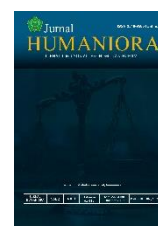


Available online at [www.jurnal.abulyatama.ac.id/humaniora](http://www.jurnal.abulyatama.ac.id/humaniora)  
ISSN 2548-9585 (Online)

Universitas Abulyatama  
Jurnal Humaniora



## KONSEP PSIKOLOGI ISLAM DALAM PANDANGAN ABDALLAH ROTHMAN DAN COLEY

Faisal Anwar\*<sup>1</sup>, Putry Julia<sup>1</sup>, Ifanna<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Serambi Mekkah, Banda Aceh, 23247, Indonesia.

\*Email korespondensi: [faisalelsarakh@gmail.com](mailto:faisalelsarakh@gmail.com)<sup>1</sup>

Diterima 28 Agustus 2023; Disetujui 28 September 2023; Dipublikasi 31 Oktober 2023

**Abstract:** *This research aims to examine the views of Abdallah Rothman and Coley on Islamic psychology and the extent to which their approach depicts Islamic psychology within the human self. This study is a qualitative research with a literature review design that analyzes the works of Rothman & Coley on Islamic psychology as the main source of this research. The results of the analysis reveal four main categories in Islamic psychology: 1) Soul Nature (fitrah, relationship with God), 2) Soul Structure (nafs, qalb, aql, ruh), 3) Soul Levels (nafs al-ammara, nafs al-lawwama, nafs al-mutmainnah), and 4) Soul Development (tazkiyat an-nafs, jihad an-nafs, tahdhib al-akhlaq). The conclusion of this research emphasizes the importance of focusing on the purification of the soul through tazkiyatun nafs and its relationship with psychotherapy. Rothman & Coley's views on Islamic psychology depict the human fitrah connected to God, facing internal conflicts between low desires and goodness, and the journey of soul development from nafs al-ammara to nafs al-mutmainnah. The concept of soul purification (tazkiyatun nafs) plays a central role in achieving harmony with fitrah and overcoming internal conflicts within the soul.*

**Keywords:** *Islamic psychology, nature of the soul, structure of the soul, levels of the soul, soul development.*

**Abstrak** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pandangan Abdallah Rothman dan Coley tentang psikologi Islam dan sejauh mana pendekatan tersebut menggambarkan psikologi Islam dalam diri manusia. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian pustaka yang menganalisis karya-karya Rothman & Coley tentang psikologi Islam sebagai sumber utama dari penelitian ini. Hasil analisis mengungkapkan terdapat empat kategori utama dalam psikologi Islam yaitu ; 1) Sifat Jiwa (fitrah, hubungan dengan Tuhan), 2) Struktur Jiwa (nafs, qalb, aql, ruh), 3) Tingkatan Jiwa (nafs al-ammara, nafs al-lawwama, nafs al-mutmainnah), dan 4) Perkembangan Jiwa (tazkiyat an-nafs, jihad an-nafs, tahdhib al-akhlaq). Kesimpulan dalam penelitian ini memaparkan pentingnya penekanan pada penyucian jiwa melalui tazkiyatun nafs dan hubungannya dengan psikoterapi. Pandangan Rothman & Coley mengenai psikologi Islam menggambarkan fitrah manusia yang terhubung dengan Tuhan, menghadapi konflik internal antara keinginan rendah dan kebaikan, serta perjalanan perkembangan jiwa dari nafs al-ammara hingga nafs al-mutmainnah. Konsep penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) memiliki peran sentral dalam mencapai keselarasan dengan fitrah dan mengatasi konflik jiwa.

**Kata Kunci:** Psikologi Islam, Sifat Jiwa, Struktur Jiwa, Tingkat Jiwa, Perkembangan Jiwa.

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari perilaku dan proses mental manusia (Ramadanti et al., 2022). Psikologi mencakup berbagai bidang, seperti psikologi klinis, psikologi perkembangan, psikologi sosial, psikologi kognitif, psikologi pendidikan, dan psikologi industri dan organisasi (Rahmat, 2021). Psikolog menggunakan metode ilmiah untuk mengamati, mengukur, dan menganalisis fenomena psikologis, serta mengembangkan teori dan intervensi yang dapat meningkatkan kesejahteraan individu dan masyarakat. Selama ini kebanyakan orang lebih mengenal psikologi dan tokoh-tokoh psikolog dari barat seperti Sigmund Freud, Albrecht Adler, Carl Gustav Jung dan sebagainya. Namun sebenarnya ada juga psikologi yang lahir berlandaskan agama salah satunya adalah psikologi Islam (Anwar & Julia, 2021).

