

## Kajian Kritis tentang Jiwa dalam Pemikiran Islam

Titin Florentina Purwasetiawatik<sup>1\*</sup>, La Ode Ismail<sup>2</sup>,  
Muhammad Amri<sup>3</sup>

Universitas Bosowa, Sulawesi Selatan, Indonesia<sup>1</sup>

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia<sup>2,3</sup>

Email: [titinflorentina77@gmail.com](mailto:titinflorentina77@gmail.com)\* (Corresponding author)

Submitted: 05-01-2024 / Accepted: 28-04-2024

**Abstrak:** Jiwa (nafs) dalam pemikiran Islam merupakan konsep inti yang melampaui sekadar fungsi biologis. Artikel ini melakukan kajian kritis terhadap pemahaman tentang jiwa dalam tradisi Islam, menelusuri pendekatan filosofis, dan ilmiah. Melalui lensa kritik, artikel ini mendekonstruksi pandangan tradisional, menguji validitas argumen yang mendukungnya, dan mengeksplorasi implikasi teologis dan etis dari berbagai perspektif tentang jiwa. Perspektif teologis Islam menekankan keterkaitan jiwa dengan tubuh, sifat dan fungsi jiwa, serta takdir dan kehendak bebas. Perspektif filosofis Islam menawarkan model tripartit jiwa yang menjelaskan fungsi-fungsi biologis, emosional, dan intelektual jiwa. Filsafat Sufi memandang jiwa sebagai cerminan Tuhan dan berpotensi mencapai kesempurnaan melalui penyucian diri dan cinta ilahi. Kajian psikologi Islam berupaya mengintegrasikan prinsip-prinsip Al-Quran dan Hadis dengan ilmu psikologi modern. Ini dapat membantu memahami mekanisme dan motivasi perilaku manusia serta menawarkan strategi untuk pembinaan jiwa, pengelolaan emosi, dan peningkatan kesehatan mental.

**Kata Kunci:** Jiwa (nafs); Islam; Filsafat; Ilmu psikologi

### I. PENDAHULUAN

Semua teori dan filsafat tentang manusia bergantung pada perspektif Islam tentang manusia. Menurut Islam, manusia adalah makhluk yang memiliki banyak dimensi. Jasad dan roh pasti terdiri dari manusia di mana pun dan beragama apa pun. Jasad didefinisikan sebagai tubuh fisik, dan roh didefinisikan sebagai kekuatan yang berasal dari Allah SWT, yang diserap ke dalam tubuh manusia saat janin berusia 120 hari (Zaini, 1996:104)<sup>1</sup>.

Ayat-ayat Al-Qur'an dan hadis memberikan gambaran tentang konsep manusia dalam Islam. Dalam QS. al-Mu'minin ayat 12-16, Allah menceritakan tentang proses penciptaan manusia, mulai dari unsur terkecil hingga menjadi sebuah tubuh yang kokoh, dan dalam QS. al-Sajadah ayat 7-9, Allah menjelaskan beberapa potensi kemuliaan

---

<sup>1</sup> Sapuri.R (2009) Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern. Jakarta :PT Raja Grafindo Persada



manusia, termasuk perasaan, pendengaran, dan penglihatan. Selain itu, ruh diberikan oleh Allah swt. Ke dalam janin setelah 40 hari perkembangan nutfah, 40 hari perkembangan alaqah, dan 40 hari perkembangan mudgah<sup>2</sup>.

Menurut ayat di atas, kita dapat mengetahui bahwa manusia terdiri dari dua unsur (substansi): materi (badan) dan immateri (jiwa). Tubuh manusia berasal dari tanah, dan ruh atau jiwa berasal dari substansi immateri di alam gaib. Ruh, atau jiwa, yang juga disebut al-Nafs dalam filsafat Islam, memiliki dua kekuatan: daya berfikir yang berpusat di akal dan daya rasa yang berpusat di kalbu. Sebaliknya, tubuh memiliki kekuatan fisik, seperti kemampuan untuk mendengar, melihat, merasa, meraba, mencium, dan bergerak<sup>3</sup>.

Menurut Ibnu Araby dalam Corbin (1998:221), qalb adalah "organ yang menghasilkan pengetahuan yang benar, intuisi yang menyeluruh, gnosis (ma'rifah) Allah dan misteri Tuhan, secara ringkas, organ dari semua yang disebut dengan istilah "ilmu esoteric". Ini berarti qalb adalah suatu organ tubuh yang menghasilkan pengetahuan yang benar, intuisi yang menyeluruh, dan mengenal Allah SWT. misteri. Singkatnya, hati adalah bagian organ segala sesuatu yang memenuhi syarat untuk mengetahui ilmu ghaib. Menurut Faridi (1993:59 dan 66), qalb adalah tempat mempertanggungjawabkan manusia, atau "qalb di tempat pertanggungjawaban manusia" <sup>4</sup>.

Sifat qalb yang seperti ini kemudian disebut sebagai rasio qalbani yang ada dalam nafs, yang merupakan representasi diri sendiri, yaitu tempat segala potensi yang ada pada qalb diaktualisasikan sebagai kekuatan rohani, yang berdampak pada bagaimana seseorang bertindak atau berperilaku. Secara kreatif, kata Gawain (2002:61), tindakan fisik adalah cara untuk mengekspresikan spirit (rohani).

Mendefinisikan diri (nafs) dengan baik, sistematis, dan konsisten adalah ciri manusia yang unggul. Ia selalu unik dibandingkan dengan makhluk Allah SWT lainnya. Untuk mencapai keseimbangan hidup, ia harus belajar mengenal dirinya sendiri. K. Oatley mengatakan bahwa orang yang tidak dapat menerima peran alternatif di mana mereka dapat mengembalikan nilai dan penghargaan ras mereka lebih mungkin mengalami depresi. Peran alternatif adalah sisi lain dari pemahaman seseorang akan dirinya yang dapat membantu menjalani hidup.

Perintah untuk menjaga diri memiliki arti yang sangat luas, termasuk mematuhi semua aturan Islam yang dibuat untuk menjaga eksistensi manusia dan mencegah pertumpahan darah, serta selalu berada dalam kondisi kesehatan. Banyak bidang ilmu khusus diperlukan untuk memahami ini semua.

Keseimbangan fungsi anggota tubuh menentukan kesehatan fisik, dan ini adalah subjek diskusi dalam ilmu kedokteran. Keseimbangan antara keinginan diri dan motivasi adalah kunci kesehatan jiwa. Quran, Sunnah, dan beberapa cabang ilmu psikologi sedang membicarakan topik ini. Nafs ini memiliki tiga tujuan utama dalam diskusi: sosialisasi, pendidikan, dan pengobatan. Ketiganya, ini memperkuat sikap Islam terhadap upaya

---

<sup>2</sup> Muslim, *Sahih Muslim*, juz II (Cet. II; Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, t.th.), h. 451-452.

<sup>3</sup> Harun Nasution, *Islam Rasional; Gagasan dan Pemikiran* (Cet. III; Bandung: Mizan,1995), h. 37.

