

PENDEKATAN PSIKOLOGI DALAM KAJIAN ISLAM

Oleh: Milda Amalia
Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) al-Haudl Ketapang,
Kalimantan Barat
Email: mildaamalia17@gmail.com

Abstrak

Manusia hidup sangat dipengaruhi pada perilaku, dan psikologi mendapatkan porsi lebih banyak dan hampir semua aspek kehidupan umat. Psikologi memiliki kapasitas yang kompleks pada masyarakat dalam memecahkan masalah umat manusia. Pengaruh psikologi dalam kehidupan, seperti di bidang hukum, pendidikan, diskriminasi, berbagai penyimpangan norma yang terjadi dalam masyarakat. Hal ini dapat dijelaskan dengan psikologi dan sesuai cara kerja pada berbagai ragam masalah. Sebagai sebuah disiplin ilmu, psikologi banyak diharapkan dapat menjelaskan adanya fenomena-fenomena atau problem-problem umat manusia, khususnya umat Muslim. Untuk itu, perlunya melakukan integrasi antara Psikologi dan Islam yakni dengan cara, Psikologi berguna sebagai pisau analisis masalah-masalah umat Islam; dan Islam digunakan sebagai pisau analisis untuk menilai konsep-konsep Psikologi. Pendekatan Psikologi dalam kajian Islam ini tidak lepas dari berbagai sumber Islam yang digunakan untuk membantu menganalisis suatu kondisi. Psikologi berwawasan Islami kurang lebih disebut seperti itu. Hal ini diharapkan berbagai masalah keislaman ketika dikaji dengan pendekatan psikologi, akan memberikan solusi yang bermanfaat bagi kehidupan manusia masa depannya nanti.

Kata kunci: Fenomena, Psikologi, dan Islam.

Abstract

Human life is influenced by behavior, and psychology gets many portion and influence it. Psychology complex has capacity to society in problem solving them. For example in law, education, discrimination, deviation of norm. It is explained by psychology and work of method appropriate with problems. It is a discipline of science, it has many expectation to explain that there are phenomenons or problems in human, especially Moeslems. For those, need and do to integration between Psychology and Islam. It can do method that Psychology is used as instrumen in analysis problems in human; and Islam is to value concepts of Psychology.

Approach of psychology in Islamic studies cant lost of Islam resources that is used fo help to analysis a condition. It calls Psychology in Islamic concept. All about it is hoped, problems of Islamic if studied with approach of Psychology will give more solution and benefit for human life in future.

Keyword: Phenomenon, Psychology, and Islam

Prolog

Seiring waktu berkembangnya sumber daya manusia begitu pula ilmu pengetahuan semakin berkembang pesat. Salah satunya adalah ilmu psikologi yang telah menjadi disiplin ilmu di kalangan akademik. Menurut sumber yang ada bahwa ilmu yang lahir di Eropa ini telah memberikan kontribusi besar dalam menjelaskan berbagai problem kehidupan manusia.¹ Berdasarkan info tersebut, ini artinya bahwa psikologi menjadi suatu ilmu yang perlu dan penting untuk dikuasai. Hal ini diharapkan agar setiap orang lebih mengerti akan tingkah laku setiap orang yang akan memunculkan berbagai problema atau berbagai hal-hal yang perlu dipandang dengan kacamata psikologi.

Psikologi yang merupakan ilmu dari Eropa, di mana teori-teori yang terlahir masih hangat dengan peradaban Barat, yakni aliran psikologi perilaku atau behavioristik, psikoanalisis, dan humanistik. Sedangkan dalam melakukan kajian Islam, secara empiris menyoroti berbagai problema yang dihadapi umat Islam. hal ini memberikan suatu pertanyaan, bagaimana supaya Psikologi tersebut dapat berjalan dengan konsep Islam? Pada tataran ini, dalam tulisan Djameludin Ancok merumuskan bahwa ada dua usaha untuk Psikologi dan Islam. *Pertama* Psikologi dipakai sebagai alat analisis masalah-masalah umat Islam, *kedua* Islam dipakai sebagai alat analisis untuk menilai konsep-konsep Psikologi.²

Kedua usaha tersebut memiliki berbagai kelebihan dan kekurangan. Kelebihannya, Psikologi memberikan penjelesan problema umat Islam serta meningkatkan sumber daya umat Islam. Sedangkan kelemahannya, konsep-konsep psikologi memiliki keterbatasan dan bisa jadi mengalami bias yang sangat besar, karena sering kali mereduksi Islam dalam pengertian yang parsial.³ Hal tersebut memberikan suatu tugas, bahwa perlunya sikap kritis dalam melakukan kajian-kajian dengan menggunakan suatu sistem

¹ Djameludin Ancok dan Fuad Nashori S., *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 1.

² *Ibid.*, hal. 3.

³ *Ibid.*hal. 3.

pendekatan psikologi. Proses integrasi Psikologi dengan Islam, diharapkan adanya kesesuaian dan kemudahan dalam menjelaskan problema umat Islam.

Banyak pakar psikologi telah memberikan sumbangan intelektualnya berupa proyek mengintegrasikan psikologi dengan ranah Islam, sehingga banyak sumber tentang psikologi Islami. Ini artinya telah banyak berbagai teori psikologi Barat yang telah disisipi dengan teori Islam dan juga berarti bahwa hal tersebut telah mendapat respon menarik di kalangan akademisi.

