

## Manusia Berbasis Al-Quran Dalam Dimensi Filsafat Ilmu\*

(Human Based Al-Quran in the Dimension of Philosophy of Science)

Abu Tamrin<sup>1</sup>

Program Doktor Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Institut PTIQ Jakarta

 [10.15408/sjsbs.v5i3.10298](https://doi.org/10.15408/sjsbs.v5i3.10298)

### Abstract:

The paper discusses the creation of humans which is preceded by human terms: bashar (بشر), ins (انس), nas (ناس). Humans are created by Allah in the best possible form from the soil, the essence of the soil, the weak nutmeg of water (semen). The word al-nafs in the Qur'an has a significant position as one of the key words for understanding humans. The substance in the expert view consists of physical substance and spiritual substance, the soul has to do with the heart and mind. The personality in contemporary literature is different from the Islamic Psychology which is sourced from the Koran. Verse of the Qur'an in detail explains mental health, among others: QS. Al-Qasas [28]: 77, QS. Al-Nahl [16]: 97, and QS. Ali Imran [3]: 104. The paper concludes with a conclusion that answers the formulation of the problem.

**Keywords:** Human, Qur'an, Philosophy of Science

### Abstrak:

Makalah membahas penciptaan manusia yang didahului istilah manusia: *basyar* (بشر), *ins* (انس), *nas* (ناس). Manusia diciptakan oleh Allah swt dalam bentuk sebaik-baiknya berasal dari tanah, sari tanah, nutfah air yang lemah (sari air mani). Kata *al-nafs* dalam Alqur'an memiliki posisi signifikan sebagai salah satu kata kunci untuk memahami manusia. Substansi dalam pandangan ahli terdiri substansi jasmani dan substansi ruhani, jiwa ada hubungannya dengan hati dan akal. Kepribadian dalam literatur kontemporer berbeda dengan Psikologi Islam yang bersumber Alquran. Ayat Alquran secara rinci menjelaskan kesehatan mental antara lain: QS. Al-Qasas [28]: 77, QS. Al-Nahl [16]: 97, dan QS. Ali Imran [3]: 104. Makalah diakhiri dengan kesimpulan yang menjawab perumusan masalah.

**Kata kunci:** Manusia, Alquran, Filsafat Ilmu

---

\* Diterima: 14 September 2018, Revisi: 14 Oktober 2018, Dipublikasi 09 Desember 2018.

<sup>1</sup> Abu Tamrin adalah Mahasiswa Program Doktor Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Institut PTIQ Jakarta. Jalan Raya Pasar Jum'at Lebak Bulus No. 2 Jakarta selatan. Sekaligus Dosen Tetap Bidang Hukum Fakultas Syariah dan Hukum UIN Syarif Hidayatullah Jakarta email: [abutamrin@uinjkt.ac.id](mailto:abutamrin@uinjkt.ac.id).

## Pendahuluan

Membahas manusia merupakan hal yang menarik karena manusia merupakan salah satu hewan yang unik. Manusia merupakan makhluk di dunia yang hayawanun natik artinya hewan yang berfikir, mempunyai akal pikiran, sehingga membedakan antara manusia dengan hewan.

Dengan potensi-potensi yang ada, manusia dapat memiliki antara lain: Mengembangkan diri, bersikap, dan bergerak. Manusia sebagai subjek dan objek dalam kehidupan. Dikatakan sebagai subjek karena manusia dapat melakukan tindakan perilaku dengan lingkungan, perilaku dengan sesama manusia, dan perilaku dengan Allah swt. Manusia sebagai objek berarti memikirkan diri sendiri sebagai objek pikiran renungan.

Manusia terdiri dari jiwa dan raga. Yang menentukan baik buruknya manusia adalah jiwa. Apabila jiwanya baik maka manusia baik, sebaliknya apabila jiwanya jelek, maka manusia akan jelek. Manusia terdiri jiwa dan raga dapat dilihat dari psikologi sekuler (umum) maupun Psikologi Islam yang berlandaskan al-Qur'an sebagai wahyu Illahi. Tokoh yang berpendapat bahwa manusia terdiri dari badan dan jiwa adalah Aristoteles, sedangkan Plato berpendapat bahwa badan untuk mengekspresikan jiwa.

Dari pembahasan diatas, penulis mengajukan beberapa rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimana proses penciptaan manusia berbasis al-Qur'an? Bagaimana deskripsi tentang *nafs* dan fitrah manusia berbasis al-Qur'an? Bagaimana deskripsi tentang kepribadian manusia dan kesehatan mental berbasis al-Qur'an?

## Proses Penciptaan Manusia

Sebelum penulis membahas proses penciptaan manusia, akan diuraikan istilah manusia dalam al-Qur'an. Menurut M. Quraish Shihab ada 3 kata yang digunakan al-Qur'an dalam menyebut "manusia", yaitu *basyar* (بشر), kata yang terdiri dari huruf alif, nun, dan sin semacam *insan* (انسن), *nas* (ناس) atau *unas* dan *bani adam*, *dzuriyah adam* (ذرية ادم).<sup>2</sup>

Pendapat M. Quraish Shihab atau Ibnu Manzhur dalam menafsirkan istilah *basyar*, *al-insan*, dan *dzuriyah adam* dapat dijelaskan sebagai berikut:<sup>3</sup>

a. Penggunaan istilah *basyar* (بشر) dalam al-Qur'an:

- 1) Lebih cenderung digunakan pada hal-hal yang berkaitan dengan aspek fisik yang tampak pada manusia secara umum seperti kulit,

---

<sup>2</sup> Anwar Sutoyo, *Manusia dalam Perspektif al-Qur'an*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015) Cet. Pertama, h. 35

<sup>3</sup> M. Quraish Shihab atau Ibnu Manzhur dalam Anwar Sutoyo, *Manusia dalam Prespektif al-Qur'an...*, h. 36-37

rambut, bentuk fisik secara umum kebutuhan biologis.

- 2) Dalam beberapa kasus istilah *basyar* juga digunakan untuk menggambarkan aspek-aspek psikis seperti: kebutuhan batas-batas kemampuan pengindra (melihat hal-hal yang gaib), memperoleh ilmu yang bersaal dari Allah swt dan tahap-tahap perkembangan manusia hingga mencapai kedewasaan.
- b. Kata *insan* terambil dari kata "*uns*" yang berarti jinak, harmonis, dan tampak. Jinaknya manusia (normal) ini lebih tampak manakala dibandingkan dengan binatang seperti harimau, serigala, ular, dan binatang buas lainnya. Kata *insan* dalam al-Qur'an digunakan untuk:
- 1) Menunjukkan manusia dengan seluruh totalitasnya yaitu jiwa dan raganya. Perbedaan manusia dengan lainnya karena perbedaan fisik dan kecerdasan (akal kursif penulis).
  - 2) Menggambarkan perbedaan-perbedaan dalam aspek kerohanian, keimanan, dan akhlak.
- c. *Dzuriyah* (ذرية)

Menurut Ibn Manzhur berkaitan dengan keturunan, jika dikatakan "*inna fulanan la karimu al-dzuriyah*" maknanya adalah "*karimu al-thabi'ah*" (pembawaannya sejak lahir mulia). *Dzuriyah* juga berkaitan dengan sesuatu yang jatuh/diperoleh anak dari orang tuanya. Apabila kata *dzuriyah* dikaitkan dengan adam lebih menggambarkan keturunan dari mana seseorang berasal, dan sifat-sifat bawaan yang dibawa sejak lahir.

