

BAB I

PSIKOLOGI AGAMA SEBAGAI DISIPLIN ILMU

A. PENGERTIAN PSIKOLOGI AGAMA

Psikologi Agama terdiri dari dua kata Psikologi dan Agama. *Psyche* artinya jiwa *logos* artinya ilmu. Secara bahasa psikologi agama diartikan Ilmu Jiwa Agama. Menurut Bruno (1987) dalam Syah (1996: 8) membagi pengertian psikologi menjadi tiga bagian yang pada prinsipnya saling berkaitan

1. Psikologi adalah studi mengenai Ruh
2. Psikologi adalah ilmu pengetahuan mengenai kehidupan mental.
3. Psikologi adalah ilmu pengetahuan mengenai perilaku organisme.

Sarwono (1976) juga mengemukakan beberapa definisi psikologi.

1. Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan.
2. psikologi adalah studi yang mempelajari hakikat manusia.
3. psikologi adalah ilmu yang mempelajari respon yang diberikan oleh makhluk hidup terhadap lingkungannya.

Sujito (1985) menyatakan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari atau menyelidiki pernyataan-pernyataan jiwa.

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat dirumuskan bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku individu (manusia) dalam interaksi dengan lingkungannya. Psikologi secara umum mempelajari gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan pikiran (*cognisi*), perasaan (*emotion*) dan kehendak (*conasi*). Psikologi secara umum dapat diartikan sebagai ilmu yang mempelajari

gejala jiwa manusia yang normal, dewasa, dan beradab (Jalaluddin, 1998: 77)

Menurut Robert H. Thouless Psikologi sekarang dipergunakan secara umum untuk ilmu tentang tingkah laku dan pengalaman manusia. Definisi psikologi secara umum yaitu meneliti dan mempelajari kejiwaan yang ada di belakangnya, karena jiwa bersifat abstrak.

Agama berasal dari bahasa Sanskerta *a* artinya tidak dan *gama* artinya kacau. Agama artinya tidak kacau atau adanya keteraturan dan peraturan untuk mencapai arah atau tujuan tertentu. Dalam bahasa latin agama disebut *religere* artinya mengembalikan ikatan, memperhatikan dengan seksama; jadi agama adalah tindakan manusia untuk mengembalikan ikatan atau memulihkan hubungannya dengan Ilahi.

Menurut sudut pandang Sosiologi, agama adalah tindakan-tindakan pada suatu sistem sosial dalam diri orang-orang yang percaya pada suatu kekuatan tertentu (kekuatan supra natural) dan berfungsi agar dirinya dan masyarakat keselamatan. Agama merupakan suatu sistem sosial yang dipraktekkan masyarakat; sistem sosial yang dibuat manusia untuk berbakti dan menyembah Ilahi. Sistem sosial tersebut dipercayai merupakan *perintah, hukum, kata-kata* yang langsung datang dari Ilahi agar manusia mentaatinya. Perintah dan kata-kata tersebut mempunyai kekuatan Ilahi sehingga dapat difungsikan untuk mencapai atau memperoleh keselamatan secara pribadi dan masyarakat.

Menurut sudut kebudayaan, agama adalah salah satu hasil budaya. Artinya, manusia membentuk atau menciptakan agama karena kemajuan dan perkembangan budaya serta peradabannya. Semua bentuk-bentuk penyembahan kepada Ilahi (misalnya nyanyian, pujian, tarian, mantra, dan lain-lain) merupakan unsur-unsur kebudayaan. Oleh sebab itu jika manusia mengalami kemajuan, perubahan, pertumbuhan, dan perkembangan kebudayaan, maka agama pun mengalami hal yang sama. Sehingga hal-hal yang berhubungan dengan ritus, nyanyian, cara penyembahan dalam agama-agama perlu diadaptasi sesuai dengan situasi dan kondisi dan perubahan sosio-kultural masyarakat.

Menurut Harun Nasution agama adalah:

1. Pengakuan terhadap adanya hubungan manusia dengan kekuatan ghaib yang harus dipatuhi.

2. pengakuan terhadap adanya kekuatan ghaib yang menguasai manusia.
3. mengikat dari ada suatu bentuk hidup yang mengandung pengakuan pada suatu sumber yang berada di luar diri manusia dan yang mempengaruhi perbuatan-perbuatan manusia.
4. kepercayaan pada suatu kekuatan ghaib yang menimbulkan cara hidup tertentu
5. suatu sistem tingkah laku yang berasal dari sesuatu kekuatan ghaib.
6. Pengakuan terhadap adanya kewajiban-kewajiban yang diyakini bersumber pada suatu kekuatan ghaib
7. pemujaan terhadap kekuatan gaib yang timbul dari perasaan lemah dan perasaan takut terhadap kekuatan misterius yang terdapat pada alam sekitar manusia.
8. ajaran-ajaran yang diwahyukan tuhan kepada manusia melalui seorang rasul.

Islam mendefinisikan agama sebagai ajaran yang diturunkan Allah kepada manusia. Agama berasal dari Allah. Allah menurunkan agama agar manusia menyembah-Nya dengan baik dan benar. Ada delapan tujuan Allah menurunkan Islam kepada manusia. *Pertama*, memelihara atau melindungi agama dan sekaligus memberikan hak kepada setiap orang untuk memilih antara beriman atau tidak. Allah berfirman dalam Q.S al-Baqarah ayat 256:

لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ ...

“Tidak ada paksaan dalam memeluk agama Islam.”

Manusia diberi kebebasan mutlak untuk memilih beragama atau tidak, sebagaimana firman Allah dalam Q.S al-Kahfi ayat 29:

... فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ ...

...Maka barangsiapa yang ingin (beriman) hendaklah ia beriman, dan barangsiapa yang ingin (kafir) biarlah ia kafir...”

Kedua, “melindungi jiwa”. Syariat Islam sangat melindungi keselamatan jiwa seseorang dengan menetapkan sanksi hukum yang sangat berat, contohnya hukum “*qisaṣ*”. Di dalam Islam dikenal ada “tiga”

macam pembunuhan, yakni pembunuhan yang “disengaja”, pembunuhan yang “tidak disengaja”, dan pembunuhan “seperti disengaja”. Hal ini tentunya dilihat dari sisi kasusnya, masing-masing tuntutan hukumnya berbeda. Jika terbukti suatu pembunuhan tergolong yang “disengaja”, maka pihak keluarga yang terbunuh berhak menuntut kepada hakim untuk ditetapkan hukum *qisas*/mati atau membayar “*Diyat*” (denda). Dalam memutuskan perkara pembunuhan, hakim tidak punya pilihan lain kecuali menetapkan apa yang dituntut oleh pihak keluarga yang terbunuh. Berbeda dengan kasus pembunuhan yang “tidak disengaja” atau yang “seperti disengaja”, di mana hakim harus mendahulukan tuntutan hukum membayar “*Diyat*” (denda) sebelum *qisas*.

Ketiga, “perlindungan terhadap keturunan”. Islam sangat melindungi keturunan di antaranya dengan menetapkan hukum “dera” seratus kali bagi pezina *ghoiru muḥṣhon* (perjaka atau gadis) dan rajam (lempar batu) bagi pezina *muḥṣhon* (suami/istri, duda/janda). Allah berfirman dalam Q.S. An-Nūr ayat 2:

الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِّنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ وَلَا تَأْخُذْكُمْ بِهِمَا رَأْفَةٌ فِي دِينِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَلَيَشْهَدَنَّ عَذَابَهُمَا طَائِفَةٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ ﴿٢﴾

“Perempuan yang berzina dan laki-laki yang berzina, maka deralah tiap-tiap seorang dari keduanya seratus kali dera, dan janganlah belas kasihan kepada keduanya mencegah kamu untuk menjalankan agama Allah, jika kamu beriman kepada Allah dan hari akhirat dan hendaklah (pelaksanaan) hukuman mereka disaksikan oleh sekumpulan dari orang-orang yang beriman”

Ditetapkannya hukuman yang berat bagi pezina tidak lain untuk melindungi keturunan. Bayangkan bila dalam 1 (satu) tahun saja semua manusia dibebaskan berzina dengan siapa saja termasuk dengan orangtua, saudara kandung dan seterusnya, betapa akan semrawutnya garis keturunan manusia.

Keempat, “melindungi akal”. Permasalahan perlindungan akal ini sangat menjadi perhatian Islam. Bahkan dalam sebuah hadis Rasulullah Saw menyatakan, “Agama adalah akal, siapa yang tiada berakal (menggunakan akal), maka tiadalah agama baginya”. Oleh karenanya, seseorang harus bisa dengan benar mempergunakan akal. Seseorang yang tidak

bisa atau belum bisa menggunakan akalnya atau bahkan tidak berakal, maka yang bersangkutan bebas dari segala macam kewajiban-kewajiban dalam Islam. Misalnya dalam kondisi lupa, sedang tidur atau dalam kondisi terpaksa. Kesimpulannya, bahwa hukum Allah hanya berlaku bagi orang yang berakal atau yang bisa menggunakan akalnya.

Kelima, “melindungi harta”. Islam membuat aturan yang jelas untuk bisa menjadi hak setiap orang agar terlindungi hartanya di antaranya dengan menetapkan hukum potong tangan bagi pencuri. Allah berfirman dalam Q.S. Al Māidah ayat 38:

وَالسَّارِقُ وَالسَّارِقَةُ فَاقْطَعُوا أَيْدِيَهُمَا جِزَاءً بِمَا كَسَبَا نَكَالًا مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَزِيزٌ

حَكِيمٌ ﴿٣٨﴾

“Laki yang mencuri dan perempuan yang mencuri, potonglah tangan keduanya (sebagai) pembalasan bagi apa yang mereka kerjakan dan sebagai siksaan dari Allah. Dan Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana”.

Allah juga memberikan peringatan keras sekaligus ancaman bagi mereka yang memakan harta milik orang lain dengan zalim dalam Q.S. an-Nisā ayat 10:

وَسَيَصْلُونَ سَعِيرًا ﴿١٠﴾
إِنَّ أَيْدِيَكُمْ وَأَعْيُنَكُمْ عَلَىٰ ظُلْمٍ لَّهَا نَارٌ

“Sesungguhnya orang-orang yang memakan harta anak yatim secara zalim, sebenarnya mereka itu menelan api sepenuh perutnya dan mereka akan masuk ke dalam api yang menyala-nyala (neraka Jahannam).

Keenam, “melindungi kehormatan seseorang”. Termasuk melindungi nama baik seseorang dan lain sebagainya, sehingga setiap orang berhak dilindungi kehormatannya di mata orang lain dari upaya pihak-pihak lain melemparkan fitnah, misalnya. Kecuali kalau mereka sendiri melakukan kejahatan. Karena itu betapa luar biasa Islam menetapkan hukuman yang keras dalam bentuk cambuk atau “dera” delapan puluh kali bagi seorang yang tidak mampu membuktikan kebenaran tuduhan zinya kepada orang lain. Allah SWT berfirman dalam Q.S. an-Nūr ayat 4:

وَالَّذِينَ يَرْمُونَ الْمُحْصَنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَأْتُوا بِأَرْبَعَةِ شُهَدَاءَ فَاجْلِدُوهُمْ ثَمَانِينَ جَلْدَةً
وَلَا تَقْبَلُوا لَهُمْ شَهَادَةً أَبَدًا وَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ ﴿٤١﴾

“Dan orang-orang yang menuduh wanita-wanita yang baik-baik berbuat zina dan mereka tidak mendatangkan empat orang saksi, maka deralah mereka (yang menuduh itu) dengan delapan puluh kali dera, dan janganlah kamu terima kesaksian mereka untuk selama-lamanya. Dan mereka itulah orang-orang yang fasik”.

Dalam Q.S. al-Hujurat ayat 12 Allah melarang sesama muslim berprasangka jelek kepada saudaranya:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا أَنُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ
وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢﴾

Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan purba-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. Dan janganlah mencari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang.

Ketujuh, “melindungi rasa aman seseorang”. Dalam kehidupan bermasyarakat, seseorang harus aman dari rasa lapar dan takut. Sehingga seorang pemimpin dalam Islam harus bisa menciptakan lingkungan yang kondusif agar masyarakat yang di bawah kepemimpinannya itu “tidak mengalami kelaparan dan ketakutan”. Allah SWT berfirman dalam Q.S. al-Quraisy ayat 4, artinya: “Yang telah memberi makanan kepada mereka untuk menghilangkan lapar dan mengamankan mereka dari ketakutan”.

Kedelapan, “melindungi kehidupan bermasyarakat dan bernegara”. Islam menetapkan hukuman yang keras bagi mereka yang mencoba melakukan “kudeta” terhadap pemerintahan yang sah yang dipilih oleh umat Islam “dengan cara yang Islami”. Bagi mereka yang tergolong

Bugat ini, dihukum mati, disalib atau dipotong secara bersilang supaya keamanan negara terjamin sebagaimana dalam firman Allah dalam Q.S. al-Maidah ayat 33:

إِنَّمَا جَزَاءُ الَّذِينَ يُحَارِبُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَسْعَوْنَ فِي الْأَرْضِ فَسَادًا أَن يُقَتَّلُوا أَوْ يُصَلَّبُوا أَوْ تُقَطَّعَ أَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُم مِّنْ خَلْفٍ أَوْ يُنْفَوْا مِنَ الْأَرْضِ ذَلِكَ لَهُمْ خِزْيٌ فِي الدُّنْيَا وَلَهُمْ فِي الآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴿٣٣﴾

Sesungguhnya pembalasan terhadap orang-orang yang memerangi Allah dan Rasul-Nya dan membuat kerusakan di muka bumi, hanyalah mereka dibunuh atau disalib, atau dipotong tangan dan kaki mereka dengan bertimbal balik, atau dibuang dari negeri (tempat kediamannya). Yang demikian itu (sebagai) suatu penghinaan untuk mereka di dunia, dan di akhirat mereka beroleh siksaan yang besar.

Peringatan keras terhadap orang yang mengkudeta kekuasaan yang sah diriwayatkan Imam Muslim dari Nabi Saw menyatakan yang artinya: “Apabila datang seorang yang mengkudeta khalifah yang sah maka penggallah lehernya”.

Beberapa penjelasan di atas dapat dinyatakan bahwa secara umum, agama adalah upaya manusia untuk mengenal dan menyembah Ilahi yang dipercayai dapat memberi keselamatan serta kesejahteraan hidup dan kehidupan kepada manusia. Upaya tersebut dilakukan dengan berbagai ritus secara pribadi dan bersama yang ditujukan kepada Ilahi.

Secara khusus, agama adalah tanggapan manusia terhadap pernyataan Allah. Dalam keterbatasannya, manusia tidak mampu mengenal Allah, maka Allah mengutus RasulNya agar manusia mengenal dan menyembah-Nya. Allah berfirman dalam Q.S Al-Isra' ayat 15 yang artinya: “...Kami tidak akan meng'azab sebelum Kami mengutus seorang rasul.”

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas tentang pengertian psikologi dan pengertian agama, dapat disimpulkan bahwa pengertian psikologi agama adalah ilmu yang mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan pikiran, perasaan dan kehendak yang bersifat abstrak yang menyangkut masalah yang berhubungan dengan kehidupan batin, manusia yang mempengaruhi perbuatan-perbuatan manusia dan

menimbulkan cara hidup manusia atau ajaran-ajaran yang diwahyukan Tuhan kepada manusia melalui seorang rasul.

Divisi Psikologi Agama dalam *American Psychological Association* (APA) menyatakan agama sebagai penyesuaian diri (*coping*) dapat memberi hasil positif dalam diri penganutnya, antara lain:

1. Secara psikologis, memberi makna hidup, memperjelas tujuan hidup, dan memberikan perasaan bahagia karena hidup menjadi lebih berarti.
2. secara sosiologis, menjadi lebih intim, dekat, dan akrab dengan keluarga, kelompok dan masyarakat karenanya timbul perasaan terlindungi dan saling memiliki.
3. menemukan identitas diri, menemukan kelemahan-kelemahan dan kelebihan-kelebihan diri dalam usahanya untuk mencapai Tuhan.

Menurut Zakiah Daradjat pengertian Psikologi agama adalah cabang dari psikologi yang meneliti dan menelaah kehidupan beragama pada seseorang dan mempelajari seberapa besar pengaruh keyakinan agama itu dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya.

Psikologi Agama adalah studi mengenai aspek psikologis dari agama, mengenai peran religius dari budi. Suatu cabang psikologi yang menyelidiki sebab-sebab dari ciri-ciri psikologis dari sikap-sikap religius dan berbagai fenomena dalam individu yang muncul dari atau menyertai sikap dan pengalaman tersebut. (Drever, 1968: 246)

Berdasarkan beberapa pendapat di atas disimpulkan bahwa psikologi agama, adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku makhluk hidup mengenai kehidupan beragama pada seseorang dan mempelajari seberapa besar pengaruh keyakinan beragama serta keadaan hidup pada umumnya.

B. OBJEK KAJIAN PSIKOLOGI AGAMA

Objek dan lapangan psikologi agama adalah menyangkut gejala-gejala kejiwaan dalam kaitannya dengan realisasi keagamaan (amaliah) dan mekanisme antara keduanya. Zakiah Daradjat membagi objek psikologi agama membahas tentang kesadaran agama (*religious consciousness*) dan pengalaman agama (*religious experience*).

Lapangan kajian psikologi agama adalah proses beragama, perasaan dan kesadaran beragama dengan pengaruh dan akibat- akibat yang dira-

sakan sebagai hasil dari keyakinan. Sedangkan objek pembahasan Psikologi Agama adalah gejala- gejala psikis manusia yang berkaitan dengan tingkah laku keagamaan, kemudian mekanisme antara psikis manusia dengan tingkah laku keagamaannya secara timbal balik dan hubungan pengaruh antara satu dengan lainnya.

Kesadaran beragama adalah aspek pengetahuan dan pengakuan agama yang ada dalam diri manusia. Kesadaran beragama menurut James adalah kesadaran individual terhadap Zat yang tidak terlihat (*the reality of the unseen*). Kesadaran beragama dapat bersumber dari berbagai cara. Mulai dari pencarian kebenaran ajaran agama, keterlibatan dalam kegiatan keagamaan, perenungan, dan penyelidikan-penyelidikan terhadap peristiwa-peristiwa alam (Felser, 2009)

Tim peneliti Universitas California pada tahun 1997 menemukan God-Spot dalam otak manusia. God-Spot berisikan konsep-konsep tentang Tuhan, ruh, dan jiwa yang telah dialami manusia. Kesadaran beragama mencakup kemampuan manusia mengenal Tuhan, mengakui Tuhan, mengingkari Tuhan, taat dan tidak taat kepada ajaran agama. Kesadaran beragama pada manusia ada tiga golongan: 1) Panteisme, menurutnya semesta alam, termasuk manusia merupakan sebagian dari Allah, 2) Politeisme, menurutnya terdapat banyak Allah, di mana alam semesta mempunyai segi-segi yang berbeda yang kesemuanya mencerminkan ke-kuatan ilahi, dan 3) Monoteisme, Allah itu satu dan tidak dapat dibagi kemuliaannya, jangan dicampur dengan hal dunia.

Pengalaman beragama adalah perasaan yang muncul dalam diri seseorang setelah menjalankan ajaran agama. Pengalaman beragama disebut juga pengalaman spiritual, pengalaman suci, atau pengalaman mistik. Pengalaman tersebut berisikan pengalaman individual yang dialami seseorang ketika dia berhubungan dengan Tuhan.

James menyatakan pengalaman beragama memiliki 4 (empat) karakteristik yaitu: 1) bersifat temporal dan terjadi dalam waktu yang singkat, 2) tidak dapat digambarkan dengan kata-kata, 3) seseorang mendapatkan pelajaran yang sangat berharga dari pengalamannya, dan 4) terjadi tanpa kontrol individu ketika dia melakukan sebuah ajaran agama. Para ahli Psikologi Agama menyatakan banyak kejadian yang dapat menghadirkan pengalaman agama antara lain: meditasi, shalat, berdoa, depresi, mati suri, dan pengalaman sufistik.

Habel mendefinisikan pengalaman keagamaan sebagai pengalaman yang terstruktur dimana seorang yang beriman masuk ke dalam situasi hubungan dengan Tuhannya dalam sebuah praktik ibadah tertentu (Habel, O'Donoghue and Maddox: 1993). Charlesworth mendefinisikan pengalaman beragama adalah sebuah pengalaman yang sangat luar biasa yang dapat merubah kesadaran seseorang, sehingga para psikologi susah membedakannya dengan psikosa atau neurosis. (Charlesworth: 1988)

Di dalam ajaran Islam ada tiga hirarki pengalaman beragama Islam seseorang. *Pertama*, tingkatan syariah. Syariah berarti aturan atau undang-undang, yakni aturan yang dibuat oleh pembuat aturan (Allah dan RasulNya) untuk mengatur kehidupan orang-orang mukallaf baik hubungannya dengan Allah (*habl min Allah*) maupun hubungannya dengan sesama manusia (*habl min al-Nas*). Tataran syariat berarti kualitas amalan lahir formal yang ditetapkan dalam ajaran agama melalui al-Qur'an dan Sunnah. Amalan tersebut dijadikan beban (*taklif*) yang harus dilaksanakan, sehingga amalan lebih didorong sebagai penggugur kewajiban. Dalam tataran ini, pengamalan agama bersifat *top down* yakni bukan sebagai kebutuhan tapi sebagai tuntutan dari atas (*syari'*) ke bawah (*mukallaf*). Tuntutan itu dapat berupa tuntutan untuk dilaksanakan atau tuntutan untuk ditinggalkan. Seseorang dalam dataran ini, pengamalan agamanya karena didorong oleh kebutuhan berhubungan dengan Allah, bukan semata-mata karena mentaat perintah Tuhan. Hal ini sesuai dengan pendapat al-Qusyairi:

Syariah adalah perintah untuk memenuhi kewajiban ibadah dan hakikat adalah penyaksian ketuhanan, syariat datang dengan membawa beban Tuhan yang maha pencipta sedangkan hakikat menceritakan tentang tindakan Tuhan syari'at adalah engkau mengabdikan pada Allah sedangkan hakikat adalah engkau menyaksikan Allah, syari'at adalah melaksanakan perintah sedangkan hakikat menyaksikan apa yang telah diputuskan dan ditentukan, yang disembunyikan dan yang ditampakan. (Al-Qusyairi: 42)

Kedua, tingkat tarikat yaitu pengamalan ajaran agama sebagai jalan atau alat untuk mengarahkan jiwa dan moral. Dalam tataran ini, seseorang menyadari bahwa ajaran agama yang dilaksanakannya bukan semata-mata sebagai tujuan tapi sebagai alat dan metode untuk meningkatkan moral. Puasa Ramadan misalnya, tidak hanya dipandang sebagai kewajiban tapi juga disadari sebagai media untuk mencapai tujuan yang lebih tinggi yaitu sikap bertaqwa. Demikian juga tuntutan-tuntutan syariah lainnya disadari sebagai proses untuk mencapai tujuan moral.

Ketiga, tingkatan hakikat yang berarti realitas, senyatanya, dan sebenarnya. Dalam tasawuf yang nyata dan yang sebenarnya adalah Allah yang Maha Benar (*al-Haq*). Pada tingkat hakikat berarti dimana seseorang telah menyaksikan Allah swt dengan mata hatinya. Pemahaman lain dari hakikat adalah bahwa hakikat merupakan inti dari setiap tuntutan syariat. Berbeda dengan syariat yang menganggap perintah sebagai tuntutan dan beban maka dalam tataran hakikat perintah tidak lagi menjadi tuntutan dan beban tapi berubah menjadi kebutuhan. Itulah Aba Ali al-Daqaq yang dikutip oleh al-Qusyairi mengatakan;

(Saya mendengar al-Ustadz Abu Ali al-Daqaq r.a berkata: "firman Allah iyyaka na'budu (hanya padamu aku menyembah) adalah menjaga syariat sedangkan waiyyaka nasta'in (dan hanya padamu kami meinta pertolongan) adalah sebuah pengakuan hakikat. (Al-Qusyairi: 42)

C. METODE PENELITIAN PSIKOLOGI AGAMA

Sebagai sebuah disiplin ilmu, Psikologi Agama mengumpulkan data-data dan konsep-konsep beragama melalui berbagai penelitian dengan menggunakan berbagai metode penelitian. Di antara metode-metode penelitian yang digunakan dalam mengkaji Psikologi Agama adalah:

1. Dokumen Pribadi

Metode ini digunakan untuk mempelajari bagaimana pengalaman dan kehidupan batin seseorang dalam hubungannya dengan agama. Untuk mengetahui informasi tentang hal ini maka dikumpulkan dokumen

pribadi seseorang. Dokumen tersebut dapat berupa autobiografi, biografi atau catatan-catatan yang dibuat mengenai kehidupan beragama seseorang.

Metode dokumentasi tersebut dalam penerapannya dapat menggunakan beberapa teknik, antara lain:

- a. Teknik Nomotatik
Pendekatan ini antara lain digunakan untuk mempelajari perbedaan-perbedaan individu. Sementara dalam Psikologi Agama, teknik nomotik ini antara lain untuk melihat sejauh mana hubungan sifat dasar manusia dengan sikap keagamaan.
- b. Teknik Analisis Nilai (*value analysis*)
Teknik ini digunakan dalam kaitannya dengan statistik. Data- data yang telah terkumpul diklasifikasikan menurut teknik statistik dan dianalisis untuk dijadikan penilaian terhadap individu yang diteliti.
- c. Teknik Ideography
Teknik ini hampir sama dengan teknik nomotatik, yaitu pendekatan guna memahami sifat dasar manusia. Bedanya, teknik ini lebih menekankan antara sifat- sifat dasar manusia dengan keadaan tertentu dan aspek-aspek kepribadian yang menjadi ciri khas masing- masing individu dalam rangka memahami seseorang.
- d. Teknik Penilaian Sikap (*evaluation attitudes technique*)
Teknik ini digunakan dalam penelitian biografi, tulisan atau dokumen yang ada hubungannya dengan individu yang akan diteliti. Data yang dikumpulkan mengenai sikap beragama individu yang diteliti

2. Angket

Metode angket digunakan untuk meneliti proses jiwa beragama pada orang yang masih hidup dengan menggunakan angket sebagai instrumen pengumpulan data. Metode ini misalnya, dapat digunakan untuk mengetahui prosentase keyakinan orang pada umumnya tentang sikap beragama, ketekunan beragama, dan sebagainya. Metode ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik:

- a. Pengumpulan Pendapat Masyarakat (*public opinion polls*)
Cara yang dilakukan melalui pengumpulan pendapat khalayak ramai. Teknik ini digunakan untuk mengumpulkan data tentang masalah-

masalah yang berkaitan dengan kesadaran dan pengalaman beragama khalayak ramai.

- b. Skala Penilaian (*rating scale*)
Metode ini antara lain digunakan untuk memperoleh data tentang faktor-faktor yang menyebabkan perbedaan khas dalam diri seseorang berdasarkan pengaruh tempat dan kelompok.

3. Wawancara

Metode wawancara digunakan untuk meneliti proses jiwa beragama pada orang yang masih hidup melalui wawancara langsung atau wawancara tidak langsung. Metode ini misalnya, dapat digunakan untuk mengetahui kesadaran dan pengalaman beragama seseorang yang dianggap memiliki ciri khusus dalam keberagamaannya.

4. Tes

Metode tes digunakan untuk mempelajari tingkah laku keagamaan seseorang dalam kondisi tertentu, misalnya tentang pengetahuan agama, kerukunan antar umat beragama, konversi agama, dan lain-lain.

5. Eksperimen

Eksperimen digunakan untuk mempelajari sikap dan tingkah laku keagamaan seseorang melalui perlakuan khusus yang sengaja dibuat. Misalnya eksperimen tentang pengaruh pendidikan shalat yang khusus terhadap perilaku jujur remaja.

6. Observasi melalui pendekatan sosiologi dan antropologi

Penelitian dilakukan dengan menggunakan data Sosiologi, yaitu dengan mempelajari sifat- sifat manusiawi orang perorang atau kelompok. Misalnya penelitian tentang pengalaman beragama masyarakat pantai atau masyarakat kota.

7. Pendekatan terhadap Perkembangan

Pendekatan ini digunakan guna meneliti asal-usul dan perkembangan aspek psikologi manusia dalam hubungannya dengan agama yang dianut. Misalnya penelitian keagamaan pada usia lanjut.

8. Metode Klinis dan Proyektivitas

Metode ini memanfaatkan cara kerja klinis. Penyembuhan dilakukan dengan cara menyalurkan hubungan antara jiwa dengan agama. Misalnya menggunakan agama sebagai terapi bagi orang-orang mengalami tekanan jiwa atau orang-orang yang mengalami neurosis.

9. Studi Kasus

Studi Kasus dilakukan dengan cara mengumpulkan dokumen, catatan, hasil wawancara atau lainnya untuk kasus-kasus tertentu. Misalnya kasus konversi agama di Kabupaten Karo.

10. Survei

Metode ini biasanya digunakan untuk penelitian sosial yang bertujuan untuk penggolongan manusia dalam hubungannya dengan pembentukan organisasi dalam masyarakat. Misalnya penelitian tentang konsep Tuhan menurut Remaja di Sumatera Utara.

BAB II

SEJARAH PERKEMBANGAN PSIKOLOGI AGAMA

Sejarah munculnya Psikologi Agama sebagai disiplin pernah tercatat kurang harmonis. Psikolog menuduh agama sebagai obsesi, kadang kadang sebagai pemenuhan keinginan kanak-kanak atau sebagai ilusi seperti yang diungkapkan Freud. Sebagian psikolog menyatakan sebelum orang mendalami agama lebih dalam, ia harus sakit jiwa dulu.

Pihak ahli agama juga menyebut tidak ada kompromi antara agama dengan kelompok psikolog. Budaya terapeutis (psikologi) tidak mempunyai Tuhan. Budaya ini sekarang sedang bergerak untuk memporak-porandakan struktur moral masyarakat melalui ajakan yang setengah tulus untuk bersifat toleran, penuh kasih, dan menghargai keragaman. Di lain tempat pada situs khusus untuk menyerang psikologi menyatakan, “mungkinkah ada persahabatan antara kegelapan dan cahaya. Mungkinkah pohon yang tak bertuhan menghasilkan buah yang baik? Tuhan kita adalah Tuhan yang pencemburu. Ia tak ingin berbagi keagungannya dengan yang lain. Setiap makhluk yang ingin mengganti firman Khalik adalah berhala.

Perubahan paradigma sains dari pandangan Newtonian diganti dengan Einsteinian dengan mekanika quantumnya dan hasil-hasil penelitian neurologist telah mampu menempatkan pengalaman religius pada satu posisi dalam otak yang selalu disebut dengan G-Spot. Penemuan ini menunjukkan bahwa agama adalah masuk akal dan logis. Inilah yang membuat psikologi menjadi lebih rendah diri dan membuka diri pada kehadiran agama. Sehingga kajian-kajian Psikologi Agama mendapat tempat di jajaran psikologi-psikologi khusus lainnya.

A. KAJIAN PSIKOLOGI DALAM AGAMA DALAM LINTASAN SEJARAH

Menentukan waktu yang pasti tentang kapan agama pertama kali diteliti secara psikologi memang agak sulit, sebab dalam tiap agama telah terkandung di dalamnya pengaruh agama terhadap jiwa. Dalam kitab-kitab suci setiap agama banyak menerangkan tentang proses jiwa atau keadaan jiwa seseorang karena pengaruh agama.

Dalam Al-Qur'an terdapat ayat-ayat yang menunjukkan keadaan jiwa orang-orang yang beriman atau sebaliknya, orang-orang kafir, sikap, tingkah laku dan doa-doa. Di samping itu juga terdapat ajaran agama yang berbicara tentang kesehatan mental, penyakit dan gangguan kejiwaan serta kelainan sifat dan sikap yang terjadi karena kegoncangan kejiwaan sekaligus tentang perawatan jiwa.

Salah satu contoh adalah proses pencarian Tuhan yang dialami oleh Nabi Ibrahim yang diceritakan dalam Al-Qur'an. Dalam kisah tersebut dilukiskan bagaimana proses konversi terjadi yang pada diri Nabi Ibrahim. Pencarian Ibrahim terhadap Tuhan dimulai dengan kekaguman Ibrahim terhadap benda-benda alam yang diciptakan Allah dan menganggapnya sebagai Tuhan. Allah berfirman dalam Q.S. al-An'am ayat 76-79 sebagai berikut:

فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أُحِبُّ الْآفِلِينَ ﴿٧٦﴾
 فَلَمَّا رَأَى الْقَمَرَ بَازِعًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَيْسَ إِلَهِي بِلِلَّيْلِ
 وَلَا لِكُونٍ مِنَ الْقَوْمِ الضَّالِّينَ ﴿٧٧﴾ فَلَمَّا رَأَى الشَّمْسَ بَازِعَةً قَالَ هَذَا رَبِّي هَذَا
 أَكْبَرُ فَلَمَّا أَفَلَتْ قَالَ يَنْقُومِ إِلَهِي بَرِيءٌ مِّمَّا تُشْرِكُونَ ﴿٧٨﴾ إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي
 فَطَرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ ﴿٧٩﴾

"Ketika hari telah malam, Ibrahim melihat bintang, katanya: Inilah Tuhanku...? Maka setelah dilihatnya bintang terbenam, ia berkata: Saya tidak akan berTuhan pada yang terbenam. Kemudian ketika melihat bulan purnama, iapun berkata lagi: Inilah Tuhanku...? Setelah bulan itu lenyap, lenyap pula pendapatnya berTuhan kepada bulan itu, seraya berkata: Sungguh kalau tidak Tuhan yang memberi petunjuk, tentu saya menjadi sesat. Maka ketika

siang hari, nampak olehnya matahari yang sangat terang, ia pun berkata: Inilah Tuhanku yang sebenarnya...? Inilah yang lebih besar. Setelah matahari terbenam, iapun berkata: Hai kaumku! Saya tidak mau mempersekutukan Tuhan seperti kamu. Saya hanya berTuhan yang menjadikan langit dan bumi dengan ikhlas dan sekali-kali saya tidak mau menyekutukanNya." (QS. al-An'am: 76-79)

Kisah tentang pencarian Tuhan juga ditemukan dalam Kisah Nabi Musa yang ingin melihat Tuhan sebagai sebuah keinginan yang timbul dari rasa cita terhadap Tuhan. Kisah ini ditemukan dalam firman Allah Q.S. al-A'raf ayat 143 yang berbunyi:

وَلَمَّا جَاءَ مُوسَىٰ لِمِيقَاتِنَا وَكَلَّمَهُ رَبُّهُ قَالَ رَبِّ أَرِنِي إِلَيْكَ ۚ قَالَ لَنْ تَرَنِي
 وَلَٰكِنِ أَنْظُرْ إِلَى الْجَبَلِ فَإِنِ اسْتَقَرَّ مَكَانَهُ فَسَوْفَ تَرَنِي ۚ فَلَمَّا تَجَلَّىٰ رَبُّهُ لِلْجَبَلِ
 جَعَلَهُ دَكًّا وَخَرَّ مُوسَىٰ صَعِقًا ۚ فَلَمَّا أَفَاقَ قَالَ سُبْحٰنَكَ تُبْتُ إِلَيْكَ وَأَنَا أَوَّلُ
 الْمُؤْمِنِينَ ﴿١٤٣﴾

"Dan tatkala Musa datang untuk (munajat dengan Kami) pada waktu yang telah Kami tentukan dan Tuhan telah berfirman (langsung) kepadanya, berkatalah Musa: "Ya Tuhanku, nampakkanlah (diri Engkau) kepadaku agar aku dapat melihat kepada Engkau". Tuhan berfirman: "Kamu sekali-kali tidak sanggup melihat-Ku, tapi lihatlah ke bukit itu, maka jika ia tetap di tempatnya (sebagai sediakala) niscaya kamu dapat melihat-Ku". Tatkala Tuhannya menampakkan diri kepada gunung itu, dijadikannya gunung itu hancur luluh dan Musa pun jatuh pingsan. Maka setelah Musa sadar kembali, dia berkata: "Maha Suci Engkau, aku bertaubat kepada Engkau dan aku orang yang pertama-tama beriman."

Dalam kitab-kitab suci lain pun didapati proses dan peristiwa keagamaan, seperti yang terjadi dalam diri tokoh agama Budha, Sidharta Gautama atau dalam agama Shinto. Agama Shinto misalnya, memitoskan Kaisar Jepang sebagai keturunan matahari yang membuat penganutnya sedemikian mendalam ketaatannya kepada Kaisar, sehingga mereka rela mengorbankan nyawanya dalam Perang Dunia II demi Kaisar.

B. KAJIAN PSIKOLOGI AGAMA DI KAWASAN BARAT

Dalam kurun waktu dua dasawarsa terakhir ini terlihat adanya fenomena peningkatan kehidupan beragama yang hampir merata di seluruh dunia. Di negara-negara Timur, dimana kehidupan beragama sudah mentradisi, timbul semangat baru dalam kehidupan beragama di kalangan generasi muda. Mesjid, gereja, sinagog, vihara dan tempat ibadah lainnya banyak dibanjiri oleh kaum muda. Di Indonesia, gejala ini ditunjukkan dengan semakin maraknya kegiatan-kegiatan keagamaan di kampus-kampus. Sedangkan di negara-negara Barat yang dikenal sebagai negara sekuler, ternyata kehidupan beragama juga berkembang pesat.

Di Amerika penelitian yang dilakukan oleh *The Princeton Religion Research Centre* mencatat bahwa 34% sampel penelitian tersebut menyatakan bahwa mereka mendapatkan pengalaman “kelahiran kembali” dan 31% melaporkan pernah mendapatkan “pengalaman mistik” (Paloutzian, 1984). Studi lain di Amerika yang dilakukan oleh *Gallup organization* (Subandi: 3) menunjukkan bahwa 73% dari sampel mengidentifikasi diri mereka sebagai orang yang religius (Spilka dkk.: 1985).

Peningkatan kehidupan beragama di kalangan masyarakat ternyata juga diiringi dengan peningkatan minat para ilmuwan sosial untuk mempelajari masalah-masalah keagamaan. Hal ini ditunjukkan oleh munculnya beberapa jurnal yang mengkaji secara ilmiah kehidupan beragama, misalnya *Journal for the Scientific Study in Religion*, *Journal of Religion and Health*; *Journal for Psychology and Theology* dan *International Journal for Psychology of Religion*. (Subandi: 2)

Awal kajian psikologi tentang gejala-gejala keagamaan secara sistematis dimulai dalam penelitian G. Stanley Hall pada tahun 1881, yang mengambil fokus penelitian tentang gejala konversi agama (*religious conversion*) di kalangan remaja. Tahun 1899 terbit buku pertama yang berjudul *The Psychology of Religion*, yang ditulis oleh Edwin Diller Starbuck. Kemudian tahun 1900 George Albert Coe menerbitkan buku *The Spiritual Life*. Bidang Psikologi Agama mulai kelihatan sosoknya ketika William James, yang dikenal sebagai pelopor Psikologi Modern di Amerika, menyampaikan kuliahnya di Edinburg University pada tahun 1900-1901. Kuliah-kuliah ini kemudian diterbitkan dalam sebuah buku monumental yang berjudul *The Varieties of Religious Experiences*.

Beberapa psikolog lain juga melakukan penelitian yang berkaitan dengan Ilmu Jiwa Agama, antara lain James H Leuba. Leuba mempunyai pandangan objektif, sehingga ia berusaha keras untuk menjauhkan ilmu jiwa agama dari unsur-unsur kepercayaan. Ia berpendapat bahwa tidak ada gunanya mendefinisikan agama, karena itu hanya merupakan kepandaian orang bersilat lidah. Pendapatnya pernah dimuat di dalam *The Monist* vol. XI Januari 1901 dengan judul “*Introduction to a Psychological Study of Religion*”. Kemudian pada tahun 1912 diterbitkannya buku dengan judul “*A Psychological Study of Religion*”.

Pada tahun 1901, Fluornoy berusaha mengumpulkan semua penelitian psikologis yang pernah dilakukan terhadap agama, sehingga dapat disimpulkannya cara-cara dan metode yang harus digunakan dalam meneliti fakta-fakta tersebut. Di antara prinsip-prinsip yang harus digunakan tersebut adalah:

- a. Menjauhkan penelitian dari Transcendence
- b. Prinsip mempelajari perkembangan
- c. Prinsip perbandingan
- d. Prinsip dinamika

Tokoh lain yang menulis tentang Psikologi Agama adalah George M. Stratton Pada tahun 1911 dia menerbitkan buku yang berjudul “*Psychology of Religious Life*”. Stratton berpendapat bahwa sumber agama adalah konflik jiwa dalam diri individu. Pada tahun 1918 salah seorang mahasiswa di Akademi “J.J Rousseau”, yang bernama Pierre Bovet mengadakan penelitian terhadap dokumen-dokumen Psikologi Agama yang ada padanya sehingga hasilnya dikumpulkan dalam suatu buku yang berjudul “*Le Sentiment Religieux et la Psychologie de L’Enfant*”.

James B Pratt menerbitkan bukunya “*The Religious Consciousness*” pada tahun 1920. Walaupun sebenarnya ia adalah guru besar dalam Ilmu Filsafat tetapi ia tertarik dengan kajian Psikologi Agama. Di Jerman terbit pula buku “*Das Heilige*” oleh Rudolf Otto yang kemudian diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris tahun 1923. Bagian terpenting dalam buku itu adalah pengalaman-pengalaman psikologis dari pengertian kesucian, yang diambilnya sebagai pokok kajian adalah sembahyang.

Karya-karya pioner di atas, terutama Karya James telah menstimulasi minat psikolog di bidang Psikologi Agama tumbuh dengan pesat. Dua

jumlah ilmiah mulai muncul, yaitu *The Journal of Religious Psychology* dan *The American Journal of Religious Psychology and Education*. Di Jerman muncul *Jurnal Archiv fur Religions Psychologie*. Tokoh-tokoh lain bermunculan dan buku-buku di bidang Psikologi Agama semakin banyak diterbitkan, tidak hanya di Amerika dan Inggris, tetapi juga di Jerman dan Perancis.

Tahun 1987 penelitian terhadap 407 psikolog anggota APA yang terdiri 107 orang wanita (26%) dan 299 pria (73%) dan 3 orang (1%) tanpa keterangan jenis kelamin memberikan pernyataan sebagai berikut:

- 74% menyatakan setuju psikologi agama menjadi ruang lingkup psikologi
- 91% menanyakan agama pada kliennya
- 57% menggunakan jargon-jargon agama
- 36% menyarankan kliennya terlibat dalam kegiatan-kegiatan keagamaan
- 32% menyarankan kliennya membaca buku-buku agama
- 7% berdoa bersama kliennya

Perkembangan Psikologi Agama yang pesat di awal abad ke 20 ini ternyata tidak berlangsung lama. Pada sekitar tahun 1920 kegiatan-kegiatan ilmiah di bidang Psikologi Agama mengalami kemandegan. Jurnal-jurnal yang pernah muncul sebelumnya tidak terbit lagi. Meskipun ada satu dua buku Psikologi Agama yang terbit, tetapi tidak ada ide-ide baru yang muncul. Menurut Wulff (1991) kemandegan ini ada kaitannya dengan berkembang pesatnya gerakan behaviorisme di Amerika. Sebagai gerakan baru dalam psikologi yang bersifat deterministik, mekanistik serta membatasi pada tingkah laku yang obyektif, maka tidak ada tempat bagi behaviorisme untuk mempelajari pengalaman-pengalaman keagamaan yang merupakan fenomena subjektif. Faktor yang lebih penting yang menyebabkan kemandegan perkembangan bidang Psikologi Agama adalah faktor psikolog sendiri.

Bagi para psikolog pada waktu itu fenomena-fenomena keagamaan bukanlah suatu hal yang menarik untuk dipelajari dan diteliti. Lebih jauh lagi Menurut Wulff (1991) sikap para psikolog pada saat itu disebutkan sebagai tak peduli dan antipati terhadap agama. Beit-Hallahmi (2004) juga menyebutkan faktor psikolog sebagai penentu perkembangan Psikologi Agama. Secara eksplisit dia bahkan mengemukakan tesisnya bahwa ada hubungan antara keberagamaan para Psikolog dengan minat yang

ditunjukkan terhadap Psikologi Agama. Tesis ini memang mudah dipahami mengingat minat seseorang pada umumnya dipengaruhi oleh kecenderungan pribadinya.

Selain faktor psikolog itu sendiri Beit-hallahmi (2004) menyebutkan faktor sosial-masyarakat sebagai hal yang turut andil dalam perkembangan Psikologi Agama. Pada waktu Psikologi Agama mengalami stagnasi, kehidupan beragama secara umum di Amerika memang mengalami kemerosotan. Gelombang sekularisasi deras melanda. Agama disisihkan dalam kehidupan masyarakat. Hal ini lebih lanjut berdampak kepada dunia ilmiah. Tak ada lembaga manapun yang mau memberikan biaya untuk riset-riset di bidang Psikologi Agama, karena dipandang tidak memberikan manfaat praktis yang berarti.

Argumentasi Beit-Hallahmi di atas tampak cukup kuat. Hal ini terlihat pada tahun 1960-an, pada saat kehidupan beragama mulai banyak diminati kembali di masyarakat (Amerika) dengan masuknya pengaruh dari tradisi Timur, maka pada saat itu pula perkembangan bidang Psikologi Agama mulai bangkit kembali. Hal ini selain didukung kesadaran lembaga-lembaga formal (termasuk pemerintah) akan pentingnya riset di bidang agama, juga keberagamaan para psikolog sendiri semakin meningkat.

Perkembangan Psikologi Agama menjadi semakin semarak mulai tahun 1970 sampai sekarang dengan munculnya berbagai macam jurnal ilmiah di berbagai negara di Eropa dan Asia, seperti Scandinavia, Netherland, Jerman, India dan Jepang (Wulff, 1991). Selain itu secara formal bidang ini telah diakui sebagai bagian dari psikologi modern ketika *American Psychological Association* membentuk Divisi ke 36, yaitu *Psychologist interested in Religious Issues* (Spilka, 1985).

Penelitian Gordon W. Allport tentang religiusitas intrinsik dan ekstrinsik telah mendominasi Psikologi Agama. Penelitian Allport pada awalnya difokuskan pada penguraian sifat-prasangka hubungan agama, religiusitas ekstrinsik menggunakan agama untuk tujuan yang tersembunyi (eksternal). Di sisi lain religiusitas intrinsik (menerima agama sebagai akhir) paling sering terlihat tidak berhubungan atau terkait dengan prasangka negatif, hal itu juga telah berhubungan positif terhadap berbagai karakteristik sosial dan psikologis yang diinginkan. Oleh karena itu, bagi banyak peneliti harus memperhatikan religiusitas yang

bersifat kompleks untuk memperjelas fungsional dan disfungsional efek yang lebih pada agama.

Perkembangan beragama pun tidak luput dari kajian para ahli Psikologi Agama. Piere Binet adalah salah satu tokoh psikologi agama awal yang membahas tentang perkembangan jiwa keberagamaan. Menurut Binet, agama pada anak-anak tidak beda dengan agama pada orang dewasa. Pada anak-anak dimana mungkin dialami oleh orang dewasa, seperti merasa kagum dalam menyaksikan alam ini, adanya kebaikan yang tak terlihat, kepercayaan akan kesalahan dan sebagian dari pengalaman itu merupakan fakta-fakta asli yang tidak dipengaruhi oleh lingkungan.

C. KAJIAN PSIKOLOGI AGAMA DI KAWASAN TIMUR

Di Dunia Timur kajian psikologi agama juga berkembang. Abdul Mun'in Abdul Aziz al Malighy dari Mesir juga menulis kajian perkembangan jiwa beragama pada anak-anak dan remaja dalam buku yang berjudul *Tatawur asy-Syu'ur ad-diniy'inda ath-Thifl wa al-Muhariq*. Sementara di daratan anak benua Asia dan India juga terbit buku-buku yang berkaitan dengan Psikologi Agama. Buku-buku Psikologi Agama yang terbit antara lain: *The Song of God* oleh Baghavad Gita.