Definisi Psikologi

Psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari perilaku manusia dalam hubungan dengan lingkungannya. Menurut bahasa, psikologi berasal dari bahasa Yunani Kuno *Psychē* yang berarti jiwa dan *logia* yang artinya ilmu sehingga secara etimologis, psikologi dapat diartikan dengan ilmu yang mempelajari tentang jiwa.⁴ Baik mengenai macam-macam gejalanya, proses maupun latar belakangnya.⁵ Pengertian jiwa itu sendiri, telah disebutkan bahwa jiwa itu bersifat abstrak, sehingga tidak bisa dijelaskan secara sesungguhnya dengan jelas. Menurut Abu Ahmadi jiwa adalah daya hidup rohaniah, yang menjadi pengatur dan penggerak bagi setiap perbuatan pribadi dari hewan tingkat tinggi dan manusia.⁶

Definisi psikologi mengalami perubahan dan perkembangan. Para ahli psikologi seperti William James mendefinisikan psikologi adalah ilmu mengenai kehidupan mental. Menurut Wilhelm Dunt psikologi yakni menyelidiki apa yang kita sebut pengalaman bagian dalam sensasi dan perasaan kita sendiri. Sedangkan menurut Arthur Gates bahwa psikologi merupakan suatu cara untuk mencoba menemukan peraturan umum yang menerangkan perilaku organisme hidup, baik manusia, binatang, atau lainnya.⁷ Perubahan definisi tersebut berjalan seiring dengan berbagai hasil penelitian dari psikolog, sehingga mengalami perkembangan.

Secara umum psikologi adalah disiplin ilmu yang berfokus pada perilaku dan berbagai proses mental serta bagaimana perilaku dan berbagai proses mental tersebut dipengaruhi oleh kondisi mental organisme, dan lingkungan eksternal.⁸ Dari definisi tersebut terdapat suatu esensi yang

⁴ Sarlito W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum*, (Jakarta: Rajawali Press, 1997), hal.1

⁵ Abu Ahmadi dan M. Umar, *Psikologi Umum*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1992), hal. 1.

⁶ *Ibid.*

⁷ Rita L. Atkinson dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I: Edisi Kedelapan Jilid 1*, Terj. Nurjannah Taufiq, (Jakarta: IKAPI, 1997), hal. 19.

⁸ Carole Wade dan Carol Tavris, *Psikologi: Edisi Kesembilan Jilid 1*, Terj. Benedictine Widyasinta, (Jakarta: Erlangga, 2007), hal. 3.

sama yakni psikologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang jiwa. Dari jiwa tersebut memberikan ruang lingkup yang luas seperti tentang keadaan atau gejala jiwa manusia, pengalaman, perilaku, mental, pikirannya, maupun perasaan panca inderanya. Di atas telah disebutkan bahwa jiwa itu berlaku untuk binatang dan manusia, namun dalam pembahasan ini terfokus pada manusia.

Pembagian Psikologi

Secara objek yang dikaji dalam psikologi terdapat pembagiannya yakni:⁹

1. Psikologi Umum: ilmu yang mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia dewasa yang normal. Di sini psikologi umum lebih fokus mempelajari sifat-sifat manusia pada umumnya yang normal dan beradab.
2. Psikologi Khusus: ilmu yang mempelajari sifat-sifat khusus dari gejala-gejala kejiwaan manusia. Psikologi khusus ini memiliki beberapa cabang di antaranya:
 1. Psikologi perkembangan: ilmu yang mempelajari bagaimana perkembangan manusia dan faktor-faktor yang membentuk perilaku seseorang sejak lahir sampai lanjut usia.
 2. Psikologi kepribadian: bidang studi psikologi yang mempelajari tingkah laku manusia dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.
 3. Psikologi sosial: ilmu yang mempelajari tentang pengaruh sosial terhadap proses individu, tentang interaksi kelompok yang terjadi di lingkungan masyarakat.
 4. Psikologi klinis: Adalah bidang studi psikologi dan juga penerapan psikologi dalam memahami, mencegah dan memulihkan keadaan psikologis individu ke ambang normal.
 5. Psikologi pendidikan: mempelajari tentang belajar, pertumbuhan, dan kematangan individu, serta penerapan prinsip-prinsip ilmiah terhadap reaksi manusia yang nantinya mempengaruhi dalam proses belajar mengajar.
 6. Psikologi industri: memfokuskan pada mengembangkan, mengevaluasi dan memprediksi kinerja suatu pekerjaan yang

⁹ Abu Ahmadi dan M. Umar, *Psikologi Umum...*, hal. 3. Lihat juga Rita L. Atkinson dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I...*, hal. 21-24. Dan dilengkapi Sri Esti Wuryani D., *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Grasindo, 2008), hal. 2.

dikerjakan oleh individu. Para ahli psikologi industri cenderung sebagai konsultan, memikirkan pemilihan orang yang paling tepat untuk memegang pekerjaan tertentu.

7. Psikologi kerekayasaan: mempelajari tentang hubungan antara manusia dengan mesin sebaik mungkin, sehingga untuk meminimalisasikan kesalahan yang diperbuat manusia (*human error*).