Manusia diciptakan oleh Allah swt. Penciptaan manusia oleh Allah swt merupakan kebesaran Allah swt. Hal ini dijelaskan dalam QS. Al-Jatsiyah [45]:4: "*dan pada penciptakan kamu dan pada binatang-binatang yang melata yang bertebaran (di muka bumi) terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) untuk kaum yang meyakini*"

Manusia pada mulanya tidak ada karena Allah swt menciptakan manusia maka ada manusia dengan bentuk yang sebaik-baiknya dan diberi potensi-potensi yang bermanfaat dalam kehidupannya.<sup>4</sup>

Manusia yang diciptakan oleh Allah swt pertama kali adalah Nabi Adam. Ada 2 pendapat tentang penciptaan Adam oleh Allah swt. Pendapat pertama, menjelaskan bahwa Nabi Adam diciptakan dari tanah. Pendapat yang kedua Nabi Adam adalah manusia yang diberi hidayah dari keturunan makhluk sebelumnya.<sup>5</sup>

Penulis sependapat dengan pendapat pertama bahwa Nabi Adam diciptakan dari tanah yang berbeda dengan proses kelahiran manusia pada

---

<sup>4</sup> Ahmad Mukri Aji, *Urgensi Maslahat Mursalah Dalam Dialektika Pemikiran Hukum Islam*, Bogor: Pustaka Pena Ilahi, 2012, h.77.

<sup>5</sup> Ridwan Abdul Sani editor Nur Laily Nusron, *Sain Berbasis al-Qur'an*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), Cet. Pertama, h. 37

umumnya. Dasar hukumnya QS. Al-Sajdah [32]: 7-8: “Yang membuat segala sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya dan yang memulai penciptaan manusia dari tanah. Kemudian Dia menjadikan keturunannya dari saripati air yang hina.”

Ketika Allah menginformasikan penciptaan manusia pertama yang belum pernah ada sebelumnya dan menginformasikan penciptaan baru setelah penciptaan sebelumnya selesai (QS. Al-Mukmin [40]:67

“Dia-lah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya).”

Tampak sebagai suatu proses, penciptaan secara keseluruhan dari tahap awal hingga mencapai tahap yang lebih sempurna al-Qur’an menggunakan istilah *khalaqa* (خلق) dan kadang digunakan kata *ansya’a* (انشأ) hanya saja penggunaan *ansya’a* lebih sedikit dibanding *khalaqa* dan biasanya kata *ansya’a* digunakan untuk menginformasikan penciptaan pada tahap yang masih global ketika penciptaan bagian-bagiannya atau kelengkapan fisik dan psikis contoh pendengaran, penglihatan dan hati. Ciptaan menjadi lebih baik sempurna digunakan kata *ja’ala* (جعل).<sup>6</sup>

Manusia adalah keturunan Nabi Adam, namun manusia di negara yang satu dengan negara yang lain berbeda warna kulitnya. Di dalam ilmu pengetahuan dijelaskan bahwa pada awalnya kulit manusia sama dengan pigmen yang ringan atau kulit berwarna cerah. Perubahan warna kulit disebabkan karena terjadi evolusi akibat pengaruh ultraviolet (UV) yang dihasilkan oleh sinar matahari tingkat paparan radiasi sinar UV bergantung pada lingkungan hidup atau habitat manusia.<sup>7</sup>

Allah swt menciptakan pigmen yang mengandung melamin pada sel kulit manusia. Sel kulit yang memproduksi pigmen memberi perlindungan, karena memiliki melamin yang merupakan zat pelindung alamiah terhadap radiasi matahari. Melamin menyerap energi dari sinar UV dan melindungi sel kulit manusia bergantung pada evolusi yang terjadi berdasarkan lingkungan hidupnya orang memiliki warna kulit yang berbeda ternyata memiliki jumlah ukuran dan tipe melamin dalam sel-sel kulit mereka. Partikel melamin yang lebih besar dan lebih banyak dalam sel kulit mereka sehingga lebih terlindung dari radiasi sinar UV matahari. Ada kelompok orang yang tinggal di suatu daerah yang tidak memiliki pelindung sehingga lebih sering terkena sinar matahari. Hal ini dijelaskan dalam QS. Al-Kahfi [18]:98<sup>8</sup> “Dzulkarnain berkata: “Ini (dinding) adalah

---

<sup>6</sup> Anwar Sutoyo, *Manusia dalam Perspektif al-Qur’an...*, h. 37-38

<sup>7</sup> Ridwan Abdul Sani editor Nur Laily Nusron, *Sain Berbasis al-Qur’an...*, h. 38

<sup>8</sup> Ridwan Abdul Sani editor Nur Laily Nusron, *Sain Berbasis al-Qur’an...*, h. 39

*rahmat dari Tuhanku, maka apabila sudah datang janji Tuhanku, Dia akan menjadikannya hancur luluh; dan janji Tuhanku itu adalah benar”.*

Bahan baku penciptaan manusia adalah dari tanah, sari tanah, nutfah air yang lemah (sari air mani)<sup>9</sup> manusia diciptakan dari tanah dijelaskan dalam al-Qur'an QS. Shad [38]:71-74:

“(ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada Malaikat: "Sesungguhnya aku akan menciptakan manusia dari tanah". maka apabila telah Kusempurnakan kejadiannya dan Kutiupkan kepadanya roh (ciptaan)Ku; maka hendaklah kamu tersungkur dengan bersujud kepadaNya". lalu seluruh malaikat-malaikat itu bersujud semuanya, kecuali Iblis; Dia menyombongkan diri dan adalah dia termasuk orang-orang yang kafir.”

QS. Al-Isra [17]:61

“Dan (ingatlah), tatkala Kami berfirman kepada Para Malaikat: "Sujudlah kamu semua kepada Adam", lalu mereka sujud kecuali iblis. Dia berkata: "Apakah aku akan sujud kepada orang yang engkau ciptakan dari tanah?"

QS. Ali Imran[3]:59

“Sesungguhnya misal (penciptaan) Isa di sisi Allah, adalah seperti (penciptaan) Adam. Allah menciptakan Adam dari tanah, kemudian Allah berfirman kepadanya: "Jadilah" (seorang manusia), Maka jadilah Dia.”

QS. Al-A'raf[7]:12

“Dan Kami jadikan malam dan siang sebagai dua tanda, lalu Kami hapuskan tanda malam dan Kami jadikan tanda siang itu terang, agar kamu mencari kurnia dari Tuhanmu, dan supaya kamu mengetahui bilangan tahun-tahun dan perhitungan. dan segala sesuatu telah Kami terangkan dengan jelas.”

Dari ayat-ayat yang telah dijelaskan di atas dapat dipahami bahwa manusia yang diciptakan oleh Allah swt adalah manusia pertama yaitu Nabi Adam.

Ayat al-Qur'an yang menjelaskan manusia diciptakan dari tanah. QS. Al-Mu'minin [23]12-13: *“Dan Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim).”* QS. Al-Sajdah[32]:7-8: *“Yang membuat segala sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya dan yang memulai penciptaan manusia dari tanah, kemudian Dia menjadikan keturunannya dari saripati air yang hina.”*

Ibnu Katsir dalam tafsirnya isitlah *“min sulalatin min tjin”* sebagai salah satu sifat air yang di dalamnya terdapat saripati. Hamka menafsirkan istilah *“min sulalatin min tjin”* sebagai air saringan dari tanah yang di dalamnya terkandung zat besi, zat putih telur berbagai vitamin, dan kalori yang diserap oleh tumbuh-tumbuhan yang akhirnya masuk ke dalam tubuh manusia melalui

---

<sup>9</sup> Anwar Sutoyo, *Manusia dalam Perspektif al-Qur'an...*, h. 40

makanan dan minuman.<sup>10</sup>

Dari penjelasan 2 mufasir Ibn Katsir dan Hamka dapat dipahami bahwa manusia diciptakan oleh Allah swt dari sari tanah. Ayat al-Qur'an yang menjelaskan manusia diciptakan dari *nutjifah* atau "mani dari seorang laki-laki yang bercampur dengan sel telur": QS. Al-Qiyamah [75]:36-40

"Apakah manusia mengira, bahwa ia akan dibiarkan begitu saja (tanpa pertanggung jawaban)? Bukankah Dia dahulu setetes mani yang ditumpahkan (ke dalam rahim), kemudian mani itu menjadi segumpal darah, lalu Allah menciptakannya, dan menyempurnakannya, lalu Allah menjadikan daripadanya sepasang: laki-laki dan perempuan. Bukankah (Allah yang berbuat) demikian berkuasa (pula) menghidupkan orang mati?"

