

PENDEKATAN PSIKOLOGI DALAM STUDI ISLAM

Oleh : Indri Mawardiyanti, S.PdI

A. KEBUTUHAN MANUSIA TERHADAP AGAMA

Secara naluriah manusia menyakini bahwa terdapat kekuatan dalam dunia diluar dirinya, terbukti tatkala manusia dalam keadaan terdesak atau tertimpa musibah ia mengeluh dan meminta pertolongan kepada sesuatu agar dapat membebaskan dirinya dari keadaan tersebut. Naluri ini membuktikan bahwa manusia memerlukan agama sebagai sarana pemberi petunjuk mengenai berbagai kehidupan manusia, serta pengatur hubungan antara manusia dengan Tuhan dan sesamanya. Kebutuhan manusia akan agama disebabkan oleh prinsip dasar kebutuhan manusia. Faktor-faktor yang menyebabkan manusia membutuhkan agama diantaranya.

a. Faktor Kondisi Manusia.

Manusia memiliki dua unsur yakni unsur jasmani dan rohani, untuk menumbuhkan kembangkan kedua unsur tersebut maka dibutuhkan keseimbangan antara keduanya. Unsur jasmani membutuhkan pemenuhan yang bersifat fisik, seperti makan-minum, berolahraga, bekerja-beristirahat. Unsur rohani membutuhkan pemenuhan yang bersifat psikis (mental), seperti pendidikan agama, budi pekerti, kepuasan, rasa sayang.

b. Faktor Status Manusia

Dibandingkan dengan makhluk yang lain manusia diciptakan dengan Allah secara sempurna baik jasmani maupun rohaninya. Manusia memiliki akal dan pikiran serta memiliki kata hati. Dengan akal manusia mengakui adanya Allah, dan ia menyadari bahwa Allah senantiasa mengawasi hambanya. Agama di butuhkan manusia untuk mengajarkannya bagaimana berhubungan dengan Allah, sesamanya dan kepada lingkungan.

c. Faktor Stuktur Dasar Kepribadian Manusia

Dalam teori psiko analisis Sigmund Freud, manusia memiliki tiga struktur kepribadian yakni: aspek biologis, aspek psikis, dan aspek sosiologis.

Selain itu manusia memiliki lima macam dorongan keinginan manusia untuk berbuat dan mewujudkan kehendaknya. Kelima dorongan tersebut meliputi: dorongan psikis, dorongan emosional, dorongan sosial, dorongan mental, dan dorongan tanggung jawab manusia.

B. PENDEKATAN PSIKOLOGI DALAM STUDI AGAMA

1. Pendekatan Psikologi

Psikologi berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu. Secara etimologi psikologi artinya ilmu yang mempelajari tentang jiwa, secara singkat psikologi disebut ilmu jiwa. Psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungannya dengan lingkungannya. Berikut ini pengertian psikologi menurut para ahli:

- a. Verbeek, menyebutkan bahwa psikologi adalah ilmu yang menyelidiki penghayatan dan perbuatan manusia ditinjau fungsinya bagi subyek.
- b. Bimo Walgito menjelaskan psikologi merupakan suatu ilmu yang menyelidiki serta mempelajari tentang tingkah laku serta aktifitas-aktivitas, di mana tingkah laku serta aktivitas tersebut merupakan manifestasi hidup kejiwaan.¹

Kajian psikologi yang secara khusus membahas tentang pengaruh agama terhadap tingkah laku manusia dibahas dalam 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 pengembangan usia masing-masing.²

Dalam studi agama, teori-teori psikologi digunakan untuk menjelaskan gejala-gejala lahiriyah orang beragama. Gejala-gejala kejiwaan yang berkaitan dengan agama contohnya sikap beriman dan bertakwa, orang yang berbuat baik, orang yang jujur dan sebagainya. Melalui teori-teori psikologi akan mudah diketahui tingkat keagamaan yang dihayati, dipahami dan diamalkan seseorang. Selain itu psikologi juga dapat digunakan sebagai alat untuk memasukan agama kedalam jiwa seseorang sesuai dengan tingkat usianya. Dengan demikian pendekatan psikologi dalam studi agama digunakan sebagai alat untuk menjelaskan gejala atau sikap keagamaan seseorang.³