Psikologi Islam adalah cabang ilmu psikologi yang mengkaji fenomena psikologis manusia dari perspektif Islam. Psikologi Islam berusaha memahami dan menjelaskan perilaku, sikap, emosi, motivasi, kepribadian, dan kesehatan mental manusia berdasarkan sumber-sumber ajaran Islam, seperti Al-Qur'an, Hadis, dan Sunnah (Daulay, 2015). Psikologi Islam juga berupaya memberikan solusi dan bimbingan bagi manusia dalam menghadapi berbagai masalah psikologis yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari (Zaharuddin, 2015).

Salah satu tokoh yang berkontribusi dalam pengembangan psikologi Islam adalah Abdallah Rothman, seorang psikolog klinis yang berasal

dari Amerika Serikat. Rothman dan Coyle mengemukakan pandangannya tentang psikologi Islam dalam beberapa karya tulisnya, seperti "Integrating Islamic Traditions in Modern Psychology: Research Trends in Last Ten Years" (2016), "Conceptualizing an Islamic psychotherapy: A grounded theory study. Spirituality in Clinical Practice" 2020, "Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul" (2018), dan "Developing a model of Islamic psychology and psychotherapy: Islamic theology and contemporary understandings of psychology" (2021). Rothman menawarkan pendekatan psikoterapi yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam dengan teori dan teknik psikologi modern. Rothman juga mengkritisi asumsi-asumsi sekuler yang mendasari psikologi Barat dan menunjukkan relevansi ajaran Islam dalam menangani berbagai masalah psikologis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pandangan Abdallah Rothman tentang psikologi Islam. Penelitian ini juga ingin mengetahui sejauh mana pendekatan psikologi yang diajukan Rothman dapat diterapkan dalam praktik psikologi. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka dengan menganalisis beberapa karya tulis Rothman tentang psikologi Islam. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang psikologi Islam dan kontribusinya bagi perkembangan ilmu psikologi.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian penelitian

Pustaka atau *libarary research* yang memuat pembahasan penelitian terdahulu dan referensi ilmiah. Penelitian ini memfokuskan gagasan atas konsep psikologi Islam menurut Rothman Abdallah dan Coley. Prosedur penelitian ini dimulai dengan mengumpulkan karya Abdallah Rothman dan Coley mengenai konsep psikologi Islam. Kemudian dilanjutkan dengan telaah atas karya-karya mereka dan yang memiliki kesinambungan dengan karya mereka. Referensi utama dari penelitian ini adalah: 1) *Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul*; 2) *Conceptualizing an Islamic psychotherapy: A grounded theory study*; dan *Developing a Model of Islamic Psychology and Psychotherapy: Islamic Theology and Contemporary Understandings of Psychology*. Setelah melakukan telaah, penulis memberikan kesimpulan sesuai dengan rumusan masalah untuk mendapatkan inti dari psikologi Islam dalam pandangan Abdallah Rothman dan Coley.

**PEMBAHASAN**

Dari teori yang dikembangkan oleh Rothman dan Coley menghasilkan 4 kategori teoritis utama yang relevan mengenai prinsip-prinsip inti dan konsep tentang konseptualisasi dari seseorang dari dalam paradigma Islam. Ke empat katagori ini seperti yang ditampilkan pada table. 1

**Tabel. 1 Kategori teoritis dan subkategori**

Katagori Utama	Subkategori
Sifat Jiwa	Konsep fitrah Fitrah ada di bawah diri yang diproyeksikan

	Tidak sejalan dengan fitrah Dunia sebagai gangguan Fitrah sebagai kompas internal - penataan Kembali
Struktur Jiwa	Ciri-ciri jiwa yang berbeda Jiwa sebagai keseluruhan-sifat jiwa yang terintegrasi <i>Nafs</i> (diri yang rendah) <i>Qalbu</i> (hati) <i>Aql</i> (kecerdasan) <i>Ruh</i> (roh)
Tingkatan Jiwa	Mengubah sifat/fluktuasi nafsu <i>Nafs al amara bil su</i> <i>Nafs al lawwamah</i> <i>Nafs al mutmainnah</i>
Perkembangan Jiwa	Proyek pembangunan manusia <i>Tazkiyat an nafs</i> (penyucian jiwa) <i>Jihad an nafs</i> (perjuangan jiwa) <i>Tahdhib al akhlaq</i> (penyempurnaan akhlak) Kebutuhan untuk mereformasi akhlaq <i>Muhlikat dan munjiyat</i> (kejahatan dan kebaikan)

Konsep yang dibentuk mencerminkan ketergantungan pada interpretasi (tafsir) Al-Quran dan hadist. Dari delapan kategori yang diperhatikan ada empat yang mencerminkan aspek lebih besar, yaitu "Sifat jiwa," "Struktur jiwa," "Tahapan jiwa," dan "Pengembangan Jiwa.". dari ke empat kategori ini, "Pengembangan jiwa" memiliki relevansi terbesar dalam penerapan psikologi Islam.

