



Problem *Self Concept* (Konsep Diri) dalam Psikologi Modern

Received: 19th Jan 2020; Revised: 30th Jan 2020; Accepted: 10th Feb 2020

Syekha Anintya Inayatusufi

Universitas Darussalam Gontor, Ponorogo

Email: syekhainaya@gontor.ac.id

Abstract: Artikel ini berangkat dari asumsi bahwa psikologi sebenarnya merupakan kajian penjelasan yang sistematis berupa gambaran jiwa, perilaku, dan fungsi mental manusia. Namun demikian, dalam dunia psikologi modern, kajian seputar problem konsep diri dengan proses kesadaran keberagamaan sebagai tolak ukur kejiwaan manusia masih dilerantarkan. Dengan menggunakan metode literatur review artikel ini menemukan beberapa point penting mengenai pendefinisian diri oleh psikolog modern lebih menekankan pada hal yang bersifat empiris. Selanjutnya problem kejiwaan yang bermasalah sesungguhnya berangkat dari masalah pendefinisian yang tidak esensi itu. Problem tersebut disebut dengan konsep *nafs* yang jauh dari makna sesungguhnya hal ini berbeda sama sekali dengan makna diri dalam psikologi Islam. Para psikolog muslim menghadirkan makna diri lebih kepada hal-hal yang sangat esensi, yang disebut dengan ruh dan fitrah. Daripada itu makalah ini mengkaji lebih lanjut konsep diri yang diasaskan dengan dasar *worldview of Islam* sehingga mendorong lahir dan berkembangnya psikolog, individu, masyarakat serta produk keilmuan yang beradab.

Keywords: *Self concept*, Psikologi Modern, Psikologi Islam, *Nafs*.

PENDAHULUAN

Walaupun disiplin ilmu psikologi telah berkembang dan melahirkan banyak psikolog dan psikiater, manusia hari ini masih terjebak pada problem ketidakmampuan mendefinisikan dirinya. Hal ini dikarenakan pembahasan psikologi modern terhegemoni paradigma sains Barat modern.¹ Kemunculannya sebagai

disiplin ilmu teracuni oleh faham sekularisme, materialisme, humanisme,

¹ Dari aspek ontologis, sains melihat alam beserta hukum dan polanya, termasuk manusia sendiri hanya sebagai wujud material yang eksis tanpa intervensi Tuhan. Dalam aspek epistemologis, sains mengesampingkan teks wahyu sebagai sumber pengetahuan, sehingga tidak sesuai dengan pandangan masyarakat muslim yang justru bersikap sebaliknya. Sedangkan aspek aksiologis,

Barat tidak mengaitkan pengembangan ilmu pengetahuan dengan tata nilai, moralitas, spiritualitas dan religiusitas. Lihat Mulyadi Kartanegara, *Mengislamkan Nalar: Sebuah Respon Terhadap Modernitas*, (Jakarta: Erlangga, 2007) bab 1 dan 3.

rasionalisme, dan sebagainya.² Sehingga usaha psikolog modern dalam memahami manusia dan menangani masalah belum mapan dan masih membutuhkan banyak revisi. Salah satu pembahasan yang cukup mendasar dan populer di lingkungan psikologi modern, adalah pembahasan mengenai *self concept*.

Lebih dari dua abad wacana konsep diri yang dihadirkan psikologi modern belum mampu menjawab persoalan kejiwaan yang hadir di masyarakat.³ Salah satu contohnya adalah kasus bunuh diri yang ada dunia. Menurut catatan dr. Anung Sugihantono dalam kurun waktu 10 tahun terakhir perilaku bunuh diri telah mencapai angka yang kritis. Secara global WHO menyebutkan lebih dari 800.000 orang meninggal setiap tahunnya atau sekitar 1 orang setiap 40 detik. Penyakit tidak mengenal diri, depresi, kebingungan, kecemasan, terus menghantui dan menjadi permasalahan lahirnya masalah kejiwaan ini.⁴

Atas permasalahan tersebut tulisan ini mencoba menguraikan problem konsep diri menurut pandangan psikologi modern yang kemudian diintegrasikan dengan konsep *nafs* dalam psikologi Islam.

² Nilai-nilai yang inheren dalam peradaban Barat antara lain: (1) Akal sebagai satu-satunya sumber untuk membimbing manusia mengarahi kehidupan; (2) Pandangan dualistis tentang realitas dan kebenaran; (3) Membenarkan aspek *Being* yang bersifat temporal yang memproyeksikan suatu pandangan hidup sekular; (4) Pembelaan terhadap doktrin humanism; dan (5) Peniruan terhadap drama dan tragedi yang dianggap sebagai realitas universal dalam kehidupan spiritual, atau transendental, atau kehidupan batin manusia. Lihat Syed Muhammad Naquib al-Attas, *Islam dan Sekularisme*, terj. Dr. Khalif Muammar, M.A dkk (Bandung: PIMPIN, 2010) hlm. 170

³E Koeswara, *Psikologi Eksistensialisme Suatu Pengantar*, (Bandung: PT Erseco: 1987) hlm. 40

⁴<https://www.depkes.go.id/article/view/19100800003/orang-depresi-yang-tak-tertangani-rawan-bunuh-diri.html>

Kemudian disimpulkan dari keduanya konsep diri yang sesuai dengan hakikat manusia itu sendiri.

KONSEP DIRI DALAM PSIKOLOGI MODERN

Ilmu psikologi modern sebenarnya sudah hadir dari zaman Yunani kuno sebagai satu kesatuan ilmu dengan kajian filsafat dan terus berkembang subur di Barat. Hingga akhirnya Wilhem Wundt memelopori ilmu psikologi sebagai ilmu yang terpisah dengan filsafat pada tahun 1879.⁵ Semenjak itulah perkembangan ilmu psikologi berkembang pesat di Amerika. Dan membawa kesadaran yang cukup mempengaruhi dunia keilmuan. Salah satunya pada pembahasan mengenai konsep diri.

Konsep diri atau *self concept* merupakan salah satu sub pembahasan penting dalam psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Hal ini dikarenakan *self concept* merupakan kerangka acuan dan dasar gagasan tentang diri yang mempengaruhi tingkah laku dan pilihan seseorang secara berkelanjutan.⁶ Oleh karena itu, diantara keragaman pembahasan psikologi yang ada, *self concept* menjadi hal penting untuk dikaji. Ibarat bangunan konsep diri adalah pondasi. Jika pondasinya kuat, maka kokohlah bangunan tersebut.

Secara etimologi diri dalam bahasa Inggris diartikan dengan kata "*self*". Dalam kamus Oxford Dictionary *self* diartikan sebagai kepribadian atau karakter seseorang yang membuatnya

⁵Robert B. Lawson, *A History of Psychology: Globalization, Ideas, and Applications*, (New York: Routledge, 2016) hlm. 50. Psikologi terlepas dari Filsafat dan berdiri sebagai ilmu terapan saat didirikannya Laboratorium Psikologi di Leipzig Jerman. lihat di James Gilbert Ryan, *Historical Dictionary of the 1940s*, (USA: M.E Sharpe, 2006)

⁶Hendrianti Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Reflika Aditama, 2009) hlm. 138

terlihat dari berbeda dari orang lain.⁷ Selain itu dalam kamus Besar Bahasa Indonesia diri diartikan sebagai kepribadian yang sadar akan identitasnya sepanjang waktu.⁸ Dari definisi tersebut konsep diri seorang individu dapat dijelaskan sebagai identitas individu yang diukur melalui cara berperilaku dan berpenampilan. Hal demikian jika tidak menggunakan *framework* yang tepat, maka akan menghasilkan konsep diri individu yang terlalu positivistik. Penilaian identitas individu terbatas pada wujud diri yang tampak saja.

