

Pendekatan Etnografis dan Psikologis dalam Studi Islam

Achmad Fadil

achmadfadil135@gmail.com

Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

Abstract

In order to get better understanding about Islamic Study is a knowledge for those who seek and wants to get better about Islamic as a religion in a deeper context which its consist of several aspects, because it's not enough to getting understand about Islam as a religion with only relying to Alqur'an and also hadits, which it means theres also some sources that act as intermediary to tell us about Islam as a religion. One of the method is to take a look into the ethnography and psychology of Islam. Ethnography is a knowledge that telling us about the culture of muslim in Islamic way, while psychology enclousure is the knowledge that discuss about the psychology and mind of a human in Islam perspective.

Keyword: Culture, Psychology/Mind, Islam.

Pendahuluan

Dewasa ini, masalah yang sering kunjung terjadi adalah kesalahpahaman dalam konteks ke-agama-an, tidak dapat dipungkiri bahwa untuk memahami agam secara luas dibutuhkan beberapa cara atau metode yang tepat. Jika ditinjau secara rinci, pendekatan dalam studi Islam ini memiliki beberapa model pendekatan, yang bertujuan untuk memudahkan bagi peneliti dalam memahami studi Islam secara keseluruhan. Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan etnografis dan psikologis.

Pengertian Pendekatan Etnografis

Etnografi secara etimologi berasal dari bahasa Yunani: “*ethno*”, yang berarti budaya dan “*graphy*” yang berarti deskripsi. Dengan demikian, secara etimologi, etnografi adalah deskripsi atau tulisan tentang suatu budaya atau individu atau kelompok. Deskripsi ini bersifat detail, mendalam dan holistik yang dapat menggambarkan segala aspek budaya, seperti pola-pola perilaku verbal dan nonverbal, interaksi antara individu, pengalaman-pengalaman budaya, kepercayaan,

sistem nilai, alat-alat atau artefak yang digunakan dalam keseharian antara lain pola pakaian, bangunan, dan berbagai media pelengkap hidup.¹

Etnografi, ditinjau secara harfiah, berarti tulisan atau laporan tentang suatu suku bangsa yang ditulis oleh seorang antropolog atas hasil penelitian lapangan (*field work*) selama sekian bulan atau sekian tahun. Penelitian antropologis untuk menghasilkan laporan tersebut begitu khas, sehingga kemudian istilah etnografi juga digunakan untuk mengacu pada metode penelitian untuk menghasilkan laporan tersebut.²

Berdasarkan dari definisi etnografis, persoalan disini adalah budaya masyarakat yang digunakan dalam menjalani kehidupannya tersebut masih banyak yang keliru dari ajaran atau nilai-nilai Islam, sebagaimana yang kita ketahui bersama bahwa budaya yang ada di Indonesia merupakan budaya warisan dari ajaran nenek moyang terdahulu, yaitu ajaran Hindu. Fakta yang sering kita temukan bahwa budaya warisan tersebut masih dibawa dalam kehidupan sehari-hari sampai saat ini, yang sebenarnya itu bertentangan dengan ajaran-ajaran yang terdapat di dalam agama Islam.

Sosiohistoris Pendekatan Etnografis

Etnografi baru muncul di akhir abad ke-19, dengan alasan bahwa kerangka evolusi masyarakat dan budaya yang telah disusun oleh para ahli teolog dianggap kini tidak lagi realistis, dan tidak didukung oleh bukti yang nyata. Kemudian dari alasan ini lah muncul pemikiran baru bahwa seorang antropolog harus melihat sendiri kelompok masyarakat yang menjadi objek kainnya, jika dia ingin mendapatkan teori yang lebih mantap.

Penelitian etnografis berkembang dari tahun 1915-1925, tokoh yang melakukan penelitian ini adalah Racliffe-Brown dan Malinowski, kedua tokoh tersebut mengembangkan penelitian etnografi yang menekankan kepada kehidupan masa kini oleh anggota masyarakat sebagai *way of life* suatu masyarakat. Penelitian ini berusaha mendeskripsikan dan membangun struktur sosial budaya suatu masyarakat dan membandingkan sistem sosial dalam rangka mendapatkan kaidah-kaidah umum tentang masyarakat.³

Penelitian etnografi ini terus mengalami perkembangan sampai pada suatu tahap yang disebut dengan etnografi baru (1960-an). Penelitian ini dikembangkan oleh Spradley (1984) dimana

¹ Rachmat Kriyantono, *Public Relation & Crisis Management: Pendekatan Critical Public Relations Etnografi Kritis & Kualitatif*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), 55.

² Spradley, *Metode Etnografi*, (Yogyakarta: Tiara Wacana, 2007), vii.

³ *Ibid.*, ix.

penelitian ini menekankan kepada suatu usaha untuk menemukan bagaimana metode yang digunakan ketika berbagai masyarakat mengorganisasikan budaya mereka dalam pikiran mereka, yang kemudian budaya tersebut digunakan dalam kehidupan.

Contoh persoalan budaya yang telah dijelaskan tersebut sangat berkaitan dengan masalah Aqidah atau keimanan setiap individu yang ada di lingkungan masyarakat, karena dengan Ilmu pengetahuan serta fondasi keimanan yang kuat kita dapat membedakan budaya yang dapat diterima oleh Islam dan budaya yang bertentangan dengan ajaran Islam.

Urgensi dari pendekatan etnografis dalam studi Islam ini adalah agar masyarakat dapat memahami Islam dan Tuhan secara luas, serta dapat mempelajari nilai-nilai Islam yang terkandung di dalam Alqur'an dan Hadis. Hadirnya pendekatan etnografis dalam studi Islam ini bukan bermaksud ingin menyalahkan atau tidak menghormati budaya yang ada, akan tetapi budaya yang ada saat ini masih terkontaminasi oleh budaya-budaya Hindu.

