

MEMADUKAN PENDEKATAN PSIKOLOGI DAN TASAWUF DALAM STUDI ISLAM

Ahmad Saefulloh

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
200201210022@student.uin-malang.ac.id

Abstrak : Pendekatan psikologi dan pendekatan tasawuf memiliki titik persamaan. Persamaannya ialah bahwa dalam diri manusia terdapat dua unsur; jasmani (raga, dzahir, tampak) dan rohani (jiwa, batin, tidak tampak). Pendekatan ini sama-sama mengkaji unsur rohani (jiwa), bedanya psikologi hanya memandang “jiwa” dalam satu kesatuan, sedangkan tasawuf memandang “jiwa” yang didalamnya terdapat empat komponen, berupa qalb, ruh, nafs dan ‘aql. Keempat komponen ini mempunyai fungsi dan perannya masing-masing. Tujuan penelitian ini adalah memadukan pendekatan psikologi dan tasawuf dalam studi Islam. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (studi pustaka). Pengumpulan data dilakukan dengan menelaah dan mengutip dari sumber-sumber data berupa buku, jurnal, dan artikel yang terkait. Pendekatan penelitian menggunakan pendekatan komparasi. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa pendekatan psikologi dapat digunakan untuk meneliti seorang sufi (orang yang bertasawuf). Sebaliknya, melalui pendekatan tasawuf, data yang dibutuhkan oleh pendekatan psikologi dapat juga diraih.

Kata kunci: pendekatan psikologi, pendekatan tasawuf, studi Islam.

PENDAHULUAN

Manusia dalam pandangan psikologi dianggap sebagai makhluk yang mendasari pada kajian filsafat yang merujuk pada paham *antroposentris*, yaitu pandangan yang menempatkan manusia sebagai pusat segala pengalaman dan relasi-relasinya serta penentu utama terhadap masalah-masalah yang menyangkut manusia. Pandangan tersebut berbeda dengan pandangan manusia menurut tasawuf yang bercorak *antroporeligiosentris*, yaitu pandangan yang berprinsip meskipun manusia memiliki kehendak bebas, namun manusia tetap makhluk yang memiliki dimensi rohaniah dari Tuhan.

Manusia memiliki dua unsur dalam dirinya, yaitu jiwa dan raga. Jiwa sering disebut sebagai rohani, batin, atau sesuatu yang abstrak/tidak tampak. Adapun raga sering disebut jasmani, dzahir, atau sesuatu yang tampak/nyata. Psikologi adalah

ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik mengenai macam-macam gejalanya, prosesnya maupun latar belakangnya, dengan singkat disebut ilmu jiwa.¹ Berbicara soal jiwa, para tokoh tasawuf meyakini bahwa dalam diri manusia terdapat unsur jasmani (raga) dan rohani (jiwa). Unsur rohani memiliki empat komponen yang diisi oleh *qalb*, *ruh*, *nafs*, dan *aql*. Keempat komponen ini mempunyai fungsi dan perannya masing-masing.²

Pada dasarnya, psikologi dan tasawuf memiliki perbedaan yang cukup esensial karena adanya perbedaan tujuan dan metode yang digunakan terhadap objek kajian keilmuan yang ada. Namun bukan berarti tidak ada titik singgung atau kesamaan diantara keduanya. Terdapat beberapa titik singgung antara psikologi dan tasawuf. Titik singgung ini akan memudahkan terjadinya harmonisasi diantara keduanya. Titik singgung diantara keduanya adalah *pertama*, psikologi agama dan tasawuf sama-sama berpijak pada kajian kejiwaan manusia. Perbedaannya hanya terletak pada metode pengkajiannya. Psikologi menggunakan metode pengkajian psikologis-empirik. Sedangkan tasawuf lebih banyak menggunakan metode intuitif, metode nubuwah, metode ilahiyah, dan metode-metode yang berkaitan dengan *qalb*. *Kedua*, psikologi agama dan tasawuf berbicara tentang kondisi keberagamaan seseorang. Psikologi menggunakan pendekatan positivisme, cara berpikir positif, dan rasional empirik, sedangkan tasawuf menggunakan pendekatan rasa. *Ketiga*, kedekatan hubungan psikologi dengan tasawuf ditemukan ketika ternyata salah satu kajian psikologi adalah perilaku para sufi. Hal ini juga ditunjukkan dengan adanya kajian psikologi sufi.³

Psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari masalah-masalah kejiwaan manusia yang tercermin dalam perilaku yang nyata. Objek formal psikologi adalah jiwa manusia. Jiwa manusia bersifat abstrak dan tidak konkret, karena itu untuk memenuhi unsur empiris psikologi sebagai ilmu

¹ Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 1999), 10.

² Fuad Anshori, *Potensi-Potensi Manusia*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 92.

³ Zamzami Sabiq, "Konseling Sufistik: Harmonisasi Psikologi dan Tasawuf Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental", *Jurnal 'Anil Islam*, Vol. 9 No. 2, 2016, 331.

pengetahuan, maka psikologi mempelajari gejala-gejala jiwa manusia yang tampak secara lahir.

Layaknya disiplin ilmu yang lain, disiplin ilmu psikologi dapat dipakai untuk mengkaji gejala keberagaman masyarakat, termasuk di dalamnya masyarakat muslim. Apa yang dikaji oleh studi islam menggunakan pendekatan psikologi merupakan hubungan antara agama dengan jiwa manusia. Hubungan ini dikaji melalui gejala jiwa manusia yang lahir dalam tingkah laku terhadap hubungannya dengan agama islam.