**Sifat Jiwa**

Konsep jiwa didefinisikan sebagai sifat manusia atau alam disposisi, ia sebagai pusat konseptualisasi psikologi Islam. Semua manusia yang dilahirkan adalah dalam keadaan fitrah yang memiliki koneksi langsung kepada tuhan. Fitrah adalah singgungan pada jejak asli dari tauhid. Ketika berbagai macam kehidupan duniawi mulai masuk ke dalam diri seseorang, semenjak itulah fitrah ini mulai tertutupi dan

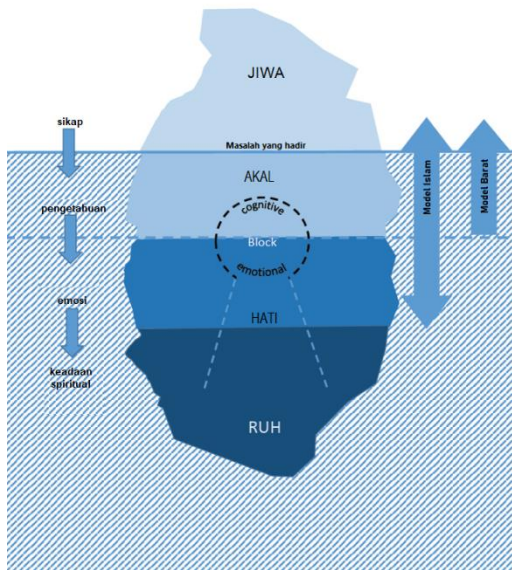
hubungan seseorang sudah mulai jauh dari tuhnya (Cahyadi, 2021).

Dalam pandangan Islam, memiliki pengetahuan atau mengenal Allah adalah fitrah mendasar dari sifat manusia. Di dalam diri kita ada bagian yang paling dalam dimana ia mengenal Allah dan kita terkadang secara alami tertarik kepada pengetahuan itu. Kita memiliki disposisi primitive untuk ingin mengenal Allah, dan itulah yang menjadi koneksi bawaan kita. Dengan kata lain, pendapat ini menunjukkan bahwa kita mungkin kehilangan kontak akan pengetahuan dan kesaksian terhadap Allah, tetapi kita selalu memiliki kemampuan untuk kembali kepada-Nya. Kebanyakan masalah psikologis yang sering terjadi adalah adanya ketidakselarasan atau kehamonisan antara pikiran dan fitrah (Rothman & Coyle, 2018).

### **Struktur Jiwa**

Kata-kata “diri” yang digunakan dalam psikologi modern adalah konsep psikologi yang kompleks yang bersifat immaterial, tetapi kata *nafs* dalam Islam mengacu pada sebuah zat spiritual nyata yang berada di dalam tubuh fisik manusia. Dialah jiwa. Terdapat 4 aspek utama yang ada dalam jiwa (diri, hati, akal dan ruh). 4 aspek jiwa ini sejatinya adalah karya dari al-Ghazali di abad ke-12 dalam buku “*Thya Ulumuddin*” yang digunakan untuk menggambarkan fungsi yang berbeda dari satu jiwa yang utuh. Setiap manusia memiliki kekuatan baik dan jahat yang saling bertarung di medan

jiwa mereka, meskipun sebagai sebuah kesatuan yang utuh, perbedaan antara bagian-bagian ini membantu kita memahami fungsi yang berperan di dalam. Kata “*nafs*” yang digunakan mengacu kepada diri yang rendah. Hal ini sama seperti ego dalam teori Sigmund Freud yang mana ia memiliki kecenderungan untuk memiliki hal-hal duniawi melalui hasrat, mengalihkan perhatian dari Allah dan membukakan pintu atas rayuan syaitan. Hati yang bahasa Arabnya “*qalb*” yang berarti “berpaling”, ia merupakan pusat spiritual manusia dan merupakan bagian yang penting dalam menimbang keadaan dari jiwa. Hati memiliki kemampuan untuk berpaling baik ke arah kebaikan ataupun ke arah kejahatan. Hati juga merupakan tempat beradanya kesedaran. Bagian kognitif dari hati disebut sebagai “akal”. Ia juga sering disebut sebagai *qalb* yang “berfikir”. Ruh dijelaskan sebagai bagian dari jiwa dimana tanda-tangan Allah berada dalam fitrah, ia tidak berubah dan suci. Ruh merupakan fitur yang unik dalam konsepsi psikologi Islam tentang jiwa, ia berfungsi sebagai titik akses langsung kepada Allah dimana manusia berpotensi menerima pengetahuan Ilahi, petunjuk dan penyembuhan.



