

## **PENDEKATAN PSIKOLOGI DALAM STUDI ISLAM**

Oleh:

**Shafa Alistiana Irbathy**  
**(STAI Muhammadiyah Klaten)**

**Moh. Amiril Mukminin**  
**(STIT Al-Ibrohimy Bangkalan)**

### **Abstrak**

Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang dibekali dengan berbagai potensi diri yang tidak dimiliki makhluk lainnya. Potensi ini dimaksudkan agar manusia dapat mengemban dua tugas utama, yaitu sebagai khalifatullah di muka bumi dan juga abdi Allah untuk beribadah kepada-Nya. Sehingga manusia dengan potensinya membutuhkan proses pendidikan, agar apa yang diembannya dapat terwujud. Seperti yang diungkapkan oleh Arifin bahwa pendidikan Islam bertujuan mewujudkan manusia berkepribadian muslim, baik secara lahir maupun batin, mampu mengabdikan segala amal perbuatannya untuk mendapatkan ridha Allah SWT. sehingga hakikat pendidikan Islam yang melahirkan manusia-manusia yang beriman dan berilmu pengetahuan, satu sama lain saling mendukung.<sup>1</sup> Islam merupakan fenomena yang besar dan tidak dapat dipisahkan dari perkembangan hidup manusia di dunia yang telah mengukir dan mempengaruhi kehidupan manusia dan Islam adalah salah satu agama yang mayoritas diyakini oleh penduduk Indonesia. Agar Islam tetap ada di muka bumi, maka muncul berbagai pendekatan keilmuan dalam studi Islam yang selalu berkembang. Di antaranya pendekatan normatif, pendekatan filosofis, pendekatan psikologis, pendekatan historis, pendekatan ilmu sosial, pendekatan fenomenologis, dan berbagai pendekatan lainnya. Diantara beberapa pendekatan tersebut, di makalah ini akan mengulas tentang pendekatan psikologis dalam studi Islam dimana pendekatan tersebut berhubungan dengan jiwa (kedamaian, ketentraman jiwa), sikap dan perilaku manusia dalam kehidupan beragama serta mempelajari seberapa berpengaruhnya agama atau keyakinan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci:** Psikologi, Studi Islam, Potensi

### **A. Pengertian Pendekatan Psikologi Dalam Studi Islam**

Pendekatan psikologi terdiri dari dua suku kata, yaitu pendekatan dan psikologi. Pendekatan adalah cara pandang atau paradigma yang terdapat dalam suatu bidang ilmu.<sup>2</sup> Pengertian pendekatan adalah proses perbuatan, cara mendekati, usaha dalam rangka aktivitas penelitian untuk mengadakan hubungan dengan orang yang diteliti, metode untuk mencapai pengertian masalah penelitian.

---

<sup>1</sup>Muhammad Arifin. *Ilmu Pendidikan Islam Tinjauan Teoritis dan Praktis Berdasarkan Pendekatan Interdisipliner*. Cet. 3 (Jakarta : PT Bumi Aksara. 2008), 36

<sup>2</sup> Abdullah, M. Yatimin. *Studi Islam Kontemporer*. (Bandung: Amzah, 2006), 48-49

Dalam bahasa Inggris disebut “*approach*” dan dalam bahasa Arab disebut “*madkhal*”.<sup>3</sup>

Psikologi adalah sebuah istilah yang digunakan untuk mengacu pada sesuatu hal yang ada dalam diri manusia yang tidak terlihat namun hanya dapat dirasakan. Secara bahasa, psikologi berasal dari bahasa Yunani yaitu *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu pengetahuan.<sup>4</sup> Secara etimologis, kata psikologi dapat diartikan sebagai ilmu jiwa dan dari segi ilmu pengetahuan, psikologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang jiwa baik dari macam-macam gejalanya, proses maupun latar belakangnya.<sup>5</sup>

Selain itu mengutip dua pakar yang mewakili dalam mendefinisikan psikologi. Menurut Plato dan Aristoteles, psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari hakikat jiwa dan prosesnya sampai akhir. Sedangkan Morgan berpendapat bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan. Namun dalam khasanah keilmuan Islam, psikologi tidak hanya sebagai ilmu yang membahas perilaku sebagai fenomena kejiwaan saja tetapi juga membahas tentang konteks kerohanian yang memiliki hubungan vertikal dengan Allah SWT.<sup>6</sup>

Pendekatan psikologi adalah usaha sisi ilmiah dari aspek-aspek batin pengalaman keagamaan. Suatu hakikat pengalaman keagamaan itu benar-benar ada, dan dengan hakikat pengalaman tersebut dapat diketahui. Zakiyah Darajat berpendapat, jika perilaku seseorang yang nampak tidak karena dipengaruhi oleh keyakinan yang dianutnya. Dalam ajaran agama banyak ditemukan istilah-istilah yang menggambarkan sikap batin seseorang, misalnya sikap beriman dan taqwa, berbuat jujur, dzikir untuk menenangkan jiwa.<sup>7</sup>

Pendekatan psikologis merupakan pendekatan yang bertujuan untuk melihat keadaan jiwa pribadi yang beragama. Pada pendekatan ini baik pengaruh maupun akibat dari keadaan jiwa manusia dalam hubungannya dengan agama.