Adapun tasawuf merupakan salah satu bidang studi islam yang memusatkan perhatian pada pembersihan aspek rohani manusia yang selanjutnya menimbulkan akhlak mulia. Melalui studi tasawuf ini seseorang dapat mengetahui tentang cara-cara melakukan pembersihan diri serta mengamalkan secara benar. Dari pengetahuan ini diharapkan ia akan tampil sebagai orang yang pandai mengendalikan dirinya pada saat ia berinteraksi dengan orang lain, atau pada saat melakukan berbagai aktivitas yang menuntut kejujuran, keikhlasan, tanggung jawab, kepercayaan dan lain-lain. Dari suasana yang demikian itu, tasawuf diharapkan dapat mengatasi berbagai penyimpangan moral seperti manipulasi, korupsi, kolusi, penyalahgunaan kekuasaan dan kesempatan, penindasan dan sebagainya.⁴

Titik singgung diantara psikologi dan tasawuf memang tidak bersifat esensial. Karena secara hakiki, kedua bidang kajian tersebut memiliki cara pandang, metode, tujuan, dan pendekatan yang berbeda. Namun justru karena adanya titik singgung, sehingga membuka ruang untuk memadukan diantara keduanya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini jika dilihat berdasarkan sifat dan jenis data yang bersumber pada literatur, maka penelitian ini tergolong penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa data, data

⁴ Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010), 284.

tertulis atau lisan dari orang lain yang diamati.⁵ Jenis penelitian ini termasuk penelitian kepustakaan atau sering disebut studi pustaka, yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara menelaah atau mengkaji sumber pustaka.⁶ Sumber data disarikan dari buku, jurnal dan artikel yang berkaitan dengan tema penelitian. Analisis data menggunakan *content analysis*. Kajian ini bersifat deskriptif analisis kritis. Adapun pendekatan untuk memadukan dua kajian menggunakan pendekatan komparasi.

PEMBAHASAN

Pengertian Psikologi dan Tasawuf

Kata psikologi sendiri berasal dari bahasa Yunani, yaitu “*psyche*”, yang berarti jiwa dan kata “*logos*” yang berarti ilmu pengetahuan. Dengan demikian, secara etimologis, kata “psikologi” dapat diartikan sebagai ilmu jiwa.⁷ Dalam terma ilmu pengetahuan, psikologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik mengenai macam-macam gejalanya, prosesnya maupun latar belakangnya.⁸

Dengan demikian, objek formal psikologi merupakan jiwa manusia. Karena jiwa manusia tidak dapat diamati secara langsung, maka objek materilnya merupakan sikap dan tingkah laku manusia yang merupakan cermin atau perwujudan dari jiwa manusia itu sendiri.⁹ Ada banyak hal dan aspek yang sangat memengaruhi kejiwaan manusia, salah satunya merupakan agama. Besarnya pengaruh agama terhadap kejiwaan manusia, dan populernya agama di kalangan manusia, melahirkan psikologi agama.

⁵ S. Nasution, *Metode Research Penelitian Ilmiah*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1996), 145.

⁶ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Yogyakarta: Gajah Mada, 1980), 3.

⁷ Surlito Wirawan, *Pengantar Ilmu Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), 9.

⁸ Abu Ahmadi, *Psikologi Umum*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), 6.

⁹ Singgih Dingagunasa, *Pengantar Ilmu Psikologi*, (Jakarta: Mutiara Sumber Widya, 1996), 9. Lihat juga Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku Keagamaan dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2008).

Psikologi agama merupakan ilmu yang mengkaji kehidupan beragama pada manusia dan pengaruh keyakinan agama tersebut dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya.¹⁰ Psikologi agama tidak hanya berhenti pada hal tersebut, psikologi agama juga mempelajari jiwa seseorang dan factor-faktor yang memengaruhi terhadap keyakinan sebuah agama. Intinya psikologi agama merupakan ilmu yang mempelajari jiwa manusia dalam hubungannya dengan agama.¹¹

Psikologi agama disini hanya meneliti bagaimana sikap batin seseorang terhadap keyakinannya kepada Allah, hari kemudian, dan masalah ghaib lainnya. Juga bagaimana keyakinan tersebut memengaruhi penghayatan batinnya, sehingga menimbulkan berbagai perasaan seperti tenang, tenteram, pasrah dan sebagainya, yang mana semua itu dapat dilihat dalam sikap dan tingkah lakunya. Untuk menjelaskan lebih lanjut mengenai batas yang menjadi kajian penelitian psikologi agama, maka digunakanlah dua istilah, yaitu kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*).¹²

Selanjutnya pengertian tasawuf, dari segi kebahasaan terdapat sejumlah kata atau istilah yang dihubungkan dengan orang tasawuf. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) tasawuf adalah ajaran (cara dan sebagainya) untuk mengenal dan mendekatkan diri kepada Allah sehingga memperoleh hubungan langsung secara sadar dengan-Nya.¹³ Harun Nasution misalnya menyebutkan lima istilah yang berhubungan dengan tasawuf:¹⁴

- a. *Al-suffah (ahl al-suffah)* yaitu orang yang ikut pindah dengan Nabi dari Mekkah ke Madinah. Ini berarti menggambarkan keadaan orang yang

¹⁰ Zakiyah Drajat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), 12.

¹¹ Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam: Jalan Tengah Memahami Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016), 178.

¹² Zakiyah Drajat, *Ilmu Jiwa Agama*, 13.

¹³ Badan Pengembangan Bahasa dan Perbukuan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, aplikasi luring.

¹⁴ Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisme Dalam Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1983), 56.

mencurahkan jiwa raganya, harta benda dan lainnya sebagai hanya untuk Allah.