Pengertian Pendekatan Psikologis

Psikologi terdiri dari kata "*psyche*", yang berarti jiwa dan kata "*logos*" yang berarti ilmu pengetahuan, akar kata ini berasal dari bahasa Yunani. Secara harfiah psikologi diartikan dengan ilmu jiwa, sedangkan pengertian psikologi secara istilah dapat diartikan ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik mengenai macam-macam gejalanya, prosesnya maupun latar belakangnya.⁴

Psikologi berasal dari bahasa Inggris *psychology* yang dalam istilah lama disebut ilmu jiwa. Kata *psychology* merupakan dua akar kata yang bersumber dari bahasa Greek (Yunani), yaitu *psyche* yang berarti jiwa, dan *logos* yang berarti ilmu. Jadi, secara harfiah psikologi memang berarti ilmu jiwa.⁵

Psikologi Islam menekankan sebuah aspek yaitu kesadaran bahwa ilmu ini mencoba membuka rahasia sunatullah yang bekerja pada diri manusia terutama dengan menggunakan akal budi dan metodologi yang tepat. Dengan kesadaran ini maka wawasan, teori, konsep, metode, dan hasil-hasil kajian pasti mengandung kebenaran, meskipun bukan kebenaran yang mutlak dan paripurna. Untuk mendekati kebenaran maka diperlukan ilmu sains yang dilandasi nilai-nilai agama: *Islamisasi Psikologi*.⁶

⁴ Arif Khoiruddin, *Pendekatan Psikologi Dalam Studi Islam*, Jurnal An-nafs, Vol.2, No.1 Juni, 2017, 3.

⁵ Muhammad Ichsan, *Psikologi Pendidikan dan Ilmu Mengajar*, Jurnal Edukasi, Vol.2, Nomor 1, Januari, 2016, 62.

⁶ Sekar Ayu Aryani, *Psikologi Islam Sejarah, Corak dan Model*, (Yogyakarta: SUKA-Press, 2018), 116.

Sosiohistoris Pendekatan Psikologis

Psikologi Islami merupakan suatu kajian yang baru muncul dalam khazanah psikologi. Kajian-kajian yang telah banyak dilakukan oleh para ahli dalam wilayah psikologi adalah psikologi agama. Kajian-kajian tersebut telah dibahas oleh beberapa ahli di dalam karyanya masing-masing, yaitu misalnya seperti James A. Leuba (*Psychology Study of Religion*, 1912), Bernard Spilka (*The Psychology of Religion*, 1945), Gordon Allport (*The individual and his religion*, 1950), Raymond Polutjian (*Invitation to the Psychology of Religion*, 1983), dan David Wulff (*Psychology of Religion: Classic and Contemporary*, 1991).

Dari semua ahli yang telah melakukan kajian psikologi agama dapat dijadikan contoh salah satunya adalah David Wulff dengan karyanya *Psychology of Religion*. David Wulff menjelaskan perihwal perkembangan kajian psikologi agama baik era klasik maupun kontemporer, meskipun demikian, dari semua ahli beserta karyanya belum ada yang secara khusus membahas persoalan-persoalan yang spesifik dalam keberagamaan muslim.

Kajian-kajian mengenai psikologi agama sebagian besar berangkat dari gejala fenomena keagamaan secara umum, sehingga pada akhirnya hasil dari kajian tersebut masih berupa penjelasan mengenai keberagamaan secara umum. Meskipun beberapa kajian psikologi agama telah masuk ke dalam ranah gejala keagamaan secara spesifik, namun masih belum memberikan penjelasan yang sepenuhnya mengenai karakter tentang aspek kejiwaan agama tersebut.⁷

Lahirnya kajian psikologi Islami ini disebabkan karena kurangnya esensi ke-islam-an yang terdapat pada kajian psikologi pada umumnya, dan cenderung lebih merujuk kepada rujukan barat dibandingkan kepada rujukan Islam, hal ini membuat kejanggalan dan menyulitkan bagi pemeluk agama Islam untuk memahami konteks psikologi yang diinginkan atau sesuai dengan Islam, yang merujuk kepada Alqur'an dan Hadis.

Pendekatan Etnografis Dalam Studi Islam

Pada umumnya, kebudayaan ini terdapat di setiap daerah pelosok negeri dengan bentuk dan ciri khas yang berbeda-beda, salah satu contohnya yaitu kebudayaan yang terdapat di masyarakat Jawa. Ditinjau dari sejarahnya, kebudayaan ini diwarisi oleh ajaran agama nenek moyang yang notabene masih beragama Hindu-Budha, maka yang diwariskan oleh ajaran nenek moyang ini adalah kebudayaan dari akulturasi dua agama yaitu Hindu-Budha, atau lebih dikenal dengan sebutan kejawen.

⁷ *Ibid.*, ix.

Sebagian masyarakat Jawa sampai saat ini masih mempercayai tradisi seperti memberikan sedekah laut yang berupa sesajen untuk para leluhur, budaya seperti ini masih sering dilakukan pada tanggal satu suro', yang dipercayai bahwa akan mendatangkan beberapa keajaiban seperti misalnya keselamatan, rezeki yang berlimpah, dan lain sebagainya. Khusus di daerah Yogyakarta, sesajen seperti ini biasanya diberikan untuk ratu pantai Selatan, yaitu Nyi Roro Kidul.