Gambar 1. Bongkahan Es dari Psikologi Islam (Rothman & Coley, 2020)

**Tingkatan Jiwa**

Ruh merupakan aspek jiwa yang tidak berubah, aspek-aspek lain dari jiwa selalu berada dalam keadaan berubah, sehingga ia mengalami tahapan perkembangan. Sifat yang berubah berasal dari nafs, itulah alasan mengapa kita perlu giat menjaga agar hati, akal, dan nafs selalu selarah dan berada pada jalan yang benar dengan mengupayakan usaha di dalam jiwa. Keterlibatan dan keberhasilan atas keselarasan ketiganya tergantung bagaimana seseorang memperjuangkan, hal tersebut menentukan keadaan jiwa seseorang di tahapan mana ia alam pada setiap saat. Ada tiga tahapan utama dalam tingkatan jiwa seperti yang disebutkan di dalam Al-Quran, yaitu : nafs al ammarah (jiwa yang condong kepada kejahatan), nafs al lawwama (jiwa yang menyalahkan diri), dan nafs al mutmainnah (jiwa yang tenang).

Nafs al ammarah merupakan keadaan di mana seseorang tidak melakukan upaya sungguh-sungguh dalam mengendalikan nafs, dan pada dasarnya membiarkan diri rendah berlaku semaunya. Yaqoub menjelaskan bahwa tahap/keadaan ini tidak secara khusus ditandai dengan kejahatan itu sendiri, tetapi merupakan "kejahatan yang didasarkan pada keadaan individuasi", di mana seseorang terikat pada keserakahan daripada kesadaran terhadap Allah dan berada dalam keadaan ghafla (lupa akan Allah). Nafs al lawwama merupakan tahap di mana sebagian besar pekerjaan pada jiwa dilakukan. Ini dipahami sebagai medan perjuangan di mana seseorang berusaha untuk menahan tarikan ke bawah menuju nafs, dunia, dan syaitan, serta mencapai ruh, akhirat, dan Allah melalui ketekunan dan kesadaran diri. Dilaporkan bahwa jarang sekali orang mencapai tahap akhir, yaitu nafs al mutmainnah, dan bahkan mereka yang mencapainya masih mungkin jatuh kembali ke tahap terendah jika kurang disiplin. Oleh karena itu, nafs al mutmainnah dibicarakan sebagai cita-cita yang harus diperjuangkan lebih dari sesuatu yang benar-benar diharapkan dapat dicapai. Namun, tahap ini dianggap memiliki penting yang besar karena menentukan lintasan perkembangan yang semua peserta merasa sebagai aspek integral dari konsepsi Islam tentang jiwa.

**Perkembangan Jiwa**

**Proyek pengembangan manusia**

Dalam rancangan struktur jiwa dan pemahaman tentang komposisi manusi dan

sifatnya dari sudut pandang psikologis, hampir tidak mungkin jika tidak dikaitkan dengan pengetahuan yang berhubungan langsung dengan proses penyucian jiwa. Cara pandang Islam dalam memahami manusia dengan melihat tujuan kehidupan manusia sebagai kesempatan untuk menyucikan jiwa, ini digambarkan sebagai proyek pengembangan. Yaitu untuk mengungkapkan fitrah di dalam diri dengan menyucikan nafs. Olehkarenanya, konsep apapun tentang psikologi Islam akan secara alami melibatkan proses penyucian, ini adalah kehidupan yang lebih komplis yang tidak hanya bafokus kepada mengembalikan seseorang ke dalam system kapitalis yang hanya mendefinisikan fungsi manusia yang sebagai produktif secara materi, pendekatan barat dalam psikologi jarang sekali memasukkkan jiwa dalam perencanaan pengobatan.

Dalam konsep psikologi Islam, tidak ada mamfaat mempelajari tentang jiwa tanpa tidak berhubungan dengan pengobatan. Dalam psikologi Islam bukan hanya studi tentang psikologi semata, namun mempelajari proses penyucian, pembersihan, dan membuat cermin nafs bersinar. Nafs itu bagaikan cermin ia harus memantulkan cahaya Ilahi, jika kita tau nafs itu keruh dan kotor maka ia harus dibersihkan dan disucikan. Jika unsur ini dipelajari maka akan membawa manfaat dalam psikologi. Dalam pandangan Islam proses penyucian jiwa tidak bisa dipisahkan dari psikologi. “*tazkiyat an nafs*” (penyucian jiwa) adalah cara konvensional yang dipandang masih relevan digunakan hingga saat ini dan sangat praktis digunakan untuk membuat

cermin nafs bersinar.