<sup>4</sup> *ibid*

rekonstruksi Islami di bidang psikologi. Seorang muslim dapat mempertimbangkan studi psikologi sebagai upaya untuk mengikuti ajaran Al-Qur'an dan hadits Rasulullah. Dia akan merasa lebih baik karena pada akhirnya ia akan tahu bahwa mengkaji psikologi adalah sesuatu yang dapat dilakukan dan tidak dilarang.

## II. METODE PENELITIAN

Artikel ilmiah ini ingin mengetahui tentang pengertian dari jiwa, ingin mengetahui jiwa dalam Al Qur'an, ingin mengetahui pendapat filosof Muslim tentang jiwa serta ingin mengetahui perspektif Ilmu Psikologi Islam tentang Jiwa. Untuk membahas keingintahuan tersebut, artikel ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan. Metode Penelitian yang kepustakaan merupakan suatu studi yang digunakan dalam mengumpulkan informasi dan data dengan bantuan berbagai macam material yang ada diperpustakaan seperti dokumen, buku, majalah, kisah-kisah sejarah.<sup>5</sup> Selain itu Sarwono (2006) mengatakan bahwa penelitian kepustakaan adalah studi yang mempelajari berbagai buku atau referensi serta hasil penelitian sebelumnya yang sejenis yang berguna untuk mendapatkan landasan teori mengenai masalah yang diteliti.<sup>6</sup>

## III. KAJIAN TEORI

### a. Pengertian Jiwa (*al-Nafs*)

Banyak definisi dari para filosof Yunani, ahli ilmu kalam, dan ahli ilmu tasauf, serta para filosof Islam. Tergantung pada perspektif mereka, mereka tampaknya memberinya definisi yang berbeda. Selain itu, sejauh mana mereka menganalisis isyarat Al-Qur'an dan hadis yang mengungkapkan tentang jiwa, mereka tampaknya menafsirkannya secara lahiriah sehingga tidak menimbulkan masalah. Namun, setelah ide-ide yang tidak berasal dari Islam masuk, ayat tersebut mulai diperdebatkan dan menimbulkan banyak kontroversi<sup>7</sup>.

Ada empat istilah yang digunakan untuk menunjuk substansi immaterial (jiwa) manusia: hati (*al-Qalb*), *al-Ruh*, jiwa (*al-Nafs*), dan akal<sup>8</sup>. Macdonald menjelaskan istilah-

---

<sup>5</sup> Mardalis 1999. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta : Bumi Aksara

<sup>6</sup> Sarwono J. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta. Graha Ilm

<sup>7</sup>Lihat Ahmad Hanafi, *Pengantar Filsafat Islam* (Cet. 3; Jakarta: Bulan Bintang, 1982), h. 178.

<sup>8</sup>Pertama, istilah *al-Qalb* (hati) memiliki dua makna yakni; 1) daging sanubari yang terletak di bagian kiri dada di dalamnya ada rongga-rongga yang berisi darah hitam, yang menjadi sumber dan materi ruh kehidupan (*ruh al-hayawani*) 2) sifat lathifah ruhani Rabbani. Sifat ini terdapat dalam hati seperti keterkaitan dengan sifat dengan mausuf (yang disifati). Kedua, istilah *al-Ruh* memiliki dua makna: 1) *al-Ruh* adalah jisim halus pemancar energi panas. Penggerak adalah darah hitam yang bersumber dari rongga-rongga hati fisis. Darah hitam itu menyebarkan cahaya ke seluruh anggota tubuh melalui urat. Sementara perasaan, penglihatan, pendengaran dan indera penciuman, juga dapat digolongkan sebagai pemancar cahaya kehidupan seperti cahaya lampu yang terdapat di sudut-sudut rumah. Ketiga, *al-Nafs* (jiwa). Istilah ini juga mengandung makna musytarak (ganda), yakni; pertama, mengandung kekuatan yang meliputi kekuatan moral, dan syahwat dalam diri manusia. Kedua, mengandung arti lathifah sebagaimana yang telah dikemukakan sebelumnya bahwa hakikat manusia, jiwa dan jati dirinya. Keempat, *al-Aql*, dalam hal ini terbagi menjadi dua makna, yaitu: Pertama, pengetahuan tentang hakikat permasalahan. Akal dalam pengertian ini merupakan sifat dari suatu ilmu yang pangkalnya ada dalam hati. Kedua, adakalanya

istilah ini tentang al-Aql, al-Nafs, al-Qalb, dan al-Ruh<sup>9</sup>. Istilah-istilah ini memiliki arti yang sama, meskipun berbeda satu sama lain. Ini menjadi subjek studi para filosof, termasuk para filosof Islam. Jadi, agar mendapatkan pemahaman yang lengkap tentang jiwa, Anda harus menampilkan keempat istilah ini. Mereka memiliki dua arti: material dan psikologis (ruhani).

#### 1. Al-Nafs (Jiwa)

Menurut Ensiklopedi, kata "al-Nafs" berasal dari bahasa Arab yang bahasa Inggrisnya "soul" atau "mind", yang berarti sesuatu yang bersifat spiritual atau kekuatan, dan ada di dalam benda<sup>10</sup>. Kata ini berasal dari Al-Qur'an, di mana ia telah dimasukkan ke dalam kitab-kitab suci. Menggunakan nafsu, nafas, dan ruh dalam bahasa Indonesia<sup>11</sup>. Al-Qur'an sering menggunakan istilah "al-Nafs", yang diterjemahkan menjadi "jiwa sesungguhnya", yang berarti pribadi atau keakuan.

Al-Qur'an, kalam suci Allah, membagi tiga situasi yang berbeda, masing-masing dengan tiga sumber yang terkait. Dengan kata lain, disebutkan tiga mata air yang masing-masing mengeluarkan kondisi tersebut. Al-Qur'an menyebut nafs ammarah sebagai sumber pertama dan dari padanya timbul semua keadaan tabi'i manusia, sebagaimana disebutkan dalam Q.S. Yūsus/12: 53.

إِنَّ النَّفْسَ الْأُمَّارَةَ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ

Terjemahnya:

"Karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan. Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Qur'an, 1984), h. 357."

---

bermakna daya pengenalan ilmu pengetahuan, dan ini sebenarnya

<sup>9</sup> Penggunaan kata ruh di masa jahiliyyah hanya terbatas pada arti etimologis, yaitu angin atau bau. Ruh diartikan jiwa, pertama kali ditemukan dalam Al-Qur'an dan hadis. Dalam Al-Qur'an dan hadis, ruh diartikan dengan jiwa, meskipun dalam Al-Qur'an ruh diartikan dengan jin dan malaikat. Kemudian kedua kata ini digunakan dalam arti yang berdekatan atau berjauhan. Karena itulah terjadi perdebatan antara para pemikir muslim tentang arti jiwa dan ruh, apakah keduanya berbeda atau sama. Macdonald telah menjelaskan jiwa dan ruh yang berbeda-beda dalam penggunaannya pada berbagai pembahasan, bahkan ia meringkusnya secara memadai dalam uraiannya dengan judul *al-Nafs* dalam Da'irat al-Ma'rifat al-Islamiyyah, lihat Macdonald, *The Development of Idea of Spirit* (t.t.: t.p., 1931), h. 307 dan 351.