Selain daripada budaya di Jawa, ada contoh lain bahwa budaya masyarakat yang saat ini masih menyimpang dengan syari'at Islam, yaitu budaya *ngaben* di Bali. Istilah *ngaben* berasal dari kata abu, kemudian menjadi *ngabu-in*, dan disingkat menjadi *ngabon*. Ada pendapat yang mengatakan bahwa kata *ngabon* itu memiliki makna bahwa mayat itu dibakar menjadi abu, kemudian seiring berjalannya waktu kata *ngabon* ini berubah menjadi *ngaben*. Dijelaskan di dalam kromo inggil bahwa masyarakat Jawa dan Bali dalam merubah kata kasar menjadi halus cukup mengubah beberapa kata saja, misalnya seperti *ngonkon* (kasar), menjadi *ngenken* (halus), dan juga *metakon* (kasar) menjadi *metaken* (halus), kemudian *ngabon* (kasar) menjadi *ngaben* (halus).⁸

Penjelasan di atas merupakan penjelasan mengenai kebudayaan yang masih menyimpang dari ajaran agama Islam, alqur'an melarang tegas bagi umat muslim untuk mengikuti kebudayaan seperti ini, dan alqur'an juga memerintahkan untuk segera meninggalkan kebudayaan yang terbilang sesat ini. Adapun dalil ayat alqur'an yang menjelaskan tentang masalah ini adalah surat An-Nahl ayat 123

ثُمَّ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ أَنْ اتَّبِعْ مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ

Artinya: “Kemudian Kami wahyukan kepadamu (Muhammad): “Ikutilah agama Ibrahim seorang yang hanif”, dan bukanlah dia termasuk orang-orang yang mempersekutukan Tuhan.” (Q.S. An-Nahl: 123)

Ayat di atas memberikan gambaran bagi umat Islam sebagaimana ketika Allah memerintahkan Rasulullah SAW untuk meninggalkan kebudayaan-kebudayaan yang pada saat itu masih menyimpang dari ajaran Islam, dan kemudian juga memerintahkan agar Rasulullah SAW mengikuti ajaran Nabi Ibrahim yang berada di jalan yang lurus. Sebab turunya ayat tersebut adalah karena keengganan kaum kafir mengikuti tuntunan Rasulullah SAW, pada ayat ini Allah

⁸ Enung Solihah, *Ngaben Sarat Dan Relevansinya Di Masa Kini*, Skripsi Perbandingan Agama, Ushuluddin, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2011), 11.

memperingatkan semua orang tentang apa yang akan di alami oleh orang-orang kafir pada suatu hari ketika mereka tidak dapat membela diri.⁹

Adapun ayat alqur'an yang menjelaskan tentang konteks kebudayaan dalam Islam adalah surat Al-Hujurat ayat 13

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَىٰ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: *"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."* (Q.S. Al-Hujurat: 13)

Ayat ini menerangkan bahwa budaya di dalam ajaran Islam justru bersifat sosial dan cenderung untuk mempersatukan umat muslim dalam meningkatkan ukhuwah Islamiyah serta keimanan dalam hal ibadah kepada Allah. Selain daripada itu, ayat ini juga menjelaskan bahwa manusia pada dasarnya manusia diciptakan oleh Allah dalam keanekaragaman bangsa dan suku, dengan adanya perbedaan warna kulit bukan untuk saling mencemooh satu sama lain akan tetapi supaya saling mengenal dan saling menolong. Dan Allah SWT tidak menyukai orang-orang yang memperlihatkan kesombongan melalui faktor keturunan, kepangkatan, atau kekayaannya, karena yang paling mulia di sisi Allah hanya orang yang paling bertaqwa.¹⁰

Metode Penerapan Pendekatan Etnografis

Etnografi sebagai model pendekatan memiliki karakteristik dan langkah-langkah dalam menerapkan pendekatan, langkah-langkah nya adalah sebagai berikut:

1. Menetapkan Informan

Dalam langkah pertama ini ada beberapa syarat yang harus dipenuhi dalam menetapkan informan, yaitu antara lain: Enkulturasasi penuh, Keterlibatan langsung, Memiliki waktu yang cukup, dan Non analitis.

2. Melakukan Wawancara Dengan Informan

Kegiatan wawancara dengan informan ini sebaiknya dilakukan dengan rasa persaudaraan, dan juga sebaiknya peneliti menyampaikan pertanyaan apa yang menjadi tujuan dari awal

⁹ Sonhadji, Zaini Dahlan, *Alqur'an dan Tafsirnya*, (Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Wakaf Milik UII, 1990), Juz 13-15, 496.

¹⁰ *Ibid.*, Juz 25-27, 441.

kepada informan. Kemudian pertanyaan yang diberikan harus meliputi pertanyaan yang mengenai etnografis, yang bersifat deskriptif, struktural, dan kontras.

3. Membuat Catatan Etnografis

Catatan etnografis disini dapat berupa laporan secara ringkas, laporan yang sudah diperjelas, jurnal lapangan yang harus diberikan analisis atau interpretasi. Catatan terpenting bagi peneliti adalah identitas informan.

4. Mengajukan Pertanyaan Deskriptif

Pertanyaan yang bersifat deskriptif ini berguna untuk merefleksikan setempat, pertanyaan dapat diawali dengan bentuk perihatin, kerja sama, dan partisipasi.

5. Melakukan Analisis Wawancara Etnografis

Analisis yang dibuat dapat dikaitkan dengan simbol dan makna yang disampaikan oleh informan, disini peneliti bertugas untuk memberikan sandi dan simbol budaya serta melakukan identifikasi aturan-aturan sandi yang mendasar.

6. Membuat Analisis Domain

Peneliti membuat istilah pencakup dari apa yang ditanyakan oleh informan.

7. Mengajukan Pertanyaan Struktural

Pertanyaan struktural ini bertujuan untuk melengkapi pertanyaan deksriptif yang telah diberikan sebelumnya.

8. Membuat Analisis Taksonomik

Berdasarkan pengertiannya, taksonomik merupakan upaya atau usaha untuk memfokuskan pertanyaan yang telah diberikan, jadi analisis taksonomik analisis yang dibuat berdasarkan fokus pertanyaan yang telah diberikan.

9. Mengajukan Pertanyaan Kontras

Peneliti dapat mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat kontras, guna untuk mendapatkan jawaban yang berbeda.

