

PENDEKATAN PSIKOLOGI: SEBUAH TAWARAN BARU METODE STUDI ISLAM

M. Ali Rohmad

A B S T R A K

Dalam masalah keagamaan kontemporer dijelaskan, bahwa agama mempunyai banyak dimensi, agama tidak hanya semata-mata terkait dengan persoalan ketuhanan dan kepercayaan, tetapi agama juga terkait dengan persoalan-persoalan kemaslahatan umat yang merupakan keniscayaan manusiawi. Berkaitan dengan hal tersebut maka metode studi Islam dapat dilakukan dalam berbagai pendekatan. Salah satunya adalah metode studi Islam dengan pendekatan psikologi, dengan harapan dapat ditemukan pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana semestinya pengkajian agama Islam dijalankan khususnya dari kacamata psikologi. Sehingga bisa terlihat hubungan yang erat antara agama dan psikologi/kesehatan jiwa. Agama dengan pendekatan ilmu jiwa ini selain akan mempengaruhi tingkat keagamaan yang dihayati, dipahami dan diamalkan seseorang, juga dapat digunakan sebagai alat untuk memasukkan agama ke dalam jiwa seseorang sesuai tingkat usianya. Dengan ilmu ini agama akan menemukan cara yang tepat dan cocok untuk menanamkannya. Studi Islam dengan pendekatan psikologi juga dapat mengetahui bahwa perilaku seseorang yang lahiriah terjadi, dipengaruhi keyakinan yang dianutnya.

Kata Kunci : *Pendekatan Psikologi, Metode Studi Islam*

A. Pendahuluan

Dalam menjalani hidup, kondisi psikologi seseorang mengalami pasang surut, naik dan turun, baik akibat persoalan yang berkaitan langsung dengan masalah hidup, maupun persoalan lain yang tidak secara langsung berkaitan. Semuanya harus dihadapi dan diatasi dengan tenang dan bijaksana, dengan tetap berpegang pada rencana.⁵² Hal ini

⁵²Atho Mudzhar, *Pendekatan Studi Islam*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2001), hlm 246.

berarti faktor psikis sangat berpengaruh terhadap kinerja seseorang, termasuk dalam menelurkan pemikiran-pemikiran positif.

Perkembangan pemikiran Islam terjadi sangat pesat ditandai dengan perubahan paradigma keagamaan yang cukup signifikan. Interpretasi liberal terhadap teks-teks suci keagamaan dan peninjauan kembali terhadap doktrin-doktrin salaf dan modern merupakan realitas yang dapat kita temukan dalam karya-karya pemikiran Islam kontemporer. Asumsi yang menjadi landasan gagasan tersebut adalah bahwa ijtihad atau penalaran rasional atas teks-teks keislaman adalah prinsip utama yang memungkinkan Islam terus bertahan dalam segala situasi, menafsirkan Islam berdasarkan semangat kesucian al-Qur'an dan Hadis, bukan menafsirkan Islam semata-mata berdasarkan makna teks saja tetapi konteks juga.

Dalam masalah keagamaan kontemporer dijelaskan, bahwa agama ternyata mempunyai banyak dimensi dan bukan lagi seperti orang dahulu memahaminya. Agama tidak hanya semata-mata terkait dengan persoalan ketuhanan, kepercayaan, pedoman hidup dan seterusnya, tetapi agama juga terkait dengan persoalan-persoalan kemaslahatan umat yang merupakan keniscayaan manusiawi.⁵³ Berkaitan dengan hal tersebut maka metode studi Islam dapat dilakukan dalam berbagai pendekatan. Salah satunya adalah metode studi Islam dengan pendekatan psikologi. Dari situlah diharapkan dapat ditemukan pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana semestinya pengkajian agama Islam dijalankan khususnya dari kacamata psikologi. Sehingga bisa terlihat hubungan yang erat antara agama dan psikologi/kesehatan jiwa.⁵⁴

B. Metode Studi Islam

Menurut bahasa metode berasal dari bahasa Yunani (*Greeka*), yaitu *metha dan hodos*. *Metha* berarti melalui atau melewati, dan *hodos*

⁵³Ahmad Norma Permata, *Metodologi Study Agama*, (Yogyakarta; Pustaka Pelajar, 2000), hlm. 1.

⁵⁴Zakiyah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2005), hlm. 37.

berarti jalan atau cara. Metode adalah suatu ilmu tentang cara atau langkah-langkah yang di tempuh dalam suatu disiplin tertentu untuk mencapai tujuan tertentu. Metode berarti ilmu cara menyampaikan sesuatu kepada orang lain. Metode juga disebut pengajaran atau penelitian.⁵⁵ Menurut istilah, metode adalah ajaran yang memberi uraian, penjelasan, dan penentuan nilai. Metode biasa digunakan dalam penyelidikan keilmuan. Metode bisa dimaknai sebagai kelogisan penelitian ilmiah, sistem tentang prosedur dan teknik riset. Sedangkan metodologi bisa berarti strategi, suatu rencana untuk mencapai tujuan, menemukan pola gambaran.⁵⁶ Oleh karena itu, metodologi tidak lagi sekedar kumpulan cara yang sudah diterima tetapi berupa kajian tentang metode. Dalam metodologi dibicarakan kajian tentang cara kerja ilmu pengetahuan.

