

# Laporan Penelitian

Assalamu'alaikum Warahmatullahi wabarakaatuh

Bersama surat ini, izinkan saya menyampaikan kepada Bapak Ketua laporan Penelitian Mandiri saya yang telah saya laksanakan, dan sudah di submit di jurnal Tajdid UIN Imam Bonjol Padang ( link Jurnal terlampir).

Terimakasih atas segala Perhatiannya



## ILMU JIWA PERSFEKTIF HADITS

oleh Rahima Sikumbang Sarmadi, Dosen UIN Sjech Djamil Djambek Bukittinggi (rahimarahim1993@gmail.com) Sri Chalida, dosen UIN Imam Bonjol Padang

M. Taufiq Sikumbang M.Ag Dosen UIN Bukittinggi

Abstrak

Allah Subhanahu Wata'ala menciptakan manusia dari tanah. Adam alaihissalam, dan menciptakan istri untuknya dari tubuhnya juga, sebagaimana yang tertera dalam Alquranulkarim surah Annisa yang artinya:” Wahai sekalian manusia, bertaqwalah kamu kepada tuhanmu yang menciptakan kamu dari jiwa yang satu, dan dari jiwa tersebut diciptakan istrinya, dan dari kedua suami istri tadi berkembang biaklah lelaki dan perempuan, dan takutlah kamu kepada tuhanmu, yang akan mempertanyakan hubungan silaturrahim, Sesungguhnya Allah memperhatikan segala gerak gerikmu”<sup>1</sup>. Kemudian Allah Ta’ala memberikan kenikmatan kepada pasangan suami istri Adam dan Hawa alaihimassalam. Namun, teramat disayangkan, dibalik kenikmatan yang diberikan oleh Allah Ta’ala selalu ada mata dan jiwa yang iri. Itulah dia Iblis Laknatullah, yang memiliki jiwa yang jahat, selalu merusak makhluk baik, dari pelaku kebaikan menjadi pelaku kejahatan, dan itu sudah sumpah Iblis semenjak dia dikeluarkan dari surga karena iri pada Adam, berlanjut ke sombong, akhirnya menjadi penggoda nabi Adam dan istrinya berserta keturunannya sampai hari akhirat kelak.

Perseteruan Jiwa baik dan buruk memang sudah ada sejak zaman manusia pertama sekali diciptakan, bahkan sampai anak Nabi Adam dan Siti Hawapun, mengalami hal yang sama, Habil dan Qabil, yang mana Qabil tidak terima perjodohan yang dibuat oleh sang ayah, menimbulkan timbul rasa irinya dan akhirnya berorientasi dan berakhir pada pembunuhan, itulah pertumpahan darah pertama di muka bumi ini, semua karena mengikuti nafsu atau hawa yang dilhamkan oleh Iblis, yakni ilham jiwa yang kotor.

Perseteruan, perebutan kekuasaan merupakan dorongan dari jiwa yang ingin memiliki dan berkuasa . Bila bila seseorang dalam jiwanya lebih dominan dikuasai oleh nafsu jelek( fujur), maka dengan segala cara akan dilakukannya, namun bila jiwa seseorang lebih dominan dikuasai oleh ketaqwaan, maka dia akan lebih bisa qanaah, dan menerima takdirnya.Nah, apa sebenarnya defenisi jiwa perspektif hadis?, bagaimana metode rasulullah ( hadis ) mengatasi jiwa agar lebih stabil dan lebih mengarah pada kebaikan ketimbang keburukan?

Penulis dalam hal ini, lebih menitik beratkan pada ilmu jiwa dalam pandangan hadis, dan menemukan jawaban dari pertanyaan diatas. Untuk itu, penulis melalui penelitian dengan metode library research menemukan jawaban jawaban dari pertanyaan diatas

Penulis, memandang kejadian asal muasal adanya jiwa baik dan buruk, sebagaimana tercantum dalam alquran, bahwa manusia itu selalu diilhamkan oleh dua hal, kebaikan dan kefasikan, inilah yang melatar belakangi penelitian dan penulisan kasus Jiwa yang tertera dalam alquran dan hadis, lebih khususnya bagaimana jiwa itu perspektif hadis nabawi. Dan akhirnya, penulis dapat menarik kesimpulan, bahwa Jiwa menurut hadis pun sama hal nya dengan tertera dalam alquranulkarim, selalu ada jiwa yang menyuruh pemiliknya untuk melakukan kebaikan dan keburukan, hanya saja, tergantung pemikilnya, mau mengikuti yang mana. Baikkah, atau burukkah? Semua tergantung keimanan masing masing.

***Kata kunci: Jiwa, kebaikan, keburukan***

## **Abstrak**

---

<sup>1</sup> Q.S Annisa ayat 1.

Allah Subhanahu Wata'ala created man from the ground. Adam alaihissalam, and created a wife for her from her body also, as the ones listed in Alquranulkarim surah Annisa who means: "The man's prayer, asks you to your gods who created you from the soul that was one, and from the soul was created his wife, and from the two husbands of the wife was developing a man and female, and fear you to your god, who will question the relationship of silaturrahim, Indeed God pays attention to all your geric movement"

Then God Ta'ala gave the enjoyment of kepada couple husband wife Adam and Hawa laihimassalam. However, being unpredicted, reversed the delights given by Allah Ta'ala always ada eyes and souls. That is the Devil of Laknatullah, who has a evil soul, always spoiled the good being, from the good actor to the evil actor, and it has been the swear of the devil, he was issued from heaven because of the iri pada Adam, continued to the arrogant, finally became the tempor of the prophet of Adam and his wife screamed his descendants until the end of the lame.