10. Membuat Analisis Komponen

Analisis komponen ini sebaiknya dilakukan ketika peneliti berada di lapangan, hal ini guna untuk mencegah apabila ada hal-hal yang masih perlu ditambah tidak tertinggal, dan kemudian peneliti dapat melakukan wawancara ulang dengan informan.

11. Menemukan Tema-Tema Budaya

Penemuan tema budaya ini dapat dikatakan merupakan akhir dari analisis etnografi, apabila peneliti mampu menemukan tema budaya maka dapat dikatakan peneliti telah berhasil dalam melakukan penelitiannya tersebut.

12. Menulis Etnografi

Menulis etnografi ini sebaiknya dilakukan secara deskriptif dengan menggunakan bahasa yang mudah, apabila peneliti diharuskan untuk bercerita tentang suatu kejadian, maka sebaiknya peneliti bercerita dengan bahasa yang tidak membosankan pembaca.¹¹

Kelebihan dan Kekurangan Pendekatan Etnografi

1. Kelebihan

- a. Menghasilkan pemahaman yang mendalam. Karena hal yang dicari dalam penelitian ini bukan hal yang tampak, yang terkandung dalam hal yang nampak tersebut.
- b. Mendapatkan atau memperoleh data dari sumber utama yang berarti memiliki tingkat validasi yang tinggi.
- c. Menghasilkan deskripsi yang kaya, penjelasan yang spesifik dan rinci.
- d. Peneliti berinteraksi langsung dengan masyarakat sosial yang akan diteliti.
- e. Membantu kemampuan berinteraksi karena menuntut kemampuan bersosialisasi dalam budaya yang ia coba untuk dijelaskan.

2. Kekurangan

- a. Menuntut seorang peneliti yang memiliki latar belakang pengetahuan yang kuat, mengetahui dengan jelas subyek yang akan diteliti atau dipelajari.
- b. Perspektif pengkajian kemungkinan dipengaruhi oleh kecenderungan budaya peneliti.
- c. Membutuhkan jangka waktu yang panjang untuk mengumpulkan data dan mengelola data.
- d. Pengaruh budaya yang diteliti dapat mempengaruhi psikologis peneliti, ketika peneliti kembali kebudaya asalnya.
- e. Peneliti yang tidak memiliki kemampuan sosialisasi, terdapat kemungkinan penolakan, dari masyarakat yang akan diteliti.¹²

¹¹ Spradley, *Metode Etnografi*, 61.

¹² *Ibid.*, 62.

Pendekatan Psikologis Dalam Studi Islam

Kata jiwa atau kepribadian pada awalnya berasal dari bahasa latin yaitu “*persona*”, di dalam bahasa Inggris yaitu “*personality*”, *persona* memiliki makna sama dengan “topeng”. Pada awalnya istilah “topeng” ini digunakan untuk pemain sandiwara, akan tetapi saat ini telah menjadi suatu istilah untuk membuat gambaran sosial yang dimiliki seseorang. Dengan maksud lain untuk menggambarkan keadaan atau penampilan fisik seseorang, gaya bicara, dan daya tarik seseorang.¹³

Sedangkan dalam bahasa Arab kontemporer, kepribadian disebut dengan istilah *syakhsiyyah*, istilah *syakhsiyyah* ini berbeda dengan istilah *akhlaq*, karena *akhlaq* hanya mencakup segi batin manusia, sedangkan *syakhsiyyah* mencakup lahir dan batin manusia. Jiwa disini mencakup seluruh aspek dan dimensi psikis manusia yang terkandung di dalamnya segala kehidupan batin manusia dengan segala sifat dan potensinya.¹⁴

Carl Gustav Jung menjelaskan perihal fungsi-fungsi jiwa yang ada di dalam tubuh manusia, berikut penjelasan serta contoh tabel mengenai fungsi-fungsi jiwa

Fungsi Jiwa	Sifat Jiwa	Cara Bekerja Jiwa
Pikiran	Rasioanal	Dengan penilaian: Benar atau Salah
Perasaan	Rasional	Dengan penilaian: Senang atau Tidak senang
Penginderaan	Irrasional	Tanpa penilaian: Sadar indera
Intuisi	Irrasional	Tanpa penilaian: Tidak sadar naluriah

Empat macam fungsi jiwa ini mencakup pikiran, perasaan, penginderaan, dan intuisi. Dari ke-empat fungsi jiwa ini terbagi menjadi dua macam, yaitu pikiran dan perasaan, kemudian penginderaan dan intuisi. Fungsi jiwa ini terbagi berdasarkan sifat jiwa dari setiap fungsi, pikiran dan perasaan bersifat rasional, dan penginderaan serta intuisi bersifat irrasional.

¹³ Rafy Sapuri, *Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2017), 149.

¹⁴ Muhammad Hasbi, *Konsep Jiwa Dan Pengaruhnya Dalam Kepribadian Manusia (Studi atas Tafsir Al-Misbah Karya Quraish Shihab)*, Jurnal Tafsir, Vol.17, No.1, Januari, 2016, 49.

Berdasarkan fungsi dan sifat jiwa tersebut, sifat manusia terbagi menjadi dua tipe, yaitu *ekstrovert* dan *introvert*. Berikut penjelasan lebih lanjut mengenai *ekstrovert* dan *introvert*:

1. *Ekstrovert*

Menurut Moris, *ekstrovert* merupakan suatu kepribadian yang dimiliki seseorang berdasarkan pengaruh dari hasil orientasi dari luar diri yang dipilihnya sebagai suatu keputusan dan jika ini dijadikan sebagai suatu kebiasaan, maka individu tersebut termasuk dalam kategori *ekstrovert*.