<sup>10</sup> Pada diri manusia ada tiga macam nafs yakni; *nafs hayawāniah* (jiwa hewan), *nafs nabātiyah* (jiwa tumbuh-tumbuhan) dan *nafs natiqah* (jiwa manusia). Ajaran tentang *nafs* dalam kitab *al-Ruh* oleh Ibnu Qayyim al-Jauziyah mengatakan bahwa ruh sama dengan *nafs* merupakan tubuh yang berbeda dengan tubuh kasar seperti air meresapi bunga mawar, *nafs* diciptakan kekal dan berpisah dengan badan ketika manusia mati. Pendapat lain mengatakan bahwa *nafs* berasal dari Tuhan dan kembali kepada Tuhan, Lihat Hasan Shadily, at. al., *Ensiklopedia Indonesia* jilid V (Jakarta: Ikhtiar Baru-Van Hoeve, 1980), h. 2324. Bandingkan pula dengan Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisisme dalam Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1990), h. 35-36.

<sup>11</sup> Lihat Harun Nasution, *Akal dan Wahyu dalam Islam* (Jakarta: UI Press, 1982), h. 8-9.

Salah satu ciri nafsu ammarah adalah ia membawa orang ke keburukan yang bertentangan dengan kesempurnaannya dan bertentangan dengan keadaan akhlaknya, dan ia menginginkan orang supaya berjalan ke arah yang tidak baik dan buruk.

Menurut firman Allah dalam surah al-Qiyāmah ayat 75, sumber keadaan akhlaki disebut *nafs lawwamah*.

وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ (2) 144

Terjemahnya

“Dan aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri) *ibid.*, h. 998.”

Sumber kedua dari keadaan manusia adalah *nafs lawwāmah*, yang menghasilkan keadaan akhlaki, di mana manusia terbebas dari keadaan yang menyerupai keadaan hewan lainnya.

Sumber ketiga adalah sumber keadaan ruhani. Sebagaimana dinyatakan dalam Q.S. al-Fajr/89: 27–30, al-Qur'an menyebut sumber ini sebagai *nafs muthmainnah*.

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (27) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً  
(28) فَأَدْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَأَدْخُلِي جَنَّاتٍ (30) 145

Terjemahnya

“Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya maka masuklah ke dalam jamaah hamba-hamba-Ku, dan masukkan ke dalam surga-Ku, *ibid.*, h. 1059.”

Dalam situasi seperti itu, Tuhan memanggil jiwa *mutmainnah* atau jiwa yang tenang.

Menurut Ibnul Qayyim al-Jauziyah, "*Al-Nafsul Mutmainnah*" mengatakan bahwa ketika ruh telah mencapai ketentraman, itu berarti hati telah mencapai ketentraman dari keraguan kepada keyakinan, dari jahil kepada pengetahuan, dari lalai kepada ingat, dari hianat kepada taubat, dari culas kepada ikhlas, dari bohong kepada tulus, dari lemah kepada teguh, dari sombong kepada kesadaran diri, dari pongah kepada tawadhu', dan dari lalai kepada beramal. Inilah martabat ketika jiwa manusia memperoleh keinginan untuk selamat atau bebas dari segala kelemahan, kemudian dipenuhi dengan kekuatan ruhaniah, dan menjadi satu dengan Allah sehingga tidak dapat hidup tanpa Dia.

## 2. Al-Qalb (hati)

Al-Qalb (hati) adalah segumpal daging berbentuk bulat memanjang yang mirip dengan sanubari yang terletak di pinggir dada sebelah kiri, yaitu segumpal daging berdarah hitam yang berfungsi sebagai sumber ruh<sup>12</sup>. Baik manusia maupun binatang

<sup>12</sup> Lihat al-Gazali, *Ma'ārij al-Quds fi Madārij Ma'rifat al-Nafs* (Cet. 1; Bandung: Dar al-Kutub al Ilmiyyah, 1988), h. 40.

memilikinya. Al-Qalb, atau hati, adalah sesuatu yang halus (*latifah*), bersifat Ketuhanan (*Rabbāniyah*), dan memiliki hubungan dengan hati jasmani. Hati yang halus dapat memahami dan memahami segala sesuatu.

### 3. Al-Rūh

Istilah "*Al-Rūh Ruh*" juga dapat mengacu pada sesuatu yang halus yang ada pada manusia, yang memiliki kemampuan untuk mengetahui segala sesuatu dan memahami segala pengertian. Dalam pengertian ini, masalah al-Ruh mencakup urusan yang menakutkan tentang Tuhan, yang sebagian besar manusia tidak akan dan tidak akan dapat mengetahui hakikatnya. Namun demikian, masalah ini terus dibahas karena dianggap sangat penting bagi kehidupan manusia dan sulit untuk dipahami hakikatnya. Ini karena al-Rūh dapat disamakan dengan al-Nafs secara terminologi dan sama dengan al-Qalb secara material, yang merupakan dasar kehidupan manusia. Kematian adalah konsekuensi dari kehilangan sesuatu. Materi halus ini didistribusikan ke seluruh tubuh manusia melalui darah dari hati<sup>13</sup>.

### 4. Al-Aql

Istilah Al-Aql, atau akal, memiliki banyak arti. Pengertian pertama, menurut al-Gazali, adalah pengetahuan yang dapat dibagi menjadi tiga kategori: pengetahuan aksiomatis (*al-‘ulūm al- durūriyyah*), yang muncul secara alami dalam diri manusia setelah mencapai usia tertentu. Ini mencakup pengetahuan tentang kemungkinan (*jawāz al-jā'izah*) dan kemustahilan (*istihālāt al mustahilah*). Kekekalan Tuhan. Tuhan tetap ada dengan sendiri-Nya, dan jiwa tetap ada karena Tuhan.

Selain itu, al-Gazali meyakini bahwa jiwa hidup selamanya. Menurutnya, ada tiga kemungkinan bahwa al-Nafs akan runtuh. Pertama, karena sifat dasarnya (*tabi'ah*) adalah potensi untuk hancur; kedua, karena syarat eksistensinya rusak; dan ketiga, karena Tuhan ingin hancurnya. Dia berpendapat bahwa al-Nafs tidak menemukan ketiga kemungkinan ini. Karena sifat hancurnya yang menyebabkan tidak berlangsung dalam dua waktu (*lā yabqā zamanain*), sifat hancur itu mustahil<sup>14</sup>.

#### b. Jiwa Dalam Al Qur'an

Ruh (roh) dan nafs adalah dua istilah yang sering digunakan dalam al-Quran untuk menggambarkan jiwa. Salah satu contohnya adalah kata nafs dalam berbagai turunannya, seperti *nafasa*, *anfus*, *nufūs*, *tanāfus*, *tanfusu*, *yunāfisu*, dan *mutanāfis*. Disebutkan sebanyak 298 kali dalam 270 ayat; nafs disebutkan 140 kali dalam bentuk tunggal (mufrad), 2 kali dalam bentuk jamak *nufūs* dan 153 kali dalam bentuk jamak *anfus*; dan satu kali dalam *tanaffasa*, *yatanafasu*, dan *mutanāfis*.