Secara terminologi Rogers mendefinisikan konsep diri sebagai satu kesatuan antara *real self* dan *ideal self*. *Real Self* yaitu keadaan diri individu saat ini dan *ideal self* adalah keadaan diri individu yang ingin dicapai oleh individu tersebut.⁹ Sedangkan Hurlock mendefinisikan konsep diri sebagai gambaran diri sendiri berdasarkan fisik, sosial, emosional, aspiratif, dan prestasi.¹⁰ Konsep diri yang utama dalam pemikirannya sangat menyangkut pada menarik dan tidak kemenarikan diri, cocok atau tidak cocoknya jenis kelamin, pentingnya bagian-bagian tubuh yang berbeda beserta psikis yang melekat. Akan Tetapi Angnyal mengingatkan bahwa konsep diri tersebut menuai kontroversi, karena apa yang dipikirkan seseorang mengenai dirinya sendiri jarang memberikan gambaran yang benar tentang realitas. Jika tingkah laku seseorang tidak sesuai dengan gambaran yang dimiliki tentang dirinya, maka tingkah lakunya mungkin tidak serasi dengan kebutuhan-

kebutuhan organisme yang sebenarnya. Karena konsep dirinya baru saja dikuasai oleh diri yang simbolik. Dan konsep diri yang hanya bersandar pada diri simbolik dapat memalsukan dan mendistorsi kenyataan.¹¹ Hal demikian disebabkan oleh tidak kongkritnya standar diri ideal, yang kemudian menghasilkan diri yang tidak pernah menjalani kehidupan otentik dan mengabaikan jati diri asli.¹²

Dengan demikian, konsep “diri” pada Barat juga digambarkan sebagai struktur mental, suatu totalitas pikiran dan perasaan dalam hubungannya dengan diri sendiri. Susunannya berupa konseptual persepsi-persepsi tentang kekhasan dari “aku” dan persepsi-persepsi tentang hubungan aku dengan yang lain, dengan beberapa aspek dalam hidup. Persepsi-persepsi yang kemudian digabungkan dan menghasilkan penilaian atas diri. Penilaian diri ini yang menjadikan konsep diri akan terus berkembang dan bersifat evaluatif.¹³ Dengan begitu seorang individu akan mengarahkan kemampuan diri sendiri untuk optimis memahami setiap perkembangan yang terjadi pada dirinya.

Sebagaimana konsep diri yang dipaparkan sebenarnya mengandung faham relativisme. Sebab kebanyakan konsep diri yang diyakini para psikolog modern mengandung asumsi tentang nilai-nilai Barat yang dibentuk secara sosial dan mempunyai variasi lintas budaya.¹⁴ Terjadilah sikap pemutlakan secara sepihak pada hal-hal yang hakikatnya tidak mutlak. Kondisi tersebut akhirnya menjebak manusia dalam kehidupan

⁷ James Murray (ed), *Oxford Dictionary*, (United Kingdom: Oxford University University, 1884)

⁸ Dendy Sugono (ed), *Kamus Besar Bahasa Indonesia, edisi keemapt*, (Jakarta: Gramedia Pustaka, 2012) hlm. 506

⁹ Carl Rogers, *On Becoming a Person* (terj.) hlm. 245

¹⁰ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga: 1997) hal. 235

¹¹ Calvin S. Hall dan Gardner Lindzey, John Wiley et.al *Psikologi Kepribadian 2 Teori-Teori Holistik* (Organisme- fenomenologi), terj. Dr. Yustinus, MSc (Yogyakarta: Kanisius 1993) hlm. 101

¹² Endra K Prihadi, *Breaking Your Mental Block*, (Jakarta: Gramedia, 2009) hlm. 50

¹³ A. Grinder *Adolescence*, (New York: John Willey & Sons: 1978) hlm. 34

¹⁴ John W. Santrock, *Adolescence (Perkembangan Remaja)* terj. Shinto B. Adeler, (Jakarta: Erlangga, 2003) hlm. 56

sempit dan berdimensi tunggal.¹⁵ Seperti contoh, karena potongan rambutnya pendek, anak perempuan itu dianggap *tomboy*. Bagaimana ukuran *tomboy*? Apakah potongan rambut pendek mutlak menggambarkan seorang anak perempuan tersebut *tomboy*?

Konsep diri dalam psikologi modern ini memiliki beragam motif. Namun dalam makalah kali ini problem konsep diri akan dipaparkan secara singkat dari tiga aliran psikolog modern. Diantaranya adalah aliran psikoanalisa, behaviorisme, humanisme.

KONSEP DIRI PERSPEKTIF PSIKOANALISA

Lahirnya aliran psikoanalisa dalam dunia psikologi oleh para ahli psikolog sering dianalogikan dengan revolusi Convernican dalam *natural science*. Aliran ini lahir disaat psikologi sedang berkembang dengan pesatnya mengadakan penelitian-penelitian psikologi secara eksperimental. Pada saat Sigmund Freud (1856-1940) seorang psikiater berkebangsaan Austria hadir mengenalkan Psikoanalisis.¹⁶

Dalam aliran ini identitas diri manusia disederhanakan menjadi makhluk yang berkeinginan (*homo volen*). Makhluk yang terbatas pada struktur diri id, ego dan super ego. Id (*das es*) adalah dalam aliran

psikoanalisa adalah bagian paling orisinil dalam susunan jiwa manusia. Di dalamnya terkandung hasrat dan dorongan biologis manusia. Memiliki prinsip pemenuhan kesenangan dan nafsu seksual (*libido*). Ego (*das ich*) merupakan kehidupan psikis, aspek sosiologis kepribadian dan memiliki unsur kesadaran yang memiliki kemampuan menghayati secara lahiriyah dan batiniah. Memiliki prinsip kenyataan dan mampu beradaptasi dengan kenyataan, serta mampu menjadi filter keluarnya dorongan instingtif¹⁷ dari *id* sehingga dapat menghambat dan mengendalikan prinsip kesenangan. Super ego (*das ueber ich*) merupakan aspek moral kepribadian sehingga mampu mengarahkan perbuatan yang baik dan benar sesuai norma-norma yang berlaku di masyarakat.¹⁸

Dalam kaitannya dengan konsep, super ego berperan sebagai mekanisme yang mengaitkan dan menghubungkan *image* diri kita dengan mekanisme hukum, aturan, dan adat dalam suatu sistem kemasyarakatan. Tujuannya tidak lain agar terbentuknya mekanisme imajiner¹⁹ yang memungkinkan seseorang masuk ke dalam satu sistem sosial dan sistem komunikasi atau simbolik, yaitu melalui pemahaman dan penghayatan akan aturan-aturan main yang ada dan berlaku dalam sistem sosial.²⁰

¹⁵Aholiab Watloly, *Tanggungjawab Pengetahuan Mempertimbangkan epistimologi Secara Kultural*, (Yogyakarta: Kanisius, 2001) hlm. 85

¹⁶ Sigmund Freud lahir di Freiburg, Moravia, Austria dan meninggal di London, Inggris pada umur kurang lebih 80 thn. Pada masa hidupnya Freud menyandang predikat dokter, psikiater, ilmuwan, dan psikolog. Freud sendiri yang mencetuskan bahwa psikoanalisis berada di bawah tema psikologi bukan psikologi medis, bukan juga psikologi yang sekedar meneliti normal-abnormal. Psikoanalisis adalah teori kepribadian. Lih. Calvin B. Hall, *Psikologi Freud*, terj. Cep Subhan KM (Yogyakarta: IRCiSod, 2019) hlm. 31-35