Jika mengacu kepada tesis Beit-Hallahmi di atas, maka sebenarnya Indonesia merupakan ladang yang sangat subur bagi perkembangan Psikologi Agama. Modal pokoknya adalah sifat religius masyarakat Indonesia sendiri. Tetapi karena psikologi modern sendiri baru berkembang di Indonesia sekitar tahun 1960-an maka bisa dimaklumi jika Psikologi Agama sebagai salah satu bidang studi masih belum diakui di fakultas-fakultas psikologi. Para psikolog di Indonesia masih sibuk mentransfer psikologi secara umum untuk mengejar ketinggalan dengan perkembangan di mancanegara. Justru kaum intelektual yang mempunyai latar belakang ilmu keagamaan yang menaruh minat pada bidang Psikologi Agama. Hal ini terlihat pada buku-buku Psikologi Agama di Indonesia yang hampir semuanya ditulis para ahli agama yang berminat di bidang psikologi, seperti Zakiah Daradjat dan Nico Syukur Dister.

Sekitar tahun 1970-an tulisan tentang psikologi agama baru muncul. Karya yang patut dikedepankan antara lain Ilmu Jiwa Agama

oleh Zakiah Daradjat, Agama dan Kesehatan Jiwa oleh Aulia (1961), Islam dan Psikosomatik oleh S.S. Djami'an, Pengalaman dan Motivasi Beragama oleh Nico Syukur Dister, dan Al Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa oleh Dadang Hawari dan sebagainya. Dalam buku Dadang Hawari, meskipun yang menjadi fokus pembahasannya mengenai kedokteran jiwa, akan tetapi buku tersebut membahas juga aspek-aspek agama atau spiritual dalam kaitannya dengan jiwa seseorang.

Peningkatan kehidupan beragama di Indonesia juga meningkatkan minat untuk mendalami dan mengembangkan psikologi agama di kalangan psikolog di Indonesia mulai tumbuh. Hal ini terlihat pada penelitian-penelitian untuk skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada sendiri. Topik yang berkaitan dengan Psikologi Agama ternyata cukup banyak mahasiswa diminati pada akhir-akhir ini. Hanya saja topik-topik tersebut masih terbatas pada penelitian tentang religiusitas dalam kaitannya dengan berbagai aspek psikologis lainnya. Meskipun sudah ada beberapa penelitian yang sudah lebih mendalam, misalnya tentang orientasi keagamaan instrinsik dan ekstrinsik, tetapi topik dalam Psikologi Agama yang lain masih belum terjangkau. Misalnya, topik perkembangan konsep Tuhan sejak masa kanak-kanak, kematangan beragama, sikap dan perilaku keagamaan, prasangka antar umat beragama, agama sebagai psikoterapi, agama dan gangguan mental, kaitan kepribadian dan agama, pengalaman-pengalaman keagamaan (mistisisme, konversi agama, keraguan bergama dan sebagainya) atau masalah metodologi pengukuran dalam penelitian Psikologi Agama.

Salah satu hal yang sangat mendukung perkembangan minat terhadap psikologi agama khususnya di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, adalah ditawarkannya bidang Psikologi Agama sebagai mata kuliah pilihan sejak tahun 1991. Mahasiswa yang mengambil mata kuliah ini semakin lama menunjukkan kecenderungan semakin meningkat. Hal ini cukup menggembirakan. Hanya saja selama ini ada kesan bahwa mata kuliah Psikologi Agama tersebut secara spesifik hanya berkaitan dengan agama Islam, sehingga hanya mahasiswa yang beragama Islam saja yang mengambil. Ini adalah anggapan yang tidak benar, karena fokus perhatian psikologi agama bukanlah pada "agama" itu sendiri tetapi pada "manusia yang beragama". Meskipun tidak menutup kemungkinan adanya perbandingan atau "dialog" antar agama dalam suasana yang saling menghargai (Subandi: 3).

Oleh karena itu, di tengah derasnya arus materialisme sebagai dampak dari pembangunan dewasa ini, diharapkan psikologi agama dapat memberikan sumbangan bagi kehidupan masyarakat Indonesia. Psikologi agama akan dapat membantu menyadarkan keberagamaan seseorang yang barangkali jauh tertinggal dari kemajuan intelektual. Di samping itu psikologi agama dapat memberikan sumbangan bagi peningkatan kerukunan inter dan antar umat beragama di Indonesia, sehingga terjadinya konflik “sara” seperti terjadi di beberapa negara sejauh mungkin bisa dihindarkan.

Mata kuliah Psikologi Agama mulai di ajarkan Zakiah Daradjat pada tahun 1967 di Fakultas Ushuluddin dan Fakultas Tarbiyah IAIN Jakarta, serta Universitas Islam Indonesia (Daradjat, 1989: vii). Di samping mengajarkan Psikologi Agama di perguruan tinggi, praktek Psikologi berdasarkan ajaran agama pertama sekali di lakukan Zakiah Daradjat di rumah Jl Fatmawati No. 6 Jakarta Selatan mulai Agustus 1983 (Djamal, 1999: 142-143)

BAB III

SUMBER JIWA KEBERAGAMAAN

Berbagai pandang muncul tentang sumber keagamaan. Ada yang menyatakan bahwa sumber jiwa keberagamaan merupakan proses interaksi antara kebutuhan dalam kehidupan dengan potensi bawaan manusia. Ada yang menyatakan agama merupakan naluri yang timbul sebagai upaya penyelamatan diri manusia dari berbagai ketakutan. Ada juga yang menyatakan bahwa agama merupakan kebutuhan yang timbul sesuai dengan pertumbuhan kebutuhan lainnya.

Sumber jiwa beragama dalam tulisan ini dimaknai sebagai sumber asal jiwa keagamaan dalam diri manusia. Kajian ini akan dibagi ke dalam 3 bagian. Pertama sumber jiwa keagamaan dalam pandangan psikologi. Kedua sumber jiwa keagamaan dalam pandangan teori kecerdasan spiritual. Ketiga sumber jiwa keagamaan dalam ajaran agama Islam.

A. SUMBER JIWA KEBERAGAMAAN DALAM PANDANGAN PSIKOLOGI

Pandangan psikologi terhadap sumber keagamaan dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu: kelompok teori monistik dan kelompok teori fakulti. Kelompok teori monistik melihat sumber jiwa beragama manusia merupakan sebuah kesatuan dalam jiwa manusia. Sementara kelompok teori fakulti melihat sumber jiwa beragama manusia merupakan gabungan dari berbagai unsur kejiwaan dalam diri manusia.

Kelompok teori monistik antara lain diwakili oleh Thomas van Aquino, Frederick Hegel, Frederick Schleimacher, Rudolf Otto, dan Frued. Menurut Thomas van Aquino yang menjadi sumber kejiwaan agama ialah: **Berfikir**. Manusia bertuhan karena manusia menggunakan kemampuan berfikirnya. Kehidupan beragama merupakan refleksi dari kehidupan

berfikir manusia itu sendiri. Frederick Hegel menyatakan sumber jiwa beragama adalah pengalaman yang sungguh-sungguh benar dan tepat kebenaran abadi. Berdasarkan konsep itu maka agama semata-mata merupakan hal-hal atau persoalan yang berhubungan dengan pikiran.

Menurut Frederick Schleimacher yang menjadi sumber keagamaan adalah rasa ketergantungan yang mutlak. Rasa ketergantungan yang mutlak itu menjadikan manusia merasakan dirinya lemah. Kelemahan itu menyebabkan manusia selalu menggantungkan hidupnya dengan suatu kekuasaan yang berada di luar dirinya. Dari rasa ketergantungan itulah timbul konsep tentang Tuhan. Rasa tidak berdaya untuk menghilangkan tantangan alam yang selalu dialaminya, lalu timbullah upacara untuk meminta perlindungan kepada kekuasaan yang diyakini dapat melindungi mereka. Itulah realitas dari upacara keagamaan.

Rudolf Otto menyatakan sumber jiwa agama adalah rasa kagum yang berasal dari *The Wholly Other* (yang sama sekali lain), jika seseorang dipengaruhi oleh rasa kagum terhadap sesuatu yang dianggapnya lain dari yang lain, maka keadaan mental seperti itu oleh Otto disebut “*Numinous*” (merasakan kehadiran kekuasaan Tuhan). Perasaan tersebut menurut R. Otto sebagai sumber dari kejiwaan agama manusia. Sigmund Freud menyatakan yang menjadi sumber jiwa keagamaan adalah *lidido sexual* (naluri seksual). Berdasarkan *lidido sexual* timbullah ide tentang Tuhan dan upacara keagamaan, melalui proses:

- 1) *Oedipus Complex*, yaitu mitos Yunani kuno yang menceritakan bahwa karena perasaan cinta kepada ibunya, maka Oedipus membunuh ayahnya. Setelah ayahnya mati timbullah rasa bersalah pada diri sendiri.
- 2) *Father Image* (cinta bapak): setelah membunuh bapaknya Oedipus dihantui rasa bersalah, lalu timbul rasa penyesalan. Perasaan itu menerbitkan ide untuk membuat suatu cara sebagai penebus kesalahan manusia yang mereka lakukan, mereka memuja alasannya karena dari pemujaan itulah menurut Freud sebagai asal dari upacara keagamaan. Agama muncul dari ilusi manusia.

Kelompok teori fakulti diwakili oleh William Mc Dougall, G.M. Straton, W.H. Clark, Zakiah Daradjat, dan W.H. Thomas. Menurut William Mc Dougall, tidak ada instink khusus sebagai “sumber jiwa keagamaan”,

tetapi dari beberapa instink yang ada pada diri manusia, maka agama timbul dari dorongan insting tersebut secara terintegrasi. Menurut Teori Fakulti perbuatan manusia yang bersifat keagamaan dipengaruhi oleh 3 (tiga) fungsi, yaitu:

- a. **Fungsi Cipta**, yaitu fungsi intelektual manusia. Melalui cipta orang dapat menilai dan membandingkan serta selanjutnya memutuskan sesuatu tindakan terhadap stimulus tertentu, termasuk dalam aspek agama.
- b. **Fungsi Rasa**, yaitu suatu tenaga dalam jiwa manusia yang banyak berperan dalam membentuk motivasi dalam corak tingkah laku seseorang melalui fungsi rasa dapat menimbulkan penghayatan dalam kehidupan beragama yang selanjutnya akan memberi makna pada kehidupan beragama.
- c. **Karsa** itu **merupakan** fungsi eksklusif dalam jiwa manusia. Karsa berfungsi mendorong timbulnya pelaksanaan doktrin serta ajaran agama berdasarkan fungsi kejiwaan.

Menurut Straton, yang menjadi sumber jiwa keagamaan adalah adanya konflik dalam kejiwaan manusia. Konflik itu disebabkan oleh keadaan-keadaan yang berlawanan seperti: baik-buruk, moral-immoral, kepastian-kepasipan, rasa rendah diri-rasa harga diri. Berbagai dikotomi (serba dua) termasuk yang menimbulkan rasa agama dalam diri manusia. Jika konflik jiwa begitu mencekam manusia dan mempengaruhi kejiwaannya, maka manusia akan mencari pertolongan kepada kekuasaan Tuhan. Berdasarkan pendapat Freud tentang keinginan dasar manusia, Clark berpendapat bahwa sumber jiwa beragama manusia, yaitu:

- 1) **Life-urge**: keinginan untuk mempertahankan kelangsungan hidup dari keadaan yang terdahulu agar terus berlanjut.
- 2) **Death-urge**: keinginan untuk kembali ke keadaan semua sebagai benda mati. (Clark, 1969: 77)

Menurut Clark, ekspresi dari pertentangan antara *Death-urge* dan *life-urge* merupakan sumber kejiwaan agama dalam diri manusia.

Menurut Zakiah Daradjat, sumber jiwa keberagamaan pada manusia merupakan akumulasi dari 6 (enam) kebutuhan manusia, yaitu: 1) Kebutuhan akan rasa kasih sayang, 2) Kebutuhan akan rasa aman, 3)

Kebutuhan akan harga diri, 4) Kebutuhan akan rasa bebas, 5) Kebutuhan akan rasa sukses, dan 6) Kebutuhan akan rasa ingin tahu. Sementara menurut W.H Thomas sumber kejiwaan agama adalah akumulasi dari 4 (empat) macam keinginan dasar dalam jiwa manusia, yaitu: 1) Keinginan untuk keselamatan, 2) Keinginan untuk mendapat penghargaan, 3) Keinginan untuk ditanggapi, dan 4) Keinginan untuk pengetahuan atau pengalaman baru.

B. SUMBER JIWA KEAGAMAAN MENURUT TEORI KECERDASAN SPIRITUAL

Setelah beberapa lama “Kecerdasan Intelektual” yang lebih dikenal dengan IQ memegang peranan penting dalam kehidupan, Daniel Goleman memperkenalkan “Kecerdasan Emosional” (EQ). Konsep kecerdasan emosional membuat orang mulai menyadari bahwa kesuksesan dapat dicapai bila ada keseimbangan antara “Kecerdasan Intelektual” dan “Kecerdasan Emosional.”

Di samping kedua kecerdasan di atas, psikolog Danah Zohar dan suaminya Ian Marshall melihat ada kecerdasan lain yang dimiliki manusia yaitu kecerdasan spiritual yang dinamainya dengan *Spiritual Quotient* (SQ) yang merupakan landasan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. Mereka mengemukakan gagasannya dalam buku berjudul “*SQ: Spiritual Intelligence – The Ultimate Intelligence*.” Mereka menyatakan bahwa Kecerdasan Spiritual tidak bisa dihitung karena pertanyaan yang diberikan semata-mata merupakan latihan perenungan (Danah Zohar dan Ian Marshall, 2001: 243).

Menurut Zohar dan Marshall, manusia sekarang mayoritas hidup dalam budaya yang “bodoh secara spiritual”. Mereka telah kehilangan pemahaman terhadap nilai-nilai mendasar. Kehidupan yang “bodoh secara spiritual” ini ditandai dengan materialisme, egoisme, kehilangan makna dan komitmen. Bahkan dikatakan, kekeringan spiritual terjadi sebagai produk dari IQ manusia yang tinggi. Oleh karena itu, penting sekali kita meningkatkan kecerdasan spiritual.

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan masalah makna dan nilai menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya; menilai bahwa

tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain. Mereka membahas lebih dalam mengenai “Kecerdasan Spiritual”. “Kecerdasan Spiritual” disimbolkan sebagai Teratai Diri yang menggabungkan tiga kecerdasan dasar manusia (rasional, emosional, dan spiritual), tiga pemikiran (seri, asosiatif, dan penyatu), tiga jalan dasar pengetahuan (primer, sekunder, dan tersier) dan tiga tingkatan diri (pusat transpersonal, tengah-asosiatif-interpersonal, dan pinggiran-ego personal). Kecerdasan spiritual berkaitan dengan unsur pusat dari bagian diri manusia yang paling dalam menjadi pemersatu seluruh bagian diri manusia lain.

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang bertumpu pada bagian dalam diri kita yang berhubungan dengan kearifan di luar ego atau jiwa sadar. Kecerdasan spiritual menjadikan manusia yang benar-benar utuh secara intelektual, emosional dan spiritual. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan jiwa. Ia adalah kecerdasan yang dapat membantu manusia menyembuhkan dan membangun diri manusia secara utuh. Namun, pada zaman sekarang ini terjadi krisis spiritual karena kebutuhan makna tidak terpenuhi sehingga hidup manusia terasa dangkal dan hampa.

Ada tiga sebab yang membuat seseorang dapat terhambat secara spiritual, yaitu tidak mengembangkan beberapa bagian dari dirinya sendiri sama sekali, telah mengembangkan beberapa bagian, namun tidak proporsional, dan bertentangnya/buruknya hubungan antara bagian-bagian. Danah dan Ian memberikan “Enam Jalan Menuju Kecerdasan Spiritual yang Lebih Tinggi” dan “Tujuh Langkah Praktis Mendapatkan SQ Lebih Baik”.

Enam Jalan menuju Kecerdasan spiritual yang lebih tinggi adalah: 1) jalan tugas, 2) jalan pengasuhan, 3) jalan pengetahuan, 4) jalan perubahan pribadi, 5) jalan persaudaraan, dan 6) jalan kepemimpinan yang penuh pengabdian. Sedangkan Tujuh Langkah Menuju Kecerdasan Spiritual Lebih Tinggi adalah: 1) menyadari dimana saya sekarang, 2) merasakan dengan kuat bahwa saya ingin berubah, 3) merenungkan apakah pusat saya sendiri dan apakah motivasi saya yang paling dalam, 4) menemukan dan mengatasi rintangan, 5) menggali banyak kemungkinan untuk melangkah maju, 6) menetapkan hati saya pada sebuah jalan, dan 7) tetap menyadari bahwa ada banyak jalan.

Bila SQ seseorang telah berkembang dengan baik, maka tanda-tanda yang akan terlihat pada diri seseorang adalah: 1) kemampuan bersikap

fleksibel, 2) tingkat kesadaran diri tinggi, 3) kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, 4) kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, 5) kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, 6) keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu, 7) kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal (berpandangan holistik), 8) kecenderungan nyata untuk bertanya “Mengapa?” atau “Bagaimana jika?” untuk mencari jawaban yang mendasar, dan 9) memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi.

Meskipun Zohar dan Marshall tidak mengaitkan spiritual dengan agama, namun penulis melihat bahwa kecerdasan spiritual merupakan sumber jiwa keagamaan bagi manusia. Kecerdasan spiritual adalah kemampuan internal bawaan otak dan jiwa manusia, yang sumber terdalamnya adalah inti alam semesta sendiri. Mereka menyatakan kecerdasan spiritual tidak bergantung pada budaya maupun nilai, tetapi menciptakan kemungkinan untuk memiliki nilai-nilai itu sendiri. Kecerdasan spiritual membuat agama menjadi mungkin (bahkan mungkin perlu), tetapi kecerdasan spiritual tidak bergantung pada agama. Kecerdasan spiritual memang dapat membantu orang untuk menguatkan kehidupannya, tapi tanpa dilandasi agama maka orang tersebut menjadi “humanis”.

C. SUMBER JIWA KEAGAMAAN DALAM AJARAN ISLAM

Di dalam ajaran Islam sumber jiwa keagamaan disebut dengan fitrah. Fitrah beragama dalam diri manusia merupakan naluri yang menggerakkan hatinya untuk melakukan perbuatan “suci” yang diilhami oleh Tuhan Yang Maha Esa. Fitrah manusia mempunyai sifat suci, yang dengan nalurnya tersebut ia secara terbuka menerima kehadiran Tuhan Yang Maha Suci. Berdasarkan Al Qur’an Surat Ar Rùm ayat 30:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ
ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

“Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; tetaplah atas fitrah Allah yang menciptakan manusia menurut fitrah itu. Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”.

Ayat di atas menjelaskan secara naluri manusia memiliki kesiapan untuk mengenal dan menyakini adanya Tuhan. Dengan kata lain, pengetahuan dan pengakuan terhadap tuhan sebenarnya telah tertanam secara kokoh dalam fitrah manusia. Namun, perpaduan dengan jasad telah membuat berbagai kesibukan manusia untuk memenuhi berbagai tuntutan dan berbagai godaan serta tipu daya duniawi yang lain telah membuat pengetahuan dan pengakuan tersebut kadang-kadang terlengahkan, bahkan ada yang berbalik mengabaikan.

Sedikitnya terdapat 9 (sembilan) makna fitrah yang dikemukakan oleh para ulama, yaitu:

1. Fitrah berarti suci. Menurut Al-Auza’i, fitrah berarti kesucian dalam jasmani dan rohani. Bila dikaitkan dengan potensi beragama, kesucian tersebut dalam arti kesucian manusia dari dosa waris atau dosa asal, sebagaimana pendapat Ismail Raji Al-Faruqi yang mengatakan bahwa manusia diciptakan dalam keadaan suci, bersih, dapat menyusun drama kehidupannya, tidak peduli dengan lingkungan keluarga, masyarakat macam apa pun ia dilahirkan.
2. Fitrah berarti Islam. Abu Hurairah berpendapat bahwa yang dimaksud dengan fitrah adalah agama. Pendapat ini berdasar pada hadits Nabi yang artinya: “Bukankah aku telah menceritakan kepadamu pada sesuatu yang Allah menceritakan kepadaku dalam kitab-Nya bahwa Allah menciptakan Adam dan anak cucunya berpotensi menjadi orang-orang muslim”. Berangkat dari pemahaman hadits tersebut di atas, maka anak kecil yang meninggal ia akan masuk surga. Karena ia dilahirkan dengan *din al-Islam*, walaupun ia terlahir dari keluarga non muslim.
3. Fitrah berarti mengakui ke-Esaan Allah (Tauhid). Manusia lahir dengan membawa konsep tauhid, atau paling tidak berkecenderungan untuk meng-Esakan tuhan dan berusaha terus mencari untuk mencapai ketauhidan tersebut. Jiwa tauhid adalah jiwa yang selaras dengan akal manusia.
4. Fitrah dalam arti murni (*Al-Ikhlash*). Manusia lahir dengan membawa berbagai sifat, salah satu di antaranya adalah kemurnian (keikhlasan) dalam menjalankan suatu aktivitas. Makna demikian didasarkan pada hadits Nabi Saw yang artinya: “Tiga perkara yang menjadikan selamat, yaitu ikhlas berupa fitrah Allah dimana manusia

diciptakan dari-Nya, shalat berupa agama dan taat berupa benteng penjagaan”.

5. Fitrah berarti kondisi penciptaan manusia yang cenderung menerima kebenaran.
6. Fitrah dalam arti potensi dasar manusia sebagai alat untuk mengabdikan dan ma'rifatullah. Sebagaimana firman Allah Surat Yasin ayat 22:

وَمَا لِي لَأَ أَعْبُدُ الَّذِي فَطَرَنِي وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ ﴿٢٢﴾

“Mengapa aku tidak menyembah (Allah) yang telah menciptakanku”

7. Fitrah dalam arti ketetapan atau kejadian asal manusia mengenai kebahagiaan dan kesesatannya. Manusia lahir dengan ketetapanannya, apakah nanti ia akan menjadi orang bahagia atau menjadi orang yang sesat.
8. Fitrah dalam arti tabiat alami manusia. Manusia lahir dengan membawa tabi'at (perwatakan) yang berbeda-beda. Watak tersebut dapat berupa jiwa pada anak atau hati sanubari yang dapat mengantarkan untuk sampai pada ma'rifatullah. Sebelum usia baligh, anak belum bisa membedakan antara iman dan kafir, karena wujud fitrah terdapat dalam *qalb* yang dapat mengantarkan pada pengenalan nilai kebenaran tanpa terhalang apa pun.
9. Fitrah dalam arti *instink* (*garizah*) dan wahyu dari Allah (*al-munazalah*) Ibnu Taimiyah membagi fitrah dalam dua macam:

a. Fitrah *al-munazalah*

Fitrah luar yang masuk dalam diri manusia. Fitrah ini dalam bentuk petunjuk al-Qur'an dan sunnah yang digunakan sebagai kendali dan pembimbing bagi Fitrah *al-garizah*

b. Fitrah *al-gharizah*

Fitrah inheren dalam diri manusia yang memberi daya akal yang berguna untuk mengembangkan potensi dasar manusia.

Di dalam al-Qur'an dinyatakan pula bahwa pengakuan manusia terhadap Allah sebagai Tuhannya telah dilakukannya sejak dia berada di dalam tulang sulbi orang tuanya. Allah berfirman dalam Q.S. al-A'raf ayat 172 yang berbunyi:

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِن بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ

بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ ﴿١٧٢﴾



Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): “Bukankah Aku ini Tuhanmu?” Mereka menjawab: “Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi.” (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: “Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan).”

Di dalam Hadis Rasulullah juga telah dinyatakan bahwa Fitrah manusia sejak lahir adalah beragama Tauhid, yakni mempunyai Tuhan yang Maha Esa. Hadis Rasulullah tersebut sebagai berikut:

Tidak ada anak yang dilahirkan (oleh orangtuanya) kecuali (dilahirkan) dalam keadaan suci (*fiṭ hrah*), hanya saja kedua orang-tuanya (lingkungannya) yang menjadikan dia Yahudi, Nasrani, atau Majusi. (HR Bukhari).

Di dalam al-Qur'an dinyatakan pula bahwa tidak akan pernah terjadi perubahan pada fitrah beragama manusia. Hal itu dinyatakan dalam firman Allah tentang kisah Fir'aun yang akhirnya mengakui Allah sebagai Tuhan Yang Maha Esa ketika dia akan tenggelam karena mengejar Nabi Musa. Kisah tersebut terdapat dalam Q.S. Yunus ayat 90 yang berbunyi:

﴿ وَجَنُوزَنَا بِنِي إِسْرَائِيلَ الْبَحْرَ فَاتَّبَعَهُمْ فِرْعَوْنُ وَجُنُودُهُ بَغْيًا وَعَدُوًّا حَتَّىٰ إِذَا أَدْرَكَهُ الْغَرَقُ قَالَ ءَأَمِنْتُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا الَّذِي ءَأَمَنْتَ بِهِ بَنُو إِسْرَائِيلَ وَأَنَا مِنَ

الْمُسْلِمِينَ ﴿٩٠﴾

Dan Kami memungkinkan Bani Israil melintasi laut, lalu mereka diikuti oleh Fir'aun dan bala tentaranya, karena hendak menganiaya dan menindas (mereka); hingga bila Fir'aun itu telah hampir tenggelam berkatalah dia: “Saya percaya bahwa tidak ada Tuhan melainkan Tuhan yang dipercayai oleh Bani Israil, dan saya termasuk orang-orang yang berserah diri (kepada Allah).”

Allah menjawab pengakuan Fir'aun terhadap Allah yang sangat terlambat itu dengan firman Allah dalam Q.S Yunus ayat 91-92 sebagai berikut:

ءَالْتَنَ وَقَدْ عَصَيْتَ قَبْلُ وَكُنْتَ مِنَ الْمُفْسِدِينَ ﴿٩١﴾ فَالْيَوْمَ نُنَجِّكَ بِبَدَنِكَ
لِتَكُونَ لِمَنْ خَلْفَكَ آيَةً وَإِنَّ كَثِيرًا مِّنَ النَّاسِ عَنْ آيَاتِنَا لَغَافِلُونَ ﴿٩٢﴾

Apakah sekarang (baru kamu percaya), padahal sesungguhnya kamu telah durhaka sejak dahulu, dan kamu termasuk orang-orang yang berbuat kerusakan. Maka pada hari ini Kami selamatkan badanmu supaya kamu dapat menjadi pelajaran bagi orang-orang yang datang sesudahmu dan sesungguhnya kebanyakan dari manusia lengah dari tanda-tanda kekuasaan Kami.

Sumber jiwa keberagamaan manusia untuk taat kepada Allah juga disebabkan Allah telah meniupkan ruh-Nya kepada manusia. Ruh manusia yang berasal dari Allah tentu merindukan kembali kepada asalnya. Allah berfirman dalam Q.S As-Sajadah ayat 9 yang berbunyi:

ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِن رُّوحِهِ ۗ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ ۗ قَلِيلًا مَّا
تَشْكُرُونَ ﴿٩﴾

Kemudian Dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalamnya roh (ciptaan)-Nya dan Dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati; (tetapi) kamu sedikit sekali bersyukur.

Allah juga memanggil jiwa-jiwa manusia untuk merasakan ketenangan dengan selalu mengingatNya. Allah menjanjikan ketenangan bagi jiwa yang selalu tunduk dan patuh terhadap perintah Allah dan menjauhi larangannya. Allah berfirman dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 28:

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

Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.

BAB IV

MOTIVASI BERAGAMA

A. PENGERTIAN MOTIVASI BERAGAMA

Kata motivasi berasal dari kata “*motion*” yang berarti gerakan atau sesuatu yang bergerak. Dalam perbuatan manusia motivasi disebut juga dengan perbuatan atau tingkah laku. Dalam psikologi “*motif*” diartikan juga sebagai rangsangan, dorongan, atau pembangkit tenaga untuk terwujudnya tingkah laku.

Abraham Maslow (1943: 1970) mengemukakan bahwa pada dasarnya semua manusia memiliki kebutuhan pokok yang disebut dengan motivasi. Maslow menggambarkan 5 (lima) tingkat kebutuhan tersebut dalam bentuk piramid, seorang memulai dorongan dari tingkatan terbawah. Lima tingkat kebutuhan itu dikenal dengan sebutan Hirarki Kebutuhan Maslow, dimulai dari kebutuhan biologis dasar sampai motif psikologis yang lebih kompleks; yang hanya akan penting setelah kebutuhan dasar terpenuhi. Kebutuhan pada suatu peringkat paling tidak harus terpenuhi sebagian sebelum kebutuhan pada peringkat berikutnya menjadi penentu tindakan yang penting. Piramida kebutuhan tersebut digambarkan Maslow sebagai berikut:



Lima tingkatan kebutuhan menurut Maslow terdiri dari kebutuhan fisik, kebutuhan rasa aman, kebutuhan memiliki dan cinta, kebutuhan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri. Kebutuhan fisik terdiri dari makan, minum, dan tempat tinggal. Kebutuhan rasa aman terdiri dari keamanan, stabilitas, dan terbebas dari ketakutan. Kebutuhan memiliki dan cinta meliputi kebutuhan persahabatan, keluarga, cinta, dan dukungan. Kebutuhan dihargai mencakup kebutuhan berprestasi, pengakuan, penghormatan, dan keahlian. Kebutuhan aktualisasi diri mencakup kebutuhan mengembangkan bakat dan kreativitas.

Menurut Herzberg (1966), ada dua jenis faktor yang mendorong seseorang untuk berusaha mencapai kepuasan dan menjauhkan diri dari ketidakpuasan. Dua faktor itu disebutnya faktor *higiene* (faktor ekstrinsik) dan faktor motivator (faktor intrinsik). Faktor *higiene* memotivasi seseorang untuk keluar dari ketidakpuasan, termasuk di dalamnya adalah hubungan antar manusia, imbalan, kondisi lingkungan, dan sebagainya. Faktor motivator memotivasi seseorang untuk berusaha mencapai kepuasan, yang termasuk di dalamnya adalah prestasi, pengakuan, kemajuan tingkat kehidupan.

Teori kognitif tentang motivasi (*cognitive theory of motivation*) dari Vroom (1964) menjelaskan alasan seseorang tidak akan melakukan sesuatu yang ia yakini ia tidak dapat melakukannya, sekalipun hasil dari pekerjaan itu sangat dapat ia inginkan. Menurut Vroom, tinggi rendahnya motivasi seseorang ditentukan 3 (tiga) komponen, yaitu: 1) Ekspektasi (harapan) keberhasilan pada suatu tugas, 2)

Instrumentalis, yaitu penilaian tentang apa yang akan terjadi jika berhasil dalam mela-kukan suatu tugas (keberhasilan tugas untuk mendapatkan hasil tertentu), dan 3) Valensi, yaitu respon terhadap hasil seperti perasaan positif, netral, atau negatif. Motivasi tinggi jika usaha menghasilkan sesuatu yang melebihi harapan. Motivasi rendah jika usahanya menghasilkan kurang dari yang diharapkan.

Mc Clelland (1961), menyatakan bahwa ada tiga hal penting yang menjadi kebutuhan atau motivasi manusia, yaitu: 1) *Need for achievement* (kebutuhan berprestasi), 2) *Need for affiliation* (kebutuhan akan hubungan sosial), dan 3) *Need for Power* (dorongan untuk mengatur).

Alderfer menengahkan teori motivasi ERG singkatan dari *Existence* (keberadaan), *Relatedness* (hubungan), dan *Growth* (pertumbuhan). Teori ini sedikit berbeda dengan teori Maslow. Alderfer mengemukakan bahwa jika kebutuhan yang lebih tinggi tidak atau belum dapat dipenuhi maka manusia akan kembali pada gerak yang fleksibel dari pemenuhan kebutuhan dari waktu ke waktu dan dari situasi ke situasi.

Berbagai penjelasan di atas menunjukkan bahwa motivasi adalah energi dasar yang menjadikan seseorang melakukan sesuatu. Dalam beragama manusia juga memiliki motivasi tertentu. Motivasi beragama selalu juga diartikan sebagai sesuatu yang mendorong orang untuk beragama yang secara spontan terjadi pada manusia.

B. MACAM-MACAM MOTIVASI BERAGAMA

Menurut Psikologi Agama, motivasi beragama bukanlah motivasi yang berdiri sendiri seperti motivasi makan, minum, dan sejenisnya. Motivasi beragama adalah bagian dari motivasi lain seperti motivasi akan rasa aman, motivasi dicintai, dan motivasi pernyataan diri dan sejenisnya.

Menurut Dister ada 4 (empat) macam motivasi beragama pada manusia yaitu:

1. Motivasi untuk Mengatasi Rasa Frustrasi

Pandangan ini berasal dari Frued yang memandang agama merupakan jawaban manusia terhadap frustrasi yang dialaminya dalam berbagai bidang kehidupannya. Manusia bertindak religius karena dia meng-

alami frustrasi dan untuk mengatasi frustrasi tersebut. Penyebab frustrasi dalam kehidupan ada 4 macam:

- a. frustrasi karena alam
- b. frustrasi karena sosial
- c. frustrasi karena moral
- d. frustrasi karena maut (Dister, 1982: 80)

Bukan hanya Frued yang berpendapat bahwa penyebab manusia beragama adalah frustrasi, Jung juga berpendapat hampir senada dengan Frued. Jung menyatakan bahwa agama menjadi sarana yang ampuh dan obat yang manjur untuk menyembuhkan penyakit neurosis pada manusia (Manuhin, 1994: 26).

Pandangan ini muncul disebabkan pengalaman keduanya sebagai psikiater. Orang-orang yang mengalami gangguan jiwa yang datang ke klinik mereka yang dijadikan objek penelitian. Bagi pasien tersebut agama ternyata menjadi salah satu terapi yang ampuh dalam penyembuhan penyakitnya.

Memang tidak dapat dipungkiri bahwa frustrasi dapat meningkatkan aktivitas-aktivitas keagamaan pada seseorang. Namun banyak juga frustrasi yang menyebabkan seseorang jauh dari agama. Jika demikian kelompok tertentu mungkin akan lebih giat beragama ketika frustrasi, sementara kelompok lain akan semakin jauh dari agama pada saat mengalami frustrasi.

Oleh sebab itu terlalu sederhana dan apriori jika disimpulkan bahwa frustrasi merupakan penyebab seseorang beragama. Sebab dua kemungkinan menjauh dan mendekat terhadap ajaran agama dapat disebabkan frustrasi.

Kehidupan yang bahagia menjauhkan seseorang dari rasa frustrasi. Penelitian Beit-Hallahmi and Argyle (1997) menunjukkan bahwa seseorang lepas dari rasa tertekan dan merasa bahagia ketika dia melaksanakan ajaran agama, khususnya ketika seseorang melakukan ibadah. Kondisi ini lebih menguat pada orang-orang yang berusia lebih tua.

2. Motivasi Agama Sebagai Sarana untuk Menjaga Kesusilaan dan Tata Tertib Masyarakat

Selalu jika ditanyakan kepada manusia mengapa mereka mendidik anak-anaknya beragama, mereka umumnya menjawab: “karena dengan agama mereka akan menjadi orang yang baik.” Pertanyaan senada pernah ditanyakan kepada para orangtua di Prancis dalam sebuah penelitian. Responden yang berusia antara 18-30 tahun terdiri dari orang-orang yang taat beragama (73%), percaya kepada ketuhanan Kristus (62%), sangat sering berdoa (10%), sering berdoa (19%) tersebut memberikan jawaban sebagai berikut:

- 30% mendidik anaknya dengan ajaran agama karena tradisi.
- 28% pendidikan agama akan menanamkan moral pada anak
- 30% karena pendidikan agama akan membantu anak untuk hidup lebih baik dan memberikan pengangan dan menarik perhatian anak-anak terhadap nilai-nilai kemanusiaan dan sosial, dan
- 12% didorong keyakinan agama yaitu untuk menjadikan mereka beriman dan demi keselamatan jiwa mereka.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orangtua di Perancis mendidik anak mereka dengan ajaran agama cenderung pada alasan sosial dan tradisi daripada karena alasan agama. Tentu saja pengertian agama yang fungsional ini tidak jelek. Namun jika menyimpulkan bahwa alasan beragama untuk etika sosial terlalu sederhana.

Memandang agama sebagai alat pengaman sosial mengundang bahaya. Pertama, penggabungan nilai-nilai agama dan moral dapat membuat agama kehilangan substansinya masing-masing, padahal agama berlalu universal, sedangkan moral selalu berlaku lokal. Kedua, bila agama dipakai sebagai sarana untuk menjamin lancarnya kehidupan sosial moral, agama dapat disalahgunakan penguasa untuk mempertahankan kekuasaannya. Jadi, secara fungsional dapat diakui bahwa agama dapat menjaga tatanan moral, tetapi agama tidak saja bersifat fungsional tetapi agama adalah kebutuhan alami manusia, meskipun tanpa alasan sosial.

Agama dapat menjadi dukungan sosial disetujui oleh banyak ahli Psikologi Agama. Nielsen menyatakan keterlibatan dalam agama merupakan jalan mendapatkan dukungan sosial. Orang-orang akan merasa lebih bahagia ketika dia berada di lingkungan orang-orang yang mendukung-

nya. Kelompok agama cenderung memberi dukungan kepada anggota kelompoknya. Orang yang dekat dengan Tuhan dipandang sebagai pribadi yang layak mendapatkan dukungan (Nielsen, 1998).

3. Motivasi untuk Memuaskan Intelekt yang Ingin Tahu

Ahli Psikologi Agama yang berpendapat bahwa motivasi beragama untuk memuaskan intelektualnya mengemukakan alasan sebagai berikut:

Pertama, agama dapat menyajikan pengetahuan rahasia yang menyelamatkan, sebagaimana aliran 'gnosis,' sebuah aliran keagamaan yang memasuki alam dunia Yunani-Romawi pada abad-abad pertama tarikh masehi. Aliran ini membebaskan para penganutnya dan kejasmanian yang dianggap menghambat dan menyiksa manusia serta menghantarkannya kepada keabadian. Dalam dunia modern dari sudut psikologi aliran ini dipandang sama dengan "*Christin Science*" bahkan mungkin dapat digolongkan ke dalam aliran kebatinan.

Kedua, dengan menyajikan moral, maka agama dapat memuaskan intelek manusia yang ingin tahu apa dan bagaimana yang dilakukannya dalam hidupnya agar mencapai tujuan hidupnya. Ketiga, agama menyajikan pengetahuan tentang arah dan tujuan hidupnya. Secara psikologis manusia memerlukan keterarahan untuk hidupnya. Bila hidup tidak berarah, tiada asal dan tujuan, maka kacau balaulah kehidupan dan cenderung tidak berarti.

4. Motivasi Mendapatkan Rasa Aman

Semua manusia memiliki rasa takut yang menyebabkan mereka merasa tidak aman. Ketakutan dapat dibagi ke dalam dua kelompok. Pertama, ketakutan yang berobjek, seperti manusia takut kepada binatang, manusia, dan lain-lain. Kedua, ketakutan yang tidak berobjek, seperti takut begitu saja, cemas hati, gelisah, dan sejenisnya. Dalam kondisi seperti itu seseorang merasa takut, tetapi tidak tahu apa yang ditakutinya. Kierkegaard mengatakan justru yang membedakan manusia dari hewan adalah kemampuannya untuk cemas hati (ketakutan tanpa objek). Sementara Heidegger berpendapat, perasaan takut yang mendalam merupakan sumber filsafat, sejauh perasaan tersebut membuat seseorang

mengalami "jurang ketiadaan" yang menganga bagi orang yang menyadari kerapuhan serta kefanaan dirinya.

Berbagai penyelidikan tentang ketakutan tanpa objek seperti ketakutan yang terselubung di balik rasa malu, rasa bersalah, dan takut mati menyebabkan seseorang mencari suatu kekuatan sebagai tempat berlindung. Oleh sebab itu Psikologi Agama memandang ketakutan tanpa objek ini dapat mendorong seseorang memilih agama sebagai tempat berlindung sebagaimana halnya dengan frustrasi. Para ahli Psikologi Agama menyatakan: "Agama merupakan pengungsian bagi manusia dari ketakutannya."

Memang terlalu sederhana bila mengatakan bahwa ketakutan menyebabkan seseorang beragama, namun harus diakui dalam kondisi takut seseorang mungkin mengambil salah satu dari dua sikap untuk mengatasi ketakutannya. Pertama, mencari perlindungan, pada kondisi ini orang mungkin mencarinya di dalam ajaran agama. Kedua, berusaha menekan rasa takut dengan melakukan kompensasi, sublimasi, dan sejenisnya. Kompensasi dapat berupa kegiatan hura-hura, rekreasi, atau kegiatan-kegiatan yang bermanfaat lainnya. Sublimasi dapat berupa memindahkan ketakutan kepada kegiatan lain seperti melakukan hal-hal yang bermanfaat atau mengikuti kegiatan-kegiatan yang disenangi, bahkan mungkin mengikuti kegiatan keagamaan. Bagaimanapun ketakutan menurut Nico adalah gejala, simpton, sinyal, dan peringatan itu memperingatkan manusia bahwa dasar-dasar eksistensinya ada di luar kuasa manusia sendiri (Nico, 1992: 112).

Keempat motivasi beragama di atas memang belum seluruhnya menjawab pertanyaan apa sebenarnya motivasi manusia beragama, namun perdebatan psikologi sebagai ilmu empiris baru bisa menjelaskan sebatas itu. Persoalan beragama itu menjadi bagian rahmat dan hidayah Tuhan, tidak bisa dikaji psikologi, karena masalah tersebut berada di luar wilayah pengetahuan empiris.

C. MOTIVASI BERAGAMA DALAM ISLAM

Di samping fitrah agama yang telah dianugerahkan Allah kepada manusia sejak lahir, di dalam al-Qur'an ada banyak hal yang mendorong manusia untuk taat kepada Allah. Hal-hal yang mendorong manusia untuk taat kepada Allah antara lain:

1. Mengharapkan cinta Allah.

Banyak ayat al-Qur'an yang menceritakan bahwa orang-orang yang taat kepada Allah akan mendapatkan cinta Allah yang tiada terbatas dan tidak terhitung manusia. Di antaranya firman Allah dan Q.S. Fuṣilat ayat 30:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا
وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣٠﴾

“Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: ‘Rabb kami ialah Allah’ kemudian mereka istiqomah pada pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): ‘Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu.’” (QS Fuṣilat: 30)

2. Melepaskan diri dari rasa putus asa dengan pertolongan Allah.

Putus asa dan keimanan adalah dua hal yang saling berseberangan. Seorang yang beriman tidak akan putus asa terhadap rahmat Allah, sebab dia meyakini Allah akan memberikan jalan keluar dari setiap kesulitan yang dialaminya. Ya'kub pernah berpesan kepada anak-anaknya agar jangan putus asa atas rahmat Allah. Pesan Ya'kub ini difirmankan Allah dalam Q.S Yūsuf ayat 87:

يَبْنِي أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا
يَأْيَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾

Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir.”

Di dalam Q.S. surat Alam Nasyrah ayat 5-6 Allah berfirman:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.

Allah juga berfirman agar tidak putus asa seseorang harus selalu sabar dalam menghadapi cobaan dalam Q.S, al-Baqarah ayat 155-156:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ
وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

“Wahai orang-orang yang beriman mintalah pertolongan melalui Sabar dan Shalat, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar. Dan benar-benar akan Kami uji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, dan kekurangan buah-buahan, dan berilah kabar gembira bagi orang-orang yang sabar, (yaitu) yang apabila mereka tertimpa musibah mereka mengatakan “Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya kami kembali”.

Jaminan Allah terhadap janji ketenangan jiwa bagi orang yang bertakwa dijelaskan Allah dalam firman-Nya dalam Q.S. at-Talàq ayat 2-3:

... وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ تَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ
عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ﴿٣﴾ إِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٤﴾

“Barang siapa bertakwa kepada Allah maka Dia akan menjadikan jalan keluar baginya, dan memberinya rizki dari jalan yang tidak ia sangka, dan barang siapa yang bertawakkal kepada Allah maka cukuplah Allah baginya, Sesungguhnya Allah melaksanakan kehendak-Nya, Dia telah menjadikan untuk setiap sesuatu kadarnya”.

3. Mengharapkan kehidupan yang bahagia di Akhirat.

Banyak ayat al-Qur'an yang memotivasi manusia taat kepada Allah agar mereka mendapatkan kehidupan yang bahagia di akhirat. Allah menjanjikan hidup bahagia di akhirat bagi orang-orang beriman. Di antara ayat-ayat al-Qur'an yang berisi janji Allah tentang balasan hidup bahagia di akhirat bagi hambaNya yang beriman dan beramal shaleh terdapat dalam Q.S. al-Bayyinah ayat 7-8:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ ﴿٧﴾ جَزَاءُ هُمْ

عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ عَدْنٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ
عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ حَشِيَ رَبَّهُ

Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh, mereka itu adalah sebaik-baik makhluk. Balasan mereka di sisi Tuhan mereka ialah syurga 'Adn yang mengalir di bawahnya sungai-sungai; mereka kekal di dalamnya selama-lamanya. Allah ridha terhadap mereka dan merekapun ridha kepadaNya. Yang demikian itu adalah (balasan) bagi orang yang takut kepada Tuhannya.

4. Membina hubungan baik dengan manusia

Di dalam agama Islam diajarkan bahwa manusia yang paling baik adalah manusia yang paling banyak manfaatnya bagi orang lain. Orang-orang yang beriman selalu menjadi orang yang mendatangkan keuntungan bagi orang-orang di sekitarnya. Rasulullah menjelaskan sebaik-baik manusia adalah orang yang paling bermanfaat untuk manusia yang lainnya (*khairunnâs anfa'uhum linnaas*). Menjadi orang yang bermanfaat bagi orang lain merupakan perkara yang sangat dianjurkan oleh agama. Hal ini menjadi indikator berfungsinya nilai kemanusiaan yang sebenarnya. Eksistensi manusia sebenarnya ditentukan oleh kemanfaatannya pada yang lain. Adakah dia berguna bagi orang lain, atau malah sebaliknya menjadi parasit buat yang lainnya. Permisalan umum yang sering diungkapkan adalah "hiduplah bagai seekor lebah, jangan seperti lalat."

Seekor lebah dia hidup selalu dari yang indah/bersih, dia hinggap di tangkai bunga tanpa mematahkannya, dia mengeluarkan sesuatu dzat yang sangat berguna atau menyehatkan yaitu madu. Sedangkan lalat, dia hidup selalu di lingkungan yang kotor, memberikan atau menyebarkan penyakit ke mana-mana.

Nabi Saw bersabda, "Orang yang paling buruk kedudukannya di sisi Allah pada hari kiamat adalah orang yang dijauhi manusia karena takut pada kejahatannya" (HR. Ahmad, Al Hakim). Orang yang berakhlak buruk, digambarkan Nabi saw sebagai orang yang bangkrut. Nabi saw bersabda, "Tahukah kalian siapa orang yang bangkrut?" Mereka menjawab, "Orang yang bangkrut adalah yang tidak mempunyai uang dan harta." Beliau lalu menjelaskan, "Orang yang bangkrut di antara umatku

adalah orang yang datang pada hari kiamat dengan membawa pahala salat, puasa dan zakatnya. Namun ia pernah mencela orang, mencaci orang, memakan harta orang, memukul, dan menumpahkan darah orang. Maka, ia pun harus memberikan pahala amal baiknya kepada orang-orang itu. Jika amal baiknya sudah habis sebelum dibayar semua, diambillah dosa mereka untuk diberikan kepadanya. Maka ia pun dilemparkan ke neraka" (HR. Muslim).

Seorang puteri Abi Lahab berkata, "seorang laki laki berdiri saat Nabi sedang di atas mimbar, ia bertanya, "siapakah manusia yang terbaik, ya Rasulullah?" beliau menjawab, "manusia terbaik adalah yang paling banyak bacaan dan ilmu al-Qur'annya, paling bertaqwa dan paling suka beramar ma'ruf nahi munkar, serta paling rajin menyambung silaturahmi." (HR. Ahmad)

Jawaban ini merupakan jawaban tuntas dari pertanyaan "siapa manusia terbaik?" Pertama, yang paling banyak membaca dan tahu isi al-Qur'an, sumber ilmu, dan kebenaran. Kedua orang yang bertakwa dan melakukan amar ma'ruf serta mencegah kemungkaran. Ini mutlak dibutuhkan karena keshalehan pribadi saja tidaklah cukup. Ketiga, rajin silaturahmi yang mengindikasikan jalinan hubungan yang baik dengan sesama makhluk. Setiap orang yang melakukan ketiga hal ini akan mendapat gelar "*khairu an-nâs*" manusia terbaik.