The perception of the soul is good and bad indeed ada since the first time of human being was created, even until the son of the Prophet Adam and Siti Hawapun, experienced the same thing, Habil and Qabil, which Qabil did not receive the champagne made by the father, cultivating his envy and finally oriented and ended the pada murder, that is the first blood spill in the face of this earth, all because following the appetite or hawa inspired by the Devil, which is a dirty soul ilham.

The author, seeing the occurrence of the origin of his ada soul is good and bad, as listed in the alquran, that the man is always inspired by two things, goodness and eloquence, this is the one who is arranging the research and writing of the case of the soul contained in the alquran and faceis, more specifically how the soul is the trial of the face of the prophet. And finally, the author can draw conclusions, that the Soul according to his face is the same as it is in the alquranulkarim, always ada souls who fulfil his owner to do goodness and hunt, only only, depending on his viewer, willing to follow which. Well, or bad? All depends on the receipt of each.

Keywords: Soul, Goodness, Hunting

### Pendahuluan:

Islam sangat memperhatikan kondisi manusia baik sisi fisik maupun spiritualnya. Bukan hanya kesehatan fisik saja yang diperhatikan oleh Islam, tetapi kesehatan mental adalah hal yang teramat penting untuk di kaji lebih dalam, karena didalam jiwa yang sehat, maka akan terdapat tubuh yang kuat.

Dalam makalah ini penulis ingin mengemukakan apa itu jiwa, defenisi ilmu jiwa menurut pakar ilmu jiwa dan juga menurut pakar hadis annabawi atau pakar Assunnah Annabawiyah, serta

bagaimana pandangan Islam terhadap ilmu jiwa dan mereka yang sakit jiwanya, ciri ciri khas orang yang sehat mentalnya dan sakit jiwanya serta bagaimana cara penanggulangannya menurut Assunnah. Dizaman sekarang, timbulnya kejahatan justru lebih di dominasi oleh mereka yang sakit mental, atau jiwanya, karena nafsu ammarah, nafsu kejahatan lebih terpatri dalam jiwa seseorang yang “sakit mentalnya”, meskipun dia memiliki kekuatan phisyk.

### **Defenisi Ilmu Jiwa:**

Ilmu Jiwa dalam kajian utama pada ruang lingkup psikologi, berbeda dengan fisiologi yang mempelajari stuktur dan fungsi organ fhisik biologis manusia, karena psikologi secara etimologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang jiwa.

Menurut asal katanya, psikologi berasal dari kata Yunani, yaitu Psyche dan Logos.

Psyche memiliki banyak arti. Dalam bahasa Inggris yaitu soul, mind, spirit. Dalam bahasa Indonesia, ketiga kata kata tersebut dapat diwakili oleh satu kata yaitu “Jiwa”.<sup>2</sup>

Sementara Logos, adalah nalar logika atau ilmu, Karena itu perpaduan dari Psikologi adalah Ilmu Jiwa. Ilmu Psikologi adalah Ilmu yang mempelajari masalah masalah kejiwaan.

Namun, arti dari jiwa itu sendiri, masih sangat kabur. Apa yang dimaksud dengan jiwa, tidak seorangpun yang tahu sesungguhnya. Karena kekaburan itu, sering timbul berbagai pendapat mengenai defenisi psikologi yang saling berbeda, sesuai dengan sudut pandang dan penafsiran masing masing tokoh.

Maka psikologi membatasi diri hanya untuk masalah masalah gejala gejala kejiwaan, khususnya kondisi, proses, dan fungsi fungsi kejiwaan, dan untuk lebih mendapatkan kejelasan sasaran telaah metodologi dan efektifitas teknik teknik pendekatannya, maka psikologi menyatakan diri sebagai sains yang mempelajari perilaku mahasiswa, dengan asumsi bahwa perilaku merupakan ungkapan dan cerminan dari kondisi, proses, dan fungsi fungsi kejiwaan.

Menurut Bruno (1987) dalam syah (1996:8), membagi pengertian Psikologi menjadi tiga bagian yang pada prinsipnya saling berkaitan.

1. Psikologi adalah study mengenai Ruh
2. Psikologi adalah ilmu Pengetahuan mengenai perilaku organisme.

Sarwono (1976) juga mengemukakan beberapa defenisi psikologi.

---

<sup>2</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, berkenalan dengan aliran aliran dan Tokoh Tokoh Psikologi, Jakarta: Bulan Bintang, 1986, hal 1-2

1. Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan.
2. Psikologi adalah study yang mempelajari hakikat manusia
3. Psikologi adalah ilmu yang mempelajari respon yang diberikan oleh makhluk hidup terhadap lingkungannya.

Sujito (1985) menyatakan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari atau menyelidiki pernyataan pernyataan jiwa.

Beberapa defenisi diatas dapat dirumuskan bahwa Psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku individu (manusia) dalam interaksi dengan lingkungannya. Psikologi secara umum mempelajari gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan pikiran (cognisi), perasaan (emotion), dan kehendak (conasi).

### **Akar keilmuan Sains Psikologi Islam.**

Secara normatif, nomenklatur Islam, AlQuran dan Hadits tidak hanya meletakkan asas-asas, tetapi juga memuat informasi tentang ilmu pengetahuan ilmiah, termasuk psikologi. Dalam sejumlah ayat yang tersebar diberbagai surah Alquran banyak menginformasikan tentang dimensi psikologis manusia.

Tidak hanya sampai disitu, dalam perspektif psikologi, AlQuran juga banyak mendeskripsikan tentang tipologi kepribadian manusia. Demikian halnya dengan hadits, ketika berbicara tentang manusia, Rasulullah menegaskan tentang adanya interrelasi antar komponennya.