Metode studi Islam digunakan ketika seorang ingin membahas kajian-kajian seputar ragam metode yang biasa digunakan dalam studi Islam. Sebut saja misalnya kajian atas metode normatif, historis, filosofis, komparatif dan lain sebagainya. Metodologi studi Islam mengenal metode-metode itu sebatas teoritis. Seseorang yang mempelajarinya juga belum menggunakannya dalam praktik. Ia masih dalam tahap mempelajari secara teoritis bukan praktis.

Ruang lingkup Studi Islam adalah Agama sebagai obyek studi, minimal dapat dilihat dari beberapa sisi yakni sebagai doktrin dari Tuhan yang sebenarnya bagi para pemeluknya sudah final dalam arti absolut dan diterima apa adanya. Selain itu juga sebagai gejala budaya, yang berarti seluruh yang menjadi kreasi manusia dalam kaitannya dengan agama, termasuk pemahaman orang terhadap doktrin agamanya. Dan selanjutnya sebagai interaksi sosial, yaitu realitas umat Islam. Bila Islam dilihat dari tiga sisi, maka ruang lingkup studi Islam dapat dibatasi pada tiga sisi

⁵⁵Binti Maimunah, *Metodologi Pengajaran Agama Islam*, (Yogyakarta: Teras, 2009), hlm. 56.

⁵⁶Mudjahirin Thohir, *Metodologi Penelitian Sosial Budaya*, (Semarang: Fasindo, 2013), hlm. 102.

tersebut. Oleh karena sisi doktrin merupakan suatu keyakinan atas kebenaran teks wahyu, maka hal ini tidak memerlukan penelitian di dalamnya.

Studi Islam bertujuan untuk mengungkap faktor emosional dalam kerangka rasional, aktual, dan kultural berupa kecintaan pada agama Islam. Selain itu juga untuk membuktikan Islam sebagai *rohmatan lil alamin* dan memberikan kebaikan bagi kehidupan umat manusia di muka bumi ini dan menghilangkan paradigma negatif sebagian masyarakat dunia terhadap agama Islam. Tanggapan negatif terhadap Islam sering kali menyudutkan komunitas muslim di berbagai dunia. Selagi ilmu-ilmu keislaman dan pemikiran Islam dapat disebut science maka usaha untuk mempertemukan teori-teori dan metodologi ilmiah (seperti psikologi dan lain-lain) dengan bangunan ilmu-ilmu keislaman tersebut di atas adalah suatu langkah yang valid untuk dilakukan.⁵⁷

C. Psikologi

Struktur jiwa manusia adalah bahwa akal merupakan daya terpenting dari seluruh daya yang ada pada substansi manusia.⁵⁸ Pada zaman sebelum Masehi, jiwa manusia sudah menjadi topik pembahasan para filsuf. Saat itu, para filsuf sudah membicarakan aspek-aspek kejiwaan manusia dan mereka mencari dalil, pengertian, serta pelbagai aksioma umum, yang berlaku pada manusia. Ketika itu, psikologi memang sangat dipengaruhi oleh cara-cara berpikir filsafat dan terpengaruh oleh filsafatnya sendiri. Hal tersebut dimungkinkan karena para ahli psikologi pada masa itu adalah juga ahli-ahli filsafat atau para ahli filsafat waktu itu juga ahli psikologi. Sebelum tahun 1879, jiwa dipelajari oleh para filsuf dan para ahli ilmu fisiologi, sehingga psikologi dianggap sebagai bagian dari kedua ilmu tersebut. Selain pengaruh dari ilmu faal, psikologi juga dipengaruhi oleh satu hal yang tidak sepenuhnya berhubungan dengan

⁵⁷Amin Abdullah, *Islamic Studies di Perguruan Tinggi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), hlm. 37.

⁵⁸Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hlm. 216.

ilmu faal, meskipun masih erat hubungannya dengan ilmu kedokteran. Psikologi, dikukuhkan sebagai ilmu yang berdiri sendiri oleh Wilhelm Wundt dengan didirikannya Laboratorium Psikologi pertama di dunia, di Leipzig, pada tahun 1879. Laboratorium psikologi ini meneliti terutama mengenai gejala pengamatan dan tanggapan manusia, seperti persepsi, reproduksi, ingatan, asosiasi, dan fantasi.

Secara etimologis, istilah psikologis berasal dari Yunani, yaitu dari kata *psyche* yang berarti "jiwa", dan *logos* yang berarti "ilmu". Jadi, secara harfiah, psikologi berarti ilmu jiwa, atau ilmu yang mempelajari tentang gejala-gejala kejiwaan. Begitulah, untuk rentang waktu yang relatif lama, terutama ketika psikologi masih merupakan bagian atau cabang dari filsafat, psikologi diartikan seperti pengertian tersebut. "Pada masa lampau," demikian kata Paul Mussen dan Mark R. Rosenzweig dalam buku mereka, *Psychology an Entroduction*, "psikologi diartikan sebagai ilmu yang mempelajari mind (pikiran), namun dalam perkembangannya, kata mind berubah menjadi behavior (tingkah laku), sehingga psikologi didefinisikan sebagai ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia.