Ditinjau dari cara kerjanya psikologi dibagi menjadi dua¹⁰:

1. Psikologi Dasar atau Murni: studi mengenai masalah-masalah psikologi dalam rangka mencari pengetahuan demi pengetahuan itu sendiri, bukan untuk aplikasi praktisnya.
2. Psikologi Terapan: studi mengenai berbagai masalah psikologi yang memiliki kaitan langsung dengan penerapan atau aplikasi praktis dan aplikasi dari temuan para psikolog.

Dalam melakukan penelitian, kedua cabang psikologi tersebut saling melengkapi. Psikologi terapan memiliki relevansi ketika berhadapan langsung dengan masalah manusia, akan tetapi jika tanpa psikologi dasar atau murni, hanya sedikit pengetahuan yang akan diaplikasikan.

Metode Penelitian dalam Psikologi

Adapun metode penelitian dalam psikologi ada beberapa macam di antaranya:¹¹

1. Metode eksperimental: eksperimen yang dilakukan secara teliti dalam waktu tertentu, guna mengetahui gejala-gejala yang ditimbulkan dengan sengaja yakni dengan mengadakan percobaan-percobaan. Metode ini juga menyelidiki dan mengujicobakan terhadap berbagai individu yang terganggu emosinya. Metode ini sebagian besar dilakukan di laboratorium khusus, dan membutuhkan fasilitas khusus. Metode ini bertujuan untuk mengetahui sifat-sifat umum dari gejala kejiwaan manusia, seperti pikiran, perasaan, ingatan, dan sebagainya.
2. Metode pengamatan: pengamatan secara teliti terhadap perilaku, perubahan fisiologis terhadap manusia mulai sebelum, selama, dan setelah adanya stimulus. Penelitian ini dapat juga dilakukan di

¹⁰ Carole Wade dan Carol Tavris, *Psikologi...*, hal. 25.

¹¹ Rita L. Atkinson dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I...*, hal. 25-31. Lihat juga Abu Ahmadi dan M. Umar, *Psikologi Umum...*, hal. 16-19.

laboratorium, namun sebagian besar melakukannya di luar atau pengamatan langsung di lingkungan subjek penelitian.

3. Metode Survei: metode ini dilakukan karena beberapa kesulitan jika melakukan pengamatan langsung, sehingga jalan lain dengan cara pemakaian kuisioner (angket) atau wawancara. Survei yang memenuhi syarat membutuhkan kuisioner yang telah diujicobakan secara cermat, pewawancara sudah dilatih, sampel yang dipilih dengan teliti, dan metode analisis data yang sesuai.
4. Metode Tes: mengukur segala jenis kemampuan, minat sikap, dan hasil kerja. Penyusunan tes dan pemakaiannya tidak sederhana, perlu persiapan butir-butir soal, pembuatan skala, dan menentukan normalnya. Selanjutnya perlunya analisis dari hasil tes.
5. Metode Riwayat Kasus: menelaah riwayat kasus atau sering disebut riwayat hidup. Riwayat hidup ini merupakan sumber data yang penting untuk mempelajari setiap individu. Melalui riwayat kasus ini perlu adanya cara merekonstruksi riwayat hidup individu berdasarkan catatan yang teringat. Ini dapat juga dilakukan pada studi longitudinal, dengan cara mengikuti individu pada jarak waktu yang panjang, dengan melakukan observasi secara berkala.

Pendekatan-pendekatan terhadap Psikologi

Di bawah ini terdapat lima pembagian pendekatan, tidak menutup kemungkinan bahwa kelima pendekatan ini dengan berkembangnya psikologi, maka bisa jadi bertambah dan berkurang.¹² Pendekatan tersebut tidak dapat berdiri sendiri, sehingga dapat diterapkan dalam menghadapi suatu masalah dan akan terjadi penggabungan antara pendekatan satu dengan lainnya.

1. Pendekatan Neurobiologi

Suatu pendekatan terhadap studi manusia berusaha menghubungkan perilaku dengan hal-hal yang terjadi dalam tubuh, terutama dalam otak dan sistem saraf. Pendekatan ini khusus pada proses neurobiologi yang mendasari perilaku dan mental manusia. Contohnya, seorang ahli psikologi menaruh perhatian terhadap perubahan yang terjadi dalam sistem saraf karena adanya proses belajar mengenai hal yang baru. Persepsi dapat dipelajari dengan merekam kegiatan sel saraf dalam otak pada waktu mata dihadapkan pada berbagai tontonan visual.

2. Pendekatan Behaviorisme

¹² Rita L. Atkinson dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I...*, hal. 7-15.

Pendekatan ini mengamati bagaimana perilaku manusia, kegiatan organism, dan bukan mengamati kegiatan bagian dalam tubuh. Contohnya mengamati seorang makan pagi, naik sepeda, berbicara, memerah mukanya, tertawa, dan menangis.

Pendekatan ini memiliki cabang yakni psikologi stimulus-response, yakni mempelajari rangsangan yang menimbulkan respon dalam bentuk perilaku, mempelajari ganjaran dan hukuman yang mempertahankan adanya respon itu, sehingga terjadi perubahan perilaku.