¹⁷Insting merupakan jumlah dari energi psikis yang memberikan arah pada proses-proses psikologis, menjadi sumber, tujuan, objek, dan daya penggerak. Lihat Calvin S Hall, *Psikologi Freud*, hlm. 102

¹⁸Sigmund Freud, *The Ego and The Id*, terj. Hanna Correll (New York: Clydesdale, 2019)

¹⁹ Imajiner adalah suatu proses penataan citra melalui ego rasional dan identifikasi serta berada dibawah kontrol dari usaha-usaha penstabilan peran, posisi, dan identitas gen. lih. Abu Tazid, *Tokoh, Konsep, dan Kata Kunci Teori Posmodern*, (Sleman: Deepublish, 2017) hlm. 190

²⁰ James Gleick, *Chaos: Makin New Science*, (Cardinal, 1987) hlm. 16

Namun, masalahnya sistem hukum, sistem kekeluargaan, sistem kekerabatan, sistem adat, atau sistem sosial pada umumnya telah terjebak dekonstruksi, devaluasi, parodi, dan diambil alih oleh sistem hukum dan bahasa lain yang mendominasi kehidupan dewasa ini, yaitu sistem hukum dan bahasa *image* media massa dan media sosial. Hingga akhirnya tidak dapat ditemukan lagi sistem bahasa dan simbol akurat yang dapat dijadikan oleh seseorang sebagai model identifikasi imajiner dirinya selain dari model-model yang ditawarkan oleh media massa dan media sosial tersebut. Hal ini tidak lain karena penilaian yang membentuk konsep diri manusia teralihkan dari norma-norma abstrak (moralitas, agama, ideologi) kepada norma konkret yang dewasa ini didominasi oleh norma komoditi, informasi, dan media massa, yang seolah-olah dijadikan sebagai gravitasi atau satelit baru—sebuah titik di mana seluruh aspek kehidupan harus berpusat.²¹

Aliran psikoanalisa juga menjelaskan konsep diri berdasarkan teori topografik, kesadaran. Tingkat kesadaran menurutnya dibagi menjadi tiga, yaitu alam sadar, alam prasadar, dan alam tak sadar.²² Alam sadar adalah serpihan tipis

²¹ Fredric Jameson, *Postmodernism or the Cultural Logic of Late Capitalism*, (London: Verso, 1991) hlm. 64

²² Alam sadar (kesadaran) adalah proses aktif yang berlangsung dalam diri manusia berupa sensasi (penginderaan), perseptual, (pemahaman), dan konseptual (pengertian). Alam prasadar (keprasadaran) adalah kenangan-kenangan yang dapat diingat kembali, meskipun agak sulit. Dan alam bawah sadar (ketidaksadaran) berupa sikap, perasaan, dan pikiran yang ditekan, serta tidak dapat dikontrol oleh kemauan, hanya dengan susah payah ditarik-kalau dapat- ke alam sadar, tidak terikat oleh hukum-hukum logika dan tidak dibatasi oleh waktu dan tempat. Isi dari ketidaksadaran ini mengontrol pikiran dan perbuatan individu. Menafikkan motif-motif yang mendasari tingkah laku. Lih. Drs. Yustinus Semiun OFM, *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006) hlm. 55-56

dari keseluruhan pikiran seperti puncak gunung es, bagian terbesar dirinya mengada dibawah permukaan air kesadaran.²³ Analogi ini berusaha menggambarkan bahwa eksistensi perilaku pada diri manusia didominasi oleh alam bawah sadar. Dengan begitu paradigma keakuan yang dicetuskan Freud dapat dinyatakan sebagai berikut “Aku bukan hanya aku yang sadar, tetapi juga aku yang dikuasai oleh alam bawah sadar”. Dengan demikian eksistensi diri tidak hanya berkaitan dengan kesadaran, melainkan juga berkaitan dengan dunia alam bawah sadar.²⁴

Namun, kenyataannya hal ini membuktikan bahwa para ahli psikoanalisis cenderung bersikap skeptis terhadap sistem pemikiran apapun, menilainya sebagai hal yang tidak penting karena yang lebih berharga adalah rasionalisasi atas impuls dan berbagai keinginan daripada sekedar membahas istilah-istilah dalam kacamata logikanya sendiri. Aliran ini sangat skeptis khususnya pada semua jenis kepercayaan atau pernyataan-pernyataan filosofis dan cenderung melihatnya sebagai pemikiran obsesif yang seharusnya tidak perlu terlalu dipedulikan. Lebih dari itu aliran psikoanalisis menghilangkan prasangka adanya rasionalisasi selagi menjadikan akal sebagai alat untuk membuat analisa kritis atas rasionalisasi itu sendiri. Ada

²³ Pada daerah ketidaksadaran ini ditemukan dorongan-dorongan, nafsu-nafsu, pikiran-pikiran yang diapresiasi, suatu dunia bawah yang besar dan berisi kekuatan-kekuatan penting yang tidak kelihatan serta mengendalikan pikiran-pikiran dan perbuatan sadar setiap individu. Lih Yustinus Semlun, *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*. hlm. 42

²⁴ Kasdin Sihotang, *Filsafat Manusia Jendela Menyingkap Humanisme*, (Yogyakarta: Kanisius, 2018) hlm. 45

sifat ambiguitas dalam proses berfikir manusia.²⁵

KONSEP DIRI PERSPEKTIF BEHAVIORISME

Behaviorisme merupakan salah satu pendekatan dalam psikologi yang menitikberatkan pada pentingnya perilaku untuk mempelajari manusia. Istilah ini mengacu pada sebuah psikologi modern yang berawal dari Ivan Pavlov (1849-1936) di Rusia dan John Broadus Watson (1878-1958) di Amerika. Tokoh ini menyatakan bahwa studi perilaku menggantikan teknik-teknik introspektif dan menolak keras pada kata istilah mentalistik.²⁶ Dan perilaku tersebut tidak lain merupakan tindak balas (respon) dari adanya rangsangan (stimulus). Jika rangsangan telah diamati dan diketahui maka gerak balas pun dapat diprediksi. Hingga akhirnya konsep diri pada behaviorisme terniscayakan berdasarkan pada perilaku yang dapat diamati.

Seperti yang ter kutip dalam buku John Broadus Watson yang berjudul "Behaviorisme":

*".....man both talks and thinks with his whole body—just as he does everything else with his whole body"*²⁷

Behaviorisme merupakan konsep psikologi yang didasarkan atas filsafat postivisme atau empirisme logis, lebih menekankan pada perilaku nyata yang dapat diamati atau diukur. Alasannya sederhana yaitu menurut behaviorisme setiap perilaku memiliki sebab dan akibat. Hubungan sebab akibat ini dalam behaviorisme dirumuskan dalam bentuk stimulus-respon. Bertolak dari stimulus-

respon²⁸ berkembang motif pengkondisian²⁹ dan penguatan.³⁰

Konsep diri manusia pada aliran behaviorisme terbatas pada bagaimana manusia berbicara dan berpikir dengan seluruh tubuhnya, sama seperti dia melakukan segalanya dengan seluruh tubuhnya. Dan melupakan unsur kesadaran. Hal demikian yang menyebabkan psikologi aliran behaviorisme kesulitan dan lemah untuk menerjemahkan perilaku manusia yang rumit dan misterius, seperti contoh menafsirkan "cinta".³¹

Diri manusia bukanlah sebuah mesin yang teorinya bersifat mekanistik. Melakukan beberapa hal dan memberikan respon sesuai dengan stimulus yang diberikan. Para penganut doktrin behaviorisme lupa bahwa ini sama saja dengan mengurangi nilai-nilai kemanusiaan. Karena kenyataannya manusia diciptakan dengan potensi dan ciri khas masing-masing berbeda satu dengan yang lainnya.

