Jurnal ISLAMIKA, Vol. 3, No. 1 (2020): 170—181

HARMONISASI *AL-RUH*, *AL-NAFS*, DAN *AL-HAWA* DALAM PSIKLOGI SLAM

Santoso, Puti Febrina Niko, Ajeng Safitri, Dwita Razkia, Nur Fitriyana
Universitas Muhammadiyah Riau
santoso@umri.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini mendiskusikan tentang proses harmoni internal diantara 'dimensi sertaan jiwa', yaitu *Al-ruh* dan *Al-hawa.* Jiwa (*Al-nafs*) adalah diri yang memiliki peran utama dalam proses harmoni tersebut. Dengan pendekatan kepustakaan (*library reseach*), proses harmoni tersebut dijelaskan pada kerangka konsep Psikologi Islam. Untuk mendinamiskan jiwa, Allah SWT meyertakan hawa nafsu (*al-hawa*) pada diri manusia. Hawa nafsu pada awal dan dasarnya memilki kecenderungan negatif (*al-nafs al-ammarah bi al-su*), Energy hawa nafsu yang dapat dikendalikan akan bertransformasi menjadi dorongan positif (*al-nafs al-muthmainah*). Ketaatan jiwa terhadap anjuran kebaikan dari *al-ruh* adalah kunci utama pengendalian al-hawa. *Al-ruh* adalah diemensi sertaan pada jiwa yang memiliki peran startegis dalam membimbing jiwa supaya tetap dijalan kebaikan.

Kata Kunci: *al-nafs, al-ruh, al-hawa, Psikologi Islam*

PENDAHULUAN

Persoalan jiwa adalah adalah diskusi sepanjang zaman yang belum pernah berhenti hingga di abad milenial ini. Jiwa dalah persoalan yang menimbulkan banyak petanyaan dan tidak pernah tuntas terjawab. Berbagai pendekatan dikerahkan, baik teologi, psiklogi maupun social namun belum mampu memuaskan hasral ilmiah para akademisi.

Dialog menganai konsep dan dinamika jiwa yang masih sangat terbuka luas mendorong peneliti untuk melaklukan sebuah kajian dengan judul: Dinamika *Al-ruh*, *Al-nafs*, dan *Al-hawa* dalam konsep Psikologi Islam. Penelitian ini adalah penelitian kualittaif dengan pendekatan kepustakaan (*library research*) (Khatiban, 2011). Dengan pendekatan kepustakaan, maka peneliti berusaha untuk mengumpulkan data-data tekstual baik berupa karya para ulama maupun hasil penelitian terbaru. Tujuan dari pengumpulan data tersebut adalah membangun sebuah konsep utuh, berkaitan dengan fokus penelitian.

Sesuai judul di atas, maka ranah kajian dalam penelitian ini adalah pada bidang Psikologi Islam. Psikologi Islam adalah bidang kajian yang relatif baru di Indonesia. Kajian ini diperkenalkan pertama kali pada tahun 60-an oleh Dr. Zakiah Drajat. Konsep-konsep Psikologi yang biasanya didekati dengan prinsip-prinsip positifistik, mulai dikaji dari sudut pandang Islam. Kajian psikologi Islam diyakini lebih mampu menterjemahkan dinamika psikologi manusia berdasarkan tuntunan wahyu Tuhan.

Dalam literature Islam kata *jiwa* diistilahkan dengan *al-nafs*. Kata *al-nafs* memiliki makna yang sepadan dengan istilah *Soul* dalam bahasa Inggris. Kata an-Nafs juga sering

di identikkan daengan *psyche* dalam kajian keilmuan psikologi modern. Diantara ilmuwan Islam yang banyak membahas tentang jiwa adalah Al-Ghazali, yang dikenal sebagai sang *Hujjatul Islam*. Kitab Al-Ghazali yang banyak membahas mengenai jiwa diantaranya adalah *Ihya Ulum al-Din*.

Al-Ghazali menjelaskan, bahwa dinamika jiwa manusia sangat ditentukan oleh kemampuannya dalam mengendalikan hawa nafsu (*al-hawa*). Al hawa adalah energy gerak yang menumbuhkan hasrat seseorang untuk berperilaku. Energy egarak tersebut perlu untuk dikelola dengan baik sehingga akan berpengaruh terhadap munculnya perilaku positif. Sebaliknya bila energi tersebut tidak dapat dikelola dengan baik maka justru akan melahirkan bentuk perilaku negatif dan merusak.

Hamka (Yudiani, 2013) meperjelas konsep tentang jiwa dengan pandangannya, bahwa jiwa memiliki aspek yang terdiri dari akal, hawa nafsu, dan kalbu. Menurut Hamka inti dari jiwa adalah kalbu. Kondisi kalbu sangat ditentukan oleh pertarungan antara hawa nafsu dengan akal. Bila akal mampu memenangkan pertarungan maka kalbu akan baik, namun bila hawa nafsu yang memenagkan pertarungan maka kalbu akan rusak. Kondisi kalbu inilah yang akan mempengaruhi kualitas dari perilaku seseorang.