---

<sup>3</sup> Mu'min, Ma'mun. *Pendekatan Studi Ijlam (Suatu Tinjauan Lingkup Perspektif dan Orientasi)*. (Yogyakarta: Idea Press, 2015), 27-30

<sup>4</sup> Saleh, Abdul Rahman & Wahab, Muhib Abdul. *Psikologi Suatu Pengantar, Dalam Perspektif Islam*. Cet. 2 (Jakarta: Prenada Media, 2005), 59

<sup>5</sup> Ahmad Fauzi. *Psikologi Umum*. (Bandung: Pustaka Setia, 2008), 17-18

<sup>6</sup> *Ibid*, 5-6

<sup>7</sup> Zakiyah Darajat. *Ilmu Jiwa Agama*. (Jakarta: Bulan Bintang, 2005), 61

Pendekatan psikologis bertujuan untuk menjelaskan fenomena keberagamaan manusia yang dijelaskan dengan mengurai keadaan jiwa manusia.<sup>8</sup> Obyek kajian dalam hal ini adalah manusia, dalam pengertian tingkah laku manusia yang beragama, yakni gejala-gejala empiris dari keagamaannya. Karenanya dalam pendekatan psikologis ini tidak mempelajari betul tidaknya suatu agama, tidak untuk menilai apakah agama itu diwahyukan Tuhan atau tidak<sup>9</sup>

Sedangkan pengertian studi Islam atau *Islamic Studies* atau *Dirasat al-Islamiyah* sebagaimana dikutip oleh Dr. Ma'mun Mu'min dalam bukunya, dapat dimaknai kajian Islam, Imam Ghazali menggunakan istilah "*Ulumuddin*". Istilah studi menurut Lester Crow dan Alice Crow adalah kegiatan yang secara sengaja diusahakan dengan maksud memperoleh keterangan, pemahaman, dan meningkatkan suatu ketrampilan. Sementara Islam adalah agama yang diwahyukan kepada Nabi Muhammad SAW. Dengan demikian, studi Islam adalah suatu usaha untuk mempelajari berbagai hal yang berhubungan dengan agama Islam.<sup>10</sup>

Jadi, pendekatan psikologi dalam studi Islam yaitu usaha untuk memperoleh sisi ilmiah dari aspek-aspek batin pengalaman keagamaan. Karena dalam ajaran agama sering ditemukan istilah-istilah yang menggambarkan sikap batin seseorang, maka dengan ilmu jiwa ini selain mengetahui tingkat keagamaan yang dihayati dan diamalkan, seseorang juga dapat digunakan sebagai alat untuk memasukkan agama kedalam jiwa seseorang sesuai dengan tingkatan usia seseorang.<sup>11</sup>

Seperi juga fungsi-fungsi kejiwaan tidak dapat dipisahkan secara tegas maka aspek agama juga merupakan suatu kesatuan yang melekat pada manusia sebagai totalitas yang utuh. Fungsi kognitif tidak dapat dipisahkan dengan fungsi finalis dan motorik. Demikian pula kehidupan dunia dalam ve fentang ke-Tuhanan tidak dapat dipisahkan dengan keimanan dan peribala Peamisahan tersebut hanya untuk memperjelas dan mengadakan an secara lebih mendalam. Dalam psikoterapi, yang dirawat dan disembuhkan Bdalah manusia sebagai totalitas, dikarenakan akibat

---

<sup>8</sup> *Ibid*, 81

<sup>9</sup> Jalaludin. *Psikologi Agama*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010), 7

<sup>10</sup> *Ibid*, 10-11

<sup>11</sup> Rozali. *Metodologi Studi Islam*. (Depok: PT. Rajawali Buana Pusaka, 2020), 13

gangguan tu mengenai manusia seutuhnya. Demikian pula manusia yang dikenal oleh agama adalah manusia sebagai totalitas.

Tujuan psikoterapi ialah mengolah kepribadian klien agar mampu menyesuaikan dan merealisasikan dirinya sesuai dengan kodrat kemanusiaan. Realisasi diri dapat diumpamakan seperti proses kelopak bunga yang mekah secara alamiah untuk merealisasi munculnya kembang. Para ahli membanma proses mekahkan kelopaknya, sehingga bunga nampak indah. Dalam pako terapi, para ahli membantu proses realisasi diri fitrah manusiawi kliennya menuju kepada hidup yang bermakna, berarti dan berguna. Makna hidup yang tertinggi adalah pengabdian diri kepada Tuhan pencipta diri dan alam semesta. Hal ini merupakan bagian dari tujuan agama, karena agama bertujuan untuk mencapai kebahagiaan dunia akhirat. Kebahagiaan hidup di dunia akan tercapai kalau manusia mampu mengadakan hubungan yang harmonis dengan dirinya sendiri, dengan masyarakat, dan lingkungan serta hubungan yang harmonis dengan Penciptanya. Keharmonisan hubungan tersebut merupakan realisasi kodrat manusiawinya baik sebagai makhluk biologis sosial psikologis maupun sebagai makhluk filosofis rohaniyah.

## **B. Macam-macam Pendekatan Psikologi dalam Studi Islam**

Sebagai sebuah disiplin ilmu yang otonom, maka psikologi memiliki beberapa pendekatan antara lain :

### **1. Pendekatan Struktural**

Pendekatan ini dipakai oleh Wilhelm Wundt dengan tujuan untuk mempelajari pengalaman seseorang atas dasar tingkat atau kategori tertentu dimana struktur pengalaman dilakukan dengan memakai metode pengalaman dan juga intropeksi.

Pendekatan struktural dalam studi Islam adalah sebuah upaya memahami Islam sebagai sebuah agama yang merupakan akumulasi dari sekian banyak unsur dan dimensi yang menjadi satu membentuk bangunan Islam yang mencerminkan sisi psikologis dalam Islam. Pendekatan ini juga menemukan urgensinya ketika melihat Islam dalam realitas dan praktek keberagaman umatnyan yang sering ditemukan adanya benturan ideologis dan kepentingan umat Islam itu sendiri. Padahal Islam adalah agama yang disampaikan oleh

Nabi Muhammad SAW. Karena banyaknya kepentingan dan perbedaan penekanan dalam memahami Islam, tidak jarang dalam prakteknya Islam muncul sebagai sesuatu yang terpisah-pisah sehingga Islam terkesan parsial. Terlebih dengan sering munculnya klaim-klaim kebenaran subjektif dari orang-orang yang berbeda dalam memahami Islam membawa kepada perpecahan.