- b. *Saf*, yaitu barisan yang dijumpai dalam melaksanakan shalat berjamaah. Ini menggambarkan keadaan orang yang selalu berada di barisan depan dalam beribadah kepada Allah dan melakukan amal kebajikan lainnya.
- c. *Sufi*, yaitu bersih dan suci. Ini menggambarkan orang yang selalu memelihara dirinya dari perbuatan dosa yang dilarang Allah dan Rasul-Nya.
- d. *Sophos*, (Bahasa Yunani: hikmah). Menggambarkan keadaan orang yang jiwanya senantiasa cenderung kepada kebaikan.
- e. *Suf*, (kain wol kasar). Menggambarkan orang yang hidupnya serba sederhana, tidak mengutamakan kehidupan dunia.

Dari segi istilah, tasawuf dapat didefinisikan dari tiga sudut pandang. *Pertama*, sudut pandang manusia sebagai makhluk terbatas. *Kedua*, sudut pandang manusia sebagai makhluk yang harus berjuang. *Ketiga*, sudut pandang manusia sebagai makhluk Allah.¹⁵

Jika dilihat dari sudut pandang manusia sebagai makhluk yang terbatas, maka tasawuf dapat didefinisikan sebagai upaya mensucikan diri dengan cara menjauhkan pengaruh kehidupan dunia, sehingga akan memusatkan perhatian hanya kepada Allah. Selanjutnya jika sudut pandang yang digunakan merupakan pandangan bahwa manusia sebagai makhluk yang harus berjuang, maka tasawuf dapat didefinisikan sebagai upaya memperindah diri dengan akhlak yang bersumber pada ajaran agama dalam rangka mendekati diri kepada Allah. Dan jika sudut pandang yang digunakan merupakan manusia sebagai makhluk bertuhan, maka tasawuf dapat didefinisikan sebagai keadaan fitrah (perasaan percaya kepada Allah) yang dapat mengarahkan jiwa agar selalu tertuju pada kegiatan-kegiatan yang dapat menghubungkan manusia dengan Allah.¹⁶

Dari dua pengertian disiplin ilmu di atas, dapat ditarik benang merah, yaitu keduanya sama-sama menjadikan 'jiwa' sebagai objek kajian. Psikologi meneliti

¹⁵ Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam*, 119.

¹⁶ Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, 240.

pengaruh agama terhadap kejiwaan manusia serta pengaruhnya dalam sikap dan tingkah laku hidup pada umumnya. Sedangkan tasawuf mengkaji cara untuk melakukan pensucian jiwa raga yang bermula dari pembentukan pribadi bermoral dan berakhlak.

Pendekatan Psikologi dalam Studi Islam

Pendekatan psikologi merupakan pendekatan yang bertujuan untuk melihat keadaan jiwa pribadi-pribadi yang beragama. Dalam pendekatan ini, yang menarik bagi peneliti merupakan keadaan jiwa manusia dalam hubungannya dengan agama, baik pengaruh maupun akibat. Lebih lanjut, bahwa pendekatan psikologi bertujuan untuk menjelaskan fenomena keberagamaan manusia yang dijelaskan dengan mengurai keadaan jiwa manusia.

Sebagai disiplin ilmu yang otonom, maka psikologi agama juga memiliki beberapa pendekatan, antara lain:¹⁷

a. Pendekatan Struktural

Pendekatan ini dipakai oleh Wilhelm Wundt. Pendekatan struktural merupakan pendekatan yang bertujuan untuk mempelajari pengalaman seseorang berdasarkan tingkatan atau kategori tertentu. Struktur pengalaman tersebut dilakukan dengan menggunakan metode introspeksi. Metode introspeksi ini yaitu dengan meminta seseorang untuk menceritakan kembali pengalaman masa lalunya atau perasaannya setelah dia melakukan sesuatu. Sensasi digambarkan seperti rasa tenang, senang, gelisah, dan lain-lain yang dapat diidentifikasi menggunakan introspeksi.¹⁸

b. Pendekatan Fungsional

Pendekatan ini pertama kali oleh William James (1910 M). Pendekatan fungsional merupakan pendekatan yang dilakukan untuk mempelajari bagaimana agama dapat berfungsi atau berpengaruh terhadap tingkah laku hidup individu

¹⁷ Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam*, 179.

¹⁸ <https://dosenpsikologi.com/aliran-aliran-psikologi>. Diakses pada tanggal 16 Nopember 2020.

dalam kehidupannya. Teori ini memandang masyarakat sebagai sebuah sistem dari beberapa bagian yang saling berhubungan dan tidak dapat dipisahkan. Fungsional juga menghubungkan antara pikiran dan perilaku manusia dan mengaitkannya dengan hubungan antara manusia dengan lingkungannya.

Penganut fungsional memandang bahwa pikiran, proses kejiwaan, persepsi, dan emosi merupakan hasil adaptasi manusia secara biologis. Penganut ini menekankan pada fungsi dan bukan fakta dari suatu fenomena kejiwaan, atau menghubungkan atau mengartikan fenomena kejiwaan dengan peranan dalam kehidupan bermasyarakat. Fungsional juga tidak cukup menjelaskan tentang mengapa sesuatu bisa terjadi, namun juga mengapa dan untuk apa hal tersebut terjadi. Teori fungsional berfungsi untuk menyesuaikan diri secara psikis dan sosial untuk kelangsungan kehidupan.¹⁹

c. Pendekatan Psiko-analisis

Pendekatan ini pertama kali dilakukan oleh Sigmund Freud (1856-1939 M). Pendekatan psiko-analisis merupakan suatu pendekatan yang dilakukan untuk menjelaskan tentang pengaruh agama dalam kepribadian seseorang dan hubungannya dengan penyakit-penyakit jiwa.²⁰

Pendekatan psikologi sangat bergantung erat dengan teori-teori psikologi umum yang dikembangkan oleh sarjana-sarjana Eropa. Karena itu pendekatan psikologi dalam studi islam juga menggunakan teori-teori yang sama. Perbedaannya hanya pada beberapa dasarnya dan ruang lingkupnya yang lebih sempit.²¹ Pendekatan psikologi bertujuan untuk menjelaskan keadaan jiwa seseorang. Keadaan jiwa tersebut dapat diamati melalui tingkah laku, sikap, cara berpikir dan berbagai gejala jiwa lainnya. Dalam penelitian, informasi tentang gejala-gejala tersebut dapat bersumber dari berbagai hal, seperti observasi, wawancara atau dari surat maupun dokumen pribadi yang diteliti.