Ketika berbicara tentang masalah nilai manusia, Rasulullah menegaskan bahwa Allah Ta'ala tidak menilai manusia dari sisi fhisiknya saja, tetapi juga menilai jiwanya, hatinya, sebagaimana termaktub dalam hadits (2564) :  
 حَدَّثَنَا أَبُو الطَّاهِرِ أَحْمَدُ بْنُ عَمْرٍو بْنِ سَرْحٍ، حَدَّثَنَا ابْنُ وَهْبٍ، عَنْ  
 أُسَامَةَ وَهُوَ ابْنُ زَيْدٍ، أَنَّهُ سَمِعَ أَبَا سَعِيدٍ، مَوْلَى عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَامِرِ بْنِ كُرَيْزٍ يَقُولُ: سَمِعْتُ أَبَا هُرَيْرَةَ، يَقُولُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ  
 عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: فَذَكَرَ نَحْوَ حَدِيثِ دَاوُدَ، وَزَادَ، وَنَقَصَ وَمِمَّا زَادَ فِيهِ «إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى أَجْسَادِكُمْ، وَلَا إِلَى صُورِكُمْ، وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى  
 قُلُوبِكُمْ» وَأَشَارَ بِأَصَابِعِهِ إِلَى صَدْرِهِ

“ Sesungguhnya Allah Ta’ala tidak memandang kepada bentuk tubuh dan harta kamu, tetapi melihat pada isi hati kamu”.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> H.R Muslim juz 4 hal 1987 no 2564

Kehidupan Era sekarang, telah berada pada era yang disebut dengan Globalisasi, era milineum, era 4.0, yaitu kondisi dimana manusia hidup tanpa sekat dan batas batas wilayah, sehingga dapat berkomunikasi satu sama lain, seakan akan tanpa jarak, yang jauhnya ber mil mil kilometer pun akan dapat dikomunikasikan dalam hitungan detik. Satu sama lain dapat bertukar informasi apa saja yang diinginkan.

Proses globalisasi yang ditandai dengan kemajuan teknologi informasi yang pesat berdampak pada segala aspek kehidupan terutama pada budaya masyarakat dan nilai nilai sosial yang berlaku didalamnya. Persaingan dunia industri barang dan jasa ternyata berimplikasi pada aspek aspek kejiwaan masyarakat berupa agresifitas, emosi yang tidak terkendali, ketidakmatangan kepribadian, depresi karena tekanan kehidupan, tingkat kecurigaan yang meningkat, dan persaingan yang tidak sehat hingga menyebabkan tingginya angka bunuh diri (Febriana 2011).

Dalam sejumlah ayat yang tersebar diberbagai surah AlQuran banyak menginformasikan tentang dimensi dimensi psikologis manusia. Tidak hanya sampai disitu, dalam perspektif psikologi, AlQuran juga banyak mendeskripsikan tentang tipologi kepribadian manusia.

Demikian halnya dengan hadits, ketika berbicara tentang manusia, Rasulullah shallallahu alaihi wasallam tidak hanya mendeskripsikan kedirian manusia secara fisik namun juga mendeskripsikannya dengan jiwa/akal/nuraninya.

Rasulullah bersabda:

حَدَّثَنَا أَبُو نُعَيْمٍ، حَدَّثَنَا زَكَرِيَّا، عَنْ عَامِرٍ، قَالَ: سَمِعْتُ النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ، يَقُولُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: " الْحَلَالُ بَيْنٌ، وَالْحَرَامُ بَيْنٌ، وَبَيْنَهُمَا مُشَبَّهَاتٌ لَا يَعْلَمُهَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، فَمَنْ اتَّقَى الْمُشَبَّهَاتِ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعِرْضِهِ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ: كَرَاعٍ يَرَعَى حَوْلَ الْحِمَى، يُوشِكُ أَنْ يُوَاقِعَهُ، أَلَا وَإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ جَمَى، أَلَا إِنَّ جَمَى اللَّهِ فِي أَرْضِهِ مَحَارِمُهُ، " Ada didalam hati manusia segumpal daging, yang apabila baik daging itu, maka baiklah seluruh tubuhnya, apabila jelek daging itu, maka buruklah semua tubuhnya, itulah dia yang dinamakan hati"<sup>4</sup>.

Dari hadits diatas, dapat kita cermati, bahwa betapa Rasulullah sangat perhatian masalah kejiwaan seorang muslim. Karena segala sesuatu itu baik dan buruknya ada pada satu bongkah yang dinamakan hati. Jiwa manusia, bila buruk, maka akan merusak segala tatanan kehidupan dirinya dan juga manusia lainnya.

---

<sup>4</sup> H.R Bukhari Muslim

Imam Al Ghazali, yang merupakan pemikir filosofi Islam yang pertama berpendapat bahwa esensi manusia adalah ruh dan jasadnya. Menurutnya, perilaku manusia dapat terbentuk dengan adanya komponen kedua hal ini, yakni jasad dan ruh. Ruh dengan berbagai entitas dan daya dayanya, memiliki keinginan dan kebutuhan untuk melakukan atau menampilkan suatu perilaku.

Namun sesuatu itu tidak akan pernah terwujud manakala jasad dan energi atau daya dayanya tidak aktif. Karenanya, semua perilaku manusia adalah sinergitas antara keinginan dan kebutuhan kebutuhan ruh dengan peran daya fhisik atau jasadnya.

Lebih lanjut, Al Ghazalipun dengan mengutip ayat AlQuran, bahwa Allah Subhanahu wata'ala kelak akan membangkitkan manusia tidak sekedar ruhnya saja, tetapi jasadnya juga. Bukankah akan ada mulut yang dibungkam, tangan kaki, mata dan seluruh anggota tubuh yang akan berbicara, mengatakan dengan jujur, sejujur jujurnya apa apa yang telah jasad lakukan selama hidup dipermukaan bumi yang fana ini?