Pada riwayat lain dari Abu Hurairah dalam sebuah hadis panjang Rasulullah saw bersabda: "Sebaik-baik orang di antara kalian adalah yang kabaikannya selalu diharapkan dan orang merasa aman dari keburukannya, sedang seburuk-buruk orang di antara kalian adalah yang kabaikannya tidak pernah diharapkan, dan orang tidak merasa aman dari keburukannya." (HR. Timidzi dan Ahmad, disahihkan Syeih al Albani)

Pada riwayat lain dari Aisyah berkata, Rasulullah saw bersabda: "Sebaik-baiknya kalian adalah yang paling baik terhadap keluarganya. Dan aku adalah yang terbaik terhadap keluargaku...." (HR. At- Tirmidzi)

Beberapa ayat al-Qur'an dan hadis Nabi di atas mengemukakan bahwa motivasi beragama dalam ajaran Islam dapat dibagi kepada dua bentuk:

1. Motivasi intrinsik yang terdiri dari rasa ketenangan dan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

2. Motivasi ekstrinsik yang terdiri untuk mendapatkan dukungan masyarakat dan balasan surga

BAB V

PERKEMBANGAN JIWA BERAGAMA PADA MASA ANAK-ANAK

A. TAHAP PERKEMBANGAN ANAK

Masa anak-anak dimulai dari masa bayi sampai usia 14 tahun. Pada anak-anak perempuan masa anak-anak dilewati dari masa bayi sampai 13 tahun dan bagi anak-anak laki-laki dari masa bayi sampai 14 tahun. Secara umum tahap perkembangan terdiri dari dua bagian yaitu masalah anak-anak awal (masa usia dini) dan masa anak-anak akhir (masa sekolah).

1. Masa Bayi
2. Masa anak-anak awal (masa usia dini)
3. Masa anak-anak akhir (masa usia sekolah)
4. Masa anak-anak akhir

Beberapa ahli telah membahas tahap perkembangan pada masa anak-anak. Menurut Kohnstamm, tahap perkembangan kehidupan anak terdiri dari tiga periode, yaitu:

1. Umur 0 – 3 tahun, periode vital atau menyusui.
2. Umur 3 – 6 tahun, periode estetis atau masa mencoba dan masa bermain.
3. Umur 6 – 12 tahun, periode intelektual (masa sekolah)

Elizabeth B. Hurlock merumuskan tahap perkembangan anak terdiri dari lima tahap sebagai berikut:

1. Masa Prnatal, saat terjadinya konsepsi sampai lahir.
2. Masa Neonatus, saat kelahiran sampai akhir minggu kedua.
3. Masa Bayi, akhir minggu kedua sampai akhir tahun kedua.

4. Masa Kanak- Kanak awal, umur 2 - 6 tahun.
5. Masa Kanak- Kanak akhir, umur 6 - 10 atau 11 tahun.

Kretschmer membagi perkembangan anak menjadi 4 (empat) fase, yaitu:

1. *Fullungs* (Periode I), pada umur 0;0 – 3;0. Pada masa ini dalam keadaan pendek, gemuk, bersikap terbuka, mudah bergaul dan mudah didekati.
2. *Strecungs* (Periode I), pada umur 3;0 – 7;0. Kondisi badan anak nampak langsing, sikap anak cenderung tertutup, sukar bergaul dan sulit didekati.
3. *Fullungs* (Periode II), pada umur 7;0 – 13;0. Kondisi fisik anak kembali menggemuk
4. *Strecungs* (Periode II) pada umur 13;0 – 20;0. Pada saat ini kondisi fisik anak kembali langsing.

Aristoteles merumuskan perkembangan anak dengan 3 (tiga) fase perkembangan yakni:

1. Fase I, pada usia 0;0 – 7;0 yang disebut masa anak kecil dan kegiatan pada fase ini hanya bermain.
2. Fase II, pada usia 7;0 – 14;0 yang disebut masa anak atau masa sekolah dimana kegiatan anak mulai belajar di sekolah dasar.
3. Fase III, pada usia 14;0 – 21;0 yang disebut dengan masa remaja atau pubertas, masa ini adalah masa peralihan dari anak menjadi dewasa.

Frued membagi perkembangan anak menjadi 6 (enam) fase perkembangan yakni:

1. Fase Oral, pada usia 0;0 – 1;0. Pada fase ini, mulut merupakan Sentral pokok keaktifan yang dinamis.
2. Fase Anal, pada usia 1;0 – 3;0 Pada fase ini, dorongan dan tahanan berpusat pada alat pembuangan kotoran.
3. Fase Falis, pada usia 3;0 – 5;0. Pada fase ini, alat-alat kelamin merupakan daerah organ paling perasa
4. Fase Latent, pada usia 5;0 – 12/13;0 Pada fase ini, impuls-impuls cenderung berdada pada kondisi tertekan

Williams membagi perkembangan anak menjadi 4 (empat) masa perkembangan yakni:

1. Masa Nursery dan kindergarten yaitu, pada usia 0;0 – 6;0
2. Masa cepat memperoleh kekuatan/tenaga, yaitu pada usia 6;0 – 10;0
3. Masa cepat berkembangnya tubuh, yaitu pada usia 10;0 – 14;0

Comensky membagi perkembangan anak menjadi 2 (dua) tahap, yaitu:

1. *Scola Materna* (sekolah ibu) pada usia 0;0 – 6;0. Pada fase ini, anak mengembangkan organ tubuh dan panca indra di bawah asuhan ibu (keluarga)
2. ***Scola Vermacula (sekolah bahasa ibu)*** pada usia 6;0 – 12;0. Pada fase ini, anak mengembangkan pikiran, ingatan, dan perasaannya di sekolah dengan menggunakan bahasa daerah (bahasa ibu).

Jean Jaques Rosseau dalam bukunya yang terkenal yaitu “*Emile eu du l’education*” membagi tahapan perkembangan anak antara lain:

1. Pada usia 0;0 – 2;0 tahun adalah masa asuhan
2. Pada usia 2;0 – 12;0 tahun adalah masa pentingnya pendidikan jasmani dan alat-alat indera.

Maria Montessori membagi perkembangan anak menjadi 2 (dua) tahap, yaitu:

1. Pada usia 1;0 – 7;0 adalah masa penerimaan dan pengaturan rangsangan dari dunia luar dari alat dria.
2. Pada usia 7;0 – 12;0 adalah masa dimana anak sudah mulai memperhatikan masalah kesusilaan, mulai berfungsi perasaan ethisnya yang bersumber dari kata-kata hatinya dan dia mulai tahu kebutuhan orang lain

Skinner membagi perkembangan anak menjadi *Prenatal Stages* dan *Postanal Stages* dengan perincian sebagai berikut:

1. *Prenatal Stages: Genital* : *a fortnigh after consepsion* (saat perencanaan) Embryo : Dari *Consepsion* sampai pada 6 bulan, Fetus : Dari 6 bulan sampai ia lahir ke dunia.

2. *Postnatal stages*: Parturate : Pada saat ia lahir ke dunia sampai pada Neonate, 2 (dua) bulan pertama setelah anak lahir ke dunia, Infant : 2 tahun pertama, setelah anak lahir ke dunia, Preschool child : Pada usia 6;0 – 9;0 tahun, Intermediate School : pada usia 9;0 – 12;0 tahun.

Oswald Kroh berpendapat perkembangan jiwa anak berjalan secara evolutif. Pada proses tersebut pada waktu-waktu tertentu mengalami kegoncangan (aktivitas revolusi). Kegoncangan ini oleh Kroh disebut 'Trotz Periode'. Umumnya tiap anak akan mengalaminya sebanyak dua kali, yakni trotz I sekitar usia 3/4 tahun. Trotz II usia 12 tahun bagi putri dan usia 13 tahun bagi laki-laki. Kroh membagi tahap perkembangan anak sebagai berikut:

1. Dari lahir hingga trotz periode I disebut sebagai masa anak awal (0;0 – 03;0/04;0)
2. Dari Trotz periode I Hingga Trotz periode II disebut masa keserasian bersekolah (03;0/04;0- – 12;0/13;0)

Charlotte membagi perkembangan anak menjadi 4 (empat) fase, yaitu:

1. Fase I (0;0 – 1;0), Pada fase ini perkembangan sikap subyektif menuju obyektif,
2. Fase II (1;0 – 4;0), Pada fase ini makin meluasnya hubungan pada benda-benda sekitarnya, atau mengenal dunia secara subyektif.
3. Fase III (4 – 8;0), Pada fase ini individu memasukkan dirinya ke dalam masyarakat secara obyektif, adanya hubungan diri dengan lingkungan sosial dan mulai menyadari akan kerja, tugas serta prestasi.
4. Fase IV (8;0 – 13;0), Pada fase ini mulai munculnya minat ke dunia obyek sampai pada puncaknya, ia mulai memisahkan diri dari orang lain dan sekitarnya secara sadar

Havigurst meninjau perkembangan anak global yakni sebagai berikut:

1. 0;0 – 6;0 masa *infancy and early childhood*
2. 6;0 – 12;0 masa *midle childhood*

B. TEORI PERTUMBUHAN AGAMA PADA ANAK

Sebelum kita membicarakan perkembangan jiwa beragama pada anak-anak ada baiknya kita telaah terlebih dahulu teori tentang pertumbuhan jiwa beragama pada anak. Ada dua teori besar yang menjelaskan pertumbuhan jiwa beragama pada anak-anak. Kedua teori tersebut adalah teori ketergantungan (*sense of depends*) dari Thomas dan teori *instink* keagamaan dari Woodworth.

1. Teori Rasa Ketergantungan (*sense of depends*)

Teori yang dikemukakan oleh Thomas ini menyatakan bahwa ada empat kebutuhan pokok manusia, sehingga teori ini disebut juga dengan teori 4 kebutuhan (*four wishes*). Menurut Thomas manusia dilahirkan dengan empat kebutuhan/keinginan utama yaitu:

- a. Keinginan untuk perlindungan (*security wish*)
- b. Keinginan untuk mendapatkan pengalaman baru (*new experience wish*)
- c. Keinginan untuk mendapatkan tanggapan (*response wish*), dan
- d. Keinginan untuk dikenal (*recognition wish*)

Dari keinginan-keinginan ini berkembang kebutuhan dan ketergantungan manusia terhadap manusia, dan manusia terhadap Tuhannya. Pada awalnya anak-anak menganggap orangtuanya dapat memenuhi semua kebutuhannya. Orangtua dapat menjadi penjaga, pelindung, dan penyedia semua kebutuhannya. Namun pada akhirnya anak-anak mengetahui bahwa orangtua mereka memiliki keterbatasan dan memerlukan perlindungan dari zat yang lebih kuat dari dirinya, bahkan dari seluruh manusia yaitu Tuhan. Berdasarkan proses sosialisasi inilah menurut Thomas muncul rasa keagamaan pada anak.

2. Teori Instink Keagamaan

Menurut Woodworth, bayi yang baru dilahirkan sudah memiliki instink keagamaan, sebagai salah satu dari beberapa instink yang dibawa anak sejak lahir. Instink keagamaan ini belum terlihat pada diri anak karena fungsi kejiwaan yang menopang berfungsinya instink keagamaan tersebut belum sempurna. Misalnya instink sosial anak sebagai potensi bawaan sebagai makhluk sosial (*homo socius*) baru akan berfungsi setelah anak

dapat bergaul dan berkemampuan untuk berkomunikasi. Jadi instink sosial itu tergantung pada kematangan fungsinya.

Pendapat ini banyak mendapat kritik, terutama dari ahli psikologi behaviorisme, mereka mengatakan kalau potensi beragama sudah ada sejak lahir, mengapa ada orang yang tidak mempercayai agama? Dan mengapa terjadi perbedaan agama di dunia?

3. Teori Fitrah

Jika dipandang dari sudut ajaran Islam, maka Islam juga mengatakan bahwa potensi beragama telah dibawa manusia sejak lahir. Potensi tersebut dinamai “fitrah” yaitu sebuah kemampuan yang ada dalam diri manusia untuk selalu beriman dan mengakui adanya Allah Yang Maha Esa sebagai pencipta manusia dan alam. Namun di dalam Islam juga dijelaskan bahwa potensi tersebut hanya akan berkembang bila anak-anak dibesarkan dalam lingkungan yang memberi kesempatan tumbuh kembangnya potensi beragama anak. Jika tidak anak-anak akan mengakui berbagai macam nama Tuhan. Tetapi untuk membuktikan bahwa potensi itu ada, di dalam Islam dijelaskan bahwa dalam kondisi terdesak setiap manusia akan mencari perlindungan kepada Tuhan, meskipun dalam kondisi normal dia melupakan bahkan mengingkari Tuhan. Misalnya, kisah Fir’aun yang mengakui Tuhan Musa menjelang ajalnya ketika ditenggelam Allah di Laut Merah.

Dalam Al-Quran kata *fiṭrah* dalam berbagai bentuknya terulang sebanyak dua puluh delapan kali, empat belas diantaranya dalam konteks uraian tentang bumi dan atau langit. Sisanya dalam konteks penciptaan manusia baik dari sisi pengakuan bahwa penciptanya adalah Allah, maupun dari segi uraian tentang *fiṭrah* manusia. Kata *fiṭrah* yang ditujukan kepada potensi beragama terdapat dalam firman Allah pada Q.S. Ar-Rum ayat 30 yang artinya: “Maka hadapkanlah wajahmu kepada agama, (pilihan) *fiṭrah* Allah yang telah menciptakan manusia atas *fiṭrah* itu. Tidak ada perubahan pada *fiṭrah* Allah. Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahuinya.”

Merujuk kepada *fiṭrah* yang dikemukakan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa manusia sejak asal kejadiannya, membawa potensi beragama yang lurus, dan dipahami oleh para ulama sebagai tauhid.

Selanjutnya dipahami juga, bahwa fitrah adalah bagian dan khalq (penciptaan) Allah. Kalau kita memahami kata la pada ayat tersebut dalam arti “tidak”, maka ini berarti bahwa seseorang tidak dapat menghindar dari fitrah itu. Dalam konteks ayat ini, ia berarti bahwa fitrah keagamaan akan melekat pada diri manusia untuk selama lamanya, walaupun boleh jadi tidak diakui atau diabaikannya.

C. TAHAP PERKEMBANGAN JIWA BERAGAMA PADA ANAK

Ernest Harm dalam bukunya *The Development of Religious on Children* sebagaimana dikutip Jalaludin mengatakan perkembangan agama pada anak-anak mengalami tiga tingkatan sebagai berikut:

1. *The Fairly Tale Stage* (Tingkat Dongeng)

Pada tahap ini anak yang berumur 3 – 6 tahun, konsep mengenai Tuhan banyak dipengaruhi oleh fantasi dan emosi, sehingga dalam menanggapi agama anak masih menggunakan konsep fantastis yang diliputi oleh dongeng-dongeng yang kurang masuk akal. Cerita Nabi akan dikhayalkan seperti yang ada dalam dongeng-dongeng.

Pada usia ini, perhatian anak lebih tertuju pada para pemuka agama daripada isi ajarannya dan cerita akan lebih menarik jika berhubungan dengan masa anak-anak karena sesuai dengan jiwa kekanak-kanakannya. Dengan caranya sendiri anak mengungkapkan pandangannya, pernyataan dan ungkapannya tentang Tuhan lebih bernada individual, emosional, dan spontan tapi penuh arti teologis.

2. *The Realistic Stage* (Tingkat Kepercayaan)

Pada tingkat ini pemikiran anak tentang Tuhan sebagai bapak beralih pada Tuhan sebagai pencipta. Hubungan dengan Tuhan yang pada awalnya terbatas pada emosi berubah pada hubungan dengan menggunakan pikiran atau logika.

Pada tahap ini terdapat satu hal yang perlu digarisbawahi bahwa anak pada usia 7 tahun dipandang sebagai permulaan pertumbuhan

logis, sehingga wajarlah bila anak harus diberi pelajaran dan dibiasakan melakukan shalat pada usia dini dan dipukul bila melanggarnya.

3. *The Individual Stage* (Tingkat Individu)

Pada tingkat ini anak telah memiliki kepekaan emosi yang tinggi, sejalan dengan perkembangan usia mereka. Konsep keagamaan yang individualistik ini terbagi menjadi tiga golongan:

- Konsep ketuhanan yang konvensional dan konservatif dengan dipengaruhi sebagian kecil fantasi.
- Konsep ketuhanan yang lebih murni, dinyatakan dengan pandangan yang bersifat personal (perorangan).
- Konsep ketuhanan yang bersifat humanistik, yaitu agama telah menjadi etos humanis dalam diri mereka dalam menghayati ajaran agama.

D. SIFAT BERAGAMA PADA ANAK-ANAK

Sifat agama pada anak-anak tumbuh mengikuti pola *ideas concept on authority*, artinya konsep keagamaan pada diri anak dipengaruhi oleh faktor dari luar diri anak. Hal tersebut dapat dimengerti karena anak sejak usia dini telah melihat dan mempelajari hal-hal yang berada di luar diri mereka. Di samping itu keberagaman seorang anak sejalan dengan tahap perkembangan kognitifnya yang berada pada tahap sensori motorik dan operasional konkrit. Orang tua mempunyai pengaruh terhadap anak sesuai dengan prinsip eksplorasi yang mereka miliki. Ketaatan pada ajaran agama merupakan kebiasaan yang dimiliki anak yang mereka pelajari dari para orang tua maupun guru. Berdasarkan hal tersebut, maka bentuk dan sifat agama pada anak dapat dibagi atas:

1. *Unreflective* (tidak mendalam)

Sifat ini ditunjukkan anak dengan menerima kebenaran ajaran agama tanpa kritik, tidak begitu mendalam dan sekedarnya saja. Mereka sudah cukup puas dengan keterangan-keterangan walau tidak masuk akal.

2. *Egocentris*

Sifat ini ditunjukkan dengan anak dengan perilaku melaksanakan ajaran agama anak lebih menonjolkan kepentingan dirinya dan Anak lebih menuntut konsep keagamaan yang mereka pandang dari kesenangan pribadinya. Misalnya ketika anak berdo'a/sholat, maka shalat yang dilakukan untuk mencapai keinginan-keinginan pribadi.

3. *Anthromorphis*

Sifat ini ditunjukkan anak dengan pemahaman anak terhadap konsep Tuhan tampak seperti menggambarkan aspek-aspek kemanusiaan. Anak memahami keadaan Tuhan sama dengan manusia, misalnya: pekerjaan Tuhan mencari dan menghukum orang yang berbuat jahat disaat orang itu berada dalam tempat yang gelap. Anak berpendapat Tuhan bertempat di surga yang terletak di langit dan tempat bagi orang yang baik. Bagi anak-anak Tuhan dapat melihat perbuatan manusia langsung kerumah-rumah mereka seperti layaknya orang mengintai.

4. *Verbalis dan Ritualis*

Sifat ini ditunjukkan anak dengan: kegemaran menghafal secara verbal kalimat-kalimat keagamaan, mengerjakan amaliah yang mereka laksanakan berdasarkan pengalaman menurut tuntutan yang diajarkan

5. *Imitatif*

Sifat ini ditunjukkan anak dengan cara anak suka meniru tindakan keagamaan yang dilakukan oleh orang-orang dilingkungannya terutama orang tuanya.

6. *Rasa Takjub/Kagum*

Sifat ini ditunjukkan anak dengan perilaku anak mengagumi keindahan-keindahan lahiriah pada ciptaan Tuhan, namun rasa kagum ini belum kritis dan kreatif.

Robert W. Crapps menyatakan ciri-ciri pokok dan sifat agama pada anak dapat dibagi atas:

- a. *Egocentric Orientation*
Orientasi egosentris masa kanak-kanak dilukiskan dalam penelitian Piaget tentang bahasa anak usia 3-7 tahun. Menurut Piaget bahasa anak tidak menyangkut orang lain, tetapi lebih merupakan monolog dan monolog kolektif. Anak-anak selalu berbicara untuk dirinya sendiri meskipun dia bersama orang lain. Misalnya ketika anak-anak berdoa kepada Tuhan dia hanya berdoa untuk dirinya dan keluarganya tidak untuk semua orang.
- b. *Anthropomorphic Concreteness*
Pada tahap ini, kata-kata dan gambaran keagamaan diterjemahkan dalam pengalaman-pengalaman yang sudah dijalani dalam bentuk orang-orang yang sudah dikenalnya. Semua ajaran agama dibayangkan sebagai manusia atau pengalaman yang telah dialaminya. Misalnya Tuhan dibayangkan anak-anak sebagai manusia yang berbadan besar yang kekuatannya melebihi manusia lainnya.
- c. *Experimentation, initiative, spontaneity*
Usia 4-6 tahun merupakan tahun kritis dimana anak pergi keluar rumah, mengambil inisiatif dan menampakkan diri di medan permainan bersama teman sepermainan dan orang dewasa lainnya. Anak-anak pada usia ini suka pergi ke mesjid mengikuti orang dewasa atau selalu mengikuti kegiatan keagamaan yang dilakukan orang tuanya di luar rumah.

E. USAHA MENGEMBANGKAN DAN MEMBINA KEAGAMAAN ANAK

Minat anak-anak terhadap agama sangat dipengaruhi oleh kondisi jiwa anak-anak yang suka meniru, menjelajah, ingin tahu, ingin mencoba dan sejenisnya. Anak-anak mengenal Tuhan melalui bahasa orang-orang di sekitarnya. Pada awalnya anak-anak mungkin acuh tak acuh mendengar nama Tuhan, namun lama kelamaan anak mulai merasa kagum terhadap kekuasaan Tuhan yang didengarnya dari orang-orang dewasa di sekitarnya. Kekaguman tersebut dapat juga berubah menjadi keraguan dan kegelisahan jika anak-anak merasa dikecewakan Tuhan.

Pada usia 3 dan 4 tahun anak-anak mungkin sering menanyakan pertanyaan yang ada hubungannya dengan agama, misalnya: Siapa Tuhan,

dimana Tuhan, dimana surga, bagaimana cara sampai ke surga? Cara anak-anak memandang alam dan Tuhan masih terikat dengan cara mereka memandang dirinya. Anak-anak belum mampu berpikir dan memahami hal-hal yang bersifat metafisik. Kepercayaan anak-anak sangat tergantung kepada apa yang didengarnya dari orangtua, guru, dan orang-orang yang ada di sekitarnya. Boleh jadi kepercayaan anak terhadap Tuhan masih bersifat kontradiktif. Misalnya anak-anak percaya bahwa Tuhan Maha Pengasih dan Maha Penyayang tetapi pada waktu yang bersamaan dia juga percaya bahwa Tuhan Maha Kejam karena akan membakar orang-orang yang berbuat dosa.

Konsep anak-anak mengenai agama bersifat riil dalam arti anak-anak menafsirkan apa yang dilihatnya dengan apa yang diketahuinya (Hurlock, 1992: 127). Sepanjang masa anak-anak usia dini, minat beragama bersifat egosentris. Doa misalnya pada anak-anak adalah upaya mencapai kehendak. Tuhan Maha Pemberi dan tak pernah meminta balasan. Pada masa ini anak-anak menerima keyakinan dengan unsur yang tidak nyata. Pengajaran agama dengan menggunakan cerita sangat cocok untuk anak-anak dini. Cerita yang disampaikan hendaknya berkisah tentang sifat Tuhan yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Sebab pada masa ini anak-anak kadang-kadang merasa takut kepada Tuhan. Menurut Waterink anak usia 6 tahun belum punya rasa berdosa terhadap apa yang dilakukannya, hanya lingkungan yang mengatakan kepadanya bahwa Tuhan tidak suka kepada kesalahan yang dilakukan anak, sehingga anak menjadi takut kepada Tuhan.

Pada usia 7 tahun perasaan anak terhadap Tuhan telah berkembang dari perasaan takut menjadi perasaan cinta dan hormat. Hubungan anak-anak dengan Tuhan telah mulai didasari oleh rasa percaya dan rasa aman. Pada saat yang bersamaan anak-anak mulai kritis terhadap kepercayaan terhadap Tuhan. Anak-anak mengharapkan Tuhan adalah Zat yang baik, karena menurutnya hanya sesuatu yang baik lah yang pantas dicintai dan didekati.

Pada masa ini anak-anak telah memasuki masa berpikir konkrit. Anak-anak juga mulai memahami konsep kelahiran dan kematian. Dua peristiwa yang selalu dikaitkan dengan kehendak Tuhan bukan keinginan manusia semata. Pada saat ini anak-anak mulai menuntut kebaikan Tuhan jika orang-orang yang dicintainya harus mati meninggalkannya.

Dalam berdoa anak-anak juga mulai lebih menuntut Tuhan untuk mengabulkan doa-doanya. Jika Tuhan tidak mengabulkan doanya, maka dia mulai meragukan kebaikan Tuhan.

Keraguan lebih sering terjadi pada anak-anak yang cerdas. Spranger (1928) membedakan keraguan anak-anak terhadap Tuhan ke dalam tiga kategori: pertama, keraguan teoritis, keraguan yang disebabkan perkembangan pikiran. Misalnya anak-anak mengetahui bahwa Tuhan Maha Penyayang dan menyayangi orang-orang yang baik. Ketika anak melihat bahwa ada orang yang baik justru mengalami nasib malang, maka anak-anak meragukan sifat Maha Penyayang Tuhan. Kedua, keraguan yang disebabkan kekecewaan, misalnya anak telah berdoa agar Tuhan menyembuhkan adiknya yang sakit, tetapi adiknya tersebut malah meninggal dunia bukan sehat. Anak dalam kondisi ini dapat ragu terhadap kekuasaan Tuhan. Ketiga, keraguan yang disebabkan pertentangan batin terhadap etika (kesusilaan), misalnya anak melihat orang yang mengajarkan kepadanya bahwa Tuhan menyuruh manusia berkata jujur, sementara orang tersebut malah berkata bohong.

Keraguan terhadap agama kadang-kadang dapat menyebabkan anak-anak malas mengikuti ibadah-ibadah keagamaan, seperti mengaji, sembahyang, dan sejenisnya. Untuk mengatasi hal ini Islam memerintahkan orangtua untuk mengajarkan shalat sebagai ibadah inti dalam ajaran Islam kepada anak pada usia 7 tahun. Jika anak-anak telah pandai shalat pada usia 10 tahun tetapi tidak mau melaksanakannya, maka orangtua harus memukul anaknya. Ini adalah bentuk pendidikan agama yang harus dilakukan orangtua lewat pembiasaan dan percontohan.

Bagi anak-anak normal usia 10 tahun ke atas, syetan tidak lagi dipahami sebagai sesuatu kekuatan jahat yang ada di luar dirinya, akan tetapi merupakan pantulan dari sumber-sumber kejahatan yang ada dalam dirinya (Daradjat, 1989: 51). Ini mengisyaratkan bahwa anak-anak sudah mulai dapat mengontrol tingkah lakunya. Karena itu anak telah boleh dihukum bila bersalah, seperti tidak shalat atau tidak mengaji.

Sejak usia 7 sampai 11 tahun anak mulai mempunyai *differensiasi* khas dalam kehidupan keagamaannya (Arifin, 1976: 239). Maksudnya anak tidak lagi hanya menerima cara beragama orangtuanya, tetapi anak mulai memilih cara yang terbaik menurutnya untuk menjalankan perintah Tuhan. Pada saat ini dapat dilihat anak-anak kadang-kadang menolak

ajakan orangtuanya untuk shalat atau sebaliknya anak belajar shalat kepada orang lain karena orangtuanya di rumah tidak shalat.

Baik buruknya perkembangan jiwa beragama pada anak-anak sangat dipengaruhi oleh pendidikan agama oleh orangtuanya atau pendidik lainnya. Bandura mengatakan: “melalui identifikasi seorang anak mulai menerima sifat-sifat pribadi dan tingkah laku tertentu sebagai sesuatu yang berguna agar bisa sesuai dan diterima orang lain.” Hal ini disebabkan karena anak memang suka meniru, apalagi meniru orangtuanya atau pengasuhnya yang selalu dilihat atau didengarnya setiap hari. Pentingnya proses peniruan ini mengajak kita semua untuk bisa dijadikan teladan yang baik bagi anak. Seorang anak yang selalu melihat orangtuanya shalat, mengaji, berbuat baik, akan mempunyai kesan yang positif terhadap pengamalan ajaran agama. Sehingga mereka tertarik juga mengerjakan ibadah-ibadah tersebut.

Islam sangat menganjurkan agar orangtua menjadi contoh yang baik bagi anak-anaknya. Rasulullah selalu mengajarkan orangtua untuk menjadi contoh yang baik bagi anak-anaknya. Misalnya Rasulullah pernah menegur seorang ibu yang berjanji akan memberi anaknya kurma, tetapi tidak berniat memenuhi janjinya, maka Rasulullah menegur ibu tersebut. Beliau mengatakan kalau engkau tidak memberinya kurma maka engkau telah berdusta. Hal tersebut dapat menjadi pendidikan pada anak bahwa berdusta di larang.

Menurut Cassimir, di samping percontohan pengamalan ajaran agama, buku-buku agama, majalah-majalah agama, hiasan bernuansa agama, dan benda-benda yang berkaitan dengan agama merupakan alat pendidikan utama dalam pendidikan agama yang bersifat tidak disengaja atau disengaja (Cassimir, 1951: 161).

Mengacu pada sifat-sifat agama anak upaya-upaya membimbing kematangan beragama anak seyogyanya dilakukan secara terpadu di lingkungan keluarga, institusi pendidikan (sekolah), dan lingkungan masyarakat. Nashih Ulwan mengemukakan beberapa metode yang dapat dipilih antara lain:

1. Pendidikan Agama dengan Metode Keteladanan

Keteladanan adalah metode tarbiyah yang selaras dengan *fiṭrah* manusia. Adalah bagian dari *fiṭrah*, jika setiap insan mendambakan hadirnya seorang tokoh atau figur yang layak menjadi panutan dalam hidup dan kehidupannya. Athiyah al-Abrasyi mengatakan, anak berbahasa sesuai dengan bahasa ibu. Apabila bahasa yang digunakan orang tua baik, maka anak akan berbahasa dengan baik dan benar (Athiyah al-Abrasyi: 30). Demikian pula dalam pembentukan akhlak dan pergaulan anak, orang tua selalu menjadi model bagi anak-anaknya.

Seorang anak, bagaimana pun besarnya usaha yang dilakukan untuk kebajikannya, bagaimana pun suci *fiṭrahnya*, ia tidak akan mampu memenuhi prinsip-prinsip kebaikan dan pokok-pokok pendidikan utama selama ia tidak melihat orang tuanya sebagai teladan nilai dan moral yang tinggi. Adalah mudah orang tua mengajarkan banyak hal kepada anak-anak, namun adalah sesuatu yang teramat sulit bag anak melaksanakan sesuatu yang diajarkan sedangkan ia tidak melihat orang tuanya mengamalkan apa yang diucapkannya.

Suatu hari, seorang lelaki mendatangi Khalifah Umar bin Khatab mengadakan kedurhakaan anaknya. Sang anak kemudian melakukan pembelaan, “Wahai, Amirul Mukminin, bukankah anak juga mempunyai hak yang harus diberikan bapaknya?” “Tentu, pilihlah ibunya, memberikan nama yang baik, dan mengajarkan *Al-Kitâb* kepadanya.” Jawab Umar. “Sesungguhnya ayahku belum melakukan satu pun di antara itu semua. Ibuku seorang Bangsa Ethiopia keturunan Majusi, ayahku memberiku nama Ju’al (kumbang kelapa), dan ia belum mengajarkan kepadaku sehuruf pun dari *Al-Kitâb*,” si anak membela diri. Umar menoleh kepada lelaki itu dan berkata, “Engkau telah datang kepadaku mengadakan kedurhakaan anakmu, padahal engkau telah mendurhakainya sebelum ia mendurhakaimu, dan engkau telah berbuat buruk kepadanya sebelum ia berbuat buruk kepadamu!”

Kisah di atas memberi hikmah, tak ada tuntutan anak sholeh kecuali orang tuanya telah mendidiknya menjadi sholeh. Tentu jauh panggang dari api bila orang tua menunggu kata-kata lembut anaknya sedangkan tak jarang ia berkata kasar dan kotor, menuntut anak tekun beribadah sedang orang tuanya malas, mengharap anak dermawan padahal orang tuanya kikir.

2. Pendidikan Agama dengan Metode Pembiasaan

Selain keteladanan, pembiasaan adalah metode yang paling memungkinkan dilakukan di lingkungan keluarga dibanding lingkungan sekolah dan masyarakat. Kebiasaan terbentuk dengan menegakkannya atau membuatnya menjadi permanen. Kebiasaan terjadi karena pengulangan-pengulangan (repetisi) tindakan secara konsisten. Ketaatan beragama yang berujung pada kematangan beragama anak tidak akan dapat diwujudkan tanpa pembiasaan. Ibadah sholat, tadarus Al-Qur’an, infaq dan sadaqah serta pengalaman keagamaan lainnya perlu dikokohkan dengan pembiasaan. Sayyid Sabiq menyatakan ilmu diperoleh dengan belajar, sedangkan sifat sopan santun dan akhaq utama diperoleh dari latihan berlaku sopan serta pembiasaan-pembiasaan.

Di dalam al-Qur’an Lukman telah mengajarkan anaknya untuk beriman kepada Allah, mendirikan shalat, dan saling menasehati untuk berbuat kebaikan sebagaimana dalam firman Allah Q.S Lukman ayat 13 dan 17 yang berbunyi:

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ



Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: “Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar.”

يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأَصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ ۚ إِنَّ

ذَٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

Hai anakku, dirikanlah shalat dan suruhlah (manusia) mengerjakan yang baik dan cegahlah (mereka) dari perbuatan yang mungkar dan bersabarlah terhadap apa yang menimpa kamu. Sesungguhnya yang demikian itu termasuk hal-hal yang diwajibkan (oleh Allah).

Rasulullah saw sendiri telah memberikan contoh penanaman aqidah yang kokoh ini ketika beliau mengajari anak paman beliau, Abdullah bin Abbas ra dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Al-Imam At-Tirmidzi dengan sanad yang hasan. Ibnu Abbas bercerita:

Pada suatu hari aku pernah berboncengan di belakang Nabi (di atas kendaraan), beliau berkata kepadaku: *“Wahai anak, aku akan mengajari engkau beberapa kalimat: Jagalah Allah, niscaya Allah akan menjagamu. Jagalah Allah, niscaya engkau akan dapati Allah di hadapanmu. Jika engkau memohon, mohonlah kepada Allah. Jika engkau meminta tolong, minta tolonglah kepada Allah. Ketahuilah. walaupun seluruh umat (jin dan manusia) berkumpul untuk memberikan satu pemberian yang bermanfaat kepadamu, tidak akan bermanfaat hal itu bagimu, kecuali jika itu telah ditetapkan Allah (akan bermanfaat bagimu). Ketahuilah. walaupun seluruh umat (jin dan manusia) berkumpul untuk mencelakakan kamu, tidak akan mampu mencelakakanmu sedikitpun, kecuali jika itu telah ditetapkan Allah (akan sampai dan mencelakakanmu). Pena telah diangkat, dan telah kering lembaran-lembaran”*.

3. Pendidikan Agama dengan Metode Nasehat

Nasehat adalah sebuah keutamaan dalam beragama. Nasehat juga menjadi ciri keberuntungan seorang sebagaimana tersirat dalam al-Qur'an surah Al Ashr ayat 3. Menurut Nashih Ulwan, dalam menyajikan nasehat dan pengajaran, al Qur'an mempunyai 3 ciri utama, sebagai berikut: 1) Seruan yang menyenangkan seraya diikuti dengan kelembutan atau upaya penolakan, 2) Metode cerita disertai perumpamaan yang mengandung nasehat dan pelajaran, 3) Metode wasiat, dan 4) nasehat.

4. Pendidikan Agama dengan Metode hukuman

Syariat Islam yang adil dan lurus memiliki peran dalam melindungi kebutuhan-kebutuhan utama yang tak bisa dilepaskan dari kehidupan umat manusia. Pendidikan dengan menggunakan hukuman adalah cara paling akhir yang ditempuh dalam proses pendidikan. Dalam pendidikan anak, hukuman juga diarahkan untuk membentuk disiplin. Pangkal disiplin adalah keteraturan dalam hidup yang bisa mulai diajarkan pada bayi sekalipun. Orang tua dan guru hendaknya bijaksana dalam menggunakan hukuman. Rasulullah menyuruh orang tua mengajarkan anaknya shalat pada usia tujuh tahun dan menghukum jika masih tidak shalat pada usia 10 tahun.

Beberapa prinsip Islam dalam penerapan metode hukuman kepada

anak, antara lain: 1) lemah lembut dan kasih sayang adalah dasa pembenahan anak, 2) menjaga tabiat anak yang salah dalam menggunakan hukuman, dan 3) dilakukan secara bertahap dari yang teringan hingga yang paling keras.

BAB VI

PERKEMBANGAN JIWA BERAGAMA PADA REMAJA

A. PENGERTIAN MASA REMAJA

Remaja disebut juga “*adolescence*” yang berasal dari bahasa latin “*adolescere*.” Kata bendanya *adolescentia* yang berarti remaja atau yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Bangsa primitif cenderung memandang remaja tidak berbeda dengan masa dewasa.

Masa remaja secara umum dibagi dua yaitu masa remaja awal dan masa remaja akhir. Masa remaja awal dimulai 12/13 tahun sampai usia 16/17 tahun. Remaja akhir terentang dari usia 16/17 tahun sampai 18 tahun (Hurlock, 1991: 206). Akhir masa remaja tidak sama pada setiap ahli psikologi, sebab masa remaja berakhir sesuai dengan tuntutan menjadi dewasa dari suatu masyarakat. Masyarakat dengan tingkat kebudayaan yang tinggi memiliki masa remaja yang lebih panjang, sebab tuntutan menjadi orang dewasa lebih tinggi, sehingga usia untuk mencapai kedewasaan menjadi lebih panjang. Para ahli Psikologi Agama bahkan memandang masa remaja berakhir pada usia 24 tahun.

Masa remaja selalu disebut sebagai periode yang penting dalam perkembangan fisik dan psikhis. Tanner mengatakan: “Bagi sebagian besar anak muda, usia antara dua belas dan enam belas tahun merupakan usia kehidupan yang penuh dengan kejadian yang berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangan.” (Tanner, 1978: 156) Memang tidak dapat disangkal kehidupan janin dan tahun pertama atau kedua setelah kelahiran perkembangan manusia berlangsung sangat cepat, lingkungan yang baik sangat menentukan pada saat tersebut, tetapi pada waktu itu manusia yang sedang berkembang tersebut belum dapat memperhatikan

pertumbuhan dan perkembangannya. Hal ini berbeda dengan remaja yang menyadari dan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan dirinya dengan perasaan takut, senang, dan kagum.

Masa remaja selalu disebut sebagai masa peralihan atau perubahan. Perubahan yang terjadi mencakup perubahan emosi, minat, peran, serta pola perilaku. Masa ini disebut juga dengan masa bermasalah, sebab perubahan yang terjadi kadang-kadang menimbulkan permasalahan pada diri anak. Masa ini selalu juga disebut masa mencari identitas diri yang selalu menimbulkan ketakutan pada remaja yang bersangkutan karena harapan-harapan yang kadang tidak realistis.

Masa remaja awal selalu ditandai dengan ciri-ciri khas seperti:

- ketidakstabilan perasaan dan emosi,
- perbenturan sikap dan moral dengan orangtua atau orang lain,
- perkembangan kecerdasan ke arah kesempurnaan,
- kebingungan terhadap status yang berada di antara posisi anak-anak dan orang dewasa,
- pertentangan sosial, dan
- masa memecahkan masalah yang dihadapi (Mappiare, 1982: 32)

Masa remaja akhir selalu ditandai dengan ciri-ciri seperti:

- stabilitas perasaan,
- pertumbuhan fisik telah sempurna,
- citra diri yang realistis,
- pandangan yang realistis terhadap orang lain,
- lebih dapat menyesuaikan diri, dan
- emosinya lebih tenang (Mappiare, 1982: 36)

Perubahan yang terjadi pada masa remaja meliputi perubahan fisik, perubahan emosi, perubahan sosial, dan perubahan minat. Perubahan fisik yang bersifat internal meliputi perubahan sistem pencernaan, sistem peredaran darah, sistem pernafasan, sistem endoktrin, dan sistem jaringan tubuh. Perubahan fisik yang bersifat eksternal mencakup perubahan tinggi badan, berat badan, proporsi tubuh, organ seks, dan ciri-ciri seks sekunder.

Perubahan emosi terjadi pada pola perubahan pengungkapan pada masa anak-anak. Emosi seperti emosi marah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih, dan kasih sayang diungkapkan dengan cara yang

lebih bijak daripada pada masa anak-anak. Contohnya para remaja tidak lagi mengungkapkan emosinya dengan cara meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak berbicara atau dengan suara keras mengkritik orang-orang yang menyebabkannya marah (Hurlock, 1991: 213).

Perubahan sosial meliputi pengaruh kelompok teman sebaya yang semakin kuat. Perubahan perilaku sosial yang semakin heteroseksual, pengelompokan sosial baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin.

Perubahan minat pada remaja dipengaruhi oleh jenis kelamin, intelegensi, lingkungan tempat tinggal, kesempatan mengembangkan minat, minat teman sebaya, status dalam kelompok sosial, kemampuan bawaan, minat keluarga, dan banyak faktor lainnya. Anak-anak perempuan diharapkan berperilaku feminin, sedangkan anak-anak laki-laki diharapkan bersikap maskulin, sehingga tidak mengherankan jika minat sosial anak-anak laki-laki berbeda dengan minat sosial anak-anak perempuan.

Minat pada pekerjaan juga berbeda pada anak-anak laki-laki dan anak-anak perempuan. Minat pada agama tidak ada perbedaannya antara anak-anak laki-laki dan anak-anak perempuan. Anggapan bahwa anak-anak remaja kurang memperhatikan agama tidak selamanya benar, masih banyak remaja yang selalu terlibat dalam kegiatan keagamaan dan aktif menambah pengetahuan agamanya.

B. POLA PERUBAHAN MINAT BERAGAMA PADA REMAJA

Pola perubahan minat beragama pada remaja menurut Hurlock dapat dikelompokkan ke dalam tiga periode:

a. Periode kesadaran religius.

Saat remaja mempersiapkan diri untuk menjadi anggota kelompok/jamaah agama yang dianut orangtuanya, minat religius meninggi. Akibatnya remaja mungkin akan berusaha mendalami ajaran agamanya, tetapi dalam usaha mendalami ajaran agamanya remaja mungkin menemukan hal-hal yang tidak sesuai dengan logikanya. Pada saat seperti itu mungkin dia akan membandingkan keyakinan agamanya dengan keyakinan agama teman-temannya.

b. Periode keraguan religius

Berdasarkan penelitian secara kritis terhadap keyakinan agama pada masa anak-anak, remaja selalu bersikap skeptis pada berbagai bentuk ritual, seperti doa dan upacara-upacara agama yang bersifat formal lainnya. Mungkin pada saat yang bersamaan mereka meragukan ajaran agamanya. Mereka mungkin meragukan sifat-sifat Tuhan dan kehidupan setelah kematian. Kepercayaan remaja terhadap sifat-sifat Tuhan banyak dipengaruhi oleh kondisi emosi mereka.

Sikap ragu ini dapat diatasi dengan pendidikan agama yang baik yang diberikan orangtua dan sekolah sejak remaja masih anak-anak. Pemahaman remaja terhadap sifat-sifat Tuhan selalu dikaitkan dengan ajaran agama yang pernah diterimanya. Penelitian Al-Malighy dengan menggunakan angket sebagai alat pengumpul data menemukan perbedaan sifat-sifat Tuhan dalam pandangan remaja yang beragama Islam dan remaja yang beragama Kristen. Remaja-remaja Islam lebih meyakini bahwa Tuhan lebih dominan bersifat Maha Kuat, Maha Kuasa, dan Maha Membalas orang-orang yang berbuat aniaya. Remaja-remaja Kristen lebih meyakini sifat dominan Tuhan adalah Maha Pengasih, Maha Penyayang, Maha Pengampun, Maha Pelindung, dan Maha Rendah Hati. Hal disebabkan pendekatan pembelajaran agama dalam agama Islam lebih berorientasi pada pahala dan dosa, sedangkan dalam agama Kristen pendidikan agama lebih ditekankan pada Tri Tunggal dimana Tuhan telah mengorbankan anaknya untuk menebus dosa-dosa manusia.

Kepercayaan remaja terhadap sifat-sifat Tuhan selalu berubah-ubah. Kadang remaja meyakini sifat-sifat dengan penuh semangat. Pada saat lain mereka meragukan Tuhan bahkan mungkin tidak meyakini Tuhan atau mencari kepercayaan Tuhan pada agama lain. Bahkan kadang-kadang remaja dapat berpindah agama. Jhonson menemukan rata-rata umur konversi adalah 15.2 tahun dengan jarak usia antara 12.7- 16.6 tahun (Spilka, 1985: 2003).

c. Periode rekonstruksi religius

Lambat atau cepat remaja membutuhkan keyakinan agama, meskipun keyakinan agama pada masa anak-anak tidak dapat lagi memuaskan keingintahuannya terhadap agama. Bila remaja merasa keyakinan agama yang dianutnya dari orangtuanya kurang memuaskan

keingintahuannya terhadap agama atau Tuhan, mungkin dia akan mencari kepercayaan baru pada teman-temannya atau orang lain yang dipercayainya. Remaja memang dapat menjadi sasaran empuk bagi setiap kultur religius yang berbeda.

Daradjat menyatakan ada 4 (empat) pola kepercayaan beragama pada remaja, yaitu: percaya turut-turutan, percaya dengan penuh kesadaran, percaya tapi agak ragu-ragu, dan tidak percaya terhadap Tuhan.

1. Percaya turut-turutan

Remaja yang terdidik di lingkungan yang taat beragama bisa ikut percaya dan melaksanakan ajaran agamanya, karena tersuasana dengan lingkungan tempat tinggalnya. Sikap beragama seperti ini biasanya terjadi pada usia 13-16 tahun. Sesudah usia itu biasanya keyakinan agama remaja berkembang dengan cara yang lebih kritis dan sadar. Kepercayaan turut-turutan ini biasanya terjadi bila orangtua memberikan didikan agama kepada anak dengan cara menyenangkan dan jauh dari pengalaman pahit atau kondisi-kondisi yang menggoncangkan jiwa dari kecil sampai remaja. Mereka merasa aman-aman saja dengan agama yang dianutnya dan tidak ada masalah yang memerlukan peninjauan kembali.

2. Percaya dengan penuh kesadaran

Usia 17 atau 18 tahun biasanya remaja telah dapat berpikir lebih matang dan pengetahuannya telah bertambah. Mereka telah mulai memikirkan agamanya dan mulai beragama dengan pilihan sendiri. Remaja yang tertarik dengan agama menjadi lapangan kajiannya akan berusaha memahami ajaran agamanya dengan penuh semangat. Semangat dalam memahami agama pada remaja dapat dikelompokkan menjadi dua kategori: semangat positif dan semangat khurafi. Semangat positif, yaitu semangat yang disertai dengan menjauhkan diri dari bid'ah dan khurafat. Semangat khurafi, yaitu semangat agama yang masih dicampuri dengan bid'ah dan khurafat-khurafat.

