempurnaan bentuk tubuh, maupun kemampuan intelektual dan spiritualnya.¹⁵

Di samping itu, ada unsur lain yang membuat dirinya dapat mengatasi pengaruh dunia sekitar serta problem dirinya yaitu unsur jasmani dan rohani. Manusia berasal dari komponen jasmani berupa tanah dan komponen rahani yang ditiupkan oleh Allah. Manusia merupakan satu-kesatuan dari mekanisme biologis, yang dapat dinyatakan berpusat pada jantung (sebagai pusat kehidupan) dan mekanisme kejiwaan yang berpusat pada otak (sebagai lambang berpikir, merasa dan bersikap).¹⁶

¹⁵ Djohan Effendi. "Tasawuf Al-Qur'an tentang Perkembangan Jiwa Manusia", *Jurnal Ulumul Qur'an*, No. 8, Vol. II, 1991. 4

¹⁶ Rahman dan Wahab, "*Psikologi Suatu Pengantar*" 49

Untuk mengungkapkan manusia, Al-Qur'an menggunakan kata-kata *al-Basyar*, *al-Insan* dan bani Adam. Pertama, manusia dinamai Basyar karena memiliki kulit yang jelas, dan berbeda dengan kulit binatang yang lain.¹⁷ Kedua, kata *al-Insan* bisa berarti melihat, mengetahui, dan meminta izin, lupa, dan jinak. *Al-insan* dengan makna lupa menjadi indikasi bahwa manusia memiliki potensi untuk berpikir, lupa, bahkan hilang ingatan.¹⁸ Ketiga, manusia juga sering disebut bani Adam, yaitu anak Adam atau putra nabi Adam as. Sedangkan Dzurriyat Adam berarti keturunan Adam.¹⁹

Dalam konteks ayat-ayat yang mengandung konsep Bani Adam, manusia diingatkan Allah agar tidak tergoda setan, pencegahan dari makan minum yang berlebih-lebihan dan tata cara berpakaian yang pantas saat melaksanakan ibadah, ketakwaan, dan peringatan agar manusia tidak terpedaya hingga menyembah setan.

Selain dari pada itu ayat-ayat yang menggunakan kata Bani Adam, dapat dipahami bahwa manusia adalah makhluk yang memiliki kelebihan dan keistimewaan dari makhluk lainnya, keistimewaan itu meliputi fitrah keagamaan, peradaban dan

¹⁷ Yusuf Suyono, "Antropologi Alqur'an, Tinjauan Konsep Manusia Menurut Al Qur'an", *Teologi*, Fakultas Ushuluddin, IAIN Walisongo, Semarang, No. 20, Februari, 1994. 6

¹⁸ Burhanudin, *Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), 69 – 70.

¹⁹ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, "*Konseling dan psikoterapi Islam*", (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), 15

kemampuan memanfaatkan alam. Dengan kata lain, bahwa manusia adalah makhluk yang berada dalam relasi dengan tuhan, relasi dengan sesama manusia dan relasi dengan alam.²⁰

Manusia dalam Pandangan Psikologi Pendidikan Islam

Teori psikologi Pendidikan Islam sebagai ilmu yang memelah perilaku manusia, pada umumnya berpandangan bahwa kondisi ragawi dan kualitas kejiwaan situasi lingkungan merupakan penentu utama perilaku corak kepribadian manusia.

Teori psikologi Pendidikan Islam setidaknya memiliki empat aliran, yaitu psikoanalisa, behaviorisme, humansime dan transpersonal. Psikoanalisa didirikan oleh Sigmund Freud yang berpandangan bahwa manusia adalah penampung tingkat perkembangan yang bersumber pada dorongan-dorongan yang terletak dalam ketidaksadaran. Psikoanalisa disebut juga aliran Teori psikologi Pendidikan Islam dalam (*Depth Psychology*) yang terkenal dengan teorinya tentang “Alam Bawah Sadar”.

Selanjutnya aliran Behaviorisme yang memandang manusia sebagai “hasil dari jumlah kondisi-kondisi yang mempengaruhi.”²¹ Manusia dipandang dari segi *badaniyah* yang nampak mata, tidak memandang manusia dari segi *rahaniah*. B.F. Skinner berpendapat bahwa “Lingkungan merupakan kunci penyebab terjadinya tingkah laku.”

²⁰ *Ibid.*, 90

²¹ Akyas Azhari, *Psikologi Umum dan Perkembangan*, (Jakarta: Penerbit Teraju, 2004), 17.