Sedangkan Gordon W.A mengemukakan bahwa *structural approach in islammic studies*<sup>12</sup> adalah Berkembangnya kebutuhan sosial psikologis, rohaniah dan arah minat, yang menuju pada pemuasan ideal dan nilai-nilai sosial budaya melampaui kebutuhan biologis atau hawa nafsu. Pribadi yang matang mampu mengendalikan dorongan biologis dan hawa nafsunya sehingga pemuasannya sesuai dengan norma-norma sosial budaya yang berlaku dalam masyarakat. Sebaliknya orang yang tidak mampu mengendalikan dorongan biologisnya atau tingkah lakunya dikendalikan oleh hawa nafsunya menunjukkan kepribadian yang masih kanak-kanak. Kepribadian yang matang tidak lagi bersifat egocentris. Perhatian sudah terarah pada hal-hal di luar dirinya. Ia sudah berusaha memberikan tenaga pada kepentingan sosial dan kepentingan kultural.<sup>13</sup> Ia dapat melibatkan diri pada bermacam-macam aktivitas tanpa mementingkan diri sendiri. Hal ini tercapai melalui berbagai pengalaman, ikatan, keterlibatan emosional, pengalaman frustrasi serta cara-cara mengatasinya. Karena itu ia sudah belajar menemukan cara-cara penyesuaian diri yang tepat. Serta Kemampuan mengadakan introspeksi, merefleksikan diri sendiri, memandang diri sendiri secara objektif dan kemampuan untuk mendapatkan pemahaman tentang hidup dan kehidupan. Kemampuan mengambil distansi terhadap diri sendiri dan memandang diri sendiri sebagai objek sehingga ia mampu membandingkan hal-hal yang ada pada dirinya sendiri dengan hal-hal yang ada pada orang lain. Ia mengenal dan memahami dirinya sendiri. Dengan pemahaman terhadap diri sendiri sebagaimana orang lain mengenalnya, individu akan mampu menempatkan dirinya dalam

---

<sup>12</sup>Gordon W Allport. *The Individual and His Religion*. (New York: The Macmillan Company, 1967), 25

<sup>13</sup>Gordon W Allport. *The Individual and His Religion*. 32-21

hubungan dengan orang lain, masyarakat dan alam semesta. Kualitas rasa humor merupakan bagian dari kemampuan untuk mereflek. kaga sikan diri dalam hubungan dengan lingkungan. Rasa humor dapat timbul matan karena adanya kemampuan menilai dan hasil penilaiannya tidak terduga, aneh dan surprise. Penilaian itu tidak saja terhadap orang lain atau peristiwa di luar diri, akan tetapi juga pada keadaan dalam diri sendiri.kta emp Orang yang telah matang kepribadiannya tidak hanya mampu menilai orang lain dan lingkungannya, tetapi mampu pula menilai diri sendiri, sehingga ia tidak hanya mampu menertawakan orang lain akan tetapi ia pun mampu pula menertawakan dirinya sendiri.

Karenanya Kepribadian yang matang selalu memiliki prinsip hidup (falsafah hidup) yang utuh walaupun mungkin bukan berasal dari filsafat agama atau kurang terolah dalam bentuk bahasa. Tanpa filsafat dan tujuan hidup yang terarah serta pola hidup yang terintegrasi, maka kehidupan seseorang akan nampak bersifat fragmentaris, segmental dan hidupnya tidak bermakna. Kepribadian tanpa filsafat hidup yang utuh akan menunjukkan pandangan yang berat sebelah, picik, dan menunjukkan perilaku yang tidak konsisten. Adanya suatu pandangan hidup berarti adanya suatu sistem nilai, walaupun nilai-nilai yang diutamakan belum tentu nilai-nilai keagamaan. Walaupun setiap kepribadian yang matang belum tentu memiliki pandangan hidup keagamaan, karena mungkin ia memiliki pandangan hidup filosofis lainnya, namun kematangan kepribadian tanpa dilandasi agama akan menunjukkan kehidupan yang miskin, kurang bermakna dan mudah goyah<sup>14</sup>, karakter atau akhlak mulia merupakan suatu hasil dari proses penerapan syariat (ibadah dan muamalah) yang dilandasi oleh kondisi akidah yang kokoh dan bersandar pada alQur'an dan al-Sunah (Hadits)<sup>15</sup>

## 2. Pendekatan Fungsional

Pendekatan ini pertama kalinya digunakan William James (1842-1910 M), seorang penemu laboratorium pertama di Amerika, Universitas Harvard yang

---

<sup>14</sup>Gordon W Allport. *The Individual and His Religion*, 43

<sup>15</sup> Fauzi, Muhammad, and Moh Samsul Arifin. "Pendidikan Karakter Dalam Periodisasi Sejarah Pendidikan Islam." *Al-Ibrah: Jurnal Pendidikan dan Keilmuan Islam* 7.1 (2022): 32-52.

merupakan pendekatan untuk mempelajari cara agama bisa berfungsi atau berpengaruh pada tingkah laku hidup individu dalam kehidupan. Aliran fungsionalisme merupakan lawan dari aliran strukturalisme yang memandang tingkah laku memiliki fungsi-fungsi fisik dan fungsi sosial tertentu. Dengan demikian, setiap mentalitas kejiwaan manusia dengan bentuk tingkah lakunya yang konkret memiliki fungsi-fungsi tertentu melalui *adaptabilitas* yang kuat dengan lingkungannya.<sup>16</sup>

W. James lahir di New York City pada tahun 1842 M. Ia adalah anak Henry James, Sr. seorang yang terkenal berkebudayaan tinggi, pemikir yang kreatif. Henry James, Sr. merupakan kepala rumah tangga yang memang menekankan kemajuan intelektual. Pendidikan formalnya mula-mula tidak teratur lalu ia mendapat tutor berkebangsaan Inggris, Perancis, Swiss, Jerman, dan Amerika. Akhirnya, ia memasuki Harvard Medical School pada tahun 1864. W. James menjadi pengajar ilmu anatomi dan fisiologi di Harvard. Tahun 1875, perhatiannya lebih tertarik pada psikologi dan fungsi pikiran manusia. Pada waktu itu, ia menggabungkan diri dengan Peirce, Chauncy Wright, Oliver Wendel Holmes, Jr., dan lain-lain tokoh dalam Metaphysical Club untuk berdiskusi dalam masalah-masalah filsafat dengan topik-topik metode ilmiah agama dan evolusi. Di sinilah, ia mula-mula mendapat pengaruh Peirce dalam metode pragmatism.