3. Percaya agak ragu-ragu

Perkembangan intelektual pada masa remaja dapat menyebabkan remaja ragu-ragu terhadap ajaran agamanya. Walaupun kebimbangan pada masa remaja tidak sama dengan kebimbangan yang terjadi pada masa dewasa. Puncak kebimbangan pada masa remaja terjadi pada

usia 17 dan 20 tahun. Umumnya remaja bimbang bukan pada kepercayaan terhadap adanya Tuhan, mereka bimbang terhadap kebenaran sifat-sifat Tuhan yang diyakininya. Kebimbangan remaja terhadap selalu didasarkan protes terhadap sifat-sifat Tuhan yang menyebabkan kegelisahan dan kecemasan pada dirinya. Contohnya seorang remaja yang mengalami kematian ibu akan protes terhadap sifat adil Tuhan karena telah memisahkannya dari ibunya, maka dapat saja pada waktu itu dia tidak percaya bahwa Tuhan Maha Pengasih dan Maha Penyayang pada dirinya.

4. Tidak percaya kepada Tuhan

Remaja yang dibesarkan dalam lingkungan masyarakat yang tidak mengakui adanya Tuhan, atau diasuh dan dididik orangtua yang tidak beriman kepada Tuhan bisa menjadi seorang yang atheis, walaupun kondisi ini tidak permanen. Pengaruh yang diterimanya dalam rentang kehidupan berikutnya bisa jadi membuat dia percaya kepada Tuhan. Namun dalam kehidupan sehari-hari kita temukan kelompok remaja yang bersikap seperti ini kepada ajaran agama.

C. PENGARUH EMOSI TERHADAP SIKAP BER-AGAMA REMAJA

Remaja selalu terombang-ambing dalam gejolak emosinya. Daradjat (1987: 77) mengatakan di antara sebab-sebab atau sumber-sumber kegoncangan emosi remaja adalah konflik atau pertentangan-pertentangan kehidupan yang terjadi pada remaja, pada keluarganya, pada masyarakatnya, atau di sekolahnya. Konflik-konflik membingungkan tersebut antara lain disebabkan: pertentangan agama dengan ilmu pengetahuan, perbedaan nilai-nilai moral yang seharusnya dengan kenyataan, pertentangan nilai agama dengan perilaku orangtua atau orang dewasa lainnya, dan penyaluran dorongan seks.

Pertentangan agama dengan pengetahuan dapat terjadi dikarenakan kurangnya pemahaman remaja terhadap agama. Misalnya di dalam Al-Qur'an dikatakan bahwa bumi terhampar sedangkan dalam ilmu Fisika dinyatakan bahwa bumi bulat. Jika remaja hanya memahami sebagian ajaran agama, maka mungkin dia akan berkesimpulan bahwa sebagian ajaran agama bertentangan dengan ilmu pengetahuan.

Pertentangan antara nilai-nilai moral yang seharusnya dengan kenyataan dapat terjadi dalam berbagai bentuk. Misalnya seorang guru agama mengajarkan kepada siswanya bahwa berdusta adalah perbuatan yang tidak bermoral. Tetapi dia menyaksikan betapa banyak orang-orang di sekitarnya menjadikan dusta sebagai jalan untuk mencapai kesuksesan. Bahkan ada kesan jika ingin maju seseorang harus berdusta atau membuat janji-janji palsu.

Pertentangan nilai-nilai agama dengan sikap dan tindakan para pemuka agama. Remaja dapat menyaksikan betapa banyak para tokoh agama yang mengajarkan nilai-nilai agama justru mereka yang melanggarnya. Misalnya mereka mengajarkan tidak boleh menjual ayat-ayat Allah, tetapi mereka sendiri telah menjualnya untuk kepentingan dunia.

Penyaluran seks yang dilarang oleh agama jika tidak dalam perkawinan selalu menjadi keraguan remaja terhadap ajaran agama. Apalagi di dalam ajaran Islam misalnya yang dilarang justru mendekati zina, sebab kalau pelaku zina bukan dilarang tapi akan dihukum dera atau rajam. Trend pacaran justru adalah hal yang dilarang dalam Islam, sementara pada masa remaja keinginan untuk berdekatan dengan lawan jenis sedang menggelora. Dorongan seks ini selalu membuat remaja memandang agama terlalu kolot dan kurang memahami kebutuhan mereka sebagai remaja.

Keempat konflik di atas kadang-kadang menyebabkan remaja bersikap mendua (*ambivalen*) terhadap ajaran agama yang dianutnya. Sikap mendua ini dapat dikurangi jika para remaja telah mendapatkan ajaran agama yang baik sejak usia dini. Di samping itu dukungan nilai-nilai moral dari orangtua, guru, dan tokoh masyarakat akan membantu remaja menempatkan dirinya pada posisi yang seharusnya.

D. PENDIDIKAN AGAMA PADA REMAJA

Pendidikan agama pada remaja merupakan hal yang sangat penting dalam mengatasi masalah-masalah psikologis yang mendua yang dihadapi remaja. Pendidikan agama yang paling penting pada remaja antara penanaman akidah, pembiasaan ibadah, pendidikan seks, dan pembinaan akhlak.

1. Penanaman Akidah

Penanaman akidah adalah upaya menanamkan keimanan yang diberikan kepada remaja. Di dalam al-Qur'an diceritakan bagaimana Ya'qub mengajarkan keimanan kepada anak-anaknya. Allah berfirman dalam Q.S al-Baqarah ayat 133:

أَمْ كُنْتُمْ شُهَدَاءَ إِذْ حَضَرَ يَعْقُوبَ الْمَوْتُ إِذْ قَالَ لِبَنِيهِ مَا تَعْبُدُونَ مِنْ بَعْدِي قَالُوا نَعْبُدُ إِلَهَكَ وَإِلَهَ آبَائِكَ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ إِلَهًا وَاحِدًا وَنَحْنُ لَهُ مُسْلِمُونَ

“Adakah kamu hadir ketika Ya'qub kedatangan (tanda-tanda) maut, ketika ia berkata kepada anak-anaknya: “Apa yang kamu sembah sepeninggalku?” Mereka menjawab: “Kami akan menyembah Tuhanmu dan Tuhan nenek moyangmu, Ibrahim, Ismail dan Ishaq, (yaitu) Tuhan Yang Maha Esa dan kami hanya tunduk patuh kepada-Nya.”

Rasulullah pernah mengajarkan akidah kepada seorang remaja Yahudi. Kisah ini ditemukan dalam hadis Rasul yang artinya:

*Sesungguhnya Nabi saw. mempunyai seorang tetangga Yahudi yang akhlaqnya cukup baik. Ia sedang sakit, lalu Rasulullah saw. bersama sahabat-sahabatnya datang menjenguknya. Kemudian beliau bersabda: “Maukah engkau mengucapkan kalimat **laa ilaaha illallaah wa annii rasuulullaah?**” Ia melihat kepada bapaknya, tetapi bapaknya diam dan remaja itupun diam. Beliau pun mengulangi kedua kali dan ketiga kalinya. Pada ketiga kalinya bapaknya berkata: “Ucapkanlah seperti yang beliau katakan kepadamu.” Remaja itu pun melaksanakannya, kemudian ia meninggal. Orang-orang Yahudi ingin mengurus jenazahnya, namun Rasulullah saw. bersabda: “Kami lebih berhak mengurusnya daripada kalian.” Rasulullah saw. lalu memandikannya, mengafaninya, membaringkannya, lalu menshalatkannya. (HR. Abdurrazaq)*

2. Pembiasaan ibadah

Pembiasaan melakukan ibadah sudah diajarkan sejak masa anak-anak kemudian dilanjutkan pada masa remaja. Jika pada masa anak-anak orangtua hanya mengajarkan shalat, tetapi setelah remaja orangtua

dianjurkan memukul anak remaja yang tidak shalat setelah diajarkan shalat pada waktu kanak-kanak. Hadis Rasulullah tentang perintah mengajarkan shalat sebagai berikut:

“Biasakanlah anak-anak untuk shalat ketika usianya mencapai tujuh tahun. Jika sampai usia sembilan tahun si anak masih meninggalkan shalat, pukullah (H.R. Abu Daud)

Allah memerintahkan tiap orangtua menjaga anak-anaknya dan anggota keluarga lainnya dari api neraka. Firman Allah dalam Q.S. At-Tahrim ayat 6:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوًا أَنفُسِكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ
غِلَاطٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.

Cara memelihara diri dari api neraka adalah dengan melaksanakan ibadah secara rutin dan meninggalkan segala larangan Allah. Rasulullah bersabda: “Amal yang pertama kali akan dihisab untuk seseorang hamba nanti pada hari kiamat ialah shalat, maka apabila shalatnya baik (lengkap), maka baiklah seluruh amalnya yang lain, dan jika shalatnya itu rusak (kurang lengkap) maka rusaklah segala amalan yang lain (H.R. Thabrani). Kemudian Rasulullah bersabda yang artinya: “Amal yang paling disenangi oleh Allah, ialah amal yang terus-menerus dikerjakan, walaupun sedikit (H.R. Bukhori dan Muslim)

3. Pendidikan Seks

Remaja menghadapi 2 (dua) problem besar. Problem pertama adalah problem intern ini secara alami akan terjadi pada diri remaja. Hasrat seksual yang berasal dari naluri seksualnya, mulai mendorong untuk di-

penuhi. Hal ini sangat fitrah karena fisiknya secara primer maupun sekunder sudah mulai berkembang. Misalnya mulai berfungsinya hormon testosteron pada laki-laki menyebabkan pertumbuhan bulu pada daerah fisik tertentu, berubahnya suara menjadi lebih besar. Pada remaja putri mulai berfungsinya hormon progesteron yang menyebabkan perubahan fisik di adanya, dan sekaligus mengalami menstruasi. Perkembangan fungsi hormon ini selalu menyebabkan remaja sulit mengendalikan diri dalam bergaul dengan lawan jenis.

Problem yang kedua adalah problem eksternal. Inilah yang Terkatagori dalam pembentukan lingkungan tempat remaja berkiprah. Faktor penting yang membuat remaja “selamat” dalam pergaulannya adalah faktor pemikiran dan faktor rangsangan. Pemikiran adalah sekumpulan ide tentang kehidupan yang diambil dan dipenetrasi oleh remaja itu ke dalam benaknya sehingga menjadi sebuah pemahaman yang mendorong setiap perilakunya. Pemikiran penting yang membentuk remaja adalah: makna kehidupan, standar kebahagiaan hidup, dan standar perilaku. Misalnya ketika seorang remaja memahami bahwa makna kehidupan ini adalah materi, kebahagiaan adalah kekayaan, dan standar perilaku adalah yang penting ada ‘manfaat’ agar jadi kaya, maka kita akan menemukan remaja seperti ini tidak akan memahami resiko perbuatannya. Baginya mencuri, narkoba sambil mendagangkannya, seks bebas adalah kenikmatan dan tujuan hidupnya. Remaja seperti ini akan banyak ditemukan dalam lingkungan masyarakat sekuler (menjauhkan diri dari agama).

Di dalam al-Qur’an Allah mengajarkan bagaimana mendidik pergaulan antar lawan jenis. Allah berfirman dalam Q.S an-Nur ayat 30-31:

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ
خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ
وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ خُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ وَلَا
يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ
أَبْنَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخَوَاتِهِنَّ أَوْ
نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوِ التَّبِيعِينَ غَيْرَ أُولِي الرَّبِّةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوْ الْوَالِدِ

الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنَ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهُ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٥٨﴾

Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya; yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka perbuat. Katakanlah kepada wanita yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan kemaluannya, dan janganlah mereka menampakkan perhiasannya, kecuali yang (biasa) nampak dari padanya. Dan hendaklah mereka menutupkan kain kudung ke dadanya, dan janganlah menampakkan perhiasannya kecuali kepada suami mereka, atau ayah mereka, atau ayah suami mereka, atau putera-putera mereka, atau putera-putera suami mereka, atau saudara-saudara laki-laki mereka, atau putera-putera saudara lelaki mereka, atau putera-putera saudara perempuan mereka, atau wanita-wanita islam, atau budak-budak yang mereka miliki, atau pelayan-pelayan laki-laki yang tidak mempunyai keinginan (terhadap wanita) atau anak-anak yang belum mengerti tentang aurat wanita. Dan janganlah mereka memukulkan kakinya agar diketahui perhiasan yang mereka sembunyikan. Dan bertaubatlah kamu sekalian kepada Allah, hai orang-orang yang beriman supaya kamu beruntung.

Bahkan Allah SWT mengajarkan tata krama pergaulan antara anggota keluarga yang berbeda jenis kelamin agar tidak terjadi *incest* (hubungan seks antar anggota keluarga) dengan mengatur tata cara memasuki wilayah-wilayah pribadi tiap anggota keluarga seperti kamar tidur. Ajaran tersebut terdapat dalam firman Allah dalam Q.S an-Nûr ayat 58:

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لِيَسْتَعِذَ نَكُمُ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِّن قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظُّهْرِ وَمِن بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَّكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَ هُنَّ طَوْفُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾

Hai orang-orang yang beriman, hendaklah budak-budak (lelaki dan wanita)

yang kamu miliki, dan orang-orang yang belum balig di antara kamu, meminta izin kepada kamu tiga kali (dalam satu hari) yaitu: sebelum sembahyang subuh, ketika kamu menanggalkan pakaian (luar)mu di tengah hari dan sesudah sembahyang Isya'. (Itulah) tiga 'aurat bagi kamu. Tidak ada dosa atasmu dan tidak (pula) atas mereka selain dari (tiga waktu) itu. Mereka melayani kamu, sebahagian kamu (ada keperluan) kepada sebahagian (yang lain). Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat bagi kamu. Dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.

Ketiga waktu di atas adalah waktu yang setiap anggota keluarga yang sudah Balig harus minta izin jika ingin masuk ke kamar orang dewasa lainnya, karena besar kemungkinan pada waktu itu seseorang sedang melepaskan pakaiannya sehingga auratnya sedang terbuka. Rasulullah pun bersabda tentang tata cara pergaulan antar keluarga yang berbeda lawan jenis. Rasulullah Saw juga bersabda,

Ketika sudah mencapai usia sepuluh tahun, pisahkan tempat tidur anak-anak, baik antara anak laki-laki, laki-laki dan perempuan, ataupun antara anak-anak perempuan. (dalam Wasail Al-Syiah 20:23)

Di samping anjuran-anjuran yang bersifat pencegahan Islam juga mengancam para pelaku perbuatan-perbuatan zina dengan siksa yang sangat berat. Di dalam Q.S. an-Nûr ayat 2 Allah berfirman:

الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِّنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ وَلَا تَأْخُذْكُمْ بِهِمَا رَأْفَةٌ فِي دِينِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَلْيَشْهَدْ عَذَابَهُمَا طَائِفَةٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ ﴿٢٠﴾

Perempuan yang berzina dan laki-laki yang berzina, maka deralah tiap-tiap seorang dari keduanya seratus kali dera, dan janganlah belas kasihan kepada keduanya mencegah kamu untuk (menjalankan) agama Allah, jika kamu beriman kepada Allah, dan hari akhirat, dan hendaklah (pelaksanaan) hukuman mereka disaksikan oleh sekumpulan orang-orang yang beriman.

Beratnya hukuman akibat perbuatan zina menuntut perhatian ekstra dari orang tua terhadap pergaulan anak-anaknya. Di samping tatacara yang diajarkan dalam al-Qur'an dan hadis Nabi di atas, para

orangtua harus membiasakan anaknya melakukan ibadah, terutama ibadah shalat dan puasa. Rasulullah bersabda tentang ampuhnya ibadah puasa dalam mengendalikan gejolak seksual dalam diri seseorang. Sabda Rasulullah yang artinya:

Wahai para pemuda, barang siapa dari kamu telah mampu memikul tanggung jawab keluarga, hendaknya segera menikah, karena dengan pernikahan engkau lebih mampu untuk menundukkan pandangan dan menjaga kemuluanmu. Dan barang siapa yang belum mampu, maka hendaknya ia berpuasa, karena puasa itu dapat mengendalikan dorongan seksualnya. (Muttafaquun 'alaih)

Pada riwayat lain Rasulullah juga bersabda yang artinya:

Wahai sekalian pemuda, siapa di antara kalian yang telah mempunyai kemampuan (untuk menikah) maka menikahlah. Sesungguhnya pernikahan itu lebih dapat menjaga pandangan mata dan mengekang hawa nafsu. Bagi siapa yang belum memiliki kemampuan, maka berpuasalah. Sesungguhnya puasa adalah penawar baginya. (HR Bukhari).

4. Pembinaan akhlak

Akhlak akan menjaga seseorang terbebas dalam melakukan berbagai kejahatan yang dapat merugikan kehidupan orang lain. Perbuatan-perbuatan yang merugikan orang lain, seperti pemukulan, pencurian, pembunuhan, dan perkelaian selalu terjadi pada remaja. Allah SWT berfirman tentang pentingnya persaudaraan untuk menjaga kerukunan hidup. Firman Allah dan Q.S. Al-Hujurat ayat 11-13:

اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ ﴿١٢﴾ يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاهُمْ مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاهُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَىٰ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim. Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan purba-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang. Hai manusia, sesungguhnya

Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tafsir ayat-ayat di atas mengandung pendidikan akhlak terhadap sesama sebagai berikut:

Menjunjung tinggi kehormatan kaum Muslimin mendidik manusia untuk selalu menghargai dan menjaga kehormatan mereka. Pendidikan yang dapat mewujudkan sikap menjunjung tinggi kehormatan kaum muslimin dapat dilakukan dengan menggunakan metode keteladanan dalam keluarga. Remaja yang dapat menghormati orang lain adalah remaja yang hidup dalam lingkungan keluarga yang saling menghormati. Di samping metode keteladanan metode kisah, metode nasehat, dan metode pembiasaan dapat digunakan untuk menumbuhkan sikap menjunjung tinggi kehormatan orang lain.

2. Taubat mendidik manusia agar senantiasa mensucikan jiwa mereka.

Sehingga wujud dari taubat dengan beramal shaleh dapat dilaksanakan dalam kehidupannya.

Dalam rangka menanamkan sikap bertaubat pada remaja, maka orang tua atau guru pendidik sebaiknya menggunakan beberapa metode: metode pembiasaan dan metode ceramah. Metode pembiasaan diajarkan kepada anak didik untuk selalu memohon ampun kepada Allah apabila anak tersebut melakukan dosa atau maksiat. Misalnya jika anak tersebut berkata kasar, maka harus dibiasakan dengan kalimat ampunan yaitu mengucapkan *istighfar* sebagai pembiasaan untuk selalu melakukan taubat jika melakukan dosa atau maksiat.

3. *Husnuzzan* mendidik manusia untuk selalu berfikir positif agar hidup menjadi lebih produktif, sehingga energi tidak terkuras hanya untuk memikirkan hal-hal yang belum pasti kebenarannya.

Tentang penegakan sikap baik sangka Rasulullah bersabda yang artinya:

Abu Hurairah r.a. berkata, Rasulullah SAW. bersabda, berhati-hatilah kalian dari buruk sangka sebab buruk sangka itu sedusta-dusta cerita (berita; Janganlah menyelidiki; jangan memata-matai (mengamati) hal orang lain, jangan hasut-menghasut; jangan benci-membenci, dan saling membelakangi. Jadilah kalian ini sebagai hamba Allah itu saudara. (HR Bukhari)

Upaya menanamkan sikap *husnuzzan* dapat dilakukan dengan menggunakan metode nasihat. Metode nasihat merupakan metode yang sering digunakan orang tua dalam mendidik anaknya menjadi manusia yang lebih baik. Seorang pendidik harus mampu menjelaskan pentingnya *husnuzzan* dan hikmah yang terkandung di dalamnya. Agar metode ini dapat terlaksana dengan baik, maka dalam pelaksanaannya perlu memperhatikan beberapa hal, yaitu:

- a. Gunakan bahasa yang baik dan sopan serta mudah dipahami anak didik.
- b. Jangan sampai menyinggung perasaan orang yang dinasihati atau orang di sekitarnya.
- c. Sesekali selingi nasihat dengan humor yang bisa membuat suasana lebih nyaman bagi anak dengan tidak melanggar aturan yang melanggar Islam, seperti berbohong.

Di samping metode nasihat, metode pembiasaan bisa digunakan oleh pendidik sekaligus orang tua agar anak terbiasa *husnuzzan*. Misalnya orang tua mengingatkan anak jika mencela kekurangan saudaranya.

4. *Ta'aruf* mendidik manusia untuk selalu menjalin komunikasi dengan sesama, karena banyaknya relasi merupakan salah satu cara untuk mempermudah datangnya rezeki. Rasulullah bersabda tentang pentingnya saling mengenal dan menyambung silaturahmi yang artinya: *Anas bin Malik r.a berkata, Saya telah mendengar Rasulullah SAW bersabda, .Siapa yang ingin diluaskan rezekinya dan dilanjutkan umurnya, hendaklah ia menyambung hubungan famili (kerabat). (HR Bukhari)*
5. *Egaliter* mendidik manusia untuk bersikap rendah hati, sedangkan rendah hati merupakan pakaian orang-orang yang beriman yang akan mengangkat derajatnya di sisi Allah swt. Rasulullah bersabda tentang sikap egaliter ini sebagai berikut:

Dikabarkan dari Ts'labi dari Ibnu Abbas r.a adapun sebab perkataan Tsabit bin Qais kepada seseorang yang tidak melapangkan tempat duduk di sisi Nabi Saw, Kemudian Nabi Saw bersabda yang artinya: "Sesungguhnya Engkau tidak ada kelebihan antara satu dengan lainnya kecuali dalam agama dan takwa". (H.R. Tabrani)

Terkait dengan upaya menanamkan sikap persamaan derajat di antara sesama maka seorang pendidik bisa menggunakan metode ceramah dan nasehat. Pendidik hendaknya memberikan pengertian kepada muridnya bahwa kedudukan semua manusia adalah sama, tidak ada perbedaan antara yang kaya dan miskin, kulit hitam maupun putih, pintar dan bodoh. Karena semua itu merupakan tolok ukur yang sifatnya semen-tara. Sedangkan orang yang paling mulia adalah yang paling takwa kepada Allah SWT. Oleh karenanya, tidak perlu menyombongkan diri ketika memiliki kelebihan dibanding yang lain. Bahkan seharusnya orang yang kaya membantu yang miskin dan pintar membantu yang bodoh. Metode keteladanan pun bisa digunakan oleh pendidik dalam rangka menanamkan sikap persamaan derajat. Misalnya seorang guru tidak membedakan anak didik berdasarkan status sosialnya. Kedudukan semua murid adalah sama, artinya ketika melakukan kesalahan maka siapapun orangnya dengan tidak memandang latar belakang sosialnya ia harus mendapatkan sanksi yang seimbang atas kesalahan tersebut.

Metode lain yang bisa digunakan pendidik dalam menanamkan bahwa kedudukan semua manusia adalah sama kecuali takwanya adalah metode kisah. Seorang pendidik bisa menjelaskan kepada anak didiknya bahwa Nabi Muhammad saw tidak pernah membedakan kedudukan seseorang berdasarkan warna kulit, kedudukan maupun status sosialnya. Seperti yang diketahui bahwa Bilal adalah seorang sahabat yang berkulit hitam, namun ia mendapatkan kehormatan untuk mengumandangkan azdan. Padahal pada saat itu masih ada orang lain yang secara fisik lebih baik dari Bilal, hal ini menandakan bahwa Rasulullah Saw tidak pernah membedakan seseorang berdasarkan status sosial maupun warna kulitnya. Rasulullah Saw tidak lantas memandangnya sebagai orang yang rendah melihat kondisi warna kulit yang dimiliki Bilal r.a (Al-Maraghi, 1993: 236). Dengan demikian metode yang dapat digunakan oleh pendidik dalam upaya menanamkan sikap *egaliter* (persamaan derajat), adalah metode ceramah, metode nasehat, metode keteladanan, dan metode kisah.

BAB VII

PERKEMBANGAN JIWA BERAGAMA PADA ORANG DEWASA

A. PENGERTIAN MASA DEWASA

Setelah melewati masa *pranatal*, bayi, anak-anak, dan remaja, maka manusia akan memasuki masa dewasa. Orang dewasa adalah individu yang siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya (Hurlock, 1992: 246).

Masa dewasa biasanya dimulai pada usia 18 atau 21 tahun. Ketidakteraturan permulaan dewasa, karena berbeda pendapat tentang rentang masa remaja. Bahkan kalau menurut ahli Psikologi Agama agama perkembangan jiwa beragama pada dewasa baru dimulai pada usia 24 tahun.

Masa dewasa dibedakan kepada tiga masa yaitu:

1. masa dewasa dini dari usia 18/21-40 tahun
2. masa dewasa madya dari usia 40-60 tahun
3. masa usia lanjut dari usia 60 ke atas.

Masa dewasa dini dikenal dengan istilah-istilah lain seperti masa pengaturan, karena pada saat ini individu mulai mengatur hidupnya sendiri. Usia produktif, karena umumnya mereka telah menikah dan segera mempunyai anak.

Masa bermasalah, karena mereka akan dihadapkan dengan berbagai masalah yang berkaitan dengan peran barunya sebagai orang dewasa. Masa penyesuaian diri, karena mereka akan memiliki peran-peran baru yang belum pernah mereka jalani sebelumnya, mereka harus menyesuaikan diri dengan kondisi baru tersebut.

Masa ketegangan emosional, karena pada saat ini persoalan yang mereka hadapi semakin banyak, hal ini dapat memicu ketegangan emosi

dan secara umum kondisi ini terjadi pada usia 30 tahun. Masa keterasingan sosial, karena mereka akan berkenalan dengan kelompok sosial baru, mereka akan menjadi anggota kelompok baru, sebelum mereka mampu melakukan adaptasi, mereka cenderung merasa terasing.

Masa komitmen, pada masa ini terjadi penetapan gaya dan cita-cita hidup yang akan dijalannya. Masa perubahan nilai, ada beberapa alasan terjadinya perubahan nilai. Pertama, karena orang dewasa ingin diterima kelompoknya, maka mereka harus menerima nilai-nilai yang berlaku di kelompoknya walaupun pada mulanya ia menentangnya. Kedua, karena umumnya masyarakat bersifat konvensional maka orang dewasa cenderung menjadi orang yang konvensional juga. Ketiga, tanggung jawab mereka sebagai orangtua menjadikan mereka cenderung kepada nilai-nilai konservatif dan tradisional.

Masa dewasa madya yang terjadi setelah usia 40 tahun sampai usia 60 tahun ditandai dengan 10 karakteristik yang amat penting, yaitu:

Pertama, masa dipandang sebagai periode yang sangat ditakuti, karena pada masa ini telah mulai terjadi kemunduran mental dan fisik. Pada masyarakat modern seperti di Eropa ketakutan lebih terasa, karena penghormatan terhadap orangtua sudah mulai luntur. Kedua, masa ini dipandang sebagai masa transisi, masa dimana mereka tidak lagi dipandang sebagai orang dewasa muda tetapi sudah menjadi orang yang dituakan.

Ketiga, masa stress, penyesuaian yang radikal terhadap peran dan pola hidup yang berubah menjadikan stress. Stress pada masa ini meliputi stress somatik (stress yang disebabkan oleh keadaan jasmani), stress budaya (stress yang disebabkan penilaian yang didasarkan antara lain oleh kemandirian, keperkasaan, dan kesuksesan oleh budaya tertentu), stress ekonomi (disebabkan beban ekonomi keluarga), dan stress psikologis (disebabkan antara lain oleh kematian suami atau istri, kepergian anak, kebosanan perkawinan atau karena merasa tidak muda lagi).

Keempat, usia berbahaya. Pria pada umumnya akan mencari kompensasi untuk muda kembali dan wanita merasa resah dengan monopausenya, maka bagi kelompok masyarakat tertentu usia ini kadang-kadang merupakan usia yang berbahaya terhadap kelanggengan perkawinan.

Kelima, usia canggung, mereka seolah-olah berada di antara generasi

pemberontak yang lebih muda dan generasi yang lebih tua dan senior. Keenam, masa berprestasi. Orang dewasa madya yang telah bekerja keras untuk sukses pada usia dewasa dininya akan mencapai puncak karier pada usia ini.

Ketujuh, masa evaluasi. Archer (1968) mengatakan: "selama akhir tiga puluhan dan awal empat puluhan adalah umum bagi pria untuk melihat kembali keterikatan-keterikatan masa awal tersebut." Kedelapan, masa standar ganda. Artinya pada saat ini ada standar ganda untuk laki-laki dan perempuan. Kesembilan, masa sepi. Orang dewasa madya pada umumnya sudah berpisah dari orangtuanya atau anak-anaknya sudah meninggalkan mereka. Kesepuluh, masa jenuh. Orang dewasa madya kadang-kadang sudah merasa jenuh dengan pekerjaannya, atau seorang ibu kadang merasa jenuh dengan urusan rumah tangganya.

B. PERKEMBANGAN JIWA BERAGAMA PADA MASA DEWASA AWAL

Usia dewasa awal terentang dari usia 18-40 tahun. Pada usia ini orang dewasa disibukkan dengan membangun karir dan keluarga. Perkembangan jiwa beragama pada orang dewasa sangat dipengaruhi oleh lingkungan. Penelitian yang dilakukan Universitas Colorado (Button: 2010) tentang keberagamaan dua anak kembar menunjukkan bahwa genetik memiliki pengaruh yang lebih kecil terhadap keberagamaan pada usia 18 tahun ke atas. Pengaruh yang paling besar terhadap keberagamaan saudara kembar adalah lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat.

Secara umum kuat lemahnya intensitas minat beragama sejalan dengan usia. Artinya semakin bertambah usia seseorang semakin tinggi intensitas keagamaannya. Namun karena pengaruh lingkungan cukup kuat tidak jarang semakin bertambah usia seseorang semakin jauh dari agama. Lemahnya minat beragama pada masa dewasa biasanya disebabkan empat hal yaitu: pertama, ada tidaknya pembiasaan agama pada masa anak-anak. Kedua, ada tidaknya praktek keagamaan pada masa anak-anak. Ketiga, kuat lemahnya persoalan yang dihadapi. Keempat, ada tidaknya tanggung jawab agama pada anak.

Bila keempat penyebab tersebut tidak pernah diperhatikan pada masa anak-anak besar kemungkinan mereka akan menjadi orang dewasa

yang tidak taat beragama. Walaupun AR Peacocke berpendapat bawa usia 20-an disebut dengan “*least religious period of life*” dan menurutnya menjelang usia setengah baya baru mulai terjadi peningkatan kehidupan beragama, namun hal tersebut tidak akan terjadi bagi orang-orang yang tidak mendapatkan pembiasaan kehidupan agama sejak kecil.

Di negara maju seperti Amerika Serikat persentase orang dewasa yang berusia antara 20-35 tahun menyatakan dirinya beragama dan aktif dalam kegiatan keagamaan sebesar 40% (Edgell, 2010). Jumlah ini terus meningkat dari tahun-tahun sebelumnya. Minat beragama pada masa dewasa awal hanya akan bertambah meningkat bila mereka merasa bahwa agama yang mereka anut bisa menolong kehidupannya. Secara umum orang dewasa awal yang telah menikah, memiliki anak, perempuan, kaum terdidik, memiliki ibu yang aktif beribadah lebih selalu hadir di rumah-rumah ibadah, rajin beribadah, dan selalu terlibat dalam kegiatan keagamaan lainnya.

Penelitian di atas secara detail mencatat bahwa 15% orang dewasa usia 18 dan 20% orang dewasa usia 30 tahun datang ke gereja setiap minggu atau melakukan kebaktian secara reguler. Namun meskipun mereka datang ke gereja setiap minggu tetapi 35% dari mereka tidak mendaf-tarkan diri menjadi jamaah gereja, mesjid, atau sinagog tertentu. Penelitian Hout dan Fischer sosiolog dari Berkeley menyatakan perubahan orientasi beragama di Ameika dimana pada tahun 1980-an hanya 7% orang dewasa menyatakan tidak beragama naik menjadi 15% pada tahun 2000 dise-babkan pendidikan agama bagi anak cenderung diabaikan sejak tahun 1980-an. Sehingga ketika mereka memasuki dewasa awal, mereka tidak jelas apakah meneruskan agama orang tuanya atau memutuskan hidup tanpa agama.

Menurut Jalaluddin tingkah laku keagamaan orang dewasa dapat pula dilihat dari sikap keagamaannya yang dimilikinya antara lain:

- a. Menerima kebenaran agama berdasarkan pertimbangan pemikiran yang matang, bukan secara ikut-ikutan.
- b. Bersifat cenderung realis, sehingga norma-norma Agama lebih banyak di aplikasikan dalam sikap dan tingkah laku
- c. Bersikap positif terhadap ajaran dan norma-norma agama dan berusaha mempelajari dan memahami agama.

- d. Tingkat ketaatan agama, berdasarkan atas pertimbangan dan tanggungjawab diri sehingga sikap keberagamaan merupakan realisasi diri dari sikap hidup
- e. Bersikap yang lebih terbuka dan wawasan yang lebih luas
- f. Bersikap lebih kritis terhadap materi ajaran agama sehingga kemandapan beragama selain di dasarkan atas pertimbangan pikiran juga di dasarkan atas pertimbangan hati nurani
- g. Sikap keberagamaan cenderung mengarah kepada tipe-tipe kepribadian masing-masing, sehingga terikat adanya pengaruh kepribadian dalam menerima, memahami, serta melaksanakan ajaran agama yang di yakini
- h. Terlihat hubungan antara sikap keberagamaan dengan kehidupan sosial, sehingga perhatian terhadap kepentingan organisasi sosial keagamaan sudah berkembang

C. PERKEMBANGAN JIWA BERAGAMA PADA MASA DEWASA MADYA

Masa dewasa madya dimulai usia 40-60 tahun. Pada masa dewasa madya seseorang telah mendapatkan sebagian besar cita-cita hidupnya. Pada umumnya pada masa dewasa madya minat beragama semakin meningkat. Ada beberapa alasan yang sebenarnya bukan alasan agama pada masa dewasa madya yang menyebabkan mereka beragama. Pertama, karena kesibukan mereka telah berkurang, maka untuk mengisi waktu mereka pergi ke mesjid, ke gereja, ke kuil, atau ke tempat-tempat ibadah lainnya. Kedua, karena merasa kesepian, maka mereka mencari tempat berkumpul dan bagi kebanyakan mereka menganggap berkumpul dalam aktivitas keagamaan lebih mendatangkan kesenangan dan kebahagiaan.

Alasan peningkatan pengalaman agama bagi orang dewasa madya yang berasal dari ajaran agama adalah kesadaran mereka akan kematian. Secara logika kematian telah mulai mendekati mereka. Mereka yang percaya akan adanya hidup setelah kematian akan lebih baik pengalaman agamanya pada usia ini. Kehidupan setelah kematian adalah tempat menerima balasan bagi kebaikan dan kejahatan yang dilakukan

dalam kehidupan sebelum kematian. Kepercayaan ini memotivasi mereka lebih giat mengamalkan ajaran agamanya.

Hasil penelitian di Universitas Colorado tahun 2005 menunjukkan bahwa 40% penduduk Amerika yang berusia lebih dari 45 menjalankan ibadah dengan rutin, 19% menjadi anggota tetap organisasi keagamaan, 20% menyatakan sama sekali tidak pernah beribadah, dan 10% menyatakan diri atheis. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang dewasa madya aktif melaksanakan ajaran agama.

James menyatakan bahwa umur keagamaan yang sangat luar biasa tampaknya justru terdapat pada usia dewasa madya, ketika gejala kehidupan seksual sudah mulai menurun. Tetapi menurut Thoules, dari hasil temuan Gofer, memang menunjukkan bahwa kegiatan beragama orang yang belum berumah tangga sedikit lebih banyak dari mereka yang telah berumah tangga, sedangkan kegiatan keagamaan orang yang sudah bercerai jauh lebih banyak dari keduanya. Menurut Thoules hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan keagamaan berkorelasi terbalik dengan tingkat pemenuhan seksual sebagai sesuatu yang diharapkan bila penyimpangan seksual itu benar-benar merupakan salah satu faktor yang mendorong di balik perilaku keagamaan itu.

D. PERKEMBANGAN JIWA BERAGAMA PADA MASA USIA LANJUT

Usia lanjut adalah bagian akhir dari masa dewasa. Usia lanjut terentang dari usia 61 tahun sampai akhir hayat. Sama dengan masa-masa kehidupan lainnya, usia lanjut memiliki karakteristik tersendiri. Ahli psikologi membagi usia lanjut kepada dua fase: usia lanjut dini dan usia lanjut. Usia lanjut dini dimulai dari usia 60-70 tahun. Usia lanjut dimulai dari usia 70 tahun ke atas.

Pada usia lanjut terjadi perubahan fisik dan psikhis. Perubahan fisik dan psikhis ini membawa pengaruh pada penyesuaian diri yang dapat terjadi dalam bentuk penyesuaian diri yang baik atau buruk. Hal ini tergantung pada bagaimana orang usia lanjut mensikapi keadaannya. Ciri yang paling menarik pada usia lanjut adalah penyesuaian diri yang cenderung memburuk. Baik buruknya penyesuaian diri pada usia lanjut tidak sepenuhnya tergantung pada faktor usia, tetapi lebih ditentukan sikap hidup

sebelumnya. Hurlock mengatakan mereka yang pada masa lalunya memiliki kesulitan dalam penyesuaian diri cenderung semakin jahat dan sulit ketimbang mereka yang dapat menyesuaikan diri dengan mudah dan menyenangkan pada masa lalunya (Hurlock, 1992: 384).

Ciri lain adalah orang usia lanjut kembali ingin kembali menjadi muda. Mereka merasakan kemunduran fisik dan psikhis membuat mereka kurang dihargai. Banyak kewenangan yang mereka miliki ketika masih muda harus dilepaskan, karena kondisi mereka dianggap sudah tidak mengizinkan. Sehingga mereka bisa menjadi pelanggan obat “awet muda.” Sue memberi komentar sebagai berikut: “zaman sekarang banyak orang mencari cara-cara memperlambat menua dengan usaha membatasi makanan atau vitamin. Sedang yang lain melakukan operasi plastik untuk menghilangkan tanda-tanda ketuaan, kemudian menggunakan alat-alat kecantikan untuk menutupi kerut-kerut di kulitnya (Sue, 1976: 100). Pernyataan ini mengisyaratkan betapa kemudaan menjadi kebutuhan.

Perubahan kondisi fisik orang usia lanjut erat kaitannya dengan perubahan kondisi psikhisnya. Kemunduran fisik membuat mereka lebih membutuhkan bantuan orang lain. Mereka menjadi lebih tergantung kepada orang lain. Mereka cenderung mencari kawan atau pasangan hidup baru bila pasangan hidupnya telah meninggal dunia. Di Eropa kecenderungan mencari pasangan hidup baru itu semakin kuat, karena kesediaan anak mengurus orangtuanya sudah langka. Namun di Timur kecenderungan seperti ini masih rendah apalagi bagi para wanita lanjut usia. Hal ini disebabkan pandangan bahwa mengurus orangtua adalah bakti dan kewajiban anak.

Minat-minat usia lanjut juga mengalami perubahan. Mereka umumnya kurang berminat terhadap uang. Uang bagi mereka sekedar untuk mencukupi kebutuhan makan, minum, pakaian, dan tempat tinggal. Minat yang cenderung meningkat pada usia lanjut adalah minat beragama.

Minat agama pada usia lanjut selalu dipengaruhi cara beragama dan pengetahuan agama yang mereka terima pada usia sebelumnya. Mereka yang memiliki dasar-dasar pengetahuan agama yang baik pada masa muda cenderung memiliki minat agama yang besar pada usia lanjut.

Kesadaran akan kematian dianggap sebagai salah satu pemicu orang usia lanjut berminat terhadap agama dan pengamalannya. Umumnya mereka menyadari bahwa kematian telah dekat dibandingkan ketika

usia muda. Kondisi ini membuat mereka lebih tertarik untuk mempelajari agama dan menghadiri kegiatan-kegiatan agama untuk menambah pengetahuan agamanya. Semua ini dimaksudkan untuk memperbaiki bekalnya menghadapi kematian.

Penyebab lain meningkatnya minat beragama pada usia lanjut, karena mereka sudah merasa tidak dipedulikan oleh lingkungannya. Kondisi sepi ini membuat mereka perlu mencari teman. Dengan mengikuti pengajian-pengajian keagamaan atau menjadi jamaah gereja membuat mereka lebih mudah mendapatkan teman. Pada usia 70 tahun ke atas sebagian mereka yang memiliki kesehatan yang kurang baik tidak dapat lagi mengikuti kegiatan-kegiatan pengajian atau misa meskipun minat mereka terhadap kegiatan tersebut masih tinggi. Mereka akan lebih selalu melakukan ibadah keagamaan di rumah secara maksimal.

Walaupun belum ada penelitian berapa besar hubungan antara usia dengan pengamalan agama, namun semakin tua umumnya orang semakin peduli dengan agama dengan berbagai alasan. Namun kondisi kesehatan fisik juga mendukung minat beragama. Di samping itu minat beragama secara umum ditentukan dari usia-usia sebelumnya, meskipun kadang-kadang terjadi perubahan sikap beragama yang drastis pada diri seseorang.

E. PENDIDIKAN AGAMA PADA MASA DEWASA

Pentingnya pendidikan agama bagi orang dewasa paling tidak didasarkan pada dua alasan. Pertama, orang dewasa telah melewati masa ragu terhadap kepercayaannya, berarti ia telah menentukan pola kehidupan beragamanya yang akan ditempuhnya. Kedua, bisa jadi orang dewasa berpindah agama, bila dia merasakan agamanya tidak memberikan kepuasan batin kepadanya.

Pertanyaan yang selalu muncul bagi orang dewasa madya adalah: masih bermanfaatkah pendidikan agama bagi orang dewasa madya untuk meningkatkan pengamalan agamanya? Jawabnya, masih. Tetapi di samping materi yang disampaikan sangat perlu diperhatikan metode penyampaian pendidikan agama pada kelompok ini. Materinya yang cocok pada orang dewasa madya adalah materi yang dapat diterima logika dan rasa, sedangkan metode yang tepat adalah metode partisipatif.

Di dalam ajaran Islam, pendidikan agama diberikan kepada orang

dewasa, kemudian orang dewasa bertanggung jawab terhadap pendidikan agama anak-anaknya. Allah berfirman dalam Q.S. at-Tahrim ayat 6 tentang tanggung jawab pendidikan agama sebagai berikut:

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوًا أَنفُسِكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ
غِلَاطٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan

Dalam ajaran Islam memelihara diri dari api neraka adalah tanggung-jawab setiap orang dewasa. Pemeliharaan diri dari api neraka hanya dapat dilakukan dengan terus menerus menjadi orang yang belajar agama. Belajar ilmu-ilmu agama dalam Islam adalah fardhu 'ain, sedangkan belajar ilmu-ilmu lain adalah fardhu kifayah. Oleh sebab itu pendidikan agama menjadi sangat penting bagi orang dewasa dibandingkan masa-masa sebelumnya.

Orang dewasa belajar agama dengan upaya sendiri. Berbeda dengan anak-anak yang wajib mengajari adalah orang tuanya. Pendidikan agama pada orang dewasa sebaiknya mengikuti prinsip pendidikan orang dewasa (androgogi).

Prinsip pembelajaran andragogi adalah pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan pengetahuan yang telah dimiliki peserta didik sebelumnya, mendorong peserta untuk melakukan pembelajaran mandiri baik dalam posisi belajar atau mengajar, dan menggunakan aktivitas pembelajaran yang beragam. Rasulullah mendorong orang dewasa belajar dan mengajar agama. Sabda Rasulullah mengenai anjuran mengajar dan belajar agama ini, artinya: "Jadilah kamu orang yang mengajar atau belajar atau pendengar (orang mengaji), atau pecinta (mencintai ilmu) dan janganlah kamu menjadi orang yang kelima (artinya tidak mengajar, tidak belajar, tidak suka mendengarkan pengajian, dan tidak mencintai ilmu), maka kamu akan hancur". (H.R. Baihaqi)

BAB VIII

KONVERSI AGAMA

A. PENGERTIAN KONVERSI AGAMA

Dalam dunia yang semakin global dimana batas-batas wilayah sudah semakin menyempit, manusia cenderung mengalami keterasingan (alienasi). Alienasi muncul dari cara pandang dualisme, antara pemisahan jiwa-badan, makhluk-Tuhan, aku-dia, kapitalis-proletar, materi-ide, dan lain sebagainya. Akibat dari dualisme muncul perbedaan antar sisi dari dualitas tersebut. Perbedaan ini selalu memunculkan objektivikasi, yaitu manusia memandang dirinya sebagai objek, seperti layaknya sebuah benda.

Perkembangan yang pesat pada aliran filsafat materialisme, memperkuat gejala alienasi (keterasingan) diderita umat manusia. Pada masyarakat dunia Barat penderitaan akibat materialisme yang berkembang sangat subur telah menyebabkan keterasingan yang sangat parah pada tiap individu. Jika keterasingan tersebut masih berkaitan dengan orang lain, mungkin seseorang bisa mengalihkannya dengan sibuk dengan diri sendiri. Tetapi, bagaimana jika Anda terasing dengan diri Anda sendiri?

Seiring dengan keterasingan tersebut berbagai cara ditempuh seseorang untuk melepaskan dari sepi berkepanjangan. Salah satu akibatnya adalah degradasi moral yang dianggap sebagai sebuah pelarian. Misalnya penggunaan narkoba, seks bebas, bahkan bunuh diri. Kondisi ini tidak menolong mereka lepas dari kesepian, bahkan menimbulkan penderitaan baru seperti terkena HIV/AIDS, sakit jantung, dan penyakit fisik serta psikhis lainnya.

Sebagian mereka yang merasa kesepian mencari pertolongan dari keyakinan baru atau memperteguh keyakinan yang telah ada dengan pola beragama yang lebih mapan. Mereka yang tertolong atau segera

menemukan pencerahan dari kekelaman jiwa ini akan bangkit dan memeluk suatu keyakinan yang baru. Suatu keyakinan yang akan membuat hidupnya terasa lebih berarti, hidup yang bertujuan, yaitu kembali kepada Tuhannya. Terjadilah pembalikan arah, atau konversi dalam beragama. Dalam Islam dapat juga disebut taubat (kembali kepada ajaran agama) atau disebut murtad (keluar dari agama).

Secara bahasa (*etimologi*) kata konversi berasal dari kata Latin “**conversio**” yang berarti **tobat, pindah, berubah** (agama). Selanjutnya kata tersebut dipakai dalam kata Inggris “**conversion**” yang mengandung pengertian: berubah dari suatu keadaan, atau dari suatu agama ke agama lain (**change from one state, or from one religion, to another**). Berdasarkan arti kata-kata tersebut dapat di simpulkan bahwa konversi agama mengandung pengertian: bertobat, berubah agama, berbalik pendirian (berlawanan arah) terhadap ajaran agama atau masuk ke dalam agama baru.

Ada beberapa pendapat tentang pengertian konversi agama antara lain:

Menurut Thouless (1992) dalam bukunya yang berjudul *The Psychology of Religion* konversi agama adalah istilah yang pada umumnya diberikan untuk proses yang menjurus kepada penerimaan suatu sikap keagamaan, proses itu bisa terjadi secara berangsur-angsur atau secara tiba-tiba.

William James dalam buku *The Varieties of Religious of Experience* mengatakan konversi agama adalah:

To be converted, to be regenerated, to receive grace, to experience religion, to gain an assurance, are so many phrases which denote to the process, gradual or sudden, by which a self hitherto divided, and consciously wrong inferior and unhappy, becomes unified and consciously right superior and happy, in consequence of its former hold upon religious realities. (Berubah, membangkitkan, menerima rahmat, mengalami pengalaman keagamaan, mencapai ketenangan, merupakan keragaman ungkapan yang digunakan pada proses tersebut, baik terjadi secara berangsur-angsur atau tiba-tiba, dimana perasaan seseorang terbagi antara menyadari kesalahan dan merasa tidak bahagia menjadi perasaan perasaan benar dan bahagia. Konsekuensi akhirnya seseorang memegang keyakinan agama dengan kokoh).