### ***Tazkiyat an nafs* (penyucian jiwa)**

Nafs merupakan cermin yang memantul merupakan metafora untuk menggambarkan bagaimana jiwa bekerja untuk membersihkan hari dan mengungkap tabir fitrah. Metafora ini terlihat karena ia mampu menggambarkan gagasan bahwa cahaya yang sedang diusahakan bukanlah milih seseorang saja, tetapi ia jiwa mampu memantulkan cahaya Ilahi jika benar-benar dibersihkan dan kerak yang terbentuk dari ilusi kehidupan dunia dihilangkan. *Nafs* memiliki kemampuan untuk menutup ruh sehingga perlu dipoles dan dibersihkan dan membiarkan cahayanya bersinahr.

Sebuah istilah yang sering digunakan untuk memoles dan membersihkan *nafs* adalah *tazkiyatun nufus* atau *tazkiyatun nafs*. Ia merupakan proses dalam diri untuk membersihkan dan menyempurnakan jiwa agar tetap bersinar dan esensi dari kebersihan ini adalah ruh. Proses ini merupakan tingkat pemurnian yang tertinggi dan berkaitan dengan niat dan tindakan seseorang dengan melakukan hal-hal lainnya seperti ibadah *sunnah*, zikir *sunnah*, puasa *sunnah*. Aktivitas ini dianggap sebagai suatu aksi “memoles cermin” yang lebih baik. Ini serupa dengan perkataan para ulama, bahwasanya iman itu naik dan turun. Naik karena ketaatan dan turun karena kemaksiatan (Wati & Amelia, 2021).

Dalam tulisan Hartis al Musahibi, pengembang konsepsi psikologi Islam, mengatakan jika seseorang ingin mencapai tingkah *nafs* yang paling tinggi, yaitu *nafs al*

*muthmainnah* atau jiwa yang tenang dan damai, namun dia belum mampu memfokuskan dan konsisten menuju tingkatan itu, alangkah baiknya ia memfokuskan keadaan jiwa dan pensucian jiwa yang ada saat ini. Dengan demikian ia lebih kepada pemahaman dan pengembangan jiwa pada tingkat yang umum dibandingkan dengan tingkat tertinggi pemurnian jiwa. Selain *tazkiyatun nufus* ada kegiatan yang lebih rendah atau mendasar yang biasa disebut *jihad a nafs* (perjuangan jiwa) (Al-Muhasibi, 2016).

### **Penyempurnaan Akhlaq**

#### **Pentingnya mereformasi moral**

Dalam psikologi barat tidak ada satu set pedoman moral yang diadopsi oleh semua praktisi. Pendekatan etika bervariasi, dan pandangan tentang moralitas dapat bergantung pada aliran pemikiran, pandangan filosofis, budaya dan konteks sosial. Sementara dalam psikologi Islam melibatkan kerangka moral dan petunjuk yang ditetapkan oleh Al-quran dan Sunnah nabi sebagai tolok ukur untuk semua manusia.

Pada model barat memegang paham relativisme atau pluralism dalam memahami kebenaran bahwasanya tidak ada kebenaran yang objektif. Tidak ada 'T besar' yang ada adalah 't kecil'. Ini menunjukkan bahwasanya kebenaran setiap orang (t kecil) berpotensi validnya, tanpa kebenaran yang universal dan objektif (T besar). "T" yang dimaksud adalah kebenaran. Setiap orang dalam psikologi Islam perlu memperbaiki karakter mereka karena ia

merupakan bagian dari keutuhan dari perjalanan pada tahap *nafs al lawwamah* menuju fitrah yang menuju ke *nafs al muthmainnah*.

Tahdibil al Akhlaq secara harfiah artinya pembaharuan atau penyempurnaan akhlaq atau karakter. Mirip seperti *tazkiyatun nafs* dan *jihad nafs* yang melibatkan kerja *nafs*. Yang membedakan dalam penyempurnaan akhlaq secara khusus berkaitan dengan mengubah sifat-sifat yang tercela dan mencontoh sifat terpuji. Tentu aktivitas ini mengalihkan dari keinginan-keinginan *nafs* yang memungkinkan membuat kesengsaraan bagi individu dan menjadi sumber gangguan psikologis. Keinginan-keinginan yang tidak terkendali, yang tidak pernah puas, manusia akan menghadapi masalah moral yang besar.