Demikianlah AlQuranulkarim dan hadits Nabawi memadukan antara phisik dan psikologi memiliki keterkaitan antara satu sama lain. Relasi kedua belah pihak tidak bisa dipisahkan.

Lebih Khusus dalam hadis, Lafaz Nafs ( Jiwa ) didalam hadis nabawi memiliki beberapa makna diantaranya:

1. حدثنا ابن أبي عمر قال: حدثنا وكيع، عن إسماعيل بن عبد الملك، عن ابن أبي مليكة، عن عائشة قالت: خرج النبي صلى الله عليه وسلم من عندي وهو قرير العين، طيب النفس، فرجع إلي وهو حزين، فقلت له، فقال: «إني دخلت الكعبة، ووددت أني لم أكن فعلت، إني أخاف أن أكون أتعبت أمتي من بعدي»: «هذا حديث حسن صحيح»

1. **Perasaan , sikap, karakter**, Dari ibunda ‘Aisyah radhiallahu ‘anha berkata, ketika Rasulullah SAW keluar dari rumah kami, wajah beliau kelihatan berseri seri, baik kondisi jiwanya, kemudian saat beliau kembali dalam kondisi sedih kemudian aku tanyakan pada beliau apa yang menyebabkan beliau bersedih, kemudian Rasulullah menjawab: “Aku masuk ke dalam Ka’bah( melakukan badah haji dan umrah), dan aku berkeinginan tidak akan melakukannya lagi, karena aku khawatir apabila aku

melakukan hal ini terus terusan, maka akan memberatkan ummatku setelah kematianku”<sup>5</sup>

Dari sikap beliau, kalimat nafsu didalam hadis bermaknakan ungkapan perasaan, sikap beliau yang sedih dan gembira, merupakan ungkapan dari dalam jiwanya ( nafs)<sup>6</sup>.

## 2. Nafs( Jiwa) ber maknakan : Tubuh Manusia

حَدَّثَنَا آدَمُ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، حَدَّثَنَا حَبِيبُ بْنُ أَبِي ثَابِتٍ، قَالَ: سَمِعْتُ أَبَا الْعَبَّاسِ الْمَكِّيَّ، - وَكَانَ شَاعِرًا وَكَانَ لَا يَنْهَمُ فِي حَدِيثِهِ - قَالَ: سَمِعْتُ عَبْدِ اللَّهِ بْنَ عَمْرٍو بْنَ الْعَاصِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «إِنَّكَ لَتَصُومُ الدَّهْرَ، وَتَقُومُ اللَّيْلَ؟»، فَقُلْتُ: نَعَمْ، قَالَ: «إِنَّكَ إِذَا فَعَلْتَ ذَلِكَ هَجَمْتَ لَهُ الْعَيْنُ، وَنَفِهْتَ لَهُ النَّفْسُ، لَا صَامَ مَنْ صَامَ الدَّهْرَ، صَوْمٌ ثَلَاثَةٌ [ص: 41] أَيَّامٍ صَوْمُ «الدَّهْرِ كُلِّهِ»، قُلْتُ: فَإِنِّي أُطِيقُ أَكْثَرَ مِنْ ذَلِكَ، قَالَ: «فَصُمْ صَوْمَ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ، كَانَ يَصُومُ يَوْمًا وَيُفْطِرُ يَوْمًا، وَلَا يَفِرُّ إِذَا لَاقَى

Dari Abdullah bin ‘Amru bin ‘Ash Radhiallahu ‘anhumaa berkata: Rasulullah SAW bersabda:” Sesungguhnya engkau wahai Abdullah, selalu berpuasa sepanjang tahun, dan selalu shalat malam?”. Kemudian aku ( Abdullah bin Amru bin ‘Ash ) berkata: “ Benar wahai Rasulullah”, kemudian Rasulullah bersabda: Sesungguhnya engkau jika melakukan hal itu terus menerus, nantik matamu akan mengantuk, dan jiwamu akan merasakan kelelahan”, kemudian aku berkata: “Aku mampu melakukan lebih dari itu ya Rasulullah”.Kemudian beliau bersabda:” Kalau begitu, berpuasalah seperti puasa nabi Daud, sehari puasa sehari berbuka, sehingga dia tidak kabur ketika berjumpa dengan musuh”<sup>7</sup>

Dari hadis diatas jelaslah bahwa kesehatan tubuh terletak pada kesehatan jiwa.

## 3. Jiwa bermaknakan Ruh. حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ الْوَلِيدِ، حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، قَالَ: حَدَّثَنِي عُبَيْدُ اللَّهِ بْنُ أَبِي بَكْرٍ، قَالَ: سَمِعْتُ أَنَسَ بْنَ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: ذَكَرَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْكَبَائِرَ، أَوْ سُئِلَ عَنِ الْكَبَائِرِ فَقَالَ: " الشِّرْكُ بِاللَّهِ، وَقَتْلُ النَّفْسِ، وَغُفُوقُ الْوَالِدَيْنِ، فَقَالَ: أَلَا أَنْتَبَهُكُمْ بِأَكْبَرِ الْكَبَائِرِ؟ قَالَ: قَوْلُ الزُّورِ، أَوْ قَالَ: شَهَادَةُ الزُّورِ " قَالَ شُعْبَةُ: وَأَكْثَرُ ظَنِّي أَنَّهُ قَالَ: «شَهَادَةُ الزُّورِ

Dari Anas bin Malik ra, dia berkata, Rasulullah SAW ditanya tentang masalah dosa dosa besar, lantas beliau menjawab: “ Syirik kepada Allah Ta’ala. Membunuh jiwa, durhaka pada kedua orangtua, kemudian beliau berkata lagi, maukah kamu aku beritakan dosa lebih besar dari dosa besar itu sendiri? “ Berkata dusta, atau bersaksi akan saksi kedustaan...”<sup>8</sup>