Dalam al-Qur'an, kata nafs terdapat dalam 63 surat, atau 55,26% dari seluruh jumlah surat. Surat al-Baqarah paling banyak dimuat 35 kali, Surat Ali-Imran 21 kali,

---

<sup>13</sup> Lihat al-Gazali, "Ma'arij al-Quds", *op. cit.*, h. 41.

<sup>14</sup> Lihat al-Gazali, "Mi'rāj al-Sālikīn", *op. cit.*, h. 40-41.

Surat al-Nisa' 19 kali, Surat al-An'am dan Surat al-Taubah masing-masing 17 kali, dan Surat al-Araf dan Surat Yusuf masing-masing 13 kali<sup>15</sup>.

وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ

Kata "nafs" memiliki banyak arti, terutama "nafs sebagai individu atau diri".

وَأَنْفُسَنَا وَأَنْفُسَكُمْ

قُلْ لِمَنْ ذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ قُلْ لِلَّهِ كَتَبَ عَلَٰنِ فِيهِ لَأَرْحَمَهُ

Terjemahnya :

"Dan diri kita sendiri juga." (Ali-Imran/3:61)<sup>16</sup>.

كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَٰنِ فِيهِ لَأَرْحَمَهُ      وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ

"Dan diri kita sendiri juga." Jadi, apakah kamu tidak menyadari?" (al-Dzariyat, ayat 51:21)<sup>17</sup>

#### Kedua, Nafs adalah Tuhan sendiri:

وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الظُّلُمَاتِ فِي عِصْمَاتِ الْأُمُوتِ وَالْمَلَائِكَةَ بَسِطُوا  
أَيْدِيَهُمْ أَوْجُوا أَنْفُسَكُمْ

"Katakanlah: "Kepunyaan siapakah yang ada di langit dan di bumi?"  
Katakanlah: "Kepunyaan Allah." Dia telah menetapkan kasih sayang atas diri-Nya." (al-An'am 6:12)<sup>18</sup>

"Tuhanmu telah menetapkan kasih sayang atas diri-Nya (al-An'am 6:54)<sup>19</sup>".

<sup>15</sup> Muhammad Fuad Abd al-Baqi, *Mu"jam al-Mufahras li al-Fadli al-Qur"an al-Karim*, (Beirut: Dar al-Fikr, 1994), 881-885

<sup>16</sup> <sup>14</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya* (Bandung: Diponegoro, 2014), h.

<sup>17</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya*, h. 521

<sup>18</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya*, h. 129.

<sup>19</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya*, h. 134.

**Ketiga, Nafs berfungsi sebagai ruh:**

وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الظَّالِمُونَ فِي غَمْرَاتِ الْمَوْتِ وَالْمَلَائِكَةُ بَاسِطُو  
أَيْدِيهِمْ أَخْرَجُوا أَنفُسَكُمْ

"Jika kamu melihat ketika orang-orang yang zalim berada dalam tekanan sakratul maut, dan para Malaikat memukul dengan tangan mereka, "Keluarkanlah nyawamu..." (al-An'am/6:93)<sup>20</sup>.

**Keempat, Nafs adalah jiwa:**

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ

Terjemahnya:

"Hai jiwa yang tenang." (al-Fajr/89: 27)<sup>21</sup>

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا

Terjemahnya:

"dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya)." (asy-Syams/91: 7)<sup>22</sup>

**c. Jiwa Menurut para Filosof Muslim**

Berbicara tentang jiwa dalam pandangan filosof muslim adalah pembahasan yang panjang, sebab itu dalam bahasan ini penulis hanya akan membatasi pada pandangan filosof muslim tentang beberapa aspek yang berkaitan dengan jiwa. Ada beberapa filosof muslim yang telah berbicara mengenai jiwa atau al-nafs, yaitu antara lain:

1. Al-Kindi

Al-Kindi adalah orang pertama dalam filsafat Islam yang berbicara tentang jiwa. Dia mengatakan bahwa jiwa adalah jauhar al-basith, yang bersifat Ilahi, dan ruhani (tunggal, tidak terorganisir, panjang, lebar, dan dalam) nur yang berasal dari nur Tuhan. Jiwa adalah penting, sempurna, dan mulia. Hubungannya dengan Allah sebanding dengan hubungan cahaya dengan matahari. Jiwa bersifat rohani dan Ilahi, dengan arti sempurna dan mulia. Jiwa memiliki wujud unik, terpisah dan berbeda dari jasad. Karena Al-Nafs adalah jauhar rohani, hubungannya dengan tubuh adalah accident (kebetulan). Karena kendetannya, al-Nafs bersatu dengan tubuhnya dan dapat melakukan aktivitasnya, tetapi

<sup>20</sup>Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, h. 139.

<sup>21</sup>Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, h. 593

<sup>22</sup>Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, h. 594



al-Nafs tetap terpisah dan berbeda dari tubuhnya, sehingga ia kekal setelah meninggal.<sup>23</sup>

Al-Kindi mengatakan bahwa pada jiwa manusia ada tiga kekuatan: daya bernafsu (al-quwwah al-syahwdniyyah) yang ada di perut, daya pamarah (al-quwwah al-gadabiyyah) yang ada di dada, dan daya berpikir (al-quwwah al-aqliyyah) yang ada di kepala (akal).<sup>24</sup>

## 2. Ibnu Sina

Salah satu filosof Islam terkenal, Ibnu Sina, mengatakan bahwa jiwa adalah sesuatu yang abadi dan abadi. Ia menggunakan tiga bukti untuk membuktikan bahwa jiwa abadi. Kedua, dalil burhān al-basatah (keluasan), yang menyatakan bahwa jiwa adalah substansi dari tubuh dan tidak akan mati karena kematian tubuh, karena segala sesuatu hancur karena rusaknya sesuatu yang lain, maka sepatutnya jika jiwa bergantung padanya, karena jiwa tidak mungkin bergantung pada tubuh dan jiwa adalah esensi yang ada dengan sendirinya (jauhar qā'im bi zātihī). Ketiga, burhān al-musyabbihah, yang berarti bukti persamaan. Ini menunjukkan bahwa jiwa manusia adalah alam kekal yang tidak ada pada benda dan al-Nafs al-Falakiyyah, atau jiwa kolektif, adalah alam yang kekal.<sup>25</sup>

## 3. Ibn Miskawaih

Dalam hal keabadian jiwa, Ibn Miskawaih juga berpendapat demikian. Sebagai jauhar basit la nahussu bi al-hawas, pandangan-pandangannya didasarkan pada substansi jiwa. Ia berkaitan dengan tangga hubungan antara jiwa dan badan yang bersifat aksidental, bahkan penting. Karena itu, jiwa tidak akan musnah setelah jasad mati, bahkan setelah jasad hancur. Teori kekekalan jiwa ini berkaitan dengan agama Islam. Karena itu, hanya jika jiwa tetap abadi, seseorang dapat memahami kenyataan bahwa ada kebahagiaan dan kesengsaraan dalam hidup di dunia akhirat. Namun, penting untuk diingat bahwa kekekalan jiwa di dunia ini berbeda dengan kekekalan Tuhan. Tuhan tetap ada dengan sendiri-Nya, dan jiwa tetap ada karena Tuhan.<sup>26</sup>

## 4. Al Gazali

Selain itu, al-Gazali meyakini bahwa jiwa hidup selamanya. Menurutnya, ada tiga kemungkinan bahwa al-Nafs akan runtuh. Pertama, karena sifat dasarnya (tabi'ah) adalah potensi untuk hancur; kedua, karena syarat eksistensinya rusak; dan ketiga, karena Tuhan ingin hancurnya.