Kalau diamati lebih dalam, eksperimen yang dilakukan kaum

²⁸Stimulus adalah hal-hal yang merangsang dan mendorong terjadinya sesuatu. Respon adalah tingkah laku akibat dari proses yang dicerna otot atau kelenjar karena adanya perangsang. Lih J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004) hlm. 432

²⁹Pengkondisian atau *operant conditioning* dikenalkan oleh B.F Skinner, psikolog berkebangsaan Amerika. Pengkondisian ini merupakan usaha seorang individu untuk mengontrol tingkah laku organism melalui pemberian *reinforcement* yang bijaksana dalam lingkungan relative besar. Lih. Yudik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta,; Kencana, 2011) hlm. 103

³⁰B.F skinner, *Verbal Behavior*, (Cambridge: Skinner Foundation, 2014)

³¹ Malik Badri, *Fiqih Tafakur dari Perenungan Menuju Kesadaran Sebuah Pendekatan Psikologi Islam*, terj. Surya Darma (Solo: Intermedia, 1995) hlm. 28

²⁵Erich Fromm, *Psikoanalisis dan Agama*, terj. Erfina Maulida (Yogyakarta: Basabasi, 2019) hlm. 83

²⁶ Lorens Bagus, *Kamus Filsafat* (Jakarta: Gramedia, tahun 1996), hlm 122.

²⁷J.B Watson . *Behaviorisme* (New York: People's Institute, 1924)

behavioristik selalu memanfaatkan dorongan bersifat materi. Hingga menjadikan manusia berperilaku dan melakukan usaha *trial and error*, ataupun *operant conditioning* karena ingin mendapatkan materi yang ada di luar dirinya. Dengan demikian, secara implisit tampak bahwa tujuan aliran behaviorisme selain pembentukan konsep diri berupa pembiasaan, tetapi juga bersifat matrealistik.³²

KONSEP DIRI PERSPEKTIF HUMANISTIK

Psikologi humanistik hadir sebagai bentuk penolakan dua pendekatan psikologi yang dominan pada waktu itu, yakni psikoanalisis dan behaviorisme. Alasannya psikologi behaviorisme dinilai mengabaikan kapasitas manusia untuk bergembira. Para humanis, juga menganggap behaviorisme, yang menekankan tindakan yang terobservasi, sebagai pendekatan yang terlalu mekanistik dan mengabaikan hakikat manusia. Dalam menyoroti hakikat manusia, para penganut behaviorisme juga dianggap mengabaikan hal-hal yang benar-benar penting bagi kebanyakan orang, keunikan harapan dan keinginan. Dalam pandangan humanis, perilaku manusia tidak sepenuhnya ditentukan oleh konflik yang tidak disadari maupun oleh lingkungan. Manusia memiliki kehendak bebas dan oleh karenanya memiliki kemampuan untuk berbuat lebih banyak bagi dirinya, lebih dari yang diprediksi oleh psikoanalisis maupun behavioris. Tujuan psikologi humanisme adalah membantu manusia mengekspresikan dirinya secara kreatif dan merealisasikan potensinya secara utuh.³³

Psikologi humanistik pertama kali dikenalkan oleh Abraham Maslow,

³²Effendi, *Konsep Pemikiran Edward L.Thordike Behavioristik dan Imam Al-Ghazali Akhlak*, (Guepedia, 2016) hlm.48

³³Carole Wade dan Carol Tavris, *Psikologi*, (Jakarta: Erlangga) hlm. 23

merupakan salah satu pengagum teori psikologi eksistensial yang diturunkan oleh Carl Rogers. Menurutnya konsep diri adalah kemampuan seorang individu berperilaku untuk memenuhi kebutuhan yang bersifat hierarkis. Walaupun pada diri masing-masing orang mempunyai perasaan takut, tetapi di sisi lain seseorang juga memiliki dorongan untuk lebih maju ke arah berfungsinya semua kemampuan, ke arah kepercayaan diri menghadapi dunia luas dan pada saat itulah ia dapat menerima diri sendiri.³⁴

Penerimaan konsep dirinya dibutuhkan pemenuhan kebutuhan yang menurut Maslow dengan terpenuhinya kebutuhan tersebut manusia dapat mengaktualisasikan dirinya. Dimulai dari yang dasar adalah terpenuhinya kebutuhan fisiologis. Berupa hal-hal pokok dan dasar seperti bernafas, makan, tidur, minum dan lain-lain. Bertolak dari kebutuhan fisiologis manusia juga membutuhkan rasa aman. Ciri-cirinya menurut aliran humanistik individu tersebut dapat dipastikan tidak merasakan kecemasan dan pola hidupnya tenang penuh kedamaian. Hal demikian yang menyebabkan manusia perlu memenuhi kebutuhan cinta berupa hubungan sosial antar sesamanya. Sehingga manusia tersebut mendapatkan penghargaan dan aktualisasi dirinya berjalan lancar.³⁵

Tentang pandangan humanis terhadap konsep diri manusia pada dasarnya aliran ini tampak sesuai dan seimbang. Karena humanisme sangat apresiatif terhadap keunikan pribadi, penghayatan subyektifitas, adanya rasa tanggung jawab dan yang paling penting adanya kemampuan untuk melakukan aktualisasi diri. Namun kelemahan utama aliran ini justru terletak pada

³⁴ Frank. G. Goble, *Madhab Ketiga, Psikologi Humanisme Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius, 1978) hlm. 76

³⁵Abraham H Maslow, *Motivation and Personality*, (New York: Harperand Roq Publisher 1970) hlm. 35-47

pandangannya yang terlalu optimis terhadap manusia itu sendiri. Keadaan ini pada gilirannya menyebabkan manusia bersifat antroposentris yang berarti memberikan peluang manusia menganggap dirinya sebagai “sang penentu tunggal yang paling berdaulat” dan “omnipotence” yang melakukan *play-God* sekalipun dalam tingkatan manusiawi.³⁶

Konsep pokok dari psikologi adalah tentang diri. Didalamnya membahas kesatuan total antara jiwa dan kepribadian secara keseluruhan. Dan dapat dijelaskan bahwa diri dalam psikologi modern adalah titik pusat kepribadian manusia, penentu tingkah laku, cara berfikir, dan identitas. Hanya yang perlu menjadi perhatian adalah konsep diri pada psikologi modern bersifat antroposentris, kemudian mengandung paham positivisme, relativisme, dualisme, dan relativisme. Psikologi modern hanya mengakui hal metafisik pada diri manusia dengan penggambaran ego. Berbeda dengan Islam yang telah menyatakan bahwa satu kesatuan konsep diri adalah, ruh, nafs, qalibun, dan fitrah.