Sedangkan menurut Jung, *ekstrovert* ini adalah sifat terbuka dari energi fisik, yaitu artinya kepribadian ini adalah sesuatu yang menarik minat seseorang terhadap objek di sekitarnya, yang mencakup pikiran, perasaan, dan tingkah laku sangat bergantung pada lingkungannya, dan juga berfungsi sebagai penghubung antara objek tersebut.

2. *Introvert*

Menurut Moris, *introvert* merupakan sifat manusia yang dipengaruhi oleh dunia subjektif atau dunia dirinya sendiri. Orientasi pada sifat ini lebih banyak tertuju kepada dirinya sendiri, yang mencakup pikiran, perasaan, dan tingkah laku ditentukan oleh faktor subjektif.

Sedangkan menurut Jung, jiwa *introvert* ini lebih suka memasuki jiwa imajiner, maksudnya adalah perasaan dari jiwa *introvert* ini sangat halus dan cenderung untuk tidak melahirkan emosi secara mencolok atau jelas, kemudian sensitif terhadap kritikan, pemalu, suka menyendiri, dan bersikap lebih tenang dibandingkan *ekstrovert*.¹⁵

Manusia Sebagai *Insan*

Kata *insan* diambil dari kata *uns* yang berarti jinak, harmonis, ramah, bersahabat, dan tampak. Definisi ini menurut pandangan Islam lebih tepat dibandingkan dengan definisi bahwa kata *insan* berasal dari kata *nasiya* yang artinya lupa atau lalai, atau juga *nasa-yanusu* yang artinya berguncang. Salah seorang tokoh yang bernama Binti al-Syathi' menjelaskan dalam kitab *Al-Qur'an wa Qadhaya Al-Insan*, bahwa kata *insan* sering dihadapi dengan kata *jin* atau *jan*. Jin adalah makhluk halus yang tidak tampak, sedangkan manusia adalah makhluk yang nyata dan juga ramah.

¹⁵ *Ibid.*, 153-154.

Alqur'an menggunakan kata *insan* bertujuan untuk merujuk kepada seluruh esensi yang ada pada diri manusia, baik jiwa dan raga, dan juga psikis maupun fisik. Manusia menjadi berbeda dengan yang lain karena perbedaan fisik, psikis, dan kecerdasan yang dimiliki.¹⁶

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَىٰ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: “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.” (Q.S. Al-Hujurat: 13)¹⁷

Tafsir dari ayat ini adalah Allah SWT menjelaskan bahwa manusia diciptakan-Nya berbagai-bagai bangsa dan suku, berbeda-beda warna kulit bukan untuk saling mencemoohkan, akan tetapi supaya saling mengenal dan saling menolong. Dan Allah ta'ala tidak menyukai orang-orang yang memperlihatkan kesombongan dengan keturunannya, kepangkatan, atau kekayaannya karena yang paling mulia di antara di sisi Allah hanya orang yang paling bertaqwa.¹⁸

Manusia Sebagai *Basyar*

Kata *basyar* diambil dari akar kata yang pada mulanya berarti penampakan sesuatu yang baik dan indah. Kemudian dari definisi ini lah lahir istilah *basyarah* yang berarti kulit. Manusia sering disebut dengan istilah *basyarah* ini karena kulit manusia ini terlihat jelas dan sangat berbeda dengan kulit hewan.

Alqur'an menggunakan kata *basyar* sebanyak tiga puluh enam kali dengan tujuan merujuk kepada manusia dari sudut pandang lahiriyah serta membuat persamaan antara manusia yang satu dengan manusia seluruhnya. Dengan tujuan ini maka Rasulullah SAW diperintahkan untuk menyampaikan kepada seluruh manusia khususnya kepada umatnya.¹⁹

قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا

¹⁶ Sekar Ayu Aryani, *Psikologi Islam Sejarah, Corak dan Model*, 96.

¹⁷ Dudung Abdullah, *Konsep Manusia Dalam Alqur'an (Telaah Kritis Tentang Makna dan Eksistensi)*, Jurnal Al-Daulah, Vol.6, No.2, Desember, 2017, 335.

¹⁸ Sonhadji, Zaini Dahlan, *Alqur'an dan Tafsirnya*, Juz 25-27, 441.

¹⁹ Sekar Ayu Aryani, *Psikologi Islam Sejarah, Corak dan Model*, 97.

Artinya: “*Sesungguhnya aku ini hanya seorang manusia seperti kamu, yang diwahyukan kepadaku. Bahwa sesungguhnya Tuhan kamu itu adalah Tuhan Yang Maha Esa. Barang siapa mengharap perjumpaan dengan Tuhannya, maka hendaklah ia mengerjakan amal shaleh dan janganlah ia mempersekutukan seorangpun dalam beribadat kepada Tuhannya*” (Q.S..Al-Kahfi: 110)

Tafsir ayat ini adalah bahwa Rasulullah SAW adalah seorang manusia biasa seperti manusia lainnya, mengakui bahwa semua ilmuku tidak sebanding dengan apa yang ada pada Allah, aku mengetahui sekedar apa yang diwahyukan Allah kepadaku, dan tidak tahu yang lainnya kecuali apa yang Allah ajarkan kepadaku. Dan Allah telah mewahyukan kepadaku bahwa: “Yang disembah oleh kita semua hanya Allah sebagai Tuhan Yang Maha Esa, yang tidak ada sekutu baginya, barang siapa yang menginginkan perjumpaan dengan Allah, maka hendaklah dengan tulus dalam beribadah dan tidak melakukan syirik baik yang terang-terangan maupun tersembunyi.”²⁰