¹⁹ <https://dosenpsikologi.com/aliran-aliran-psikologi>. Diakses pada tanggal 16 Nopember 2020.

²⁰ Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam*, 180.

²¹ Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam*, 180.

Lebih rinci, ada beberapa teknik untuk mendapatkan informasi dari sumber informasi yang digunakan dalam penggunaan pendekatan psikologis, yakni:

a. Studi Dokumen Pribadi (*personal document*)

Teknik ini bertujuan untuk menemukan informasi terkait dengan kejiwaan seseorang pada dokumen yang bersifat pribadi, seperti surat, autobiografi, catatan harian atau tulisan lainnya yang merupakan karya dari pribadi yang diteliti.²²

b. Kuesioner dan Wawancara²³

Objek Studi Islam dengan Pendekatan Psikologi

Pendekatan psikologis merupakan pendekatan yang memfokuskan pencarian terhadap masalah kejiwaan manusia. Karena itu, psikologi agama mencari tahu masalah kejiwaan dalam dalam hubungannya dengan agama. Berikut contoh studi islam yang dapat didekati dengan pendekatan psikologis.²⁴

1. Kondisi Spiritual

Masalah yang pertama adalah masalah perasaan seseorang. Seorang ahli tasawuf merasakan bahwa Allah selalu dekat dengannya setiap hari. Ia merasakan kehadiran Allah di dalam hatinya. Oleh sebab itu untuk merasakan bahwa Allah selalu dekat dengannya, ia selalu melakukan dzikir setiap saat secara sadar. Ia tak pernah membiarkan lisannya diam tanpa berdzikir kepada Allah sehingga yang ia dapatkan adalah ketentraman jiwa dan ketenangan hati sebagai seorang hamba Allah. Masalah yang difokuskan dalam studi islam dalam kasus ini adalah perasaan manusia yakni dekat dengan Allah dan proses munculnya perasaan tersebut hingga mempengaruhi perilakunya (melakukan dzikir).²⁵

²² Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003), 37.

²³ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama*, 37.

²⁴ <https://dosenpsikologi.com/contoh-pendekatan-psikologis-dalam-studi-islam> Diakses pada tanggal 17 Nopember 2020.

²⁵ Lihat Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam*, 180.

2. Kepuasan Manusia

Masalah selanjutnya yang dapat dikaji oleh pendekatan psikologi dalam studi Islam adalah perihal kepuasan seorang manusia dengan kehidupan yang dijalani. Dalam suatu masyarakat, kepuasan ini dapat dibedakan menjadi 2 kasus yaitu seorang hamba yang memiliki ekonomi sederhana namun ibadahnya lebih tinggi. Ia suka menolong kepada sesama yang membutuhkan, ia tak pernah melewatkan sholat satu kali pun.²⁶ Sedangkan seorang hamba yang memiliki ekonomi cukup bahkan berlebih namun tingkat ibadahnya rendah. Ia tidak peduli dengan sesama dan jarang melakukan sholat, akibatnya ia selalu merasa bahwa kekayaan yang dimilikinya tak pernah cukup. Fokus pendekatan psikologi dalam kasus ini adalah mencari pengaruh tingkat ibadah seseorang antara ekonomi rendah dan tinggi terhadap rasa puas yang dimiliki di dalam kehidupannya.

3. Rasa Menghormati

Begitu pula ketika seseorang memasuki tempat ibadahnya harus tetap menunjukkan rasa hormat kepada penganut agama lain. Seperti kita ketahui bahwa rumah ibadah merupakan rumah yang senantiasa memberikan pengalaman batin sehingga dapat menimbulkan perilaku sesuai dengan keyakinan yang mereka yakini. Untuk itu sikap saling hormat-menghormati antar umat beragama harus kita galakkan melalui pendekatan psikologi.

4. Tingkah Laku

Pendekatan psikologi dalam studi Islam juga dapat digunakan untuk menelaah masalah tingkah laku seorang muslim ketika berjumpa dengan umat muslim lainnya. Ditambah dengan bagaimana sikapnya dalam menghormati kedua orang tuanya, rela berkorban untuk sesamanya dan memperjuangkan kebenaran.

5. Ketuhanan

Gejala berikutnya yang dapat dikaji melalui pendekatan psikologi dalam studi Islam adalah banyak muslim yang tiba-tiba keluar dari jalur agama. Seperti ketika seseorang yang taat ibadah malah berubah menjadi orang yang lalai dan

²⁶ Lihat Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam*, 180.

meninggalkan perintah Allah. Masalah berikutnya adalah faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi seseorang untuk keluar dari agama Islam atau murtad. Faktor-faktor ini bisa ditemukan melalui pendekatan psikologi dalam studi Islam. Sebab menurut psikologi agama, seseorang yang murtad terhadap agamanya bisa disebabkan oleh dua hal yaitu faktor intern atau yang berasal dari dalam dirinya sendiri dan faktor ekstern yang berasal dari pengaruh luar atau pengaruh lingkungan tempat dia tinggal.²⁷

6. Lingkungan Sekitar

Kajian berikutnya yang dapat dianalisa menggunakan pendekatan psikologi dalam studi Islam adalah pengaruh dari sosok anggota keluarga, dalam hal ini adalah ayah terhadap perilaku dan sikapnya kepada agama. Keyakinan dan ketaatan yang dimiliki seorang anak bisa bergantung dari orang tuanya. Seorang anak dari bapak yang suka mabuk dan berperilaku kasar terhadapnya akan mempengaruhi sikap sang anak terhadap agama yang dianutnya. Sedangkan seorang anak yang dididik oleh seorang bapak yang taat ibadah dan memperlakukan anaknya dengan lemah lembut juga akan mempengaruhi sikap anak terhadap agamanya.