Konsep Diri dalam Psikologi Islam

Pemaparan mengenai manusia diatas baru saja mengungkapkan bahwa dalam Islam “diri” atau “*self*” tidak dapat dipahami hanya sebagai *one dimension man*, raga saja, mental saja, perilaku saja. Konsep diri manusia adalah *two in one* atau makhluk satu wujud dua dimensi, yaitu jasmani dan rohani. Di dalam dirinya ada sifat mengakui adanya Tuhan, memiliki kebebasan, amanah dan tanggungjawab dan kecenderungan kearah kebaikan. Eksistensinya dimulai dari

keadaan lemah yang kemudian bergerak ke arah kekuatan yang sangat dahsyat.³⁷

Secara bahasa dalam Islam diri disebut sebagai “*nafs*” atau merupakan dzat atau esensi yang menggambarkan diri memiliki kesatuan antara jiwa dan raga. Menurut Ibnu Sina, *nafs* adalah kesempurnaan awal bagi jasad hingga manusia mampu bergerak.³⁸ Sedang jasad adalah wujud kedua sebagai alat yang memiliki tugas menjalankan aktivitas.³⁹ Hal ini yang akhirnya juga disepakati oleh al-Kindi dan al-Farabi.⁴⁰ Dan menurut Al-Ghazali esensi diri adalah hubungan antara jasad yang dapat disadari dengan kasat mata (*bashar*) dengan ruh serta *nafs* yang hanya dapat disadari adanya dengan penglihatan mata hati (*bashirah*).⁴¹ Maka jasad dan *nafs* merupakan dua susunan yang berbeda dan saling membutuhkan. Meskipun begitu peran jiwa akan lebih dominan mempengaruhi jasad dan menghasilkan kesadaran diri.⁴² Kesadaran akan akan amal perbuatan yang telah

³⁷ Baharuddin Hasibuan, *Paradigma Psikologi Islam: Studi Tentang Elemen Psikologi dari Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995) hlm. 314.

³⁸ Ibnu Sina, *al-Syifā' ; Al-Ṭabī'yyah*, (Kairo: Haiyah Misriyyah al-‘Aammah li al-Kitābah, 1975), 11-12. Penjelasan bahwa dengan adanya *nafs* manusia bergerak tercantum juga dalam Muhammad Ustman Najati, *Al-Dirāsāt al-Nafsaniyyah ‘Inda al-‘Ulamā al-Muslimin* (Kairo: Daar al-Syuruq, 1993) hlm. 117

³⁹Ibid. 118

⁴⁰Muhammad Ali Abu Rayyan, *Tārīkh al-Fikr al-Falsafī fī al-Islām*, (Al-Iskandariyah: Dar al-Jami’at al-Mishriyah, 1984), hlm. 337

⁴¹ Al-Ghazali, *Ihyā’ ‘Ulum al-dīn*, juz 3, hlm. 49. Sesuai dengan hal ini Al-Ghazali mengutip ayat al-Qur’an surat al-Shād ayat 71-72. (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat: “sesungguhnya Aku akan menciptakan manusia dari tanah”. Maka apabila telah kusempurnakan kejadiannya dan kutiupkan kepadanya roh (ciptaan) Ku; maka hendaklah kamu tersukur dengan bersujud kepada-Nya.

⁴² Fazlur Rahman, *Avecenna’s Psychology*, (London , Oxford University, 1952), 199-200.

³⁶ Effendi, *Konsep Pemikiran Edward L.Thordike Behavioristik dan Imam Al-Ghazali Akhlak*, hlm. 41

dikerjakan dan perbuatan yang telah dilalaikan.⁴³

Para ulama membidik konsep diri, sebagai wawasan mengenai kesadaran dirinya sendiri⁴⁴. Secara umum, pemikir Islam membuktikan kesadaran diri dan seluruh bentuk spiritual manusia berpusat pada ruh. Hal ini yang membedakan konsep diri Islam dengan konsep diri pada psikologi modern. Ruh ini yang akan menunjukkan dan mengarahkan pada esensi yang satu yaitu, seorang hamba berperilaku.⁴⁵

Prosesnya substansi rohani pada diri akan memancar kepada raga dan menghidupkannya lalu menjadikannya alat untuk mendapatkan pengetahuan dan ilmu, sehingga dengan keduanya ia bisa menyempurnakan dirinya dan mengenal Penciptanya.⁴⁶ Diri tidak akan pernah kehilangan identitas jika perilakunya berubah. Meskipun wujud diri menemukan kelemahan, diri tidak akan mudah menyalahkan raga yang telah terciptakan. Seperti contoh terlahir sebagai laki-laki, namun ketika mendewasa dirinya menyadari bahwa wajahnya tak tampan melainkan cantik, menyerupai perempuan dan bahkan kelakuannya oleh orang-orang disekitarnya dinilai lemah lembut seperti perempuan. Hal demikian jika pengenalan dirinya yang telah sampai pengenalannya pada penciptanya, maka tidak akan menjadikan individu tersebut berkecil hati, menyalahkan, hingga merubah ketentuan awalnya.

⁴³ (Al-Infithar: 5)

⁴⁴(al-Qiyamah:14)

⁴⁵Nazār Muhammad Sa'īd al-Āni, *As-Shakhṣiyat al-Insāniyat fī al-Fikri al-Islāmī*, (Beirut, al-Ma'had al-Ālamī li- al-Fikri al-islāmī, 2005) hlm. 28

⁴⁶ Ibn Sina, *Ahwāl al-Nafs: Risālah fī Nafs wa Baqā'ihā wa Ma'ādihā*, Terj. Psikologi Ibn Sina, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2009), hlm 182. Bandingkan dengan *Rasāil al-Kindi al-Falsafiyah*, (Kairo: Dar al-Fikr, 1950), hlm. 271, dan Al-Jurjani, *Kitab al-Ta'rifat*, (Beirut: Maktabah Libnan, 1980), hlm. 312

Struktur diri dalam Islam tidak sesederhana yang dimiliki psikologi modern, dalam Islam diri atau yang disebut *nafs* memiliki struktur dari yang terendah hingga sempurna. Ada *nafs ammarah*, yaitu nafsu yang condong pada hal-hal yang bersifat fisik. Sumber perilaku sombong, ambisius, iri hati, dan marah. Kemudian ada *nafs lawwamah*, yaitu *nafs* yang menerangi jiwa dengan cahaya hati, tempat bermuara ambisi dan penyesalan. Ditingkat atasnya ada *nafs muthmainnah*, adalah *nafs* yang menerangi cahaya hati sehingga seorang individu terlepas dari sifat buruk. Meningkatkan keatas terdapat *nafs mulhamah*, pangkal kesabaran, syukur, dan siap menerima beban ibadah, dan *nafs* ini yang akan mengantarkan pada *nafs radliyah*. Hasil daripada kemuliaan dan ketulusan terus mengingat Allah, ini yang dinamakan *nafs mardliyah*. Dan puncak dari semuanya adalah *nafs kamilah*, kesempurnaan pengenalan konsep diri.⁴⁷

Pengenalan diri membutuhkan kesadaran yang didasari oleh ilmu dan pengetahuan. Itu mendasari kemampuannya untuk membedakan antara "aku" dan yang lain. Hewan tidak diciptakan dengan kesadaran diri. Karena alasan ini, mereka tidak dapat membedakan mereka dari diri yang lain. Perbedaan ini yang menjadi karakteristik yang dimiliki manusia.⁴⁸

Kesadaran manusia yang mengantarkan pada bahwa dirinya kurang dan membutuhkan keutuhan akan mengantarkan pada penerimaan terhadap gejala kejiwaan yang terjadi dalam diri. Maka ketika perasaan dan aktivitas manusia yang beragam saling bertemu, bahkan akan saling bertentangan misalnya, sedih dan senang. Diri akan melakukan respon penerimaan dengan pengikat yang

⁴⁷ Jamal Ma'mur Asmani, *Agar Hati Tidak Keras*, (Quanta, 2014) hlm. 83-84

⁴⁸ Hayati Aydin, "Concepts Of The Self In Islamic Tradition And Western Psychology: A Comparative Analysis", *Studies in Islam and the Middle East vol. 7* (2010) hlm. 12

menyatukan keseluruhannya. Pengikat tersebut adalah *nafs*, yang akhirnya mempengaruhi fenomena yang bersifat fisik.⁴⁹ Dengan demikian konsep diri dalam Islam telah terlepas dari kecendrungan Yunani yang animisme.⁵⁰

Nafs ini yang akhirnya mengantarkan manusia pada eksistensi diri ruh yang bersifat immaterial menyempurnakan jasad diri yang bersifat materi. Dan secara tidak langsung eksistensi diri baru saja membebaskan dirinya dari faham materialisme. Menolak dan mencegah pemenuhan wujud hanya pada hal-hal yang duniawi. Tidak teralu mengharap harga diri dimata manusia yang berlebihan dan tak terpuruk jika dihadapkan pada hinaan manusia. Segala dirinya telah dilimpahkan pada pewujudan eksistensi yang lebih kekal yaitu tujuan akhir kehidupan.