Manusia Sebagai *Bani Adam*

Kata *Bani* berasal dari kata *bana* yang artinya membina, membangun, mendirikan, dan menyusun. Jadi *Bani Adam* artinya adalah susunan keturunan anak cucu adam dan generasi selanjutnya. Dari permulaan kehadiran anak cucu Adam sama seperti halnya hewan di bumi ini, hanya manusia yang mencapai tahapan Adam yang mampu memikul tanggung jawab. Beberapa tokoh mengatakan, manusia lah yang beradab, sedangkan jin adalah makhluk tidak beradab. Namun manusia ini pun akan terus berlanjut dan berakhir dengan kondisi yang lebih tinggi dari Adam. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa manusia adalah ciptaan Tuhan yang berasal dari keturunan Adam yang jelas wujudnya. mampu berpikir, berbicara, dan mampu hidup dalam komunitas kemasyarakatan.²¹

﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا﴾

Artinya: “*Dan sesungguhnya telah Kami muliakan anak-anak Adam, Kami angkat mereka di daratan dan di lautan, Kami beri mereka rezki dari yang baik-baik dan Kami*

²⁰ Sonhadji, Zaini Dahlan, *Alqur'an dan Tafsirnya*, Juz 16-18, 27.

²¹ H.G. Sarwar, *Filsafat Alqur'an*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1990), 109.

lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang telah Kami ciptakan.” (Q.S. Al-Isra’: 70)²²

Tafsir ayat ini adalah Allah SWT menjelaskan bahwa Dia telah memuliakan Adam dengan raut muka yang indah, potongan yang serasi dan diberi akal, agar dapat menerima petunjuk, untuk berbudaya dan berpikir guna mencari keperluan hidupnya, mengelola kekayaan alam serta menciptakan alat pengangkut di darat, di lautan maupun di udara. Dan Allah telah memberikan rizqi yang baik kepada mereka, yang terdiri dari makanan yang ada di dapat dari tumbuhan dan binatang.²³

Adapun hadis Rasulullah SAW yang menjelaskan tentang proses penciptaan manusia pertama yaitu Nabi Adam A.S.

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى خَلَقَ آدَمَ مِنْ قَبْضَةٍ قَبَضَهَا مِنْ جَمِيعِ الْأَرْضِ فَجَاءَ بَنُو
آدَمَ عَلَى قَدْرِ الْأَرْضِ فَجَاءَ مِنْهُمْ الْأَحْمَرُ وَالْأَحْمَرُ وَالْأَبْيَضُ وَالْأَسْوَدُ وَبَيْنَ
ذَلِكَ وَالسَّهْلُ وَالْحَزْنُ وَالْحَيِيثُ وَالطَّيِّبُ.

Artinya: “*Sesungguhnya Allah SWT menciptakan Adam dari sekepal tanah yang diambil dari berbagai belahan bumi. Maka anak cucunya lahir sesuai dengan asal tanahnya, ada yang berkulit warna merah, putih, hitam, dan ada yang di antaranya, dan tabiatnya ada yang lembut, keras, buruk dan baik.*” (H.R. Tirmidzi)²⁴

Berdasarkan dari penjelasan hadis tersebut, dapat disimpulkan bahwa manusia diciptakan dalam keadaan dan asal yang berbeda-beda, adapun di dalam riwayat lain yang menjelaskan bahwa proses penciptaan Nabi Adam A.S. berasal dari tanah yang berbeda yang berada di seluruh belahan bumi. Dari penjelasan itu dapat kita pahami bahwa Allah dengan sengaja menciptakan Adam A.S. dari sumber yang berbeda dengan tujuan agar anak cucu dan keturunannya dapat saling mengenal, menyayangi dan melengkapi.

²² Dudung Abdullah, *Konsep Manusia Dalam Alqur'an (Telaah Kritis Tentang Makna dan Eksistensi)*, 338.

²³ Sonhadji, Zaini Dahlan, *Alqur'an dan Tafsirnya*, Juz 13-15, 622.

²⁴ Aan Parhani, *Adam A.S. Dalam Perspektif Hadis (Suatu Kajian Tematik Terhadap Hadis 'Adam Abu Al-Basyar)*, Jurnal Tafsir Hadis, Vol.6, No.1, 2012, 6.

Unsur-Unsur Psikologi Islam

1. *Nafs* (Jiwa)

Menurut Mubarak, diri atau *nafs* memiliki arti sisi dalam manusia yang dicipta secara sempurna dimana di dalamnya terkandung potensi baik dan buruk. Oleh sebab itu, *nafs* dapat digarisbawahi memiliki dua kecenderungan, yaitu antara lain dapat berbuat baik dan buruk, serta memiliki dorongan dan tingkah laku. Kedua kecenderungan tersebut merupakan merupakan indikasi manusia yang tidak selamanya baik atau selamanya buruk, maka apabila ada suatu persepsi yang menyatakan pendewaan terhadap kebaikan seseorang dan juga persepsi penghinaan terhadap kesalahan seseorang itu merupakan persepsi yang salah, karena pada dasarnya di dalam diri manusia memiliki dua potensi yang cenderung dapat melakukan itu semua.²⁵

2. *Qalb* (Hati)

Menurut Al-Ghazali *qalb* adalah unsur halus yang bersifat ke-Tuhan-an dan metafisik yang berada pada bentuk hati yang bersifat jasmani, dengan hati juga manusia mampu menembus rahasia alam ghoib serta nilai-nilai ketuhanan. Sedangkan menurut Mubarak, *qalb* bermaksud kepada jantung dan bukan hati, karena menurutnya ungkapan untuk hati ialah *al-kabid*, karena apabila ditinjau secara etimologi *qalb* memiliki makna bolak-balik, hal ini menunjukkan sifat manusia yang suka bolak-balik dan tidak konsisten.²⁶

Mengenai pembahasan ini ada sebuah hadis yang menjelaskan bagaimana esensi *qalb* tersebut, hadis tersebut berbunyi: “*Ketahuilah bahwa di dalam tubuh ada sekepal daging, kalau itu baik, baiklah seluruh tubuh. Kalau itu rusak, rusaklah seluruh tubuh, itulah Qalb.*” (H.R. Bukhari Muslim)²⁷

3. Akal

Menurut Ma'an Ziyadat dan Ar-Raghib Al-Ashfahany, makna akal apabila ditinjau secara etimologi memiliki makna *al-imsak* (menahan), *al-ribath* (ikatan), *al-hajr* (menahan), *an-nahy* (melarang), dan *man'u* (mencegah). Karena memang pada dasarnya kata akal itu

43. ²⁵ Rafy Sapuri, *Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2017),

²⁶ *Ibid.*, 44.