Ada beberapa pengertian Ilmu Jiwa yang dikemukakan beberapa tokoh yaitu:

1. Menurut Wundt (Devidoff,1981); Psikologi itu merupakan ilmu tentang kesadaran manusia (*The Science of Human Consciouness*). Di mana para ahli psikologi akan mempelajari proses-proses elementer dari kesadaran manusia itu. Unsur kesadaran merupakan hal yang dipelajari dalam psikologi.
2. Menurut Woodworth dan Marquis (1957); mengajukan pendapat bahwa yang dimaksud dengan psikologi itu merupakan ilmu tentang aktivitas-aktivitas individu dalam arti yang luas baik aktivitas motorik, kognitif maupun emosional.
3. Menurut Branca (1964); Dalam bukunya berjudul *Psychology : The science of Behavior*, telah jelas bahwa apa yang dimaksud dengan psikologi merupakan ilmu tentang prilaku dan dalam hal ini

menyangkut perilaku pada manusia. Senada dengan yang diungkapkan Branca dikemukakan lagi oleh Morgan.

4. Morgan (1984) yang menyatakan bahwa *Psychology is the science of human and animal behavior*, namun penerapan ilmu itu pada manusia. Demikian pula yang dikemukakan oleh Sartain (1967) yang menyatakan bahwa psikologi merupakan *The science of human behavior*. Apabila ditelaah pendapat dari Woodworth dan Marquis, Branca, Morgan serta Sartain jelas terlihat hal yang senada. Namun dengan penjelasan di atas menunjukkan bahwa para ahli tidak mempunyai kata sepakat dalam mendefinisikan apa itu psikologi.⁵⁹

Seperti yang telah dikemukakan di atas psikologi itu merupakan ilmu yang membicarakan tentang jiwa. Akan tetapi oleh karena jiwa itu sendiri tidak tampak, maka yang dapat dilihat atau diobservasi ialah perilaku atau aktivitas-aktivitas yang merupakan manifestasi atau penjelmaan kehidupan jiwa itu. Karena itu psikologi merupakan ilmu yang meneliti atau mempelajari tentang perilaku atau aktivitas-aktivitas yang merupakan manifestasi hidup kejiwaan. Perilaku atau aktivitas di sini dalam arti yang sangat luas yaitu meliputi perilaku yang tampak/kelihatan (*overt behavior*) dan juga perilaku yang tidak tampak (*innert behavior*).

D. Metode Studi Islam dengan Pendekatan Psikologi

Mempelajari Islam sebenarnya dapat didekati dengan menggunakan berbagai macam pendekatan, baik pendekatan sosial, hukum, sejarah, bahasa, psikologi, maupun pendekatan yang lain.⁶⁰ Sejalan dengan pembedangan ilmu dalam studi Islam, pendekatan studi Islam pun mengalami perkembangan, sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan.⁶¹ Maka, dalam tulisan ini dibahas metode studi Islam dengan pendekatan Psikologi.

⁵⁹Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Pustaka Setia: Bandung, 2003), hlm. 32.

⁶⁰Khoirul Umam, dkk, *Studi Islam PerspektifInsider/Outsider*, (Yogyakarta: Irgisod, 2012), hlm. 75.

⁶¹Khoiruddin Nasution, *Pengantar Studi Islam*, (Yogyakarta : Academia, 2009), hlm. 189.

1. Pendekatan Psikologi

Pendekatan ini merupakan usaha untuk memperoleh sisi ilmiah dari aspek-aspek batini pengalaman keagamaan. Suatu esensi pengalaman keagamaan itu benar-benar ada dan bahwa dengan suatu esensi, pengalaman tersebut dapat diketahui. Sentimen-sentimen individu dan kelompok berikut gerak dinamisnya, harus pula diteliti. Interpretasi agama melalui pendekatan psikologis memang berkembang dan dijadikan sebagai cabang dari psikologi dengan nama psikologi agama. Objek ilmu ini adalah manusia, gejala-gejala empiris dari keagamaanya. Karena ilmu ini tidak berhak mempelajari betul tidaknya suatu agama, metodenya pun tidak berhak untuk menilai atau mempelajari apakah agama itu diwahyukan Tuhan atau tidak, dan juga tidak berhak mempelajari masalah-masalah yang tidak empiris lainnya. Oleh karena itu, pendekatan psikologis tidak berhak menentukan benar salahnya suatu agama karena ilmu pengetahuan tidak memiliki teknik untuk mendemonstrasikan hal-hal seperti itu, baik sekarang maupun waktu yang akan datang.