2. Ruang Lingkup Kajian Psikologi Agama

Terdapat dua obyek utama yang menjadi kajian dalam psikologi agama yaitu kesadaran beragama (*religion consciousness*) dan pengalaman beragama (*religion experience*). Kesadaran beragama adalah aspek mental dari aktivitas agama dan merupakan bagian/ segi agama yang hadir atau terasa dalam pikiran serta dapat diuji melalui intropeksi. Sedangkan pengalaman beragama adalah unsur perasaan dalam kesadaran agama yang membawa kepada keyakinan dan

1Baharuddin. *Psikologi Agama dalam Prespektif Islam*. (Malang:UIN Malang Press. 2008) hal. 21-22

2Jalaluddin, *Psikologi Agama; Memahami Perilaku Kegamaan dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008) hal 15

3Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008) hal 51

terlibat dalam tindakan maupun alamiah nyata dalam kehidupan beragama.⁴ Dengan demikian psikologi agama tidak lagi membahas tentang pokok-pokok atau dasar ajaran sebuah agama tetapi lebih pada pengaruh agama terhadap tingkah laku dari orang-orang yang meyakini sebuah agama.

Secara rinci Zakiah Daradjat menyebutkan ruang lingkup yang menjadi lapangan kajian psikologi agama meliputi:

- a. Berbagai macam emosi yang menjalar di luar kesadaran yang ikut menyertai kehidupan beragama orang biasa (umum).
- b. Berbagai perasaan dan pengalaman seseorang secara individual terdapat Tuhannya.
- c. Mempelajari, meneliti dan menganalisis pengaruh kepercayaan akan adanya hidup sesudah mati pada tiap-tiap orang.
- d. Meneliti dan mempelajari kesadaran dan perasaan orang terhadap kepercayaannya yang berhubungan dengan surga dan neraka serta dosa dan pahala yang turut memberi pengaruh terhadap sikap dan tingkah lakunya dalam kehidupan.
- e. Meneliti dan mempelajari bagaimana pengaruh penghayatan seseorang terhadap ayat-ayat suci untuk kelegaan batinnya.⁵

3. Perkembangan Psikologi Agama

Pendekatan psikologi dalam studi agama sulit untuk mengetahui secara pasti kapan mulai kemunculannya. Meski demikian permasalahan dalam ruang lingkup psikologi sudah banyak dijumpai dalam kitab suci maupun sejarah agama walaupun tidak secara lengkap. Kajian psikologis dalam studi agama mulai populer pada akhir abad ke-19. Munculnya psikologi agama pada akhir abad ke-19 ini ditandai dengan munculnya beberapa penelitian tentang studi Agama diantaranya:

- a. J.H Leuba, dengan karyanya *A Study in the Psychology of Religion Phenomena* (1896)
- b. E.D Starbuck, dengan karyanya *The Psychology of Religion* (1899)
- c. William James, dengan karyanya *The Principles of Psychology* (1891) dan *The Varieties of Religious Experience* (1902)⁶

Pada abad ke-20 psikologi agama semakin berkembang dan menjadi lebih spesifik terbukti dari semakin banyaknya penelitian dan karya-karya psikologi agama yang ada pada masa itu, diantaranya sebagai berikut:

- a. Dame Julian yang mengkaji tentang wahyu dengan bukunya *Revelations of Divine Love* (1901)

⁴Baharuddin, *Op Cit.*, hal. 29

⁵*Ibid*, hal 16

⁶Peter Connolly, *Aneka pendekatan Studi Agama terj Imam Khairi*. (Jogjakarta: LKIS, 2011) hal. 196