3. Pendekatan Kognitif

Pendekatan yang mengacu pada proses mental dari persepsi, ingatan, dan pengolahan informasi yang memungkinkan seseorang memperoleh pengetahuan, memecahkan masalah, dan merencanakan masa depan. Pendekatan psikologi kognitif ini bertujuan untuk mengadakan eksperimen dan mewujudkan teori yang menerangkan bagaimana proses mental disusun dan berfungsi.

4. Pendekatan Psikoanalitik

Pendekatan psikoanalitik atau sering disebut psikoanalisa dikembangkan oleh Sigmund Freud. Menurutnya bahwa perilaku kita berasal dari proses yang tidak disadari. Proses tersebut meliputi pemikiran, rasa takut, impuls, keinginan-keinginan yang tidak disadari seseorang tetapi membawa pengaruh terhadap perilakunya. Hal tersebut mendapatkan jalan pelampiasannya dapat melalui mimpi, kekeliruan berbicara, cara kebiasaan, dan gejala penyakit jiwa. Di sini Freud percaya bahwa semua tindakan kita memiliki sebab, dan sebab itu sering berupa motif yang tidak disadari, serta bukan sebab rasional.

5. Pendekatan Fenomenologis

Pendekatan ini memusatkan perhatian pada pengalaman subjektif, berhubungan dengan pandangan pribadi mengenai dunia dan penafsiran berbagai kejadian yang dihadapinya. Pendekatan ini mencoba untuk memahami kejadian atau fenomena yang dialami individu tanpa adanya beban prakonsepsi atau ide teoritis. Ini berarti melihat tingkah laku seseorang selalu dikaitkan dengan fenomena tentang dirinya. Pendekatan ini juga disebut juga pendekatan humanistik. Di mana suatu kekuatan motivasi yang utama dari seseorang ialah kecenderungan terhadap pertumbuhan dan aktualisasi diri.

Dari pendekatan-pendekatan tersebut dapat diterapkan dalam berbagai hal yang sesuai. Setiap gejala maupun aspek psikologi dapat ditinjau dari berbagai sudut pandang atau pendekatan-pendekatan tersebut.

Pendekatan Psikologi dalam Kajian Islam

Pada studi Islam perlu adanya pendekatan-pendekatan yang diterapkan dalam menjelaskan berbagai permasalahan umat manusia. Pendekatan itu dapat berupa pendekatan sejarah, filsafat, antropologi, sosiologi, dan salah satunya yakni penerapan pendekatan psikologi. Manusia hidup sangat dipengaruhi pada perilaku, dan psikologi mendapatkan porsi lebih banyak dalam mempengaruhi hampir semua aspek kehidupan umat. Secara demikian, psikologi memiliki kapasitas yang kompleks pada masyarakat dalam memecahkan masalah umat manusia. Pengaruh psikologi dalam kehidupan, seperti di bidang hukum, pendidikan, diskriminasi, berbagai penyimpangan norma yang terjadi dalam masyarakat. Hal ini dapat dijelaskan dengan psikologi dan sesuai cara kerja pada berbagai ragam masalah.

Psikologi merupakan disiplin ilmu yang berdiri sendiri. Salah satu tugas dari disiplin ilmu itu tidak lain adalah memberikan penjelasan. Sebagai sebuah disiplin ilmu, psikologi banyak diharapkan dapat menjelaskan adanya fenomena-fenomena atau problem-problem umat manusia. Hal ini mencoba menggunakan konsep psikologi untuk memberikan penjelasan dalam menangani berbagai persoalan.

Sedangkan pendekatan psikologi merupakan fungsi atau peran dari psikologi itu sendiri. Psikologi sebagai suatu pendekatan atau dengan kata lain pisau analisis dalam membedah berbagai permasalahan yang dihadapi umat manusia.¹³ Psikologi menjadi suatu alat dalam mengkaji berbagai permasalahan manusia. Pada pembahasan selanjutnya, akan lebih ditekankan pada peran psikologi dalam melakukan kajian Islam. Secara tidak langsung dalam kesempatan ini akan dibahas permasalahan yang dihadapi umat Islam yang dapat dianalisis dengan pendekatan psikologi. Memahami berbagai keadaan manusia memerlukan metode atau pendekatan yang tepat. Pendekatan Psikologi merupakan suatu disiplin ilmu yang akan mengantarkan dalam memahami manusia.

Pendekatan psikologi di atas masih merupakan gambaran umum psikologi teori Barat. Dalam menghadapi berbagai persoalan umat Islam, maka lebih tepatnya dapat menggunakan pendekatan Psikologi Islami. Pada

¹³ Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori S., *Psikologi Islami...*, hal. 2.

kali ini, adanya suatu perbedaan penerapan psikologi dalam menghadapi berbagai kajian Islam. Ada beberapa kendala dalam merumuskan kajian Islam. Belum lama ini psikologi Islami menjadi bahan perdebatan dalam kalangan psikolog, sehingga psikologi seakan-akan mengalami dikotomi antara psikologi teori Barat dan psikologi Islami. Bahkan yang seharusnya psikologi Islami menjadi bagian dari cabang psikologi, sampai saat ini masih belum ada pengakuan secara pasti. Sejak dahulu para ilmuwan tidak pernah mengenal adanya dikotomi ilmu agama dan umum, sehingga hal ini menjadi rekonstruksi sejarah perkembangan ilmu pengetahuan untuk membawa kita dalam mengkaji ilmu-ilmu yang berkembang.