Mujib dan Mudzakir (2003) menjelaskan, jiwa atau *Al-nafs* adalah komponen diri yang mengandung daya-daya laten untuk membentuk suatu tingkah laku. Dalam dinamikannya aktualisasi perilaku yang dibentuk oleh jiwa secara permanen menghasilkan suatu bentuk kepribadian. Proses pembentukan perilaku hingga sampai dengan kepribadian sangat ditentukan oleh factor internal maupun eksternal seseorang.

Dalam struktur diri manusia, *al-nafs* adalah manager diri yang memiliki peran utama dalam diri manusia (Nasution, 1995). Sebagai pemeran diri utama, *al-nafs* adalah pihak yang dirancang oleh Alla SWT sebagai penanggung jawab atas seeluruh perilaku. Hal ini disampaikan oleh Allah SWT dalam firmanNya dalam QS. Al-A'raf (7) ayat 172:

> *Dan ingtalah ketika Tuhanmu mengeluarkanmu dari sulbi (tulang belakang) anak cucu keturunan Adam, dan Allah mengambil keskasian terhadap roh mereka (seraya berfirman), "Buykankah Aku ini Tuhanmu?', Merrka menjawab, "Betul (engkau Tuhan kami), kami bersaksi,"(Kami lakukan yang demian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan, "Sesungguhnya ketika itu kami lengah terhadap ini."*

Jiwa sebagi manager atas diri manusia maka, memerlukan pedoman nilai yang bersifat internal untuk melaksanakan tugasnya. Dalam pandangan Islam pedoman tersebut disimpan di dalam *al-ruh*. Al-ruh adalah dimensi sertaan jiwa yang paling bersih dan bersifat Illahiyah. Namun demikian eksistensi tentang jiwa adalh persoalan yang paling rumit dan absud dalam diri manusia. Hal ini selaras dengan apa yang telah disampaikan oleh Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Al-Isra (17) ayat 85:

> *"Dan mereka bertanya kepadamu tentang ruh. Katakanlah, "Ruh itu termasuk urusan Tuhanku, dan tidaklah kamu diberi pengetahuan melainkan sedikit."*

Diantara para ahli ada yang menyatakan *al-ruh* sama dengan *al-nafs* atau jiwa. Ada juga yang menyatakan bahwa *al-ruh* identik dengan nyawa atau daya hidup. Sementara bagi bangsa Mesir kuno, *al-ruh* dipercayai sebagai inti dari sebuah kepercayaan atau keyakinan. Hal ini berbeda dengan pandangan bangsa Israel yang menganggap *al-ruh*

sebagai bagian dari diri manusia yang tergabung dari badan dan ruh. Setelah manusia meninggal, badan akan menjadi tanah dan ruh akan kembali kepada Tuhan.

Al-ruh dalam pandangan Al-Raghif Al-Isfahani (w. 1108 M) mengandung makna *al-nafs* atau *jiwa.* Dengan kata lain salah satu dimensi jiwa manusia itu adalah *al-ruh*. Pandangan ini diperkuat dengan analogi yang digunakan Al-Roghif yang memasukkan kategori *al-insan* sebagai *hayawan*, yaitu salah satu sisi kebinatangan yang ada pada diri mansuia. Maka manusia dalam pandangan ini disebut sebagai hewan yang mampu berbicara (*hayawan al-natiq*).

Berbeda dengan berbagai pandangan di atas, Langgulung (1988) menjelaskan bahwa dalam Al-quran, konsep ruh sering dipakai pada beberapa makna yang berbeda. Al-ruh kadang digunakan untuk menjelaskan posisinya pemberian energy hidup dari Allah kepada manusia. Pada konteks yang berbeda ruh dipakai untuk merujuk pada penciptaan atau peniupan ruh terhadap Isa al-masih. Dalam konteks lain kata ruh digunakan untuk menyebut malaikat yang membawa wahyu Al-Qur'an. Dari berbagai konteks tersebut maka Hasan Langgulung berpendapat bahwa ruh adalah sesuatu yang berbda dengan *al-nafs* atau jiwa dan nyawa.

Pandangan ini sangat berbeda dengan konsep M. Quraish Shihab, yang menyebutkan bahwa keberadaan *al-ruh* adalah pembeda antara manusia dengan makhluk lain. *Al-ruh* adalah satu-satunya aspek yang membuat manusia menjadi unik. Quraish Shihab menjelaskan bahwa *al-nafs* dalam makna jiwa, pada dasarnya diberikan kepada makhluk lain juga. Hewan dan malaikat juga punya jiwa, begitu juga tanaman, tetapi mereka tidak diberikan *al-ruh*. *Al-ruh* adalah dimensi *Illahiyah*, yang hanya diberikan kepada manusia. Dengan adanya *al-ruh* maka manusia menjadi unik dan istimewa.