- b. R. A. Nicholson yang khusus mempelajari aliran sufisme dalam Islam dengan bukunya *Studies in Islamic Mysticism* (1921)
- c. J.B Pratt, mengkaji tentang kesadaran beragama melalui bukunya *The Religious Consciousness* (1920)
- d. J.H Leuba dengan bukunya *The Psychology of Religious Myisticism* (1926)⁷

Sejalan dengan perkembangan kajian psikologi agama di barat, para penulis non-barat pun mulai menerbitkan buku-buku mereka, sebagai berikut:

- a. Isherwood dan Prabhavanada, menulis *The Song of God Baghavad Gita* (1947)
- b. Swami Madhavanada, menulis *Viveka Chumadami of Sankaracharya* (1952)
- c. Thana Nyanapanika, menulis *The Life of Sarpitta* (1966)
- d. Swami Ghananada, menulis *Sri Ramakrishna, His Unique Message* (1946)⁸

Di Timur, khususnya di wilayah kekuasaan Islam kajian tentang psikologi agama telah muncul jauh sebelum perkembangannya di dunia barat meski tidak secara khusus membahas tentang psikologi agama tetapi karya-karya yang ada terdapat pembahasan yang termasuk dalam pokok ruang lingkup kajian psikologi agama. Meski telah ada namun karya-karya tersebut tidak sampai dikembangkan menjadi disiplin ilmu tersendiri, salah satu penyebabnya adalah karya-karya tersebut lebih dikenal dalam bidang filsafat. Diantara karya-karya tersebut sebagai berikut:

- a. *Ilyah 'ulum al din dan al-Munqidz min al-Dhalal*, karya al-Ghazali (1059-1111)
- b. *Risalah Hayy ibn Yaqzan di Asrar al-Hikmah al-Masyriyyah*, karya Abu Bakr

Muhammad ibn Abd al-Malik ibn Tufail (11-06-1185).⁹

Perkembangan studi Islam dengan pendekatan psikologi terus berkembang dengan munculnya banyak buku-buku dengan topik psikologi dan sebagian lebih spesifik tentang kajian psikologi Islam, diantaranya:

- a. *Ruh al-Din al-Islamy* (Jiwa Agama Islam), karya Alif abd al-Fatah (1956)
- b. *Al-Shahih al-Nafsiyyah*, Karya Moustafa Fahmy (1963)¹⁰
- c. *Nahwu 'ilmun Nafs al-Islamy* (Menuju Psikologi Islam) karya Hasan Syarqawy (1976)
- d. *Tasawwuf an-Nafs* (Psikologi Tasawuf) karya Dr. 'Amir an-Najjar (1985)
- e. *Malamimih' ilmun nafs al-Islamy* (Keragaman Psikologi Islam), Karya Dr. Muhammad Mahir Mahmud Umar (1983)
- f. *Dirasat nafsiyyah Islamiyyah* (Kajian Ilmu Kejiwaan dalam Prespektif Islam), karya Dr. Syaid Abdul Hamid Mursa (1983)
- g. *Al-Islam wa qadhaya 'ilmun nafs il Hadits* (Islam dan Problematika Psikologi Modern) karya Dr. Nabil Muhammad Taufiq as Sam (1984)