Dia percaya bahwa al-Nafs tidak memiliki ketiga kemungkinan ini: kemungkinan hancur, yang merupakan sifat dasar, menyebabkan tidak berlangsung dalam dua waktu (lā yabqā zamanain), dan kemungkinan tidak mungkin, yang merupakan sifat dasar aksiden.<sup>27</sup>

---

<sup>23</sup> Sirajuddin Zar, *Filsafat Islam, Filosof dan Filsafatnya* (Jakarta: Rajawali press,2010),h. 37.

<sup>24</sup> Sirajuddin Zar, *Filsafat Islam, Filosof dan Filsafatnya* (Jakarta: Rajawali Press, 2010), h. 37.

<sup>25</sup> konsep jiwa dalam AL Qur'an. Dr. H. Muh. Arif, M.Ag.2020, zifatama jawara

<sup>26</sup> Ibid 25

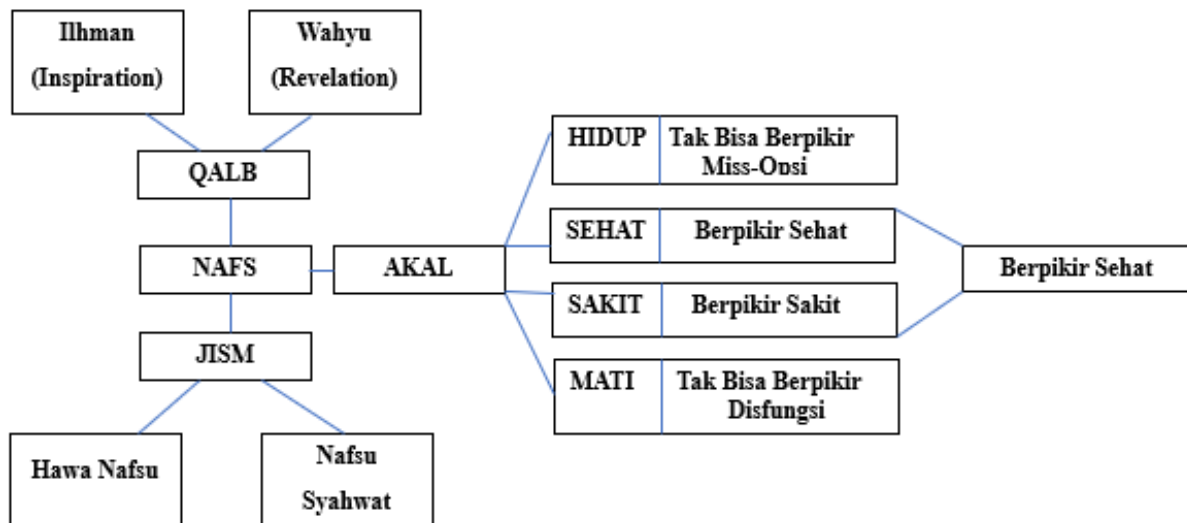
<sup>27</sup> Ibid

**d. Perspektif Ilmu Psikologi Islam Tentang Jiwa**

Carl Gustav Jung awalnya menyatakan bahwa fungsi jiwa manusia terdiri dari empat kategori: pikiran dan perasaan, keduanya rasional; kemudian penginderaan (sensasi) dan intuisi, keduanya irrasional. Pikiran menilai segala sesuatu, dan perasaan menilai segala sesuatu berdasarkan nilainya. Irrasional tidak memberikan penilaian, tetapi semata-mata mengumpulkan informasi. Penginderaan mengumpulkan informasi melalui indra yang sadar, sedangkan intuisi mengumpulkan informasi melalui indra yang tidak sadar.<sup>28</sup>

Fungsi Jiwa	Sifat Jiwa	Cara Bekerja Jiwa
Pikiran	Rasional	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 Naluriiah

**Struktur Kepribadian Manusia  
Psikis (Nafs) Sebagai Pusat Timbulnya Perilaku**



<sup>28</sup> Sapuri.R (2009) Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern. Jakarta :PT Raja Grafindo Persada

## 1. Mengetahui Manusia

Mengetahui manusia berarti berusaha mengetahui segala perilaku dan tingkah laku manusia secara holistik, baik yang bisa diindera, yaitu dengan mengadakan penelitian-penelitian dan yang tak terindera, yaitu dengan memahaminya melalui pengalaman pribadi atau dengan meminta orang lain untuk menceritakan pengalamannya, untuk menambah suatu pemahaman mendalam tentang kedudukannya sebagai manusia.

## 2. Manusia Sebagai Ciptaan (Makhluk)

Allah Swt. Berfirman : Dan sesungguhnya kami telah mengulang-ulangi bagi manusia dalam Al-Qur'an ini bermacam-macam perumpamaan. Dan manusia adalah makhluk yang paling banyak membantah. (QS Al-Kahfi:54). Manusia sebagai hamba Allah Swt yang paling banyak membantah (jadal), demikianlah keterangan dari surat Al-Kahfi ayat ke-54. Hal yang sangat unik untuk dimengerti bahwa manusia adalah salah satunya makhluk yang digembleng (di didik) dengan banyak perumpamaan (matsal). Namun, justru karena didikan yang banyak tersebut membuatnya sering melakukan bantahan. Dengan kata lain, manusia memiliki kesanggupan untuk mengambil pelajaran, baik secara fisik, psikis atau spiritual. Namun, pada dirinya juga lahir suatu rasa jenuh yang diakhiri dengan suatu tindakan defensif (menentang) berupa bantahan (jadal).

## 3. Manusia Sebagai Hamba (Abdun)

Allah Swt. berfirman: *Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang beriman, bertakwalah kepada Tuhanmu. " Orang-orang yang berbuat baik di dunia ini memperoleh kebaikan. Dan bumi Allah itu adalah luas. Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabaralah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.* (QS Al-Zumar: 10) Allah Swt. mengundang hamba Nya agar bertakwa kepada- Nya dengan cara menakut-nakuti (*yukhawwif*) hamba-hamba yang diundang-Nya (QS Al-Zumar:16). Rasa takut itu teralamatkan ke lubuk hati hamba-Nya yang paling dalam (*qalb*) sebagai mutiara yang tersimpan, besar nilainya. Namun, banyak dari hamba-Nya yang tidak mengetahui keberadaan mutiara itu ketika masih hidup di dunia. Inilah cinta kasih Tuhan yang tersimpan dan manisnya belum dapat dirasakan. Cara-cara yang bisa dilakukan agar mutiara itu dapat dimanfaatkan dan dinikmati keberadaannya ditegaskan oleh Allah swt. yaitu dengan jalan takwa.