Jiwa manusia pada hakikatnya lemah dan tidak berpengetahuan, oleh karena itu Allah SWT kemudian meberikan pedoman dasar yang berisi nilai-nilai ketuhanan dan kebaikan. Pedoman dasar tersebut tempatkan ke dalam *al-ruh*. *Al-ruh* adalah dimensi spiritual manusia yang tidak akan pernah hilang dari diri manusia. *Al-ruh* tetap ada meskipun manusia diliputi oleh kejatan dan dosa. Hal ini ditegaskan oleh Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Ar-Rum (30) Ayat 30 :

> *"Maka hadapkanlah wajahmu denhgan lurus kepada agama (Islam); (sesuai) fitrah Allah disebabkan Dia telah menciptakan manusia menurut (fitrah) itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allh. (itulah) agama yang lurus, tetapi kebnayakn manusia tidak mengetahui. "*

Al-ruh merupakan perangkat dasar yang disiapkan oleh Allah SWT sebagai pedoman manusia untuk berbuat kebaikan dan menemukan Tuhannya. Sebagai sebuah pedoman, *al-ruh* tidak akan pernah hilang ataupun rusak. Ruh tetap pada eksistensinya dan tidak berubah. Namun ada jiwa yang memperhatikan suara *al-ruh* sehingga selalu menemukan jalan kebaikan. Di sisi lain ada jiwa yang tidak begitu meperhatikan suara al-ruh dan lebih mendengarkan hawa nafsu (*al-hawa*). Dalam bahasa sederhana ruh sering dikenal sebagai 'hati nurani terdalam'.

Al-ruh dalam fungsinya sebagai sebuah pedoman, akan beraksi hanya dengan meberikan tanda bila jiwa memiliki kecenderungan perilaku negatif. Tanda -tanda tersebut ditunjukkan dengan munculnya suasana jiwa yang gusar dan tidak tenang. Ruh

baru akan bereaksi secara progresif bila jiwa menggunakannya sebagai dasar pemilihan perilaku. Dalam bahasa sederhana, bertanya kepada hati nurani.
Dalam rangka membangun dinamika pertumbuhan dan perkembangan diri, maka selain memberika ruh, Allah SWT juga menyertakan *al-hawa* (hawa nafsu). Hawa nafsu adalah dimensi yang paling progresif dalam diri manusia yang berfungsi sebagai motor penggerak (Santoso dan Safitri, 2019). Hawa nafsu pada dasarnya berorientasi pada penyimpangan dan kenikmatan. Allahu swt berfirman:

> *"Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang."* (Qs. Yusuf:53)

Hawa nafsu merupakan daya 'nafsani' yang memiliki dua kekuatan negatif, yaitu kekuatan *al-ghadhabiyah* dan *al-syahwaniyah*. *Al-ghadhab* merupakan daya dengan potensi untuk menghindarkan diri dari segala bentuk yang membahayakan atau tidak nyaman. *Alsyahwat* adalah daya yang memiliki potensi untuk menginduksi diri dari sesuatu yang cenderung menyenangkan. Hawa nafsu negative dijelaskan secara lebih spesifik oleh Imam Al-Ghazali sebagai *nafsul amarah* (t. th., hlm. 4).

Dari kedua sifat tersebut, maka Prinsip kerja nafsu adalah berorientasi pada insting hewaniah dan kenikmatan rendah (*pleasure principle*). Hawa nafsu akan berupaya menjauhkan jiwa dari *al-ruh* sehingga dapat diarahkan untuk mengaktualkan perilaku-perilaku menyimpang. prinsip kerja hawa nafsu menyerupai naluri yang ada pada binatang, yaitu agresi pada binatang buas dan seksual pada binatang jinak (Yudiani, *2013)*.

METODOLOGI

Metode penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode studi pustaka, yaitu kajian pustaka, tinjuan pustaka, kajian teoritis, landasan teori, telaah pustaka (*literature review*), dan tinjuan teoritis (Embun, 2012). Menurut (Zed, 2014), pada riset pustaka (library research), penelusuran pustaka tidak hanya untuk langkah awal menyiapkan kerangka penelitian (research design) akan tetapi sekaligus memanfaatkan sumber-sumber perpustakaan untuk memperoleh data penelitian.

Variabel pada penelitian studi literature ini adalah proses harmoni internal diantara 'dimensi sertaan jiwa', yaitu *Al-ruh* dan *Al-hawa.* Proses harmoni tersebut kemudian dijelaskan pada kerangka konsep Psikologi Islam. Data yang diperoleh dianalisis secara mandalam oleh peneliti, lalu disusun ke dalam sub bab-sub bab sehingga menjawab rumusan masalah penelitian.

DISKUSI

Harmoni Akal dan Kalbu

Al-nafs atau jiwa dalam konsep Psikologi Islam merupakan pemeran utama untuk mengorganisasikan seluruh potensi diri manusia. Dalam menjalankan tugasnya, jiwa memiliki dua perangkat utama yaitu *akal* dan *kalbu*. Akal adalah dimensi rasional yang

dipelukan oleh jiwa untuk memahami segala sesuatu dalam konteks logika. Sedangkan kalbu adalah dimensi afektif yang diperlukan oleh jiwa untuk mencermati segala informasi dengan kelembutan rasa (Santoso dan Jeldi, 2019).

Akal dan kalbu adalah dua dimensi yang sangat berpengaruh terhadap kondisi jiwa. Bila akal dan kalbu dapat diselaraskan maka terjadi kekompakan dalam kerja jiwa. Hal tersebut akan menjadi jiwa memiliki ketenangan dan daya tahan yang tinggi. Hal ini dapat dilihat dalam konteks beribadah misalnya, bila seseorang menjalankan ibadah dengan kekompakan pikiran dan perasaan, maka akan menumbuhkan ketenangan dan kekuatan untuk menjalankan ibadah. Setiap rangkaian ibadah menjadi terasa ringan disebabkan tidak adanya konflik internal dalam jiwa seseorang.