Hingga akhir kehidupan konsep diri pada seorang individu akan terus berlanjut. Dalam psikologi modern konsep diri sangat dipengaruhi oleh diri identitas (*identity self*) yang terbangun atas interaksi seorang individu dengan lingkungannya. Dalam Islam identitas diri perlu diseimbangkan pula dengan ajaran agama sehingga terjadi keseimbangan antara tuntutan-tuntutan fisik dan spiritualnya. Menemukan “akunya” juga perlu memperhitungkan “tujuan akunya”.⁵¹ Hal ini yang akan menjadi pembeda identitas diri pada psikologi Islam dengan psikologi modern yang selalu berubah dan berbeda-beda. Identitas diri Islam tidak mengikuti hasrat idamannya melainkan pada hakikat yang satu.⁵²

⁴⁹ Muhammad Ghallab, *Al-Ma'rifat 'Inda Mufakkir al-Muslimin*, (Mesir: Dar al-Jail,) hlm. 248-249

⁵⁰ M.M. Syarif, *A History of Muslim Pshilosophy* (Jerman: Wiesbaden 1963) hlm.492

⁵¹ Utsman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, terj.Ahmad Rofi Usmani. (Bandung: Penerbit Pustaka, 1986) hlm. 254-255

⁵² Syed Muhammad Naquib Al-Attas, *Risalah Kaum Muslimin*, hlm. 92

Kehidupan manusia yang senantiasa terus berproses dalam perkembangan kehidupannya dan tentunya sangat membutuhkan tujuan. Jika tujuannya hanya sekedar mencapai kebahagiaan berupa aktualisasi diri di dunia, arah hidupnya “aku” tidak akan jelas, tanpa arah, akan mengantarkan pada kesesatan. Hal ini tidak lain karena parameter kebahagiaan pada psikologi modern humanistik relatif dengan macam bentuknya dan variatif disesuaikan budaya. Maka dari itu diri perlu diantarakan pada tujuan “aku” yang terwujudnya sikap batin, mampu mendorong melakukan perbuatan bernilai baik dan pribadi asusila. Hal demikian yang akan mengantarkan pada tujuan identitas diri yang mapan yaitu kebahagiaan kekal di akhir kehidupan.

Pembahasan konsep diri dalam Islam selain mengukuhkan eksistensi diri juga berarti mengukuhkan keimanan. Karena keimanan posisinya dalam kehidupan menjadi pendoman dari perbuatan dan perilaku yang akan dilakukannya.⁵³ Dalam diri jika keimanan telah kokoh maka akan kokohlah jiwa dan raga manusia. Ini sama halnya dengan gambaran sebuah bangunan, jika fondasinya kokoh, maka akan kuatlah bangunannya.

Bertolak dari tawaran diatas, Abraham Maslow menawarkan konsep diri yang bercorak antroposentrisme dan subjektivisme, menempatkan manusia sebagai pusat dari segala pengalaman dan relasi-relasinya, serta penentu utama segala peristiwa yang menyangkut masalah manusia dan kemanusiaan.⁵⁴ Ganjilnya para psikolog modern mengiyakan teori dan melupakan bahwa sejatinya manusia adalah makhluk ciptaan yang diciptakan sang Pencipta. Manusia diberi kemampuan untuk berkehendak bebas, tetapi kemampuan

⁵³ Muhammad Izzudin Taufiq, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*. hlm.450

⁵⁴ Engkus Koewara, *Psikologi Eksistensialisme*. hlm. 123

tersebut tidak lepas dari kedudukannya sebagai makhluk, yaitu memiliki kelemahan dan butuh pertolongan dari sang Pencipta, sehingga perilakunya harus sesuai pada-Nya.⁵⁵

Selain itu konsep diri pada psikologi modern juga mengandung unsur paradigma dualisme dan mekanistik-deterministik sebagaimana yang terkandung dalam behaviorisme. Meniscayakan bahwa antara kesadaran dan perilaku itu terpisah, antara pikiran dan tubuh tidak sama, serta nilai dan fakta bisa bertentangan. Hal yang mempengaruhi dan menentukan konsep diri manusia adalah upaya rekayasa dan penyesuaian kondisi lingkungan luas. Diri setiap individu dipandang netral di mana baik atau buruknya perilaku terpengaruh dari pengaruh situasi dan perlakuan yang dialami. Dasar-dasar tentang perilaku manusia diketahui dari penelitian perilaku empiris.⁵⁶

Faham diatas sangat bertentangan dengan Islam yang menggambarkan hakikat manusia tidak mungkin netral karena manusia adalah makhluk yang diciptakan sempurna dan mulia karena dikarunia akal. Manusia bukan malaikat, juga bukan hewan. Ia berakal dan akal itu untuk mengendalikan nafsunya. Maka dari itu, perilaku manusia tidak dapat disamakan dengan hewan, terutama dalam kondisi penelitian. Perilaku manusia sangat dipengaruhi oleh kondisi internalnya, salah satunya adalah akal. Akal manusia memungkinkannya mengetahui mana yang baik dan mana yang buruk, sehingga perilaku manusia memiliki konsekuensi dan harus dipertanggungjawabkan. Manusia dipengaruhi oleh rekayasa dan kondisi

lingkungannya, tetapi ia dianugerahkan Allah kemampuan berkehendak bebas dan memilih tindakan (tidak selalu mengikuti faktor lingkungan).⁵⁷

Perlu banyak pertimbangan jika konsep diri hanya didasarkan pada diri pelaku (*Behavioral self*) "apa yang dilakukan oleh diri". Diantaranya keseimbangan antara naluri, akal dan motif pemenuhan kebutuhan jasmani. Ketiga hal tersebut harus dioprasionalkan secara bijak agar tercapainya *mafāhim* yang bukan sekedar *ma'lumat*. Jika dilahirkan dengan kelamin laki-laki maka berpakaianlah layaknya laki-laki yang *sholeh* bukan setengah laki-laki, setengah perempuan.⁵⁸

Diri perilaku dalam Islam merupakan keseimbangan erat antara jiwa dan badan. Jiwa yang juga seimbang dengan *fitrah* dan *qalbu* nya. Tanpa jiwa, badan tidak akan bergerak atau menunjukkan perilaku. Karena badan adalah alat bagi jiwa dan jiwa yang menyebabkan badan untuk berperilaku serta mengaktualisasikan potensi-potensinya. Perilaku yang seimbang dengan *fitrah* dan *qalbunya* akan menunjukkan tindakan mulia dan penuh budi pekerti.