Selain itu, aliran ketiga adalah Humanisme yang dikembangkan sebagai kritik atas kekurangan yang mereka lihat pada pandangan aliran psikoloanalisa dan behaviorisme. Tokoh utama Teori psikologi Pendidikan Islam Pendidikan Islam humanis adalah Abraham Maslow, putra imigran Rusia kelahiran Brooklyn. Humanisme menolak gagasan Sigmund Freud yang menyatakan bahwa kepribadian diatur oleh kekuatan bawah sadar manusia. Ia pun tidak setuju dengan behaviorisme yang menyatakan bahwa kepribadian seseorang dikuasai dan dikendalikan oleh lingkungan. Aliran ini beranggapan bahwa "Manusia pada dasarnya baik dan memiliki kebebasan untuk menentukan dirinya".²² Aliran terakhir adalah Transpersonal yang melihat manusia memiliki potensi-potensi luhur dapat keluar dari kesadaran biasa".

Analisis Komparasi Pemikiran Al-Ghazali dan Sigmund Freud

Dalam kehidupan sehari-hari, kita sering menemukan istilah jiwa, ruh, nyawa, nafas, *psyche*, *soul*, dan berbagai kata lain yang senada. Jauh sebelumnya, istilah itu sudah begitu lekat dalam kosa kata bahasa yang digunakan dalam ragam budaya yang berbeda. Peruntukan istilah tersebut merujuk pada bentukan halus dalam diri manusia yang tidak terlihat dan hanya dapat dirasakan. Bentukan halus yang tidak tampak itu menimbulkan kesulitan tersendiri dalam memberikan pengertian yang tepat.

²² *Ibid.*, 18 – 19.

Dari kata *nafs* dalam al-Qur'an timbul kata nafsu dalam bahasa Indonesia yang artinya telah berubah dari maksud semula. Kata nafsu berkonotasi seksual ini menambah kesan negatifnya. Barang kali karena kesan itulah maka teori Sigmund Freud yang mengatakan bahwa nafsu atau lebih tepatnya libido itu adalah suatu energi psikis atau kejiwaan yang dinamis dalam perkembangan peradaban.

Dalam teorinya, Sigmund Freud mengatakan bahwa manusia pada dasarnya dikendalikan oleh naluri-naluri biologis yang bertujuan untuk mencari kepuasan. Apabila naluri-naluri ini tidak dikendalikan, maka dampaknya akan bersifat anti sosial dan menimbulkan anarki. Tapi manusia tidak bisa sepenuhnya menindas keinginan dan hasratnya terhadap kesenangan tersebut. Di sini manusia dihadapkan pada pilihan antara hasrat untuk memenuhi kesenangannya (*pleasure principle*, yaitu *id*) dan kenyataan (*reality principle*, yaitu *ego*), bahwa tanpa pengendalian, maka nafsu manusia itu akan merusak dan merugikan dirinya sendiri.²³

Dalam teori Sigmund Freud, prinsip kesenangan yang merupakan perwujudan dari dorongan *id*, sebenarnya berakar pada dan merupakan ekspresi dari kekuatan pendorong dalam jiwa manusia yang disebut libido, yang pada dasarnya bersifat seksual, berkembang pada masa kanak-kanak dan berakumulasi

²³ M. Dawam Raharjo, "Nafs", *Jurnal Ulumul Qur'an*, vol. 8, no. II, 1991, 48 – 49.

menjadi naluri-naluri primitif dalam diri manusia. Konsep seksual ini oleh Sigmund Freud dikembangkan lebih luas lagi menjadi konsep naluri kehidupan (*eros*), di mana peranan dorongan seks sangat penting dan naluri ini memberi daya hidup yang lebih luas, karena pemenuhan terhadap *eros* ini terjadi atau dilakukan secara tidak langsung dan kerap kali di bawah kesadaran, dalam bentuk menyembunyian dalam keinginan, angan-angan atau fantasi, impian-impian (di waktu tidur) dan berbagai tindakan yang lainnya. Konsep Sigmund Freud tentang *id* barang kali dapat dibandingkan dengan nafsu tercela (*al-nafs ammarah bi al-su*) dalam kategori al-Ghazali.²⁴ Dalam konsep al-Ghazali, *al-nafs ammarah bi al-su* adalah nafsu yang mendorong kepada kejahatan, pemuasan hawa nafsu dan selalu taat dan tunduk padanya.²⁵

Super ego adalah tempat penyimpanan nilai-nilai luhur yang dimiliki seseorang, termasuk moral atau sikap-sikap yang ditanamkan melalui proses sosialisasi dalam masyarakat. Aspek ini berperan sebagai hati nurani atau kesadaran yang tumbuh ketika seseorang mengalami proses internalisasi dari larangan dan suruhan orang tua atau orang yang lebih dewasa. Sebagai aspek moral, tentunya hal ini bertentangan dengan *id* yang selalu ingin memuaskan hasratnya, sementara super ego bersikeras agar ia mengerjakan hal-hal atau perbuatan yang benar sesuai norma

²⁴ *Ibid.*, 58.