Clark dalam bukunya *The Psychology of Religion* mendefinisikan

konversi agama sebagai suatu macam pertumbuhan atau perkembangan spiritual yang mengandung perubahan arah yang cukup berarti, dalam sikap terhadap ajaran dan tindak agama. Lebih jelas dan lebih tegas lagi, konversi agama menunjukkan bahwa suatu perubahan emosi yang tiba-tiba ke arah mendapat hidayah Allah SWT secara mendadak, telah terjadi, yang mungkin saja sangat mendalam atau dangkal, dan mungkin pula terjadi perubahan tersebut secara berangsur-angsur. Heirich sebagaimana dikutip Ramayulis (2002) mengatakan bahwa konversi agama adalah merupakan suatu tindakan dimana seseorang atau sekelompok orang masuk atau berpindah kesuatu sistem kepercayaan atau perilaku yang berlawanan dengan kepercayaan sebelumnya.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa konversi agama adalah perubahan keyakinan seseorang terhadap agama yang dianutnya, perubahan tersebut dapat bersifat intern seperti tetap dalam agama yang telah dianutnya tetapi dengan ketaatan yang lebih baik atau pindah ke agama lain dengan keyakinan yang lebih baik. Proses perubahan sikap beragama tersebut dapat terjadi secara mendadak atau melalui proses yang bertahap.

Konversi agama dapat terjadi dalam berbagai usia. Dimulai dari usia 14 tahun sampai seumur hidup. Menurut Spilka konversi agama yang terjadi dalam satu agama selalu terjadi pada usia remaja dan usia lanjut, sedangkan konversi agama dalam bentuk pindah agama cenderung terjadi pada masa dewasa awal.

B. JENIS KONVERSI AGAMA

Sebagaimana dalam kesimpulan tentang pengertian konversi agama, maka konversi agama dapat dibedakan kepada dua jenis, yaitu konversi yang bersifat internal dan eksternal.

1. Konversi internal, terjadi saat seseorang pindah dari mazhab dan perspektif tertentu ke mazhab dan perspektif lain, tetapi masih dalam lingkungan agama yang sama.
2. Konversi eksternal, terjadi jika seseorang pindah dari satu agama keagamaan lain.

Konversi dalam satu agama selalu terjadi pada orang-orang yang

mengalami kepahitan hidup tetapi masih tetap yakin dengan ajaran agamanya. Salah satu contoh dalam Islam adalah kisah Sa'labah yang pada awalnya seorang yang sangat alim terhadap ajaran agama tetapi setelah kaya dia lupa terhadap ajaran agama. Ketika Allah mengambil kembali kekayaannya dia kembali taat kepada Allah.

Kisah konversi eksternal pada sahabat Rasul yang paling menarik adalah Kisah Umar bin Khattab. Umar pada awalnya adalah orang yang paling benci terhadap Rasulullah dan Islam. Umar bahkan pernah ingin membunuh Rasul karena Muhammad dianggap telah menghina kepercayaan nenek moyangnya.

Satu hari, Umar pernah berjalan dengan pedang terhunus untuk segera menghabisi Rasulullah SAW. Namun di tengah jalan, beliau dihadang oleh Abdullah an-Nahham al-'Adawi seraya bertanya:

"Hendak kemana engkau ya Umar?"

"Aku hendak membunuh Muhammad", jawabnya.

"Apakah engkau akan aman dari Bani Hasyim dan Bani Zuhroh jika engkau membunuh Muhammad ?",

"Jangan-jangan engkau sudah murtad dan meninggalkan agama asalmu?". Tanya Umar.

"Maukah engkau kutunjukkan yang lebih mengagetkan dari itu wahai Umar, sesungguhnya saudara perempuanmu dan iparmu telah murtad dan telah meninggalkan agamamu", kata Abdullah.

Setelah mendengar hal tersebut, Umar langsung menuju ke rumah adiknya. Saat itu di dalam rumah ada Khabbab yang sedang mengajarkan al-Quran kepada Fatimah, saudara perempuan Umar dan suaminya. Namun ketika Khabbab merasakan kedatangan Umar, dia segera bersembunyi di balik rumah. Sementara Fatimah, segera menutupi lembaran al-Quran. Sebelum masuk rumah, rupanya Umar telah mendengar bacaan Khabbab, lalu dia bertanya:

"Suara apakah yang tadi saya dengar dari kalian?",

"Tidak ada suara apa-apa kecuali obrolan kami berdua saja", jawab mereka

"Pasti kalian telah murtad", kata Umar dengan geram.

"Wahai Umar, bagaimana pendapatmu jika kebenaran bukan berada pada agamamu ?", jawab ipar Umar.

Mendengar jawaban tersebut, Umar langsung menendangnya dengan keras hingga jatuh dan berdarah. Fatimah segera membangunkan suaminya yang berlumuran darah, namun Fatimah pun ditampar dengan keras hingga wajahnya berdarah, maka berkatalah Fatimah kepada Umar dengan penuh amarah: “Wahai Umar, jika kebenaran bukan terdapat pada agamamu, maka aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah, dan aku bersaksi bahwa Nabi Muhammad adalah Rasulullah”

Melihat keadaan saudara perempuannya dalam keadaan berdarah, timbul penyesalan dan rasa malu di hati Umar. Lalu dia meminta lembaran al-Quran tersebut. Namun Fatimah menolaknya seraya mengatakan bahwa Umar najis, dan al-Quran tidak boleh disentuh kecuali oleh orang-orang yang telah bersuci. Fatimah memerintahkan Umar untuk mandi jika ingin menyentuh mushaf tersebut dan Umar pun menurutinya. Setelah mandi, Umar membaca lembaran tersebut, lalu membaca: *Bismillahirrahmanirrahim*. Kemudian dia berkomentar: “Ini adalah nama-nama yang indah nan suci.”

Kemudian Umar terus membaca :

hingga ayat . Artinya:
 “*Sesungguhnya Aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, maka sembahlah Aku dan dirikanlah shalat untuk mengingat Aku*”
 (QS. Taha : 14)

Umar berkata: “Betapa indah dan mulianya ucapan ini. Tunjukkan padaku dimana Muhammad”. Mendengar ucapan tersebut, Khabab bin Art keluar dari balik rumah, seraya berkata: “Bergembiralah wahai Umar, saya berharap bahwa doa Rasulullah saw pada malam Kamis lalu adalah untukmu, Rasulullah SAW berdoa: “Ya Allah, muliakanlah Islam dengan salah seorang dari dua orang yang lebih Engkau cintai; Umar bin Khattab atau Abu Jahal bin Hisyam”. Rasulullah saw sekarang berada di sebuah rumah di kaki bukit Shafa”.

Umar bergegas menuju rumah tersebut seraya membawa pedangnya. Tiba di sana dia mengetuk pintu. Seseorang yang berada di dalamnya, berupaya mengintipnya lewat celah pintu, dilihatnya Umar bin Khattab datang dengan garang bersama pedangnya. Segera dia beritahu Rasulullah Ssaw, dan merekapun berkumpul. Hamzah bertanya: “Ada apa ?”.

“Umar” Jawab mereka.

“Umar ?!, bukakan pintu untuknya, jika dia datang membawa kebaikan, kita sambut. Tapi jika dia datang membawa keburukan, kita bunuh dia dengan pedangnya sendiri”.

Rasulullah saw memberi isyarat agar Hamzah menemui Umar. Lalu Hamzah segera menemui Umar, dan membawanya menemui Rasulullah saw. Kemudian Rasulullah saw memegang baju dan gagang pedangnya, lalu ditariknya dengan keras, seraya berkata: “Engkau wahai Umar, akankah engkau terus begini hingga kehinaan dan adzab Allah diturunkan kepadamu sebagaimana yang dialami oleh Walid bin Mughirah ?, Ya Allah inilah Umar bin Khattab, Ya Allah, kokohkanlah Islam dengan Umar bin Khattab”. Maka berkatalah Umar: “Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan yang disembah selain Allah, dan Engkau adalah Rasulullah.

Kesaksian Umar tersebut disambut gema takbir oleh orang-orang yang berada di dalam rumah saat itu, hingga suaranya terdengar ke Masjidil-Haram. Masuk Islamnya Umar menimbulkan kegemparan di kalangan orang-orang musyrik, sebaliknya disambut suka cita oleh kaum muslimin.

C. FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB KONVERSI AGAMA

Penido (dalam Ramayulis, 2002), berpendapat bahwa konversi agama mengandung dua unsur:

1. Unsur dari dalam diri (*endogenos origin*), yaitu proses perubahan yang terjadi dalam diri seseorang atau kelompok. Konversi yang terjadi dalam batin ini membentuk suatu kesadaran untuk mengadakan suatu transformasi disebabkan oleh krisis yang terjadi dan keputusan yang diambil seseorang berdasarkan pertimbangan pribadi. Proses ini terjadi menurut gejala psikologis yang bereaksi dalam bentuk hancurnya struktur psikologis yang lama dan seiring dengan proses tersebut muncul pula struktur psikologis baru yang dipilih.
2. Unsur dari luar (*exogenous origin*), yaitu proses perubahan yang berasal dari luar diri atau kelompok sehingga mampu menguasai kesadaran orang atau kelompok yang bersangkutan. Kekuatan yang ber-

asal dari luar ini kemudian menekan pengaruhnya terhadap kesadaran mungkin berupa tekanan batin, sehingga memerlukan penyelesaian oleh yang bersangkutan. Sedangkan berbagai ahli berbeda pendapat dalam menentukan faktor yang menjadi pendorong konversi (motivasi konversi). James dan Heirich (dalam Ramayulis, 2002), banyak menguraikan faktor yang mendorong terjadinya konversi agama tersebut menurut pendapat dari para ahli yang terlibat dalam berbagai disiplin ilmu, masing-masing mengemukakan pendapat bahwa konversi agama disebabkan faktor yang cenderung didominasi oleh lapangan ilmu yang mereka tekuni.

Para ahli agama menyatakan bahwa yang menjadi faktor pendorong terjadinya konversi agama adalah petunjuk ilahi. Pengaruh supernatural berperan secara dominan dalam proses terjadinya konversi agama pada diri seseorang atau kelompok. Peristiwa pindah agama dalam Islam dipandang sebagai hidayah dari Allah.

Para ahli Sosiologi berpendapat bahwa yang menyebabkan terjadinya konversi agama karena pengaruh sosial. Pengaruh sosial yang mendorong terjadinya konversi itu terdiri dari adanya berbagai faktor antara lain:

1. Pengaruh hubungan antara pribadi baik pergaulan yang bersifat keagamaan maupun non agama (kesenian, ilmu pengetahuan, ataupun bidang keagamaan yang lain).
2. Pengaruh kebiasaan yang rutin. Pengaruh ini dapat mendorong seseorang atau kelompok untuk berubah kepercayaan jika dilakukan secara rutin hingga terbiasa. Misalnya, menghadiri upacara keagamaan.
3. Pengaruh anjuran atau propaganda dari orang-orang yang dekat, misalnya: karib, keluarga, famili, dan sebagainya.
4. Pengaruh pemimpin keagamaan. Hubungan yang baik dengan pemimpin agama merupakan salah satu pendorong konversi agama.
5. Pengaruh perkumpulan yang berdasarkan hobi. Perkumpulan yang dimaksud seseorang berdasarkan hobinya dapat pula menjadi pendorong terjadinya konversi agama.
6. Pengaruh kekuasaan pemimpin. Pengaruh kekuasaan pemimpin berdasarkan kekuatan hukum, misalnya kepala Negara, raja. Pengaruh-pengaruh tersebut secara garis besarnya dapat dibagi menjadi dua,

yaitu pengaruh yang mendorong secara persuasif (secara halus) dan pengaruh yang bersifat koersif (memaksa).

Para ahli ilmu jiwa berpendapat bahwa yang menjadi pendorong terjadinya konversi agama adalah faktor psikologis yang ditimbulkan oleh faktor intern maupun faktor ekstern. Faktor-faktor tersebut apabila mempengaruhi seseorang atau kelompok hingga menimbulkan semacam gejala tekanan batin, maka akan terdorong untuk mencari jalan keluar yaitu ketenangan batin. Dalam kondisi jiwa yang demikian itu secara psikologis kehidupan seseorang itu menjadi kosong dan tak berdaya sehingga ia mencari perlindungan kekuatan lain yang mampu memberinya kehidupan jiwa yang tenang dan tenteram.

James melalui penelitiannya tentang pengalaman berbagai tokoh yang mengalami konversi agama menyatakan faktor penyebab terjadinya konversi agama adalah:

1. Konversi terjadi karena adanya suatu tenaga jiwa yang menguasai pusat kebiasaan seseorang sehingga pada dirinya muncul persepsi baru, dalam bentuk suatu ide yang bersemi secara mantap.
2. Konversi agama dapat terjadi oleh karena suatu krisis ataupun secara mendadak (tanpa suatu proses).

Kemudian James mengembangkan pendapatnya tentang faktor penyebab konversi beragama menjadi dua tipe. Pertama, tipe *Volitional* (perubahan bertahap). Konversi agama yang disebabkan faktor ini terjadi secara berproses sedikit demi sedikit sehingga kemudian menjadi seperangkat aspek dan kebiasaan rohaniah yang baru. Konversi yang demikian itu terjadi sebagai suatu proses perjuangan batin yang ingin menjauhkan diri dari dosa karena ingin mendatangkan suatu kebenaran.

Kedua, tipe *Self-Surrender* (perubahan drastis), konversi agama tipe ini adalah konversi yang terjadi secara mendadak. Seseorang tanpa mengalami suatu proses tertentu tiba-tiba berubah pendiriannya terhadap suatu agama yang dianutnya. Pada konversi agama tipe kedua James mengakui adanya pengaruh petunjuk dari Yang Maha Kuasa terhadap seseorang, karena gejala konversi ini terjadi dengan sendirinya pada diri seseorang sehingga ia menerima kondisi yang baru dengan penyerahan jiwa sepenuhnya.

Masalah-masalah yang menyangkut terjadinya konversi agama tersebut berdasarkan tinjauan psikologi tersebut yaitu dikarenakan beberapa faktor antara lain:

1. Faktor intern meliputi, **pertama**, Kepribadian. Secara psikologis tipe kepribadian tertentu akan mempengaruhi kehidupan jiwa seseorang. Dalam penelitiannya, James menemukan bahwa tipe melankolis (memiliki sifat mudah sedih dan mudah putus asa,) yang memiliki kerentanan perasaan lebih mendalam dapat menyebabkan terjadinya konversi agama dalam dirinya. **Kedua**, faktor pembawaan. Menurut Sawanson (dalam Ramayulis, 2002) ada semacam kecenderungan urutan kelahiran mempengaruhi konversi agama. Anak sulung dan anak bungsu biasanya tidak mengalami tekanan batin, sedangkan anak-anak yang dilahirkan pada urutan antara keduanya sering mengalami stress jiwa, karena pada umumnya anak tengah kurang mendapatkan perhatian orangtua. Kondisi yang dibawa berdasarkan urutan kelahiran itu banyak mempengaruhi terjadinya konversi agama. Anak tengah selalu mengalami konversi agama dibandingkan dengan anak pertama atau anak terakhir.
2. Faktor Ekstern meliputi, **pertama** faktor keluarga. Keretakan keluarga, ketidakserasian, berlainan agama, kesepian, kesulitan seksual, kurang mendapatkan pengakuan kaum kerabat dan alinnya. Kondisi yang demikian menyebabkan seseorang akan mengalami tekanan batin sehingga sering terjadi konversi agama dalam usahanya untuk meredakan tekanan batin yang menimpa dirinya. **Kedua**, Lingkungan tempat tinggal. Orang yang merasa terlempar dari lingkungan tempat tinggal atau tersingkir dari kehidupan di suatu tempat merasa dirinya hidup sebatang kara. Keadaan yang demikian menyebabkan seseorang mendambakan ketenangan dan mencari tempat untuk bergantung hingga kegelisahan batinnya hilang. **Ketiga**, Perubahan status. Perubahan status terutama yang berlangsung secara mendadak akan banyak mempengaruhi terjadinya konversi agama, misalnya: perceraian, keluar dari sekolah atau perkumpulan, perubahan pekerjaan, menikah dengan orang yang berbeda agama dan sebagainya. **Keempat**, Kemiskinan. Kondisi sosial ekonomi yang sulit juga merupakan faktor yang mendorong dan mempengaruhi terjadinya konversi agama.

Para ahli ilmu pendidikan berpendapat bahwa konversi agama di-

pengaruhi oleh kondisi pendidikan. Penelitian ilmu sosial menampilkan data dan argumentasi bahwa suasana pendidikan ikut mempengaruhi konversi agama. Walaupun belum dapat dikumpulkan data secara pasti tentang pengaruh lembaga pendidikan terhadap konversi agama namun berdirinya sekolah-sekolah yang bernaung di bawah yayasan agama tentunya mempunyai tujuan keagamaan pula.

Menurut Zakiah Daradjat faktor-faktor terjadinya konversi agama meliputi:

1. Pertentangan batin (konflik jiwa) dan ketegangan perasaan, orang-orang yang gelisah, di dalam dirinya bertarung berbagai persoalan, yang kadang-kadang dia merasa tidak berdaya menghadapi persoalan atau problema, itu mudah mengalami konversi agama. Di samping itu sering pula terasa ketegangan batin, yang memukul jiwa, merasa tidak tenteram, gelisah yang kadang-kadang terasa tidak ada sebabnya dan kadang-kadang tidak diketahui. Dalam semua konversi agama, boleh dikatakan, latar belakang yang terpokok adalah konflik jiwa (pertentangan batin) dan ketegangan perasaan, yang mungkin disebabkan oleh berbagai keadaan.
2. Pengaruh hubungan dengan tradisi agama, di antara faktor-faktor penting dalam riwayat konversi itu, adalah pengalaman-pengalaman yang mempengaruhinya sehingga terjadi konversi tersebut. Di antara pengaruh yang terpenting adalah pendidikan orang tua di waktu kecil mempunyai pengaruh yang besar terhadap diri orang-orang, yang kemudian terjadi padanya konflik konversi agama, adalah keadaan mengalami ketegangan yang konflik batin itu, sangat tidak bisa, tidak mau, pengalaman di waktu kecil, dekat dengan orang tua dalam suasana yang tenang dan aman damai akan teringat dan membayangkan-bayang secara tidak sadar dalam dirinya. Keadaan inilah yang dalam peristiwa-peristiwa tertentu menyebabkan konversi tiba-tiba terjadi. Faktor lain yang tidak sedikit pengaruhnya adalah lembaga-lembaga keagamaan, masjid-masjid atau gereja-gereja. Melalui bimbingan lembaga-lembaga keagamaan itu, termasuk salah satu faktor penting yang memudahkan terjadinya konversi agama jika pada umur dewasanya ia kemudian menjadi acuh tak acuh pada agama dan mengalami konflik jiwa atau ketegangan batin yang tidak teratasi.

3. Ajakan/seruan dan sugesti, banyak pula terbukti, bahwa di antara peristiwa konversi agama terjadi karena pengaruh sugesti dan bujukan dari luar. Orang-orang yang gelisah, yang sedang mengalami kegoncangan batin, akan sangat mudah menerima sugesti atau bujukan-bujukan itu. Karena orang-orang yang sedang gelisah atau goncangan jiwanya itu, ingin segera terlepas dari penderitaannya, baik penderitaan itu disebabkan oleh keadaan ekonomi, sosial, rumah tangga, pribadi atau moral.
4. Faktor-faktor emosi. Orang-orang yang emosional (lebih sensitif atau banyak dikuasai oleh emosinya), mudah kena sugesti, apabila ia sedang mengalami kegelisahan. Kendatipun faktor emosi, secara lahir tampaknya tidak terlalu banyak pengaruhnya, namun dapat dibuktikan bahwa, emosi adalah salah satu faktor yang ikut mendorong kepada terjadinya konversi agama, apabila ia sedang mengalami kekecewaan.
5. Kemauan, kemauan yang dimaksudkan adalah kemauan seseorang itu sendiri untuk memeluk kepercayaan yang lain.

Sudarno (2000) menambahkan empat faktor pendukung terjadinya konversi agama, yaitu:

1. Cinta, cinta merupakan anugrah yang harus dipelihara, tanpa cinta hidup tidak akan menjadi indah dan bahagia. Cinta dapat menimbulkan sikap patuh dan tunduk. Rasa cinta seseorang kepada orang taat beragama atau orang yang berbeda agama dapat menjadikan menjadi orang yang taat beragama atau pindah ke agama orang yang dicintainya.
2. Pernikahan. Seseorang yang telah menikah dengan orang yang berbeda agama dapat saja pindah agama sesuai dengan agama pasangannya dalam perkawinan tersebut.
3. Hidayah dari Tuhan. Seseorang dapat saja mendapatkan hidayah dari Allah baik berupa mimpi atau peristiwa lainnya sehingga mendorongnya untuk berubah keyakinan agama.
4. Kebenaran agama, menurut Djarnawi (Sudarno, 2000) agama yang benar adalah yang tepat memilih Tuhannya, tidak keliru pilih yang bukan Tuhan dianggap Tuhan. Kebenaran agama yang dimaksud tidak karena paksaan, bujukan dari orang lain, akan tetapi lewat kesa-

daran dan keinsyafan antara lain melalui dialog-dialog, ceramah, mempelajari literatur, buku-buku, dan media lain.

Dalam pandangan Islam penyebab terjadinya konversi agama dapat disebabkan oleh faktor intern dan ekstern:

Faktor intern meliputi: Hidayah Allah dan Kebiasaan. Tentang hidayah agama Allah berfirman dalam Q.S. al-Qaṣaṣ ayat 56 yang berbunyi:

إِنَّكَ لَا تَهْدِي مَنْ أَحْبَبْتَ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿٥٦﴾

“Sesungguhnya kamu tidak akan dapat memberi petunjuk kepada orang yang kamu kasihi, tetapi Allah memberi petunjuk kepada orang yang dikehendaki-Nya, dan Allah lebih mengetahui orang-orang yang mau menerima petunjuk.”

Allah juga berfirman QS. Al An’am: 125 yang berbunyi:

فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ

ضَيِّقًا حَرَامًا كَأَنْمَا يَصْعَدُ فِي السَّمَاءِ كَذَٰلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ ﴿١٢٥﴾
Barang siapa yang Allah menghendaki akan memberikannya petunjuk, niscaya dia melapangkan dadanya untuk (memeluk agama) Islam. Dan barang siapa yang dikehendaki Allah kesesatannya, niscaya Allah menjadikan dadanya sesak lagi sempit, seolah-olah ia sedang mendaki ke langit. Begitulah Allah menimpakan siksa kepada orang-orang yang tidak beriman”. (QS. Al An’am: 125)

Ayat-ayat Al-Qur’an di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bagaimanapun usaha orang untuk mempengaruhi seseorang untuk mengikuti keyakinannya, tanpa ada kehendak dari Allah SWT tidak akan bisa. Manusia diperintah oleh Allah SWt untuk berusaha, namun jangan sampai melawan kehendak Allah SWT dengan segala pemaksaan.

Kebiasaan juga hal yang dapat membuat seseorang pindah agama. Kebiasaan mengabaikan ajaran agama dapat menyebabkan seseorang murtad dari agamanya. Kebiasaan mengamalkan ajaran agama dengan baik dapat menyebabkan seseorang tambah taat beragama. Allah berfirman dalam Q.S. al-Baqarah ayat 8-10

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَقُولُ ءَامَنَّا بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَمَا هُمْ بِمُؤْمِنِينَ ﴿٨﴾ تَتَّخِذُونَ
 اللَّهَ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَمَا تَتَّخِذُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُونَ ﴿٩﴾ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ
 فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ ﴿١٠﴾

Di antara manusia ada yang mengatakan: “Kami beriman kepada Allah dan Hari kemudian,” pada hal mereka itu sesungguhnya bukan orang-orang yang beriman. Mereka hendak menipu Allah dan orang-orang yang beriman, padahal mereka hanya menipu dirinya sendiri sedang mereka tidak sadar. Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.

Kebiasaan buruk yang dilakukan orang-orang munafik dapat mengantarkan mereka kepada kemurtadan dan kekafiran. Allah terus menerus menjauhkan mereka dari agamanya. Kebiasaan baik yang menyebabkan seseorang bertambah taat dalam melaksanakan ajaran agamanya telah dinyatakan Allah dalam Q.S. al-Furqan ayat 70 sebagai berikut:

إِلَّا مَنْ تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَٰئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ
 حَسَنَاتٍ ۗ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا ﴿٧٠﴾

“Kecuali orang-orang yang bertaubat, beriman dan mengerjakan amal saleh; maka itu kejahatan mereka diganti Allah dengan kebajikan. Dan adalah Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Faktor ekstern. Faktor ekstern yang menyebabkan terjadinya konversi agama antara lain faktor lingkungan keluarga, teman, tempat tinggal, budaya, serta kondisi sosial ekonomi.

Rasulullah bersabda yang artinya: “Tiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah (Islam), maka lingkungannya yang menyebabkan dia menjadi Yahudi, Nasrani, atau Majusi (H.R. Bukhari-Muslim). Pentingnya pendidikan agama dalam keluarga juga disabdakan Rasul tentang pendidikan shalat:

“Suruhlah olehmu anak-anak itu shalat apabila ia sudah berumur tujuh

tahun, dan apabila ia sudah berumur sepuluh tahun, maka hendaklah kamu pukul jika ia meninggalkan shalat.” (H.R. Tirmidzi)

Seorang yang tidak mendapatkan pendidikan agama yang baik dalam keluarganya akan lebih berpeluang untuk mengalami konversi agama dalam bentuk pindah agama. Tetapi ajaran agama yang telah diterima secara berkelanjutan sejak kecil juga akan lebih berpeluang mengantarkannya mengalami konversi agama yang bersifat internal jika dia menghadapi masalah kehidupan.

Allah SWT juga mengingatkan bahwa seorang muslim harus berhati-hati memilih teman. Teman yang jelek akan memberi pengaruh yang jelek sebagaimana firman Allah dalam Q.S. An-Nisa ayat 138-139 sebagai berikut:

بَشِيرِ الْمُتَنَفِقِينَ بِأَنَّ لَهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا ﴿١٣٨﴾ الَّذِينَ يَتَّخِذُونَ الْكَافِرِينَ أَوْلِيَاءَ مِن دُونِ
 الْمُؤْمِنِينَ ۚ أَيْتَتُّوهُنَّ عِنْدَهُمُ الْعِزَّةَ فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا ﴿١٣٩﴾

“Kabarkanlah kepada orang-orang munafik bahwa mereka akan mendapatkan siksaan yang pedih, (yaitu) orang-orang yang mengambil orang-orang kafir menjadi teman-teman penolong dengan meninggalkan orang-orang mu’min. Apakah mereka mencari kekuatan di samping orang-orang kafir itu? Maka sesungguhnya semua kekuatan kepunyaan Allah.” (QS. an-Nisa: 138-139).

D. PROSES TERJADINYA KONVERSI AGAMA

Konversi terjadi melalui proses yang singkat maupun bertahap. Carrier (dalam Ramayulis, 2002) membagi proses tersebut dalam tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Terjadi desintegrasi sintesis kognitif (kegoncangan jiwa) dan motivasi sebagai akibat dari krisis yang dialami.
2. Reintegrasi (penyatuan kembali) kepribadian berdasarkan konsepsi agama yang. Dengan adanya reintegrasi ini maka terciptalah kepribadian baru yang berlawanan dengan struktur yang lama.
3. Tumbuh sikap menerima konsepsi (pendapat) agama yang baru serta peranan yang dituntut oleh ajarannya.

4. Timbul kesadaran bahwa keadaan yang baru itu merupakan panggilan suci petunjuk Tuhan.

Zakiah. Daradjat (1979) memberikan pendapatnya yang berdasarkan proses kejiwaan yang terjadi melalui 5 tahap, yaitu:

1. Masa tenang, di saat ini kondisi seseorang berada dalam keadaan yang tenang karena masalah agama belum mempengaruhi sikapnya. Terjadi semacam sikap *apriori* (belum mengetahui) terhadap agama. Keadaan yang demikian dengan sendirinya tidak akan mengganggu keseimbangan batinnya, hingga ia berada dalam keadaan tenang dan tenteram. Segala sikap dan tingkah laku dan sifat-sifatnya acuh tak acuh atau menentang agama.
2. Masa ketidaktenangan, tahap ini berlangsung jika masalah agama telah mempengaruhi batinnya. Mungkin dikarenakan suatu krisis, musibah ataupun perasaan berdosa yang di alami. Hal tersebut menimbulkan semacam kegoncangan dalam kehidupan batin sehingga menyebabkan kegoncangan yang berkecamuk dalam bentuk rasa gelisah, panik, putus asa, ragu, tegang dan bimbang. Perasaan tersebut menyebabkan seseorang lebih sensitif dan hampir putus asa dalam hidupnya dan mudah terkena sugesti. Pada tahap ini terjadi proses pemilihan terhadap ide atau kepercayaan baru untuk mengatasi konflik batinnya.
3. Masa konversi, tahap ketiga ini terjadi setelah konflik batin mengalami keredaan karena kemantapan batin telah terpenuhi berupa kemampuan menentukan keputusan untuk memilih yang dianggap serasi ataupun timbulnya rasa pasrah. Keputusan ini memberikan makna dalam menyelesaikan pertentangan batin yang terjadi, hidup yang tadinya seperti dilamun ombak atau diPorakporandakan oleh badai topan persoalan, tiba-tiba angin baru berhembus, sehingga terciptalah ketenangan dalam bentuk kesediaan menerima kondisi yang dialami sebagai petunjuk ilahi. Karena di saat ketenangan batin itu terjadi dilandaskan atas suatu perubahan sikap kepercayaan yang bertentangan dengan sikap kepercayaan sebelumnya, maka terjadilah proses konversi agama.
4. Masa tenang dan tentram, masa tenang dan tentram yang kedua ini berbeda dengan tahap yang sebelumnya. Jika pada tahap pertama keadaan itu dialami karena sikap yang acuh tak acuh, maka kete-

nangan dan ketentraman pada tahap kedua ini menimbulkan kepuasan terhadap keputusan yang sudah diambil. Kepuasan tersebut timbul karena telah mampu membawa suasana batin menjadi mantap sebagai pernyataan menerima konsep baru. Setelah krisis konversi lewat dan masa menyerah dilalui, maka timbullah perasaan atau kondisi jiwa yang baru, rasa aman dan damai di hati, tiada lagi dosa yang tidak diampuni Tuhan Yang Maha Esa, tidak ada kesalahan yang patut disesali, semuanya telah lewat, segala persoalan menjadi mudah dan terselesaikan. Lapang dada, menjadi pemaaf dan dengan mudah untuk memaafkan kesalahan orang lain.

5. Masa ekspresi konversi, sebagai ungkapan dari sikap menerima, terhadap konsep baru dari ajaran agama yang diyakininya, maka tindak tanduk dan sikap hidupnya diselaraskan dengan ajaran dan peraturan agama yang dipilih tersebut. Pencerminan ajaran dalam bentuk amal perbuatan yang serasi dan relevan sekaligus merupakan pernyataan konversi agama itu dalam kehidupan.

Menurut Wasyim (dalam Sudarno, 2000) secara garis besar membagi proses konversi agama menjadi dua, yaitu:

1. Masa Gelisah (*unsert*), kegelisahan atau ketidaktenangan karena adanya gap antara seseorang yang beragama dengan Tuhan yang disembah. Ditandai dengan adanya konflik dan perjuangan mental aktif.
2. Adanya rasa pasrah. Pertumbuhan dengan perkembangan yang logis, yakni tampak adanya realisasi dan ekspresi konversi yang dialami dalam hidupnya.

BAB IX

KONSEP JIWA DALAM ISLAM

A. PENGERTIAN JIWA (NAFS)

Kata jiwa dalam al-Qur'an selalu disebut dengan *nafs*. Kata *nafs* mempunyai aneka makna, pada satu ayat diartikan sebagai totalitas manusia, seperti antara lain maksud surat Al-Maidah ayat 32 berikut:

مِنْ أَجْلِ ذَٰلِكَ كَتَبْنَا عَلَىٰ بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنَّهُ مَن قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا وَلَقَدْ جَاءَتْهُمْ رُسُلُنَا بِالْبَيِّنَاتِ ثُمَّ إِنَّ كَثِيرًا مِّنْهُمْ بَعَدَ ذَٰلِكَ فِي الْأَرْضِ لَمُسْرِفُونَ ﴿٣٢﴾

Oleh karena itu Kami tetapkan (suatu hukum) bagi Bani Israil, bahwa: barangsiapa yang membunuh seorang manusia, bukan karena orang itu (membunuh) orang lain, atau bukan karena membuat kerusakan di muka bumi, maka seakan-akan dia telah membunuh manusia seluruhnya. Dan barangsiapa yang memelihara kehidupan seorang manusia, maka seolah-olah dia telah memelihara kehidupan manusia semuanya. Dan sesungguhnya telah datang kepada mereka rasul-rasul Kami dengan (membawa) keterangan-keterangan yang jelas, kemudian banyak di antara mereka sesudah itu sungguh-sungguh melampaui batas dalam berbuat kerusakan di muka bumi.

Pada ayat lain kata *nafs* menunjuk kepada apa yang terdapat dalam diri manusia yang menghasilkan tingkah laku seperti maksud kandungan firman Allah Q.S Ar-Ra'du ayat 11 berikut:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merobah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merobah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.

Menurut Quraish Shihab secara umum dapat dikatakan bahwa *nafs* dalam konteks pembicaraan tentang manusia, menunjuk kepada sisi dalam manusia yang berpotensi baik dan buruk. Dalam pandangan Al-Quran, *nafs* diciptakan Allah dalam keadaan sempurna untuk berfungsi menampung serta mendorong manusia berbuat kebaikan dari keburukan, dan karena itu sisi dalam manusia inilah yang oleh Al-Quran dianjurkan untuk diberi perhatian lebih besar kepada pemeliharaan *nafs*. Allah berfirman tentang kesempurnaan jiwa dalam Q.S Al-Syam ayat 7-8:

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾

Demi *nafs* serta penyempurnaan ciptaan, Allah mengilhamkan kepadanya kefasikan dan ketakwaan.

Quraish Shihab menjelaskan “mengilhamkan” berarti memberi potensi agar manusia melalui *nafs* dapat menangkap makna baik dan buruk, serta dapat mendorongnya untuk melakukan kebaikan dan keburukan. Di sini antara lain terlihat perbedaan pengertian kata ini menurut Al-Qur'an dengan terminologi kaum sufi, misalnya yang dikemukakan oleh Al-Qusyairi dalam kitab yang berjudul Risalah bahwa, *nafs* dalam pengertian kaum sufi adalah sesuatu yang melahirkan sifat tercela dan perilaku buruk.” Pengertian kaum sufi ini sama dengan penjelasan Kamus Besar Bahasa Indonesia, yang antara lain, menjelaskan arti kata nafsu, sebagai “dorongan hati yang kuat untuk berbuat kurang baik”.

Hal ini berbeda dengan penjelasan Al-Quran menegaskan bahwa *nafs* memiliki potensi positif dan negatif, namun Al-Qur'an juga meng-

isyaratkan bahwa pada hakikatnya potensi positif manusia lebih kuat dari potensi negatifnya, hanya saja daya tarik keburukan lebih kuat dari daya tarik kebaikan. Oleh Karena itu Allah menegaskan bahwa manusia dituntut agar memelihara kesucian *nafs*, dan tidak mengotorinya. Hal tersebut diingatkan Allah pada QS Al-Syams [91]: 9-10 berikut:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴿١٠﴾

“*Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang menyucikannya dan merugilah orang-orang yang mengotorinya.*”

Bahwa kecenderungan *nafs* kepada kebaikan lebih kuat dipahami dari isyarat beberapa ayat, antara lain firman Allah dalam QS Al-Baqarah [2]: 286 berikut:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ...

“*Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Nafs memperoleh ganjaran dan apa yang diusahakannya, dan memperoleh siksa dari apa yang diusahakannya.*”

Menurut Quraish Shihab kata *kasabat* yang dalam ayat di atas menunjuk kepada usaha baik sehingga memperoleh ganjaran, adalah patron yang digunakan bahasa Arab untuk menggambarkan pekerjaan yang dilakukan dengan mudah, sedangkan *iktasabat* adalah bentuk kata yang digunakan untuk menunjuk kepada hal-hal yang sulit lagi berat. Muhammad Abduh mengisyaratkan bahwa *nafs* pada hakikatnya lebih mudah melakukan hal-hal yang baik daripada melakukan kejahatan. Hal ini menegaskan bahwa manusia pada dasarnya diciptakan Allah untuk melakukan kebaikan.

Ayat lain yang sejalan dengan isyarat di atas, adalah firman Allah dalam QS Al-Infi tar [82]: 6-7) berikut:

يَتَأْتِيهَا إِلَّا نَسْنُ مَا عَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ ﴿٦﴾ الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّاكَ فَعَدَلَكَ ﴿٧﴾

“*Wahai manusia! Apa yang memperdayakanmu (berbuat dosa) terhadap Tuhanmu yang telah menciptakan engkau. Yang telah menyempurnakan kejadianmu, dan menjadikan engkau “adil” (seimbang atau cenderung kepada keadilan).*”

Kata “*menjadikan engkau adil*” dipahami oleh sementara pakar seperti Yusuf Ali sebagai kecenderungan berbuat adil. Pendapat ini cukup beralasan, karena dengan pemahaman semacam itu, menjadi amat lurus kecaman Allah terhadap manusia yang mendurhakainya.

Berbagai penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *nafs* sebagai totalitas kemanusiaan dalam psikologi setara dengan istilah individualitas. Konsep *nafs* mengandung makna kedirian yang terdiri dari potensi ketakwaan dan potensi kekufuran, namun Allah menegaskan bahwa potensi ketakwaan lebih mudah dikembangkan manusia daripada potensi kekufuran, hanya pengaruh lingkungan lebih mendorong manusia untuk mengembangkan potensi kekufurannya.

B. KEANEKARAGAMAN *NAFS*

Al-Quran juga mengisyaratkan keanekaragaman *nafs* serta peringkat-peringkatnya, secara eksplisit disebutkan tentang *an-nafs al-ammarah*, *an-nafs al-lawamah*, dan *an-nafs al-muthmainnah*. Masing dapat ditemukan pada firman Allah sebagai berikut:

Peringkat pertama adalah *an-nafs al-ammarah*. Allah berfirman tentang *an-nafs al-ammarah* dalam Q.S Yusuf ayat 53 yang berbunyi:

﴿ وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ ۗ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴾



“*Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.*”

Nafs al-ammarah disebut juga *nafs hewani*. Al-Ghazali menyebutnya dengan citraan yang lebih kontras yaitu *nafs bahimiyyah* dan *nafs sabu'iyah* (binatang ternak dan binatang buas). Sifat binatang ternak dan binatang buas itu mengeram dalam diri manusia. Mulai dari jiwa sampai jasmaninya. Wujudnya dalam bentuk perilaku makan, minum, tidur, bersenggama, dan tempat tinggal yang serba berlebihan, tidak islami. Puncaknya: *hubb ad-dunya wa karahat al-maut* (cinta dunia dan takut mati).

Allah berfirman dalam Q.S Ali Imran ayat 14 tentang kecintaan manusia pada unsur-unsur *nafs al-ammarah* sebagai berikut:

“Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu: wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga).”

Peringkat kedua adalah *an-nafs al-lawwāmah*. Allah berfirman tentang *an-nafs al-lawwāmah* dalam Q.S al-Qiyamah ayat 2 yang berbunyi:

وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾

dan aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri)

Menyesali diri dalam ayat tersebut berarti jiwa tersebut menyesali diri mengapa melakukan kejahatan atau mengapa berbuat baik hanya sedikit. Hasan Basri dalam sebagaimana dikutip Ibn Katsir dalam kitab tafsirnya menyatakan: “Demi Allah, orang yang beriman tidak akan kamu lihat menyalahkan selain dirinya sendiri, ‘apa yang sebenarnya saya inginkan dengan kalimat saya, apa yang saya inginkan dengan makanan saya, apa sebenarnya yang saya inginkan dengan detak hati saya..!? Sedangkan orang jahat berjalan tanpa pernah menyalahkan dirinya”.

Kata *lawwāmah* ini adalah bentuk *mubalagah* (*hiperbolis*) dari kata *lawum* yang maksudnya adalah mencela dan menyalahkan secara berlebihan. Istilah *lawwāmah* adalah banyak mencela pemilikinya. Celaan dari jiwa seperti ini terhadap pemilikinya mengarah kepada dua jalan yaitu:

Pertama, dengan mendorong pemilikinya untuk introspeksi atas perbuatan jelek yang pernah ia perbuat, seperti melakukan suatu perbuatan maksiat, menyakiti orang yang tidak seharusnya, atau menghukumnya dengan hukuman yang berlebihan. Penyesalan yang keras ini bisa membangkitkan pemilikinya untuk bertaubat dan akan membawanya untuk

kembali dari jalan yang orang-orang yang tidak beriman, serta mengarah kepada Allah untuk memperbaiki apa yang sebelumnya ia lalaikan serta meminta maaf atas perbuatan-perbuatan jahat yang telah dilakukannya.

Kedua, Mengajak kepada pemiliknya untuk introspeksi atas kelalaiannya dalam melakukan perbuatan yang baik. Introspeksi ini mempunyai dua sisi:

1. Introspeksi atas kelalaian terhadap amal saleh seperti meninggalkan sedekah terhadap orang-orang miskin, melalaikan anak yatim, atau tidak mau peduli terhadap kesulitan orang-orang yang membutuhkan bantuan. Jiwa ini dengan penyesalannya atas kelalaian dalam dasar perbuatan yang baik akan melalui jalan satu perilaku kepada perilaku yang lain yang lebih baik, dan akan menganjurkannya untuk kuat dan konsisten untuk tetap melakukan perbuatan ketaatan dan segera melakukan perbuatan baik.

2. Introspeksi atas kekuarangan dalam memperbanyak perbuatan baik seperti penyesalannya atas sedekah dengan jumlah yang sedikit, penyesalannya yang hanya memberikan makan kepada satu orang fakir, tidak dua atau lebih, penyesalannya karena hanya menjamu seorang tamu dalam waktu yang singkat dan tidak lama, demikian seterusnya.

الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَمِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا

Nafs lawwāmah, yaitu jiwa yang sadar, taqwa, takut, selalu prihatin, selalu melakukan introspeksi diri, selalu memusatkan ke sekitarnya, selalu mencari kejelasan mengenai hakikat dari keinginannya, dan menghindari untuk menipu dirinya. Ia adalah jiwa yang mulia di sisi Allah sehingga Dia menyebutkannya bersamaan dengan fenomena hari kiamat. Ia adalah gambaran sebaliknya dari jiwa *fajirah* yaitu jiwa manusia yang selalu ingin untuk berbuat kedurhakaan dan selalu melangkah dalam kedurhakaan, yang selalu melakukan kebohongan, menguasai dan melangkah dengan bebas tanpa sedikitpun melakukan introspeksi diri dan tanpa sedikitpun ada rasa penyesalan, rasa berdosa dan ia sama sekali tidak peduli.

Ada pendapat yang mengatakan bahwa selalu menyesal (*lawwāmah*) adalah sesuatu yang tercela dan tidak terpuji. Dasar dari pandangan ini mengatakan bahwa *lawwum* berasal dari kata *talawwum* yaitu kebimbangan karena ia tidak tetap dalam satu kondisi, atau bahwa kata *lawwāmah* maksudnya adalah *mulawāmah* (yang dicela).

Imam Ibnu Qayyim bersikap moderat dalam hal ini dan tidak mengatakan bahwa jiwa *lawwāmah* ini selamanya bisa dikatakan terpuji atau tercela, akan tetapi yang demikian itu ditentukan oleh apa yang ia cela. Jika yang dicela adalah kebaikan itu artinya bahwa ia adalah jiwa yang jelek, sebaliknya jika yang ia cela adalah kejahatan maka ia adalah jiwa yang baik.

Nafs lawwāmah adalah jiwa yang berbolak-balik antara kebaikan dan kejahatan. Ia adalah jiwa yang menyadari akan usaha antara baik dan buruk. Jiwa yang berada dalam posisi menengah antara kecenderungan untuk berbuat jelek, memilih untuk berjalan pada jalan yang sesat, terjebak pada kedzaliman, terjatuh pada dosa, lebih memilih untuk menghadapi akibat-akibat dari kerugian dan kejahatan. Ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh imam Asy-Syaukani: “Ia tidak bisa dikatakan sebagai jiwa yang baik atau durhaka melainkan jiwa yang selalu menyesali diri. Jika ia berbuat baik ia berkata, ‘Mengapa saya tidak tambahkan!’ Sedangkan jika ia berbuat jahat ia mengatakan, ‘Seandainya saya tidak melakukannya.’”

Adapun gambaran dengan ilham dalam posisi memilih sebagaimana yang dapat kita baca pada firman Allah Q.S asy-Syam ayat 7-8. Maksud ayat ini bahwa pilihan ini terlaksana dengan kehendak Allah dengan memberikan kesiapan bagi hamba-Nya untuk melakukan pilihan. Sebab bagaimanapun Allah telah mempersiapkan jiwa dengan segala potensi yang Dia ciptakan maka pilihan dan usaha ada pada hamba-Nya. Dalam kitab *Musnad Ahmad ra* diriwayatkan dari Abu Hurairah ra dari Nabi Saw bahwa beliau pernah bersabda yang artinya:

“Tidaklah seseorang yang keluar (dari rumahnya) kecuali di pintunya telah ada dua bendera, satu bendera ada di tangan malaikat dan bendera yang lain berada di tangan syetan. Jika ia keluar untuk sesuatu yang dicintai oleh Allah maka malaikat mengikuti dengan bendera di tangannya dan ia selalu berada dalam bendera malaikat itu sampai ia kembali ke rumahnya—dan jika ia keluar untuk sesuatu yang dibenci oleh Allah, maka syetan mengikuti dengan benderanya dan ia selama itu berada dalam bendera syetan sampai ia kembali ke rumahnya” (HR. Ahmad)

Peringkat ketiga adalah *nafs al-muṭmainnah*. Allah berfirman tentang *nafs al-muṭmainnah* dalam Q.S al-Fajr ayat 27-28 yang berbunyi:

يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجَعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ﴿٢٨﴾

“Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya”.

Menurut Hamka dalam tafsir al-Azhar dengan pengalaman dari tingkatan *nafs ammarah* dan *nafs al-lawwāmah*, maka seseorang dapat mencapai mencapai *nafs al-muṭmainnah*, yakni jiwa yang telah mencapai tenang dan tenteram. Jiwa yang telah digembleng oleh pengalaman dan penderitaan. Jiwa yang telah melalui berbagai jalan berliku, sehingga tidak mengeluh lagi ketika mendaki, karena di balik pendakian pasti ada penurunan. Tidak gembira melonjak ketika menurun, karena sudah tahu pasti bahwa dibalik penurunan akan bertemu lagi pendakian. Itulah jiwa yang telah mencapai Iman! Karena telah matang oleh berbagai percobaan.

Jiwa inilah yang mempunyai dua sayap. Sayap pertama adalah *syukur* ketika mendapat kekayaan, bukan dengan kesombongan (mendabik dada). Sabar ketika rezeki hanya sekedar lepas makan, bukan mengeluh. Jiwa inilah yang tenang menerima segala khabar gembira (*basyiran*) ataupun khabar yang menakutkan (*naziran*).

Berkata Ibnu ‘Atha’: “*Nafs al-muṭmainnah* yaitu jiwa yang telah mencapai ma’rifat sehingga tak sabar lagi bercerai dari Tuhannya walau sekejap mata.” Tuhan itu senantiasa ada dalam ingatannya. Berkata Hasan Al-Bishri tentang *nafs al-muṭmainnah* ini: “Apabila Tuhan Allah berkehendak mengambil nyawa hamba-Nya yang beriman, tenteramlah jiwanya terhadap Allah, dan tenteram pula Allah terhadapnya.” Berkata sahabat Rasulullah saw ‘Amr bin Al-‘Ash (*Hadis mauquf*): “Apabila seorang hamba yang beriman akan meninggal, diutus Tuhan kepadanya dua orang malaikat, dan dikirim beserta keduanya suatu bingkisan dari dalam syurga. Lalu kedua malaikat itu menyampaikan katanya: “Keluarlah, wahai jiwa yang telah mencapai ketenteramannya, dengan ridha dan diridhai Allah. Keluarlah kepada Roh dan Raihan. Tuhan senang kepadamu, Tuhan tidak marah kepadamu.” Maka keluarlah Roh itu, lebih harum dari kasturi.”