QS. 'Abasa [80]:19: "*Dari setetes mani, Allah menciptakannya lalu menentukannya*"

Allah Swt menciptakan manusia dalam bentuk yang paling sempurna melebihi makhluk yang lain. Hal ini dijelaskan dalam QS. Al-Tin [95]: 4: "*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.*"

Tubuh manusia bagian luar memiliki simetri kiri dan kanan, misalnya memiliki mata, telinga, tangan, dan kaki pada bagian kiri dan kanan. Mata manusia dapat melihat spektrum dalam daerah cahaya tampak yakni cahaya merah, orange, kuning, hijau, biru, nila dan ungu.<sup>11</sup>

### **Nafs dan Fitrah Manusia**

Kata *nafs* dalam al-Qur'an memiliki posisi signifikan sebagai salah satu keyword (kata kunci) untuk memahami konsep manusia. Oleh karena itu kata *nafs* merupakan salah satu kata yang membentuk teks al-Qur'an dengan kata lainnya.<sup>12</sup>

Posisi kata *nafs* sebagai term al-Qur'an cukup penting oleh karena itu memerlukan kajian mendalam, baik dari segi leksikal, gramatik maupun kontekstual. Hal ini disebabkan oleh beberapa alasan:<sup>13</sup>

- a. Kata *nafs* muncul dalam banyak ayat dan surat dengan berbagai derivasi dan pemahamannya.
- b. Kata *nafs* banyak memunculkan interpretasi (penafsiran) dari para mufasir dan sarjana muslim lainnya. Indikatornya adalah sejumlah tulisan yang membahas konsep *al-nafs* masing-masing memiliki perbedaan, disamping

---

<sup>10</sup> Ibn Katsir dan Hamka dalam Anwar Sutoyo, *Manusia dalam Perspektif al-Qur'an...*, h. 43

<sup>11</sup> Ridwan Abdul Sani editor Nur Laily Nusron, *Sain Berbasis al-Qur'an...*, h. 42

<sup>12</sup> Yayan Rahtikawati dan Dadan Kusuma, *Metodologi Tafsir al-Qur'an, Strukturalisme, Simentik, Simbiotik dan Nermeantik*, (Bandung: Pustaka Setia, 2013), Cet. Pertama, h. 292

<sup>13</sup> Yayan Rahtikawati dan Dadan Kusuma, *Metodologi Tafsir al-Qur'an, Strukturalisme, Simentik, Simbiotik dan Nermeantik...*, 293

persamaan.

- c. Kata *al-nafs* merupakan salah satu term yang memiliki posisi sentral sebagai kata kunci (keyword) dalam al-Qur'an, terutama ketika mengkonsep manusia dalam al-Qur'an.

Kata *al-nafs* dalam makalah ini adalah jiwa manusia. Al-Qur'an merupakan sumber original pengetahuan tentang jiwa. Al-Qur'an memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap kajian jiwa manusia di kalangan para ilmuwan jiwa.<sup>14</sup> Pada umumnya para ahli membagi substansi manusia atas jasad dan ruh tanpa memasukkan *nafs*. Masing-masing aspek yang berlawanan ini pada prinsipnya saling membutuhkan. Jasad tanpa ruh merupakan substansi yang mati, sedang ruh tanpa jasad tidak dapat teraktualisasi. Oleh karena itu diperlukan kedua natur yang berlawanan yang dalam terminologi Islam disebut *nafs*.<sup>15</sup>

Adapun pembagian substansi manusia menurut al-Din al-Zarhali adalah sebagai berikut:

- a. Substansi Jasmani

Jasad (*jasim*) adalah substansi manusia yang terdiri atas struktur organisme fisik. Organisme fisik manusia lebih sempurna dibanding dengan organisme fisik makhluk lainnya. Setiap makhluk biotik lahiriah memiliki unsur material yang sama, yakni terbuat dari unsur tanah, api, udara, dan air.<sup>16</sup> Keempat unsur di atas merupakan materi yang abiotik (mati). Ia akan hidup jika diberi energi kehidupan yang bersifat fisik (*thagab al-jismiyah*). Energi kehidupan ini lazimnya disebut dengan nyawa karena nyawa manusia hidup. Ibn Maskawih dan Abu al-Hasan al-As'ary membuat energi tersebut dengan *al-Bayal* (daya hidup).<sup>17</sup> Al-Ghazali menyebutnya dengan *al-ruh jasmaniyah* (ruh material).<sup>18</sup>

Dari pendapat di atas dapat dipahami bahwa dengan daya manusia dapat hidup di dunia sebagai hamba Allah Swt dan dapat merasakan berbagai macam perasaan yang membuat manusia bahagia dan tidak bahagia.

Untuk melengkapi uraian tentang jasmani, maka penulis uraikan tentang komponen jasad menurut Ibn Rusyd dan Ibn Maskawih. Menurut Ibnu Rusyd, komponen jasad merupakan komponen materi, sedangkan menurut Maskawih bahwa badan sifatnya material. Ia hanya dapat menangkap satu bentuk yang kongkrit dan tidak dapat menangkap yang abstrak. Jika ia telah menangkap satu bentuk kemudian perhatiannya berpindah ke bentuk lain, maka bentuk pertama

<sup>14</sup> Roesleni Marliany dan Asiyah, *Psikologi Islam*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2015), h. 9

<sup>15</sup> Abdul Mujib dan Jusuf Mundakir, *Manusia Nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2001), Cet. Pertama, h. 39

<sup>16</sup> De Boer T, *The History of The Philosophy in Islam*, (New York: Doves Publication Inc, 1967), p. 131

<sup>17</sup> Abu al-Hasan al-As'ary, *al-Maqalat*, (Cairo: Dar al-Fikr, tt), h. 170

<sup>18</sup> Sayyid Muhammad Ibn Muhammad al-Husaini al-Zuhaidy, *Hibaf al-Sadah al-Muntaqin bi syarh Ihya Ulumudin*, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1989), Jilid VIII, h. 370-371

itu lenyap.<sup>19</sup>

b. Substansi Ruhani

Ruh merupakan substansi psikis manusia yang menjadi esensi kehidupannya sebagai ahli menyebut ruh sebagai badan halus (jism latif). Ada substansi sederhana dan ada substansi ruhani. Ruh menjadi pembeda antara esensi manusia dengan esensi makhluk lain. Ruh berbeda dengan spirit dalam terminologi psikologi sebab term ruh memiliki arti jauhar (substance), sedang spirit lebih bersifat aradh (accident).<sup>20</sup>

Ruh adalah substansi yang memiliki natur tersendiri. Menurut Ibn Sina, ruh adalah kesempurnaan awal jism alami manusia yang tinggi yang memiliki kehidupan dengan daya. Pakar yang menjelaskan ruh adalah al-Farabi. Menurut al-Farabi ruh berasal dari alam perintah (*amr*) yang mempunyai sifat berbeda dengan jasad. Hal ini dikarenakan ia dari Allah swt walaupun ia tidak sama dengan zat-Nya. Selanjutnya al-Ghazali berpendapat ruh merupakan lathifah (sesuatu yang halus) yang bersifat ruhani. Ia dapat berfikir, mengingat, mengetahui, dan sebagainya. Ia juga sebagai penggerak bagi keberadaan jasad manusia, sifatnya ghaib. Terakhir pendapat Ibn Rusyd, memandang ruh sebagai citra kesempurnaan awal bagi jasad alami yang organik. Kesempurnaan awal ini karena ruh dapat dibedakan dengan kesempurnaan yang lain yang merupakan pelengkap dirinya, seperti terdapat pada berbagai perbuatan. Ruh disebut organik karena ruh menunjukkan jasad dari organ-organ.<sup>21</sup>

Dalam al-Qur'an dijelaskan ruh. QS. Al-A'raf[7]: 17: *"Kemudian saya akan mendatangi mereka dari muka dan dari belakang mereka, dari kanan dan dari kiri mereka. dan Engkau tidak akan mendapati kebanyakan mereka bersyukur (taat)."* QS. Al-Ahzab [33]:72:

*"Sesungguhnya Kami telah mengemukakan amanat kepada langit, bumi dan gunung-gunung, Maka semuanya enggan untuk memikul amanat itu dan mereka khawatir akan mengkhianatinya, dan dipikullah amanat itu oleh manusia. Sesungguhnya manusia itu Amat zalim dan Amat bodoh."*

Dalam al-Qur'an terdapat ayat yang menjelaskan kata *nafs* artinya ruh. QS. Al-Baqarah[2]: 48 dan 281. QS. Al-Baqarah[2]:48: *"Dan jagalah dirimu dari (azab) hari (kiamat, yang pada hari itu) seseorang tidak dapat membela orang lain, walau sedikitpun; dan (begitu pula) tidak diterima syafa'at dan tebusan dari padanya, dan tidaklah mereka akan ditolong."* QS. Al-Baqarah[2]:281: *"Dan peliharalah dirimu dari (azab yang terjadi pada) hari yang pada waktu itu kamu semua dikembalikan kepada Allah. kemudian masing-masing diri diberi Balasan yang sempurna terhadap apa yang telah dikerjakannya,*

---

<sup>19</sup> Sir M. Iqbal, *The Aeralement of Metaphysict in Persia: A Contribution the History of Muslim Philosophy*, alih bahasa Joher Ayoh (Bandung: Mizan, 1992), h. 54

<sup>20</sup> Abdul Mujib dan Jusuf Mundakir, *Manusia Nuansa Psikologi Islam ...*, 42

<sup>21</sup> Ma'an Zibadat, dkk, *al-Mausu'at al-Falsafiyah al-Arabiyah*, (Inma' al-Arabiy, 1986), h. 465-466



*sedang mereka sedikitpun tidak dianiaya (dirugikan)."* Dari ayat ini *nafs* berarti di alam akhirat, alam psikis.

c. Tempat berbagi perasaan

Dalam QS. Al-H}adid[57]:10:

"Dan mengapa kamu tidak menafkahkan (sebagian hartamu) pada jalan Allah, Padahal Allah-lah yang mempusakai (mempunyai) langit dan bumi? tidak sama diantara kamu orang yang menafkahkan (hartanya) dan berperang sebelum penaklukan (Mekah). mereka lebih tinggi derajatnya daripada orang-orang yang menafkahkan (hartanya) dan berperang sesudah itu. Allah menjanjikan kepada masing-masing mereka (balasan) yang lebih baik. dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan."

QS. Al-Hadid [57]: 27

"Kemudian Kami iringi di belakang mereka dengan Rasul-rasul Kami dan Kami iringi (pula) dengan Isa putra Maryam; dan Kami berikan kepadanya Injil dan Kami jadikan dalam hati orang-orang yang mengikutinya rasa santun dan kasih sayang, dan mereka mengada-adakan rahbaniyyah. Padahal Kami tidak mewajibkannya kepada mereka tetapi (mereka sendirilah yang mengada-adakannya) untuk mencari keridhaan Allah, lalu mereka tidak memeliharanya dengan pemeliharaan yang semestinya, maka Kami berikan kepada orang-orang yang beriman diantara mereka pahalanya dan banyak diantara mereka orang-orang fasik."

QS. Al-An'am [6]:126: *"Dan Inilah jalan Tuhanmu; (jalan) yang lurus. Sesungguhnya Kami telah menjelaskan ayat-ayat (Kami) kepada orang-orang yang mengambil pelajaran."* QS. Ali Imran [3]:25: *"Bagaimanakah nanti apabila mereka Kami kumpulkan di hari (kiamat) yang tidak ada keraguan tentang adanya. dan disempurnakan kepada tiap-tiap diri Balasan apa yang diusahakannya sedang mereka tidak dianiaya (dirugikan)."*

QS. Ali Imran[3]: 161:

"Tidak mungkin seorang Nabi berkhianat dalam urusan harta rampasan perang. Barangsiapa yang berkhianat dalam urusan rampasan perang itu, Maka pada hari kiamat ia akan datang membawa apa yang dikhianatkannya itu, kemudian tiap-tiap diri akan diberi pembalasan tentang apa yang ia kerjakan dengan (pembalasan) setimpal, sedang mereka tidak dianiaya."

Dari QS. Ali Imran [3]:25 dan 161 dapat dipahami bahwa kata *yaum* berarti hari akhir pembalasan merupakan hari perhitungan amal ibadah atau kebaikan dan amal kejahatan atau amal buruk untuk menentukan apakah seseorang masuk surga atau masuk neraka. Secara kontekstual dalam al-Qur'an yang menjelaskan *nafs* adalah ruh adalah QS. Ali Imran[3]: 185: *"Setiap orang yang berjiwa akan merasakan kematian."*

Jiwa hubungannya dengan hati dan akal. Menurut istilah penulis hati berarti qalbu (al-qalb) merupakan materi organik yang memiliki sistem kognisi yang berdaya emosi.<sup>22</sup> Al-Ghazali secara tegas melihat kalbu dari 2 aspek, yaitu kalbu jasmani dan kalbu ruhani. Kalbu jasmani adalah daging sanubari yang berbentuk seperti jantung pisang yang terletak di dalam dada sebelah kiri kalbu ini lazimnya disebut jantung, sedang kalbu ruhani adalah sesuatu yang bersifat halus, rabbani, dan ruhani yang berhubungan dengan kalbu jasmani. Bagian ini merupakan esensi manusia.<sup>23</sup> Al-Ghazali berpendapat bahwa kalbu memiliki yang disebut dengan *al-nur al-ilabiy* (cahaya ketuhanan) dan *al-basyirah al-batiniyah* (mata batin) yang memancarkan keimanan dan keyakinan.<sup>24</sup>

Ketika mengaktual potensi kalbu tidak selamanya menjadi tingkah laku yang baik. Baik buruknya sangat tergantung pada pilihan manusia sendiri. Sabda Nabi Muhammad Saw: *"Sesungguhnya di dalam tubuh terdapat segumpal daging. Apabila baik, maka semua tubuh menjadi baik, tetapi apabila ia rusak, maka semua tubuh menjadi rusak pula, ingatlah bahwa ia adalah kalbu. (HR. Bukhari)"*

Hati memiliki satu peranan dalam jiwa manusia yang memiliki sifat-sifat sebagai berikut:

- 1) Hati tempat menetapkan ilmu pengetahuan dan menancapkan akidah. QS. Al-Hujarat[49]:14:

*"orang-orang Arab Badui itu berkata: "Kami telah beriman". Katakanlah: "Kamu belum beriman, tapi katakanlah 'kami telah tunduk', karena iman itu belum masuk ke dalam hatimu; dan jika kamu taat kepada Allah dan Rasul-Nya, Dia tidak akan mengurangi sedikitpun pahala amalanmu; Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."*

QS. Ali Imran[3]:8

*"(Mereka berdoa): "Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau jadikan hati Kami condong kepada kesesatan sesudah Engkau beri petunjuk kepada Kami, dan karuniakanlah kepada Kami rahmat dari sisi Engkau; karena Sesungguhnya Engkau-lah Maha pemberi (karunia)"*.

QS. Al-Taubah[9]:45

*"Sesungguhnya yang akan meminta izin kepadamu, hanyalah orang-orang yang tidak beriman kepada Allah dan hari Kemudian, dan hati mereka ragu-ragu, karena itu mereka selalu bimbang dalam keraguannya."*

---

<sup>22</sup> Muhammad Sadaty dalam Abdul Mujib dan Jusuf Mundakir, *Manusia Nuansa Psikologi Islam ...*

<sup>23</sup> Al-Ghazali dalam Abdul Mujib dan Jusuf Mundakir, *Manusia Nuansa Psikologi Islam ..., h.* 48

<sup>24</sup> Victor Said Basit, *Manhaj al-Bahsiah al-Ma'rifah inda al-Ghazali* (Beirut: Dar al-Kitab al-Library, tth), h. 155

- 2) Hati tempat perenungan, permohonan dan petunjuk. QS. Qaf [50]:37  
“Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat peringatan bagi orang-orang yang mempunyai akal atau yang menggunakan pendengarannya, sedang Dia menyaksikannya”.