Menurut Elmira, seorang pakar psikologi Islami bahwa dalam melakukan pengembangan konsep psikologi Islami tidak dapat terlepas dari pandangan Barat, karena mereka yang berjasa dengan memunculkan konsep teori tentang perilaku manusia. Dari sana para psikolog yang berlatarbelakang agama Islam melakukan suatu proyek kritis, banyak kalangan Islam yang beranggapan bahwa konsep Barat banyak kekurangan untuk menjelaskan perilaku manusia yang berlandaskan pada keyakinan dan konsep manusia menurut ajaran agama.¹⁴ Berdasarkan latar belakang tersebut meminjam istilah Hanna Djumhana bahwa perlu adanya integrasi psikologi dengan Islam. Perlu adanya cara untuk mencoba mengintegrasikan psikologi dengan Islam, karena bertujuan untuk mengembangkan konsep manusia menurut ajaran Islam, sehingga akan lebih tajam dalam menjelaskan berbagai masalah yang dihadapi umat Islam.

Ada dua cara untuk mengintegrasikan Psikologi dan Islam. Psikologi berguna sebagai pisau analisis masalah-masalah umat Islam; dan Islam digunakan sebagai pisau analisis untuk menilai konsep-konsep Psikologi.¹⁵ Hal tersebut menunjukkan bahwa banyak peluang untuk membangun psikologi berwawasan Islam. Namun, pada pembahasan ini tidak akan panjang lebar membahas antara Psikologi dengan Islam. Pembahasan lebih fokus pada bagaimana konsep psikologi dalam menjelaskan dan mengatasi berbagai persoalan umat.

Psikologi Islami diharapkan dapat secara langsung tergambar karakteristik dan identitasnya yang bermuara pada nilai-nilai Islami.¹⁶ Ada titik yang membedakan antara psikologi Islami dengan psikologi yang dibawa oleh Barat atau psikologi kontemporer seperti konsep-konsep yang

¹⁴ Rifaat Syauqi, dkk., *Metodologi Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000), hal. 133.

¹⁵ Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori S., *Psikologi Islami...*, hal. 3.

¹⁶ Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), hal. 3.

telah disebutkan pada termin sub bab sebelumnya. Psikologi Islam mengamati dan menekankan pada konsep terminologi jiwa manusia menurut al-Quran yakni *qalb, fuad, nafs, aql*, dan mengkaitkan fungsi akal dan keimanan.¹⁷ Sedangkan psikologi kontemporer-sekuler menekankan bahwa jiwa manusia semata-mata kemampuan intelektual.¹⁸ Dari pemaparan tersebut, terlihat jelas perbedaan psikologi konsep Barat dengan psikologi Islami. Kegelisahan dari para pakar psikologi Islami, bertolak dari berbagai ragam masalah, fenomena-fenomena kehidupan umat Islam, jadi perlunya analisis konseptual tentang tingkah laku muslim khususnya. Hal ini seperti halnya tujuan disiplin ilmu, yakni menjelaskan dan memberikan solusi atas permasalahan umat guna kesejahteraan manusia dan memberi manfaat bagi kehidupan makhluk.

Cara Kerja Pendekatan Psikologi dalam Kajian Islam

Sebelum melangkah pada kajian Islam, di bawah ini akan dijelaskan langkah-langkah dalam melakukan penelitian psikologi,¹⁹ yakni:

1. Studi deskriptif, dengan cara menetapkan fakta-fakta. Pada semua penelitian sebaiknya peneliti menggunakan sampel yang representatif. Dalam melakukan studi deskriptif ini, peneliti mulai menggunakan metode-metode yang tepat dalam penelitian.
2. Studi korelasi, mencari hubungan antara gejala-gejala. Korelasi ini merupakan langkah pengukuran mengenai kekuatan dari hubungan positif atau negatif antara dua variable yang ditentukan dalam koefisien korelasi.
3. Mencari hubungan kausalitas, peneliti melakukan kontrol terhadap situasi yang dipelajari. Langkah ini akan menghasilkan kesimpulan yang menunjukkan hubungan kausalitas.
4. Mengevaluasi temuan, dengan menggunakan statistik deskriptif atau statistik inferensial. Langkah ini guna untuk mencermati hasil penelitian, apakah hasil signifikan secara statistik atau hanya faktor kebetulan. Hasil yang signifikan secara statistik memungkinkan psikolog melakukan prediksi mengenai perilaku manusia yang diteliti.
5. Menjaga penelitian tetap etis, penelitian tetap sesuai dengan pemerintah pusat. Perlu adanya perhatian prinsip-prinsip moral yang harus diterapkan dalam penelitian. Hal ini bertujuan

¹⁷ Rifaat Syaumi, dkk., *Metodologi Psikologi Islami...*, hal. 110.

¹⁸ Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam...*, hal. 4.

¹⁹ Carole Wade dan Carol Tavis, *Psikologi...*, hal. 60-72.

menglindungi subjek agar tidak terlukai berkaitan dengan hasil penelitiannya. Kode etik itu telah ditetapkan oleh *APA (American Psychological Association)* dan harus diikuti oleh semua anggotanya.