C. PENGERTIAN RUH, QALB, DAN ‘AQL

1. Ruh

Di samping *Nafs* kita juga menemukan istilah lain yang berkaitan dengan kejiwaan manusia yaitu *Ruh*, *Qalb*, dan ‘*Aql*. Kata *ruh* disebutkan

dalam al-Qur'an sebanyak 24 kali, masing-masing terdapat dalam 19 surat yang tersebar dalam 21 ayat. Dalam 3 (tiga) ayat kata *ruh* berarti pertolongan atau rahmat Allah, dalam 11 ayat yang berarti Jibril, dalam 1 (satu) ayat bermakna wahyu atau al-Qur'an, dalam 5 ayat lain *ruh* berhubungan dengan aspek atau dimensi psikis manusia. *Ruh* juga mempunyai dua arti. Pertama, *ruh* yang berkaitan dengan tubuh yang erat kaitannya dengan jantung ini, yang beredar bersama peredaran darah. Kalau darah sudah tidak beredar lagi dan jantung kita sudah berhenti *ruh* itu pun tidak ada. Dalam pengertian ini *ruh* dalam bentuk jasmani yang terikat dengan jasad. Kedua, *ruh* didefinisikan sama dengan hati, yaitu *lathifah Rubbaniyah Ruhaniyan*. *Ruh* merasakan penderitaan atau kebahagiaan. Orang barat mungkin menyebutnya *mind*, bahasa Indonesia menyebutnya jiwa.

Menurut Ibnu Zakariya (w. 395 H / 1004 M) menjelaskan bahwa kata *ruh* dan semua kata yang memiliki kata aslinya terdiri dari huruf *ra*, *wawu*, *ha*; mempunyai arti dasar besar, luas dan asli. Makna itu mengisyaratkan bahwa *ruh* merupakan sesuatu yang agung, besar dan mulia, baik nilai maupun kedudukannya dalam diri manusia.

Al-Raqib al-Asfahaniy (w. 503 H / 1108 M), menyatakan di antara makna *ruh* adalah *al-Nafs* (jiwa manusia). Makna disini adalah dalam arti aspek atau dimensi, yaitu bahwa sebagian aspek atau dimensi jiwa manusia adalah *ruh*. *Ruh* menurut al-Ghazali mengandung dua pengertian, *pertama*: tubuh halus (*jisim la'if*). Sumbernya itu lubang hati yang bertubuh. Lalu bertebar dengan perantaraan urat-urat yang memanjang ke segala bagian tubuh yang lain. Mengalirnya dalam tubuh, membanjirnya cahaya hidup, perasaan, penglihatan, pendengaran, dan penciuman dari padanya kepada anggota-anggotanya itu, menyerupai membanjirnya cahaya dari lampu yang berkeliling pada sudut-sudut rumah. Sesungguhnya cahaya itu tidak sampai kepada sebagian dari rumah, melainkan terus disinarnya dan hidup itu adalah seperti cahaya yang kena pada dinding. Dan nyawa itu adalah seperti lampu. Berjalannya nyawa dan Bergeraknya pada batin adalah seperti Bergeraknya lampu pada sudut-sudut rumah, dengan digerakkan oleh penggeraknya.

Pengertian *kedua* yaitu yang halus dari manusia, yang mengetahui dan yang merasa. Salah satu pengertian hati, yang dikehendaki oleh Allah Ta'ala dengan firman-Nya pada QS Al-Isra' ayat 85 berikut:

... قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي ...

“Jawablah! Nyawa (*ruh*) itu termasuk urusan Tuhanku” (QS. Al-Isra': 85)

Rùh adalah urusan ketuhanan yang menakjubkan, yang melemahkan kebanyakan akal dan paham dari pada mengetahui hakikatnya. Adanya *rùh* dalam diri manusia menyebabkan manusia menjadi makhluk yang istimewa, unik, dan mulia. Inilah yang disebut sebagai *khalaaqan akhar*, yaitu makhluk yang istimewa yang berbeda dengan makhluk lainnya. Al-Qur'an menjelaskan hal ini dalam QS. Al-Mu'minin 14.

ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا

الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta Yang Paling Baik.

Karakteristik *rùh* antara lain :

1. *Rùh* berasal dari Tuhan, dan bukan berasal dari tanah/bumi
2. *Rùh* adalah unik, tak sama dengan akal budi, jasmani dan jiwa manusia. *Rùh* yang berasal dari Allah itu merupakan sarana pokok untuk munajat kehadirat-Nya
3. *Rùh* tetap hidup sekalipun seseorang tidur/tak sadar
4. *Rùh* dapat menjadi kotor dengan dosa dan noda, tapi dapat pula dibersihkan dan menjadi suci dengan taubat dan menggantinya dengan amal-amal sholeh.
5. *Rùh* karena sangat lembut dan halusnya mengambil “wujud” serupa “wadah”-nya, paralel dengan zat cair, gas dan cahaya yang “bentuk”-nya serupa tempat ia berada.
6. Tasawuf mengikutsertakan *rùh* seseorang beribadah kepada Tuhan
7. Tasawuf melatih untuk menyebut kalimat Allah tidak saja sampai pada taraf kesadaran lahiriah, tapi juga tembus ke dalam alam rohaniyah. Kalimat Allah yang termuat dalam *rùh* itu pada gilirannya dapat membawa *ruh* itu sendiri ke alam ketuhanan.

2. Qalb

Kata *qalb* bermakna membalik karena seringkali ia berbolak-balik, sekali senang sekali susah, sekali setuju dan sekali menolak. *Qalb* amat berpotensi untuk tidak konsisten. Al-Quran menjelaskan kondisi *qalb* yang tidak konsisten. Penjelasan ini dapat dilihat pada ayat-ayat al-Qur'an berikut:

إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَذِكْرَىٰ لِمَن كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ ﴿٦٧﴾

“*Sesungguhnya yang demikian itu benar-benar terdapat peringatan bagi orang-orang yang memiliki kalbu, atau yang mencurahkan pendengaran lagi menjadi saksi.*” QS. Qaf [50]: 37

... وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً ...

... Kami jadikan dalam kalbu orang-orang yang mengikuti (Isa a.s) kasih sayang dan rahmat... (QS Al-Hadid [57]: 27).

سَنُلْقِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرُّعْبَ ...

Kami akan mencampakkan ke dalam hati orang-orang kafir rasa takut... (QS Ali 'Imran [3]: 151).

... وَلَيَكُنَّ اللَّهُ حَبِيبَ إِلَيْكُمْ إِلَايْمَنَ وَزَيْنَةً فِي قُلُوبِكُمْ ...

.. dan Dia (Allah) menjadikan kamu cinta kepada keimanan, dan menghiasinya indah dalam kalbumu (QS Al-Hujurat [49]: 7)

Nabi juga bersabda tentang *qalb* sebagai berikut:

“*Sesungguhnya dalam diri manusia terdapat segumpal daging. jika gumpalan daging itu bagus maka akan baguslah seluruh anggota tubuh. jika gumpalan daging itu rusak maka akan rusak pula seluruh anggota tubuh. ketahuilah, gumpalan daging itu adalah jantung (qalb).*”

Beberapa ayat al-Qur'an dan hadis di atas menjelaskan bahwa *qalb* adalah wadah dari pengajaran, kasih sayang, takut, dan keimanan. *Qalb* hanya menampung hal-hal yang disadari oleh pemiliknya.

3. 'Aql

Kata '*aql* (akal) tidak ditemukan dalam Al-Quran, yang ada adalah bentuk kata kerja masa kini, dan lampau. Kata tersebut dari segi bahasa pada mulanya berarti tali pengikat, penghalang. Al-Quran menggunakannya bagi “sesuatu yang mengikat atau menghalangi seseorang terjerumus dalam kesalahan atau dosa.” Apakah sesuatu itu? Al-Quran tidak menjelaskannya secara eksplisit, namun dari konteks ayat-ayat yang menggunakan akar kata '*aql* dapat dipahami antara lain adalah:

a. Daya untuk memahami dan menggambarkan sesuatu, seperti firman-Nya dalam QS Al-'Ankabut (29): 43 yang berbunyi:

وَتِلْكَ الْأَمْثَلُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُونَ ﴿٤٣﴾

Demikian itulah perumpamaan-perumpamaan yang Kami berikan kepada manusia, tetapi tidak ada yang memahaminya kecuali orang-orang alim (berpengetahuan)

Daya manusia dalam hal ini berbeda-beda. Ini diisyaratkan Al-Quran antara lain dalam ayat-ayat yang berbicara tentang kejadian langit dan bumi, silih bergantinya malam dan siang, dan lain-lain. Ada yang dinyatakan sebagai bukti-bukti keesaan Allah Swt. bagi “orang-orang berakal” (QS Al-Baqarah [2]: 164), dan ada juga bagi Ulil Albab yang juga dengan makna sama, tetapi mengandung pengertian lebih tajam dari sekedar memiliki pengetahuan.

Keanekaragaman akal dalam konteks menarik makna dan menyimpulkannya terlihat juga dari penggunaan istilah-istilah semacam *na zhara*, *tafakkur*, *tadabbur*, dan sebagainya yang semuanya mengandung makna mengantar kepada pengertian dan kemampuan pemahaman.

b. Dorongan moral, seperti firman Allah yang berbunyi:

... وَلَا تَقْرَبُوا أَلْفَوْاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَلَا تَقْتُلُوا أَلْنَفْسَ الَّتِي حَرَّمَ

اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ذَلِكُمْ وَصَنِّعْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿١٥١﴾

... dan janganlah kamu mendekati perbuatan-perbuatan keji, baik yang nampak atau tersembunyi, dan jangan kamu membunuh jiwa yang diharamkan Allah dengan sebab yang benar. Demikian itu diwasiatkan Tuhan kepadamu,

semoga kamu memiliki dorongan moral untuk meninggalkannya (QS Al-'Anam [6]: 151).

c. Daya untuk mengambil pelajaran dan kesimpulan serta “hikmah”

Kata *'aql* yang digunakan untuk maksud ini biasanya digunakan kata *rusyd*. Daya ini menggabungkan kedua daya di atas, sehingga ia mengandung daya memahami, daya menganalisis, dan menyimpulkan, serta dorongan moral yang disertai dengan kematangan berpikir. Seseorang yang memiliki dorongan moral, boleh jadi tidak memiliki daya nalar yang kuat, dan boleh jadi juga seseorang yang memiliki daya pikir yang kuat, tidak memiliki dorongan moral, tetapi seseorang yang memiliki *rusyd*, maka dia telah menggabungkan kedua keistimewaan tersebut.

Allah berfirman tentang kemampuan akal sebagai pengambil hikmah sebagai berikut dalam Q.S al-Baqarah ayat 186 yang berbunyi:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي
وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٦﴾

Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.

Allah juga berfirman dalam Q.S al-Mulk ayat 10 yang berbunyi:

وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴿١٠﴾

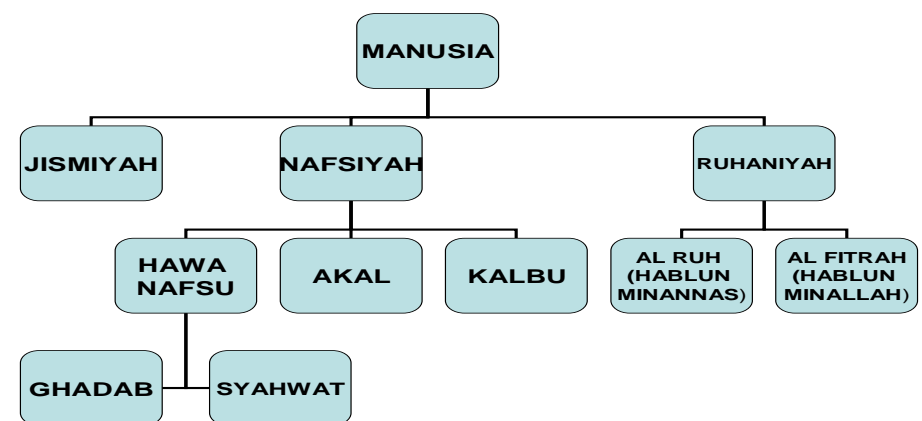
Dan mereka berkata seandainya kami mendengar dan berakal maka pasti kami tidak termasuk penghuni neraka (QS Al-Mulk [67]: 10)

Demikian sekilas tentang pengertian kata *nafs*, *'aql*, *rùh*, dan *qalb* yang merupakan kata-kata yang digunakan untuk menggambarkan jiwa manusia.

D. HUBUNGAN *NAFS* DENGAN *RUH*, *QALB*, DAN *'AQL* DALAM STRUKTUR KEPRIBADIAN MANUSIA

Secara implisit Alquran menginformasikan bahwa manusia memiliki tiga aspek pembentuk totalitas yang secara tegas dapat dibedakan, namun secara pasti tidak dapat dipisahkan. Ketiga aspek itu adalah jismiyah (fisik, biologis), ruhaniyah (spiritual, transendental) dan nafsiyah (psikis, psikologis)

Struktur kepribadian manusia dapat digambarkan sebagai berikut:



Jasad dan *rùh* merupakan dimensi yang berlawanan sifatnya. Jasad sifatnya kasar dan indrawi atau empiris serta kecenderungannya ingin mengejar kenikmatan duniawi dan material. *Rùh* sifatnya halus dan gaib serta kecenderungannya mengejar kenikmatan samawi, ruhaniyah dan ukhrawiyah.

Esensi yang berlawanan ini pada prinsipnya saling membutuhkan. Jasad tanpa *rùh* merupakan substansi yang mati, sedang ruh tanpa jasad tidak dapat teraktualisasi. *Rùh* sebagai kekuatan yang berasal dari Allah yang ditiupkan ke jasad manusia saat berusia 120 hari.

Nafs merupakan sinergi antara jasad dan *rùh* (sinergi psikofisik). Dengan *nafs* maka masing-masing keinginan jasad dan *rùh* dalam diri manusia bisa terpenuhi. Struktur nafsi ini terbagi atas tiga bagian yaitu *qalb*, *'aql*, dan *nafs*. Integrasi ketiga jenis nafsi ini yang akan melahirkan perilaku, baik perilaku lahir maupun batin yang disebut dengan kepribadian.

Aspek jasmaniyah memiliki bentuk/rupa, kuantitas, bergerak/ diam, tumbuh, berkembang, jasad yang terdiri dari berbagai organ material yang substansi sebenarnya mati. Kehidupannya adalah karena dimotori oleh substansi lain, yaitu nafs dan ruh. Dengan kata lain aspek jismiah ini bersifat deterministik-mekanistik.

Aspek ruhaniyah bersifat spiritual karena ia merupakan potensi luhur batin manusia. Fungsi ini muncul dari dimensi al-ruh atau spiritual (sisi jiwa yang memiliki sifat-sifat ilahiyah dan memiliki daya untuk menarik dan mendorong dimensi-dimensi lainnya untuk mewujudkan sifat-sifat Tuhan dalam dirinya). Perwujudan dari sifat dan daya itu memberikan potensi secara internal untuk menjadi Khalifah Allah (mewujudkan sifat-sifat Allah secara nyata dalam kehidupannya di bumi untuk mengelola dan memanfaatkan bumi Allah).

Struktur *ruh* memberikan ciri khas dan keunikan tersendiri bagi psikologi Islam. *Ruh* merupakan substansi psikologis manusia yang menjadi esensi keberadaannya. *Ruh* membutuhkan jasad untuk aktualisasi diri. Sampai saat ini belum ada yang memahami hakikat *ruh* secara pasti, karena ruh merupakan sebuah misteri ilahi. Dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa *ruh* merupakan urusan dan atau hanya dipahami oleh Allah. Manusia sama sekali tidak memahaminya kecuali sedikit (QS. Al-Isrā: 85).

Ruh adalah aspek psikis manusia yang bersifat spiritual dan transendental. Bersifat transendental karena merupakan dimensi psikis manusia yang mengatur hubungan manusia dengan yang Maha Tinggi. Fungsi ini muncul dari dimensi *al-fiṭrah*. *Al-fiṭrah* dipandang dari sudut kapasitas hubungannya dengan Allah atau hablun minallah. *Al-fiṭrah* bermuara pada manusia sebagai hamba Allah. Quraish Shihab mengartikan *fiṭrah* sebagai unsur, sistem dan tata kerja yang diciptakan Allah pada makhluk sejak awal kejadiannya sehingga menjadi bawaannya. Sejak asal kejadiannya manusia telah membawa potensi keberagaman yang benar yang diartikan para ulama dengan tauhid. Sebagaimana QS Ar Rūm:30 yang artinya: "Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (yang benar). *Fiṭrah* Allah yang telah menciptakan manusia atasnya (*fiṭrah* itu). Tidak ada perubahan pada *fiṭrah* Allah, itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.

Aspek Nafsiyah. Aspek nafsiyah adalah keseluruhan kualitas khas kemanusiaan berupa pikiran, perasaan, kemauan, dan kebebasan. Nafs

memiliki natur gabungan antara jasad dan ruh. Apabila ia berorientasi pada natur jasad maka tingkah lakunya menjadi buruk dan celaka, tetapi apabila mengacu pada natur ruh maka kehidupannya menjadi baik dan selamat.

Nafs dipersiapkan untuk dapat menampung dan mendorong manusia untuk melakukan perbuatan baik dan buruk. Menurut Quraish Shihab, pada hakikatnya potensi positif lebih kuat daripada potensi negatif. Hanya saja daya tarik keburukan lebih kuat daripada kebaikan. Untuk itulah manusia senantiasa dituntut untuk memelihara kesucian nafsiyah.

Tiga dimensi aspek nafsiyah: *pertama*, *al-nafs al-ammarah* (hawa nafsu). Dimensi ini memiliki sifat kebinatangan dalam sistem psikis manusia. Namun demikian ia dapat diarahkan kepada kemanusiaan setelah bersinergi dengan dimensi lainnya. Prinsip kerja hawa nafsu mengikuti prinsip kenikmatan (*pleasure principle*) dan berusaha mengumbar impuls-impuls agresif dan seksualnya. Apabila impuls ini tidak terpenuhi maka terjadilah ketegangan. Apabila manusia mengumbar dominasi hawa nafsu maka kepribadiannya tidak akan mampu bereksistensi secara baik. Manusia model ini sama dengan binatang bahkan lebih buruk lagi, sebagaimana firman Allah dalam QS al-A'raf: ayat 179 yang artinya:

"Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai.."

Kedua, nafsu sebagai daya nafsi memiliki banyak pengertian antara lain: a) nafsu merupakan nyawa manusia, yang wujudnya berupa angin yang keluar masuk di dalam tubuh manusia. b) nafsu merupakan sinergi jasmani-ruhani manusia dan merupakan totalitas struktur kepribadian manusia. dan c) nafsu merupakan bagian dari daya nafsi yang memiliki dua daya, *ghadabiyah* dan *syahwaniyah*.

Ghadab adalah daya atau berpotensi untuk menghindari diri dari yang membahayakan. *Ghadab* memiliki potensi hawa nafsu dengan natur seperti binatang buas, menyerang, membunuh merusak, menyakiti,

dan membuat yang lain menderita. Ketika potensi ini dikelola dengan baik, maka ia menjadi kekuatan atau kemampuan (*qudrah*).

Syahwat adalah daya yang berpotensi untuk menginduksi diri dari segala yang menyenangkan. *Syahwat* memiliki natur binatang jinak, naluri dasar seks, erotisme, dan segala tindakan pemuasan birahi. Hawa nafsu berorientasi pada jasad, yang kekuatan utamanya adalah indra. Daya indrawi hawa nafsu, menurut Ibnu Sina, ada dua macam yaitu indra lahir (*external senses*) yang berupa panca indra dan indra batin (*internal senses* yaitu proses penyimpanan dan pengeluaran memori).

Al-'aql (akal). Dimensi akal adalah dimensi psikis yang berada antara *nafsu* dan *qalb*. Akal menjadi perantara dan penghubung antar kedua dimensi tersebut berupa fungsi pikiran yang merupakan kualitas insaniah pada psikis manusia. Akal merupakan bagian dari daya insani yang memiliki dua makna. Akal jasmani, yang lazim disebut sebagai otak.

Akal ruhani yaitu cahaya ruhani dan daya nafsani yang dipersiapkan untuk memperoleh pengetahuan. Secara jasmaniah ia berkedudukan di otak, memiliki daya kognisi, dengan potensi bersifat argumentatif (*istidlaliah*) dan logis (*aqliyah*), yang apabila mendominasi jiwa manusia maka akan menimbulkan kepribadian yang labil (*al-nafs al-lawwāmah*).

Akal mampu mengantarkan manusia pada esensi kemanusiaan. Akal merupakan kesehatan fitrah yang memiliki daya pembeda antara yang baik dan buruk. Akal adalah daya pikir manusia untuk memperoleh pengetahuan yang bersifat rasional dan dapat menentukan hakikatnya

Al-qalb (kalbu). Al-Ghazali secara tegas melihat kalbu dari dua aspek yaitu: Kalbu jasmani adalah komponen fisik. Kalbu ruhani adalah komponen psikis yang menjadi pusat kepribadian. Kalbu ruhani memiliki karakteristik yaitu, insting yang disebut nur ilahi dan mata batin yang memancarkan keimanan dan keyakinan.

Qalb berfungsi sebagai pemandu, pengontrol, dan pengendali semua tingkah laku manusia. *Qalb* memiliki natur ilahiyah yang merupakan aspek supra kesadaran. Dengan natur ini manusia tidak sekedar mengenal lingkungan fisik dan sosial, juga mampu mengenal lingkungan spiritual, ketuhanan, dan keagamaan. Aspek ini juga mencakup daya insani misalnya daya indrawi (penglihatan dan pendengaran), daya psikologis seperti kognisi, emosi (intuisi yang kuat dan afektif), konasi (beraksi, berbuat, berusaha). *Qalb* secara jasmaniah berkedudukan di jantung, apabila

mendominasi jiwa manusia maka menimbulkan kepribadian yang tenang (*al-nafs al-muṭmainnah*)

Hubungan antara *nafs*, *ruh*, *qalb*, dan *'aql* disebut pribadi atau individu. Tiap pribadi memiliki kepribadian yang berbeda sesuai dengan komponen yang paling dominan dalam dirinya. Seseorang yang didominasi oleh *nafs al-ammarah* akan memiliki Kepribadian Amarah (didominasi nafsu). Seseorang yang didominasi oleh *nafs lawwāmah* akan memiliki kepribadian *lawwāmah* (Nafs yang tercela). Kepribadian *lawwāmah* (didominasi akal). Seseorang yang didominasi oleh *nafs al-muṭmainnah* akan memiliki kepribadian *muṭmainnah* (Nafs yang membawa kedamaian). Kepribadian *Muṭmainnah* (didominasi *qalb*)

BAB X

ASPEK-ASPEK PSIKOLOGIS DALAM IBADAH SHALAT DAN PUASA

A. PENGERTIAN DAN PERINTAH SHALAT DALAM AL-QUR'AN DAN HADIS

Shalat dalam pengertian bahasa adalah doa. Sebagaimana tersirat QS. At-Taubah: 103 sebagai berikut:

خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ
وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿١٠٣﴾

“Ambillah zakat dari sebagian harta mereka, dengan zakat itu kamu membersihkan dan mensucikan mereka dan mendoalah untuk mereka. Sesungguhnya doa kamu itu (menjadi) ketenteraman jiwa bagi mereka. Dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui”.

Secara terminologi, shalat adalah sebuah ibadah yang terdiri dari beberapa ucapan dan gerakan yang sudah ditentukan aturannya yang dimulai dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam. Rumusan ini didasarkan pada sabda Nabi SAW yang artinya: “Shalatlah kalian, sebagaimana kalian melihat aku shalat”. Dengan demikian, dasar pelaksanaan shalat adalah shalat sebagaimana yang sudah dicontohkan Nabi SAW mulai bacaan hingga berbagai gerakan di dalamnya, sehingga tidak ada modifikasi dan inovasi dalam praktik shalat.

Ada banyak sekali perintah untuk menegakkan shalat di dalam Al-Quran. Paling tidak ada 12 (duabelas) perintah dalam Al-Quran dengan lafaz “*Aqim ash-shalata*” (dirikanlah shalat) dengan khithab kepada orang banyak, antara lain pada surat: Al-Baqarah ayat 43, 83 dan 110. Ada 5

(lima) perintah shalat dengan lafaz “*Aqim ash-shalata*” dengan khithab hanya kepada satu orang, antara lain pada Surat Huud ayat 114.

Menurut al-Qurthubi, *aqimu* terambil dari kata *qama* yang berarti “berdiri”. Tetapi kata itu lebih tepat jika diartikan “berkesinambungan dan sempurna”. Maknanya, melaksanakan dengan baik, khusus’ dan bersinambung sesuai dengan syarat-syaratnya. Sedangkan kata shalat sendiri mem-punyai tiga makna, pertama, berarti curahan rahmat bila pelakunya adalah Allah. Kedua, berarti permohonan ampunan bila pelakunya adalah para malaikat. Ketiga, berarti doa bila pelakunya adalah makhluk, seperti manusia (Shihab: 122).

Shalat disebutkan dengan berbagai macam kata turunannya, sebanyak 99 kali dalam al-Qur’an. Jumlah ini sama banyaknya dengan jumlah *al-asma al-husna* atau nama-nama indah Tuhan. Kata shalat sendiri ter-ulang sebanyak 67 kali. (Hasil studi kelompok Fakir 60 Amerika Serikat tahun 2003)

Shalat telah lama diperkenalkan sejak zaman nabi-nabi sebelum Muhammad saw dengan cara masing-masing. Dalam al-Qur’an tercatat, pertama kali permintaan untuk “mendirikan shalat” yaitu ketika Nabi Ibrahim as berdoa. Ia tidak meminta kekayaan dan kesehatan, tetapi sesuatu agar turunannya tetap mendirikan shalat.

رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ ﴿٤٠﴾

“Ya Tuhanku, jadikanlah aku dan anak cucuku orang-orang yang tetap mendirikan shalat, ya Tuhan kami, perkenankanlah doaku”. (Ibrahim 14: 40).

Dalam al-Qur’an, konfirmasi kewajiban shalat lima kali sehari terdapat seperti dalam surat-surat berikut: *subuh* (an-Nur [24]: 58); *subuh, zhuhur* dan *isya’* (al-Isra’ 17 : 78); *ashar* (al-Baqarah 2 : 238); *maghrib* (Hud 11: 114); *isya’* (an-Nur 24 : 58). Sedangkan kewajiban shalat Jum’at bagi orang-orang beriman dicatat dalam Surat al-Jumu’ah ayat 9.

B. NILAI-NILAI PENDIDIKAN JIWA DALAM SHALAT

Dalam Islam perintah shalat menempati posisi yang sangat penting. Shalat menjadi tolo ukur keimanan seseorang. Nabi saw bersabda yang

artinya: “Perjanjian yang mengikat antara kami dan mereka adalah mendirikan shalat. Siapa yang meninggalkannya, maka sungguh dia telah kafir” (H.R Muslim)

Ibadah shalat tidak bisa diganti atau diwakilkan. Setiap muslim laki-laki dan wanita dalam kondisi apapun: baik dalam kondisi aman, takut, dalam keadaan sehat dan sakit, dalam keadaan bermukim dan musafir wajib melaksanakan shalat. Pelaksanaan shalat dapat dilakukan dengan berbagai cara, sesuai keadaan pelakunya; kalau pelaku tidak bisa berdiri maka dia boleh duduk, kalau dia tidak bisa duduk maka dia boleh berbaring, dan seterusnya.

Sebagai sebuah amalan yang wajib dilakukan terus menerus tentunya ibadah shalat memiliki banyak nilai-nilai pendidikan bagi jiwa manusia di antaranya:

1. Ketenangan Jiwa

Allah swt berfirman di dalam al-Qur’an tentang hubungan shalat dan ketenangan jiwa dalam Q.S. Tàhà ayat 14 dan ar-Ra’du ayat 28:

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي ﴿١٤﴾

“Sesungguhnya Aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, maka sembahlah Aku dan tegakkanlah shalat untuk mengingat-Ku.”

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

“(Yaitu) Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah, ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah, hati menjadi tenang.” (Qs. Ar-Ra’du: 28)

Dua ayat di atas mengisyaratkan kepada kita, bahwa soal ketenangan jiwa adalah janji Allah yang sudah pasti akan diberikan kepada orang yang shalat. Seorang yang shalat hatinya bisa tenang bila mengingat dan dzikir kepada Allah. Sarana berdzikir yang paling efektif adalah shalat. Perintah Allah adalah tegakkan shalat, bukan laksanakan shalat.

Kata “dirikan” shalat memiliki kesan adanya suatu perjuangan, keseriusan, kedisiplinan, dan konsentrasi tingkat tinggi, sedangkan kata “laksanakan” cenderung melakukan suatu pekerjaan tanpa susah payah.

Allah telah memilih kata perintah “aqim” yang berarti dirikan, tegakkan, luruskan. Kualitas shalat seseorang diukur dari tingkat kekhusyuan, yaitu hadirnya hati dalam setiap aktifitas shalat.

Al-Ghazali menyebutkan 6 (enam) makna batin yang dapat menyempurnakan makna shalat, yaitu: 1) kehadiran hati, 2) kefahaman akan bacaan shalat, 3) mengagungkan Allah, 4) “haibah” (segan), 5) berharap, dan 6) merasa malu. Seorang yang lalai ketika menegakkan shalat bahkan diancam Allah akan dimasukkan ke neraka sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah Q.S. al-Ma’un ayat 4-5 sebagai berikut:

فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ ﴿٤﴾ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ ﴿٥﴾

“Maka kecelakaanlah (neraka wil) bagi orang-orang yang shalat. (yaitu) orang-orang yang lalai dari shalatnya.”

Rasulullah bersabda tentang kerugian orang shalat kurang khusyuh dalam sebuah hadis yang diriwayatkan Abu Hurairah yang artinya: “Berapa banyak orang yang melaksanakan shalat, keuntungan yang diperoleh dari shalatnya, hanyalah capai dan payah saja.” (HR. Ibnu Majah).

Dalam menegakkan shalat yang lebih penting dan utama bukan gerakan fisik, tetapi gerakan batin. Gerakan fisik bisa diganti atau ditiadakan jika pelaku shalat dalam keadaan tidak mampu, tetapi dzikir kepada Allah dalam shalat harus tetap dijaga sepanjang penegakan shalat. Tanpa kehadiran hati, shalat hanya merupakan gerakan tanpa arti.

Janji Allah mendapatkan ketenangan jiwa setelah menegakkan ibadah shalat, hanya akan diperoleh orang-orang yang menegakkan shalat dengan khusyuh. Allah berfirman dalam Q.S al-Baqarah ayat 45 tentang pertolongan yang akan diperoleh oleh orang-orang yang khusyuh dalam shalatnya sebagai berikut:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴿٤٥﴾

“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyuh”

2. Ketenteraman hidup bermasyarakat

Allah berfirman tentang hubungan ketenteraman masyarakat dengan shalat dalam Q.S. Qs. Al-Ankabut ayat 45:

أَتْلُ مَا أُوْحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ
الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٥٥﴾

“Dan dirikanlah shalat, sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan munkar, dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) lebih besar (keutamaannya dari ibadah-ibadah lain), dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan”.

Shalat itu mengandung dua hikmah, yaitu dapat menjadi pencegah diri dari perbuatan keji dan perbuatan munkar. Maksudnya shalat dapat menjadi pengekang diri dari kebiasaan melakukan kedua perbuatan tersebut dan mendorong pelakunya dapat menghindarinya. Di dalam sebuah hadits melalui riwayat Imran dan Ibnu Abbas secara marfu' telah disebutkan:

“Barang siapa yang shalatnya masih belum dapat mencegah dirinya dari mengerjakan perbuatan keji dan munkar, maka tiada lain ia makin bertambah jauh dari Allah”.

Pertanyaan yang sering muncul berkaitan dengan kebenaran shalat mencegah perbuatan keji dan munkar adalah masih banyak orang yang shalat tetapi masih melakukan tindak kejahatan dan kekejian. Hal tersebut dapat saja terjadi jika seseorang melakukan shalat dengan lalai dan shalat karena orang lain.

Ibnu Taimiyah mengartikan kata “lupa’ atau “lalai” dalam shalat sebagaimana tercantum dalam Q.S al-Maun ayat 5 bukanlah mereka itu dikutuk Allah karena lupa mengerjakan shalat yang disebabkan lupa, karena sibuk bekerja atau sebagainya. Tapi yang dimaksud dalam firman itu ialah mereka yang menjalankan shalat itu lupa akan shalat mereka. dalam arti bahwa shalat mereka tidak mempunyai pengaruh apa-apa kepada pendidikan akhlaknya, apalagi menjadi lebih buruk lagi

Allah berfirman dalam Q.S. Maryam ayat 59-60 yang berbunyi:

﴿ خَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهْوَاتِ فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غِيًّا

﴿ إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَأُولَٰئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ وَلَا يُظْلَمُونَ شَيْئًا

Maka datanglah sesudah mereka pengganti (yang jelek) yang meremehkan shalat dan menuruti hawa nafsunya, maka mereka kelak akan menemui kesesatan. kecuali orang yang bertaubat, beriman dan beramal saleh, maka mereka itu akan masuk surga dan tidak dianiaya (dirugikan) sedikit pun.

Muhammad bin Kaab al-Qur’an Al Qurdly, Ibnu Zaid bim Aslam, dan Sady mengartikan meremehkan shalat adalah meninggalkan shalat (tidak shalat). Al- Auz, Ibnu Mas’ud, Ibnu jarir, dan Ibnu Juraih mengartikan meremehkan shalat adalah meremehkan waktu. Hasan Al-Bashri mengartikan meremehkan shalat adalah meninggalkan Masjid (Tafsir Ibnu katsir: 3/21). Ibnu Abbas r.a menyatakan pengertian meremehkan shalat tidak berarti meninggalkan shalat itu sama sekali. Said bin Musayyib mengatakan meremehkan shalat adalah yang tidak shalat Ashar, hingga datangnya waktu maghrib, tidak shalat maghrib hingga datangnya waktu Isya dan tidak shalat Isya hingga datangnya Fajar (shubuh). Saad bin Abi Waqosh menyampaikan sebuah hadis Rasul yang artinya: “Aku telah bertanya kepada Rasulullah tentang mereka yang melalaikan shalatnya, maka beliau menjawab yaitu mengakhirkan waktu, yakni mengakhirkan waktu shalat”.

3. Dimensi medis shalat

Rasulullah saw bersabda: “Bagaimana pendapatmu apabila seandainya di depan pintu salah seorang di antara kalian terdapat sungai, dimana ia mandi pada sungai tersebut setiap hari sebanyak lima kali, adakah daki yang akan tersisa pada badannya? Mereka menjawab: “Daki mereka tidak akan tersisa sedikitpun”. Rasulullah bersabda: “Demikianlah perumpamaan shalat lima waktu, Allah menghapuskan dosa-dosa dengannya” (H.R Bukhari Muslim)

Sebuah penelitian yang dilaksanakan Medical Center di salah satu universitas di Amerika menegaskan, bahwa shalat dapat memberikan kekuatan terhadap tingkat kekebalan tubuh orang-orang yang rajin melaksanakannya melawan berbagai penyakit, salah satunya penyakit

kanker. Penelitian itu juga menegaskan, adanya manfaat rohani, jasmani dan akhlak yang besar bagi orang yang rajin shalat.

Penelitian tersebut mengungkapkan, tubuh orang-orang yang shalat jarang mengandung persentase tidak normal dari protein imun antarloklin dibanding orang-orang yang tidak shalat. Imun antarloklin adalah protein yang terkait dengan beragam jenis penyakit menular, di samping sebab lain yang mempengaruhi alat kekebalan tubuh seperti stres dan penyakit-penyakit akut.

Para peneliti ini meyakini bahwa secara umum ibadah dapat memperkuat tingkat kekebalan tubuh karena menyugesti seseorang untuk sabar, tahan terhadap berbagai cobaan dengan jiwa yang toleran dan ridha. Sekali pun cara kerja pengaruh hal ini masih belum begitu jelas bagi para ilmuwan, akan tetapi cukup banyak bukti atas hal itu, yang sering disebut sebagai dominasi akal terhadap tubuh. Bisa jadi melalui hormon-hormon alami yang dikirim otak ke dalam tubuh di mana orang-orang yang rajin shalat memiliki alat kekebalan tubuh yang lebih aktif daripada mereka yang tidak melakukannya

Gerakan-gerakan shalat bermanfaat bagi kesehatan fisik. Gerakan takbiratul ihram bermanfaat melancarkan aliran darah, getah bening (*limfe*) dan kekuatan otot lengan. Gerakan rukuk bermanfaat untuk menjaga kesempurnaan posisi dan fungsi tulang belakang (*corpus vertebrae*) sebagai penyangga tubuh dan pusat syaraf. I'tidal yang merupakan variasi postur setelah rukuk dan sebelum sujud merupakan latihan pencernaan yang baik. Pada waktu sujud aliran getah bening dipompa ke bagian leher dan ketiak dan posisi jantung di atas otak menyebabkan darah kaya oksigen bisa mengalir maksimal ke otak, maka aliran ini berpengaruh pada daya pikir seseorang.

Duduk yang terdiri dari dua macam, yaitu *iftirosy* (tahiyyat awal) dan *tawarruk* (tahiyyat akhir) yang perbedaannya terletak pada posisi telapak kaki. Pada saat *iftirosy*, kaki bertumpu pada pangkal paha yang terhubung dengan syaraf *nervus Ischiadius*, posisi ini menghindarkan nyeri pada pangkal paha yang sering menyebabkan penderitanya tak mampu berjalan.

Duduk tawarruk sangat baik bagi pria sebab tumit menekan aliran kandung kemih (*urethra*), kelenjar kelamin pria (*prostata*) dan saluran *vas deferens*, jika dilakukan dengan benar. Posisi duduk ini dapat mencegah

impotensi. Gerakan salam, berupa memutar kepala ke kanan dan ke kiri secara maksimal, bermanfaat sebagai relaksasi otot sekitar leher dan kepala untuk menyempurnakan aliran darah di kepala yang bisa mencegah sakit kepala dan menjaga kekencangan kulit wajah.

C. PENGERTIAN DAN PERINTAH PUASA DALAM AL-QUR'AN DAN HADIS

Secara bahasa *ṣiyam* berarti menahan diri. Al-Quran menggunakan kata *shiyam* sebanyak delapan kali, kesemuanya dalam arti puasa menurut pengertian hukum syariat. Sekali Al-Quran juga menggunakan kata *ṣaum*, tetapi maknanya adalah menahan diri untuk tidak berbicara:

فَكُلِّي وَأَشْرِبِي وَقَرِّي عَيْنًا ۖ فَمَا تَرَيْنَ ۚ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا ﴿٢٦﴾

“*Sesungguhnya Aku bernazar puasa (ṣauman), maka hari ini aku tidak akan berbicara dengan seorang manusia pun*”. (QS Maryam [19]: 26).

Maryam menyebutkan kata *ṣaumàn* menurut Shihab adalah kata yang diajarkan oleh malaikat Jibril kepadanya, ketika ada yang mempertanyakan tentang kelahiran anaknya (Isa a.s.). Kata ini juga terdapat masing-masing sekali dalam bentuk perintah berpuasa di bulan Ramadhan, sekali dalam bentuk kata kerja yang menyatakan bahwa “berpuasa adalah baik untuk kamu”, dan sekali menunjuk kepada pelaku-pelaku puasa pria dan wanita, yaitu *ash-shaimin* dan *ash-shaimat*.

Kata-kata yang beraneka bentuk itu, kesemuanya berakar pada kata yang sama yakni *ṣa-wa-ma* yang dari segi bahasa maknanya berkisar pada “menahan” dan “berhenti atau “tidak bergerak”. Kuda yang berhenti berjalan dinamai *faras ṣaim*. Manusia yang berupaya menahan diri dari satu aktivitas –apa pun aktivitas itu— dinamai *ṣaim* (berpuasa). Pengertian kebahasaan ini, dipersempit maknanya oleh hukum syariat, sehingga *ṣiyam* hanya digunakan untuk “menahan diri dari makan, minum, dan upaya mengeluarkan sperma dari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari”.

Kaum sufi, merujuk ke hakikat dan tujuan puasa, menambahkan

kegiatan yang harus dibatasi selama melakukan puasa. Ini mencakup pembatasan atas seluruh anggota tubuh bahkan hati dan pikiran dari melakukan segala macam dosa. Betapa pun, *ṣiyam* atau *ṣaum* (bagi manusia) pada hakikatnya adalah menahan atau mengendalikan diri. Karena itu pula puasa dipersamakan dengan sikap sabar, baik dari segi pengertian bahasa (keduanya berarti menahan diri) maupun esensi kesabaran dalam puasa.

Hadis qudsi yang menyatakan antara lain bahwa, “Puasa untuk-Ku, dan Aku yang memberinya ganjaran” dikaitkan oleh banyak ulama dengan firman Allah dalam surat Az-Zumar (39) ayat 10 sebagai berikut:

قُلْ يٰۤاَعْبَادِ اللّٰهِ اٰمَنُوْا بِرَبِّكُمْ لِّلَّذِيْنَ اٰحْسَنُوْا فِيْ هٰذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَّاَرْضُ اللّٰهِ وَّاسِعَةٌ اِنَّمَا يُوَفِّي الصّٰبِرِيْنَ اَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴿١٠﴾

“Katakanlah: “Hai hamba-hamba-Ku yang beriman. bertakwalah kepada Tuhanmu.” Orang-orang yang berbuat baik di dunia ini memperoleh kebaikan. Dan bumi Allah itu adalah luas. Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah Yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas”.

Orang sabar yang dimaksud di sini adalah orang yang berpuasa Ada beberapa macam puasa dalam pengertian syariat/hukum sebagaimana disinggung di atas. Puasa dalam Islam ada tiga macam: 1) Puasa wajib pada bulan Ramadhan, 2) Puasa kaffarat, akibat pelanggaran, atau semacamnya, dan 3) Puasa sunnah.

Kewajiban berpuasa pada bulan Ramadhan difirmankan Allah dalam Q.S. al-Baqarah ayat 183 yang berbunyi:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلٰى الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُوْنَ ﴿١٨٣﴾

Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa.

Kewajiban puasa sebagai pembayaran kaffaràt adalah puasa yang harus dilakukan karena pelanggaran yang telah dilakukan seorang muslim. Misalnya berjima' dengan isteri di siang hari bulan Ramadhan, mencabut sumpah, menzihar isteri, dan semacamnya. Puasa sunat adalah puasa

yang dilakukan di luar bulan Ramadhan dan bukan untuk membayar kaffarat, seperti puasa pada 13-15 hari dalam tiap-tiap bulan Hijriah.

D. NILAI-NILAI PENDIDIKAN JIWA DALAM PUASA

Puasa memiliki nilai-nilai pendidikan jiwa yang sangat baik bagi umat Islam. Upaya menahan diri dari hal-hal yang dilarang dalam puasa mengantar jiwa manusia pada kemampuan pengendalian diri yang baik. Di antara nilai-nilai pendidikan jiwa dalam puasa adalah:

Pertama, pembersihan jiwa (*tazkiyah an-Nafs*). Puasa melatih jiwa manusia untuk mematuhi setiap perintah-Nya dan menjauhi larangannya. Puasa juga melatih manusia untuk menyempurnakan ibadah secara utuh kepada Allah SWT. Dalam puasa seseorang dituntut untuk menahan diri terhadap sesuatu yang sangat disenangi dan telah menjadi kebiasaannya. Ketundukan seseorang kepada Allah semata, membuatnya mampu menahan diri terhadap hal-hal yang disyariatkan dalam ibadah puasa. Allah berfirman tentang pembersihan jiwa dari dosa bagi orang yang berpuasa dalam Q.S. al-Ahzab ayat 35 yang berbunyi:

اِنَّ الْمُسْلِمِيْنَ وَالْمُسْلِمٰتِ وَالْمُؤْمِنِيْنَ وَالْمُؤْمِنٰتِ وَالْقٰنِتِيْنَ وَالْقٰنِتٰتِ وَالصّٰدِقِيْنَ وَالصّٰدِقٰتِ وَالصّٰبِرِيْنَ وَالصّٰبِرٰتِ وَالْخٰشِعِيْنَ وَالْخٰشِعٰتِ وَالْمُتَّصِدِقِيْنَ وَالْمُتَّصِدِقٰتِ وَالصّٰتِمِيْنَ وَالصّٰتِمٰتِ وَالْحٰفِظِيْنَ فُرُوْجَهُمْ وَالْحٰفِظٰتِ وَالذّٰكِرِيْنَ اللّٰهَ كَثِيْرًا وَالذّٰكِرٰتِ اَعَدَّ اللّٰهُ لَهُمْ مَّغْفِرَةً وَّاَجْرًا عَظِيْمًا ﴿٣٥﴾

Sesungguhnya laki-laki dan perempuan yang muslim, laki-laki dan perempuan yang mukmin, laki-laki dan perempuan yang tetap dalam ketaatannya, laki-laki dan perempuan yang benar, laki-laki dan perempuan yang sabar, laki-laki dan perempuan yang khusyuk, laki-laki dan perempuan yang bersedekah, laki-laki dan perempuan yang berpuasa, laki-laki dan perempuan yang memelihara kehormatannya, laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar.

Kedua, menyehatkan jiwa. Menurut pendapat para ahli kesehatan jiwa, ibadah puasa bermanfaat untuk mengangkat aspek kejiwaan mengungguli aspek materi. Kebahagiaan yang sering dirasakan orang-orang yang berpuasa ketika berhasil menuntaskan ibadah puasanya. Rasulullah SAW dalam salah satu hadistnya mengatakan bahwa orang yang berpuasa itu memiliki dua kebahagiaan, yaitu ketika berbuka dan ketika bertemu dengan Tuhannya.

Ditinjau secara ilmiah, puasa dapat memberikan kesehatan jasmani maupun ruhani. Hal ini dapat dilihat dari beberapa hasil penelitian yang dilakukan para pakar. Penelitian Nicolayev, seorang guru besar yang bekerja pada lembaga psikiatri Moskow (*the Moskow Psychiatric Institute*), mencoba menyembuhkan gangguan kejiwaan dengan berpuasa. Dalam usahanya itu, ia menterapi pasien sakit jiwa dengan menggunakan puasa selama 30 hari. Nicolayev mengadakan penelitian eksperimen dengan membagi subjek menjadi dua kelompok sama besar, baik usia maupun berat ringannya penyakit yang diderita. Kelompok pertama diberi pengobatan dengan ramuan obat-obatan. Sedangkan kelompok kedua diperintahkan untuk berpuasa selama 30 hari. Dua kelompok tadi dipantau perkembangan fisik dan mentalnya dengan tes-tes psikologis. Dari eksperimen tersebut diperoleh hasil yang sangat bagus, yaitu banyak pasien yang tidak bisa disembuhkan dengan terapi medik, ternyata bisa disembuhkan dengan puasa. Selain itu kemungkinan pasien tidak kambuh lagi selama 6 tahun kemudian ternyata tinggi. Lebih dari separoh pasien tetap sehat.

Ketiga, mendidik kemauan dan keinginan yang kuat. Puasa berfungsi untuk mendidik setiap jiwa untuk memiliki keinginan kuat, kemauan, semangat dan kesabaran dalam beramal. Merelakan lapar dan haus, mena-han diri untuk tidak melakukan hal-hal yang membatalkan ibadah puasa adalah bagian dari upaya mendidik diri untuk memiliki keinginan dan kemauan yang kuat.