Selain itu, sifat ilmu pengetahuan sifatnya adalah *empirical science*, yakni mengandung fakta empiris yang tersusun secara sistematis dengan menggunakan metode ilmiah. Fakta empiris ini adalah fakta yang dapat diamati dengan pola indera manusia pada umumnya, atau dapat dialami oleh semua orang. Sumber-sumber ilmiah untuk mengumpulkan data ilmiah melalui pendekatan psikologi ini dapat diambil dari:

- a. Pengalaman dari orang-orang yang masih hidup
- b. Apa yang dicapai dengan meneliti diri sendiri
- c. Riwayat hidup yang ditulis sendiri oleh yang bersangkutan, atau yang ditulis oleh para ahli agama.⁶²

⁶²Adeng Muchtar Ghazali, *Ilmu perbandingan Agama*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2000), hlm. 46.

Studi agama dengan pendekatan psikologi, di mana psikologi erat hubungannya dengan kesehatan jiwa atau mental. Kesehatan jiwa atau mental sangat terkait dengan kondisi keagamaan seseorang atau religiusitas seseorang. Banyak kajian mengidentifikasi hubungan yang kuat antara religius dan kesehatan secara mental, sebagaimana sebagian lainnya mengidentifikasi hubungan yang kuat antara religius dan tidak sehat secara mental.⁶³

Hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan antara agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa, terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan Yang Maha Tinggi. Sikap pasrah yang serupa itu diduga akan memberi sikap optimis pada diri seseorang sehingga muncul perasaan positif.⁶⁴ Psikolog klinis, John Schumaker merangkai teori agama, hypnosis, dan psikopatologi sebagai sesuatu yang menyatu.⁶⁵ Pada tahun 1984, Organisasi kesehatan dunia (WHO) dalam sidang umumnya telah merekomendasikan bahwa dimensi spiritual dalam hal ini akhlak setara pentingnya dengan dimensi-dimensi fisik, psikologik, dan psiko-sosial. Bahkan hubungan antara bidang psikologi dengan agama ini telah mulai diprogramkan secara formal dan dengan dasar-dasar ilmiah sejak meletusnya perang dunia II pada tahun 1941.⁶⁶ Organisasi Kedokteran Jiwa se-Dunia (*World Psychiatric Association*) dalam Kongres IX di Rio de Janeiro, Brazil pada tahun 1993, telah membentuk seksi khusus, yakni *Psychiatry and Religion*. Demikian pula Ikatan Dokter Ahli Jiwa Amerika (*American Psychiatry*

⁶³Peter Connolly, *Aneka Pendekatan Studi Agama*, Yogyakarta, LKiS, Terj. Imam Khoiri, 2012, hal 262.

⁶⁴Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), hlm. 170.

⁶⁵J.F. Schumaker, *The Corruption of Reality: a United Theory of Religion, Hypnosis, and Psikopatology*, (New York: Prometheus, 1995), hlm. 35.

⁶⁶M. Arifin, *Teori-Teori Konseling Umum dan Agama*, Cet. IV (Jakarta: PT Golden Terayon Press, 2003), hlm. 11.

Association/APA), sejak tahun 1995 telah membentuk komite khusus: *Committee on Psychiatry and Religion*.⁶⁷

Pendekatan agama menjadi alternatif yang sangat penting dalam proses terapi medis dan psikoterapis. Di New York ada satu klinik yaitu "*Religio-Psychiatric clinic*" yang menempatkan agama sebagai peran penting dalam prakteknya. Pemeriksaan dan pengobatan siswa-siswa dilakukan oleh ahli-ahli kedokteran dan ahli-ahli agama bersama-sama⁶⁸. Sementara itu Prof. Dr. C.C. Jung dalam bukunya "*Modern man in search of a soul*" mengisyaratkan akan arti penting agama dalam ilmu kedokteran. Ia mengatakan, di antara sekalian siswa saya yang tuanya sudah lebih dari separo umur -lebih dari 35 tahun- tidak ada seorangpun yang faktor kejiwaan penyakitnya pada akhirnya tidak berhubungan dengan agama. Sementara Dr. D.B. Larson dalam pelbagai penelitian, menyimpulkan: dalam memandu kesehatan manusia yang serba kompleks ini komitmen agama sebagai sesuatu kekuatan tidak bisa diabaikan.⁶⁹

Lebih lanjut Prof. J.G. Mackenzie menegaskan, "*The success of the psychotherapist are achieved not because he has a thorough knowledge of general medicine, nor even because of his knowledge of neurology but in virtue of his pastoral ability*". Hasil-hasil baik ahli pengobatan-kejiwaan tidak diperolehnya karena pengetahuannya yang sempurna tentang ilmu kedokteran umum, malahan juga tidak karena ia ahli dalam ilmu penyakit saraf, melainkan karena kecakapannya di lapangan agama.⁷⁰

Di Amerika Serikat ada sebuah lembaga penelitian tentang penyembuhan penyakit jiwa melalui daya pengaruh bacaan al-Qur'an dalam berbagai kasus penelitian atau percobaan yang terdiri dari

⁶⁷Dadang Hawari, *Agama, Psikiatri, dan Kesehatan Jiwa dalam Perkembangan Psikologi Agama dan Pendidikan Islam di Indonesia* (Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 1999), hlm. 129.