QS. Muh}ammad [47]: 24: “Maka Apakah mereka tidak memperhatikan Al Quran ataukah hati mereka terkunci?” QS. Al-Mut}afifin[83]:14: “Sekali-kali tidak (demikian), sebenarnya apa yang selalu mereka usahakan itu menutupi hati mereka.”

- 3) Hati tempat berbagai perasaan. QS. Al-Hadid [57]: 16:

“Belumkah datang waktunya bagi orang-orang yang beriman, untuk tunduk hati mereka mengingat Allah dan kepada kebenaran yang telah turun (kepada mereka), dan janganlah mereka seperti orang-orang yang sebelumnya telah diturunkan Al kitab kepadanya, kemudian berlalulah masa yang panjang atas mereka lalu hati mereka menjadi keras. dan kebanyakan di antara mereka adalah orang-orang yang fasik.”

QS. Al-Hadid [57]: 77

“Jika mereka menangkap kamu, niscaya mereka bertindak sebagai musuh bagimu dan melepaskan tangan dan lidah mereka kepadamu dengan menyakiti(mu); dan mereka ingin supaya kamu (kembali) kafir.”

QS. Al-An’am[6]:125

“Barangsiapa yang Allah menghendaki akan memberikan kepadanya petunjuk, niscaya Dia melapangkan dadanya untuk (memeluk agama) Islam. dan Barangsiapa yang dikehendaki Allah kesesatannya, niscaya Allah menjadikan dadanya sesak lagi sempit, seolah-olah ia sedang mendaki langit. Begitulah Allah menimpakan siksa kepada orang-orang yang tidak beriman.”

Al-Qur’an banyak mengungkapkan fungsi hati, maksud berbagai aktivitas yang dinisbatkan kepadanya. Aktivitas-aktivitas itu antara lain *dabbara* (merenung), *fuqaha* (mengerti), *fahima* (memahami), *nazhara* (melihat), *dzakara* (mengingat), *fakkara* (berpikir radikal), *aqala* (berpikir logis), dan *ittaqa* (takut atau menghindar). Aktivitas-aktivitas tersebut dapat dikategorikan sebagai aktivitas mental dan bersifat batin.<sup>25</sup>

Fungsi kalbu dijelaskan dalam al-Qur’an dapat dilihat sudut fungsinya, kalbu memiliki fungsi: fungsi emosi yang menimbulkan daya cipta dan fungsi kreasi yang menimbulkan daya karsa.<sup>26</sup> Dilihat dari segi kondisinya kalbu memiliki kondisi baik, yaitu kalbu yang hidup (*al-hayyi*), sehat (*salim*), dan mendapat kebahagiaan (*al-sa’adah*)-buruk, yaitu kalbu yang mati (*al-mayt*) dan mendapatkan kesengsaraan (*al-saqawah*), terakhir antara baik dan buruk yaitu

---

<sup>25</sup> M.Yani Yullah Aletas Auliya, *Melejitkan Kecerdasan Mati dan Otak Menurut Petunjuk al-Qur’an dan Neurologi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persadam 2005), h. 08

<sup>26</sup> Ibn Qayyim al-Jauziah, *Iqhisab al-Lahfan*, (Cairo: Dar al-Fikr, 1993), Juz 1h. 7-15

kalbu yang hidup tetapi berpenyakit (*maradh*).<sup>27</sup>

Setelah penulis menjelaskan tentang hati, maka akan penulis uraikan tentang akal. Secara etimologi akal memiliki arti *al-imsak* (menahan), *al-ribath* (ikatan), *al-hjir* (menahan), *al-nahi* (melarang) dan *al-man'u* (mencegah).<sup>28</sup> Menurut Abi al-Baq'a' Ayyub ibn Musa al-Husain dalam Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir menjelaskan bahwa akal merupakan organ tubuh yang terletak di kepala (lainnya disebut dengan otak (*al-dimagh*) yang memiliki cahaya (*al-nur*) nurani yang dan dipersiapkan serta mampu memperoleh pengetahuan (*al-ma'rifah*) dan kognisi (*al-mudrikat*).<sup>29</sup>

Menurut Ma'an Zidan dalam Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir akal juga diartikan sebagai energi yang mampu memperoleh, menyiapkan, dan mengeluarkan pengetahuan. Akal mampu menghantarkan manusia pada substansi humanistik (*zat insaniah*).<sup>30</sup>

Dari pengertian akal secara etimologi dapat dipahami bahwa yang membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya karena manusia diberi oleh Allah swt berupa akal sehingga dapat berpikir di bidang pengetahuan yang logis, metodologis, dan sistematis serta dapat menentukan keberadaan manusia di dunia.

Menurut Ibn Arabi ada enam fasilitas dalam diri manusia yang dapat digunakan untuk mempersepsi, ialah salah satunya pikiran yang terdapat dalam otak. Otak bekerja berdasarkan daya-daya yang dimilikinya. Imam al-Ghazali menunjukkan lima daya otak: daya khayal, daya pikir, daya ingat, daya hafal dan daya berasa partisan.<sup>31</sup>

Ada hubungan antara akal dan hati. Ayat yang paling menonjol dalam al-Qur'an yang menjelaskan kesamaan antara akal dan hati adalah QS. Al-Hajj [22]:46

"Maka Apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? karena Sesungguhnya bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta ialah hati yang di dalam dada."

Renungan QS. Al-Hajj [22]: 46 menegaskan bahwa hati berpikir jelas yang dimaksud disini bukan fisik otak yang berpikir, namun sesuatu yang lebih dalam.<sup>32</sup> Dalam ayat lain dalam al-Qur'an tentang adanya pertemuan akal dan hati dalam satu ikatan.

---

<sup>27</sup> Abdul Mujib dan Jusuf Mundakir, *Manusia Nuansa Psikologi Islam ...*, h. 52

<sup>28</sup> Ma'an Zidadat dkk, *al-Marsu'at al-Falsafah al-'Arabiyah*, (Arab: Inma' al-Arabiyy, 1986), h. 596

<sup>29</sup> Abi al-Baq'a' Ayyub Ibn Musa al-Hussin dalam Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir..., h. 52

<sup>30</sup> Ma'an Zidan dalam Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir..., h. 52

<sup>31</sup> M. Yaniyullah Delta Auliya..., h. 39-40

<sup>32</sup> Anas Ahmad Karzon, Editor Emiel Theska, *Tarkiyatun Nafs...*, h. 12

QS. Al-Isra [17]: 46: *“Dan Kami adakan tutupan di atas hati mereka dan sumbatan di telinga mereka, agar mereka tidak dapat memahaminya. dan apabila kamu menyebut Tuhanmu saja dalam Al Quran, niscaya mereka berpaling ke belakang karena bencinya.”*

QS. Al-Taubah[9]: 87: *“Mereka rela berada bersama orang-orang yang tidak berperang dan hati mereka telah dikunci mati maka mereka tidak mengetahui (kebahagiaan beriman dan berjihad).”*

Menurut psikologi Islam yang berdasarkan al-Qur'an bahwa manusia dilahirkan membawa fitrah. Ini berbeda dengan teori tabularasa dalam psikologi umum bahwa anak lahir tidak membawa apa-apa bagaikan kertas putih yang dapat ditulis apa saja. Salah satu aliran yang membahas tingkah laku manusia dalam psikologi umum adalah aliran behaviorisme yang menjelaskan bahwa perilaku manusia ditentukan oleh lingkungan luar dan situasi tertentu. Aliran ini berkontribusi pada ditemukannya asas-asas perubahan perilaku dalam manipulasi perilaku. Tokoh aliran behaviorisme adalah Skinner berpendapat: Lingkungan merupakan kunci utama penyebab terjadinya tingkah laku manusia dan tingkah laku tersebut memiliki hubungan sebab akibat terhadap lingkungan.