<sup>5</sup> H.R Atturmudzi Juz 3 hal 124. Ibnu Majah 2: 1018 Imam Ahmad bin Hanbal: 41: 505

<sup>6</sup> Sa’d Riyad didalam kitabnya “Ilmu Nafs fil hadis assyarif hal 32” cet pertama 2004 mussasah Iqra Mesir

<sup>7</sup> H.R Bukhari Juz 3 hal 40

<sup>8</sup> H.R Bukhari 8: 4, Muslim, 1: 92,



### **Kecerdasan Spriritual Perspektif Islam( Alquran Hadis).**

Spiritual dalam pandangan Islam memiliki makna yang sama dengan ruh. Ruh merupakan hal yang tidak dapat diketahui keberadaannya(ghaib). Ruh selalu dikaitkan dengan ketuhanan, ia mampu mengenal dirinya sendiri dan penciptanya, ia juga mampu melihat hal hal yang tidak masuk akal.

Ruh merupakan esensi dari hidup manusia, ia diciptakan langsung dan berhubungan dengan realitas yang lebih tinggi yaitu penciptanya. Ruh memiliki hasrat dan keinginan untuk kembali ke Tuhan pada waktu masih berada pada tubuh manusia.

Ruh yang baik adalah ruh yang tidak melupakan penciptanya dan selalu merindukan realitas yang lebih tinggi. Ini dapat terlihat dari perbuatan individu apakah ia ingkar dan suka maksiat atau suka dan selalu berbuat kebaikan. Pemahaman tentang ruh ini tidak dapat dipisahkan dari firman Allah Subhanahu Wata'ala Q.S Al Isra : 85.<sup>9</sup>

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا

Artinya: “Jika mereka bertanya padamu tentang ruh. Katakanlah:”Ruh itu termasuk urusan Tuhanku, dan tidaklah kamu diberi pengetahuan melainkan sedikit.

Firman Allah Ta'ala dalam hal Perintah membaca merupakan bukti bukti bahwa manusia telah dibekali dengan IQ,EQ.SQ.(Kecerdasan Otak/akal. Spriritual, Emosional)

AlQuran dan Al hadits sebagai sumber utama ajaran Islam memberi petunjuk dan bimbingan bagi manusia dalam menjaga fitrahnya untuk meraih kebahagiaan yang hakiki.

AlQuran memperkenalkan istilah jiwa yang tenang (An Nafsu Al Muthmainnah), sementara Al Hadits menyebut kata Al Fithrah, keduanya adalah syarat bagi kesehatan mental yang harus dimiliki oleh seorang muslim. Hidup dengan jiwa yang tenang harus berdasarkan fitrah yang telah diberikan oleh Allah Subhanahu Wata'ala yaitu aqidah Tauhid.

### **Kesehatan Mental**

---

<sup>9</sup> Abdul Mujib, dan Jusuf Mudzakir, Nuansa nuansa Psikologi Islam. Jakarta: Rajawali Press. 2001, hal 329-330.

Kesehatan mental di defenisikan sebagai keadaan sejahtera dimana setiap individu menyadari potensi dirinya sendiri, sehingga dapat mengatasi tekanan yang normal dalam kehidupan, dapat bekerja secara produktif dan baik dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya<sup>10</sup>

Zakiah Darajat (1983) mengemukakan lima buah rumusan kesehatan jiwa yang lazim dianut para ahli.

1. Kesehatan mental adalah: Terhindarnya orang dari gejala gejala penyakit jiwa(neurose) dan dari gejala gejala penyakit jiwa (psichose). Defenisi ini banyak dianut oleh kalangan psikiatri (kedokteran jiwa) yang memandang manusia dari sudut sehat atau sakitnya.
2. Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan tempat ia hidup. Defenisi ini lebih luas dan lebih umum daripada yang pertama, karena dihubungkan dengan kehidupan sosial secara menyeluruh.
3. Kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh sungguh antara fungsi fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problema problema yang biasa terjadi, serta kegelisahan pertentangan bathin (konflik bathin).
4. Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan penyakit jiwa.

Dari defenisi defenisi diatas dapatlah kita simpulkan bahwa kesehatan mental lebih ditekankan pada titik fokus penekannya pada prilaku manusia. Sehat mental secara emosional dan matang dalam hal sosial masyarakat, serta alam sekitarnya. Dengan segala macam problematika kehidupannya, dia masih mampu hidup dengan perasaan

### **Kecerdasan**

Kecerdasan adalah kapasitas global atau terpadu yang dimiliki seseorang yang memungkinkan ia bertindak dengan tujuan, berfikir rasional, dan efektifitas dalam menangani lingkungan. (Wechler, 1993).

*Ada tiga kecerdasan yang dibahas disini yaitu:*

1. ***Kecerdasan intelektual (IQ)*** Menurut Stephen R. Covey, IQ adalah kecerdasan manusia yang berhubungan dengan mentalitas, yaitu kecerdasan untuk menganalisis, berfikir, menentukan kausalitas, berfikir abstrak, bahasa, visualisasi, dan memahami sesuatu.

---

<sup>10</sup> ([http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/en/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/)).

2. ***Kecerdasan Emosional (EQ)*** Kecerdasan emosional digambarkan sebagai kemampuan untuk memahami suatu kondisi perasaan seseorang, bisa terhadap diri sendiri ataupun orang lain, kecerdasan ini lebih tepat diungkapkan dengan What I Feel.