⁷*Ibid*, hal. 201

⁸Jalaluddin, *Op Cit.*, hal 30

⁹*Ibid.*, hal 32

¹⁰*Ibid.*, hal 34

- h. *Ash-Shihhah an-Nafsiyyah fi Dhau'i al-Islam* wa 'ilmun Nafs (Kesehatan jiwa dalam prespektif Islam dan Psikologi) karya Dr. Muhammad 'Audah Muahammad dan Dr. Kamal Ibarahim Mursa (1986)
- i. *Min 'ilmu an Nafs al-Qurany* (Seklumit Ilmu Kejiwaan yang bersumber dari al-Qur'an) karya Dr. 'Adnan Syarif (1987)
- j. *Al-Qur'an wa 'ilmun Nafs* (al-Quran dan Ilmu Kejiwaan), *al-Hadits wa 'ilm Nafs* (Hadits dan Ilmu Kejiwaan) karya Dr. Muhammad Utsman Najati (1987)¹¹
Para ilmuan Indonesia yang melakukan kajian bidang Psikologi Agama di Indonesia:
- a. Prof. Dr. H. H. Aulia, menulis buku dengan judul *Agama dan Kesehatan Badan/ Jiwa* (1965)
- b. Prof. Dr. Zakia Daradjat, menulis buku dengan judul *Ilmu Jiwa Agama* (1970) dan *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (1970)
- c. KH. S.S Djam'an, menulis buku dengan judul *Islam dan Psikomotorik*, (1975)
- d. Dr. Nico Syukur Dister, menulis buku dengan judul *Pengantar Ilmu Jiwa Agama* (1982)
- e. Dr. Jalaluddin dan Dr. Rama yulis, menulis buku berjudul *Pengantar Ilmu Jiwa Agama* (1982)
- f. Prof. Dr. Hasan Langgulung menulis buku *Teori-Teori Kesehatan Mental* (1986)
- g. Drs. H. Abdul Aziz Ahyani, menulis buku berjudul *Psikologi Agama: Kepribadian Muslim Pancasila*
- h. Jalaluddin, menulis buku berjudul *Psikologi Agama* (1996)¹²

C. ALIRAN-ALIRAN DALAM PSIKOLOGI

1. Aliran Strukturalisme

Pada pertengahan abad ke-19, yaitu pada awal berdirinya psikologi sebagai satu disiplin ilmu yang mandiri, psikologi didominasi oleh gagasan serta usaha mempelajari elemen-elemen dasar dari kehidupan mental orang dewasa normal, melalui penelitian laboratorium dengan menggunakan metode introspeksi. Pada masa itu, tercatat satu aliran psikologi yang disebut psikologi strukturalisme. Tokoh psikologi strukturalisme ini adalah Wilhelm Wundt. Wundt dan pengikut-pengikutnya disebut strukturalis karena mereka berpendapat bahwa pengalaman mental yang kompleks itu sebenarnya adalah "struktur" yang terdiri atas keadaan-keadaan mental yang sederhana, seperti halnya persenyawaan-persenyawaan kimiawi yang tersusun dari unsur-unsur kimiawi. Mereka bekerja atas dasar premis bahwa bidang usaha psikologi itu, terutama, adalah menyelidiki "struktur" kesadaran dan mengembangkan hukum-hukum

¹¹ Muhammad Izzuddin Taufiq, *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam* terj Sari Narulita, (Jakarta: Gema Insani Press, 2006)

¹²Burhanuddin, *Op Cit.*, hal. 60

pembentukannya. Pendekatan mereka yang terutama ialah dengan analisis introspektif.

Seperti tercermin dalam namanya, aliran ini berpendapat bahwa untuk mempelajari gejala kejiwaan, kita harus mempelajari isi dan struktur kejiwaan. Kaum strukturalis, yang dipelopori oleh Wundt, menggunakan metode introspeksi atau mawas diri, yaitu orang yang menjalani percobaan diminta untuk menceritakan kembali pengalamannya atau perasaannya setelah ia melakukan suatu eksperimen. Misalnya, kepada orang percobaan ditunjukkan sebuah warna atau bentuk; setelah itu, ia diminta untuk mengatakan apakah bentuk itu indah atau tidak indah, menarik atau tidak menarik, dan sebagainya. Karena metode introspeksi ini, strukturalisme dapat juga disebut sebagai psikologi introspeksi (*introspective psychology*).

Ciri-ciri dari psikologi strukturalisme Wundt adalah penekanannya pada analisis atas proses kesadaran yang dipandang terdiri atas elemen-elemen dasar, serta usahanya menemukan hukum-hukum yang membawahi hubungan antarelemen kesadaran tersebut. Karena pandangannya yang elementalistik ini, psikologi strukturalisme disebut juga psikologi elementalisme. Selain dipandang terdiri atas elemen-elemen dasar, kesadaran, oleh Wundt dan oleh para ahli psikologi lainnya pada masa itu, dipandang sebagai aspek yang utama dari kehidupan mental. Segala sesuatu atau proses yang terjadi dalam diri manusia, selalu dianggap bersumber pada kesadaran.