Hal di atas akan sangat berbeda bila dibandingkan dengan seseorang yang menjalankan ibadah dengan ritme pikiran dan perasaan yang berbeda. Perasaan mendorong dirinya untuk beribadah, namun pikirannya memikirkan hal lain di luar ibadah. Kondisi akal dan kalbu yang tidak seimbang ini akan menimbulkan kinerja jiwa yang tidak produktif.

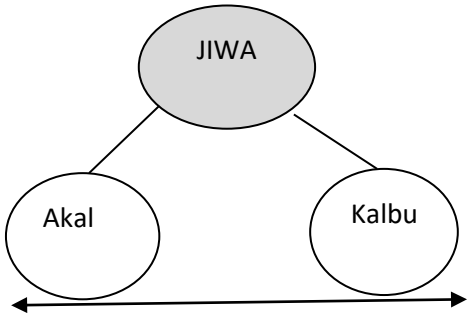
Intensitas perbedaan orientasi atau ritme kerja antara akal dan kalbu akan menjadikan jiwa mengalami konflik internal. Kondisi inilah yang kemudian sering membuat seseorang mengalami kegelisahan dalam hidup, peragu, dan takut mengahadapi kenyataan. Hal ini dikarenakan tidak adanya kekompakan internal dua energy pokok dalam jiwanya.

Sedangkan jiwa yang relative memiliki kekompakan antara energi akal dan kalbu akan cenderung dinamis, berkeyakinan tinggi dan kreatif. Hal ini dikarenakan menyatunya dua energy pokok yang membuat jiwa lebih produktif. Kondisi harmoni antar akal dan kalbu tidak selalu dan mudah terjadi. Terdapat banyak factor yang nemajdikan akan dan kalu bergerak tidak sejalan atau bahkan bertentangan karena sifat diantara keduanya yang labil atau berbolak- balik.

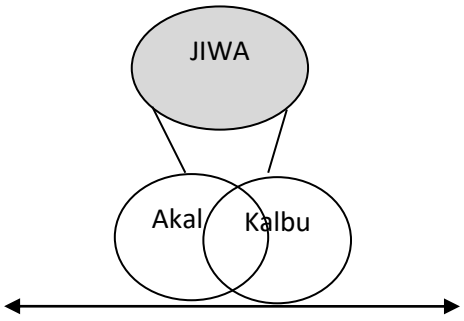
Dalam terminologi psikologi Islam, konsep akal dan kalbu sering diwakili dengan satu itilah yaitu kalbu saja (Santoso dan Niko, 2019). Hal ini mengacu pada kesamaan karakter diantara keduanya yang senantiasa berbolak-balik. Dinamika berbolak-baliknya akal dan kalbu dapat dipengaruhi oleh factor internal maupun eksternal. Factor internal dapat berkaitan dengan; 1) relasi diantar dimensi jiwa (akal dan kalbu), 2) tarik menarik bisikan *al-ruh* (hati nurani terdalam) dengan *al-hawa* (hawa nafsu), dan 3) keselarasan antar al-nafs (jiwa) dengan *al-ruh* (hati nurani terdalam) dan *al-hawa* (hawa nafsu). Ketiga kondisi internal tersebut secara keseluruhan berkorelasi dengan dinamika berbola-baliknya kalbu. Sementara factor eksternal yang mempengaruhi dinamika kalbu adalah lingkungan, baik biologis, sosial, mapun alamiah.

Sekalipun karakter kalbu yang senantiasa berbolak-balik, namun sebenarnya kalbu diberikan kapasitas intelektual untuk memahami kebenaran sebagai pedoamn jiwa (Samad, 2015). Kapasitas pemahaman tersebut akan berkembang seiring dengan proses belajar yang terjadi sepanjang hayat. Dengan kapasitas intelektual yang dimiliki maka jiwa memahami hal-hal yang baik maupun buruk bagi diri dan lingkungannya. Kemampuan jiwa mengoptimalkan kapasitas intelktual ini akan berkontribusi besar terhadap harmonisasi akal dan kalbu

.



Gambar 1. *Kondisi akal dan kalbu yang tidak harmoni, bergerak dengan arah yang berlawanan*



Gambar 2. *Kondisi akal dan kalbu yang harmoni, bergerak dengan kesamaan arah*

Keterangan:

⟷ *Arah dinamis akal dan kalbu yang berbolak-balik*

Pada gambar 1, merupakan potret jiwa yang relative kurang harmoni. Orientasi akal dan kalbu yang tidak sejalan menjadikan kondisi jiwa berada dalam suasana konflik dan mudah terguncang. Potensi intelektual tidak terberdayakan secara optimal sehingga akal dan kalbu bekerja dengan orientasinya masing-masing. Kondisi berbeda ditunjukkan oleh gambar 2, di sana tampak antara akal dan kalbu dapat bergerak dinamis dalam kesamaan arah dan orisntasi.