⁶⁸Aulia, *Agama dan Kesehatan Jiwa* (Jakarta: Bulan Bintang, 1970), 16.

⁶⁹Dadang Hawari, *Agama, Psikiatri*, 131.

⁷⁰Aulia, *Agama dan Kesehatan Jiwa*, 15.

kelompok orang yang mengerti bacaan al-Qur'an dan kelompok yang tidak mengerti bacaan al-Qur'an yang harus mendengarkan bacaan al-Qur'an. Hasilnya, kelompok pertama dapat memperoleh kesembuhan secara bertahap, sedangkan kelompok kedua bisa memperoleh kesembuhan pula tapi tidak seintensif kelompok pertama.⁷¹ Hal ini membuktikan bahwa pendekatan agama sangat berpengaruh dalam pembinaan psikologi.

Faktor agama di bidang psikiatri dan kesehatan jiwa adalah sangat penting. Di dunia ini ada dua lembaga besar yang berkepentingan dengan kesehatan manusia yakni profesi kedokteran jiwa dan lembaga keagamaan. Kedua lembaga ini dapat bekerjasama secara konstruktif guna meningkatkan taraf kesejahteraan dan kesehatan jiwa.

Sementara itu, terapi psikologi religius berupa do'a dan dzikir memegang peran penting untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Hal ini dibuktikan oleh Amin Syukur yang sembuh dari kanker ganas sebanyak dua kali karena dzikir dan doa sangat membantu menciptakan suasana hati yang tenang dan tentram.⁷² Fenomena yang saat ini kita lihat, khususnya di Indonesia adalah bahwa masyarakat sudah mulai menyadari akan arti penting pendekatan religius ini sebagai salah satu jalan bagi penyembuhan. Munculnya berbagai jama'ah dzikir dalam upaya penyembuhan dan mencapai ketenangan jiwa banyak merebak, misalnya yang dipimpin oleh Arifin Ilham. Hal ini senada dengan firman Allah swt yang tertulis dalam al-Qur'an.

⁷¹M. Arifin, *Teori-Teori Konseling*, 65.

⁷²Amin Syukur, *Keberserah*, (Jakarta: Noura Books, 2012), hlm. 162.

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. (Q.S. al-Ra’d : 28)⁷³

Dari uraian di atas, jelas bahwa pendekatan studi Islam dengan psikologi dapat dilakukan. Hal ini karena agama merupakan kebutuhan mendasar bagi manusia. Disadari atau tidak, semua manusia butuh akan agama yang dapat menuntun kepada kebahagiaan jiwa.

2. Psikologi dalam Studi Islam

Dalam konteks studi Islam, pendekatan terhadap psikologi Islami dengan mengungkapkan bahwa yang dimaksud dengan psikologi dalam hubungannya dengan Islam adalah konsep psikologi modern yang telah dikenal selama ini dan mengalami proses filterisasi serta terdapat wawasan Islam di dalamnya. Jadi, konsep-konsep atau teori aliran-aliran psikologi modern kita terima secara kritis, menurut pandangan ini, tugas kita adalah membuang konsep-konsep yang kontra atau yang anti terhadap Islam.

Mereka berpandangan bahwa psikologi modern yang ada dan yang kita kenal pada selama ini bisa saja kita sebut Islami asalkan sesuai dengan pandangan Islam. Seorang pemikir psikologi Islam berpandangan bahwa teori-teori psikologi barat dapat dimanfaatkan dan dapat disebut psikologi Islami asalkan praktiknya berwawasan Islam. Ia mengungkapkan bahwa konsep tentang struktur kepribadian manusia yang dibangun oleh tokoh-tokoh modern seperti alam sadar, pra sadar dan tak sadar (*psikoanalisis*), afeksi, dan kognisi (*Behavior*) serta dimensi psikis dan neotik (*Humanistik*) dan lain-lain, dapat dipandang sebagai Islam setelah semua unsur dalam struktur kepribadian tersebut diungkap dalam konsep ruh. Dengan

⁷³ Q.S Al-Ra'd ayat 28.

penekanannya pada pengembangan pribadi dan pentingnya pengalaman hidup individu di dunia, tradisi yang baik dan tergolong unik untuk menyangdingkan psikologi dengan gagasan spiritualitas. Walaupun tidak semua pandangan ahli psikologi bersifat spiritual atau religius.