2. Aliran Fungsionalisme

Fungsionalisme adalah suatu tendensi dalam psikologi yang menyatakan bahwa pikiran, proses mental, persepsi indrawi, dan emosi adalah adaptasi organisme biologis Drever (1988) menyebut fungsionalisme (*functional Psychology*) sebagai suatu jenis psikologi yang menggarisbawahi fungsi-fungsi dan bukan hanya fakta-fakta dari fenomena mental, atau berusaha menafsirkan fenomena mental dalam kaitan dengan peranan yang dimainkannya dalam kehidupan organisme itu, dan bukan menggambarkan atau menganalisis fakta-fakta pengalaman atau kelakuan; atau suatu psikologi yang mendekati masalah pokok dari sudut pandang yang dinamis, dan bukan dari sudut pandang statis.

3. Aliran Psikoanalisis

Tokoh yang melahirkan psikoanalisis adalah Sigmund Freud. Orlah banyak pihak, Frued dianggap banyak memberikan kontribusi pada perkembangan psikologi khususnya dalam hal mengembangkan konsep motivasi dari alam ketidak sadaran

dan mengarahkan fokus penelitian pada pengaruh pengalaman masa awal kehidupan atau masa anak terhadap perkembangan kepribadian selanjutnya sampai dewasa.

4. Aliran Psikologi Gestalt

Bagi aliran Gestalt, yang utama bukanlah elemen, tetapi keseluruhan. Kesadaran dan jiwa manusia tidak mungkin dianalisis ke dalam elemen-elemen. Gejala kejiwaan harus dipelajari sebagai suatu keseluruhan atau totalitas. Keseluruhan, dalam pandangan aliran Gestalt, lebih dari sekadar penjumlahan unsur-unsurnya. Keseluruhan itu lebih dahulu ditanggapi dari bagian-bagiannya, dan bagian-bagian itu harus memperoleh makna dalam keseluruhan.

5. Aliran Behaviorisme

Behaviorisme adalah sebuah aliran dalam psikologi yang didirikan oleh John B. Watson pada tahun 1913 dan digerakkan oleh Burrhus Frederic Skinner. Sama halnya dengan psikoanalisis, behaviorisme juga merupakan aliran yang revolusioner, kuat dan berpengaruh, serta memiliki akar sejarah yang cukup dalam.

Skinner berpendapat, kepribadian terutama adalah hasil dari sejarah penguatan pribadi individu (individual's personal history of reinforcement). Meskipun pembawaan genetis (genetic endowment) turut berperan, kekuatan-kekuatan sangat menentukan perilaku khusus yang terbentuk dan dipertahankan, serta merupakan khas bagi individu yang bersangkutan. Skinner tidak tertarik dengan variabel struktural dari kepribadian. Menurutnya, orang mungkin berilusi dalam menjelaskan dan meramalkan perilaku berdasarkan faktor-faktor dalam kepribadian, tetapi ia dapat mengubah perilaku dan mengendalikannya hanya dengan mengubah ciri-ciri lingkungan.

6. Aliran Psikologi Kognitif

Psikologi kognitif adalah pendekatan psikologi yang memusatkan perhatian pada cara kita merasakan, mengolah, menyimpan, dan merespons informasi. Secara umum, proses-proses kognitif dapat dibagi menjadi lima bidang studi: persepsi (perception), perhatian (attention), ingatan (memory), bahasa (language), dan berpikir (thinking). Persepsi adalah memasukkan dan menganalisa informasi dari dunia luar. Proses perhatian memungkinkan kita berkonsentrasi pada satu sumber informasi atau lebih dan tetap mempertahankan konsentrasi tersebut. Ingatan adalah simpanan informasi tentang fakta, kejadian, dan keterampilan. Bahasa meliputi penggunaan lambang-lambang sebagai alat komunikasi dan berpikir. Agak sulit untuk mendefinisikan berpikir, tetapi Groome et al. (1999)

menyatakan, berpikir meliputi 'beragam aktivitas mental seperti memikirkan gagasan, mendapatkan ide-ide baru, membuat teori, memperdebatkan sesuatu, membuat keputusan, dan memecahkan masalah.