Allah berfirman tentang puasa merupakan latihan memperkuat keinginan dan kemauan menahan diri dari hal-hal yang dilarang dalam puasa dalam Q.S. al-Baqarah ayat 187 yang berbunyi:

أَحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَىٰ نِسَائِكُمْ ۚ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ ۗ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ ۖ فَالْعَنَ

بَشِيرُوهُنَّ وَأَتَّعُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ ۗ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ۗ ثُمَّ أَتَمُوا الصِّيَامَ إِلَىٰ اللَّيْلِ ۗ وَلَا تُبَشِّرُوهُمْ ۗ وَأَنْتُمْ عَنِكُمُ فِي الْمَسْجِدِ ۗ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرُبُوهَا ۗ كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ ۗ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ ﴿١٨٧﴾

Dihalalkan bagi kamu pada malam hari bulan puasa bercampur dengan isteri-isteri kamu; mereka adalah pakaian bagimu, dan kamupun adalah pakaian bagi mereka. Allah mengetahui bahwasanya kamu tidak dapat menahan nafsumu, karena itu Allah mengampuni kamu dan memberi maaf kepadamu. Maka sekarang campurilah mereka dan ikutilah apa yang telah ditetapkan Allah untukmu, dan makan minumlah hingga terang bagimu benang putih dari benang hitam, yaitu fajar. Kemudian sempurnakanlah puasa itu sampai (datang) malam, (tetapi) janganlah kamu campuri mereka itu, sedang kamu beri'tikaf dalam mesjid. Itulah larangan Allah, maka janganlah kamu mendekatinya. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepada manusia, supaya mereka bertakwa.

Keempat, menjinakkan birahi. Ibadah puasa juga berfungsi mematahkan gelora syahwat serta mengangkat naluri dan rasa malu sebagai panglima dalam mengawal hati. Dari Ibnu Masud, Rasulullah bersbda yang artinya:

“Wahai sekalian para pemuda barang siapa di antara kalian telah mampu baah (menikah dengan berbagai macam persiapannya) hendak menikah karena menikah lebih menundukan pandangan dan lebih menjaga kehormatan. Barang siapa yg belum mampu menikah hendaklah puasa karena puasa merupakan wijaa (pemusut syahwat) baginya.” HR. Bukhori (4/106) dan Muslim (no. 1400)

Kelima, menajamkan perasaan terhadap nikmat Allah. Perasaan lapar dan haus yang mendera selama berpuasa membuat seorang mukmin benar-benar bisa merasakan nikmatnya kenyang dan nikmatnya pemenuhan dahaga. Hal ini nantinya akan menuntun hatinya untuk terus bersyukur dan peka dengan setiap nikmat yang dianugerahkan oleh Allah SWT pada dirinya. Allah lah yang memberi rezeki makan, minum, kesehatan, dan sebagainya kepada manusia. Di dalam berpuasa seseorang

semakin menyadari bahwa telah banyak sekali nikmat Allah yang diterima manusia selama hidupnya. Sebagaimana dalam firman Allah Q.S. al-Baqarah ayat 152 yang berbunyi:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.

Keenam, kasih sayang kepada sesama. Secara psikologis seseorang yang berpuasa menyatukan dirinya dalam kondisi penderitaan akibat rasa lapar dan haus yang selama itu lebih banyak diderita oleh fakir miskin yg dalam hidupnya selalu terbelenggu oleh kemiskinan. Esensi puasa juga memberikan nilai ajaran agar orang yang beriman dan bertakwa mengikuti tuntunan Nabi saw yang hidupnya amat sederhana. Beliau menganjurkan kepada umat Islam “Berhentilah kamu makan sebelum kenyang.” Di bagian lain Nabi saw mencontohkan “Berbuka puasalah kamu dengan tiga butir kurma dan seteguk air minum setelah itu bersegeralah salat magrib.” Sejalan dengan itu Nabi Saw menganjurkan agar selalu gemar memberi makan untuk tetangga yang miskin. Fenomena kesadaran fitrah di atas dalam puasa diharapkan mampu membentuk rasa keterikatan jiwa dan moral untuk memihak kepada kaum dhuafa (fakir miskin).

Rasulullah sangat suka bersedekah apalagi pada bulan Ramadhan. Dari Ibnu ‘Abbas ra, Rasulullah berkata yang artinya: “Rasulullah shalallahu ‘alaihi wasallam adalah sosok yang paling dermawan. Dan beliau menjadi lebih dermawan lagi di bulan Ramadhan saat berjumpa Jibril. Beliau lebih mulia hati daripada angin yang bertiup.” (HR.Bukhari-Muslim). Rasulullah sangat menganjurkan memberi makan orang yang berpuasa dalam hadisnya yang artinya: “Barangsiapa memberi makanan buka puasa kepada orang yang berpuasa, maka ia mendapat pahala sebagaimana orang yang berpuasa tanpa mengurangi orang yang berpuasa tersebut sedikitpun.” ([HR.Ahmad, at Tirmidzi dan Ibnu Majah dengan sanad shahih)

Ketujuh, mempersiapkan pelakunya menuju derajat taqwa. Allah berfirman dalam Q.S. al-Baqarah ayat 183:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿١٨٣﴾

“Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa.”

Puasa menjadi perisai bagi pelakunya. Rasulullah Saw bersabda yang artinya: “Tidaklah ada seorang hamba yang puasa di jalan Allah kecuali akan Allah jauhkan dia (karena puasanya) dari neraka sejauh tujuh puluh musim “. (HR. Bukhori (6/35) Muslim (1153) 70 musim yakni sama dengan perjalanan 70 tahun (Fathul Bari: 6/48). Rasulullah juga bersabda yang artinya: “Puasa adalah perisai seorang hamba berperisai dengan dari api neraka”. (HR. Ahmad (3/241) (3/296) dari Jabir Ahmad (4/22) dari Utsman bin Abil Ash. Dengan kualitas hadis shahih).

Pada hadis yang lain Rasulullah bersabda yang artinya: “Barang siapa yang berpuasa sehari di jalan Allah maka di antara dia dan neraka ada parit yang luas seperti antara langit dengan bumi”. (H.R Tirmidzi dari hadits Abi Umamah). Sebagian ahli hadis memahami bahwa hadits-hadits tersebut merupakan penjelasan tentang keutamaan puasa ketika jihad dan berperang di jalan Allah.

Kedelapan, menenangkan jiwa karena mendapatkan janji akan dimasukkan ke surga. Dari Abi Umamah ra “Aku berkata : “Ya Rasulullah saw tunjukkan padaku amalan yang bisa memasukkanku ke syurga; beliau menjawab: “Atasmu puasa tak ada (amalan) yang semisal dengan itu.” (HR NasaI (4/165) Ibnu Hibban (hal. 232 Mawarid) Al-Hakim (1/421)

Dalam hadis riwayat Bukhori, Rasulullah saw bersabda: “Meninggalkan makan minum dan syahwat karena Aku, puasa itu untuk-Ku, dan Aku yang akan membalasnya. kebaikan dibalas dengan sepuluh kali lipat.” Dalam hadis riwayat Muslim, Rasulullah bersabda yang artinya: “Semua amalan Ibnu Adam dilipat gandakan kebaikan dibalas dengan sepuluh kali sampai tujuh ratus kali lipat Allah Taala berfirman: Kecuali puasa karena dia itu untuk-Ku dan Aku yang akan membalas orang-orang yang meninggalkan syahwat dan makanan karena Aku bagi orang yang puasa ada dua kegembiraan: gembira ketika berbuka dan gembira bertemu dengan Rabb dan sungguh bau mulut orang yang puasa di sisi Allah adalah lebih wangi dari pada bau misk.”

Dari Sahl bin Saad ra dari Nabi Saw bersabda yang artinya: “*Sesungguhnya dalam syurga ada satu pintu yang disebut dgn rayyan orang-orang yang puasa akan masuk di hari kiamat nanti dari pintu tersebut tak ada orang selain mereka yang memasukinya. jika telah masuk orang terahir yang puasa ditutuplah pintu tersebut barang siapa yang masuk akan minum dan barang siapa yang minum tak akan merasa haus untuk selamanya.*” (HR. Bukhori)

Kesembilan, menyetatkan fisik. Kesehatan fisik sangat berkaitan dengan kesehatan jiwa. Jiwa yang sehat menghasilkan fisik yang sehat demikian juga sebaliknya. Rasulullah bersabda: “*Shumu tashhu*” (berpuasalah niscaya kamu akan sehat (HR. Thabrani)). Sabda Rasulullah ini mengisyaratkan bahwa di balik puasa tersebut ada hikmah bagi kesehatan manusia, baik kesehatan jasmani, rohani dan sosial. Sabda Rasulullah tersebut telah dibuktikan oleh para sarjana kedokteran baik itu kesehatan jasmani, rohani maupun kesehatan sosial. Berbagai penelitian kesehatan membuktikan bahwa puasa dapat menurunkan tekanan darah, gula darah, meningkatkan fungsi hati, menormalkan denyut nadi, meningkatkan magnesium, meningkatkan kerja otak, menyembuhkan penyakit jantung, melancarkan pencernaan, membersihkan ginjal, mensegarkan kulit, dan membantu percepatan penyembuhan penyakit-penyakit psiko-somatis.

BAB XI

ASPEK-ASPEK PSIKOLOGIS DALAM IBADAH ZIS DAN HAJI

A. PENGERTIAN ZAKAT, INFAQ, DAN ŞADAQAH

ZIS adalah singkatan dari Zakat, Infaq, dan sadaqah. Kata zakat ditemukan 27 ayat dalam al-Qur’an antara lain pada QS. At-Taubah ayat 71 dan 103. Secara Bahasa zakat berarti: tumbuh; berkembang dan berkah atau dapat pula berarti membersihkan atau mensucikan. Allah berfirman dalam QS. At-Taubah ayat 103:

خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ
وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

“Pungutlah zakat dari sebagian kekayaan mereka dengan zakat itu kamu membersihkan dan mensucikan mereka”.

Menurut istilah zakat berarti hak yang telah ditentukan besarnya yang wajib dikeluarkan pada harta-harta tertentu (*haqqun muqaddarun yajibu fi amwalin mu’ayyanah*) (Zallum, 1983 : 147). Dengan perkataan “hak yang telah ditentukan besarnya” (*haqqun muqaddarun*), berarti zakat tidak mencakup hak-hak seperti pemberian harta yang jumlahnya tidak ditentukan, misalnya hibah, hadiah, wasiat, dan wakaf. Perkataan “yang wajib (dikeluarkan)” (*yajibu*), berarti zakat tidak mencakup hak yang sifatnya sunnah atau *ta’awwu*”, seperti *shadaqah ta’tawwu’* (sedekah sunnah). Ungkapan “pada harta-harta tertentu” (*fi amwaalin mu’ayyanah*) berarti zakat tidak mencakup segala macam harta secara umum, melainkan hanya harta-harta tertentu yang telah ditetapkan berdasarkan *naş-naş syara’* yang khusus, seperti emas, perak, onta, domba, dan sebagainya.

Infaq adalah istilah lain yang berkaitan dengan pemberian seorang muslim kepada saudaranya. Al Jurjani menjelaskan bahwa infaq adalah penggunaan harta untuk memenuhi kebutuhan (*sharf al-mâl ilal hâjah*) (Al Jurjani, tt : 39). Dengan demikian, infaq mempunyai cakupan yang lebih luas dibanding zakat. Dalam kategorisasinya, infak dapat diumpamakan dengan “alat transportasi” –yang mencakup kereta api, mobil, bus, kapal, dan lain-lain– sedang zakat dapat diumpamakan dengan “mobil”, sebagai salah satu alat transportasi.

Infaq mencakup hibah, hadiah, wasiat, wakaf, nazar (untuk membelanjakan harta), nafkah kepada keluarga, kaffarah (denda) berupa harta adalah termasuk infaq. Bahkan zakat itu sendiri juga termasuk salah satu kegiatan infaq. Sebab semua itu merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan, baik kebutuhan pihak pemberi maupun pihak penerima. Infaq merupakan kegiatan penggunaan harta secara konsumtif, yakni pembelanjaan atau pengeluaran harta untuk memenuhi kebutuhan, bukan secara produktif, yaitu penggunaan harta untuk dikembangkan dan diputar lebih lanjut secara ekonomis (*tanmiyatul mâl*).

Di samping istilah zakat dan infaq, digunakan juga istilah *ṣadaqah*. Istilah *ṣadaqah*, maknanya berkisar pada 3 (tiga) pengertian berikut ini:

Pertama, *ṣadaqah* adalah pemberian harta kepada orang-orang fakir, orang yang membutuhkan, ataupun pihak-pihak lain yang berhak menerima *ṣadaqah*, tanpa disertai imbalan (Mahmud Yunus, 1936 : 33 dan Wahbah Az Zuhaili, 1996 : 919). *Ṣadaqah* ini hukumnya adalah sunnah, bukan wajib. Karena itu, untuk membedakannya dengan zakat yang hukumnya wajib, para fuqaha menggunakan istilah *ṣadaqah taṭawwu'* atau *ṣadaqah an-nafilah* (sedekah sunat) (Az Zuhaili 1996 : 916). Sedang untuk zakat, dipakai istilah *ṣadaqah al-mafru'ah* (sedekah wajib) (Az Zuhaili 1996: 751). Namun seperti uraian Az Zuhaili (1996: 916), hukum sunnah ini bisa menjadi haram, bila diketahui bahwa penerima *ṣadaqah* akan memanfaatkannya pada yang haram. Bisa pula hukumnya menjadi wajib, misalnya untuk menolong orang yang berada dalam keadaan terpaksa, orang yang amat membutuhkan pertolongan, misalnya berupa makanan atau pakaian. Menolong mereka adalah untuk menghilangkan kemu-daratan wajib hukumnya. Jika kewajiban ini tak dapat terlaksana kecuali dengan *iadaqah*, maka *ṣadaqah* menjadi wajib hukumnya. Dalam *urf* (kebiasaan) para fuqaha, sebagaimana

dapat dikaji dalam kitab-kitab fiqh berbagai madzhab, jika disebut istilah *ṣadaqah* secara mutlak, maka yang dimaksudkan adalah *ṣadaqah* dalam arti yang pertama ini –yang hukumnya sunnah– bukan zakat.

Kedua, *ṣadaqah* adalah identik dengan zakat (Zallum, 1983 : 148). Ini merupakan makna kedua dari *ṣadaqah*, sebab dalam naṣ-naṣ syara' terdapat kata “*ṣadaqah*” yang berarti zakat. Misalnya firman Allah SWT:

﴿ إِنَّمَا الصَّدَقَتُ لِلْفُقَرَاءِ وَالْمَسْكِينِ وَالْعَمِلِينَ عَلَيْهَا وَالْمُؤَلَّفَةِ قُلُوبِهِمْ وَفِي الرِّقَابِ وَالْغَرَمِينَ وَفِي سَبِيلِ اللَّهِ وَأَبْنِ السَّبِيلِ فَرِيضَةً مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴾

“*Sesungguhnya zakat-zakat itu, hanyalah untuk orang-orang fakir, orang-orang miskin, pengurus-pengurus zakat, para mu'allaf yang dibujuk hatinya, untuk (memerdekakan) budak, orang-orang yang berhutang, untuk jalan Allah dan untuk mereka yuang sedang dalam perjalanan, sebagai suatu ketetapan yang diwajibkan Allah, dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.*” (Q.S. A-Taubah ayat 60)

Dalam ayat tersebut, “zakat” diungkapkan dengan lafazh “*aṣ-ṣadaqat*”. Begitu pula sabda Nabi Saw kepada Mu'adz bin Jabal ra ketika dia diutus Nabi ke Yaman yang artinya: “...Beritahukanlah kepada mereka (Ahli Kitab yang telah masuk Islam), bahwa Allah telah mewajibkan zakat atas mereka, yang diambil dari orang kaya di antara mereka, dan diberikan kepada orang fakir di antara mereka...” (HR. Bukhari dan Muslim)”. Pada hadis di atas, kata “zakat” diungkapkan dengan kata “*ṣadaqah*”.

Ketiga, *ṣadaqah* adalah sesuatu yang ma'ruf (benar dalam pandangan syara'). Pengertian ini didasarkan pada hadis shahih riwayat Imam Muslim bahwa Nabi SAW bersabda : “*Kullu ma'rufin ṣadaqah*” (Setiap kebajikan, adalah *ṣadaqah*). Berdasarkan ini, maka mencegah diri dari perbuatan maksiat adalah *ṣadaqah*, memberi nafkah kepada keluarga adalah *ṣadaqah*, beramar ma'ruf nahi munkar adalah *ṣadaqah*, menumpahkan syahwat kepada isteri adalah *ṣadaqah*, dan tersenyum kepada sesama muslim pun adalah juga *ṣadaqah*. Al-Jurjani mendefinisikan *ṣadaqah* adalah segala pemberian yang dengannya kita mengharap pahala dari Allah SWT (Al Jurjani, tt : 132). Pemberian (*al -aḥiyah*) di sini dapat diartikan secara luas,

baik pemberian yang berupa harta maupun pemberian yang berupa suatu sikap atau perbuatan baik.

Imam An-Nawawi mensyarah hadis di atas (“*Kullu ma’rufin sadaqah*”) mengisyaratkan bahwa *sadaqah* di sini memiliki arti majazi (kiasan/metaforis), bukan arti yang hakiki. Menurut beliau, segala perbuatan baik dihitung sebagai *sadaqah*, karena disamakan dengan *sadaqah* (berupa harta) dari segi pahalanya. Misalnya, mencegah diri dari perbuatan dosa disebut *sadaqah*, karena perbuatan ini berpahala sebagaimana halnya *sadaqah*. Amar ma’ruf nahi munkar disebut *sadaqah*, karena aktivitas ini berpahala seperti halnya *sadaqah* (An-Nawawi, 1981 : 91)

B. NILAI-NILAI PENDIDIKAN JIWA DALAM ZIS

Setiap orang cinta terhadap harta miliknya sehingga terasa berat untuk memberikannya kepada orang lain. Allah memerintahkan berzakat kepada orang kaya adalah untuk mengurangi rasa cinta terhadap harta yang berlebihan. Allah SWT mengancam orang yang tidak mengeluarkan zakat dengan ancaman yang sangat pedih yaitu akan disetrika belakng disebabkan harta yang tidak dizakatnya. Ancaman ini tertulis dalam Q.S. at-Taubah ayat 34-35 sebagai berikut:

﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّ كَثِيرًا مِّنَ الْأَحْبَارِ وَالرُّهْبَانِ لِيَأْكُلُونَ أَمْوَالَ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ وَيُصُدُّونَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ وَالَّذِينَ يَكْتُمُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يَنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ ﴿٣٤﴾ يَوْمَ نُحْمَىٰ عَلَيْهَا فِي نَارِ جَهَنَّمَ فَتُكْوَىٰ بِهَا جِبَاهُهُمْ وَجُنُوبُهُمْ وظُهُورُهُمْ هَذَا مَا كَنْتُمْ تَكْتُمُونَ ﴿٣٥﴾﴾

Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya sebahagian besar dari orang-orang alim Yahudi dan rahib-rahib Nasrani benar-benar memakan harta orang dengan jalan batil dan mereka menghalang-halangi (manusia) dari jalan Allah. Dan orang-orang yang menyimpan emas dan perak dan tidak menafkahkannya pada jalan Allah, maka beritahukanlah kepada mereka, (bahwa mereka akan mendapat) siksa yang pedih, pada hari dipanaskan emas perak itu dalam neraka jahannam, lalu dibakar dengannya dahi mereka,

lambung dan punggung mereka (lalu dikatakan) kepada mereka: “Inilah harta bendamu yang kamu simpan untuk dirimu sendiri, maka rasakanlah sekarang (akibat dari) apa yang kamu simpan itu.”

Ayat di atas menjelaskan betapa kerasnya ancaman Allah terhadap orang yang enggan membayar zakat. Abu Bakar Siddik ketika menjadi khalifah pertama setelah Rasulullah wafat memerangi orang-orang yang tidak mau membayar zakat, sebab mereka mengatakan Rasulullah telah wafat, maka mereka tidak perlu lagi membayar zakat. Abu Bakar memerangi kelompok yang enggan membayar zakat karena mereka dipandang sebagai orang kafir yang melanggar ajaran Allah.

Allah berfirman dalam Q.S. Ali Imran ayat 180 sebagai berikut:

﴿وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخُلُونَ بِمَا ءَاتَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۚ هُوَ خَيْرٌ لَّهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَّهُمْ سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخَلُوا بِهِ ۚ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ۖ وَاللَّهُ مِيرِثُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۖ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ﴾

Sekali-kali janganlah orang-orang yang bakhil dengan harta yang Allah berikan kepada mereka dari karuniaNya menyangka, bahwa kebakhilan itu baik bagi mereka. Sebenarnya kebakhilan itu adalah buruk bagi mereka. Harta yang mereka bakhilkan itu akan dikalungkan kelak di lehernya di hari kiamat. Dan kepunyaan Allah-lah segala warisan (yang ada) di langit dan di bumi. Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Zakat mendidik jiwa untuk saling berbagi, saling menyayangi, saling menghormati, dan saling tenggang rasa. Zakat dapat memperkuat silaturahmi, menjaga keamanan masyarakat, mengurangi kejahatan, meningkatkan kesejahteraan, serta mengurangi rasa ketergantungan yang berlebihan terhadap benda-benda yang dimiliki.

Rasulullah bersabda “ Allah Ta’ala mewajibkan Zakat pada harta orang-orang kaya dari kaum Muslimin sejumlah yang dapat melapangi orang-orang miskin di antara mereka. Fakir miskin itu tiadalah akan menderita menghadapi kelaparan dan kesulitan sandang, kecuali karena perbuatan golongan yang kaya. Ingatlah Allah akan mengadili mereka nanti secara tegas dan menyiksa mereka dengan pedih.” (HR.Tabrani dari Ali r.a)

Secara psikologis perbuatan saling memberi akan menimbulkan ikatan batin antara pemberi dan penerima. Oleh sebab itu di samping menjalankan kewajiban membayar zakat, perilaku membayar zakat dapat menimbulkan ikatan sosial yang kuat antara orang kaya dan orang miskin.

Infaq sebagai sebuah kewajiban yang dibayarkan disebabkan tanggung jawab terhadap keluarga, pembayaran kaffarat, wasiat, atau hibah memiliki nilai-nilai pendidikan jiwa yang hampir sama dengan zakat. Bagi penerima infaq, infaq dapat menjaga marwah kaum muslimin dari menjadi peminta-minta, mendapatkan kehidupan yang layak, dan menghilangkan rasa sedih dari ketidakmampuan mendapatkan rezeki yang memadai. Bagi pemberi, infaq dapat mendatangkan rasa senang telah dapat menolong orang lain lepas dari kesusahan, mempersiapkan generasi Islam yang lebih baik, dan merasa dekat dengan Allah dan manusia.

Allah menganjurkan seseorang berinfaq dan menjanjikan balasan yang sangat baik untuk perbuatan tersebut, sebagaimana dalam Q.S. al-Baqarah ayat 273:

لِّلْفُقَرَاءِ الَّذِينَ أُحْصِرُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ لَا يَسْتَطِيعُونَ ضَرْبًا فِي الْأَرْضِ
مَحْسَبُهُمُ الْجَاهِلُ أَغْنِيَاءَ مِنَ التَّعَفُّفِ تَعْرِفُهُمْ بِسِيمَاهُمْ لَا يَسْأَلُونَ
النَّاسَ الْحَافَاً وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ ﴿٢٧٣﴾

Berinfaklah kepada orang-orang fakir yang terikat (oleh jihad) di jalan Allah; mereka tidak dapat (berusaha) di bumi; orang yang tidak tahu menyangka mereka orang kaya karena memelihara diri dari minta-minta. Kamu kenal mereka dengan melihat sifat-sifatnya, mereka tidak meminta kepada orang secara mendesak. Dan apa saja harta yang baik yang kamu nafkahkan (di jalan Allah), maka sesungguhnya Allah Maha Mengetahui.

Infaq yang diberikan dengan keikhlasan akan membuah kondisi jiwa yang baik dengan ciri-ciri:

1. Kesadaran yang mendalam bahwa manusia bukan pemilik harta, maka harta tersebut harus diberikan sesuai dengan amanah pemiliknya yaitu Allah SWT. Kondisi ini akan menambah keyakinan dalam diri seseorang bahwa kaya atau miskin bukan semata karena usahanya tetapi karena keizinan Allah memberikan rezeki kepadanya.

2. Menambah kepasrahan kepada Allah bahwa keberkahan harta tidak terletak pada jumlahnya, tetapi pada cara memanfaatkannya. Jika seseorang berdagang dengan manusia maka dia hanya akan mendapatkan keuntungan yang terbatas. Tetapi jika manusia menafkahkan hartanya di jalan Allah maka dia akan mendapatkan balasan yang tidak terhitung jumlahnya. Perdagangan yang tidak mengenal rugi ini akan mendatangkan sikap tenang dalam jiwa manusia. Seperti kisah Usman bin 'Affan yang menginfakkan harta perdagangannya ketika musim paceklik kepada orang-orang miskin di Mekah, karena keimanannya kepada Allah.
3. Mengikis rasa sombong. Infaq yang akan diterima adalah infaq yang diberikan tanpa merasa lebih hebat dari penerima. Seseorang yang berinfaq disertai kesombongan tidak akan mendapatkan apapun dari infaqnya. Bahkan Allah mengancam orang berinfaq dengan kesombongan maka dia akan masuk neraka, sebab telah mensejajarkan dirinya dengan Allah sebagai pemilik harta yang diinfakkannya.

Secara umum pendidikan jiwa yang terkandung dalam zakat dan infaq terdapat juga dalam *sadaqah*. Tetapi karena sedekah tidak selalu berkaitan dengan materi, bisa juga berupa ilmu yang diajarkan, maka ada beberapa nilai pendidikan jiwa yang terdapat dalam sedekah secara khusus, di antaranya:

1. menanamkan rasa percaya diri bahwa setiap orang dapat berposisi sebagai pemberi tanpa harus menunggu menjadi kaya. Rasulullah Saw telah menyampaikan bahwa bersedekah sama sekali tidak mengurangi harta yang dimiliki seseorang, beliau bersabda, artinya: "Tidaklah sedekah itu mengurangi kekayaan." (HR. Muslim no.4689, Tirmidzi no.1952. dan Ahmad no.6908) menghilangkan sikap suka meminta dan menggantinya menjadi sikap suka memberi.
2. memelihara diri dari hal-hal yang tidak bermanfaat baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Rasulullah shalallahu 'alaihi wasallam bersabda, artinya: "Sedekah itu menghapuskan kesalahan seperti air memadamkan api." (HR. Tirmidzi)
3. Zakat, infaq, dan sadaqoh mendidik jiwa untuk meyakini bahwa Allah lah yang memberi rezeki kepada manusia, bukan sesama manusia. Berbagai cerita tentang keajaiban sedekah telah banyak dialami oleh orang-orang yang bersedekah. Allah berfirman, dalam Q.S. al-Baqarah

ayat 261 yang artinya: “Perumpamaan nafkah yang dikeluarkan oleh orang-orang yang menafkahkan hartanya di jalan Allah adalah serupa dengan sebutir benih yang menumbuhkan tujuh bulir, pada tiap-tiap bulir: seratus biji. Allah melipatgandakan (ganjaran) bagi siapa yang Dia kehendaki. Dan Allah Maha luas (karunia-Nya) lagi Maha mengetahui.”

Penulis pernah mengalami sebuah kisah berkaitan dengan sadaqoh. Peristiwa itu terjadi pada bulan Desember tahun 2006. Saat itu ada seorang nenek yang ingin membeli beras untuk orang miskin, meminta uang kepada penulis. Beliau meminta uang Rp. 10.000-, untuk membeli raskin tersebut. Ketika saya membuka dompet uang saya tinggal Rp. 10.000-, tetapi karena merasa masih memiliki uang di tabungan dan dapat diambil di ATM maka saya memberikan uang tersebut. Beberapa jam kemudian saya bersiap-siap untuk pergi ke ATM mengambil uang, tiba-tiba datang teman saya. Saya mempersilakannya masuk, dia berkata: “Ti, saya mau membelikan kamu flash disk, saya sudah merencanakannya sejak sebulan yang lalu, tetapi saya tidak sempat membelikannya sebab saya keburu pulang ke Samarinda, ini uangnya untuk membeli flash disk itu. Kamu beli sendiri aja ya.” Saya bingung ketika teman saya memberi uang kepada saya Rp. 150.000-, Saya langsung teringat dengan janji Allah akan membalas pemberian dengan berlipat ganda. Saya telah menerimanya 15 kali lipat dalam waktu beberapa jam.

Banyak mungkin cerita sejenis yang dialami seseorang ketika dia bersedekah dia mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari sedekahnya. Buya Hamka memberikan contoh menarik tentang satu kebaikan yang akan mendapat balasan dari Allah sebanyak tujuh ratus kali lipat, saat menjelaskan ayat-Nya di QS. Al-Baqarah (261). Umpamanya ada dermawan yang mendirikan sebuah sekolah dasar di sebuah desa miskin dan terpencil, sehingga anak-anak di kampung itu tidak perlu lagi sekolah ke kampung lain. Kemudian sekolah dasar itu diisi ratusan murid. Tahun demi tahun sekolah itu meluluskan banyak pelajar yang kemudian melanjutkan ke sekolah yang lebih tinggi di tempat lain, hingga akhirnya kaum terpelajar itu mendirikan sekolah-sekolah lagi dan mengabdikan di masyarakat.

4. Obat bagi orang yang sakit. Rasulullah bersabda yang artinya: “Obatilah

orang-orang sakit dari kalangan kalian dengan bersedekah.” (Hadits hasan, *Shahihul Jaami* no.3358). Rasulullah Saw pernah ditanya yang artinya: “Sedekah apakah yang paling besar ganjarannya? Beliau shalallahu ‘alaihi wasallam menjawab yang artinya: “Engkau bersedekah dalam keadaan sehat lagi ingin menahan (kikir); mengkhawatirkan kemiskinan dan mengharap hidup berkecukupan.” (Muttafaq ‘alaih)

C. PENGERTIAN HAJI

Kata “haji” berasal dari “hajja-yahijju-hijjun” (kata benda) dan “hajja-yahujju-hajju” (kata sifat). Hajja yang menghasilkan kata “hijjun” maupun “hajjun” diartikan sebagai ibadah haji, atau perjalanan yang disengaja, sedangkan hajja yang menghasilkan “hujjatun” bermakna “alasan, tanda atau alamat”.

Secara syara’, haji berarti “melakukan perjalanan dengan disengaja ke tempat-tempat suci dengan amalan-amalan tertentu dengan niat beribadah kepada Allah SWT”. Defenisi lain haji, adalah “melaksanakan rukun Islam yang kelima sebagai alamat penyempurnaan keislaman seorang Muslim”.

Firman Allah tentang kewajiban haji bagi umat Islam terdapat dalam Q.S al-Baqarah ayat 197 yang berbunyi:

أَلْحَجُّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَةٌ ۖ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ ۗ وَمَا تَفَعَّلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمُهُ اللَّهُ ۗ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ ۗ وَاتَّقُوا يَتَأْتُوا اللَّكْبَ ۗ

(Musim) haji adalah beberapa bulan yang dimaklumi, barangsiapa yang menetapkan niatnya dalam bulan itu akan mengerjakan haji, maka tidak boleh rafats, berbuat fasik dan berbantah-bantahan di dalam masa mengerjakan haji. Dan apa yang kamu kerjakan berupa kebaikan, niscaya Allah mengetahuinya. Berbekallah, dan sesungguhnya sebaik-baik bekal adalah takwa dan bertakwalah kepada-Ku hai orang-orang yang berakal.

Allah juga berfirman dalam Q.S. Ali Imran ayat 97 yang berbunyi:

فِيهِ آيَاتٌ بَيِّنَاتٌ مِّمَّا قَامَ إِبْرَاهِيمَ وَمَنْ دَخَلَهُ كَانَ آمِنًا وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ
مَنْ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ

Padanya terdapat tanda-tanda yang nyata, (di antaranya) maqam Ibrahim; barangsiapa memasukinya (Baitullah itu) menjadi amanlah dia; mengerjakan haji adalah kewajiban manusia terhadap Allah, yaitu (bagi) orang yang sanggup mengadakan perjalanan ke Baitullah¹. Barangsiapa mengingkari (kewajiban haji), maka sesungguhnya Allah Maha Kaya (tidak memerlukan sesuatu) dari semesta alam.

Ibadah haji dikumandangkan Ibrahim as. sekitar 3600 tahun lalu. Sesudah masa beliau wafat, praktek-praktek haji sedikit atau banyak telah mengalami perubahan, namun kemudian diluruskan kembali oleh Muhammad saw. Salah satu hal yang diluruskan itu, adalah praktek ritual yang bertentangan dengan penghayatan nilai universal kemanusiaan haji. Teguran Allah terhadap sekelompok manusia (*Hummas*) yang merasa diri memiliki keistimewaan sehingga enggan bersatu dengan orang banyak dalam melakukan wuquf. Mereka wukuf di Mudzdalifah sedang orang banyak di Arafah ditemukan dalam Al-Qur'an Surah al-Baqarah (2) ayat 199:

ثُمَّ أَفِيضُوا مِنْ حَيْثُ أَفَاضَ النَّاسُ وَاسْتَغْفِرُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

“Bertolaklah kamu dari tempat bertolakannya orang-orang banyak dan mohonlah ampun kepada Allah sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Pemisahan diri yang dilatarbelakangi perasaan superioritas dicegah oleh al-Qur'an dan turunlah ayat tersebut di atas.

Rasulullah juga bersabda tentang kewajiban haji dalam hadisinya yang artinya:” Sesungguhnya hambaKu yang Aku sehatkan badannya, yang Aku luaskan rizkinya, tetapi dia tidak juga mau berangkat memenuhi panggilan Allah, dia tidak mau melaksanakan haji sampai waktu lima tahun dia tidak juga berkunjung kepada Ku, maka orang itu termasuk orang yang tertutup, rugi dan sia-sia.” (H.R. Baihaqi dan Tirmidzi)

Kata haji selalu dikaitkan dengan *mabr-r*. Haji *mabr-r* adalah ibadah haji yang diharapkan dicapai setiap umat Islam yang telah melaksana-

kan ibadah haji. Kata “*mabr-r* “ berasal dari bahasa Arab yang artinya mendapatkan kebaikan atau menjadi baik. Kata “ *mabr-r* “ berasal dari kata *barra* (*birrun, al-birr*) yang artinya berbuat baik atau patuh. Dengan demikian, haji *mabr-r* adalah haji yang mendapatkan kebaikan. Dalam arti kata, haji *mabr-r* adalah haji yang pelakunya menjadi baik setelah selesai menunaikan haji.

Menurut Nurcholish Madjid, haji *mabr-r* adalah orang yang melaksanakan haji mampu melakukan transformasi pada dirinya yang kemudian di bawa ke tempat asalnya. Quraish Shihab mengatakan bahwa haji *mabr-r* adalah berbekasnya makna simbol-simbol amalan yang dilaksanakan di tanah suci, sehingga makna-makna tersebut teraktualkan dalam bentuk sikap dan tingkah laku sehari-hari. Ali Syariati mendefinisikan mereka yang memperoleh *mabr-r* adalah yang telah meninggalkan Siti Hajar-nya, menyembelih Ismail-nya, melempar setan-setan dalam jiwanya, lalu kembali ke kampung halaman membangun rumah-rumah Allah (Ka’bah) dalam hatinya. Menurut Jalaluddin Rakhmat adalah perjalanan ruhani dari rumah-rumah yang selama ini mengungkung mereka menuju Rumah Tuhan. Haji *mabr-r* adalah haji yang berhasil mencampakan sifat-sifat hewaniah dan menyerap sifat-sifat rabbaniyah (ketuhanan).

Qasim Maṭar mendefinisikan haji *mabr-r* sebagai haji yang diterima oleh Allah Swt setelah seorang jamaah mengakui kesalahan-kesalahannya dan bertekad untuk tidak mengulangi kembali. Hamka Haq mengartikan haji *mabr-r* adalah haji yang dilakukan seseorang, di mana setelah melakukan haji amalannya kian *mabr-r*, bertambah, baik secara kualitas maupun secara kuantitas. Haji yang mampu membawa kebajikan bagi akhlaq yang berhaji sehingga memancarkan kebajikan kepada semua orang tanpa kecuali.

Jika definisi haji *mabr-r* yang dilontarkan oleh keenam cendekiawan muslim di atas dijadikan paradigma dan parameter, maka kita bisa mengatakan bahwa seseorang bisa dikatakan haji *mabr-r* ketika ia mampu mereformasi dirinya dalam berbagai hal, terutama dalam hal sikap Prilaku ketika kembali di tengah-tengah masyarakatnya.

Haji *mabr-r* dapat termanifestasikan dari perilaku sosialnya setelah ia menunaikan ibadah haji. *Mabr-r* tidaknya haji seseorang itu paramaternya adalah amal saleh sosial yang dilakukannya setelah pulang dari tanah suci. Bukan gaya dan mode pakaian serta parfum wangi yang

dipakai ketika kembali di kampung halaman seperti yang dilakukan oleh sebagian jamaah haji kita.

D. NILAI-NILAI PENDIDIKAN JIWA DALAM HAJI.

Ibadah haji mengandung nilai-nilai pendidikan jiwa yang sangat besar. Makna kemanusiaan dan pengalaman jiwa tak hanya terbatas pada persamaan nilai antar perseorangan dengan yang lain, tapi mengandung makna yang jauh lebih dalam dari sekedar persamaan tersebut. Ia mencakup seperangkat nilai-nilai luhur yang seharusnya menghiasi jiwa pemilikinya. Bermula dari kesadaran akan fitrah atau jati dirinya serta keharusan menyesuaikan diri dengan tujuan kehadiran di pentas bumi ini.

Di dalam pelaksanaan ibadah haji, dalam acara-acara ritual, atau dalam tuntunan non ritualnya, dalam bentuk kewajiban atau larangan, dalam bentuk nyata atau simbolik dan kesemuanya pada akhirnya mengantar jamaah haji hidup dengan pengamalan dan pengalaman kemanusiaan universal. Beberapa nilai pendidikan jiwa yang diperoleh dalam pelaksanaan ibadah haji di antaranya:

Pertama, kesadaran terhadap persamaan derajat di hadapan Allah. Ibadah haji yang dimulai dengan niat kemudian mengenakan pakaian ihram yang berwarna putih dan tidak berjahit. Pakaian tersebut menyadarkan pemakainya bahwa mereka tidak berbeda satu dengan lainnya. Persamaan pakaian ini dapat memberi pengaruh psikologis pada pemakainya. Di Miqat Makany di tempat dimana ritual ibadah haji dimulai, semua perbedaan dan pembedaan yang berkaitan dengan profesi, harta, ras, dan kedudukan harus ditanggalkan. Semua harus memakai pakaian yang sama. Tinggalkan semua itu di Miqat dan berperanlah sebagai manusia yang sesungguhnya.

Ketika mengenakan dua helai pakaian berwarna putih-putih, sebagaimana yang akan membalut tubuhnya ketika ia mengakhiri perjalanan hidup di dunia ini, seorang yang melaksanakan ibadah haji akan terpengaruh jiwanya oleh pakaian ini. Seharusnya ia merasakan kelemahan dan keterbatasannya, serta pertanggungjawaban yang akan ditunainya kelak di hadapan Tuhan Yang Maha Kuasa. Tidak ada perbedaan antara seseorang dengan yang lain, kecuali atas dasar pengabdian kepadanya.

Kedua, kepatuhan terhadap larangan Allah. Penggunaan pakaian ihram berlanjut dengan kepatuhan meninggalkan sejumlah larangan Allah bagi pelaku ibadah haji. Jangan menyakiti binatang, jangan membunuh, jangan menumpahkan darah, dan jangan mencabut pepohonan. Larangan ini bermakna bahwa manusia berfungsi memelihara makhluk-makhluk Tuhan itu, dan memberinya kesempatan seluas mungkin mencapai tujuan penciptaannya. Dilarang juga menggunakan wangi-wangian, bercumbu atau kawin, dan berhias supaya setiap haji menyadari bahwa manusia bukan hanya materi semata-mata bukan pula birahi. Hiasan yang paling disukai dan dinilai Tuhan adalah hiasan rohani. Dilarang pula menggunting rambut, kuku, supaya masing-masing menyadari jati dirinya dan menghadap pada Tuhan sebagaimana apa adanya.

Ketiga, pasrah terhadap kehendak Allah. Ka'bah yang dikunjungi mengandung pelajaran yang amat berharga dari segi kemanusiaan. Kisah Hijr Ismail yang arti harfiahnya pangkuan Ismail merupakan pelajaran yang sangat berharga dalam mengajarkan manusia akan arti kepasrahan terhadap perintah Allah. Di Mekkah lah Ibrahim harus meninggalkan isterinya, Siti Hajar, yang sedang mengandung Ismail. Hajar harus ditinggalkan Ibrahim di Mekkah karena dia tidak ingin ribut dengan isterinya yang lain, Siti Sarah. Seorang perempuan berkulit hitam, miskin bahkan budak, rela ditinggal suaminya di Mekkah karena yakin bahwa hal tersebut perintah Allah. Allah membalas kepasrahan Hajar dengan memberinya kedudukan menjadi ibu seorang Nabi yang dari garis keturunannya lahir seorang Rasul terakhir Muhammad Saw yang melanjutkan perjuangan Hajar berhijrah dari kejahatan menuju kebaikan, dari keterbelakangan menuju peradaban.

Keempat, kesucian, ketegaran, pemaaf, murah hati dan menghargai orang lain. Ketika melakukan thawaf yang menjadikan pelakunya larut dan berbaur bersama manusia-manusia lain, serta memberi kesan kebersamaan menuju satu tujuan yang sama yakni berada dalam lingkungan Allah swt. Setelah thawaf dilakukanlah sa'i. Ketika melakukan sa'i seorang yang melaksanakan haji akan terbayang pengalaman Hajar, mencari air untuk putranya. Keyakinan wanita ini akan kebesaran dan kemaha-kuasaan Allah sangat kokoh, terbukti jauh sebelum peristiwa pencaharian ini, ketika ia bersedia ditinggal (Ibrahim) bersama anaknya di suatu lembah yang tandus, keyakinannya yang begitu dalam tak menjadikannya sama

sekali berpangku tangan menunggu turunnya hujan dari langit. Ia berusaha dan berusaha berkali-kali mondar-mandir demi mencari kehidupan. Hajar memulai usahanya dari bukit Shafa yang arti harfiahnya adalah “kesucian dan ketegaran” sebagai lambang bahwa mencapai kehidupan harus dengan usaha yang dimulai dengan kesucian dan ketegaran—dan berakhir di Marwah yang berarti “ideal manusia, sikap menghargai, bermurah hati dan memaafkan orang lain”.

Thawaf menggambarkan bahwa manusia merupakan kesatuan yang harus rela berbagi, antri, dan saling membantu untuk mencapai tujuan. Sa’i menggambarkan, tugas manusia adalah berupaya semaksimal mungkin. Hasil usaha pasti akan diperoleh baik melalui usahanya maupun melalui anugerah Tuhan, seperti yang dialami Hajar bersama putranya Ismail dengan ditemukannya air Zamzam.

Kelima, ke’arifan dan pengenalan diri. di Arafah, padang yang luas lagi gersang itu seluruh jamaah wuquf (berhenti) sampai terbenamnya matahari. Di sanalah mereka seharusnya menemukan ma’rifat pengetahuan sejati tentang jati dirinya, akhir perjalanan hidupnya, serta di sana pula ia menyadari langkah-langkahnya selama ini, sebagaimana ia menyadari pula betapa besar dan agungnya Tuhan. Padang Arafah merupakan miniatur padang Mahsyar yang akan mengantarkan jamaah haji pada kesadaran-kesadaran untuk menjadi ‘arif atau sadar dan mengenal diri.

Seorang yang memiliki kearifan menurut Ibnu Sina, “Selalu gembira, senyum, betapa tidak senang hatinya telah gembira sejak ia mengenal-Nya, ... di mana-mana ia melihat satu saja, ... melihat Yang Maha Suci itu, semua makhluk di pandangnya sama (karena memang semua sama, ... sama membutuhkan-Nya).” Ia tak akan sempat dan berkeinginan mengintip-ngintip kelemahan atau mencari-cari kesalahan orang, ia tidak akan cepat tersinggung karena jiwanya selalu diliputi rahmat dan kasih sayang.

Keenam, keikhlasan. Para jamaah haji dari Arafah ke Mudzdalifah mengumpulkan senjata menghadapi musuh utama yaitu setan, kemudian melanjutkan perjalanan ke Mina dan di sanalah para Jamaah haji melampiaskan kebencian dan kemarahan mereka masing-masing terhadap musuh yang selama ini menjadi penyebab segala kegetiran yang

dialaminya. Mereka mengikuti jejak Hajar yang melempar syetan-syetan yang membujuk manusia untuk ingkar kepada perintah Allah.

Ketujuh, meningkatkan keimanan kepada Allah Swt. dengan melihat dan menyaksikan secara langsung tempat-tempat suci, terutama Ka’bah yang menjadi kiblat bagi umat Islam di seluruh dunia dalam melaksanakan shalat;

Kedelapan, memperoleh maghfirah dan ampunan dari dosa-dosa yang telah dilakukan, sehingga setelah selesai melaksanakan ibadah haji bagi orang yang memperoleh predikat haji mabrur dapat meraih kesucian diri dari noda dan dosa, sebagaimana telah disabdakan oleh Rasulullah Saw. dalam sebuah hadits shahih yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Muslim: “Barang siapa melaksanakan ibadah haji, kemudian tidak berkata yang kotor dan tidak melakukan kejahatan, maka akan kembali sebagaimana bayi yang baru dilahirkan ibunya.”

Kesembilan, memperoleh balasan surga, tempat kenikmatan dan kebahagiaan yang abadi, sebagaimana telah disabdakan Rasulullah Saw. dalam hadits shahih yang diriwayatkan Imam Bukhari dan Muslim sebagai berikut; “Balasan bagi haji mabrur, tiada lain kecuali surga.”

Semua pendidikan jiwa di atas hanya akan diperoleh orang yang melaksanakan ibadah haji dengan keimanan dan keikhlasan. Bahkan mereka yang tidak dapat mengamalkan ibadah haji karena keterbatasan kemampuan dana, dapat memperoleh pahala yang besar pada hari raya Idul Adha dengan menyembelih kurban di tempatnya masing-masing. Aisyah menuturkan dari Rasulullah saw bahwa beliau bersabda, “Tidak ada suatu amalan yang dikerjakan anak Adam (manusia) pada hari raya Idul Adha lebih dicintai Allah daripada menyembelih binatang. Karena binatang itu akan datang pada hari kiamat dengan tanduk-tanduknya, bulu-bulunya, dan kuku-kuku kakinya. Darah binatang itu akan sampai di sisi Allah sebelum menetes ke tanah. karenanya, lapangkanlah jiwamu untuk melakukannya.” (HR. al-Tirmidzi dengan kualitas hasan)

BAB XII

AGAMA DAN KESEHATAN MENTAL

Pada masa lampau penyakit selalu dikaitkan dengan hal-hal yang bersifat mistis dan magis. Penyakit selalu dikaitkan dengan kemarahan makhluk halus baik dalam bentuk gangguan maupun balasan dari kesalahan yang dilakukan manusia. Penyakit juga selalu dikaitkan dengan penyakit fisik daripada penyakit psikhis.

Seiring dengan perjalanan waktu, lewat penemuan teknologi kesehatan ditemukan bahwa penyakit fisik disebabkan berbagai kuman, virus, dan gangguan atau kerusakan organ tubuh. Di samping penyakit fisik ditemukan juga penyakit mental yang disebabkan gangguan-gangguan jiwa atau kerusakan syaraf yang berkaitan dengan fungsi-fungsi kejiwaan.

Penyakit-penyakit yang menyebabkan gangguan kesehatan mental semakin banyak dengan bertambahnya kegelisahan hidup manusia dalam kehidupan yang semakin global. Persaingan hidup yang semakin ketat, ukuran hidup yang selalu diukur dengan materi menyebabkan manusia selalu mengalami tekanan jiwa sehingga menyebabkan munculnya penyakit jiwa dalam diri manusia.

Sebagai makhluk yang memiliki kesadaran, manusia menyadari adanya problem yang mengganggu kejiwaannya. Sejarah mencatat adanya upaya manusia untuk mengatasi problema tersebut. Upaya-upaya tersebut ada yang bersifat mistik yang irasional, ada juga yang bersifat rasional, konseptual, dan ilmiah (Mubarok, 2000:13). Pada masyarakat Barat modern atau masyarakat yang mengikuti peradaban Barat yang sekular, solusi yang ditawarkan untuk mengatasi problem kejiwaan itu dilakukan dengan menggunakan pendekatan psikologi yang selalu disebut psikoterapi.