²⁵ Al-Ghazali, *Ihya Ulum al-Din*, Juz III, (Beirut: Dar kutub al-Islamiyah, t.th., 4.

masyarakat. Dalam konsep al-Ghazali, aspek super ego dapat dibandingkan dengan jiwa yang tenang (*al-nafs muthmainnah*).²⁶ Yaitu pada saat jiwa tunduk dan tenang di bawah perintah kebaikan, dan terpisah dengan nafsu sahawat dengan selalu menjalankan perintah-perintah Allah Swt.

Selanjutnya, ego dalam konsep Sigmund Freud, adalah bagian yang berperan sebagai pengendali konflik antara *id* dan super ego. Ego merupakan aspek psikologis yang timbul karena kebutuhan organisme untuk berhubungan baik dengan dunia nyata. Pekerjaan ego ini memilih suatu jenis tindakan dan sekaligus mengendalikan dorongan-dorongan *id* tanpa mengakibatkan sesuatu yang tak diinginkan. Konsep ego ini dapat dibandingkan dengan konsep *al-nafs lawwamah* menurut al-Ghazali, yang cenderung kritis dan mengoreksi diri pada saat ia lalai atas perintah perintahnya.

Menurut teori Sigmund Freud setiap orang mempunyai kecenderungan naluriyah tertentu (rasa takut dan seks menjadi yang paling menonjol di antara kecenderungan-kecenderungan tersebut), yang tidak dapat diterima dalam masyarakat dan, karena itu harus ditekan. Menurut Sigmund Freud, dorongan-dorongan yang tidak dapat diterima ini dalam individu, meskipun dihalangi, ditekan, atau ditahan, tetap berupaya melampiaskan.

Di pihak lain, seorang muslim harus mengatasi *al-nafs ammarah* (seks atau dorongan biologis lainnya) bukan dengan

²⁶ Raharjo, "Nafs", 57

mengingkari atau membuang, malainkan dengan memahami dan mengendalikannya. Ia tidak boleh menekan nafsu seksnya, tetapi memenuhinya dan menerima kesenangan dan kepuasannya dengan cara yang telah diatur dalam Al-Qur'an (Islam), seperti melalui hubungan hetero seksual (pernikahan), kekeluargaan, harta benda dan kepemilikan yang lain, meskipun itu tidak sebanding dengan tujuan sebenarnya yang lebih mulia pencapaian kedekatan dengan Allah. Oleh karena itu, seorang muslim yang mempunyai iman yang kuat dalam agamanya dapat secara sadar mengendalikan dorongan-dorongannya untuk mematuhi kewajiban yang telah ditetapkan atas dirinya oleh Allah tanpa mengalami rasa frustrasi

Perbandingan antara al-Ghazali dan Sigmund Freud yaitu Sigmund freud dalam psikoanalisisnya menggambarkan libido seks pada manusia menjadi faktor utama yang harus mendapat pelampiasan (pemuasan). Para psikoanalisis percaya bahwa manusia harus dibiarkan bebas mengekspresikan kecenderungan-kecenderungan rendahnya demi kesehatan mental manusia, karena setiap bentuk penekanan pada umumnya tidak sehat, menurut pandangan ini. Dan hal ini berbeda dengan pandangan al-Ghazali, kerana manusia adalah sebagai kholifah Allah di bumi, makhluk yang tinggi derajatnya, maka ia harus bisa mengendalikan dorongan-dorongan jahatnya (*al-nafs ammarah*) sesuai dengan pedoman yang sudah ditetapkan dalam Al-Qur'an

yang pada hakikatnya mengangkat manusia pada kedudukan tertinggi.

Pada saat sekarang ini, di mana peradaban dan teknologi semakin meningkat pesat, justru di sisi lain kemerosotan akhlak (dekadensi moral) semakin menjadi. Kejahatan merajalela, perampokan, dan penindasan lumrah terjadi. Manusia lebih mementingkan pemuasan hawa nafsunya saja tanpa memedulikan akibatnya, benar atau salah. Keadaan seperti ini seperti kembali pada zaman jahiliah yang amoral dan sangat memprihatinkan.