### **Kejahatan dan Kebaikan**

Etika kebajikan dalam filsafat Yunani, yang dieksplorasi oleh Plato dan Aristoteles, memiliki pengaruh dalam perkembangan wacana tentang psikologi manusia bagi para sarjana klasik Islam (Alparslan, 2019). Sedangkan Al-Ghazali lebih fokus daripada penulis lainnya. Ia mencari tahu dasar yang sistematis dari berbagai kekurangan yang ada pada manusia, kekurangan pada psikologi yang menjadi aspek psikologi moral. Banyak kontribusi signifikan yang telah diberikan oleh sarjana Islam al-Ghazali dalam bidang psikologi moral, terutama bagi yang berorientasi akademis dalam filsafat dan spiritualitas Islam. Walaupun mereka terpengaruh dengan filsafat Yunani namun mereka memiliki orientasi yang berbeda dalam

penerapan tujuan pengetahuan. Dalam konteks Islam kejahatan dan kebaikan berkaitan dengan penyakit dan pengobatan dalam proses penyucian jiwa.

Dalam proses penyempurnaan akhlak kontribusi al Ghazali sebagai yang paling signifikan karena ia mampu mengembangkan kerangka kerja yang sistematis untuk mengobati penyakit-penyakit jiwa dalam pembahasannya mengenai kejahatan dan kebaikan. Kebaikan merupakan hal-hal yang menjauhkan seseorang dari tujuannya. Pengobatan untuk keburukan tentu kabaliknya dalam bentuk kebajikan atau kebaikan. Contoh, Ketika seseorang memrintah keadilan maka ia harus mengyingkirkan ketidakadilan. al Ghazali tidak hanya memberikan daftar lengkap mengenai kejahatan, tapi ia juga memberikan penawarnya juga menguraikan program-program bagaimana mengobati setiap penyakit atau kejahatan tersebut dalam buku ketiganya dari karya "ihya ulumuddin".

*Muhlikat* atau kejahatan merupakan kecenderungan alamiah dalam *nafs* manusia yang mengajak seseorang kebagian yang lebih rendah dari dirinya dengan pengaruh dan godaan syaitan. Pada tingkat psikologis, manusia memiliki kecenderungan terhadap keserakahan, kekuasaan, nafsu dan sebagainya. Seringkali sifat karakter ini dipandang sebagai keinginan-keinginan dari *nafs*. Manusia terkadang terbawa dengan kepuasan dan semangat pribadi yang terkait dengan dorongan-dorongan egoisnya. Namun, jika seseorang terlalu focus pada *kepuasan* diri sendiri tanpa mempertimbangkan realitas yang lebih besar, hal itu dapat

menghambat pertumbuhan dan merugikan dirinya sendiri. Kepuasan-kepuasan ini dianggap sebagai gangguan dari fitrah manusia yang perlu dikendalikan dan disiplinkan secara sistematis. Manusia perlu mencari strategi atau pendekatan yang memungkinkannya untuk mengatasi pengaruh dominan dari kepuasan fisik atau keinginan materi.

Disamping dorongan-dorongan dasar keinginan tubuh seperti lapar, al Ghazali memberikan perhatian besar pada keburukan-keburukan hati dimana *nafs* mempengaruhi hati yang terinfeksi karena hal-hal buruk seperti ; keserakahan, iri hati, atau kemarahan. Keinginan lebih unggul atau superioritas atas orang lain atau merasa lebih baik tentang diri kita, menutupi kegagalan atau kekurangan kita dari orang lain dan sebagainya. Hal yang demikian membuat kita cenderung mencari hal-hal salah dan enggan untuk bekerja keras dalam berupaya memperbaikinya.

*Munjiyat* atau kebaikan adalah sifat-sifat dari Allah atau lebih dikenal dengan sifat *asmaul husna* yang mencari fitrah kita sebagai manusia. Sifat ini bisa berupa kasih sayang, keadilan, atau bijaksana. Ketika seseorang mengadopsi sifat-sifat ini sebagai penwar penyakit-penyakit *nafs*, maka seseorang akan merasa lebih dekat dalam melebihi sifat Allah yang ada dalam diri kita. Disinilah seseorang dapat mencapai tujuan tertinggi sebagai *khalifah fil ard*. Manusia diciptakan sedemikian rupa sehingga ia dapat berkuasa atas dirinya sendiri dengan keadilan dan kebijaksanaan. Dengan menunjukkan dan menjalani sifat-sifat *ilahiyah* dengan tulus dan



otentik artinya seseorang sedang meningkatkan dirinya naik ke arah *nafs al muthmainnah* yang menjadi fokus keberadaanya di dunia itu menunjukkan ia sedang menerapkan psikologi Islam tentang psikologi individu.