Namun, karena adanya permasalahan sosial seperti tekanan menjadi anggota masyarakat sering kali menjadikan diri seseorang yang kelimpungan dan mengalami penolakan terhadap keadaan baru bagi dirinya. Diri yang tidak dapat menerima kelemahannya, regresi mencari tempat yang dianggapnya mampu untuk menerima kahidupannya. Permasalahan kontemporer ini yang selalu diambil oleh psikologi modern dalam menciptakan ramuan baru konselingnya. Disinilah Islam harus mampu merebut peran tersebut dengan diri penerimaan dan

⁵⁵ Malik Badri, *Dilema Psikologi Muslim*, terj. Siti Zainab Luxfiati. (Jakarta: Psutaka Firdaus; 1996) hlm. vii

⁵⁶Husein Heriyanto, *Paradigma Holistik, Dialog Filsafat, Sains, dan Kehidupan Menurut Mulla Shadra dan Whitehead*. hlm. 31-54

⁵⁷Malik Badri, *Fiqih Takakkur Dari Perenungan Menuju Kesadaran*, terj. Surya Darma (Solo: Era Intermedia, 2001) hlm. 19

⁵⁸ Saktiyono B Purwoko, *Psikologi Islam Teori dan Penelitian*, (Saktiyono Word press) hlm. 103-104

diri penilaian yang sarat akan nilai-nilai religius.

Diri penerimaan atau penilai (*judging self*), dalam Islam melakukan penilaian berupa kritik itu tidak boleh berlebih-lebihan hingga mengancam perubahan fitrah manusia. Penilaian harus didasarkan pada keseimbangan, kelurusan, dan kesehatan jiwa. Sejajar dengan rel-rel dan prinsip-prinsip moral dalam Islam.⁵⁹ Seorang individu harus menyeleksi dugaan-dugaan yang terjadi pada fisik dan dirinya, tidak boleh keliru dalam menerima penilaian. Setidaknya tidak bertentangan dengan nilai-nilai Islam. Karena penilaian manusia bisa keliru yang mutlak hanya penilaian yang datang dari syariat agama.⁶⁰

Bertolak dari psikologi tingkah laku problem selanjutnya hadir pada nalar para penganut psikoanalisa. Aliran ini mengandung nilai-nilai instrumentalisme dan materialisme. Perilaku pada diri digambarkan tanpa prinsip teologi.⁶¹ Fakta yang dalam teori psikoanalisa Sigmund Freud struktur diri terbatas pada tiga sistem, yaitu id (dorongan biologis), ego (kesadaran terhadap realita), dan superego (kesadaran normatif). Hal ini berbeda dengan pandangan Al Ghazali yang menyatakan manusia terdiri atas raga, jiwa, dan ruh. Jiwa manusia terdiri atas hati (*qalb*), ruh, akal (*'aql*), dan nafsu (*nafs*). Penentu konsep diri manusia adalah keempat potensi jiwa tersebut di atas. Manusia yang terbaik adalah yang memanfaatkan potensi akalinya untuk menerangi hatinya, sedangkan yang terburuk adalah yang memperturutkan hawa nafsu, yang membuatnya tidak berbeda dengan binatang. Manusia dipengaruhi oleh nafsu hanya sekadar untuk memelihara kehidupan dan tidak untuk diperturutkan. Maka dari itu, nafsu adalah sesuatu yang dapat dikendalikan dan pengendalian

atas nafsu akan memelihara manusia dari penyakit hati dan jiwa.⁶²

Dan perlu diketahui bahwa konsep diri yang ideal sebenarnya bukan hanya memperhatikan nilai dan aspek sosial seperti yang diungkapkan Hurlock dan Carl Rogers. Konsep diri yang ideal adalah yang mampu adil terhadap kebutuhan rohani dan jasmani. Dimana pengetahuan yang telah mengisi akal menjadikan diri berlaku bijak dan patuh pada hukum Penciptanya dan kembali pada identitas yang sesungguhnya sebagai manusia. Sesuai dengan naluri dan fitrah yang sempurna sehingga tidak merusak tatanan ekosistem individu-individu lain yang tergabung dalam masyarakat.⁶³

Maka tugas psikologi Islam berbeda dengan dengan psikologi modern, psikologi modern hanya menerangkan (*explanation*), memprediksi (*prediction*), mengontrol (*controlling*) terhadap perilaku manusia. Sedangkan psikologi Islam menerangkan, memprediksi, mengontrol, dan mengarahkan untuk memperoleh ridho Allah. Jadi misi utama psikologi Islam adalah menyelamatkan manusia dan mengantarkan manusia untuk memenuhi kecenderungannya dan fitrahnya untuk kembali kepada Allah subhanahuwata'ala. Psikologi Islam dibangun dengan menggunakan Al-Qur'an sebagai acuan utamanya dan Al-Qur'an diturunkan bukan semata-mata ummat Islam melainkan untuk kebaikan umat manusia, karena itu psikolog Islam dibangun dengan arah untuk kesejahteraan manusia.⁶⁴

Konsep diri sangat penting diperhatikan karena cara berfikir dan berbicara seorang individu sangat

⁶² Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulum al-dīn*, juz 3 hlm. 209

⁶³ Syed Muhammad Naquib Al-Attas, *Prolegomena to The Metaphysics of Islam*. hlm. 89

⁶⁴ Nurussakinah Daulay, M. Psi, *Pengantar Psikologi dan Pandangan Al-Qur'an Tentang Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2014) hlm. 100

⁵⁹ Utsman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, terj. Ahmad Rofi Usmani. hlm. 255

⁶⁰ Ibid. hlm. 145

⁶¹ Ibid. hlm. 31-54

dipengaruhi konsep diri yang dibentuk. Konsep diri juga, mempengaruhi cara melihat dunia luar dan memperlakukan orang lain. Aktualisasi dari konsep diri akan menentukan pilihan atas penerimaan dan pemberian kasih sayang. Konsep diri yang terintegrasi dengan nilai agama akan mengantarkan seorang individu menjadi bijak ketika mengambil keputusan maupun kebijakan bagi umat manusia berdasarkan dari sumber kebenaran yang satu. Sehingga dirinya dapat menuntun dan dapat mencegah diri dari perbuatan yang tidak baik atau melanggar norma-norma etika.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, psikologi modern telah berusaha keras memecahkan persoalan pendefinisian diri, pembentukan diri imajiner, serta bagaimana manusia hidup menjaga eksistensinya. Namun, ternyata identitas dan perilaku serta emosi yang membentuk konsep diri dalam psikologi modern banyak yang bertentangan dengan konsep-konsep kunci worldview Islam. Hal ini perlu menjadi perhatian bersama tidak hanya dikalangan para psikolog dan seluruh individu perlu tahu akan hal ini agar tidak menyimpang dari *rule* keagamaan.

Diri bukan sekedar pemenuhan keinginan libido seperti yang terdapat dalam psikoanalisis, diri bukan sekedar hidup menyesuaikan lingkungan seperti prinsip behaviorisme, dan diri bukan *centered of relatedness* seperti pandangan humanisme. Karena gambaran konsep diri tersebut mengandung sifat antroposentris dan netral etik, yakni menuntut manusia secara berlebihan untuk menyesuaikan diri, tanpa mengindahkan kesadaran keagamaan. Dan jelas hal ini bertentangan dengan konsep dasar manusia yang memiliki ruh, fitrah dan *qalibun*.