7. Aliran Humanistik

Psikologi humanistik berkembang sebagai pemberontakan terhadap yang dianggap sebagian ahli psikologi sebagai keterbatasan psikologi perilaku dan psikodinamika. Pada 1930-an dan 1940-an, para ahli teori perilaku membatasi semua tingkah laku manusia menjadi serangkaian respons yang dikondisikan, sementara ahli teori psikodinamika selalu memikirkan teori-teori kompleks mengenai pikiran bawah sadar. Aliran humanistik bertujuan memulihkan keseimbangan dalam psikologi dengan berfokus pada kebutuhan-kebutuhan manusia dan pengalaman manusia biasa lewat sesedikit mungkin teori. Tokoh yang paling berpengaruh, yaitu Carl Rogers dan Abraham Maslow.

Tujuan psikologi humanistik adalah membantu manusia memutuskan apa yang dikehendaknya dan membantu memenuhi potensinya. Artinya, praktek humanistik dalam terapi, pendidikan atau di tempat kerja, selalu dipusatkan untuk menciptakan kondisi-kondisi agar manusia dapat menentukan pikiran dan mengikuti tujuannya sendiri.

D. REVIEW BUKU

Judul Buku	: Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam
Judul Asli	: At-Ta'shil al-Islami lil Dirasaat an-Nafsiyah
Pengarang	: Muhammad Izzuddin Taufiq
Penterjemah	: Sari Nurulita, Lc. Dkk
Penerbit	: Gema Insani Press
Tahun terbit	: 2006
Jumlah halaman	: 732

Buku ini merupakan hasil desertasi ilmiah doktoral yang ditulis oleh Muhammad Izzuddin Taufiq dari Fakultas Sastra Universitas Maroko. Buku ini terdiri dari 3 bab pembahasan. Pada bab I dibahas tentang Psikologi dan definisinya menurut Ilmu Syariah (Rekontruksi Syar'i). Pada bab ini dijelaskan tentang perkembangan kajian psikologi di lingkungan Islam, sikap al-Quran dan sunnah, Ushul fiqh dan Pemikir Islam terhadap rekontruksi Islam dalam kajian Psikologi. Pada bab II, membahas tentang Psikologi Islam sebagai ilmu, melingkupi definisi manusia, psikologi teoritis dan praktis. Pada bab III dibahas tentang rekontruksi sejarah kajian psikologi dimasa klasik.

Buku ini secara umum menjelaskan tentang pandangan Islam terhadap perkembangan ilmu Psikologi serta mengupas dasar-dasar pengembangan kajian psikologi dalam Islam. Tidak hanya itu penulis juga memkomparasikan tentang konsep-konsep psikologi barat dengan psikologi Islam.

DAFTAR REFERENSI

- Nurhakim, Moh. 2014. *Metodologi Studi Islam*. Malang: UMM Press
- Nata, Abuddin. 2008. *Metodologi Studi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo
- Connolly, Peter. 2011. *Aneka pendekatan Studi Agama terj Imam Khairi*. Jogjakarta: LKIS
- Baharuddin. 2008. *Psikologi Agama dalam Prespektif Islam*. Malang: UIN Malang Press.
- Taufiq, Muhammad Izzuddin. 2006. *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam terj Sari Narulita*. Jakarta: Gema Insani Press
- Abdullah, Yatimin. 2006. *Studi Islam Kontemporer*. Jakarta: Amzah
- Ancok, Dhamaluddin dan Fuat Nashori Suroso. 1994. *Psikologi Islam; Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Shaleh, Abdul Rahman. 2004. *Psikologi ; Suatu Pengantar dalam Prespektif Islam*. Jakarta: Kencana