²⁷ *Ibid.*,

sendiri tidak dapat ditemukan dalam bentuk benda, maka perlu dilakukan peninjauan lain untuk mengetahui makna sebenarnya tentang akal.²⁸

4. *Syahwat* (Nafsu Syahwat)

Menurut Mubarak, *syahwat* merupakan fitrah bagi manusia yang bersifat cenderung dan universal, setiap manusia yang menjalankan segala sesuatu dengan mengikuti fitrah ini dan jika dilakukan secara benar dan sah menurut syari'at, maka akan bernilai ibadah atau sekurang-kurangnya hukumnya mubah, misalnya seperti menyukai lawan jenis, menyayangi anak, dan sebagainya.²⁹

5. *Hawa* (Hawa Nafsu)

Mubarak mendefinisikan hawa nafsu sebagai dorongan bagi manusia kepada sesuatu yang bersifat rendah dan tanpa mempertimbangkan nilai-nilai moralitas. Apabila manusia mengikuti hawa nafsunya dalam menentukan pilihan, maka manusia tersebut akan mendapatkan kenikmatan yang sesaat atau sementara, dan bukan kenikmatan yang abadi, dan sebaliknya apabila manusia lebih mengikutui tuntunan agama dalam menentukan pilihan, maka akan mendapatkan kenikmatan yang abadi.³⁰

Metode Penerapan Pendekatan Psikologis

1. *Opposite Therapy*

Secara etimologi, *opposite therapy* dapat diartikan dengan terapi berlawanan, dalam konteks Islam maksud dari terapi berlawanan ini adalah terapi dengan cara mengganti sifat-sifat tercela dengan sifat-sifat terpuji. *Opposite therapy* disini berkaitan dengan penyakit hati, dijelaskan bahwa orang yang sehat bukan berarti orang yang tidak pernah terkena penyakit, akan tetapi orang yang sehat itu adalah orang yang apabila terkena penyakit langsung mencari obat untuk penyakitnya itu. Adapun ayat alqur'an yang menjelaskan tentang ini adalah

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam

²⁸ *Ibid.*, 49.

²⁹ *Ibid.*, 51.

³⁰ *Ibid.*, 53.

dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.” (Q.S. Yunus: 57)

Tafsiran ayat ini adalah Allah telah memberikan peringatan kepada manusia bahwa Dia telah mendatangkan kitab suci berupa Alqur'an melalui Rasul-Nya sebagai pedoman hidup manusia. Pedoman-pedoman hidup yang tercantum dalam alqur'an antara lain adalah: *Mau'idzah* (pelajaran), *Syifa'* (kesembuhan), *Hudan* (petunjuk), dan *Rahmah* (karunia).³¹

2. Ibadah

a. Sholat

Adapun empat aspek yang terdapat dalam sholat, yaitu: aspek olahraga, aspek meditasi, aspek auto-sugesti, dan aspek kebersamaan. Berikut penjelasan mengenai empat aspek tersebut:

1) Aspek Olahraga

Sholat dapat dikatakan sebagai aktivitas olahraga karena di dalamnya ada proses yang menuntut suatu aktivitas fisik. Setiap gerakan yang ada di dalam shalat itu memerlukan tekanan dan kontraksi otot pada bagian-bagian tubuh tertentu, dengan hal ini maka pelaksanaan shalat merupakan suatu proses relaksasi. Begitu juga dengan penerapan yang dilakukan dalam proses gangguan jiwa, yaitu pelatihan relaksasi atau *relaxation training*.

2) Aspek Meditasi

Proses pelaksanaan shalat membutuhkan konsentrasi yang tinggi, dalam istilah Arab dikenal dengan sebutan “khusyuk”, kekhusyukan dalam sholat tersebut dinamakan dengan proses meditasi. Telah banyak hasil penelitian yang menunjukkan bahwa meditasi di dalam shalat dapat menghilangkan kecemasan, salah satunya seorang ahli bernama Zuroff dalam penelitiannya tentang *scendental meditation* dan *Zen-Meditation* menunjukkan bahwa meditasi dapat menghilangkan kecemasan.

3) Aspek Auto-Sugesti

Maksud dari auto-sugesti adalah sugesti yang secara langsung karena bacaan-bacaan sholat yang dipanjatkan kepada Allah. Pengucapan bacaan-bacaan itu merupakan bentuk doa dan permohonan kepada Allah agar selamat di dunia dan

³¹ Sonhadji, Zaini Dahlan, *Alqur'an dan Tafsirnya*, Juz 10-12, 217.

akhirat, dan juga merupakan salah satu teknik terapi kejiwaan apabila ditinjau dari teori hipnosis. Mengucapkan serta meyakini hal-hal yang baik terhadap diri sendiri adalah memberikan sugesti kepada diri sendiri agar memiliki sifat yang baik tersebut, dan begitu juga sebaliknya mengucapkan hal-hal yang tidak baik dapat menghasilkan sifat yang tidak baik tersebut. pada dasarnya shalat merupakan jenis terapi yang sama dengan terapi “*self-hypnosis*”.