Hal ini akan terus terjadi bila manusia tidak berusaha untuk menekan keinginan-keinginan hawa nafsunya itu dengan perbaikan-perbaikan akhlak. Menurut al-Ghazali, perbaikan akhlak ini bisa dilakukan dengan menumbuh-kembangkan sikap-sikap terpuji dan sekaligus menghilangkan sifat-sifat tercela pada diri seseorang, dalam istilah tasawufnya, dinamakan *tahalli* dan *takhalli*. Dan memang harus diakui bahwa usaha ini tidak mudah dilakukan sehubungan dengan perbedaan keadaan dan taraf kesediaan setiap orang untuk memperbaiki dirinya, dan sampai pada kedudukan sedekat-dekatnya dengan tuhan (*tajalli*) dan dalam keadaan *al-nafs muthmainnah*.

Menurut al-Ghazali, sumber-sumber akhlak tercela adalah nafsu-nafsu yang terpatir pada diri manusia, yakni syahwat (libido, seks dan kesenangan) dan *ghadhab* (rasa marah, dendam) yang diumbar, serta daya tarik duniawi (harta, tahta,

dan wanita) yang melalaikan manusia serta mendorong mereka untuk melakukan perbuatan yang jahat dan keji. Sedangkan akhlak terpuji bersumber dari sifat-sifat ketuhanan, kekuatan akal dan hikmah, ambisi dan emosi yang terkendalikan oleh akal dan syara' serta terarah pada kebajikan.

Adapun metode-metode yang patut dilakukan untuk perbaikan akhlak adalah sebagai berikut:

1. Metode taat syariat. Metode ini berupa pembenahan diri, yakni membiasakan diri dalam kehidupan sehari-hari untuk melakukan kebaikan dan hal-hal yang bermanfaat sesuai dengan ketentuan-ketentuan syariat, aturan-aturan negara, dan norma-norma dalam bermasyarakat. Di samping itu, juga berusaha menjauhi hal-hal yang dilarang syara' dan aturan-aturan yang berlaku. Metode ini adalah metode yang paling sederhana dan alamiah yang sebenarnya dapat dilakukan oleh siapa saja dalam kehidupan sehari-hari di tengah-tengah masyarakat.
2. Metode pengembangan diri. Metode ini didasari oleh kesadaran diri atas keunggulan dan kelemahan pribadi yang kemudian melahirkan keinginan untuk meningkatkan sifat-sifat baik dan mengurangi sifat-sifat buruk dirinya. Dalam pelaksanaannya, dilakukan pula proses pembiasaan seperti pada metode pertama ditambah pula dengan usaha-usaha meneladani

(meniru, *modelling*) perbuatan-perbuatan baik dari orang lain yang dikagumi. Pada metode ini, dilakukan secara sadar, lebih disiplin, lebih individual dan lebih intensif daripada metode pertama.

3. Metode kesufian. Metode ini ditempuh secara spiritual-religius dan bertujuan untuk meningkatkan kualitas pribadi mendekati citra insan ideal. Pelatihan disiplin diri ini menurut al-Ghazali dilakukan melalui dua jalan, yakni *al-mujaahadah* dan *al-riyaadhah*. Kegiatan sufistik ini biasanya dilakukan di bawah bimbingan seorang guru yang benar-benar berkualitas, memiliki kemampuan dan wewenang serta memenuhi syarat-syarat sebagai mursyid.²⁷

Simpulan

Islam memandang manusia sebagai makhluk sempurna yang memiliki martabat tinggi, sebagai pengemban amanat dari Allah Swt. di atas bumi. Manusia merupakan totalitas yang mencakup dimensi *jismiyah* (biologis, fisik), dimensi *nafsiyah*, dimensi ruhaniah (metafisika-psiritual) dan dimensi sosial-kultural. Selain memiliki keunggulan-keunggulan dibandingkan makhluk yang lain, manusia juga memiliki kelemahan-kelemahan yang dapat menjerumuskan mereka ke dalam kesesatan yang hina. Hal ini tercermin dalam kata-kata yang dipakai al-Qur'an dalam

²⁷ Bastaman, *Integrasi Psikologi*, 84 - 86

menjelaskan tentang manusia, seperti *al-basyar*, *al-insan*, *al-nas*, dan bani Adam.

Berbeda dengan pandangan Islam (Al-Qur'an), Psikologi Pendidikan Islam Barat memandang manusia hanya dari dimensi *jismiyah* (biologis) dan dimensi *nafsiah* saja. Sedang dimensi *ruhaniah* tidak terjamah oleh psikologi Pendidikan Islam.