7. Keberadaan Pemuka Agama

Kemudian gejala terakhir yang dapat dikaji oleh pendekatan psikologi dalam studi Islam adalah bagaimana pengaruh seorang penceramah, ustadz atau seorang ulama dalam mengajak jamaah atau pengikutnya untuk melakukan seperti yang mereka arahkan. Jika para jamaah terpengaruh maka hal ini juga yang akan mempengaruhi perilakunya terhadap agama yang dianutnya.

Pendekatan Tasawuf dalam Studi Islam

Menurut Charles J Adams diantara banyaknya bidang kajian dalam studi Islam, tasawuf merupakan bidang yang menarik minat pada tahun belakangan. Studi tradisi Islam tidak dapat dilepaskan dari studi tentang mistis yang mungkin juga merupakan aspek yang muncul pada masa awal Islam bahkan pada masa

²⁷ <https://dosenpsikologi.com/contoh-pendekatan-psikologis-dalam-studi-islam>. Diakses pada tanggal 17 Nopember 2020.

kenabian. Adams menunjukkan beberapa sarjana yang tertarik mengkaji tasawuf, antara lain Annemarie Schimmel, dengan bukunya *Mystical Dimensions of Islam*. Hal terpenting dari pendapat Adam adalah untuk mendekati studi tasawuf dapat didekati dengan pendekatan fenomenologi.²⁸

Fenomenologi adalah pendekatan yang dimulai oleh Edmund Husserl dan dikembangkan oleh Martin Heidegger untuk memahami atau mempelajari pengalaman hidup manusia. Pendekatan ini berevolusi menjadi sebuah metode penelitian kualitatif yang matang dan dewasa selama beberapa decade pada abad ke-20. Fokus umum penelitian ini untuk memeriksa atau meneliti esensi atau struktur pengalaman ke dalam kesadaran manusia.²⁹

Fenomenologi merupakan metode untuk memahami agama seseorang dalam perspektif netralitas dan menggunakan preferensi orang yang bersangkutan (obyek) untuk mencoba melakukan rekonstruksi dalam dan menurut pengalaman orang (obyek) tersebut. Dengan kata lain semacam tindakan menanggalkan diri sendiri. Dia berusaha menghidupkan pengalaman orang lain dan menggunakan pandangan orang tersebut. Tugas peneliti semata-mata hanya merekam apa yang dirasa, dipikirkan, dipahami dan diungkapkan oleh sang obyek. Di sini peneliti harus mencoba terlibat dengan rasa semampu mungkin tanpa menggunakan teori terlebih dahulu. Setelah itu, hasil dari rekaman tersebut dimengerti dan dianalisis untuk menyusun teori.³⁰

Memadukan Dua Pendekatan

Telah dipaparkan sebelumnya bahwa pendekatan psikologi bertujuan untuk melihat keadaan jiwa pribadi-pribadi yang beragama, baik pengaruh maupun akibatnya. Psikologi sebagai disiplin ilmu yang otonom memiliki caranya sendiri

²⁸ Luluk Fikry Zuhriyah, *Metode dan Pendekatan dalam Studi Islam*, <http://Elfikry.blogspot.com>. Diakses pada tanggal 18 Nopember 2020.

²⁹ Helaluddin, *Mengenal Lebih Dekat dengan Pendekatan Fenomenologi: Sebuah Penelitian Kualitatif*, sosiologis.com/fenomenologi. Diakses pada tanggal 18 Nopember 2020.

³⁰ M. Solihin, *Melacak Pemikiran Tasawuf*, (Jakarta: Rajawali Grafindo Persada, t. th), 25.

dalam mendekati Islam. Psikologi memiliki tiga opsi pendekatan, yaitu: pendekatan struktural, pendekatan fungsional, dan pendekatan psiko-analisis. Pendekatan struktural digunakan oleh Wilhelm Wundt yang bertujuan mempelajari pengalaman seseorang dengan meminta seseorang untuk menceritakan kembali pengalaman masa lalunya atau perasaannya setelah dia melakukan sesuatu.³¹ Pendekatan fungsional digunakan oleh William James yang bertujuan mencari tahu fungsi agama terhadap tingkah laku hidup individu dalam kehidupannya.³² Pendekatan psiko-analisis dilakukan oleh Sigmund Freud yang bertujuan mencari tahu pengaruh agama dalam kepribadian seseorang.³³ Ketiga pendekatan tersebut dilakukan dengan cara wawancara atau mengamati tingkah laku, sikap, cara berpikir dan berbagai gejala jiwa lainnya.

Kemudian pendekatan tasawuf, ada beberapa tokoh Barat yang tertarik meneliti tasawuf, diantaranya adalah Annemarie Schimmel, dengan bukunya *Mystical Dimensions of Islam*. Dari sejumlah tokoh Barat yang meneliti tasawuf, Charles J Adams menyimpulkan, bahwa untuk mendekati studi tasawuf dapat didekati dengan pendekatan fenomenologi.³⁴ Fenomenologi adalah pendekatan yang digagas oleh Edmund Husserl untuk memahami atau mempelajari pengalaman hidup manusia. Dalam hal ini, fenomenologi digunakan untuk memahami agama seseorang. Peneliti berusaha menghidupkan pengalaman orang lain dan menggunakan pandangan orang tersebut. Tugas peneliti semata-mata hanya merekam apa yang dirasa, dipikirkan, dipahami dan diungkapkan oleh sang obyek.³⁵

³¹ <https://dosenpsikologi.com/aliran-aliran-psikologi>. Diakses pada tanggal 16 Nopember 2020.