Sementara ketakwan tidak bisa begitu saja diraih. kecuali dengan kerja keras, yaitu dalam bentuk ibadah dan secara khusus diberikan kepada mereka yang puasa Ramadhan. Puasa yang dengan tegas dijanjikan Allah swt. sebagai sarana untuk mengejar derajat takwa di sisi-Nya (QS Al-Baqarah: 183). Ada perbedaan antara ketakwaan dengan rahmat. Luasnya rahmat memungkinkan manusia untuk dapat meraih walaupun tanpa usaha. Rahmat yang paling besar bagi Islam adalah Rahmat seorang figur yang tak tertandingi sepanjang zaman, yaitu Nabi Muhammad saw. Beliau adalah rahmat yang paling nikmat dan lezat yang telah dianugerahkan kepada umat manusia yang telah memeluk Islam. Semua umat sebenarnya dapat merasakan kehadiran dan keberadaannya. Namun nilai rasa belum dapat dihadirkan di lubuk hati terdalam mereka.

Rahmat dan ilmu laduni dua kata yang digambarkan dalam surat Al-Kahfi ayat ke-65, merupakan sesuatu yang diberikan (*given*) tanpa syarat. Kekuatan lahiriah dalam

psikologi Barat dengan mengandalkan rasio nafsani tidak dapat menyentuh konsep ini. Rasionafsani tak bisa memahami dan merasakan kehadiran sesuatu yang *given* tersebut. Ia merupakan pemberian yang diterima oleh seluruh manusia sebagai potensi. Sebagaimana kehadiran Nabi Muhammad Saw. ke dunia sebagai potensi, yaitu keteladanan manusia sempurna (insan kamil) yang pernah ada di muka bumi. Suatu potensi tidak bisa diaktualisasikan sebelum mencoba masuk ke gerbang kerajaannya, seperti memasuki potensi Muhammad SAW. dengan masuk Islam. Sebagai gerbang kehidupan bermakna dan yang sebenarnya tidak fatamorgana (saraab) layaknya kaum dalam pandangan Allah SWT. (QS: Al-Nür:39). Setelah masuk bukankah tidak akan mendapat sesuatu apa pun jika hanya duduk berdiam di depan gerbang tanpa terus mencoba menelusuri setiap sudut kerajaan dan mencat sesuatu sudut kerajaan dan mencari sesuatu yang berharga di dalamnya. Tindakan seperti ini bukan suatu hal yang *given* lagi, tapi hal yang memerlukan usaha (kasab).

Rezeki sebenarnya sesuatu yang *given*. yaitu ukurannya (qadar) tidak satu pun manusia yang diberi ukuran yang sama sama lain (QS Al-Syurâ:27). Walaupun serupa bentuk pekerjaannya dan bilangan pendapatannya, tapi tetap tidak sama jumlah akhirnya (*total amount*). Rezeki banyak bentuknya termasuk di dalamnya adalah pasangan (zauj) dan kekayaan at Gina) (QS Al-Nür:32). Dua hal ini adalah bentuk rezeki yang amat tinggi dalam pandangan rasio nafsani manusia. Tak jarang pertumpahan darah dan perebutan kekuasaan yang terjadi berawal dari sudut pandang (*point of view*) yang mendasarinya lebih terkait ke kedua bentuk rezeki tersebut.

Manusia yang memiliki sifat rendah hati (*haun*) yang telah tertanam pada dirinya termasuk ke dalam golongan hamba Allah Swt. yang (QS Al-Furqân:63). Karena tingkah lakunya mencerminkan sifat Tuhan Al-Rahman dan Al-Rahim. Baginya tak ada perjumpaan selain memberi kebaikan dan keselamatan juga kedamaian (salam) pada setiap makhluk yang dijumpainya. Mereka akan selalu memberi, bahkan pada saat menerima sekalipun, misalnya mereka menerima pemberian dari seseorang, betapapun ia menerima sebenarnya ia memberi. Sebab, pemberiannya itu akan disampaikan kepada yang lebih berhak bahkan doa-doa untuk kebaikan si pemberi akan selalu dipanjatkan, sehingga pemberian tadi sebenarnya adalah penerimaan yang tak disadari.

Hamba Allah swt., yaitu manusia tidak semuanya diberi kebebasan penuh dalam menjalani hidup, mereka adalah para rasul yang sedemikian rupa dibentuk dalam kehendak (iradah)- Nya menjadi pengejawantahan (perwujudan) sifat-sifat Tuhan di dunia sebagai suri tauladan (uswah hasanah) untuk umat manusia. Dengan ketetapan janji, bahwa mereka akan menjadi hamba Tuhan yang dirahmati dan dicintai-Nya dengan diberikan pertolongan dalam setiap urusan dan kemenangan dalam setiap pertentangan (QS Al-Syâffat:171-173).

Hamba Allah Swt. yang beriman diperintahkan untuk selalu bertakwa dan bersabar. Merekalah kelompok orang yang mendapat kebaikan dan pahala yang tanpa batas (ajr bighair hisaab) (QS Al-Zumar: 10). Hamba Allah Swt. yang melampaui batas (musrif) sungguh tidak dibenarkan untuk tidak mau bertaubat lantaran dosa-dosa yang dia lakukan menurut penilaiannya sangat banyak. Manusia tidak bisa mengukur sesuatu yang gaib, termasuk dosa, pahala, keimanan, dan sebagainya. Jadi, yang penting menurut pandangan Allah Swt. adalah agar manusia tidak pernah lepas dari anggapan bahwa rahmat Allah Swt. dan keluasan rahmat tersebut menandingi tumpukan dosa yang

dilakukan oleh makhluk seisi bumi. Berkecil hati dari pengampunan adalah dosa itu sendiri dan merupakan suatu kebodohan.

Lebih jauh tentang dosa sesungguhnya manusia yang dihukum adalah mereka yang sadar ketika melakukan dosa. Dirinya sendiri sudah mengetahui telah melanggar dan sudah merasa siap dihukum oleh Allah Swt. Namun, jika ada nilai di dalam dirinya, sesungguhnya menyadari beratnya dosa dilakukan dan ketidakmampuan untuk meninggalkan yang dosa sendiri adalah kata lain dari bertaubat dan merupakan jihad *nafs*, yang terukur berat timbangan kebaikannya di Sisi Allah Swt. Menurut Feild (1994:50), kesadaran itu butuh pada usaha "*to be concious requires effort*" (dorongan kesadaran). Jadi, sadar akan kelemahan dan ketidakmampuan merupakan suatu usaha untuk mengakui bahwa ada yang lebih (Maha) daripada dirinya. Di Sisi lain, manusia dengan demikian juga dilarang untuk menyepelkan dosa dan mengklaim dosa pada seseorang sebelum orang tersebut mengakhiri hidupnya (meninggal dunia). Sebab, belum tentu mereka yang berlumuran dosa, buruk di akhir hayatnya (su'ul khatimah) atau mereka yang dipandang baik selama hidup, akan baik di akhir hayatnya (husnul khatimah). Pada diameter inilah rahmat Tuhan selalu berkisar.