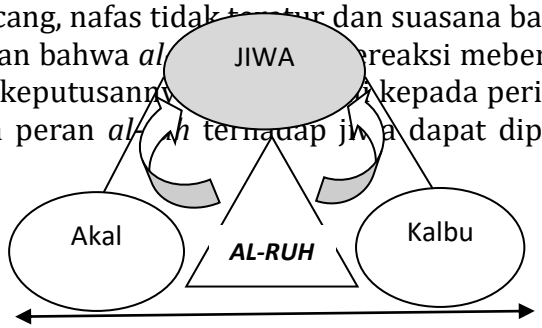
Al-ruh sebagai Penasihat Jiwa

Kondisi jiwa harmoni yang ditunjukkan oleh kekompakan akal dan kalbu biasanya tidak akan berlangsung secara permanen. Dalam jiwa manusia juga akan terjadi gesekan-gesekan internal yang menjadikan akal dan kalbu akan menjadi berjarak atau bahkan berlawanan. Dalam kondisi tersebut, jiwa dapat mencari referensi kebenaran dari *al-ruh*. *Al-ruh* adalah referensi internal yang mampu menjadi guru bagi akal dan kalbu. *Al-ruh* merupakan cetak biru (*blue print*) nilai-nilai kebaikan yang murni dan tidak akan pernah berubah sampai kapanpun dan dalam kondisi apapun. Dalam bahasa sederhana *al-ruh* dapat difahami sebagai hati nurani terdalam.

Sebagai guru atau pengasuh jiwa, *Al-ruh* memiliki dua peran utama. Peran pertama adalah pengarah kebaikan dan kedua adalah pemberi peringatan bila jiwa berkecenderungan untuk berperilaku buruk. Dalam kaitannya sebagai pengarah kebaikan bagi jiwa, *al-ruh* senantiasa menyuarakan pesan-pesan kebaikan. Pesan-pesan kebaikan yang selalu diindahklan oleh jiwa akan berpotensi menjadi energi positif bagi seseorang untuk berperilaku baik. Semakin sering pesan-pesan kebaikan dipenetrasi menjadi perilaku maka pesan-pesan kebaikan dari *al-ruh* akan terproduksi semakin besar. Namun sebaliknya, bila pesan-pesan positif *al-ruh* tidak diperhatilkan maka intensitasnya akan semakin melemah tetapi tidak hilang. Hal ini dapat diperhatikan

pada diri seorang perampok misalnya, betapapun mereka berperilaku jahat pasti hati nurani terdalamnya tetap tidak menerima atas kejatan perilakunya.

Peran kedua dari *al-ruh* adalah pemberi perangatan. *Al-ruh* akan bereaksi bila jiwa memilki kecenderungan untuk merencakan atau melaknakan perilaku buruk. Peringatan tersebut ditunjukkan dengan adanya suasana gusar yang menujukkan penolakan bila seseorang berniat atau sedang melakukan perilalu buruk. Jantung berdetak lebih kencang, nafas tidak teratur dan suasana batin menjadi tidak tenang. Hal tersebut menunjukan bahwa *al-ruh* bereaksi meberikan peringatan kepada jiwa untuk menginsyafi keputusannya kepada perilaku yang benar. Untuk lebih jelaskan posisi dan peran *al-ruh* terhadap jiwa dapat diperhatikan pada gambar 3 di bawah ini.



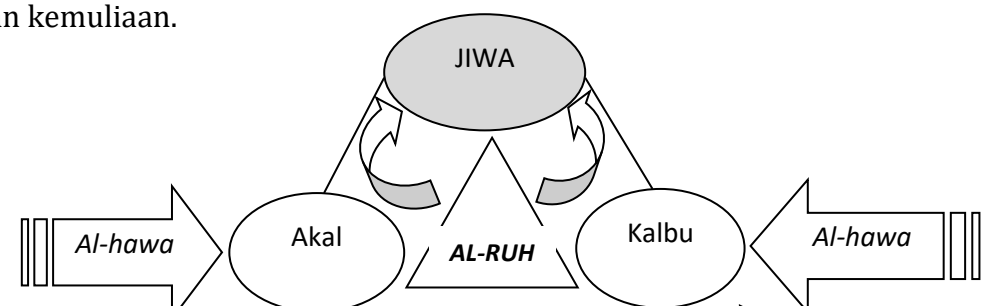
Gambar 3. Posisi *al-ruh* yang selalu meberikan pesan kebaikan kepada jiwa. Agar ditransformasikan pekada akal dan kalbu agar terbangun harmoni jiwa

Ketaatan jiwa untuk memperhatikan *al-ruh* menjadi kunci penting bagi jiwa untuk tetap dijalan kebaikan. Hal ini dikarenakan *al-ruh* merupakan dimensi diri yang bersifat *Illahiyah* yang selalu berusaha untuk menjaga jiwa agar senantiasa mengedepankan nilai-nilai oral yang tinggi. *Al-ruh* tidak akan pernah berhenti mengajar akal dan kalbu untuk mengikuti peasan-pesan yang selalu ia suarakan.

Al-hawa sebagai Energy Jiwa

Selain *al-ruh*, terdapat aspek lain yang memilki relasi sangat erat dengan *al-nafs* atau jiwa yaitu *al-hawa*. *Al-hawa* adalah energy progresif yang memiliki kecenderungan dasar berlawanan dengan *al-ruh*. *Al-hawa* memiliki peran antagonis dalam ralasinya dengan al-nafs dan *al-ruh*. *Al-hawa* memiliki kecenderungan untuk mengajak akal dan kalbu menajuhi saran *al-ruh* atau hati nurani terdalam. Tujuan uatama dari *al-hawa* adalah mengajak jiwa menjauhi segala oriantasi yang bersifat luhur dan mulia. Dalam bahasa sederhana *al-hawa* biasa disebut dengan hawa nafsu atau *id* dalam terminology psikoanalisis.