W. James melihat semua tingkah laku manusia dengan unsur-unsur pengalamannya sangat bergantung pada fungsi yang diakibatkannya. Segala hal yang memberikan manfaat bagi kehidupan dipandang sebagai mentalitas yang sesungguhnya. James membawakan pragmatisme. Isme ini diturunkan kepada Jhon Dewey yang diterapkan dalam pendidikan.<sup>17</sup>

Pragmatisme berpandangan bahwa substansi kebenaran adalah jika segala sesuatu memiliki fungsi dan manfaat bagi kehidupan. Misalnya, beragama sebagai kebenaran, jika agama memberikan kebahagiaan. Kaitannya dengan aliran fungsional dalam psikologi adalah karena pragmatisme merupakan salah

---

<sup>16</sup>Freemen S Frank. *Theory and Practice of Psychological Testing*. (New York: Henry-Holt and Company, 1950), 27-28

<sup>17</sup>Ahmad Tafsir. *Filsafat Umum Akal dan Hati Sejak Thales sampai Capra*. (Bandung: Rosda, 2006), 191, lihat juga Abu Ahmadi. *Psikologi Umum*. (Jakarta: PT. Rineka Citra, 2009), 48

satu pendekatan dalam psikologi yang beraliran fungsionalisme, yang tokohnya adalah W. James dan J. Dewey. J Dewey adalah seorang penganut pragmatisme yang memperdalam pandangan W. James. Sebagai pengikut pragmatisme, J. Dewey menyatakan, pengalaman harus diolah melalui pendekatan yang realistik. bukan dengan sangkaan mistik maupun metafisik. Nilai kegunaan praktis dari pengalaman adalah tujuan dari setiap pengalaman itu sendiri. Oleh sebab itu, semakin pandai mengolah dan merekayasa pengalaman, semakin banyak faedahnya bagi manusia.<sup>18</sup>

Menurutnya, tak ada sesuatu yang tetap. Manusia senantiasa bergerak dan berubah. Jika mengalami kesulitan, segera berpikir untuk mengatasi kesulitan itu. Oleh karena itu, berpikir tidak lain sebagai alat (instrumen) untuk bertindak. Kebenaran dari pengertian dapat ditinjau dari berhasil- tidaknya memengaruhi kenyataan. Satu-satunya cara yang dapat dipercaya untuk mengatur pengalaman dan untuk mengetahui arti yang sebenarnya adalah metode induktif. Metode ini tidak hanya berlaku bagi ilmu pengetahuan fisika, melainkan juga bagi persoalan-persoalan sosial dan moral. Kenyataan dari mentalitas manusia berada pada tindakannya yang nyata, bukan pada pikiran atau mind atau akal budinya. Kenyataan tindakan dapat diteliti secara objektif dan kegunaannya telah diterima dengan pasti. Dengan demikian, bagi Dewey, tindakan nyata merupakan realitas yang sebenar-benarnya dari mentalitas kemanusiaan.<sup>19</sup>

Pendekatan fungsional ini lebih menekankan pada tujuan dan fungsi dari pengalaman mental untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar. Fungsionalisme adalah suatu tendensi dalam psikologi yang menyatakan bahwa pikiran, proses, mental, persepsi indrawi dan emosi adalah adaptasi organisme biologis. Pendekatan ini dilakukan untuk mempelajari bagaimana agama dapat berpengaruh pada tingkah laku individu di dalam kehidupannya. Norma-norma yang sudah diatur dalam agama, akan menjadi suatu kewajiban yang harus dilaksanakan, sehingga akan tercermin dari perilakunya.

---

<sup>18</sup>Collins Marry and James Drever. *Experimental Psychology*. (London: Methuen & Co. Ltd, 1952), 45-49

<sup>19</sup> Collins Marry and James Drever. *Experimental Psychology*,52



### 3. Pendekatan Psikoanalisis

Psikoanalisis pertama kali digunakan Sigmund Freud yang merupakan sebuah pendekatan untuk menjelaskan tentang pengaruh agama di dalam kepribadian seseorang dan hubungannya dengan beberapa penyakit jiwa.

Dalam struktur kepribadian yang dikembangkan Freud jika dikomparasi secara psikologi Islam seperti yang diungkapkan Imam Ghazali, yaitu nafsu, akal, dan kalbu. Nafsu diakumulasikan sebagai dorongan untuk bertindak yang sudah diintegrasikan melalui olah akal, sentuhan rohani dengan berlandaskan agama dan moral. Pada pendekatan ini sepakat dengan pemahaman psikoanalisis bahwa manusia mempunyai potensi dalam dirinya untuk diaktualisasikan.

Penggunaan pendekatan psikoanalisis penting dalam pendekatan psikologi dalam studi Islam karena pada pendekatan ini dilakukan untuk menjelaskan tentang pengaruh agama dalam kepribadian seseorang dan hubungannya dengan penyakit-penyakit jiwa.<sup>20</sup>

Pemikiran Freud tidak bisa dilepas dari dua tokoh pemikir, yaitu Breuer, seorang psikiater terkenal di Wina dan Charcot, dokter saraf terkenal di Perancis. Bersama-sama dengan Breuer, Freud menangani pasien-pasien dengan gangguan histeria yang menjadi bahan bagi tulisannya, *Studies in Hysteria*. Dari Charcot, ia banyak belajar mengenai teknik hipnosis dalam menangani pasien histeria karena Charcot mengembangkan teknik hipnose. Kelak, Freud meninggalkan teknik hipnosis ini karena sulit diterapkan dan mengembangkan teknik menggali ketidaksadaran lewat kesadaran, seperti *free association*. Dengan mengembangkan teknik ini, Freud lebih percaya bahwa hal-hal di dalam ketidaksadaran bukan dilupakan (seperti teori Charcot), tetapi di-*repres*.<sup>21</sup>