#### 4. Manusia Sebagai Wakil Tuhan (Khalifah)

Allah Swt. berfirman:

*Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para Malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." Mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui. (Q Al-Baqarah:30)*

Allah SWT. juga berfirman:

*Dia-lah yang menjadikan kamu khalifah-khalifah di muka bu Barangsiapayang kafir, maka (akibat) kekafirannya menimpa dirinya sendiri. Dan kekafiran orang-orang yang kafir itu tidak lain hanyalah akan menambah kemurkaan pada Sisi Tuhannya dan kekafiran orang yang kafir itu tidak lain hanyalah akan menambah kerugian mereka belaka. (QS Fâthir:39).*

Tipe khalifah yang dijadikan Allah Swt. di muka bu merujuk pada surat Al-Baqarah ayat ke-30 adalah tipe perusak (mufsid) dan suka membunuh (musfik). Para calon khalifah memiliki karakter senang melihat darah mengalir di tubuh lawan yang dijadikan saingan. Seorang perusak memiliki kemampuan membangun yang tinggi jika didasari oleh kemampuan daya cipta yang tinggi. Tak ada suatu bangunan yang didirikan di atas tanah tanpa harus merusak sesuatu yang sebelumnya telah ada. Mengalirkan darah adalah sesuatu yang indah bagi para khalifah, hidup harus didudukkan pada fondasi siap mati dan hanya Allah Swt. Yang Maha Hidup. Orang yang dalam kesulitan (*al-Mudtharr*) dan kesusahan (*as-Suu*) merujuk pada Al-Qur'an surat Al-Naml ayat ke-62 amat dekat dengan Tuhannya. Doanya akan terkabulkan dan keinginannya akan cepat terlaksana. Demikian halnya keinginan seorang khalifah, sehingga keputusan Allah Swt. mendudukkan manusia sebagai *al-mudtharr* dan orang yang dalam keadaan susah (*suu*)

memiliki potensi sebagai hamba yang mengenal Tuhan karena kedekatan dirinya dengan Tuhan secara psikologis.

Musuh seorang khalifah adalah orang-orang kafir (QS Fäthir:39). Dalam Islam dilarang memilih pemimpin dari golongan orang kafir. Hanya syarat ini yang tidak bisa diubah dan tidak akan pernah memunculkan kebahagiaan apa pun bagi kaum muslimin yang dipimpin dan dikuasai oleh orang kafir, selain kerugian yang berlipat ganda baik secara spiritual, psikis, fisik dan material. Para nabi diutus ke muka bumi adalah untuk menjadi khalifah. Tugas utamanya adalah menegakkan keadilan. Ujian yang diberikan kepada para khalifah sebagaimana dalam Al- Qur'an surat Shad ayat ke-26 adalah hawa nafsu (hawa), yaitu suatu dorongan keras dan tak terbatas dalam perbuatan. Jika minum, maka hausnya terasa tak pernah hilang. Jika ia makan, terasa laparnya tak pernah hilang. Jika ia berperang, serbuan (ekspansi)-nya terasa belum cukup luas, dan sebagainya.

#### 5. Aspek-aspek Manusia Berdasarkan Telaah Ayat-Ayat Al-Qur'an:

Sebuah rumus dapat dibuat berdasarkan telaah ayat-ayat Al-Qur'an tentang konsep manusia di atas. Menurut *dictionary of Webster's New World College*, "aspek" dapat berarti sudut atau sisi pandang. Beberapa arti dijelaskan, seperti:

- a) Bagaimana seseorang terlihat, tampak, memiliki arti;
- b) Bagaimana sesuatu terlihat dari sudut pandang tertentu;
- c) Semua cara yang dapat dilihat atau dipikirkan tentang aspek-aspek dari sebuah ide, masalah, dll.;
- d) Pandangan ke arah tertentu.

Artinya:

- a) Cara seseorang terlihat, tampil, atau tampak;
- b) Penampilan sesuatu seperti yang dilihat dari sudut pandang tertentu;
- c) Cara yang memungkinkan ide, masalah, dan lain-lain dilihat atau dipertimbangkan secara keseluruhan;
- d) Sisi yang terlihat secara langsung.

Berdasarkan kutipan tersebut, dijelaskan bahwa aspek dapat merujuk pada sudut pandang. Seperti yang disebutkan sebelumnya, makna ini dekat dengan dimensi. Dengan kata lain, dimensi berada dalam wilayah "hamparan" aspek, sedangkan dimensi lebih menekankan pada kadar dan nilai dari sisi diri manusia.

Dalam hal diri manusia, aspek menunjukkan sisi tampilan diri manusia. Meskipun diri manusia adalah satu keseluruhan yang utuh, dia selalu menunjukkan sisi tertentu dari dirinya. Sisi-sisi ini termasuk jismiah (fisik), nafsiah (psikis), dan ruhaniah (spiritual-transendental). Masing-masing elemen ini memiliki fitur unik<sup>29</sup>

#### 6. Al-Qur'an dan as-Sunnah Mengajak untuk Menjaga Nafs

Al-Qur'an memerintahkan orang untuk menjaga diri mereka sendiri hingga fitrahnya membingkai mereka. Menjaga diri berarti melindungi tubuh dan jiwa dari

---

<sup>29</sup> Baharuddin, D. P. (2007). *Paradigma Psikologi Islam*. PUSTAKA PELAJAR.

semua penyakit yang sering mengganggu. Al-Qur'an adalah surat tertinggi tentang diri manusia. Ini jelas terlihat dari tujuan utama ajaran Islam, yaitu menjaga eksistensi manusia<sup>30</sup>. Larangan membunuh sesama adalah bagian dari tujuan ini. Hukum qishash berlaku bagi siapa yang terus melakukannya. Mereka yang melakukan pelanggaran akan dihukum dan dihinakan baik di dunia maupun di akhirat. Selain itu, semua hal yang dapat membahayakan tubuh dan jiwa manusia pun dilarang oleh hukumnya. Selanjutnya, setiap individu dan masyarakat bertanggung jawab untuk menjaga diri manusia. Dalam Al-Quran, Allah mengatakan kepada manusia hak-haknya yang lengkap, termasuk hak jiwa dan fisik, dengan berkata<sup>31</sup>,

وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا

*"Jangan membunuh dirimu; sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu."*

Sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an, Allah telah memberi manusia semua hak mereka, baik hak fisik maupun jiwanya, sebagaimana disebutkan dalam ayat,

*"Maka hendaklah mereka menyembah Tuhan Pemilik rumah ini (Ka'bah) Yang telah memberi mereka makanan untuk menghilangkan lapar dan mengamankan mereka dari ketakutan" (Quraisy: 3-4).*

Menjaga diri (sebagaimana dianjurkan dalam Al-Qur'an dan Sunnah) memiliki arti yang lebih luas daripada hanya menjaga kehidupan umum. Dengan mempertahankan diri sendiri, kita seolah-olah diminta untuk mempertahankan model kehidupan yang melindungi hak hidup setiap orang dalam berbagai usia dan jenjang. Syariah Islam juga mencakup segala aspek kehidupan manusia, mulai dari janin, masa menyusui, masa kanak-kanak, masa dewasa, masa tua, dan akhirnya kehidupan akhir. Dengan cara yang sama, sunnah Rasulullah juga memerintahkan orang untuk saling menjaga. Tidak hanya melarang pembunuhan, tetapi juga menawarkan saran untuk meningkatkan kehormatannya dan mengembalikan kebahagiaannya.