Kondisi jiwa yang lemah baik dalam konteks akal maupun kalbu, ditambah keengganan meperhatikan saran *al-ruh* akan menjadikan jiwa mudah dikendalikan oleh *al- hawa*. Jiwa atau *al-nafs* yang dikendalikan oleh *al-hawa* atau hawa nafsu, akan cenderung mengedepankan dorongan-dorongan primitif dan tidak beradab. Orientasi dari prilaku hanya meperhatikan aspek kenikmatan dan terhindarnya diri dari beban-beban kemuliaan.



Dalam upaya menghadapi *al-hawa*, sebenarnya jiwa memiliki senjata kuat untuk melawannya yaitu kapasitas intelektual akal dan kalbu. Dengan kapasitas intelektual dalam konteks logika (*kognitif*) maupun rasa (*afektif)*, pengaruh *al-hawa* sebenarnya dapat dikendalikan. Bila energy *al-hawa* dapat dikendalikan, maka kondisnya akan berubah, posisi jiwa menjadi lebih dominan dan mampu memanfaatkan energi *al-hawa* untuk tujuan kebaikan.

Intervensi dan infiltarsi *al-ahwa* terhadap al-nafs agar cenderung kepada keburukan terus berlangsung dalam retang kehidupan manusia. Di pihak lain *al-ruh* selalu berusaha untuk meberikan pesan-pesan kebaikan kepada *al-nafs*. Dalam posisi tersbut, *al-nafs* memainkan peran yang signifikan sebagai manager diri (*self*). Dengan kemampuan intelektualnya, *al-fs* harus mampu mengidentifikasi pihak mana yang akan dia ikuti, *al-ruh* atau *al-hawa*.

Kemampaun managerial *al-nafs* dalam mengelola energi *al-hawa* dan pesan kebaikan dari *al-ruh*, sangat menetukan kematangan jiwa seseorang. Kematangan jiwa tersebut tidak selalu berkorelasi dengan usia kronologis seseorang. Ada kalanya seorang dengan usia kronologis yang relatif muda, memiliki kematangan jiwa yang baik. Namun dalam kasus yang berbeda ada seseorang dengan usia kronologis yang demawa justru memiliki kematangan jiwa yang rendah. Kematangan jiwapun juga tidak berlangsung secara permanen. Kematanghan jiwa dalam diri manusia bisa berubah setiap saat dibebabkan oleh berbagai factor.

Dalam pandangan spiritual Islam, perkembangan tingkat dari kualitasnya (*maqam*) jiwa seseorang sangat ditentukan seberapa besar kemampuan *al-nafs* dalam menganggulangi inviltrasi *al-hawa* dan mengembangkan pesan positif *al-ruh*. Adalakanya *al-nafs* menjadi tidak berdaya dan sangat, kemudian dikendalikan oleh *al-hawa*, namun ada kalanya *al-nafs* begitu taat dengan pesan-pesan kebaikan *al-ruh*. Secara berjenjang kualitas jiwa manusia dalam pandangan spiritual islam dapat dijelaskan dalan tiga tingkatan.

1. *Al-nafs al-ammarah bi al-su*

Al-nafs *al-ammarah bi al-su* adalah tingkatan jiwa terendah. Jiwa pada tingkatan ini masih sangat lemah dalam mengindahkan pesan-pesan *al-ruh*. Kemapuan inlektual baik dalam konteks akal dan kalbu masih sangat terbatas, sehingga tidak mampu mnegndalikan diri sepenuhnya. Kondisi jiwa yang diliputi kelemahan tersebut kemudian dimanfaatkan oleh *al-hawa* untuk dikuasai. *Al-hawa* yang memiliki kecenderungan buruk (*bi al-su*) menjadi pemain utama dalam diri *al-anfs* (Imam Al-Ghazali, t. th, hlm 4). Kondisi ini menjadikan *al-ruh* tidak memiliki peran yang kondisif untuk mempengaruhi *al-nafs*. Ketidakmampunan *al-naf*s untuk mengendalikan diri dan dominasi *al-hawa* yang kuat menjadikan perilaku seseorang yang memiliki jiwa seperti ini menjadi berkecenderungan buruk (Baharudin). Dalam dirinya tumbuh hasrat-hasrat

untuk melakukan perilaku penyimpangan dan penolakan terdahap kebaikan. Kondisi jiwa seperti ini yang pada akhirnya banyak menimbulkan persoalan di masyarakat. Perilaku kriminal dan anti soaisl banyak dilatarbelakngi oleh jiwa seseorang yang dikuasai oleh hawa nafsu (*al-hawa*). Jiwa yang dikendalikan hawa nafsu juga cenderung sulit menerima nasihat kebaikan. Tarikan energi negatif kuat menjauhkan *al-nafs* dari kendali *al-ruh*.