Dalam al-Qur'an sebanyak 17 kali ayat al-Qur'an yang menjelaskan tentang fitrah, antara lain: QS. Al-Rum [30]: 30

*“Maka hadapkanlah wajahmu dengan Lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu tidak ada peubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”*

Dari ayat di atas menurut penulis bahwa Allah swt menyuruh kepada hamba-Nya untuk ikhlas dalam menjalankan ibadah kepada-Nya. Dengan mengikuti ketentuan yang telah digariskan oleh Allah swt dan dijalankan dengan ikhlas untuk mendapat ridha Allah swt. Hal ini merupakan fitrah Allah swt kepada manusia. Hakikat fitrah bahwa Allah swt menjadikan kecenderungan pada hati manusia.

QS. Al-Rum [30]:30 diperkuat dengan hadis dari Abu Hurairah ra. bersabda: *“Tiap manusia lahir dalam keadaan fitrah, kedua orang tuanya yang menjadikan mereka (memiliki agama) Yahudi atau Nasrani atau Majusi atau musryik.”* (HR. Abu Hurairah).

Menurut penulis fitrah merupakan kecenderungan pada manusia untuk lahir dari Allah swt. Dalam kehidupan seseorang fitrah dapat berubah karena pengaruh kedua orang tuanya dan pengaruh lingkungan, namun fitrah merupakan tabiat manusia. Allah swt mengutus para nabi dan ulama sebagai pewaris para nabi untuk membimbing dan menjaga fitrah manusia agar tidak menyimpang dari kebenaran.

Secara etimologi, fitrah berarti terbukanya sesuatu dan melahirkannya,

seperti orang yang berbuka puasa.<sup>33</sup> Dari makna dasar tersebut, maka berkembang menjadi dua makna pokok, pertama fitrah berarti *al-insyiqaq* atau *al-saqq* yang berarti *al-inkisar* (pecah) atau belah. Kedua, fitrah berarti *al-khilkah*, *al-ijad* atau *al-ibda'* (penciptaan).<sup>34</sup>

Akal merupakan lawan dari tabiat (*al-thab'u*) dan kalbu (*al-qalbu*). Akal mampu memperoleh pengetahuan melalui daya nalar (*al-nazhar*), sedang tabiat memperoleh pengetahuan melalui daya naluriah atau daya alamiah (*al-dharuriyah*). Akal mampu memperoleh pengetahuan melalui daya argumentatif (*al-istidlaliyah*), sedang kalbu mampu memperoleh pengetahuan melalui daya cira rasa (*al-zawqiyah*). Akal juga menunjukkan substansi berpikir, aku-nya pribadi, mampu berpendapat, memahami, menggambarkan, menghafal, menemukan, dan mengucap sesuatu.<sup>35</sup>

## Kepribadian dan Kesehatan Mental

### Pertama; Kepribadian

Terminologi *syakhsiiyyah* (personality) mulai populer di dalam literatur Islam setelah terjadi sentuhan antara psikologi kontemporer dengan kebutuhan pengembangan wacana Islam. Hal itu tidak mengandung arti bahwa wacana Islam kurang peka terhadap perkembangan keilmuan, melainkan karena esensi terminologi *syakhsiiyyah* sendiri tidak mencerminkan nilai-nilai fundamental Islam.<sup>36</sup>

Ada perbedaan antara *syakhsiiyyah* dalam psikologi. Adapun perbedaannya: *Syakhsiiyyah* dalam psikologi berkaitan dengan tingkah laku yang didevaluasi, sedangkan akhlak berkaitan dengan tingkah laku yang dievaluasi.<sup>37</sup> Pemilahan itu tidak berarti jika term *syakhsiiyyah* dihadapkan pada term *Islamiyyah*, karena *syakhsiiyyah Islamiyyah* harus dipahami sebagai akhlak. Kata Islam menurut sistem nilai yang mengikat semua disiplin yang berada di dalamnya oleh karena itu kepribadian Islam telah mendiskripsikan tingkah laku seseorang yang berusaha menilai baik buruknya.<sup>38</sup>

Menurut Siguard Freud ada 3 sistem kepribadian: Id, Ego dan Super Ego.<sup>39</sup>

- 1) Id (Das Es). Sebagai suatu sistem id mempunyai fungsi menaikkan prinsip

---

<sup>33</sup> Abi Faris Ibn Zakariyah, Abi al-Husah Ahmad, *Mu'jam Maqayit al-Lughah*, (Cairo: Maktabah Khanjizy, tt) Juz IV, h. 510

<sup>34</sup> Ibn Manzhur, *al-'Arab*, (Beirut: Dar al-Turats al-'Arabi, 1992), Jilid V, h. 55

<sup>35</sup> C.P, Chaplih, *Kamus Lengkap Psikologi*, terjemah Kartini Kartono, (Jakarta: Rajawali, 1989), h. 90

<sup>36</sup> Ahmad Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam...*, h. 37

<sup>37</sup> Ibn Maskawih dalam Ahmad Mujib dan Yusuf Mudzakir., h. 37

<sup>38</sup> Ahmad Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam ...*, h. 37

<sup>39</sup> Ahmad Mawi, *Seluk Beluk Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2014), Cet. Pertama, h.

kehidupan manusia berupa penyaluran dorongan naluriah. Dengan kata lain id mengembangkan prinsip kesenangan yang tujuannya untuk membebaskan manusia dari kepentingan dorongan naluri dasar, makan, minum, seks, dan sebagainya.

- 2) Ego (Das Ich). Ego merupakan sistem yang berfungsi menyalurkan dorongan id ke keadaan nyata. Freud menanamkan misi yang diemban oleh ego sebagai prinsip kenyataan. Segala bentuk naluri dasar yang berasal dari id hanya dapat direalisasikan dalam bentuk banyak melalui bantuan ego. Ego juga mengandung prinsip kesadaran.
- 3) Super Ego (Das Uber Ich). Sebagai suatu sistem yang memiliki unsur moral dan keadilan, maka sebagian besar super ego mewakili alam ideal. Tujuan super ego adalah membawa individu ke arah kesempurnaan sesuai dengan mempertimbangkan keadilan moral. Ia merupakan kode modal seseorang dan berfungsi pula sebagai pengawas tindakan yang dilakukan oleh ego. Jika tindakan itu sesuai dengan pertimbangan moral dan keadilan, maka ego mendapat ganjaran berupa rasa puas dan senang, sebaliknya jika bertentangan, maka ego menerima hukuman berupa rasa gelisah dan cemas. Super ego mempunyai dua anak sistem, yaitu ego ideal dan hati nurani. Menurut Eysecent, kepribadian tersusun atas tindakan-tindakan dan disposisi-disposisi yang terorganisir dalam susunan hirarkis berdasarkan atas keumuman dan kepentingannya, diurutkan dari yang paling bawah ke yang paling tinggi adalah:<sup>40</sup>
  - a) Specific response. Yaitu: tindakan atas respon yang terjadi pada suatu keadaan atau kejadian tertentu, jadi yang khusus sekali.
  - b) Habitual response. Mempunyai corak yang lebih umum dari pada specific response yaitu respon-respon yang berulang terjadi saat individu menghadapi kondisi atau situasi yang sama.
  - c) Trait. Yaitu: terjadi saat habitual respons yang saling berhubungan satu sama lain dan cenderung ada pada individu tertentu.
  - d) Type. Yaitu: organisasi di dalam individu yang lebih umum dan mencakup lagi.

Kepribadian juga memiliki semacam dinamika yang unsurnya secara aktif ikut mempengaruhi seseorang. Unsur-unsur tersebut adalah:<sup>41</sup>

- 1) Energi rohani. Berfungsi sebagai pengatur aktifitas rohaniah, seperti berpikir, mengingat, mengamati, dan sebagainya.
- 2) Naluri. Berfungsi sebagai pengatur kebutuhan primer seperti makan, minum, dan seks. Sumber naluri adalah kebutuhan jasmaniah dan gerak

---

<sup>40</sup> Ahmad Mawi, *Seluk Beluk Ilmu Jiwa Agama...*, h. 135

<sup>41</sup> Ahmad Mawi, *Seluk Beluk Ilmu Jiwa Agama ...*, h. 139

hati. Berbeda dengan energi rohaniyah, maka naluri mempunyai sumber, maksud, dan tujuan.