Menurut Freud, pengobatan yang tepat bagi manusia yang terganggu kejiwaannya karena sistem saraf yang rapuh atau penyakit neurotis adalah dengan metode psikoanalisis yang bertitik tolak dari pandangan bahwa Uriver utama bagi kebangkitan kembali sistem saraf adalah dorongan cksualitas

<sup>20</sup> Collins Marry and James Drever. *Experimental Psychology*. 81

<sup>21</sup> Roslenny Marliany, *Psikologi Umum*. (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2014), 125

manusia. Kebutuhan seksual merupakan prioritas utama yang menjadi motor penggerak dan akan mengembalikan pasien pada posisi semula. Pengobatan dengan pendekatan psikoanalisis harus dilakukan dalam keadaan pasien sedang sadar, karena kesadaran membangkitkan kinerja saraf, sehingga ikut membantu bangkitnya pengalaman traumatik dan mengorganisasikan sistem sarafnya secara sempurna.<sup>22</sup>

Alam bawah sadar atau alam tidak sadar bagi S.Freud merupakan penggerak utama munculnya perilaku yang berbentuk mind atau pikiran maupun yang fisik. Artinya, semua perilaku manusia, baik yang tampak maupun yang tersembunyi, yang biologis maupun kejiwaan, didorong oleh energi alam bawah sadar. Energi alam bawah sadar ditarik oleh rangsangan-rangsangan eksternal dan diakses dalam bentuk perilaku yang konkret maupun yang abstrak. Manusia menikmati keadaan alam tidak mental yang disadari atau tidak menciptakan bentuk tindakan. Alam tidak sadar (*unconscious*) menyimpan struktur mental kepribadian manusia yang diibaratkan sebagai struktur bangunan gunung es yang utuh dan kokoh.<sup>23</sup>

Menurutnya, bahwa ketidaksadaran sendiri tidak dapat diteliti melalui eksperimen di laboratorium maupun dianalisis dengan pendekatan introspeksi. Oleh karenanya, manusia memiliki kebebasan mengekspresikan kehendaknya dalam bentuk tingkah laku maupun berpikir. Pembebasan tindakan memudahkan aliran psikoanalisis, melakukan penafsiran-penafsiran sebagai metode utama untuk mengetahui energi ketidaksadaran manusia. Dalam mengaplikasikan psikoanalisis, manusia dibiarkan berpikir dengan bebas dan diasosiasikan dengan berbagai keadaan yang abstrak sekalipun, sebagaimana mimpi-mimpi manusia yang senantiasa berada di alam bawah sadarnya. Karena ketidaksadaran merupakan hakikat mentalitas manusia, di dalamnya ada perang antara ya dan tidak, menerima atau menolak, mengerjakan atau meninggalkan. Gunung es itu lama kelamaan meletus dan menampakkan diri sebagai bayangan ketidaksadaran manusia. Sebagaimana seorang manusia yang dengan

---

<sup>22</sup>Sarwono W. Sarlito. *Berkenalan dengan Alliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*. (Jakarta: Bulan Bintang, 1978), 32, baca Juga Hilgart Ernest. *Introducyion to Psychology*. (New York: Harcourt. Brace and Company, 1957), 47

<sup>23</sup>Rosleny Marliany, *Psikologi Umum*. 125-126

ketidaksadarannya bertindak hendak mencuri, di dalam id-nya ia berkeinginan mencuri dengan alasan keadaannya aman, sedangkan dalam egonya, ia mengatakan, ia harus melihat sekeliling agar tidak ketahuan, dan superegonya menegur agar ia tidak melakukan pencurian, semua kondisi internal yang mentalitas dirinya itu yang disebut dengan ketidaksadaran.<sup>24</sup>

Ketidaksadaran sudah berlaku sejak manusia masih bayi. Oleh karena itu, Freud menyebutnya sebagai proses pemikiran pertama yang sepenuhnya dikendalikan oleh energi psikus sebagai semata-mata penikmat. Bayi memiliki *primary process thinking* melalui id-nya. Oleh karena itu, ia memiliki kemampuan memilih dengan alam tidak sadarnya. Seperti, ketika kemauan menyusui muncul maka ia akan mengisap jempolnya. Dengan mengisap jempol maka ia menemukan kepuasan atau kesenangannya. Hal itu terjadi apabila ibunya terlambat menyusui atau terlambat memberikan susu, dengan ketidaksadarannya, bayi sudah melalui proses berpikir pertama. Ketika usianya beranjak ke masa kanak-kanak dan dewasa ketidaksadarannya digantikan dengan egonya yang berisi kaidah dan nilai-nilai moral yang dicernanya dari faktor eksternal di luar dirinya. Pada masa ini, Freud menyebutnya sebagai tahap *secondary process thinking*. Pada masa ini, ego menciptakan tindakan ya atau tidak, setuju atau tidak terhadap tindakannya sendiri. Munculnya keingintahuan anak-anak adalah karena fungsi egonya yang bereaksi terhadap diri dengan pengaruh lingkungannya. Sebagai contoh, seorang anak diberi makanan oleh orangtuanya, lalu makanannya disisakan karena berniat memberi kakaknya yang belum mendapatkan bagian.<sup>25</sup>

Dengan demikian, ego mengalami perkembangan sesuai dengan perkembangan usia manusia. Kedewasaan manusia tidak berarti berada pada kesadarannya, karena secara alamiah, masa-masa itu berjalan dengan sendirinya atas dasar ketidaksadaran atau kesadarannya. Baik id maupun ego dapat bergantian posisi keberadaannya pada manusia dewasa atau yang lebih tua.