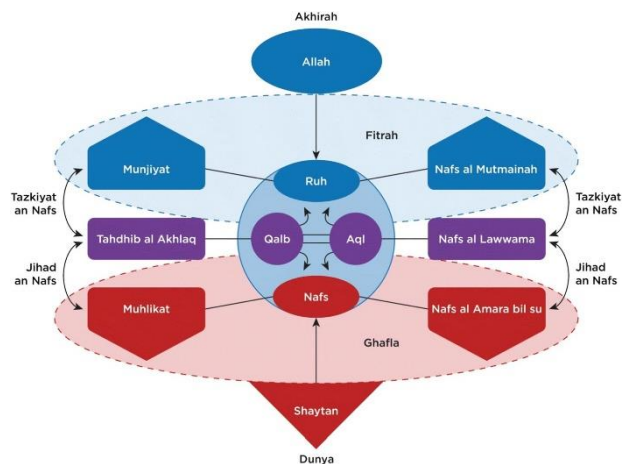
**Model Jiwa dalam Islam**

Model jiwa dalam islam diilustrasikan pada Gambar 2. Gambar ini dikembangkan berdasarkan pemahaman sifat, struktur dan perkembangan jiwa berkaitan dengna psikologi manusia dalam Islam. Penelitian yang dikembangkan oleh Rothman berasal dari pemahaman para narasumber yang berbdeda-beda namun Sebagian besar narasumber lebih cenderung kepada pemahan tertentu seperi al Ghazali dari pada pemahaman yang lain. Oleh karena itu model jiwa dalam Islam lebih tepat jika disebut sebagai teori psikologi Islam.

Menurut model ini, jiwa manusia memiliki fitrah yang alami dan suci, yang berasal dari dan terhubung dengan Tuhan, tetapi fitrah ini dapat terlupakan dan tertutup seiring dengan kehidupan di dunia. Dalam kehidupan dunia, jiwa melakukan interaksi dinamis antara kekuatan-kekuatan yang saling bertentagna yang mempengaruhi keadaan psikologis seseorang dan menentukan hubungan dengan fitrah. Proses ini digambarkan pada elemen ungu pada Gambar 2.

*Qalb* atau hati merupakan sentral spiritual seseorang dan tempat beradanya intelektual yang sering disebut *aql* atau akal. Akal memiliki kemampuan untuk bergerak ke salah satu dari dua arah yang menghasilkan hasil sementara

dari konflik terjadi. Hati bisa berpaling ke arah dorongan rendah dari *nafs* dan mungkin tidak akan sejalan dengan fitrah karena pengaruh dunia dan setan yang menghasilkan sifat negative kejahatan dan *gafrah* atau kelalaian. Situasi ini digambarkan pada elmen merah pada bagian bawah model dalam Gambar 2 dari *nafs* ke bawah. *Qalb* atau hati juga memiliki potensi untuk berpaling ke arah kebaikan atau sifat ilahiah yang tinggi dari ruh dengan cara mengingat Allah dan akhirat. Aktivitas ini mampu menghasilkan peningkatan peningkatan sifat positif *munjiyat* atau kebaikan yang semakin selaras dengan fitrah manusia. Proses ini digambarkan pada elemen biru dalam Gambar 2.



Gambar 2. Model jiwa dalam Islam

Keadaan relatif dari jiwa dalam hubungannya dengan salah satu kutub tersebut pada suatu waktu tertentu diungkapkan dalam tiga tahapan perkembangan jiwa yang berbeda sepanjang kehidupan di dunia, yaitu: *nafs al ammarah bil su*, *nafs al lawwama*, dan *nafs al mutmainnah*. Dalam model ini jiwa memiliki

kecenderungan bawaan untuk tumbuh dan memiliki lintasan ke atas, karena sifat aslinya adalah mengenal Allah, dan tradisi Islam, sebagaimana dipandu oleh Al-Qur'an dan Sunnah, mendorong dan memberikan jalan bagi manusia untuk mengejar lintasan ini. Hal ini terlihat dalam deskripsi proses-proses di sepanjang jalan yang berfungsi sebagai mekanisme untuk melakukan upaya dalam dinamika interaksi dalam jiwa ketika jiwa berjuang antara dua kekuatan yang saling bertentangan, yaitu jihad *an-nafs*, *tahdhib al akhlaq*, dan *tazkiyat an nafs*.