Langkah di atas dapat diterapkan dalam melakukan kajian berbagai persoalan manusia, akan tetapi ada beberapa hal yang perlu diperhatikan ketika mengkaji persoalan keislaman ketika menggunakan pendekatan psikologi tertentu. Ada beberapa titik tekan dan penambahan dalam mengkaji suatu permasalahan umat.

Cara kerja atau langkah-langkah dalam menerapkan pendekatan psikologi dalam kajian Islam ini beberapa pakar memiliki berbagai pendapat adanya perbedaan dalam penerapannya. Jika dalam psikologi secara umum ketika melakukan penelitian menggunakan metode dan pendekatan berupa konsep teori dari Barat. Sedangkan untuk psikologi Islami ada pendekatan yang berbeda dalam penerapannya yakni pendekatan *ilmu tafsir* (rujukan pada wahyu Ilahi) dan *usul fiqh* (prosedur akal memahami wahyu) yang akan dilakukan untuk menemukan suatu pemahaman konsep dari tingkah laku manusia.²⁰ Jika ditarik garis persamaannya bahwa secara substansi, psikologi berdasarkan teori Barat dengan psikologi Islami bertujuan satu yakni untuk menemukan suatu pemahaman konsep perilaku manusia itu.

Adapun beberapa sudut pandang dalam melakukan penelitian dalam mengkaji Islam, bahwa ada beberapa hal yang diperhatikan. *Pertama*, ilmu itu bersifat universal dan bebas norma, bersikap menerima metode, konsep teori psikologi Barat yang ada untuk mengembangkan psikologi Islami. Dengan cara mencari dalil-dalil untuk memperkuat. *Kedua* perlu adanya seleksi teori mana yang mendasar dan dapat diterima oleh ajaran Islam. *Ketiga*, jika tidak dapat menerima teori manapun, yakni dengan cara menelaah hakikat manusia dan perlu menanyakan hakikat dan ruang lingkup psikologi Islami itu sendiri.²¹ Ketiga sudut pandang tersebut akan mempengaruhi latar belakang pola pikir setiap individu. Pada sudut pandang tersebut, dimungkinkan banyak peneliti yang akan membuat tolak ukur yang dapat dijadikan seleksi penggunaan metode penelitian.

Dari penjelasan di atas gambaran secara umum cara kerja penerapan psikologi dalam menghadapi persoalan umat. Obyek kajian yang dapat diterapkan lebih banyak menyoroti pada pemeluk. Lebih jelasnya, akan dijabarkan dalam contoh kasus masalah manusia ditinjau berdasarkan kaca mata psikologi.

²⁰ Rifaat Syauqi, dkk., *Metodologi Psikologi Islami...*, hal. 136-139.

²¹ *Ibid.*, hal. 154.

Contoh Penerapan Pendekatan Psikologi dalam Kajian Islam

Banyak permasalahan yang dapat dikaji dengan pendekatan psikologi, di sini akan diambil satu contoh tentang Kehamilan Remaja dan Pendidikan Seks Islami. hal ini seperti yang telah ditulis oleh Djamaluddin Ancok,²² akan tetapi untuk data statistik penulis mencari hasil survey yang tidak terlalu jauh waktunya. Pembahasan ini fokus menyoroti kondisi di Indonesia. Berdasarkan data statistik hasil survei yang dilakukan oleh Komnas Perlindungan Anak di 33 provinsi, dari Januari sampai Juni tahun 2008, sebanyak 21,2% remaja di Indonesia mengaku pernah melakukan aborsi, akibat hubungan di luar nikah dengan teman dekatnya. Remaja itu 97% siswa SMP dan SMA.²³ Kurangnya untuk data statistik tahun 2011 belum ditemukan, hal ini tidak menjadi suatu signifikansi selagi dapat dicermati lebih jauh dan menjadi suatu pelajaran tersendiri.

Kasus di atas wajar jika adanya keprihatinan dan perlu penanganan yang lebih ditingkatkan mengingat hamil remaja sebelum nikah memiliki aspek negatif dari si ibu dan anak yang dilahirkan. Selain itu, keluarga si ibu juga akan mengalami penderitaan batin, seperti rasa malu pada tetangga dan teman-temannya. Hal tersebut memberikan suatu gambaran dan opini publik yang negatif di mata masyarakat.

Atas dasar kasus di atas, maka selanjutnya akan banyak menyorot aspek negatif, berbagai dampak yang akan ditinjau lebih jauh dan ditekankan pada segi psikologi sosial. Dampak negatif itu akan terjadi pada perkembangan psiko-sosial si anak. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi di antaranya:

1. Sikap toleransi masyarakat dan orang tua terhadap kehamilan di luar nikah. Pada aspek ini kebanyakan masyarakat bersikap sinis pada mereka yang hamil sebelum nikah. Sedangkan peran orang tua sangat besar pengaruhnya, jika orang tua benci dan memarahi anak yang hamil maka persoalan semakin serius. Dari sebab di atas, anak akan mengalami ketegangan mental (stress) dan akan mempengaruhi kehamilan. Suatu hal yang sangat penting yang berkaitan dengan toleransi lingkungan sosial yakni bagaimana orang tua si ibu terhadap bayi yang lahir. Penerimaan anak yang sangat besar pengaruhnya bagi perkembangan psiko-sosial anak.

²² Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori S., *Psikologi Islami...*, hal. 25-34.