Dalam bentuk yang lebih nyata, jiwa yang dikuasai nafsu selalu tampak dengan kecenderungannya pada kenikmatan fisik dan biologis. Perilaku yang dihasilkan dari kecenderungan ini adalah perilaku menyimpang dengan derajad yang hina (Al-Kurdi, 2003). Allah SWT dalam hal ini menjelaskan, "*Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan*".

Dari aspek kerpibadian, sesorang yang jiwanya dalam kendali hawa nafsu sesungguhnya sedang tidak tampil sebagai pribadi yang nyata. Pribadi yang berada dalam kendali nafsu biasanya banyak melakukan mekanisme pertahanan ego (*defandt mecanizm*). Hal ini digunakan untuk menutupi berbagai kepemahan diri yang tidak mampu mereka atasi.

2. *Al-nafs al-lawwamah*

Derajad kedua dari perkembangan jiwa adalah *al-nafs al-lawwamah*. Derajat ini adalah tingkatan jiwa yang mulai menyadari akan kesalahan dan kebodohannya karena telah mengikuti hawa nafsu (*al-hawa*). Jiwa pada tinggakan ini ditunjukkan dengan perasaan menyesal yang dalam atas berbagai kekhilafan, baik dalam hal mengikuti bisikan keburukan mapun keengganan untuk melakukan kebaikan.

Dalam posisi ini, jiwa mengalami guncangan dan kegelisahan yang sangat kuat. Kecerdasan inteletualnya sudah mulai mengidentifikasi keburukan-keburukan perilaku dari dorongan hawa nafsu. Bersamaan dengan hal tersebut juga sudah mulai muncul perasan berdosa karena telah mengabaikan pesan-pesan kebaikan dari *al-ruh*. Namun di sisi lain dia belum menemukan jalan untuk memperbaiki diri. Jiwa seorang yang sampai pada tahap *Al-nafs al-lawwamah*, digambarkan oleh Allah SWT sebgai berikut, "*Dan aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (diri sendiri)*".

Kondisi jiwa pada saat memasuki tahap ini sangat memerlukan adanya bimbingan internal (*al-ruh*) mapun eksternal (lingkungan) yang kuat untuk mengatasi kegelisahan dan melepaskan diri dari pengaruh *al-hawa*. Bila hal ini tidak terjadi maka kemungkinan *al-hawa* untuk mengasai lagi *al-nafs* dapat terjadi. Hal itu disebabkan *al-hawa* akan terus mendorong *al-naf* untuk menjauh dari *al-ruh* dan mudah diarahkan untuk berbuat buruk (Al-kurdi, 2003).

Secara internal ketaatan *al-nafs* kepada *al-ruh* merupakan kolaborasi kekuatan jiwa yang sangat tidak diinginkan oleh *al-hawa*. Kolaborasi harmoni antara *al-nafs* dan *al-ruh* akan merubah posisi *al-hawa* menjadi tidak dominan. Energinya kemudian justu akan dapat dikendalikan oleh *al-naf*s untuk dorongan-dorongan posisif. Kondisi jiwa inilah yang mampu mentransformasikan diri seseorang untuk menjadi baik atau mulia.

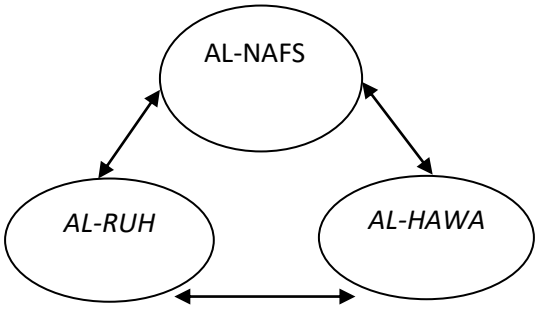
3. Al-nafs *al-Muthmainah*

Tingkatan jiwa yang ketiga adalah tingkatan jiwa yang damai (*Al-nafs al-Muthmainah). Al-nafs al-muthmainnah* adalah pencapaian prestasi tetinggi oleh jiwa dalam mengelola aspek-aspek yang melingkupi dirinya. Dalam pencapainan ini, posisi *al-nafs* menjadi dominan dan sangat memperhatikan bimbingan *al-ruh*. Posisi *al-hawa*

bukan lagi menjadi pembisik keburukan, tetapi tenaga atau energy yang memperkuat keinginan jiwa untuk melakukan penetrasi perilaku mulia. Sifat *al-hawa* menjadi terkendali dan berkecenderungan baik. Dengan kondisi seperti ini maka jiwa berada dalam situasi tenang dan penuh makna. Allah SWT menjelaskan kondisi jiwa *muthmainah* sebagaiman tertera dalam Al-Qur'an, "*Hai jiwa yang tenang-tentram ! kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati puas lagi diridhoi*."