Dalam Islam konsep diri adalah yang terintegrasikannya nilai-nilai religius dalam bercermin dan penggambaran diri. Konsep diri yang yang mengantarakan

seorang individu untuk mengenal perannya dan kedudukannya. Strukturnya begitu sempurna dari *nafs ammarah*, yaitu nafsu yang condong pada hal-hal yang bersifat fisik. Sumber perilaku sombong, ambisius, iri hati, dan marah. Kemudian *nafs lawwamah* ditingkat atasnya ada *nafs muthmainnah*, meningkat keatas terdapat *nafs mulhamah*, pangkal kesabaran, syukur, dan siap menerima beban ibadah, dan *nafs* ini yang akan mengantarkan pada *nafs radliyah*. Hasil daripada kemuliaan dan ketulusan terus mengingat Allah, ini yang dinamakan *nafs mardliyah*, *nafs kamilah*. Peran yang tak sekedar aktualisasi diri di dunia tapi juga untuk akhirat. Sehingga setiap individu akan berkorelasi pada peningkatan kesejahteraan yang seimbang antara lahir dan batin.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-'Āni, Nazār Muhammad Sa'īd. (2005). *As-Shakhṣiyat al-Insāniyat fī al-Fikri al-Islāmī*, Beirut, al-Ma'had al-'Ālamī li- al-Fikri al-Islāmī
- Al-Attas, Syed Muhammad Naquib. (2010). *Islam dan Sekularisme*, terj. Dr. Khalif Muammar, M.A dkk Bandung: PIMPIN
- _____.(1995) *Prolegomena to The Metaphysics of Islam*. Malaysia: ISTAC
- Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulum al-dīn*, juz 3
- Al-Jurjani. *Kitab al-Ta'rifat*, Beirut: Maktabah Libnan.
- Al-Kindi. *Rasāil al-Kindi al-Falsafiyah*. Kairo: Dar al-Fikr
- Abu Rayyan, Muhammad Ali, (1984), *Tārīkh al-Fikr al-Falsafī fī al-Islām*, Al-Iskandariyah: Dar al-Jami'at al-Mishriyah
- Agustiani, Hendrianti. (2009), *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Reflika Aditama

- Ancok, Djameluddin dan Fuad Nashori. (2004). *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*, edisi kelima. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Asmani, Jamal Ma'mur, (2014), *Agar Hati Tidak Keras*, Quanta.
- Atkinson, Rita L. (2018) *Pengantar Psikologi Vol.2* (terj.Nurdjannah Taufiq)
- Aydin, Hayati. (2010). "Concepts Of The Self In Islamic Tradition And Western Psychology: A Comparative Analysis", *Studies in Islam and the Middle East vol. 7*
- Malik Badri, (1996). *Dilema Psikologi Muslim*, terj. Siti Zainab Luxfiati. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- _____.(1995). *Fiqih Tafakur dari Perenungan Menuju Kesadaran Sebuah Pendekatan Psikologi Islam*, terj. Surya Darma. Solo: Intermedia
- Bagus, Lorens, (1996). *Kamus Filsafat*. Jakarta: Gramedia
- Baharuddin. *Paradigma Psikologi Islam Studi Tentang Elemen Psikologi dari Al-Qur'an*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Burns. R.B. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. Jakarta: Archan
- Chaplin, J.P. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Daradjat, Zakiah. (1970). *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Daulay, Nurussakinah, (2014), *Pengantar Psikologi dan Pandangan Al-Qur'an Tentang Psikologi*, Jakarta: Kencana
- Effendi, (2016). *Konsep Pemikiran Edward L.Thordike Behavioristik dan Imam Al-Ghazali Akhlak*, Guepedia
- Fitts, W.H e.al. *The self Concept and Self Actualization*. Tennessee: Social and Rehabilitation Service
- Fromm, Erich. (2019). *Psikoanalisis dan Agama*, terj, Erfina Maulida. Yogyakarta: Basabasi
- Freud, Sigmund. (2019). *The Ego and The Id*, terj. Hanna Correll. New York: Clydesdale
- Ghallab, Muhammad. *Al-Ma'rifat 'Inda Mufakkir al-Muslimin*, (Mesir: Dar al-Jail,)
- Goble, Frank. G. *Madhab Ketiga, Psikologi Humanisme Abraham Maslow*, Yogyakarta: Kanisius
- Gleick, James. (1987). *Chaos: Makin New Science*, Cardinal
- Grinder. A. (1978). *Adolescnce*. New York: John willey & Sons.
- Hall, Calvin S. dan Gardner Lindzey, (1993). John Wiley et.al *Psikologi Kepribadian 2 Teori-Teori Holistik (Organisme- fenomenologi)*, terj. Dr. Yustinus, MSc Yogyakarta: Kanisius
- _____. (2019). *Psikologi Freud*, terj. Cep Subhan KM. Yogyakarta: IRCiSod
- Heriyanto, Husein . *Paradigma Holistik, Dialog Filsafat, Sains, dan Kehidupan Menurut Mulla Shadra dan Whitehead*. Bandung:Mizan
- Hurlock. Elizabetah B. (1993). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Ibn Sina, (1975), *al-Shifa / al- Fannu as-Sādisu min at-ṭabīyat*, Kairo: Haiyah Misriyyah al-'Aammah li al-Kitābah
- _____, (2009), *Ahwāl al-Nafs: Risālah fī Nafs wa Baqā'ihā wa Ma'ādihā*, Terj. Psikologi Ibn Sina, Bandung: Pustaka Hidayah
- Jahja, Yudik, (2011). *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana

- Jameson, Fredric (1991). *Postmodernism or the Cultural Logic of Late Capitalism*, London: Verso
- Kartanegara, Mulyadi, (2007). *Mengislamkan Nalar: Sebuah Respon Terhadap Modernitas*, Jakarta: Erlangga
- Koeswara. E. (1987). *Psikologi Eksistensialisme Suatu Pengantar*. Bandung: PT Erseco.
- Lawson, Robert B. (2016) *A History of Psychology: Globalization, Ideas, and Applications*, New York: Routledge
- Maslow, Abraham H. (1970). *Motivation and Personality*, New York: Harperand Roq Publisher
- Mujib, A. Mudzakir. (2001). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Murray, James (ed), (1884). *Oxford Dictionary*, (United Kingdom: Oxford University University,
- Najati, Utsman (1986), *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, terj.Ahmad Rofi Usmani. Bandung: Penerbit Pustaka
- Ustman Najati, (1993), *Al-Dirāsat al-Nafsaniyyah 'Inda al-'Ulamā al-Muslimin* Kairo: Daar al-Syuruq
- Prihadi, Endra K (2009). *Breaking Your Mental Block*, Jakarta: Gramedia
- Purwoko, Saktiyono B. *Psikologi Islam Teori dan Penelitian*, (Saktiyono Word press)
- Rahman, Fazlur, (1952), *Avecenna's Psychology*, London , Oxford University
- Rogers, Carl. (2012). *On Becoming a Person* (terj.).Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Ryan, James Gilbert *Hsitorical Dictionary of the 1940s*, USA: M.E Sharpe.
- Santrock, John W. (2003). *Adolescence (Perekembangan Remaja)* terj. Shinto B. Adeler, Jakarta: Erlangga
- Saraswati, Devie Lya, (2017). "Waria's Personality Exploration in the Perspective of Individual Psychology", *E-Journal Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : UNY
- Semiun OFM, Yustinus. (2006). *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*, Yogyakarta: Kanisius
- Sihotang, Kasdin, (2018). *Filsafat Manusia Jendela Menyingkap Humanisme*, Yogyakarta: Kanisius
- Skinner, B.F. (2014). *Verbal Behavior*, Cambridge: Skinner Foundation.
- Sugono, Dendy. (2012) (ed), *Kamus Besar Bahasa Indonesia, edisi keempat*, Jakarta: Gramedia Pustaka
- Syarif, M.M. . (1963). *A History of Muslim Pshilosophy*. Jerman: Wiesbaden
- Tazid, Abu. (2017). *Tokoh, Konsep, dan Kata Kunci Teori Posmodern*, Sleman: Deepublish
- Wade, Carole dan Carol Tavris. *Psikologi*, Jakarta: Erlangga
- Watloly, Aholiab. (2001). *Tanggungjawab Pengetahuan Mempertimbangkan epsitimologi Secara Kultural* Yogyakarta: Kanisius
- Watson, J.B . (1924). *Behaviorisme* New York: People's Institute
- W Kalat, James. (2008). *Introduction to Psycohistory*. Wadsworth: Thomson