3. ***Kecerdasan Spiritual (SQ)*** sebagai kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna atau value, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna di bandingkan dengan yang lain. (Danan Zohar dan Ian Marshal)

1. ***Kecerdasan Intelektual (IQ)*** Kecerdasan ini di temukan pada sekitar tahun 1912 oleh William Stern. Terletak di otak bagian Cortex (kulit otak). Kecerdasan ini adalah sebuah kecerdasan yang memberikan kita kemampuan untuk berlogika, berhitung, beranalogi, berimajinasi dan memiliki daya kreasi dan inovasi. Para pakar psikologi mengungkapkannya dengan What I Think?

Dan menurut Stephen R. Covey, IQ adalah kecerdasan manusia yang berhubungan dengan mentalitas, yaitu kecerdasan untuk menganalisis, berfikir, menentukan kausalitas, berfikir abstrak, bahasa, visualisasi, dan memahami sesuatu. Kemampuan ini pada awalnya dipandang sebagai penentu keberhasilan seseorang. Namun pada perkembangan terakhir IQ tidak lagi digunakan sebagai acuan paling mendasar dalam menentukan keberhasilan manusia. Karena membuat sempit paradigma (dalam sukidi).

Ketidak puasan terhadap konsepsi IQ sebagai konsep pusat dari kecerdasan seseorang telah melahirkan konsepsi yang memerlukan riset yang panjang serta mendalam. Daniel Golman melahirkan konsepsi EQ sebagai jawaban atas ketidak puasan manusia jika dirinya hanya dipandang dalam struktur mentalitas saja. Konsep EQ memberikan ruang terhadap dimensi lain dalam diri manusia yang unik yaitu emosional.

2. ***Kecerdasan Emosional (EQ)*** Kecerdasan ini mulai dikenal pada akhir abad 20. Kecerdasan ini di otak berada pada otak bagian belakang manusia. Kecerdasan ini memang tidak mempunyai ukuran pasti seperti IQ, namun kita bisa merasakan kualitas keberadaannya dalam diri seseorang. Oleh karena itu EQ lebih tepat di ukur dengan feeling.

Kecerdasan emosional digambarkan sebagai kemampuan untuk memahami suatu kondisi perasaan seseorang, bisa terhadap diri sendiri ataupun orang lain, kecerdasan ini lebih tepat diungkapkan dengan What I Feel.

Banyak contoh disekitar kita membuktikan bahwa orang yang memiliki gelar tinggi belum tentu sukses berkibar di dunia pekerjaan. Seringkali mereka yang berpendidikan formal lebih rendah, ternyata lebih berhasil di dunia pekerjaan.

Saat ini banyak orang berpendidikan yang tampak menjanjikan, mengalami kemandekan dalam kariernya. Lebih buruk lagi mereka tersingkir akibat rendahnya kecerdasan emosi mereka.

Saya ingin menyampaikan satu hal yang terjadi di Amerika Serikat tentang kecerdasan emosi. Menurut survey nasional di Negara itu tentang apa yang diinginkan oleh para pemberi kerja: keterampilan keterampilan teknik tidak seberapa penting bila di dibandingkan dengan keterampilan dasar untuk beradaptasi (belajar) dalam pekerjaan: kemampuan mendengar dan berkomunikasi secara lisan, beradaptasi, kreativitas, ketahanan mental terhadap kegagalan, kepercayaan diri, motivasi kerjasama tim serta keinginan memberi kontribusi terhadap perusahaan.

EQ adalah suara hati itulah yang seharusnya di jadikan pusat prinsip yang mampu memberi rasa aman, pedoman, kekuatan serta kebijaksanaan.

Menurut Covey, “disinilah anda berurusan dengan visi dan nilai anda. Di sinilah anda gunakan anugerah anda, kecerdasan diri (self awareness) untuk memeriksa peta diri anda, dan jika anda menghargai prinsip yang benar, maka paradigma anda sesungguhnya berdasarkan pada prinsip dan kenyataan dimana suara hati berperan sebagai kompasnya.

**3. Kecerdasan Spiritual (SQ)** Kecerdasan ini digagas pertama kali oleh Danar Zohar dari Harvard University dan Ian Marshall dari Oxford University. Dikatakan bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna atau Value untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya.

Kecerdasan ini terletak pada satu titik yang disebut dengan God Spot. Mulai populer pada awal abad 21. Kecerdasan ini menjawab berbagai pertanyaan besar dalam diri manusia, kecerdasan ini mengungkapkan tentang jati diri seseorang atau di ungkapkan dengan Who I am, siapa saya? Dan untuk apa saya diciptakan?

Danar Zohar dan Ian Marshall mendefinisikan kecerdasan spiritual (SQ) sebagai kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna atau value, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna di dibandingkan dengan yang lain.

SQ adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. SQ merupakan kecerdasan tertinggi kita. (Ary Ginanjar Agustian, 2007) .

Berdasarkan sejarah penciptaan manusia, misi manusia, dan potensi yang ada dalam dirinya, maka jelaslah bahwa manusia adalah makhluk spiritual. Dengan kecerdasan spiritual (SQ) manusia mengabdikan kepada Allah Ta'ala untuk mengelola bumi sebagai khalifah. Misi utamanya adalah untuk mencari keridhaanNya. Target utamanya adalah menegakkan keadilan, menciptakan kedamaian, membangun kemakmuran didalamnya.

Langkah yang nyata berupa spiritualisasi disegala bidang kehidupan, baik organisasi, perusahaan, negara atau keluarga.