Berdasarkan penjabaran di atas, psikologi Islam di artikan sebagai perspektif modern dengan membuang konsep-konsep yang tidak sesuai dengan Islam. Psikologi adalah disiplin Ilmu yang sekuler dan karenanya memberikan wawasan Islam terhadap konsep psikologi modern adalah suatu cara agar konsep-konsep yang dipakai mengalami filterisasi dan tidak menyesatkan. Salah satu hal dalam psikologi yang berkaitan dengan dunia Islam adalah seperti dalam Firman Allah yang berbunyi:

سُنُرِيهِمْ ءَايَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ۗ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ﴿٥٣﴾

Artinya: Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kekuasaan) Kami di segala wilayah bumi dan pada diri mereka sendiri, hingga jelas bagi mereka bahwa Al Quran itu adalah benar. Tiadakah cukup bahwa Sesungguhnya Tuhanmu menjadi saksi atas segala sesuatu? (QS.Fushshilat : 53)
74

Ayat ini hendak mengungkapkan bahwa di alam semesta ini maupun dalam diri manusia terdapat sesuatu yang menunjukkan adanya tanda-tanda kekuasaan Allah. Yang di maksud dengan “sesuatu” tersebut adalah rahasia-rahasia tentang keadaan alam dan keadaan manusia, maka jadilah manusia sebagai makhluk yang berpengetahuan dan berilmu.

Dalam hal ini bisa kita lihat lebih dalam bahwa manusia memiliki peranan penting dalam Al-qur’an, kalau diperhatikan lebih cermat, salah satu istilah yang berkenaan dengan manusia yaitu *nafs* yang di sebut ratusan kali, belum lagi *al-naas*, *al-basyar*, dan *al-insaan*. Istilah

⁷⁴QS. Fushshilat Ayat 53

tersebut menunjukkan betapa Al-Qur'an banyak sekali berbicara tentang manusia. Jiwa atau Nafs bukanlah hal yang berdiri sendiri. Ia merupakan satu kesatuan dengan keadaan badan. Antara jiwa dan badan muncul suatu kesinambungan yang mencerminkan adanya totalitas dan kesatuan.

Secara garis besar, psikologi juga banyak kaitannya dengan agama, menurut Jalaluddin dalam bukunya Psikologi Agama, psikologi agama merupakan cabang psikologi yang meneliti dan mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungannya dengan pengaruh keyakinan terhadap agama yang dianutnya serta dalam kaitannya dengan perkembangan usia masing-masing.⁷⁵ Menurut Zakiyah Drajat, menyatakan bahwa lapangan penelitian psikologi agama mencakup proses beragama, perasaan dan kesadaran beragama dengan pengaruh dan akibat-akibat yang dirasakan sebagai hasil dari keyakinan terhadap suatu agama yang di anut.⁷⁶ Dalam hal ini bisa dikaitkan dengan teori humanistik bahwasanya manusia adalah makhluk yang positif, manusia bisa memilih ingin menjadi seperti apa, dan tahu apa yang terbaik bagi dirinya. Dalam hal ini manusia bisa memilih akan menjalankan agama yang dianutnya, mengikuti perasaan hati dan kesadaran atas apa yang dikerjakan.

Hasil kajian psikologi juga dapat dimanfaatkan dalam berbagai lapangan kehidupan seperti kehidupan, seperti bidang pendidikan, interaksi sosial, perkembangan manusia dan lain sebagainya. Dalam bidang pendidikan di sini diartikan sebagai upaya sadar yang dilakukan oleh mereka yang memiliki tanggung jawab terhadap pembinaan, bimbingan, pengembangan serta pengarahan potensi yang dimiliki anak agar mereka dapat berfungsi dan berperan sebagai hakikat kejadiannya. Salah satu contohnya pendidikan dalam keluarga, pendidikan pertama pada anak adalah keluarga, dari keluarga anak

⁷⁵Jalaluddin, *Psikologi*, hlm. 170.

⁷⁶Zakiyah Drajat, *Ilmu Jiwa*....., hlm. 87

belajar banyak hal seperti sopan-santun, belajar mengenal agama sampai pada toleransi dan kasih sayang. Oleh sebab itu diharapkan orang tua sebagai pendidik sekaligus modelling bagi anak, dapat memberikan contoh yang baik, karena pada dasarnya anak belajar dari apa yang dilihat, apa yang dia model, hal ini kaitannya dengan psikologi perilaku (*behaviorism*).

Dengan studi agama dengan pendekatan psikologi ini kita dapat mengetahui bahwa psikologi agama selain akan mempengaruhi tingkat keagamaan yang dihayati, dipahami dan diamalkan seseorang juga dapat digunakan sebagai alat untuk memasukkan agama ke dalam jiwa seseorang sesuai tingkat usianya. Dengan ilmu ini agama akan menemukan cara yang tepat dan cocok untuk menanamkannya. Itulah sebabnya ilmu jiwa ini banyak digunakan sebagai alat untuk menjelaskan gejala atau sikap keagamaan seseorang.⁷⁷

E. Kritik Atas Metode Studi Islam dengan Pendekatan Psikologi

Metode studi Islam dengan pendekatan psikologi erat hubungannya dengan psikologi agama. Psikologi agama atau ilmu jiwa agama tidak akan mempersoalkan benar tidaknya suatu agama yang dianut seseorang, melainkan yang dipentingkan adalah bagaimana keyakinan agama tersebut terlihat berpengaruh dalam perilaku penganutnya.⁷⁸ Dalam ajaran agama banyak dijumpai istilah-istilah yang menggambarkan sikap batin seseorang. Misalnya, beriman dan bertaqwa kepada Allah, sebagai orang saleh, orang yang berbuat baik, orang yang jujur dan sebagainya. Semua itu adalah gejala-gejala kejiwaan yang berkaitan dengan agama. Dengan ilmu jiwa ini seseorang selain akan mempengaruhi tingkat keagamaan yang dihayati, dipahami dan diamalkan seseorang juga dapat digunakan sebagai alat untuk memasukkan agama ke dalam jiwa seseorang sesuai tingkat usianya. Dengan ilmu ini, agama