³² <https://dosenpsikologi.com/aliran-aliran-psikologi>. Diakses pada tanggal 16 Nopember 2020.

³³ Faisar Ananda Arfa dkk, *Metode Studi Islam*, 180.

³⁴ Luluk Fikry Zuhriyah, *Metode dan Pendekatan dalam Studi Islam*, <http://Elfikry.blogspot.com>. Diakses pada tanggal 18 Nopember 2020.

³⁵ M. Solihin, *Melacak Pemikiran Tasawuf*, 25.

Dari dua pendekatan di atas, baik psikologi maupun tasawuf, bila dicermati terdapat persamaan dalam cara menggali data. Pendekatan yang ditawarkan psikologi; pendekatan struktural, fungsional, atau psiko-analisis sama praktiknya dengan pendekatan tasawuf yang menggunakan fenomenologi, yaitu sama-sama bertanya (wawancara) atau mengamati tingkah laku objek (manusia). Dari sini dapat disimpulkan bahwa pendekatan psikologi bisa digunakan untuk penelitian yang menggunakan pendekatan tasawuf dengan objek sufi (orang yang ber-tasawuf, biasa). Sebagaimana telah disebutkan bahwa salah satu kajian psikologi adalah perilaku para sufi. Hal ini juga ditunjukkan dengan adanya kajian psikologi sufi.³⁶

Kemudian bagaimana dengan pendekatan tasawuf? Sejalan dengan pendapat M. Amin Abdullah, pendekatan tasawuf harus lebih diarahkan pada bahasan tentang proses *mujahadah*, berpikir, merasa, mengalami, kontemplasi yang dimanifestasikan sebagai bentuk pembinaan rohani dan moral Islam melalui serangkaian metode tertentu seperti *maqamat* dan *ahwal*, atau *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli* dalam rangka mencapai insan kamil. Tasawuf dalam kerangka bangunan studi Islam modern perlu diarahkan melalui metodologi yang lebih sistematis dan lebih mencerminkan proses, bukan sebagai produk pemikiran.³⁷

Dengan demikian, pendekatan tasawuf yang hanya dilakukan dengan cara bertanya atau mengamati tingkah laku sufi, dinilai kurang tepat. Penulis sepakat dengan Muhamad Nur yang menawarkan pendekatan Neo-Sufisme M. Amin Syukur dengan alasan lebih progresif, membumi, adaptif, fungsional dan kontekstual.³⁸ Berikut ini penulis paparkan sekilas mengenai neo-sufisme.

³⁶ Zamzami Sabiq, "Konseling Sufistik: Harmonisasi Psikologi dan Tasawuf Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental", *Jurnal 'Anil Islam*, Vol. 9 No. 2, 2016, 331.

³⁷ M. Amin Abdullah, *Filsafat Islam Bukan Hanya Sejarah Pemikiran*, dalam A. Khudori Soleh, *Wacana Baru Filsafat Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), vii-viii.

³⁸ Lihat Muhamad Nur, "Studi Islam Dengan Pendekatan Tasawuf", *Jurnal DIDAKTIKA ISLAMIKA*, Vol. 10, No. 1, 2019, 86.

Neo-sufisme secara etimologi diasumsikan berakar kata dari bahasa Yunani; *neo* yang berarti baru, *sophis* yang berarti arif, dan *isme* yang berarti ajaran/aliran.³⁹ Neo-sufisme secara terminologi diartikan sebagai sebuah sufisme/penghayatan batin yang menghendaki hidup aktif dan terlibat dalam masalah kemasyarakatan dan mengharuskan praktik dan pengalaman keagamaan tetap terkontrol berdasarkan tuntunan al-Qur'an dan Sunnah Nabi Saw.⁴⁰

Neo-sufisme lebih menekankan manusia pada aspek rekonstruksi moral sosial masyarakat. Sufisme merupakan terapi yang efektif untuk membuat orang lebih manusiawai pula. Menjalani sufisme bukan berarti meninggalkan dunia, tetapi menjalani sufisme justru meletakkan nilai yang tinggi pada dunia dan memandang dunia sebagai media meraih spiritualitas yang sempurna.⁴¹

Menurut Fazlurrahman, neo-sufisme adalah "*reformed sufism*" yang berarti sufisme yang telah diperbarui. Sekiranya pada era kecermelangan sufisme terdahulu aspek yang paling dominan adalah sifat ekstatik-metafisik atau mistis-filosofis, maka dalam sufisme baru ini digantikan dengan prinsip-prinsip Islam ortodoks. Neo-sufisme yang diharapkan Fazlurrahman cenderung untuk memperbaiki tingkah laku sufi klasik yang menyimpang dari ajaran Islam murni dan menanamkan kembali suatu sikap positif terhadap dunia yang sesuai dengan tuntunan dalam al-Qur'an dan Sunnah Nabi Muhammad Saw.⁴²

Menurut Amin Syukur, untuk menjadi sufi tidak harus memasuki tarekat, berhening-hening dengan guru (syekh), tidak harus menyepi (uzlah), dan tidak

³⁹ Muhammad Masrur, "Melecek Pemikiran Sufistik Prof. Nurcholish Madjid", *Jurnal Walisongo Press*, 2002, 103.

⁴⁰ Nurcholish Madjid, *Sufisme Baru dan Sufisme Lama: Masalah Kontinuitas dan Perkembangan dalam Esoterisme Islam*, dalam Djohan Efendi, *Sufisme dan Masa Depan Agama*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1993), 93.