---

<sup>24</sup>Hilgart Ernest. *Introducyion to Psychology*. (New York: Harcourt. Brace and Company, 1957), 49 Baca Juga, H.E . Garret. *General Psychology*. (New Delhi. Eurasia Publishing House Ltd. 1961), 29

<sup>25</sup>Rosleny Marliany, *Psikologi Umum*. 125-126

Berbagai pengalaman dan pengaruh lingkungan ikut menentukan bertambahnya energi ego manusia, sehingga kaidah dan nilai-nilai tentang kebenaran dipersepsi sedemikian rupa. Oleh karena itu, baik atau buruk hanyalah masalah memersepsi sebagai bagian ketidaksadaran maupun kesadaran manusia. Perkembangan pada usia kanak-kanak, dewasa, dan bertambahnya usia muncul kecenderungan untuk mempertajam kecerdasannya, baik kecerdasan intelektualitasnya, kecerdasan emosionalitas maupun kecerdasan Spiritualnya. Kecerdasan intelektual atau yang disebut dengan IQ (*intelligence quotient*) memacu otak kiri manusia dalam memikirkan segala hal yang verbalistik, logis dan rasional, tetapi perlu diperkuat oleh kecerdasan emosi manusia atau yang disebut dengan EQ (*emotional quotient*).<sup>26</sup> Dengan demikian, rasio tidak mematikan kesadaran mental dan rasa terhadap diri dan lingkungan sekitarnya. Eksistennya emosi tanpa rasio memunculkan kebodohan dan kelambanan mengambil keputusan. Sebaliknya eksistensi rasio tanpa emosi menciptakan dehumanisasi, manusia tanpa jiwa. Rasio dan emosi sepantasnya bersatu dan dikuatkan oleh kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual eksistensinya "selalu" berada pada tataran abstrak yang metafisik dan supranatural, tetapi menciptakan energi yang sangat kuat dalam membangkitkan rasio dan emosi ke dalam tingkah laku konkret dan simpel.<sup>27</sup>

### C. Sejarah dan Perkembangan Pendekatan Psikologi dalam Studi Islam

Sejarah psikologi Islam berawal dari sejarah manusia itu sendiri. Hanya pada masa itu belum dinamai psikologi, walaupun pada prakteknya telah nampak nilai-nilai psikologis. Psikologi saat itu hanya masuk dalam piranti etika dan filsafat. Pertumpahan darah yang pertama dalam sejarah kehidupan manusia karena dorongan nafsu ghadhab (amarah) dan kecemburuan yang berlebihan dari gejala jiwa tak terkendali adalah realita tak terbantahkan dari perilaku psikologis umat manusia yang dapat dipahami dari cerita Qobil dan Habil. Kisah ini menjelaskan tentang motivasi psikologis yang menyimpang atau cemburu yang berlebihan dan pengaruhnya terhadap perilaku manusia.

---

<sup>26</sup> H.E . Garret. *General Psychology*. 36

<sup>27</sup> Hilgart Ernest. *Introducyion to Psychology*. 52

Perkembangan Psikologi dunia Islam terjadi pada pertengahan abad 9 M para sarjana Islam melakukan kajian–kajian tentang psikologi yang diilhami oleh ide-ide yang termuat dalam al-Quran. Tokoh-tokoh seperti al-Qindy, al-Farabi, Ibnu Sina, Ibnu Maskawih, al-Raziy, kelompok Ikhwan al-Shafa, Ibnu Thufail, Ibnu Majah dan Ibnu Rusyd yang mengusung aliran psikologi dengan pendekatan falsafi. Sederetan tokoh tersebut sebenarnya lebih populer sebagai seorang filosof dari pada seorang psikolog. Namun mereka juga pantas dikategorikan sebagai psikologi falsafi. Hal ini didasarkan atas pemikiran bahwa masa itu belum ada pemisahan antara disiplin ilmu, disamping bahwa konsep-konsep mereka banyak berkaitan dengan diskursus psikologi, seperti konsep tentang jiwa (*al-nafs* atau *al-rub*). Ciri utama kelompok ini adalah sangat mengutamakan peran struktur *al-'aql* yang puncaknya mampu memperoleh limpahan pengetahuan dari Allah melalui *'aql fa'al*, Padahal, sebenarnya tulisan Muhammad Ishaq ibn Yasar sudah muncul di abad ke-7 Masehi berjudul *al-Siyar wa al Maghazi* memuat berbagai fragmen dari biografi Nabi Muhammad SAW.<sup>28</sup> ataupun *Risalah Hayy Ibn Yaqzan fi Asrar al-Hikmat al-Masyriyyat* yang ditulis oleh Abu Bakr Muhammad ibn Abd Al-Malin ibn Tufail (1106-1185 M.) juga memuat masalah yang erat kaitannya dengan materi psikologi agama.

Kembali pada Al Qindy (185-260 H/ 801-873M) misalnya, dipandang sebagai filosof muslim pertama yang membahas tentang psikologi mengenai “Tidur dan Mimpi”. Dalam filsafat pertama membahas tentang berbagai fungsi jiwa, dan cara kerja pikiran manusia. Ibnu Sina (370-428 H / 980-1037 M) seorang filosof dan ahli kedokteran yang banyak memberikan sumbangan terhadap Psikologi Islam. Dalam bukunya yang termashur *al Syifa* membahas tentang jiwa, eksistensinya hubungan jasmani rohani, sensasi, persepsi, dan aspek-aspek terkait lainnya. Dia membedakan antara persepsi internal dan persepsi eksternal. Dia juga menjelaskan beberapa emosi manusia yang tidak dimiliki binatang, seperti heran, senyum, tangis, dan sebagainya. Disamping itu dia juga menerangkan beberapa penyakit *somatik*.