⁷⁷Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2009), hlm. 50

⁷⁸Zakiah Drajat. *Ilmu Jiwa*hlm. 76

akan menemukan cara yang tepat dan cocok untuk menanamkannya. Itulah sebabnya ilmu jiwa ini banyak digunakan sebagai alat untuk menjelaskan gejala atau sikap keagamaan seseorang.⁷⁹

Kritik atas tulisan ini dan kritik atas metode studi Islam dengan pendekatan psikologi ini adalah kritik dari tokoh yang dianggap paling berjasa dalam melahirkan psikologi agama, mulanya adalah orang-orang non muslim dan orang Barat. Memang setiap pendekatan mempunyai manfaat dan problematika, begitu juga dengan pendekatan psikologi agama yang mereka pelopori, banyak memberikan manfaat dan solusi dalam memecahkan berbagai problema, terutama dalam hal yang menyangkut persoalan kejiwaan yang berkaitan dengan masalah agama. Dengan kata lain, bagaimana pengaruh keberagaman terhadap proses dan kehidupan kejiwaan sehingga terlihat dalam sikap, tingkah laku lahir dan tingkah laku batin, namun kita harus tetap berhati-hati dan selalu melakukan filterisasi atau penyaringan.

Psikologi maupun psikologi agama sementara dapat dimanfaatkan oleh umat Islam untuk memberikan penjelasan ilmiah terhadap berbagai problema dan dapat pula dipakai untuk meningkatkan sumber daya manusianya. Setidaknya, psikologi agama dapat digunakan sebagai alat analisis untuk membedah berbagai permasalahan yang dihadapi umat Islam, seperti masalah kepatuhan pada aturan Allah, keterbelakangan pendidikan, dan sebagainya. Permasalahan tersebut dapat dianalisis dengan psikologi agama.

Walaupun demikian, disadari sepenuhnya bahwa sebagai ilmu yang dibangun dan dikembangkan dalam masyarakat dan budaya Barat, maka sangat mungkin kerangka pikir psikologi agama ini dipenuhi dengan pandangan-pandangan atau nilai-nilai hidup masyarakat Barat. Kenyataan yang sulit dibantah adalah psikologi lahir dengan didasarkan pada paham-paham masyarakat Barat yang sekularistik. Tak jarang ditemui

⁷⁹ Abuddin Nata, *Metodologi.....*, hlm. 50

pandangan-pandangan psikologi berbeda bahkan bertentangan dengan pandangan Islam.

Adapun problematika atau permasalahan yang mungkin timbul dengan digunakan psikologi agama dalam mengkaji Islam adalah tentang konsep-konsep psikologi agama yang memiliki kekurangan dan keterbatasan bahkan mungkin dapat menimbulkan bias yang sangat besar, karena sering kali mereduksi Islam ke dalam pengertian-pengertian yang parsial dan tidak utuh. Selain itu, karena titik berangkatnya pembahasan ini adalah konsep psikologi, sehingga sering kali membuat kita terjebak, yaitu memandang persoalan lebih berangkat dari pemahaman terhadap psikologi dari pada Islamnya. Dengan demikian alangkah baiknya jika kita membangun suatu konsep psikologi yang berdasarkan pada Islam dengan merujuk kepada al-Qur'an dan Hadis.

Selain itu, dalam pandangan psikologi barat tentu saja ada yang bertentangan dengan ajaran psikologi Islam yang mengedepankan nilai-nilai ketuhanan. Meskipun psikologi barat begitu populer dengan metode dan teorinya, akan tetapi hal itu tidak cukup sehingga dianggap gagal dalam memenuhi kebutuhan moral-spiritual manusia. Oleh karena itu psikologi Islami yang mengedepankan nilai-nilai ketuhanan hadir sebagai pemberi solusi dengan kritiknya terhadap psikologi barat yang tidak mengakui nilai ketuhanan yang dianggap telah gagal dalam menanamkan moral-spiritual, karena biar bagaimanapun kehidupan manusia sesungguhnya diarahkan kepada tuhan dan akan mencapai tingkatan yang optimal manakala manusia mengaktualisasikan potensi-potensi kesempurnaan yang dikaruniakan tuhan kepadanya. Psikologi islami menyadari fitrah manusia yang secara alami cenderung untuk menyembah tuhannya dan mencoba memenuhi kebutuhan paling mendasar manusia dengan menuntun, mendorong dan menyadarkannya agar secara sadar memenuhinya.