²³ Komunitas AIDS Indonesia, "21,2 Persen Remaja Indonesia Pernah Aborsi," <http://www.aids-ina.org/modules.php?name=News&file=article&sid=3655>, Di unduh pada 1 April 2012.

- Apabila lingkungan menolak kehadiran anak dengan adanya kebencian, maka pertumbuhan mental anak akan terganggu.
2. Umur si ibu mempengaruhi aspek psikologi si anak. Usia ibu remaja sebenarnya belum siap menjadi ibu dalam arti keterampilannya dalam merawat anak. Ibu muda lebih menonjol sifat keremajaannya daripada sifat keibuannya. Sifat keremajaan masih labil emosinya, masa depan yang belum terpikirkan, masih pada transisi yang penuh dengan konflik.
 3. Aspek sosial-ekonomi si ibu. Anak remaja hamil di luar nikah, menyebabkan putus sekolah. Remaja hamil malu untuk melanjutkan sekolahnya. Rendahnya tingkat pendidikan akan menyulitkan remaja atau si ibu untuk berdiri sendiri dalam menunjang kehidupan keluarganya. Kesulitan ekonomi sebagian besar akan membuat si ibu mengalami ketegangan mental, yang akan mempengaruhi kehamilan dan interaksi sosial ibu dengan anaknya setelah lahir.

Ketiga hal di atas saling berkaitan satu sama lain dalam memberikan dampak negatif ibu dan anak. Sedangkan di bawah ini akan dijelaskan dampak psiko-sosial yang terjadi pada anak, sebagai berikut:

1. Perkembangan kognitif. Berdasarkan hasil penelitian di Amerika bahwa anak yang dilahirkan dari ibu remaja mempunyai tingkat kecerdasan lebih rendah. Hal ini dikarenakan si ibu belum mampu memberikan stimulasi mental pada anak-anak mereka, kembali pada belum adanya kesiapan untuk menjadi seorang ibu.
2. Perkembangan sosial dan emosional. Berdasarkan hasil penelitian Balwin dan Cain yang dikutip Djameluddin Ancok, bahwa anak-anak yang lahir dari ibu remaja mempunyai sifat *over active*, rasa bermusuhan besar, kurang mampu mengontrol emosi dan lebih impulsif (sesuai dorongan hati, cepat bertindak atau spontanitas) jika dibandingkan dengan anak-anak yang lahir dari ibu dewasa. Hal tersebut sehingga mempengaruhi penyesuaian anak terhadap lingkungan, baik di sekolah maupun luar sekolah.
3. Prestasi sekolah. Prestasi sekolah sebagian besar dipengaruhi oleh kemampuan kognitif. Anak yang angka kecerdasannya rendah biasanya prestasi kurang baik. Kemampuan penyesuaian diri dengan keadaan sekolah juga menentukan prestasi belajar. Anak yang agresif, suka menyerang, sukar diatur ini sering kali dianggap anak nakal oleh bapak dan ibu guru. Hal ini akan menimbulkan bias dalam menilai prestasi anak.

4. Perkembangan seksual. Dari hasil penelitian Baldwin dan Cain melaporkan, bahwa tanda-tanda terjadinya efek estafet dari kehamilan remaja bagi generasi penerus. Anak yang dilahirkan dari ibu remaja kebanyakan mengalami kehamilan saat remaja juga, jika dibandingkan anak yang dilahirkan dari ibu dewasa, sehingga banyak dampak negatif yang akan ditimbulkan ke generasi selanjutnya. Efek estafet ini akan menjadi sangat memprihatikan bagi kualitas manusia di masa depan. Anak yang memiliki kecerdasan rendah, akan mudah terperangkap dalam hal yang sesat dan negatif. Anak yang mengalami gangguan penyesuaian diri akan lebih mudah untuk berbuat kriminal.

Berbagai hal yang mempengaruhi sampai dampak yang signifikan untuk kehidupan generasi bangsa tersebut, akan ada beberapa solusi Islami yang diajukan. Mengingat kasus di atas, secara ilmiah telah menggambarkan sebab Islam melarang perzinahan dan dalam al-Qur'an telah disebut, di antaranya:

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّيْنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا^ط

“Dan janganlah kamu mendekati zina; Sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji, dan suatu jalan yang buruk.” (QS. al-Isrā’: 32).²⁴

وَالَّتِي يَأْتِيَنَّ الْفَاحِشَةَ مِنْ نِسَائِكُمْ فَاسْتَشْهِدُوا عَلَيْهِنَّ أَرْبَعَةً مِّنْكُمْ فَإِنْ شَهِدُوا فَأَمْسِكُوهُنَّ فِي الْبُيُوتِ حَتَّىٰ يَتَوَفَّيَهُنَّ الْمَوْتُ أَوْ يَجْعَلَ اللَّهُ لَهُنَّ سَبِيلًا^ط

“Dan (terhadap) Para wanita yang mengerjakan perbuatan keji, hendaklah ada empat orang saksi di antara kamu (yang menyaksikannya). kemudian apabila mereka telah memberi persaksian, maka kurunglah mereka (wanita-wanita itu) dalam rumah sampai mereka menemui ajalnya, atau sampai Allah memberi jalan lain kepadanya.” (al-Nisā’: 15).²⁵

Solusi yang dapat diajukan adalah pentingnya pendidikan seks. Pendidikan seks memang mengalami perdebatan, karena takutnya menimbulkan keingintahuan anak lebih lanjut dan akan coba-coba. Para pelaku di Indonesia kebanyakan bergama Islam, tidak salah jika mencoba

²⁴ Departemen Agama RI., Mushaf al-Qur'an Terjemah, (Jakarta: al-Huda, 2002), hal. 286.