**Kecerdasan spiritual dalam pandangan Islam adalah** kemampuan seseorang untuk yakin dan berpegang teguh terhadap nilai spiritual Islam. Selalu berperilaku sesuai dengan nilai-nilai Islam dalam hidupnya, dan mampu menempatkan dirinya dalam kebermaknaan diri yaitu beribadah dengan merasakan dirinya selalu dilihat oleh Tuhan, sehingga ia dapat hidup dengan mempunyai jalan dan kebermaknaan yang akan membawanya kepada kebahagiaan dan keharmonisan. Ini yang dinamakan dalam hadis nabi :Ihsan: "...Engkau beribadah kepada tuhanmu, seakan akan engkau melihatNya, bila engkau tak melihatNya, maka Dia melihatmu"<sup>11</sup>

***Ciri ciri manusia yang memiliki kualitas kecerdasan spiritual tinggi dijelaskan oleh Hawari sebagai berikut:***

1. Beriman kepada Allah Subhanahu Wata'ala dan bertaqwa kepadaNya, malaikat malaikatNya, kitab kitabNya, Rasul rasulNya, hari akhir serta Qadha dan Qadar.
2. Amanah. Salah satu ciri khas mereka yang mentalnya sehat adalah mereka bisa dipercayai dalam jabatan yang diberikan kepadanya. Tidak berkhianat.Konsisten dan komitmen terhadap janji jabatan/tugas<sup>12</sup>.
3. Memiliki rasa solidaritas, dan sosial yang tinggi terhadap sesama, dan menjauhi sifat egoisentris.
4. Memiliki rasa kasih sayang terhadap sesama. Laa yurham maalaa yarham<sup>13</sup>
5. Tidak pendusta
6. Pandai menghargai waktu, sesuai dengan perintah Allah Ta'ala dalam surah Al "ashr

Dari paparan diatas dapatlah kita simpulkan, bahwa kecerdasan Spriritual(SQ), jauh lebih utama, bila dibandingkan dengan kecerdasan Intelektual (IQ). Inilah pandangan Islam.

---

<sup>11</sup> H.R Muslim no 1 dan 8 dari Umar Bin Khattab

<sup>12</sup> (Dadang Harawi, AlQuran :Ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa, Yogyakarta, Dana Bhakti Prima Yasa, 2004, 223-232)

<sup>13</sup> H.R Muslim no 2318

***Beberapa hal urgen bagi kesehatan mental yang menjadi perhatian Rasulullah dan selalu diajarkan kepada sahabat antara lain***<sup>14</sup>:

1. ***Perasaan aman.*** Nabi bersabda : “Barang siapa diantara kalian merasa aman ditengah keluarganya pada pagi hari, sehat fisik, dan memiliki bahan makanan hari yang dijalannya maka seakan akan seluruh dunia menjadi miliknya<sup>15</sup>
2. ***Bergantung pada diri sendiri,*** Nabi bersabda : “Siapa yang mau menjamin diriku untuk tidak meminta sesuatu apapun kepada manusia dan aku akan menjamin untuknya surga? Tsuban berkata: “Aku mahu wahai Rasulullah”. Maka terbukti bahwa Tsuban memang tidak pernah meminta sesuatupun kepada orang lain<sup>16</sup>
3. ***Percaya diri dan teguh pendirian,*** Nabi bersabda:”Janganlah kalian menjadi pembeo!, kalian akan berkata kami berbuat baik, jika orang orang berbuat baik, kami berbuat dzalim jika orang berbuat dzalim. Akan tetapi berpendirianlah kalian dengan pendirian yang teguh, jika orang berbuat baik, maka berbuat baiklah kalian, jika orang berbuat buruk, maka janganlah kalian berbuat dzalim<sup>17</sup>
4. ***Rasa tanggung jawab,*** Nabi bersabda:”Masing masing kalian adalah pemimpin. Dan masing masing kalian akan mempertanggung jawabkan apa yang dipimpinnya. Seorang pemimpin akan mempertanggung jawabkan rakyatnya, seorang suami merupakan pemimpin dikeluarganya, seorang istri pemimpin dirumah suaminya dan mempertanggung jawabkan sesuatu yang dipimpinnya. Pelayan merupakan pemimpin dalam harta tuannya dan mempertanggung jawabkannya”.<sup>18</sup>
5. ***Berani mengutarakan pendapat,*** nabi bersabda: “Hendaknya salah seorang diantara kalian tidak menghina dirinya. Para sahabat bertanya”bagaimana seseorang dari kami menghina dirinya sendiri? Rasulullah menjawab:”Dia memandang ada sesuatu yang harus dia katakan karena Allah. Namun dia tidak mengatakannya. Maka pada hari kiamat Allah Azza wajalla berfirman:” Apa yang menghalangimu untuk mengatakan ini dan itu? Dia pun berkata:Aku tidak mengatakannya karena takut pada orang orang. Allah berfirman:” Hanya kepadaKu kamu lebih berhak untuk merasa takut<sup>19</sup>

---

<sup>14</sup> Sa’du Arriyad. Ilmu Annafs fil hadits Assyarif hal 163-164

<sup>15</sup> (HR. Tirmidzi).