- 3) Ego. Berfungsi untuk meredakan ketegangan-ketegangan dalam diri dengan cara melakukan aktifitas penyesuaian untuk menyeleraskan dorongan yang baik dan buruk hingga tidak terjadi kegelisahan atau ketegangan batin.
- 4) Super ego. Berfungsi sebagai pemberi ganjaran batin baik berupa penghargaan maupun berupa hukuman. Penghargaan batin diperankan oleh ego ideal, sedangkan hukuman batin oleh hati nurani.

## Kedua, Kesehatan Mental

Sebelum penulis menjelaskan kesehatan mental penulis menguraikan tiga sifat jiwa dalam al-Qur'an yaitu: jiwa *muthmainnah*, jiwa *lawwamah*, dan jiwa *amarah bi al-su*.<sup>42</sup> Menurut al-Jurjani, jiwa *amarah* adalah jiwa yang cenderung pada tabiat fitrah (*Habilah al-badaniyah*), menyuruh pada kelezatan dan syahwat indriawi (*ludzat wa syahwat hissiyyah*), serta memaksa hati untuk menuju posisi kerendahan. Jiwa *lawwamah* adalah jiwa yang bercahaya dengan sinar hati seukuran sadarnya dia dari "kantuk kelalaian". Jiwa *mutmainnah* adalah jiwa yang sempurna menerima cahaya hati, sehingga ia bersih dari karakter dan memiliki akhlak terpuji.<sup>43</sup>

Mustafa Fahmi sebagaimana yang dikutip oleh Muhammad Mahmud Mahmud<sup>44</sup> menemukan dua pola dalam mendefinisikan kesehatan mental antara lain: 1). pola negatif (*salabiy*). Bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala neurosis (*al-amaradh al-ashabiyah*) dan psikosis (*al-amaradh al-dzibaniyah*). Kedua, pola positif (*Ijabiy*). 2). Bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya. Pola yang kedua ini lebih umum dan lebih luas dibanding dengan pola pertama.

Disamping kesehatan mental oleh ahli, dapat diuraikan definisi kesehatan mental secara umum. Kesehatan mental adalah kondisi batin yang senantiasa berada dalam keadaan tenang aman dan tentram. Upaya ini untuk menemukan keterangan batin dapat dilakukan antara lain melalui diri secara resignasi (penyerahan sepenuhnya kepada Tuhan).<sup>45</sup>

Dalam al-Qur'an banyak ditemui ayat-ayat al-Qur'an yang menjelaskan

---

<sup>42</sup> Roesleni Marliany dan Asiyah, *Psikologi Islam...*, h. 19

<sup>43</sup> Roesleni Marliany dan Asiyah, *Psikologi Islam...*, h. 19

<sup>44</sup> Muhammad Mahmud Mahmud, *Ilmu al-Nafs al-Ma'ashir fi Dhaini al-Islam*, (Jeddah: Dar al-Syuruq, 1984), h. 336-337

<sup>45</sup> Ahmad Mawi, *Seluk Beluk Ilmu Jiwa Agama ...*, h. 97



kesehatan mental antara lain:

QS. Al-Qas{as}[28]:77

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.”

QS. Al-Nahl [16]:97

“Barangsiapa 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.”

QS. Ali Imran [3]:104

“Dan hendaklah ada diantara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar, merekalah orang-orang yang beruntung.”

Tanda-tanda kesehatan mental menurut Muhammad Mahmud Mahmud terdapat 9 macam:<sup>46</sup>

- a. Kemapanan (*al-Sakinah*), ketenangan (*al-tuma'ninah*), dan rileks (*al-rahab*) batin dalam menjalankan kewajiban baik kewajiban terhadap dirinya, masyarakat maupun tuhannya.

QS. Al-Fath [48]:4

“Dia-lah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada), dan kepunyaan Allah-lah tentara langit dan bumi [1394] dan adalah Allah Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana.”

QS. Al-Ra'd[13]: 28:“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.” QS. Al-Baqarah [2]: 156:“(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: “Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun”.

- b. Memadai (*al-kifayah*) dalam beraktivitas seseorang yang mengenal potensi keterampilan dan kedudukannya secara baik maka ia akan dapat bekerja dengan baik pula dan hal itu merupakan tanda kesehatan mentalnya. Sebaliknya seseorang yang memaksa menduduki jabatan tertentu dalam bekerja tanpa diimbangi kemampuan yang memadai maka hal itu akan mengakibatkan tekanan batin, yang pada saatnya mendatangkan penyakit

---

<sup>46</sup> Zakiyah Darajat dalam Ahmad Mujib dan Jusuf Mudzakar, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam...*, h. 136-145

mental. QS. Yasin [36]:35: *“Supaya mereka dapat makan dari buahnya, dan dari apa yang diusahakan oleh tangan mereka. Maka mengapakah mereka tidak bersyukur?”*

- c. Menerima keadaan dirinya dan keberadaan orang lain.

Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang menerima keadaan sendiri baik berkaitan dengan kondisi fisik, kedudukan, potensi maupun kemampuannya karena keadaan itu anugerah dari Allah swt untuk menguji kualitas kerja manusia.

Tanda kesehatan mental adanya kesediaan diri untuk menerima segala kelebihan dan kekurangan orang lain sehingga ia mampu bergaul dan menyesuaikan diri dengan orang lain. sikap yang dikembangkan seperti cinta kepada sesama saudaranya seperti mencintai diri sendiri (HR. Bukhari dan Muslim), sikap saling membantu, asah asih dan asuh QS. Al-Nisa [4]:32

*“Dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang dikaruniakan Allah kepada sebahagian kamu lebih banyak dari sebahagian yang lain. (karena) bagi orang laki-laki ada bahagian dari pada apa yang mereka usahakan, dan bagi Para wanita (pun) ada bahagian dari apa yang mereka usahakan, dan mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui segala sesuatu.”*

- d. Adanya kemampuan untuk memelihara dan menjaga diri.

Kesehatan mental seseorang ditandai dengan kemampuan untuk memilah-milah dan mempertimbangkan perbuatan yang akan dilakukan jika perbuatan semata-mata untuk kepuasan seksual, maka jiwa harus dapat menahan diri, namun jika untuk kepentingan ibadah atau taqwa kepada Allah swt, jiwa harus dilakukan sebaik-baiknya. Perbuatan yang hina dapat menyebabkan psikopatologi sedang perbuatan yang baik menyebabkan kesehatan mental QS. Al-Dzariyat [51]:40-41: *“Maka Kami siksa dia dan tentaranya lalu Kami lemparkan mereka ke dalam laut, sedang dia melakukan pekerjaan yang tercela dan juga pada (kisah) Aad ketika Kami kirimkan kepada mereka angin yang membinasakan.”*

- e. Kemampuan untuk memikul tanggung jawab baik tanggung jawab keluarga, sosial maupun agama.

Tanggung jawab menunjukkan kematangan diri seseorang sekaligus sebagai tanda-tanda kesehatan mental QS. al-Nahl [16]:93

*“Dan kalau Allah menghendaki, niscaya Dia menjadikan kamu satu umat (saja), tetapi Allah menyesatkan siapa yang dikehendaki-Nya dan memberi petunjuk kepada siapa yang dikehendaki-Nya dan sesungguhnya kamu akan ditanya tentang apa yang telah kamu kerjakan.”*