⁴¹ Sudirman Tebba, *Orientasi Sufistik Nurcholish Madjid: Komitmen Moral Seorang Guru Bangsa*, (Jakarta: KPP Kelompok Paramadina, 2004), 104.

⁴² Fazlurrahman, *Islam*, terj. Ahsin Muhammad, (Bandung: Pustaka, 1991), 204-205.

harus dengan metode khusus untuk menempuhnya.⁴³ Sejalan dengan Amin Syukur, menurut Hamka, ajaran tasawuf itu dapat dilakukan oleh siapa saja, dan kapan saja, tanpa mengenal kekhususan. Karena tasawuf yang benar adalah sufisme sebagaimana terdapat dalam kehidupan Nabi Muhammad Saw. dan yang diamalkan oleh para sahabat-sahabatnya.⁴⁴

Dalam konteks ini Amin Syukur memberikan porsi penghayatan esoteris Islam secara wajar dan seimbang, namun reaktif dan aktif serta memberikan arah kepada sikap hidup manusia di dunia, berupa moral, spiritual, ekonomi, dan sebagainya. Selain itu, disertakan juga peringatan bahwa aspek esoterisme itu harus tetap terkendali dengan ajaran-ajaran standar syariat. Amin Syukur menghendaki tasawuf lebih humanistik, empirik, dan fungsional.⁴⁵ Sejalan dengan pemikiran Amin Syukur, al-Kumayi berpendapat, sufi yang sebenarnya bukan mengasingkan dirinya dari masyarakat, tetapi sufi yang tetap aktif di tengah kehidupan masyarakat dan melakukan *al-‘amr bi al-ma’ruf wa al-nahy ‘an al-munkar* demi kemajuan dan kesejahteraan masyarakat.⁴⁶

Berdasarkan hal tersebut, karakteristik neo-sufisme cenderung kepada penekanan yang lebih intensif terhadap memperkuat iman sesuai prinsip-prinsip akidah Islam dan penilaian terhadap kehidupan duniawi sama dengan kehidupan ukhrawi.⁴⁷ Sebab sikap keberagamaan ini mengakibatkan wujudnya penyatuan nilai antara kehidupan duniawi dengan nilai kehidupan ukhrawi.

Beberapa ajaran tasawuf seperti tawakkal, sabar, syukur, mahabbah, ma’rifah, lebih merupakan ketagori individu ketimbang sebagai akhlak sosial yang

⁴³ M. Amin Syukur, *Tasawuf dan Krisis*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 39-40.

⁴⁴ Hamka, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Panjimas, 1980), 33.

⁴⁵ M. Amin Syukur, *Tasawuf dan Krisis*, 21.

⁴⁶ Sulaiman al-Kumayi, “Gerakan Pembaharuan Tasawuf di Indonesia”, *Jurnal Teologia*, Vol. 24 No. 2, 2013.

⁴⁷ A. Rivay Siregar, *Tasawuf: Dari Sufisme Klasik Ke Neo-Sufisme*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), 315.

bisa berperan dalam kehidupan nyata di masyarakat. Problem konkret seperti kemiskinan, buta huruf dan kekurangan gizi merupakan problem-probelm aktual yang menuntut langkah nyata.⁴⁸

Program utama dan perjuangan pokok dari neo-sufisme ialah pembinaan akhlak mulia yang harus ditanamkan kepada seluruh lapisan dan tingkatan masyarakat, mulai dari tingkat atas sampai ke lapisan bawah. Akhlak dari suatu bangsa itulah yang menentukan sikap hidup dan tingkah laku perbuatannya.

Kembali pada pendekatan tasawuf, yang diklaim oleh tokoh Barat menggunakan pendekatan fenomenologi. Beberapa tokoh barat yang mencoba meneliti sufi, walaupun dengan pendekatan yang tak jauh beda dengan cara psikologi, dan cara itu diklaim sebagai pendekatan tasawuf. Menurut hemat penulis, para tokoh Barat yang meneliti sufi dengan hanya bertanya dan mengamati tingkah laku sufi, itu disebabkan keterbatasan mereka yang tak mampu masuk lebih dalam. Sebagaimana dikatakan oleh M. Solihin, bahwa seorang peneliti harus mencoba terlibat dengan rasa semampu mungkin tanpa menggunakan teori terlebih dahulu. Setelah itu, peneliti mengingat kembali pengalaman dan perasaannya yang kemudian dianalisis untuk menyusun teori.⁴⁹

Seorang muslim dalam praktik pendekatan tasawuf yang menggunakan pendekatan neo-sufisme, justru lebih diuntungkan. Kelemahan tokoh Barat yang hanya bisa bertanya dan mengamati objek kajian, adalah karena mereka non-muslim. Sesuatu yang sangat sakral sekali jika mereka mau memeluk Islam, atau berpindah agam ke Islam, demi menghasilkan penelitian yang maksimal dan akurat. Walaupun dari segi Islam, itu sangat menguntungkan.

Disinilah keuntungan peneliti muslim dalam melakukan penelitian pendekatan tasawuf. Dengan pendekatan neo-sufisme, peneliti tidak harus menyepi (uzlah), tidak harus memasuki tarekat, dan tidak harus melalui serangkaian metode khusus. Peneliti dapat menjalaninya layaknya manusia normal. Peneliti hanya

⁴⁸ Mahdi, *Konteks Doktrinal Akhlak Tasawuf dalam Realitas Kehidupan Sosial*, (t.t.,Kertas Kerja,t. th), 22.