Pada masyarakat Islam pencegahan dan pengobatan problem psikologis seperti yang dialami lebih bersifat religius spiritual, yakni tasawuf atau akhlak. Keduanya menawarkan solusi bahwa manusia itu akan memperoleh kebahagiaan pada zaman apa pun, jika hidupnya bermakna (Mubarok, 2000:14). Islam menetapkan tujuan pokok kehadirannya untuk memelihara agama, jiwa, akal, jasmani, harta, dan keturunan. Setidaknya tiga dari yang disebut di atas berkaitan dengan kesehatan. Tidak heran jika ditemukan bahwa Islam amat kaya dengan tuntunan kesehatan (Quraish Shihab, 2003:181). Pengobatan jiwa ini disebut dengan kesehatan mental (*mental health*).

Kesehatan mental (*mental hygiene*) merupakan salah satu cabang termuda dari ilmu jiwa yang tumbuh pada akhir abad ke-19 M, tetapi sudah ada di Jerman sejak tahun 1875 M. Dalam ajaran Islam perbincangan tentang kesehatan mental telah ada sejak Nabi Adam as. sampai Nabi Muhammad saw. yang terdapat dalam ajaran agama yang diwahyukan Allah SWT. Kesehatan mental dipandang sebagai ilmu praktis yang banyak dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam bentuk bimbingan dan penyuluhan yang dilaksanakan di rumah tangga, sekolah, kantor dan lembaga-lembaga maupun dalam kehidupan masyarakat.

A. PENGERTIAN KESEHATAN MENTAL

Istilah Kesehatan Mental diambil dari konsep *mental hygiene*. Kata mental berasal dari bahasa Yunani yang berarti Kejiwaan. Kata mental memiliki persamaan makna dengan kata *psyche* yang berasal dari bahasa Latin yang berarti *psikhis* atau jiwa. *Hygiene* berasal dari bahasa Inggris yang berarti kesehatan. *Mental hygiene* berarti kesehatan mental.

Di kalangan ahli kesehatan mental, istilah yang digunakan untuk menyebut kesehatan mental berbeda-beda dengan kriteria berbeda pula. Maslow menyebut kesehatan mental dengan istilah *self-actualization*, Rogers menyebutnya dengan *fully functioning*, Allport menyebutnya dengan *mature personality*, dan mayoritas psikolog menyebutnya dengan *mental health*.

Banyak defenisi yang dikemukakan berkaitan dengan kesehatan mental. Musthafa Fahmi mendefenisikan kesehatan mental menjadi dua defenisi. *Pertama*, kesehatan mental adalah bebas dari gejala-gejala

penyakit jiwa dan gangguan kejiwaan. Pengertian ini banyak dipakai dalam lapangan kedokteran jiwa (psikiatri). *Kedua*, kesehatan mental adalah dengan cara aktif, luas, lengkap tidak terbatas; ia berhubungan dengan kemampuan orang untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dan dengan masyarakat lingkungannya, hal itu membawanya kepada kehidupan yang sunyi dari kegoncangan dan penuh vitalitas. Seorang yang bermental sehat dapat menerima dirinya dan tidak terdapat padanya tanda-tanda yang menunjukkan tidak keserasian sosial, juga tidak melakukan hal-hal yang tidak wajar, akan tetapi ia berkelakuan wajar yang menunjukkan kestabilan jiwa, emosi dan pikiran dalam berbagai lapangan dan di bawah pengaruh semua keadaan (Musthafa Fahmi, 1977: 202-22).

Zakiah Daradjat dalam pidato pengukuhan sebagai guru besar untuk Kesehatan Jiwa pada IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta (1964) mengemukakan lima rumusan kesehatan jiwa yang lazim dianut para ahli. Kelima rumusan itu disusun mulai dari rumusan-rumusan yang khusus sampai dengan yang lebih umum, sehingga dari urutan itu tergambar bahwa rumusan yang terakhir seakan-akan mencakup rumusan-rumusan sebelumnya, yaitu:

1. Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psichose*). Definisi ini banyak dianut di kalangan psikiatri (kedokteran jiwa) yang memandang manusia dari sudut sehat atau sakitnya.
2. Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan tempat ia hidup. Definisi ini tampaknya lebih luas dan lebih umum daripada definisi yang pertama, karena dihubungkan dengan kehidupan sosial secara menyeluruh. Kemampuan menyesuaikan diri diharapkan akan menimbulkan ketenteraman dan kebahagiaan hidup.
3. Kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problema-problema yang biasa terjadi, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin (konflik). Definisi ini menunjukkan bahwa fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap, pandangan dan keyakinan harus saling menunjang dan bekerja

sama sehingga menciptakan keharmonisan hidup, yang menjauhkan orang dari sifat ragu-ragu dan bimbang, serta terhindar dari rasa gelisah dan konflik batin.

4. Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa. Definisi keempat ini lebih menekankan pada pengembangan dan pemanfaatan segala daya dan pembawaan yang dibawa sejak lahir, sehingga benar-benar membawa manfaat dan kebaikan bagi orang lain dan dirinya sendiri.
5. Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan bahagia di akhirat (Zakiah Daradjat: 1983: 11-13)

Kartini Kartono dan Jenny Andari mengetengahkan rumusan bahwa *mental hygiene* atau ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang mempelajari masalah kesehatan mental/jiwa, bertujuan mencegah timbulnya gangguan/penyakit mental dan gangguan emosi, dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan penyakit mental, serta memajukan kesehatan jiwa rakyat. Kesehatan mental mempunyai tema sentral yaitu cara memecahkan segenap keruwetan batin manusia yang ditimbulkan oleh bermacam-macam kesulitan hidup, serta berusaha mendapatkan kebersihan jiwa, dalam pengertian tidak terganggu oleh macam-macam ketegangan, kekalutan dan konflik terbuka serta konflik batin (Kartini Kartono dan Jenny Andari, 1989: 4)

Mujib dan Muzakir menyatakan kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari keluhan dan gangguan mental baik berupa *neurosis* maupun *psikosis* (penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial) (Mujib dan Mudzakir, 2003). Mental yang sehat tidak akan mudah terganggu oleh stressor. Orang yang memiliki mental sehat mampu menahan diri dari tekanan-tekanan yang datang dari dirinya sendiri dan lingkungannya (Noto Soedirdjo, 1980). Ciri-ciri orang yang memiliki kesehatan mental

adalah memiliki kemampuan diri untuk bertahan dari tekanan-tekanan yang datang dari lingkungannya.

Berbagai pendapat di atas menunjukkan bahwa kesehatan mental adalah kondisi kejiwaan yang terbebas dari gangguan-gangguan mental. Kesehatan mental muncul dari kemampuan seseorang untuk menjaga, bertahan, dan meningkatkan ketahanan mentalnya dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan.

Istilah kesehatan mental dalam Al-Qur'an dan Hadis digunakan dengan berbagai kata antara lain *najàt* (keselamatan), *fawz* (keberuntungan), *falah* (kemakmuran), dan *sa'adah* (kebahagiaan). Bentuk kesehatan mental meliputi:

1. Di dunia yaitu keselamatan dari hal-hal yang mengancam kehidupan dunia.
2. Kehidupan di akhirat yaitu selamat dari celaka dan siksaan di akhirat termasuk menerima ganjaran dan kebahagiaan dalam berbagai bentuk.

Menurut Hasan Langgulung, kesehatan mental identik dengan akhlak mulia. Kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan jiwa yang menyebabkan merasa rela (*ikhlas*) dan tenteram ketika ia melaksanakan akhlak yang mulia (Hasan Langgulung, 2002: 165). Yahya Jaya menjelaskan bahwa kesehatan mental menurut Islam yaitu, identik dengan ibadah atau pengembangan potensi diri yang dimiliki manusia dalam rangka pengabdian kepada Allah dan agama-Nya untuk mendapatkan *al-nafs al-muṭmainnah* (jiwa yang tenang dan bahagia) dengan kesempurnaan iman dalam hidupnya (Yahya Jaya, tt: 88). Berdasarkan beberapa pendapat kesehatan mental dalam Islam diartikan sebagai keselamatan dunia dan akhirat dalam bentuk kebaikan dan kebahagiaan.

B. CIRI-CIRI KESEHATAN MENTAL MENURUT PSIKOLOGI

Mental yang sehat memiliki ciri-ciri tertentu secara psikologis. Jaelani dengan mengutip beberapa pendapat ahli menyatakan ciri-ciri mental yang sehat antara lain:

1. Sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri dalam arti dapat mengenal diri sendiri dengan baik.
2. Pertumbuhan, perkembangan, dan perwujudan diri yang baik.
3. Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, kesatuan pandangan, dan tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi.
4. Otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan dari dalam atau kelakuan-kelakuan bebas.
5. Persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan, serta memiliki empati, dan kepekaan sosial.
6. Kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya secara baik (A.F. Jaelani, 2000: 75-77)

Bastaman merangkum pandangan-pandangan tentang kesehatan mental menjadi empat pola wawasan dengan masing-masing orientasinya sebagai berikut:

1. Pola wawasan yang berorientasi *simtomatis*
2. Pola wawasan yang berorientasi penyesuaian diri
3. Pola wawasan yang berorientasi pengembangan potensi
4. Pola wawasan yang berorientasi agama/kerohanian

Pertama, pola wawasan yang berorientasi *simtomatis* menganggap bahwa hadirnya gejala (*symptoms*) dan keluhan (*compliants*) merupakan tanda adanya gangguan atau penyakit yang diderita seseorang. Sebaliknya hilang atau berkurangnya gejala dan keluhan-keluhan itu menunjukkan bebasnya seseorang dari gangguan atau penyakit tertentu. Kondisi ini dianggap sebagai kondisi sehat. Kondisi jiwa yang sehat ditandai oleh bebasnya seseorang dari gejala-gejala gangguan kejiwaan tertentu (*psikosis*)

Kedua, pola wawasan yang berorientasi penyesuaian diri. Pola ini berpandangan bahwa kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri merupakan unsur utama dari kondisi jiwa yang sehat. Penyesuaian diri diartikan secara luas, yakni secara aktif berupaya memenuhi tuntutan lingkungan tanpa kehilangan harga diri, atau memenuhi kebutuhan-kebutuhan pribadi tanpa melanggar hak-hak orang lain. Penyesuaian diri yang pasif dalam bentuk serba menarik diri atau serba menuruti tuntutan lingkungan adalah penyesuaian diri yang tidak sehat, karena biasanya akan berakhir dengan isolasi diri atau menjadi mudah terombang-ambing situasi (Hanna Jumhana Bastaman, 1997: 133-135)

Ketiga, pola wawasan yang berorientasi pengembangan potensi pribadi. Bertolak dari pandangan bahwa manusia adalah makhluk bermartabat yang memiliki berbagai potensi dan kualitas yang khas insani (*human qualities*), seperti kreatifitas, rasa humor, rasa tanggungjawab, kecerdasan, kebebasan bersikap, dan sebagainya. Menurut pandangan ini sehat mental terjadi bila potensi-potensi tersebut dikembangkan secara optimal sehingga mendatangkan manfaat bagi diri sendiri dan lingkungannya. Dalam mengembangkan kualitas-kualitas insani ini perlu diperhitungkan norma-norma yang berlaku dan nilai-nilai etis yang dianut, karena potensi dan kualitas-kualitas insani ada yang baik dan ada yang buruk.

Keempat, pola wawasan yang berorientasi agama/kerohanian. Berpandangan bahwa agama/kerohanian memiliki daya yang dapat menunjang kesehatan jiwa. kesehatan jiwa diperoleh sebagai akibat dari keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan, serta menerapkan tuntunan-tuntunan keagamaan dalam hidup. Atas dasar pandangan-pandangan tersebut dapat diajukan secara operasional tolok ukur kesehatan jiwa atau kondisi jiwa yang sehat, yakni:

- Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan.
- Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan.
- Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan.
- Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan, dan berupaya menerapkan tuntunan agama dalam kehidupan sehari-hari

Wright dan Taylor (dikutip oleh Moeljono Notoedirdjo) mengemukakan tanda-tanda orang yang sehat mentalnya adalah: 1) bahagia (*happiness*) dan terhindar dari ketidakbahagiaan; 2) efisien dalam menerapkan dorongannya untuk kepuasan kebutuhannya; 3) kurang dari kecemasan; 4) kurang dari rasa berdosa (rasa berdosa merupakan refleksi dari kebutuhan *self-punishment*); 5) matang, sejalan dengan perkembangan yang sewajarnya; 6) Mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungannya; 7) memiliki otonomi dan harga diri; 8) mampu membangun hubungan emosional dengan orang lain; dan 9) dapat melakukan kontak dengan realitas (Moeljono Notoedirdjo, 1999: 24-31).

Marie Johada berpendapat ciri-ciri kesehatan mental yang sehat dikelompokkan kedalam enam kategori, yaitu:

1. Memiliki sikap batin (*Attitude*) yang positif terhadap dirinya sendiri.
2. Aktualisasi diri
3. Mampu mengadakan integrasi dengan fungsi-fungsi yang psikis ada
4. Mandiri
5. Memiliki persepsi yang obyektif terhadap realitas yang ada
6. Mampu menselaraskan kondisi lingkungan dengan diri sendiri. (Jahoda, 1980).

Menurut Dadang Hawari (1995) kriteria mental yang sehat yaitu:

- Mampu belajar dari pengalaman
- Mudah beradaptasi
- Lebih senang memberi daripada menerima
- Lebih senang menolong daripada ditolong
- Mempunyai rasa kasih sayang
- Memperoleh kesenangan dari hasil usahanya
- Menerima kekecewaan untuk dipakai sebagai pengalaman
- Berfikir positif

Manifestasi mental yang sehat secara psikologis menurut Maslow dan Mittlemen Notoedirdjo adalah sebagai berikut.

1. *Adequate feeling of security* (rasa aman yang memadai). Perasaan merasa aman dalam hubungannya dengan pekerjaan, sosial, dan keluarganya.
2. *Adequate self-evaluation* (kemampuan menilai diri sendiri yang memadai), yang mencakup: a) harga diri yang memadai, yaitu merasa ada nilai yang sebanding pada diri sendiri dan prestasinya, b) memiliki perasaan berguna, yaitu perasaan yang secara moral masuk akal, dengan perasaan tidak diganggu oleh rasa bersalah yang berlebihan, dan c) mampu mengenai beberapa hal yang secara sosial dan personal tidak dapat diterima oleh kehendak umum yang selalu ada sepanjang kehidupan di masyarakat.
3. *Adequate spontaneity and emotionality* (memiliki spontanitas dan perasaan yang memadai, dengan orang lain). Hal ini ditandai oleh kemam-

- puan membentuk ikatan emosional secara kuat dan abadi, seperti hubungan persahabatan dan cinta, kemampuan memberi ekspresi yang cukup pada ketidaksukaan tanpa kehilangan kontrol, kemampuan memahami dan membagi rasa kepada orang lain, kemampuan menyenangkan diri sendiri dan tertawa. Setiap orang adalah tidak senang pada suatu saat, tetapi dia harus memiliki alasan yang tepat.
4. *Efficient contact with reality* (mempunyai kontak yang efisien dengan realitas) Kontak ini sedikitnya mencakup tiga aspek, yaitu dunia fisik, sosial, dan diri sendiri atau internal. Hal ini ditandai dengan: a) tiadanya fantasi yang berlebihan, b) mempunyai pandangan yang realistis dan pandangan yang luas terhadap dunia, yang disertai dengan kemampuan menghadapi kesulitan hidup sehari-hari, misalnya sakit dan kegagalan. dan c) kemampuan untuk berubah jika situasi eksternal tidak dapat dimodifikasi. Kata yang baik untuk ini adalah: bekerja sama tanpa dapat ditekan (*cooperation with the inevitable*).
 5. *Adequate bodily desires and ability to gratify them* (keinginan-keinginan jasmani yang memadai dan kemampuan untuk memuaskannya). Hal ini ditandai dengan: a) suatu sikap yang sehat terhadap fungsi jasmani, dalam arti menerima mereka tetapi bukan dikuasai; b) kemampuan memperoleh kenikmatan kebahagiaan dari dunia fisik dalam kehidupan ini, seperti makan, tidur, dan pulih kembali dari kelelahan; c) kehidupan seksual yang wajar, keinginan yang sehat untuk memuaskan tanpa rasa takut dan konflik; d) kemampuan bekerja; dan e) tidak adanya kebutuhan yang berlebihan untuk mengikuti dalam berbagai aktivitas tersebut.
 6. *Adequate self-knowledge* (mempunyai kemampuan pengetahuan yang wajar). Termasuk di dalamnya: a) cukup mengetahui tentang: motif, keinginan, tujuan, ambisi, hambatan, kompensasi, pembelaan, perasaan rendah diri, dan sebagainya; dan b) penilaian yang realistis terhadap milik dan kekurangan. Penilaian diri yang jujur adalah dasar kemampuan untuk menerima diri sendiri sebagai sifat dan tidak untuk menanggalkan (tidak mau mengakui) sejumlah hasrat penting atau pikiran jika beberapa di antara hasrat-hasrat itu secara sosial dan personal tidak dapat diterima. Hal itu akan selalu terjadi sepanjang kehidupan di masyarakat.
 7. *Integration and consistency of personality* (kepribadian yang utuh dan

- konsisten). Ini bermakna: a) cukup baik perkembangannya, kepandaiannya, berminat dalam beberapa aktivitas; b) memiliki prinsip moral dan kata hati yang tidak terlalu berbeda dengan pandangan kelompok; c) mampu untuk berkonsentrasi; dan d) tiadanya konflik-konflik besar dalam kepribadiannya dan tidak *dissosiasi* terhadap kepribadiannya.
8. *Adequate life goal* (memiliki tujuan hidup yang wajar). Hal ini berarti: a) memiliki tujuan yang sesuai dan dapat dicapai; b) mempunyai usaha yang cukup dan tekun mencapai tujuan; dan c) tujuan itu bersifat baik untuk diri sendiri dan masyarakat.
 9. *Ability to learn from experience* (kemampuan untuk belajar dari pengalaman). Kemampuan untuk belajar dari pengalaman termasuk tidak hanya kumpulan pengetahuan dan kemahiran ketrampilan terhadap dunia praktik, tetapi elastisitas dan kemauan menerima dan oleh karena itu, tidak terjadi kekakuan dalam penerapan untuk menangani tugas-tugas pekerjaan. Bahkan lebih penting lagi adalah kemampuan untuk belajar secara spontan.
 10. *Ability to satisfy the requirements of the group* (kemampuan memuaskan tuntutan kelompok). Individu harus: a) tidak terlalu menyerupai anggota kelompok yang lain dalam cara yang dianggap penting oleh kelompok; b) terinformasi secara memadai dan pada pokoknya menerima cara yang berlaku dari kelompoknya; c) berkemauan dan dapat menghambat dorongan dan hasrat yang dilarang kelompoknya; d) dapat menunjukkan usaha yang mendasar yang diharapkan oleh kelompoknya: ambisi, ketepatan; serta persahabatan, rasa tanggung jawab, kesetiaan, dan sebagainya, serta e) minat dalam aktivitas rekreasi yang disenangi kelompoknya.
 11. *Adequate emancipation from the group or culture* (mempunyai emansipasi yang memadai dari kelompok atau budaya). Hal ini mencakup: a) kemampuan untuk menganggap sesuatu itu baik dan yang lain adalah jelek setidaknya; b) dalam beberapa hal bergantung pada pandangan kelompok; c) tidak ada kebutuhan yang berlebihan untuk membujuk (menjilat), mendorong, atau menyetujui kelompok; dan d) untuk beberapa tingkat toleransi; dan menghargai terhadap perbedaan budaya (Moeliono Notosoedirjo, 1999: 24-31)

Rogers menyatakan kondisi mental yang sehat ditandai dengan: 1) terbuka terhadap pengalaman; 2) ada kehidupan pada dirinya; 3) kepercayaan kepada organismenya; 4) kebebasan berpengalaman; dan 5) kreativitas. Allport (1950) menyatakan mental yang sehat (*maturity personality*) ditandai dengan: 1) memiliki kepekaan pada diri secara luas; 2) hangat dalam berhubungan dengan orang lain; 3) keamanan emosional atau penerimaan diri; 4) persepsi yang realistik, ketrampilan dan pekerjaan; 5) mampu menilai diri secara objektif dan memahami humor; dan 6) menyatunya filosofi hidup.

World Health Organization (WHO) sebagaimana dikutip Tumanggor telah menetapkan ciri-ciri *Mental Health* adalah:

- a. *Adjustment* (Penyesuaian diri).
- b. *Integrated Personality* (Kepribadian utuh/kokoh).
- c. *Free of the Senses of Frustration, Conflict, Anxiety, and Depression* (Bebas dari rasa gagal, pertentangan batin, kecemasan, dan tekanan).
- d. *Normatif*, semua sikap dan tingkah laku yang dilahirkannya tidak ada yang lolos dari jaringan Niai/Adat/Agama/Peraturan/UU.
- e. *Responsibility* (Bertanggung Jawab).
- f. *Maturity* (Kematangan), terdapatnya kematangan dalam melakukan suatu sikap dan tingkah laku-tingkah laku itu dijalankan penuh pertimbangan.
- g. *Otonomi* (Berdiri Sendiri), selalu bersifat mandiri atas segala tugas-tugas atau kewajiban yang menjadi bebannya, tanpa suka memikul bebannya kepada orang lain dalam kondisi yang tidak terpaksa.
- h. *Well Decision Making* (Pengambil Keputusan yang Baik) (Rusmin Tumanggor, 2002: 76-84)

C. CIRI-CIRI MENTAL YANG SEHAT MENURUT ISLAM

Beberapa ahli-ahli pendidikan dan psikologi Islam telah mengemukakan beberapa ciri-ciri mental yang sehat menurut ajaran Islam. Al-Ghazali menyatakan seorang yang sehat jiwanya digambarkan dalam konsep insan kamil (manusia paripurna/semurna). Insan kamil dalam konsep psikologi modern yaitu bisa berlaku di dunia ini artinya untuk sampai

pada kedudukan insan kamil manusia melalui perubahan kualitatif sehingga ia mendekati (*qurb*) Allah dan menyerupai malaikat. Insan kamil mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

1. Motif utama setiap tindakannya adalah beribadah kepada Allah.
2. Senantiasa berdzikir (mengingat Allah) dalam menghadapi segala permasalahan.
3. Beramal dengan ilmu.

Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir (2002) menyatakan tanda-tanda kesehatan mental adalah adanya perasaan cinta. Cinta dianggap sebagai tanda kesehatan mental sebab cinta menunjukkan diri positif. Cinta mendorong individu untuk hidup berdamai, rukun, saling kasih-mengasih, dan menjauhkan dari kebencian, dendam, permusuhan, dan pertikaian.

Menurut Usman Najati (2004: 294-296) kesehatan mental ditandai dengan ketenangan jiwa, akhlak mulia, kesehatan dan kekuatan badan, memenuhi kebutuhan dasar dengan cara yang halal, memenuhi kebutuhan spiritual dengan berpegang teguh pada akidah, mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan menjalankan ibadah dan melakukan amal shaleh, dan menjauhkan diri dari segala keburukan yang dapat menyebabkan Allah SWT murka. Seorang yang didominasi *nafs al-muṭmainnah* adalah manusia yang memiliki mental yang sehat.

Ar-Razi (dalam Usman Najati, 2002:46) menyatakan jiwa yang sehat adalah jiwa yang terbebas dari kesedihan, kekangan hawa nafsu, cinta kepada selain Allah secara berlebihan, terbebas dari ujub dan hasud, dan selalu menjaga diri untuk melakukan akhlak yang mulia. Miskawaih (1997: 164) menyatakan jiwa yang sehat adalah jiwa yang khusyu' melaksanakan tugas yang berkenaan dengan pengetahuan dan praktik suatu tugas yang tidak boleh diabaikan, sehingga dapat melayani jiwa, berolah raga diperlukan untuk menjaga kesehatan jiwa.

Di dalam Al-Qur'an jiwa yang sehat ditandai dengan sikap *siddiq* (jujur), *amanah* (dipercaya), *faṭānah* (cerdas), dan *tabligh* (menyampaikan). Ciri *pertama* adalah jujur. Allah berfirman tentang orang yang jujur sebagai hamba Allah yang taat dalam Q.S. al-Ahzab ayat 24 yang berbunyi:

لَيَجْزِيَّ اللَّهُ الصَّادِقِينَ بِصِدْقِهِمْ وَيُعَذِّبُ الْمُنَافِقِينَ إِن شَاءَ أَوْ يَتُوبَ عَلَيْهِمْ

إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَحِيمًا ﴿٢٤﴾

“Supaya Allah memberikan balasan kepada orang-orang yang benar itu karena kebenarannya, dan menyiksa orang munafik jika dikehendaki-Nya, atau menerima taubat mereka. Sesungguhnya Allah adalah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Allah berfirman tentang pentingnya amanah dalam kehidupan seorang muslim. Amanat adalah sesuatu yang dititipkan atau dipercayakan kepada kita untuk disampaikan, dilaksanakan atau dipelihara. Sesuatu itu bisa berupa pesan, ajaran atau uang dan barang.

Ciri kedua pribadi yang sehat adalah pribadi yang dapat memelihara amanat, menyampaikannya atau melaksanakannya. Sebagaimana Allah berfirman dalam Q.S. al-Ma'arij ayat 32 yang berbunyi:

وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمْنَتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ ﴿٣٢﴾

“Dan orang-orang yang memelihara amanat yang dipikulnya dan janji-janjinya.”

Ciri ketiga *fa'ānah* (cerdas). Cerdas secara intelektual (IQ), cerdas secara emosional (EQ), dan cerdas secara spiritual (SQ) dalam perimbangannya yang tinggi. Lebih tepat dikatakan IQ-EQ-SQ berkembang secara terintegrasi. Pribadi unggul ini suka mencari, mendengar dan mencerna ilmu. Suka menyebarkan ilmu dan cinta kepada ilmu. Suka (mau) menerima kebenaran baru di luar sedikit kebenaran yang sudah diketahui/digelutinya.

Pribadi yang sehat meningkat derajat karirnya karena ilmu dan kompetensinya. Itulah memang janji Allah dalam Q.S al-Mujadilah ayat 11:

... يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ

“Niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan, beberapa derajat.”

Pribadi sehat selalu memberdayakan akal fikirannya untuk memperhatikan, mengamati, memikirkan dan menganalisa berbagai jejak keagungan Allah dan jejak-jejak ke-Maha-Cerdas-an Allah yang berupa fenomena-fenomena semesta dan fenomena diri manusia itu sendiri.

Ciri keempat mental yang dalam Islam adalah *tabligh* yaitu menyampaikan ajaran ilahi dan mengajak ke jalan Tuhan (nilai-nilai keutamaan,

etika, kehalusan dan kebenaran pada umumnya). Tidak bersikap pasif atau tak peduli terhadap kondisi lingkungan atau masyarakat. Sebaliknya, proaktif dalam membimbing, mengkondisikan dan memimpin umat. Pribadi unggul ini adalah faktor pencerah dalam kehidupan masyarakatnya. Pribadi ini aktif mengajak masyarakat kepada kebajikan dan mencegah kemungkaran. Allah berfirman tentang *tabligh* dalam Q.S. Ali Imran ayat 110 yang berbunyi:

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ ءَامَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ ۚ مِنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثُرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ﴿١١٠﴾

“Kamu adalah umat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang mungkar dan beriman kepada Allah Sekiranya Ahli Kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka, di antara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang yang fasik.”

Umat yang terbaik diidentifikasi dari kepeduliannya pada kondisi lingkungan masyarakat yakni dengan upayanya untuk mengajak dan menyebar kebajikan dan mencegah kemungkaran. Hal ini berarti pribadi unggul tidak ingin bersih sendirian, soleh sendirian, baik sendirian dan masuk sorga sendirian. Pribadi unggul itu berupaya agar baik bersama, bersih bersama, berprestasi bersama dan masuk sorga bersama pula. Allah berfirman tentang hubungan kecerdasan dengan jiwa yang sehat dalam Q.S al-Ahzab ayat 39:

الَّذِينَ يُبَلِّغُونَ رِسَالَاتِ اللَّهِ وَيَخْشَوْنَهُ وَلَا يَخْشَوْنَ أَحَدًا إِلَّا اللَّهَ ۗ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ حَسِيبًا ﴿٣٩﴾

“Orang-orang yang menyampaikan risalah Allah dan mereka (hanya) takut kepada-Nya dan mereka tiada merasa takut kepada seorangpun selain kepada Allah. Dan cukuplah Allah sebagai Pembuat Perhitungan.”

D. AGAMA DAN KESEHATAN MENTAL

Agama tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Peningkatan manusia terhadap agama mungkin karena faktor-faktor tertentu yang disebabkan oleh kepribadian maupun lingkungan masing-masing. Namun untuk menutupi atau meniadakan sama sekali dorongan dan rasa keagamaan tidak mungkin dilakukan manusia. Manusia ternyata memiliki unsur batin yang cenderung mendorongnya untuk tunduk kepada Zat yang gaib, ketundukan ini merupakan bagian dari faktor intern manusia dalam psikologi kepribadian dinamakan pribadi (*Self*) ataupun hati nurani (*conscience of man*).

Hasil penelitian para ahli tentang dampak positif agama atau keimanan kepada Tuhan terhadap kesehatan mental dan kemampuan mengatasi stress, yang di antaranya sebagai berikut :

- Palaotzian & Kirkpatrick (1995) mengemukakan bahwa agama (keimanan) dapat meningkatkan kesehatan mental dan membantu individu untuk mengatasi stress.
- Elisson (1991) mengemukakan bahwa agama dapat mengembangkan kesehatan psikologis banyak orang. Orang-orang yang kuat keimanannya kepada Tuhan lebih bahagia dalam hidupnya, dan lebih sedikit mengalami dampak negatif dari peristiwa kehidupan yang traumatik dibandingkan dengan orang-orang yang rendah keimanannya kepada Tuhan (tidak melaksanakan ajaran agama)
- Koenig dkk (1988) mengemukakan bahwa banyak orang yang secara spontan melaporkan bahwa agama sangat menolong dirinya pada saat mengatasi stress.
- McIntosh dkk (1993) telah melakukan penelitian terhadap para orang tua yang kehilangan anaknya, karena kematian secara tiba-tiba, dengan melihat dua hal, yaitu : keyakinannya bahwa agama sebagai sistem keyakinan dan keaktifannya di gereja. Hasilnya menunjukkan bahwa mereka dapat menerima kenyataan tersebut secara wajar. secara lebih khusus, mereka mendapatkan dukungan sosial, dan lebih mampu mengambil hikmah (makna) dari peristiwa kehilangan tersebut.
- McCullough dkk (2000) mengemukakan bahwa keyakinan beragama dapat memperpanjang usia.

- Seybold dan Hill (2001) agama itu bukan hanya sebagai bagian hidup yang bermakna, tetapi juga memberikan keuntungan dalam mengembangkan mental yang sehat.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa agama mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap kesehatan mental individu. Dengan demikian dapatlah dikatakan bahwa individu tidak akan mencapai atau memiliki mental yang sehat tanpa agama.

Di dalam Islam ditegaskan bahwa manusia memiliki fitrah beragama begitu dia diciptakan Allah swt. Fitrah beragama ini menjadikan manusia yang mempunyai naluri beragama yaitu agama tauhid. Tidak ada manusia yang dapat merubah fitrah beragamanya (Q.S. ar-Rûm ayat 30).

Agama sebagai terapi kesehatan mental dalam Islam ditunjukkan secara jelas dalam ayat-ayat Al-Quran, di antaranya pada Q.S. an-Nahl ayat 97:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً
وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾

“Barang siapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, Maka Sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan Sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.

Ditekankan dalam ayat di atas bahwa laki-laki dan perempuan dalam Islam mendapat pahala yang sama dan bahwa amal saleh harus disertai iman. Keimanan dapat menghasilkan ketenangan jiwa yang merupakan salah satu indikasi mental yang sehat. Allah berfirman tentang hubungan iman dengan ketenangan mental dalam QS Ar Ra’ad ayat 28:

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

“Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.

Zakiah Darajat berpendapat kehilangan ketentraman batin itu, disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri, kegagalan, tekanan perasaan, baik yang terjadi di rumah tangga, di kantor ataupun dalam

masyarakat. Pada ayat di atas dinyatakan bahwa *zikir* itu bisa membentuk hati manusia untuk mencapai ketentraman. *Zikir* berasal dari kata *zakara* artinya mengingat, memperhatikan, mengena, sambil mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti. Biasanya perilaku *zikir* diperlihatkan orang hanya dalam bentuk renungan sambil duduk berkemat-kamit. Al-Qur'an memberi petunjuk bahwa *zikir* itu bukan hanya ekspresi daya ingat yang ditampilkan dengan komat-kamitnya lidah sambil duduk merenung, tetapi lebih dari itu, *zikir* bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif (Zakiah Daradjad, 1975: 104)

Al-Qur'an menjelaskan *zikir* berarti membangkitkan daya ingatan: "dengan mengingat Allah (*zikirullah*), hati orang-orang beriman menjadi tenang". Ketahuilah dengan mengingat Allah, hati menjadi tenang (Q.S. Ra'ad:28). *Zikir* berarti pula ingat akan hukum-hukum Allah. Allah berfirman dalam Q.S. an-Nahl ayat 90 yang artinya: "Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberikan kaum kerabat, dan Allah melarang perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Dan memberi pengajaran kepada kamu agar kamu *zikir* (dapat mengambil pelajaran)."

Zikir juga mengambil pelajaran atau peringatan. Allah berfirman dalam Q.S. al-Baqarah ayat 269 yang artinya: "Allah memberikan hikmah kepada orang atau siapa saja yang dikehendaki-Nya. Dan barang siapa yang diberi hikmah, sungguh telah diberi kebajikan yang banyak dan tak ada yang dapat mengambil pelajaran kecuali orang-orang yang berakal (*ululalbab.*)"

Hasan Langgulung mensyaratkan, bahwa untuk mencapai kebahagiaan ada dua syarat, yaitu: iman dan amal. Iman adalah kepercayaan kepada Allah, Rasul-rasul, Malaikat-malaikat, Kitab-kitab, hari kiamat, dan *qa'ad qadar*, ini semua berkaitan dengan kebahagiaan akhirat. Adapun syarat kedua adalah amal, yakni perbuatan, tindakan, tingkah laku termasuk yang lahir dan yang batin, yang nampak dan tidak tampak, amal jasmaniah ataupun amal rohaniah.

Amal itu ada dua macam, amal ibadah (*devotional acts*), yaitu amal yang khusus dikerjakan untuk membersihkan jiwa dan untuk kebahagiaan jiwa itu sendiri. Adapun jenis amal yang kedua ialah yang berkaitan dengan manusia lain, seperti amal dalam perekonomian, kekeluargaan, warisan, hubungan kenegaraan, politik, pendidikan, sosial, kebudayaan

dan lain-lain. Kedua hal tersebut (iman dan amal) akan mendapat balasan dari Allah swt, sebagaimana firman Allah dalam Q.S al-Baqarah ayat 25:

وَبَشِّرِ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ
كُلَّمَا رُزِقُوا مِنْهَا مِنْ ثَمَرَةٍ رِزْقًا قَالُوا هَذَا الَّذِي رُزِقْنَا مِنْ قَبْلُ وَأُتُوا بِهِ
مُتَشَبِهًا وَلَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَهُمْ فِيهَا خَالِدُونَ ﴿٢٥﴾

Dan sampaikanlah berita gembira kepada mereka yang beriman dan berbuat baik, bahwa bagi mereka disediakan surga-surga yang mengalir sungai-sungai di dalamnya. Setiap mereka diberi rezki buah-buahan dalam surga-surga itu, mereka mengatakan: Inilah yang pernah diberikan kepada kami dahulu. Mereka diberi buah-buahan yang serupa dan untuk mereka di dalamnya ada isteri-isteri yang suci dan mereka kekal di dalamnya.

Usman Najati (2004: 323-325) menyatakan Islam berkaitan dengan kesehatan mental. Di dalam ajaran Islam kesehatan mental dapat dicapai dengan membina hubungan vertikal, horizontal, dan diagonal. Hubungan vertikal dibangun dengan hubungan manusia dengan beriman kepada Allah Swt, beriman kepada malaikat, beriman kepada Kitab Allah, beriman kepada Rasul-rasul Allah, beriman kepada Hari Kiamat, dan beriman kepada *qa'ad qadar*.

Hubungan horizontal dibangun melalui hubungan manusia dengan dirinya sendiri dan orang lain. Hubungan dengan diri sendiri dimulai dengan mengenali diri, memaksimalkan potensi yang baik dalam dan mengendalikan potensi jelek yang ada dalam diri. Jujur, berani, bertanggung jawab, ikhlas, konstruktif, komitmen dalam menjalankan kewajiban, merupakan sifat-sifat yang harus dimiliki dalam membangun hubungan dengan diri sendiri.

Hubungan dengan orang lain dibina dengan sikap saling menghormati, tenggang rasa, suka menolong, empati, mencintai, adil, rendah hati, dan lain sebagainya. Hubungan dengan orang lain meliputi hubungan dengan anggota keluarga, orang tua, tetangga, isteri, suami, dan masyarakat yang lebih luas.

Hubungan diagonal dibangun melalui hubungan dengan alam semesta. Hubungan dengan alam akan tercipta jika seseorang ikut memeli-

hara kelestarian alam, menikmati keindahan alam, dan tidak mengeksplorasi alam. Hal ini hanya dapat terwujud jika seseorang menyadari bahwa alam juga merupakan makhluk Allah yang harus dimuliakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Abrasy, 'Atiyah, *at-Tarbiyah al-Islāmiyah*, Beirut, Dār al-Fikr, t.t
- A.F Jaelani, *Penyucian Jiwa (Tazkiyat Al-nafs) dan Kesehatan Mental*, Jakarta, Penerbit Amzah, 2000
- Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada: 2002, Cet II
- Abu Bakar Baradja, *Psikologi Taubat*, Jakarta, Studia Press, 1994
- Achmad Mubarok, *Mengkaji Islam dari Rasional hingga Spiritual*, Jakarta, IIIT bekerjasama dengan Bina Rena Prawira, 2005
- Al-Aqqad, Abbas Mahmud, *Al-'Aqâid Wa al-Mazâhib*, Beirut, Dar al-Kitab al-Arabi, t.t
- Argyle, M., and Hills, P, "Religious Experiences and Their Relations with Happiness and Personality". *The International Journal for the Psychology of Religion*, Vo. 10, 2000
- Badri, Malik, *Tafakur Perspektif Psikologi Islam*, terj. Usman Syihab Usnan, Bandung, Remaja Rosdakarya, 1996
- Beit-Hallahmi, B., "Curiosity, Doubt and Devotion: The Beliefs of Psychologist and the Psychology of Religion." Dalam I LN. Malony (Ed.), *Current Perspectives in the Psychology of Religion*. Grand Rapids: Mich. Eerdmans, 1977
- Button TM, Stallings MC, Rhee SH, Corley RP, & Hewitt JK, "The Etiology of Stability and Change in Religious Values and Religious Attendance. *Behavior Genetics* PMID, 2010
- Charlesworth, Max, *Religious experience. Unit A. Study guide 2*, Deakin University, 1988
- Dadang Hawari, *Alquran : Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan*, Jakarta, Dana Bhakti Prima Yasa, 1995
- Dister, Nico Syukur, *Pengalaman dan Motivasi Beragama*, Jakarta, Lappenas, 1982

- Edgell, Penny. (2005) *Faith and Spirituality Among Emerging Adults*, dalam <http://www.changingsea.org/edgell1.php>
- Edgell, Penny. (2005). *Religion and Family in a Changing Society: The transformation of linked institutions*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Fahmi, Musthafa, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, jilid 1, alih bahasa, Zakiah Daradjat, Bulan Bintang, Jakarta, 1977, hlm. 20-22
- Fuad Nashori (Ed.), *Membangun Paradigma Psikologi Islam*, Yogyakarta, Sippres, 1994
- Fuad, Muhammad Abd al-Baqi, *Mu'jam al-Mufahrash li Iifadli al- Qur'an Karim*, Beirut: Dar al-Fikr, 1994
- Habel, Norman, O'Donoghue, Michael and Maddox, Marion. "Religious Experience". In: *Myth, Ritual and the Sacred. Introducing the pheno-mena of religion*, Underdale: University of South Australia, 1993
- Haeri, Fadhalla, *Jelajah Diri*, terj. Leinovar, Jakarta, Serambi, 2004
- Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 1997
- Hasan Langgulung, *Peralihan Paradigma dalam Pendidikan Islam dan Sains Sosial*, (Jakarta: Gaya Media Pratama, 2002)
- Ibnu Katsir, *Tafsir al Qur'an Al Azhim*, Juz II. Darul Ma'rifah. Beirut. Cetakan III. 1989
- Izutsu Thosihiku, *Konsep Etika Religi dalam al-Qur'an*, Yogyakarta, Tiara Wacana, 1993
- Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta, PT Rajagrafindo Persada, 1998
- Jarjawi, Ali Ahmad, *Indahnya Syariat Islam*, Terj. Faisal Shaleh dkk, Jakarta, Gema Insani Press, 2006
- M. Dawam Rahardjo, *Ensiklopedia al-Qur'an: Tafsir Sosial Berdasarkan Konsep-Konsep Kunci*, (Jakarta: Paramadina, 1996), 250
- Mahmud, Abdul Halim, *Al-Tafkir al-Falsafi fi 'l-Islām*, Dar al-Kitab al-Arabi, Beirut, 1982
- Maimunah Hasan, *Al-Qur'an dan Pengobatan Jiwa*, Yogyakarta, Bintang Cemerlang, 2001

- Makluf, Lewis, *al-Munjid fi al-Lughah wa A'lam*, Beirut, Dār al-Masyriq, 1986
- Manzur, Ibnu Muhammad Ibnu Mukarram al-Anshari, *Lisān al-Arab, Juz VIII*, Kairo, Dar al-Misriyah li al-Ta'lif wa al-Tarjamah, 1968
- Masganti, *Konsep Tuhan pada Anak-anak*, Penelitian Puslit IAIN SU tahun 1999
- Masganti, *Psikologi Agama*, Medan, IAIN Press 2000
- Masganti, *Sikap Remaja Terhadap Agama*, Miqat, 2005
- Miskawaih, Ibn, *Menuju Kesempurnaan Akhlak*, terj. Helmi Hidayat, Bandung, Mizan, 1997
- Moeljono Notosoedirjo, *Kesehatan Mental Konsep & Penerapan*, Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, Malang, 1999
- Munawir, Ahmad Warson, *al-Munawir Kamus Arab Indonesia*, Yogyakarta: Pustaka Progressif, 1984
- Muthahhari, Murtadha, *Fitrah*, terj. Afif Muhammad, Jakarta, Lentera, 1998
- Nabhani, Taqiyyudin. *An Niṣam Al Iqtiiadi fi al-Islām*. Beirut: Dār al-Ummah, cetakan IV, 1990
- Nabhani, Taqiyyudin. *Asy Syakhshiyah Al Islāmiyah* Juz III. tp. Al Quds. Cet. II. 1953
- Najar, Amir, *Mengobati Gangguan Jiwa*, ter. Ija Suntaja, Jakarta, Hikmah, 2002
- Najar, Amir, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, terj. Hasan Abrori, Jakarta, Pustaka Azzam, 2001
- Najati, Muhammad Usman, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, terj. Ahmad Rofi' Usmani Bandung, Pustaka, 1991
- Najati, Muhammad Usman, *Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim*, terj. Gazi Saloom, Bandung, Pustaka Hidayah, 2002
- Najati, Muhammad Usman, *Psikologi dalam Perspektif Hadis*, Terj. Zainuddin Abu Bakar, Jakarta, Husna Baru, 2004
- Nata, Abuddin dan Fauzan, *Pendidikan Dalam Perspektif Hadits*, Jakarta: UIN Jakarta Press, Cet. I, 2005.
- Nielsen, M. E. (1998). "An Assessment of Religious Conflicts and Their

- Resolutions”, *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37, 181-190.
- Nurcholis Madjid, *Islam Agama Peradapan Membangun Makna Relevansi Doktrin Islam Dalam Sejarah*, Jakarta: Paramadina, 1995.
- Paloutzian, R.F. *Invitation to the Psychology of Religion*. Glenview. Illinois: Foreman and Company, 1983.
- Qurṭubī, *al-Jami’li Ahkām al-Qur’ān*, Dar al-Kitab al-Arabi, Cairo 1967
- Razi, Muhammad Ibn Zakaria, *Pengobatan Ruhani*, ter. M.S Nasrullah dan Dedi Mohammad Hilman, Bandung, Mizan, 1995
- Ridha, Muhammad Rashid, *Tafsir al-Qur’ān al-Hakīm, Juz IX*, Beirut: Dār al-Ma’rifah, tt
- Rifaat Syauqi Nawawi dkk, *Metodologi Psikologi Islami*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2000
- Riyadh, Saad, *Jiwa dalam Bimbingan Rasulullah*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk, Jakarta, Gema Insani Press, 2007
- Sabiq, As Sayyid. *Fiqh as-Sunnah* Juz I . Darul Fikr. Beirut. 1992.
- Sanyoto, Siswo, *Membuka Tabir Pintu Langit*, Bandung, Mizan, 2007
- Shafi’i dalam Subandi, Fuat Nashori (editor), *Membangun Paradigma Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Sippres, 1996), 105-107
- Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al-Qur’art Al-Karim: Tafsir atas Surat-surat Pendek Berdasarkan Urutan Wahyu*, Pustaka Hidayah
- Spilka, Bernand, *Psychology of Religion*, New Jersey, Printice Hall Inc., 1985
- Subandi, “Psikologi Agama: Sebuah Tinjauan Historis,” dalam <http://i-lib.ugm.ac.id>
- Sukanto, *Nafsiologi: Suatu Pendekatan Alternatif atas Psikologi*, Jakarta: Integritas Press, 1985
- Syariati, Ali, *Haji*, penterjemah Anas Mahyuddin, Pustaka Bandung, 1983
- Syathi’, Bintusy, *Maqal fi al-Insān: Dirāsah Qur’āniyah*, terj. Adib Arief Yogyakarta: LKPSM, 1997
- Thanvi, Maulana Asraf Ali, *Terapi al-Qur’an*, Terj. Nur Khoiriyah Sudarmadji, Jakarta, Lintas Pustaka, 2005
- Thouless, Robert, *Pengantar Psikologi Agama*, Jakarta, ter. Machnun Husein, Jakarta Rajawali Press, 1992

- Ulwan, Abdullah Nashih, *Pemeliharaan Kesehatan Jiwa Anak*, Terj. Khalilullah Ahmas, Bandung, Remaja Rosdakarya, 2001
- Umar, Sulaiman Ibnu, *al-Futuha al-Ilahiyah bi Tau’ihi al-Tafsir al-Jalālain li Daqā’iq al-Khafiyah, Jilid III*, Beirut, Dar al-Fikr, 1970
- Usman, Muhlish. *Kaidah-Kaidah Uuliyah dan Fiqhiyah*. RajaGrafindo Perkasa. Jakarta. cetakan I. 1996
- Wilcox, Lynn, *Ilmu Jiwa Berjumpa dengan Tasawuf*, terj. IG Harimukti Bagoesoka, Jakarta, Serambi, 2003
- Yunus, Mahmud. *Al Fiqh al-Wa’³h* Juz II. Maktabah As Sa’diyah Putra. Padang. 1936
- Za’balawi, Sayyid Muhammad, *Pendidikan Remaja antara Islam dan Ilmu Jiwa*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk, Jakarta, Gema Insani Press, 2007
- Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*. Jakarta, Gunung Agung, 1995.
- Zakiah Daradjat, *Perkembangan Psikologi Agama dan Pendidikan Islam di Indonesia*, Jakarta, UIN Syahid bekerjasama dengan Logos Wacana Ilmu, 1999
- Zakiah Daradjat, *Psikologi Agama*, Jakarta, Bulan Bintang, 1989
- Zuhaili, Wahbah. *Al Fiqh al-Islāmi wa Adillatuhu* Juz II. Darul Fikr. Damaskus. 1996