<sup>16</sup> H.R Abu Daud

<sup>17</sup> H.R Tirmidzi

<sup>18</sup> H.R Bukhari

<sup>19</sup> H.R Ibnu Madjah

6. ***Ridha menerima takdir.*** Nabi bersabda:”Ridhalah kamu terhadap apa yang diberikan Allah kepadamu, niscaya kamu akan menjadi orang paling kaya!”<sup>20</sup> Sifat sabar, nabi bersabda: “Sesungguhnya kadar besarnya balasan tergantung pada kadar besarnya cobaan yang ditimpakan, sesungguhnya Allah Ta’ala jika mencintai suatu kaum, maka Allah memberi cobaan kepada mereka. Barang siapa yang ridha(bersabar) terhadap cobaan maka ia akan memperoleh ridha Allah. Dan barang siapa yang marah, maka ia akan mendapat murka Allah<sup>21</sup>
7. ***Menunaikan pekerjaan secara efektif dan sempurna.*** Nabi bersabda: “Sesungguhnya Allah Ta’ala menyukai seseorang diantara kalian jika mengerjakan sebuah pekerjaan, maka ia menyempurnakannya<sup>22</sup>
8. ***Memperhatikan kesehatan fhisik.*** Nabi bersabda: “Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih disukai oleh Allah Ta’ala daripada mukmin yang lemah<sup>23</sup>Untuk mendidik jiwa dengan sifat sifat diatas, Rasulullah shallallahu’alaihi wasallam memberikan kuncinya dengan menjelaskan tentang pentingnya membenahi “sisi dalam” dirinya, yaitu hati. Beliau bersabda: “Ketahuilah sesungguhnya didalam jasad terdapat sekarat daging. Jika sekarat daging itu baik, maka akan baik seluruh jasad. Namun jika sekarat daging itu rusak, maka rusaklah seluruh tubuhnya. Ketahuilah bahwa sekarat daging itu adalah hati”<sup>24</sup>.

### ***Penutup:***

Dari beberapa uraian diatas, dapatlah kita ambil kesimpulan bahwa: “Ilmu Jiwa atau sering disebut Psikologi, merupakan ilmu yang membahas tentang kesehatan mental. Islam dalam hal ini, meninjau Psikologi perspektif AlQuranulkarim dan Assunnah Anabawiyah berpijak pada prinsip wasathiyah(moderasi) dalam pemenuhan kebutuhan antara yang bersifat material dan spiritual, dan ini sangat dibutuhkan, dengan berpanduan pada metode AlQuranulkarin dan Al hadits annabawi.

Tubuh Manusia tidak akan pernah terlepas dari Fhisyk dan Mental, Jasmani dan Ruhani. Dan dalam Jiwa manusia itu akan selalu dipengaruhi oleh kekuatan Baik yang mana dalam alquran

---

<sup>20</sup> (HR. Ahmad dan Tirmidzi).

<sup>21</sup> H.R Attirmidzi

<sup>22</sup> (H.R Al Baihaqi).

<sup>23</sup> H.R Muslim

<sup>24</sup> (H.R Bukhari Muslim).

hadis disebut dengan Ilham dengan Ketaqwaan, dan kekuatan jiwa yang menyuruh jiwa manusia untuk melakukan kejahatan disebut dengan Ilham Fujur( kejahatan).

Dan sebagai manusia, untuk dapat selalu menjadi manusia yang berjiwa baik, maka dia harus tahu segala macam penyakit jiwa, dan langkah langkah syetan untuk merayunya, agar dapat menyembuhkan obat sesuai dengan dosis sakitnya, dengan selalu mendekatkan diri kepadaNya, dan selalu berpegang teguh kepada alquranulkari dan assunnah annabawiyah, beramal dengan penuh ihsan dan keikhlasan.

Semoga makalah ini dapat memberikan manfaat buat penulis dan juga pembaca, utamanya ummat Islam yang kita cintai ini. Amin ya Rabbal ‘aalamiin.

**Wassalamu’alaikum:**

**Penulis Pertama adalah Dr. Hj. Rahima Sikumbang.Sarmadi, dosen UIN Bukittinggi**

**Penulis Kedua adalah Dr. Sri Chalida, dosen UIN Imam Bonjol Padang.**

**Penulis Ketiga adalah Dr. M. Taufiq Sikumbang M.Ag Dosen UIN Bukittinggi**

### ***Referensi***

1. AlQuranulkarim cetakan At Taqwa
2. Muhammad bin Ismail Abu Abdillah al Bukhari Imam Bukhari “Shahih Bukhari “ Maktabah Dar athuq annajah cet 1. Thn 1422 H.
3. Ibnu Hajar al Asqalani “Fathul Bari, fi syarhil shahih al Bukhari”Dar Ma’rifah Beirut thn 1379 H3. Shahih Muslim
4. Abu Husain Muslim bin al hujjaj Maktabah Attaufiqiyah Cairo
5. Sulaiman bin As As, Abu Daud, Maktabah Darul Hadis Cairo 1988
6. Isa Muhammad bin Isa, attirmidzi Maktabah Darul hadis , cetakan kedua tahun 1975
7. Abu Abdillah, Muhammad bin Yazid, Ibnu Madjah Dar Ihya atturats al arabiyah
8. Abu Bakar Muhammad bin Husain al Baihaqi Dar kutub ilmiah Beirut 458
9. Ahmad bin Hanbal dalam kitab Musnadnya Darul Fikr Cairo
10. Sa’du Arriyad. Ilmu Annafs fil hadits Assyarif
11. Dadang Harawi, AlQuran :Ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa, Yogyakarta, Dana Bhakti Prima Yasa, 2004, 223-232)
12. [http://www. Who.int/features/factfiles/mental\\_health/en/](http://www. Who.int/features/factfiles/mental_health/en/).



13. Abdul Mujib, dan Jusuf Mudzakir, Nuansa nuansa Psikologi Islam. Jakarta: Rajawali Press. 2001
14. Sarlito Wirawan Sarwono, berkenalan dengan aliran aliran dan Tokoh Tokoh Psikologi, Jakarta: Bulan Bintang, 1986
15. Sa'du Riyad "Ilmu Jiwa Perspektif Alquran" Mussasah Iqra Mesir 2004
- 16 Sa'du Riyad "Ilmu Jiwa Perspektif Hadis" Mussasah Iqra, Mesir 2004

Demikian Laporan Penelitian Mandiri yang saya buat, atas perhatian Bapak/Ibuk, terimakasih

Biaro, 21 Mei 2023



Dr.HJ.Rahima Sikumbang Sarmadi, Lc.MA