4) Aspek Kebersamaan

Pelaksanaan sholat diajarkan oleh agama untuk dilaksanakan secara bersama-sama atau berjama'ah dibandingkan seorang diri, karena dari segi agama dijelaskan bahwa yang melakukan secara berjama'ah akan mendapatkan pahala yang lebih besar dibandingkan yang seorang diri, kemudian dijelaskan oleh beberapa ahli psikolog yaitu bahwa dengan adanya perasaan “kesendirian” atau “keterasingan” itu menjadi penyebab utama dari gangguan jiwa. Oleh sebab itu, dengan sholat berjama'ah atau bersama-sama akan menyebabkan perasaan “keterasingan” tersebut akan hilang. Selain daripada itu, agama juga mengajarkan untuk menjaga ukhuwah atau persaudaraan antar sesama dengan saling melengkapi guna untuk mencegah gangguan jiwa.³²

b. Puasa

Puasa merupakan salah satu ajaran agama Islam yang diwajibkan kepada kaum muslim, tujuan puasa ini terdapat di dalam surat Al-Baqarah ayat 183, yaitu untuk menjadikan diri ini sebagai hamba yang bertaqwa kepada Tuhannya. Banyak orang non-Islam yang juga melakukan aktivitas puasa ini dengan niat dan tujuan yang berbeda-beda, akan tetapi sebagai umat muslim apabila ingin berpuasa harus *imanan wahtisaban* yaitu niat dan tujuannya karena beriman kepada Allah.

Apabila ditinjau dari segi ilmiah puasa memberikan pengaruh besar terhadap kesehatan jiwa manusia, hal ini merupakan hasil penelitian dari salah seorang guru besar yang bekerja di Moskow yaitu Dr. Nicolayev. Dalam usaha eksperimennya itu, Nicolayev menggunakan metode puasa dalam terapi pasien gangguan jiwa, setelah dicoba diterapkan metode ini Nicolayev memperoleh hasil eksperimen yang sangat baik,

³² Djamaluddin Ancok, Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), 98-100.

yaitu banyak pasien yang tidak bisa disembuhkan dengan terapi medis, akan tetapi dapat sembuh dengan terapi puasa.³³

Kesimpulan

1. Pendekatan Etnografis

Etnografi merupakan suatu tulisan atau laporan mengenai hasil penelitian tentang suatu suku atau budaya, hasil laporan ini biasanya dibuat oleh peneliti yang telah melakukan penelitian lapangan. Etnografi memiliki beberapa metode dalam langkah-langkah mengumpulkan hasil penelitian tersebut, hasil penelitian etnografi ini bersifat deskriptif yang berupa tulisan mengenai penjelasan serta penjabaran tentang suatu suku dan budaya.

Metode yang digunakan dalam penerapan pendekatan etnografi dalam studi Islam ini mencakup beberapa langkah, yaitu antara lain: Menetapkan Informan, Melakukan wawancara dengan Informan, Membuat catatan etnografis, Mengajukan pertanyaan deskriptif, Melakukan analisis wawancara etnografis, Membuat analisis domain, Membuat pertanyaan struktural, Membuat analisis taksonomik, Mengajukan pertanyaan kontras, Membuat analisis komponen, Menemukan tema-tema budaya, Menulis etnografi.

2. Pendekatan Psikologi

Psikologi Islam merupakan suatu ilmu yang membahas tentang kehidupan manusia, yang mencakup pola pikir dan interaksi manusia tersebut terhadap beberapa aspek yaitu interaksi dengan diri sendiri, manusia lainnya, lingkungan sekitar, dan alam keruhanian, yang berujuk pada sumber ajaran Islam yakni Alqur'an dan Hadis.

Metode yang digunakan dalam penerapan pendekatan psikologi dalam studi Islam ini menggunakan dua metode, yaitu *opposite therapy* dan ibadah. *Opposite therapy* memiliki makna terapi berlawanan, membahas mengenai pedoman-pedoman hidup dalam Islam yang mencakup beberapa aspek, yaitu *mau'idzah*, *syifa'*, *hudan*, dan *rahmah*. Sedangkan metode ibadah yang digunakan adalah sholat dan puasa.

³³ *Ibid.*, 58.

Daftar Pustaka

- Abdullah Dudung. 2017. *Konsep Manusia Dalam Alqur'an Telaah Kritis Tentang Makna dan Eksistensi*. Jurnal Al-Daulah, Vol.6, No.2, Desember.
- Aryani Ayu Sekar. 2018. *Psikologi Islam Sejarah, Corak dan Model*. Yogyakarta: SUKA-Press.
- Dahlan Zaini, Sonhadji. 1990. *Alqur'an dan Tafsirnya*. Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Wakaf Milik UII. Juz 25-27.
- Hasbi Muhammad. 2016. *Konsep Jiwa Dan Pengaruhnya Dalam Kepribadian Manusia Studi atas Tafsir Al-Misbah Karya Quraish Shihab*. Jurnal Tafsir, Vol.17, No.1, Januari.
- Ichsan Muhammad. 2016. *Psikologi Pendidikan dan Ilmu Mengajar*. Jurnal Edukasi. Vol.2. Nomor 1. Januari.
- Khoiruddin Arif, 2017. *Pendekatan Psikologi Dalam Studi Islam*. Jurnal An-nafs. Vol.2, No.1 Juni.
- Kriyantono Rachmat. 2012. *Public Relation & Crisis Management: Pendekatan Critical Public Relations Etnografi Kritis & Kualitatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Parhani Aan. 2012. *Adam A.S. Dalam Perspektif Hadis Suatu Kajian Tematik Terhadap Hadis 'Adam Abu Al-Basyar*, Jurnal Tafsir Hadis, Vol.6, No.1.
- Sapuri Rafy. 2017. *Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Sarwar, H.G..1990. *Filsafat Alqur'an*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sholihah Enung. 2011. *Ngaben Sarat Dan Relevansinya Di Masa Kini*. Skripsi Perbandingan Agama Ushuluddin. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Spradley. 2007. *Metode Etnografi*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Suroo Nashori Fuat, Ancok Djamaluddin. 1995. *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.