---

<sup>28</sup>Harun Nasution. *Ensiklopedi Islam Indonesia*. (Jakarta: Djambatan, 174), 361

Menurut Abdul Hamid al Hasyimi, seorang profesor psikologi di Raja Abdul Aziz sebagaimana dikutip oleh Dr. Ma'mun Mu'min menyatakan orang pertama yang menamai cabang ilmu yang mengkaji jiwa dan *behavior* atau perilaku manusia adalah Al-Ghazali. Dalam kitabnya "Ihya 'Ulumuddin" banyak membahas tentang jiwa dan perilaku manusia, membagi struktur kerohanian manusia dalam empat dimensi, yaitu hati (*qolbu*), ruh, (*al-ruh*), akal, (*al-aql*), dan nafsu (*an-nafs*). Menurutnyanya keempat unsur itu masing-masing memiliki dua arti yaitu arti jasmaniyah dan arti ruhaniyah.<sup>29</sup>

Dari sini, ilmu jiwa mulai mengumpulkan bahan-bahan yang telah dikemukakan oleh para tokoh yang sesuai dengan kapasitas keilmuannya, ditambah dengan penelitian riwayat hidup dan hasil karya ahli-ahli tasawuf dan para ulama terkenal, termasuk juga hasil-hasil penelitian ahli sosiologi yang dapat menerangkan segi-segi sosial dalam agama, meskipun tak menyinggung kehidupan beragama secara individu, sebab ini merupakan tugas ilmu jiwa agama.

#### **D. Problematika Pendekatan Psikologi dalam Studi Islam**

Teori-teori psikologi kontemporer banyak dikembangkan di Negara-negara Barat yang mayoritas penduduknya adalah non-muslim. Teori ini yang kemudian diadopsi ke dalam psikologi agama yang digunakan dalam mengkaji studi Islam yang dapat dimungkinkan untuk menampilkan Islam secara parsial atau tidak utuh. Karena titik berangkatnya pembahasan ini adalah konsep psikologi, sehingga sering kali membuat kita terjebak, yaitu memandang persoalan lebih dari pemahaman terhadap psikologi daripada tentang Islam sendiri. Oleh karena itu setiap kali menggunakan pendekatan psikologi yang tentu saja berasal dari teori Barat, seyogyanya selalu dikembalikan kepada Al- Quran dan Hadist, jangan sampai kemudian teori-teori dan pendekatan psikologi justru bertentangan dengan umat Islam.

Kelemahan lain yang akan timbul adalah pendekatan ini bersifat asumptif dan individualis, sehingga tidak komprehensif. Pendekatan ini hanya berbicara kelakuan para pemeluk agama yang belum tentu mencerminkan agama Islam itu sendiri yang terkadang bisa menyebabkan orang lain salah dalam menilai Islam.

---

<sup>29</sup> Jalaluddin. *Psikologi Agama*, 76-77

Misalnya sering kali orang muslim melanggar aturan lalu lintas, atau aturan lain yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, bisa jadi hal ini menyebabkan penilaian orang lain terhadap Islam akan berdampak negatif.

Setiap pendekatan mempunyai manfaat dan problematika, termasuk dengan pendekatan psikologi. Melalui pendekatan psikologi ini dapat memberikan penjelasan secara ilmiah terhadap berbagai persoalan keagamaan seseorang yang meliputi sikap dan tingkah laku lahir (sikap dan tindakan serta cara bereaksi) serta sikap dan tingkah laku batin (cara berfikir, merasa atau sikap emosi). Jadi pendekatan psikologi ini banyak digunakan sebagai alat untuk menjelaskan sikap keberagaman seseorang.<sup>30</sup> Misalnya dalam kaitannya dengan problematika kehidupan moral keagamaan, pengaruh stimulus yang relevan adalah segala bentuk objek yang berhubungan dengan keagamaan. Misalnya saja di dalam suatu masyarakat muncul aliran-aliran keagamaan tertentu yang berbeda dengan tradisi keagamaan yang berjalan. Kehadiran aliran tersebut kemudian menarik perhatian, sehingga banyak orang yang terdorong untuk mengetahuinya lebih jauh. Hasil dari proses itu kemungkinan dapat memberi pengertian baru bagi mereka yang terlibat. Apabila di antara yang ikut terlibat mempelajari aliran tersebut merasakan ada manfaat bagi dirinya, mereka akan menerimanya, sedangkan bagi yang menganggapnya tak bermanfaat akan menolaknya. Kelompok pertama biasanya akan melangkah ke tingkat penerimaan sehingga akan terjadi perubahan pada diri mereka dalam menyikapi aliran baru yang mereka terima. Dilihat dari sudut tradisi keagamaan yang berlaku, sikap mereka dapat dikelompokkan sebagai sikap keagamaan yang menyimpang.<sup>31</sup>

#### **E. Refleksi Studi Islam dengan Pendekatan Psikologi**

Pendekatan psikologi dalam studi Islam menawarkan wawasan mendalam tentang bagaimana praktik keagamaan dan keyakinan spiritual memengaruhi perilaku individu serta kesejahteraan psikologis mereka. Salah satu contoh utama adalah bagaimana membaca dan memahami Al-Quran dapat memberikan dampak positif yang signifikan. Ketika seseorang mendalami makna Al-Quran, mereka sering kali mengalami perubahan perilaku yang lebih baik,

---

<sup>30</sup>Jalaluddin. *Psikologi Agama*, 83

<sup>31</sup>Bambang Syamsul Arifin. *Psikologi Agama*. (Bandung: Pustaka Setia, 2008), 225-227

merasakan ketenangan hati, dan memperoleh kedamaian batin. Ketenangan ini dapat berfungsi sebagai obat bagi keresahan dan kegelisahan yang mungkin mereka rasakan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, pemahaman mendalam terhadap ancaman dan janji Allah yang terkandung dalam Al-Quran dapat menimbulkan rasa takut dan hormat yang mendorong individu untuk menjauhi perilaku buruk. Ketakutan terhadap hukuman Allah dan harapan akan pahala-Nya menjadi motivasi kuat bagi seseorang untuk tetap teguh dalam ketaatan dan menjalankan perintah agama. Dengan demikian, praktik keagamaan tidak hanya berfungsi sebagai rutinitas spiritual, tetapi juga sebagai alat psikologis yang efektif untuk membentuk dan memperbaiki perilaku.