⁴⁹ M. Solihin, *Melacak Pemikiran Tasawuf*, (Jakarta: Rajawali Grafindo Persada, t.th), 25.

dituntut memperkuat iman sesuai prinsip-prinsip akidah Islam, menghiiasi diri dengan akhlak mulia, aktif di tengah kehidupan masyarakat, dan melakukan *al-'amr bi al-ma'ruf wa al-nahy 'an al-munkar* demi kemajuan dan kesejahteraan masyarakat.

Dengan demikian, melalui pendekatan neo-sufisme, peneliti akan mendapatkan data yang digali dari pengalaman pribadinya. Karena memang dalam penelitian tasawuf, peneliti dituntut untuk terlibat langsung agar dapat merasakannya. Peneliti juga sekaligus mendapatkan data yang dibutuhkan oleh psikologi agama, yaitu dengan bertanya dan mengamati objek penelitian, juga peneliti dapat menambahkan data berdasarkan pengalamannya saat terjun disana. Data tersebut kemudian dianalisis untuk menyusun sebuah teori.

Alhasil, melalui pendekatan neo-sufisme, seorang peneliti muslim akan mendapat dua data. Pertama, data yang dibutuhkan oleh pendekatan tasawuf, yaitu cara atau proses menjadi insan kamil (sesuai dengan tujuan ilmu tasawuf). Kedua, data yang dibutuhkan oleh pendekatan psikologi, yaitu keadaan jiwa pribadi-pribadi yang beragama, baik pengaruh maupun akibatnya.

PENUTUP

Pendekatan psikologi dan pendekatan tasawuf memiliki titik singgung pada objek penelitian, yaitu sama-sama meneliti jiwa manusia. Titik singgung inilah yang menjadikan adanya perpaduan diantara keduanya. Pendekatan psikologi dalam studi Islam menggunakan pendekatan struktural, fungsional, atau psikoanalisis. Pendekatan psikologi mengkaji sikap, tingkah laku, rasa, dan gejala-gejala kejiwaan manusia yang timbul atas pengaruh agama. Pendekatan psikologi ini tentu juga bisa digunakan terhadap objek sufi (orang yang ber-tasawuf), bukan hanya pemeluk agama umum saja. Sebaliknya, pendekatan tasawuf melalui pendekatan neo-sufisme yang ditawarkan penulis, juga dapat meraih data yang dibutuhkan oleh pendekatan psikologi. Melalui pendekatan neo-sufisme, peneliti akan memperoleh data yang dibutuhkan oleh pendekatan tasawuf, yaitu tentang cara atau proses menjadi insan kamil. Peneliti juga sekaligus memperoleh data tentang sikap, tingkah laku, rasa, dan gejala-gejala kejiwaan manusia. Data itu diperoleh dengan

cara bertanya, mengamati, atau hanya dengan menggali pengalamannya saat terlibat disana.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta, 2003.
- Anshori, Fuad. *Potensi-Potensi Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Arfa dkk, Faisar Ananda. *Metode Studi Islam: Jalan Tengah Memahami Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016.
- Badan Pengembangan Bahasa dan Perbukuan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, aplikasi luring.
- Dingagunasa, Singgih. *Pengantar Ilmu Psikologi*. Jakarta: Mutiara Sumber Widya, 1996.
- Drajat, Zakiyah. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang, 1979.
- Efendi, Djohan. *Sufisme dan Masa Depan Agama*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1993.
- Fauzi, Ahmad. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia, 1999.
- Fazlurrahman. *Islam*, terj. Ahsin Muhammad. Bandung: Pustaka, 1991.
- Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Gajah Mada, 1980.
- Hamka. *Tasawuf Modern*. Jakarta: Panjimas, 1980.
- <http://Elfikry.blogspot.com>
- <https://dosenpsikologi.com/aliran-aliran-psikologi>
- <https://dosenpsikologi.com/contoh-pendekatan-psikologis-dalam-studi-islam>
- Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku Keagamaan dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo, 2008.
- al-Kumayi, Sulaiman. "Gerakan Pembaharuan Tasawuf di Indonesia", *Jurnal Teologia*, Vol. 24 No. 2, 2013.
- M. Solihin, *Melacak Pemikiran Tasawuf*. Jakarta: Rajawali Grafindo Persada.
- Mahdi *Konteks Doktrinal Akhlak Tasawuf dalam Realitas Kehidupan Sosial*. t.t.,Kertas Kerja,t. th.
- Masrur, Muhammad. "Melecek Pemikiran Sufistik Prof. Nurcholish Madjid", *Jurnal Walisongo Press*, 2002.
- Nasution, Harun. *Filsafat dan Mistisme Dalam Islam*. Jakarta: Bulan Bintang, 1983.
- Nata, Abuddin. *Metodologi Studi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010.
- Nur, Muhamad. "Studi Islam Dengan Pendekatan Tasawuf", *Jurnal DIDAKTIKA ISLAMIKA*, Vol. 10, No. 1, 2019.
- Rakhmat, Jalaluddin. *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003.

- S. Nasution, *Metode Research Penelitian Ilmiah*. Jakarta: Bumi Aksara, 1996.
- Sabiq, Zamzami. "Konseling Sufistik: Harmonisasi Psikologi dan Tasawuf Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental". *Jurnal 'Anil Islam*, Vol. 9 No. 2, 2016.
- Wirawan, Surlito. *Pengantar Ilmu Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang, 1982.
- Soleh, A. Khudori. *Wacana Baru Filsafat Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Syukur, M. Amin. *Tasawuf dan Krisis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001.
- Siregar, A. Rivay. *Tasawuf: Dari Sufisme Klasik Ke Neo-Sufisme*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002.
- Tebba, Sudirman. *Orientasi Sufistik Nurcholish Madjid: Komitmen Moral Seorang Guru Bangsa*. Jakarta: KPP Kelompok Paramadina, 2004.