- f. Memiliki kemampuan untuk berkorban dan menebus kesalahan yang diperbuat. QS. al-Shaf: 10-12
- “Hai orang-orang yang beriman, sukakah kamu aku tunjukkan suatu perniagaan yang dapat menyelamatkanmu dari azab yang pedih? (yaitu) kamu beriman kepada Allah dan RasulNya dan berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwamu. Itulah yang lebih baik bagimu, jika kamu mengetahui. Niscaya Allah akan mengampuni dosa-dosamu dan memasukkanmu ke dalam jannah yang mengalir di bawahnya sungai-sungai dan (memasukkan kamu) ke tempat tinggal yang baik di dalam jannah 'Adn. Itulah keberuntungan yang besar.”
- g. Kemampuan untuk membentuk hubungan sosial yang baik yang dilandasi sikap saling percaya dan saling mengasihi. Hal itu dianggap sebagai tanda kesehatan mental, sebab masing-masing pihak merasa hidup tidak sendiri. Apabila ia ditimpa musibah, maka ia ikut membantunya. Apabila ia mendapat keluasan rizki, maka yang lain ikut menikmatinya. Pergaulan hidupnya dilandasi oleh sikap saling percaya dengan mengenyampingkan sikap saling curiga, buruk sangka, iri hati, cemburu, dan adu domba. Dengan melakukan yang demikian itu, maka hidupnya tidak menjadi salah tingkah, tidak asing di lingkungan sendiri dan hidup mendapat simpati dari lingkungan sosialnya. QS. al-Hujarat [49]:10 *“Orang-orang beriman itu Sesungguhnya bersaudara. sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah terhadap Allah, supaya kamu mendapat rahmat.”*
- h. Memiliki keinginan yang realistis sehingga dapat diraih secara baik. Keinginan yang tidak masuk akal akan membawa seseorang ke jurang angan-angan lamunan, kegilaan, dan kegagalan. Keinginan yang terealisasi dapat memperkuat kesehatan mental. Sebaliknya keinginan yang terkatung-katung akan menambah beban batin dan kegilaan. Keinginan yang baik adalah keinginan yang dapat mencapai keseimbangan dan kebahagiaan dunia dan akhirat. Hal itu sesuai dengan hadis nabi yang mauquf riwayat Ibn Qutaibah: Bekerjalah untuk duniamu seakan-akan engkau hidup untuk selamanya dan beramalalah untuk akhiratmu seakan-akan engkau mati esok hari.”
- i. Adanya rasa kepuasan, kegembiraan (*al-farh al-sumr*) dan kebahagiaan (*al-saadah*) dalam menyikapi atau menerima nikmat yang diperoleh. Kepuasan dan kebahagiaan dikatakan sebagai tanda-tanda kesehatan mental, sebab individu merasa sukses telah terbebas dari segala beban dan terpenuhi kebutuhan hidupnya. Sikap penerimaan nikmat yang mendatangkan kepuasan atau kebahagiaan tidak selalu dipandang dari sisi kuantitatif, melainkan dari kualitas dan berkahnya. Boleh jadi individu yang bersangkutan dinilai gagal menurut kriteria orang lain, namun karena individu tersebut memiliki kematangan emosional yang mendalam maka seberapapun kuantitas nikmat yang diterima ia sikapi dengan puas

dan bahagia. Namun kesuksesannya itu disikapi dengan tamak, kufur dan tidak berterima kasih, maka batinnya terbelenggu dari perasaan serba kurang, serba gagal, iri hati dan benci. Kondisi batin demikian itu seringkali mendatangkan psikosomatik.

## Kesimpulan

Kesimpulan makalah yang merupakan jawaban dari rumusan masalah adalah sebagai berikut:

1. Manusia diciptakan oleh Allah swt dengan bentuk yang sebaik-baiknya. Manusia pertama Nabi Adam yang diciptakan dari tanah. Nenek moyang manusia adalah Nabi Muhammad saw. Adapun bahan baku penciptaan manusia adalah dari sari air manusia yang karena adanya perkawinan yang sah antara laki-laki dan perempuan.
2. Untuk memahami konsep manusia dalam al-Qur'an penting memahami kata *nafs* yang merupakan keyword (kata kunci). Salah satu pengertian *nafs* dalam al-Qur'an adalah jiwa. Jiwa tidak berdiri sendiri namun ada hubungannya dengan hati dan akal. Ada perbedaan antara Islam dengan Psikologi Umum tentang fitrah. Menurut Islam yang berlandaskan al-Qur'an manusia lahir mempunyai fitrah artinya pembawaan yang dapat dikembangkan oleh faktor lingkungan. Dalam Psikologi Umum yang dijelaskan teori tabularasa bahwa manusia bagaikan kertas putih yang dapat ditulis apa saja.
3. Ada perbedaan antara Psikologi Kontemporer dengan Psikologi Islam yang berlandaskan al-Qur'an menjelaskan kepribadian manusia. Manusia yang sehat mentalnya akan sukses hidup baik di dunia maupun di akhirat. Sebaliknya manusia yang tidak sehat mentalnya akan gagal hidup di dunia maupun akhirat.

## Daftar Pustaka

- Aji, Ahmad Mukri. "Pemberatasan Tindak Pidana Terorisme di Indonesia (Analisis Terhadap Undang-Undang Nomor 15 dan 16 Tahun 2003 Berdasarkan Teori Hukum)," dalam Jurnal Cita Hukum, Vol. 1, No. 1 (2013).
- Aji, Ahmad Mukri. *Urgensi Maslahat Mursalah Dalam Dialektika Pemikiran Hukum Islam*, Bogor: Pustaka Pena Ilahi, 2012.
- Al-As'ary, Abu al-Hasan. *Al-Maqalat*, Cairo: Dar al-Fikr, tt.
- Al-Jauziah, Ibn Qayyim. *Iqhishab al-Lahfan*, Cairo: Dar al-Fikr, 1993, Juz 1.

- Al-Zuhaidy, Sayyid Muhammad Ibn Muhammad al-Husaini. *Hibaf al-Sadah al-Muntaqin bi syarh Ihya Ulumudin*, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1989, Jilid VIII.
- Auliya, M. Yani Yullah Aletas. *Melejitkan Kecerdasan Mati dan Otak Menurut Petunjuk al-Qur'an dan Neurologi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persadam 2005.
- Basit, Victor Said. *Manhaj al-Bahsiah al-Ma'rifah inda al-Ghazali*, Beirut: Dar al-Kitab al-Library, tth.
- C.P, Chaplih, *Kamus Lengkap Psikologi*, terjemah Kartini Kartono, Jakarta: Rajawali, 1989.
- De Boer T, *The History of The Philosophy in Islam*, New York: Doves Publication Inc, 1967.
- Ibn Manzhur, *al-'Arab*, Beirut: Dar al-Turats al-'Arabi, 1992, Jilid V.
- Ibn Zakariyah, Abi Faris. & Ahmad, Abi al-Husah. *Mu'jam Maqayit al-Lughah*, Cairo: Maktabah Khanjizy, tt, Juz IV.
- Iqbal, Sir Muhammad. *The Aeralement of Metaphysict in Persia: A Contribution the History of Muslim Philosopy*, alih bahasa Joher Ayoh, Bandung: Mizan, 1992.
- Mahmud, Muhammad Mahmud. *Ilmu al-Nafs al-Ma'ashir fi Dhaini al-Islam*, Jeddah: Dar al-Syuruq, 1984.
- Marliany, Roesleni. & Asiyah, Psikologi Islam, Bandung: CV. Pustaka Setia, 2015.
- Mawi, Ahmad. *Seluk Beluk Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2014, Cet. Pertama.
- Mujib, Abdul. & Mundakir, Jusuf. *Manusia Nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2001, Cet. Pertama.
- Rahtikawati, Yayan. & Kusuma, Dadan. *Metodologi Tafsir al-Qur'an, Strukturalisme, Simentik, Simbiotik dan Nermeuntik*, Bandung: Pustaka Setia, 2013, Cet. Pertama.
- Sani, Ridwan Abdul., Editor Nur Laily Nusron, *Sain Berbasis al-Qur'an*, Jakarta: Bumi Aksara, 2015, Cet. Pertama.
- Sutoyo, Anwar. *Manusia dalam Perspektif al-Qur'an*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015, Cet. Pertama.
- Yunus, Nur Rohim. *Restorasi Budaya Hukum Masyarakat Indonesia*, Bogor: Jurisprudence Press, 2012.

**Abu Tamrin**

Yunus, Nur Rohim., Sholeh, Muhammad., Susiolawati, Ida. *"Rekontruksi Teori Partisipasi Politik Dalam Diskursus Pemikiran Politik Negara"* dalam Salam; Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i, Vol. 4, No. 3 (2017).

Zidadat, Ma'an. dkk, *al-Marsu'at al-Falsafah al-'Arabiyah*, Arab: Inma' al-Arabiy, 1986.