²⁵ *Ibid.*, hal. 81.

untuk menerapkan solusi Islami. Pendekatan preventif dapat dilakukan dengan menanamkan nilai-nilai agama. Pesan-pesan ajaran agama. Memberikan pengetahuan tentang seks sesuai dengan usia anak, tidak mengikuti pendidikan seks di Negara Barat, tetapi lebih Islami. Banyak ayat-ayat teks yang menjadi dasar dan pengetahuan tentang masalah seksual. Menjelaskan bahwa dengan dikaitkan pendidikan agama, sehingga pendidikan seks tidak menimbulkan keberanian melanggar agama. Ayat-ayat al-Qur'an memberikan penghormatan bahwa seks itu sesuatu yang suci. Beberapa ayat di antaranya:

خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ فَإِذَا هُوَ خَصِيمٌ مُّبِينٌ

“Dia telah menciptakan manusia dari mani, tiba-tiba ia menjadi pembantah yang nyata.” (QS. al-Nahl: 4).²⁶

أَلَمْ يَكُنْ نُطْفَةً مِنْ مَنِيِّ يُمْنَىٰ ﴿٣٧﴾ ثُمَّ كَانَ عَلَقَةً فَخَلَقَ فَسَوَّىٰ

“Bukankah Dia dahulu setetes mani yang ditumpahkan (ke dalam rahim). Kemudian mani itu menjadi segumpal darah, lalu Allah menciptakannya, dan menyempurnakannya.” (QS. al-Qiyamah: 37-38).²⁷

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ ﴿٥﴾ خُلِقَ مِنْ مَّاءٍ دَافِقٍ ﴿٦﴾ تَخْرُجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَالتَّرَائِبِ

“Maka hendaklah manusia memperhatikan dari Apakah Dia diciptakan? Dia diciptakan dari air yang dipancarkan, yang keluar dari antara tulang sulbi laki-laki dan tulang dada perempuan.” (QS. al-Tāriq: 5-7).²⁸

ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا

الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا ءَاخَرَ ﴿٦٦﴾ 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.

²⁶ *Ibid.*, hal. 268.

²⁷ *Ibid.*, hal. 579.

²⁸ *Ibid.*, hal. 592.

kemudian Kami jadikan Dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta yang paling baik.” (QS. al-Mukminūn:14).²⁹

Ayat-ayat di atas menunjukkan betapa kayanya khazanah Islam tentang pendidikan seks. Pendidikan keagamaan, pemeliharaan, dan peningkatan keimanan adalah upaya yang terus dilakukan. Dari kasus di atas dijelaskan dengan tinjauan psikologi, terlihat jelas sebab ilmiah Islam melarang perzinaan.

Epilog

Melakukan kajian Islam dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan. Salah satunya pendekatan psikologi, sebagaimana telah dijelaskan di atas dan pendekatan itu tidak dapat berdiri sendiri, adanya saling keterkaitan dengan pendekatan yang lain. Penerapan pendekatan psikologi, dapat digunakan untuk mengatasi berbagai isu-isu masalah masyarakat yang berkaitan dengan pemeluk atau dengan kata lain obyek berhubungan dengan manusia. Hal ini disebabkan bahwa pendekatan psikologi mengamati berbagai gejala jiwa, tingkah laku, hal-hal yang dirasa perlu peninjauan dengan apa yang telah dilakukan oleh manusia.

Pendekatan psikologi dalam kajian Islam ini tidak lepas dari berbagai sumber Islam yang digunakan untuk membantu menganalisis suatu kondisi. Psikologi berwawasan Islami kurang lebih disebut seperti itu. Hal ini diharapkan berbagai masalah keislaman ketika dikaji dengan pendekatan psikologi, akan memberikan solusi yang bermanfaat bagi kehidupan manusia masa depannya nanti.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu dan M. Umar. *Psikologi Umum*. Surabaya: Bina Ilmu. 1992.
- Ancok, Djamaludin dan Fuad Nashori S. *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2011.
- Atkinson, Rita L. dan Richard C. Atkinson. *Pengantar Psikologi I: Edisi Kedelapan Jilid 1*. Terj. Nurjannah Taufiq. Jakarta: IKAPI. 1997.
- Bastaman, Hanna Djumhana. *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 1995.
- Komunitas AIDS Indonesia, “21,2 Persen Remaja Indonesia Pernah Aborsi,” <http://www.aids->

²⁹ *Ibid.*, hal. 343.

- ina.org/modules.php?name=News&file=article&sid=3655, Di unduh pada 1 April 2012.
- Sarwono, Sarlito W. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Press. 1997.
- Syauqi, Rifaat dkk. *Metodologi Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2000.
- Wade, Carole dan Carol Tavis. *Psikologi: Edisi Kesembilan Jilid 1*. Terj. Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga. 2007.
- Wuryani, Sri Esti D. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo. 2008.