*"Siapa pun yang membunuh diri seorang manusia dengan penuh anak Adam yang pertama (Habil) adalah yang menjamin darah, karena dialah orang pertama yang melakukan pembunuhan" (HR Muslim). Dalam sabdanya, "Dirimu memiliki hak atas dirinya. Keluargamu memiliki hak atas dirimu. Tamumu (sesamamu) memiliki hak atas dirinya." (HR Bukhari). Berikan semua haknya masing-masing." Menurut HR Bukhari, setiap tubuh berhak atas makanan saat lapar, istirahat saat kotor, dan pengobatan saat sakit.*

Dalam sabdanya, *"Allah tidak menurunkan suatu penyakit kecuali diturunkan pula penawarnya" (HR Bukhari)*, Rasulullah telah memotivasi orang untuk melakukan banyak penelitian untuk menemukan pengobatan untuk semua penyakit fisik dan mental.

---

<sup>30</sup> Taufiq, I. M (2006) Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam. Jakarta:Gema Insani

<sup>31</sup> Taufiq, I. M (2006) Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam. Jakarta:Gema Insani

Jika penyakit diobati dengan obatnya, dengan izin Allah azza wajalla, pasien akan sembuh.(HR Muslim)<sup>32</sup>. Diskusi tentang rekomendasi pengobatan ini harus sesuai dengan jalannya. Akibatnya, semua bentuk pengobatan spiritual yang berujung pada sihir, tenung, atau sekadar ramalan dilarang. Selain itu, tidak disarankan untuk berobat kepada seseorang yang mengklaim memiliki keahlian ruqyah kecuali jika pengobatan yang ditawarkannya bersifat zikir dan doa. Selain itu, ruqyah dan pengobatan masih berada dalam kekuasaan Allah. Akibatnya, siapa pun yang mencoba keduanya harus tetap bertawakal kepada Allah dan ridha dengan keputusan-Nya. Rasulullah, sebagai contoh, selalu sembuh dari penyakitnya, seperti yang disebutkan dalam banyak hadits tentang perang Uhud dan penyakitnya sebelum kematiannya. Salah satu sunnahnya adalah berobat. Karena dengan berobat, seseorang dapat menganalisis penyakitnya, menentukan obat yang tepat untuknya, mencari bahan obat, dan memakainya hingga ia sembuh dari penyakitnya.

#### IV. KESIMPULAN

- a. Sesuatu yang memiliki eksistensi dan hakikat, seperti jiwa. Di sini, Jiwa atau Nafs terdiri dari tubuh dan ruh. Adanya kehidupan disebabkan oleh kehidupan itu sendiri. Kematian datang bersamaan dengan kehilangan nyawa. Tempat di mana hati nurani bersemayam suatu sifat pada diri manusia yang cenderung baik dan jahat. Sifat manusia terdiri dari indra dan perasaan yang ditinggalkannya saat tertidur.
- b. Ruh (roh) dan nafs adalah dua istilah yang sering digunakan dalam al-Quran untuk menggambarkan jiwa. Salah satu contohnya adalah kata nafs dalam berbagai turunannya, seperti nafasa, anfas, nufūs, tanāfus, tanfusu, yunāfisu, dan mutanāfis. Dalam 270 ayat, disebutkan 298 kali. Nafs sebagai individu, diri Tuhan, ruh, dan jiwa.
- c. Al-Kindi adalah orang pertama dalam filsafat Islam yang membahas tentang jiwa. Dia mengatakan bahwa jiwa adalah jauhar al-basith, yang bersifat Ilahi, dan ruhani (tunggal, tidak terorganisir, panjang, lebar, dan dalam) nur yang berasal dari nur Tuhan. Ibnu Sina berpendapat bahwa jiwa adalah entitas rohani (imateri) yang ada dalam tubuh. Al-Ghazali mengatakan bahwa manusia terdiri dari al-nafs (jiwa), al-ruh, dan al-jism (badan). Sebagaimana dinyatakan oleh Ibnu Miskawaih, jiwa yang tidak dapat dibagi-bagi tidak memiliki unsur, dan unsur-unsur hanya ada pada materi.
- d. Hukum dan ketetapan Ilahi menyatakan bahwa keburukan hanyalah polusi dari manusia yang suci dan bukanlah sifat dasar manusia. Manusia suci sejak lahir dan cenderung berbuat baik. Jiwa adalah pekerjaan terbesar Allah SWT.
- e. Untuk menyelesaikan masalah kejiwaan yang terjadi di masyarakat secara menyeluruh, fenomena kejiwaan harus dibahas dengan menghubungkannya dengan Al Qur'an dan Hadis, yaitu Wahyu Ilahi.

---

<sup>32</sup> Taufiq, I. M (2006) Panduan Lengkap& Praktis Psikologi Islam. Jakarta:Gema Insani



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Hanafi, *Pengantar Filsafat Islam* (Cet. 3; Jakarta: Bulan Bintang, 1982).
- Al-Gazali, *Ma'ārij al-Quds fi Madārij Ma'rifat al-Nafs* (Cet. 1; Bandung: Dar al-Kutub al Ilmiyyah, 1988).
- Baharuddin, D. P. (2007). *Paradigma Psikologi Islam*. PUSTAKA PELAJAR.
- Harun Nasution, *Akal dan Wahyu dalam Islam* (Jakarta: UI Press, 1982).
- Harun Nasution, *Islam Rasional; Gagasan dan Pemikiran* (Cet. III; Bandung: Mizan,
- Ibnu Sina, *al-Najah* (Kairo: Mustafa al-Babiy al Halabiy, 1938); Ibnu Sina,
- Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Bandung: Diponegoro, 2014).
- Muhammad Fuad Abd al-Baqi, *Mu'jam al-Mufahras li al-Fadli al-Qur'an al-Karim*, (Beirut: Dar al-Fikr, 1994).
- Muslim, *Sahih Muslim*, juz II (Cet. II; Beirut: Dar al-Kutub al-,Ilmiyyah, t.th.).
- Risalat al-Babiy al-Halabiy*, 1938).
- Sapuri.R (2009) *Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern*. Jakarta :PT Raja Grafindo Persada 1995).
- Taufiq, I. M (2006) *Panduan Lengkap& Praktis Psikologi Islam*. Jakarta:Gema Insani