Al-Ghazali berpendapat, bahwa *al-Nafs* (jiwa) adalah substansi yang tunggal, tidak bercerai-berai, yang merupakan substansi ruhani yang halus. Jiwa mempunyai kondisi-kondisi tertentu yang dapat berubah-ubah: *al-nafs al-mutmainnah* (kondisi jiwa tenang dan khusyu' dalam beribadah kepada Allah dan menjalin hubungan baik dengan lingkungan dan alam); *al-nafs al-lawwamah* (jiwa yang masih labil, dia mencela saat berbuat dosa, tetapi kadang juga mengajak untuk mencari, pemuasan nafsunya); *al-nafs al-ammarah bi al-su'* (jiwa yang selalu mengajak kepada kejahatan yang dapat menyesatkan manusia ke lembah nista. Jiwa dapat mengajak manusia kepada kebaikan dan kejelekan. Tetapi sebagai *jauhar ruhani*, jiwa selalu ingin kembali kepada kebaikan, kesucian dan rindu kepada Allah. Dalam *Ihya Ulum al-Din*, *al-nafs* mempunyai pengertian yang sama dengan *al-aql*, *alqalb*, *al-ruh* dalam segi metafisik, tetapi dalam pengertian jasmaniah, kata-kata tersebut berbeda walaupun saling berhubungan erat dalam kerjanya.

Lain halnya dengan al-Ghazali, Sigmund Freud memandang jika jiwa manusia dikuasai oleh sistem *id* dalam

ketidaksadaran, karena *id* berisi dorongan-dorongan primitif dan dorongan seksual yang disebut Sigmund Freud dengan libido seksual, serta pengalaman traumatis masa kanak-kanak utamanya usia di bawah lima tahun. Maka secara logis dapat dikatakan bahwa jiwa manusia juga dikendalikan oleh dorongan-dorongan libido seksual dan pengalaman traumatis tersebut. Sigmund Freud berpendapat, bahwa manusia tidak berbeda dengan binatang. *Id* manusia berasal dari binatang, bahkan memiliki hubungan lebih dekat dengan sejumlah anggota jenis binatang tertentu. Hanya saja manusia telah memperoleh kedudukan yang tinggi atau berkuasa, tetapi manusia belum puas dan membuat jurang pemisah antara sifatnya dengan sifat sesama makhluk lainnya. Manusia menetapkan bahwa mereka memiliki akal dan memiliki hubungan pertalian dengan Tuhan.

Karena manusia termasuk binatang, maka isi dasar jiwa manusia sama-sama dikuasai oleh dorongan seksual, hanya saja manusia memiliki peradaban yang selalu berkembang sehingga secara dinamis dapat menyalurkan dorongan seksual itu sesuai dengan norma di masyarakat dan realita yang ada, sedang binatang tidak memiliki peradaban sehingga mereka tetap dan statis dalam menyalurkan dorongan seksual.

Daftar Pustaka

Mujib, Abdul, & Yusuf Mudzakir. *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2001.

- Shaleh, Abdul. Rahman, Muhibb, Abd.Wahab. “*Psikologi Suatu Pengantar Ilmu Perspektif Islam*”. Jakarta: Prenada. 2004.
- Azhari, Akyas. *Psikologi Umum dan Perkembangan*. Jakarta Penerbit Teraju. 2004.
- Effendi, Djohan. “Tasawuf Al-Qur’an tentang Perkembangan Jiwa Manusia”. *Jurnal Ulumul Qur’an*. 1991.
- Burhanudin. *Paradigma Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2004.
- Mubarok, Ahmad. Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern, Jiwa dalam Al-Qur’an. *Disertasi*. Paramadina, Jakarta. 2000.
- Suryabrata, Sumadi, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta: PT. Raja grafindo Persada. 2003.
- Bastaman, Hanna Djumhana. *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 1995.
- Al-Ghazali, *Mutiara Ihya Ulumuddin*. Semarang: Penerbit Wicaksana. 1984.
- Al-Ghazali. *Ihya Ulum Al-Din, III*. Beirut: Dar Al-Kutub Al-Islamiy.t.th.
- Adz-Dzaky, M. Hamdani Bakran. *Konseling dan psikoterapi Islam*. Yograkarta: Fajar Pustaka Baru. 2002.
- Ahnan, Maftuh. *Filsafat Manusia*. CV. Bintang Pelajar. t.th.
- Suyono, Yusuf. “Antropologi Alqur’an, Tinjauan Konsep Manusia Menurut Al Qur’an” *Teologi*, Fakultas Ushuluddin, IAIN Walisongo, Semarang. 1994.