Perbedaannya dengan psikologi Islami terletak pada pandangan kognitif yang beranggapan bahwa otak adalah sumber perilaku manusia.

Jika dalam psikologi kognitif memandang otak sebagai sumber perilaku manusia, maka dalam psikologi Islami tidak memusatkan otak sebagai pusat dalam proses berfikir. Proses berfikir melibatkan banyak elemen termasuk otak/akal, nafsu, dan hati nurani/qolb. Namun sepenuhnya diserahkan kepada pembaca untuk menilai dan menyimpulkan.

F. Penutup

Metodologi studi Islam digunakan ketika seorang ingin membahas kajian-kajian seputar ragam metode yang biasa digunakan dalam studi Islam. Studi Islam bertujuan untuk mengungkap faktor emosional dalam kerangka rasional, aktual, dan kultural berupa kecintaan pada agama Islam. Selain itu juga untuk membuktikan Islam sebagai *rohmatan lil alamin* dan memberikan kebaikan bagi kehidupan umat manusia di muka bumi ini dan menghilangkan paradigma negatif sebagian masyarakat dunia terhadap agama Islam.

Sedangkan psikologi itu merupakan ilmu yang membicarakan tentang jiwa. Karena jiwa itu sendiri tidak tampak, maka yang dapat dilihat atau diobservasi ialah perilaku atau aktivitas-aktivitas yang merupakan manifestasi atau penjelmaan kehidupan jiwa itu. Karena itu psikologi merupakan ilmu yang meneliti atau mempelajari tentang perilaku atau aktivitas-aktivitas yang merupakan manifestasi hidup kejiwaan. Perilaku atau aktivitas di sini dalam arti yang sangat luas yaitu meliputi perilaku yang tampak/kelihatan (*overt behavior*) dan juga perilaku yang tidak tampak (*innert behavior*).

Studi Islam dengan pendekatan psikologi dapat mengetahui bahwa perilaku seseorang yang lahiriah terjadi dipengaruhi keyakinan yang dianutnya. Studi Islam dengan pendekatan psikologi erat hubungannya dengan psikologi religius. Psikologi religius berupa do'a dan dzikir memegang peran penting untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Hal ini dibuktikan oleh Amin Syukur yang sembuh dari

kanker ganas sebanyak dua kali karena dzikir dan doa sangat membantu menciptakan suasana hati yang tenang dan tentram.

Dengan ilmu jiwa ini seseorang selain akan mempengaruhi tingkat keagamaan yang dihayati, dipahami dan diamalkan seseorang juga dapat digunakan sebagai alat untuk memasukkan agama ke dalam jiwa seseorang sesuai tingkat usianya. Dengan ilmu ini agama akan menemukan cara yang tepat dan cocok untuk menanamkannya. Itulah sebabnya ilmu jiwa ini banyak digunakan sebagai alat untuk menjelaskan gejala atau sikap keagamaan seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Amin, 2006. *Islamic Studies di Perguruan Tinggi*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Arifin, M. 2003. *Teori-Teori Konseling Umum dan Agama*, Cet. IV. Jakarta: PT Golden Terayon Press.
- Aulia, 1970. *Agama dan Kesehatan Jiwa*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Baharuddin, 2004. *Paradigma Psikologi Islam*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Connolly, Peter, 2012. *Aneka Pendekatan Studi Agama*, Yogyakarta, LKiS, Terj. Imam Khoiri.
- Darajat, Zakiyah, 2005. *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta, Bulan Bintang.
- Ghazali, Adeng Muchtar, 2000. *Ilmu perbandingan Agama*, Bandung : CV. Pustaka Setia.
- Hawari, Dadang. 1999. *Agama, Psikiatri, dan Kesehatan Jiwa dalam Perkembangan Psikologi Agama dan Pendidikan Islam di Indonesia*, Jakarta: Logos Wacana Ilmu.
- Jalaluddin, 2011. *Psikologi Agama*, Jakarta, Rajawali Pers.
- Maimunah, Binti. 2009. *Metodologi Pengajaran Agama Islam*, Yogyakarta, Teras.

- Mudzhar, Atho. 2001. *Pendekatan Studi Islam*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Nasution, Khoiruddin. 2009. *Pengantar Studi Islam*, Yogyakarta : Academia.
- Nata, Abuddin. 2009. *Metodologi Studi Islam*, Jakarta, Raja Grafindo.
- Permata, Ahmad Norma. 2000. *Metodologi Study Agama*, Yogyakarta; Pustaka Pelajar.
- Schumaker, J.F. 1995. *The Corruption of Reality: a United Theory of Religion, Hypnosis, and Psikopatology*, Prometheus, New York.
- Sobur,Alex. 2003. *Psikologi Umum*, Pustaka Setia, Bandung.
- Syukur, Amin. 2012. *Kuberserah*, Noura Books, Jakarta.
- Thohir, Mudjahirin. 2013. *Metodologi Penelitian Sosial Budaya*, Semarang Fasindo.
- Umam,Khoirul, dkk. 2012. *Studi Islam PerspektifInsider/Outsider*, Yogyakarta, Irgisod.