Model jiwa dalam islam yang disajikan memiliki beberapa fitur yang membedakan dari Sebagian odel sekuler barat tentang manusia. Dalam model ini yang menjadi pusat spiritual adalah hati Bersama dnegan keyakinan bahwa akhlaq dan kesedaran berada dalam hati bukan di pikiran seseorang seperti yang diasumsikan oleh Sebagian besar teori psikologis. Disamping itu, pendapat bawa pusat kesedaran dalam diri manusia terhubung secara erat dan secara sadar terhubung dengan kesadaran Ilahi yang alamiah. Hal ini tidak ada dalam teori sekuler barat tentang sifat manusia. Konsep ruh sebagai jalan dalam diri manusia yang dapat menerima langsung bimbingan dan penawar dari Allah, pemisahan terhadap aspek ruh dalam psikoterapi memberikan dampak yang signifikan dalam pemberian layanan terapeutik dan tujuan pengobatan bagi klien muslim. Dalam model ini, tiga aspek yang terkumpul membentuk mekanisme perkembangan jiwa (*tazkiyat an nafs*, *tahdhib al akhlaq*, dan *jihad an nafs*)

memiliki hubungan dalam menerapkan psikologi.

### **Kesimpulan**

Dalam konsep psikologi Islam yang dikembangkan oleh Rothman dan Coley, terdapat empat kategori teoritis utama yang membahas aspek-aspek mendasar tentang jiwa manusia. Kategori pertama, yaitu "Sifat Jiwa," menggambarkan konsep fitrah sebagai koneksi manusia dengan Tuhan, dan bagaimana fitrah tersebut dapat terganggu oleh pengaruh dunia, menyebabkan ketidakselarasan antara pikiran dan fitrah. Kategori kedua, "Struktur Jiwa," mengurai beragam aspek jiwa, seperti nafs, qalbu, aql, dan ruh, serta menjelaskan bagaimana interaksi antara mereka mempengaruhi keadaan jiwa manusia. Tingkatan Jiwa menjadi fokus kategori ketiga, yang mengidentifikasi tiga tahapan perkembangan jiwa, yaitu nafs al ammarah, nafs al lawwama, dan nafs al mutmainnah, beserta tantangan dan perjuangan yang terkait. Kategori terakhir, "Perkembangan Jiwa," membahas pentingnya penyucian jiwa, perbaikan akhlaq, dan perjuangan jiwa dalam mengatasi kejahatan dan mencapai kebaikan. Model jiwa dalam Islam menegaskan peran sentral hati dalam pengambilan keputusan moral dan spiritual, serta pengaruhnya terhadap proses penyembuhan psikologis dan pemberian layanan terapeutik bagi klien Muslim. Dengan menggabungkan prinsip-prinsip spiritual dengan pemahaman psikologi modern, psikologi Islam memberikan pandangan holistik tentang

kesejahteraan mental, menekankan pentingnya upaya penyucian jiwa dan perbaikan akhlaq dalam mencapai keseimbangan antara aspek psikologis dan spiritual manusia.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Al-Muhasibi, A. H. (2016). *Al-Muhasibi, A. H. (2016). Risalah Al-Mustarsyidin: Tuntunan Bagi Para Pencari Petunjuk*. Qisthi Press.
- Alparslan, S. A. (2019). *Greek Philosophy in the Islamic World: The Reception of Aristotle and his School in the East from the Ninth to the Fourteenth Century*. I.B. Tauris.
- Anwar, F., & Julia, P. (2021). Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pengasuh Sekolah Berasrama Di Aceh Besar Pada Masa Pandemi. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(1).
- Cahyadi, A. (2021). *Serat Kehidupan*. MJS ress.
- Daulay, N. (2015). *Pengantar Psikologi dan Pandangan Al-Qur'an Tentang Psikologi*. Kencana.
- Rahmat, P. S. (2021). *Psikologi pendidikan*. Bumi Aksara.
- Ramadanti, M., Sary, C. P., & Suarni, S. (2022). PSIKOLOGI KOGNITIF (Suatu Kajian Proses Mental dan Pikiran Manusia). *Al-Din: Jurnal Dakwah Dan Sosial Keagamaan*, 8(1), 56–69.
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul. *Journal of Religion and Health*, 57, 1731–1744.
- Wati, S., & Amelia, R. (2021). Pendidikan Keimanan dan Ketaqwaan Bagi Anak-Anak. *Al Mabhats: Jurnal Penelitian Sosial Agama*, 6(2), 139–176.
- Zaharuddin, Z. (2015). Telaah Kritis Terhadap Pemikiran Psikologi Islam Muhammad Utsman Najati. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 1(2), 95–114.