Tradisi keagamaan juga memainkan peran penting dalam memperkuat hubungan sosial. Melalui kegiatan keagamaan, individu diberi kesempatan untuk berinteraksi dan bersosialisasi dengan anggota masyarakat lainnya. Ini menciptakan jaringan sosial yang kuat dan mendukung, yang pada gilirannya memperkuat identitas dan solidaritas keagamaan. Hubungan ini tidak hanya terjadi antarindividu, tetapi juga dengan institusi keagamaan dan benda-benda sakral yang mendukung praktik keagamaan tersebut. Misalnya, kehadiran masjid, pusat studi Islam, dan lembaga keagamaan lainnya menjadi pusat penting dalam kehidupan spiritual dan sosial seorang Muslim.

Namun, pengaruh dari ritual dan tradisi keagamaan ini dapat berbeda-beda pada setiap individu, tergantung pada berbagai faktor. Dua faktor utama yang memengaruhi perbedaan ini adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup aspek-aspek seperti kepribadian, keyakinan, motivasi, dan tingkat spiritualitas individu. Seseorang dengan kepribadian yang lebih reseptif terhadap nilai-nilai keagamaan cenderung lebih mudah terpengaruh secara positif oleh praktik keagamaan.

Faktor eksternal mencakup lingkungan sosial dan fisik tempat seseorang tinggal. Lingkungan yang mendukung dan religius dapat memberikan pengaruh positif yang mendorong individu untuk lebih rajin dan konsisten dalam menjalankan ajaran agama. Misalnya, tinggal di lingkungan yang banyak terdapat komunitas keagamaan aktif, masjid yang sering mengadakan kegiatan, dan



dukungan dari keluarga dan teman-teman yang religius dapat memperkuat semangat dan komitmen seseorang terhadap agama. Sebaliknya, lingkungan yang kurang mendukung atau bahkan negatif terhadap praktik keagamaan dapat mengurangi semangat dan motivasi seseorang dalam beribadah dan menjalankan ajaran agama.

Secara keseluruhan, pendekatan psikologi dalam studi Islam menggarisbawahi pentingnya memahami interaksi yang kompleks antara keyakinan pribadi, praktik keagamaan, dan lingkungan sosial dalam membentuk perilaku dan kesejahteraan psikologis individu. Ini menunjukkan bahwa agama tidak hanya mempengaruhi aspek spiritual, tetapi juga memiliki dampak yang mendalam pada aspek psikologis dan sosial kehidupan seseorang. Dengan demikian, memahami dinamika ini dapat membantu dalam mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan spiritual dan psikologis umat Muslim.

## **F. Penutup**

Pendekatan psikologi dalam studi Islam memiliki ruang lingkup yang meliputi beragam emosi dalam kehidupan beragama seseorang, perasaan dan pengalaman individu terhadap Allah SWT., penghayatan terhadap ayat-ayat suci, sikap dan tingkah laku dalam kehidupan seseorang terhadap kepercayaan agamanya. Termasuk pola perumusan psikologi yang berdasar pada Al-Quran dan Hadist, khasanah keislaman dan Islam dijadikan tolak ukur analisis bagi pengkajian psikologi dan sebaliknya psikologi dijadikan tolak ukur analisis dalam memecahkan persoalan psikologi umat Islam. Realitas menunjukkan bahwa manusia adalah makhluk beragama. Namun, keberagamaan tersebut memerlukan suatu kesiapan mental dan kesiapan mental memerlukan adanya bimbingan secara langsung, agar dapat tumbuh dan berkembang secara benar, konsisten hingga *sustain*.

## G. Daftar Pustaka

- Abdullah, M. Yatimin. *Studi Islam Kontemporer*. Bandung: Amzah, 2006.
- Abu Ahmadi. *Psikologi Umum*. Jakarta: PT. Rineka Citra, 2009.
- Ahmad Fauzi. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia, 2008.
- Allport, Gordon W. *The Individual and His Religion*. (New York: The Macmillan Company, 1967.
- Arifin, Muhammad. *Ilmu Pendidikan Islam Tinjauan Teoritis dan Praktis Berdasarkan Pendekatan Interdisipliner*. Jakarta : PT Bumi Aksara. 2008.
- Bambang Syamsul Arifin. *Psikologi Agama*. Bandung: Pustaka Setia, 2008.
- Darajat, Zakiyah. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang, 2005.
- Ernest, Hilgart. *Introducyion to Psychology*. New York: Harcourt. Brace and Company, 1957.
- Fauzi, Ahmad. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia, 2008.
- Fauzi, Muhammad, and Moh Samsul Arifin. "*Pendidikan Karakter dalam Periodisasi Sejarah Pendidikan Islam*." *Al-Ibrah: Jurnal Pendidikan dan Keilmuan Islam* 7.1, 2022
- Freemen S Frank. *Theory and Practice of Psychological Testing*. New York: Henry-Holt and Company, 1950.
- Garret, H.E. *General Psychology*. New Delhi. Eurasia Publishing House Ltd. 1961.
- Jalaludin. *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010.
- Ma'mun, Mu'min. *Pendekatan Studi Ijlsam (Suatu Tinjauan Lingkup Perspektif dan Orientasi)*. Yogyakarta: Idea Press, 2015.
- Marliany, Rosleny. *Psikologi Umum*. Bandung: CV. Pustaka Setia, 2014.
- Marry, Collins and James Drever. *Experimental Psychology*. London: Methuen & Co. Ltd, 1952.
- Nasution, Harun. *Ensiklopedi Islam Indonesia*. Jakarta: Djambatan, 1973.
- Rozali. *Metodologi Studi Islam*. Depok: PT. Rajawali Buana Pusaka, 2020.
- Saleh, Abdul Rahman & Wahab, Muhib Abdul. *Psikologi Suatu Pengantar, Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Prenada Media. 2005.
- Sarlito, Sarwono W. *Berkenalan dengan Alliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang, 1978.

Tafsir, Ahmad. *Filsafat Umum Akal dan Hati Sejak Thales sampai Capra*. Bandung: Rosda, 2006

Yatimin, Abdullah, M. *Studi Islam Kontemporer*. Bandung: Amzah, 2006.

Zakiyah Darajat. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang, 2005.