Pencapaian jiwa yang *muthmainah* merupakan akibat dari minimnya konflik-konflik internal dalam diri seseorang. Gerak jiwa dan *al-hawa* telah selaras dengan norma-norma yang kehendaki oleh *al-ruh*. Situasi jiwa seperti ini adalah situasi yang dikehendaki oleh Allah SWT, sehingga dalam firmanNya Allah Surat Al-Fajr ayat 27-30, memberikan penghormatan kepada pemilik jiwa

> *" Wahai jiwa yang tenang Kembalilah kepada Tuhamu dengan hati yang puas lagi diridhaiNya, Maka masuklah ke dalam jam'ah hambaKu, Masuklah ke dalam surgaKu".*



GAMBAR 5. *Gambaran jiwa yang harmoni antara* al-nafs, *al-ruh*, *dan al-hawa*. *Ketiganya memiliki peran yang saling menguatkan*

Kondisi jiwa yang harmoni sebagaimana pada gambar di atas, sangat kondusif untuk perkembangan jiwa seseorang. Akal dan kalbu menjadi lebih kreatif dan positif dalam orientasi. Sementra itu, *al-hawa* yang telah tertundukkan akan berperan sebagai pensuplai energy gerak yang besar. Prilaku seseorang juga lebih terkontrol disebabkan suara nurani terdalam dari *al-ruh* diindahkan dengan baik. Kondisi seperti ini menjadikan seorang pribadi mampu tampil lebih prima dalam upaya menunaikan tugas kemanusiaannya.

KESIMPULAN

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuahan yang diciptakan dengan kesempurnaan bila dibandingkan dengan makhluk lainya. Diantara kesempurnaan yang diberikan oleh Allah SWT adalah kompisisi jiwa yang sangat lengkap. Dalam posisi jiwa (*al-nafs*) sebagai dirinya sendiri, dia diberikan akal dan kalbu. Secara bersama-sama akal dan kalbu merupakan aspek kejiwaan yang memiliki potensi intelektual. Hal ini menjadikan jiwa manusia mampu untuk mengidentifikasi serta memahani kebaikan dan keburukan secara mandiri.

Untuk mendinamiskan perkembangan jiwa, Allah SWT juga meyertakan hawa nafsu (*al-hawa*). Hawa nafsu pada awal dan dasarnya memiliki kecenderungan negative

(*al-nafs al-ammarah bi al-su*). Kecenderungan ini perlu untuk dikendalikan oleh jiwa. Energy hawa nafsu yang dapat dikendalikan akan bertransformasi menjadi dorongan positif (*al-nafs al-muthmainah*).

Ketaatan jiwa terhadap anjuran kebaikan dari *al-ruh,* adalah kunci utama pengendalian *al-hawa*. *Al-ruh* adalah dimensi sertaan pada jiwa yang memiliki peran startegis dalam membimbing jiwa supaya tetap dijalan kebaikan. Meskipun pesan-pesan kebaikan *al-ruh* sering diabaikan oleh jiwa, namun *al-ruh* tetap sabar memenunggu kapan jiwa kembali untuk mendengarkan anjurannya.

Bila dicermati dalam diskusi di atas, keberadaan hawa nafsu pada dasarnya bukalah untuk keburukan. Hawa nafsu adalah energi perkembangan yang memang seharusnya ada pada jiwa manusia. Dengan adanya hawa nafsu, maka jiwa manusia menjadi dinamis. Secera sederhana hawa nafsu adalah dimensi sertaan jiwa yang berfungsi sebagai penguji. Sedangkan *al-ruh* adalah dimensi sertaan jiwa yang berfungsi sebagai pembimbing arah kebaikan. Kemampuan jiwa dalam mengelola kedua dimensi sertaan ini, akan menghasilkan jiwa harmoni yang tenang, dinamis, dan penuh makna.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Ghazali, I. *Ihya Ulum Al-Din,* III. Bairut: Dar Al-Kutub Al-Islamiy.

Al-Isfahani, A. *Mu'jam Mufradat al-faz al-Quran*, Beirut: Dar al-Fikr

Al-Kurdi, S.,M.,A. 2003. *Menyucikan Hati dengan Cahaya Ilahi*, (terj. Muzammal Noer, judul asli :Tanwir Al-Qulub Li Mu'amalati 'allam Al-Ghuyub). Yogyakarta: Mitra Pustaka, Yogyakarta.

Baharudin. 2004. *Paradigma Psikologi Islami.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Embun, B. 2012. Banjir Embun. Retrieved from Penelitian Kepustakaan: *http://banjirembun.blogspot.co.id/2012/04/penelitian-kepustakaan.html* (April, 2020)

Khatiban. 2011. Penelitian Kepustakaan. *Jurnal Iqra'*. Volume 05 No 001. Mei 2011. hlm. 36-39

Langgulung, H. 1988. *Asas-asas pendidikan Islam.* Jakarta: Pustaka Alhusna.

Mujib, A., dan Mudzakir, Y. 2003. *Nuansa-nuansa Psikologi Islam.* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Narulita, S. 2015. Psikologi Islam Kontemporer. *Jurnal Studi Al-Qur'an*. Vol 11, No. 001, hlm: 55-69. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.

Nasution, H. 1995. *Falsafat dan Mistisisme dalam Islam.* Jakarta: Bulan Bintang Shihab, M.Q. 2000. *Wawasan al-Quran: Tafsir Maudhui atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan.

Samad, S.,A.,A. 2015. Konsep Ruh Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Barat Dan slam. *Jurnal FENOMENA*, Volume 7, No 2, hlm. 215-228

Santoso., dan Jeldi, R. 2019 . Peran Program Didikan Subuh Dalam Mengebangkan Karakter Kemandirian Beribadah Anak. *Jurnal Islamika,* Vol. 2, No. 2, hlm. 12-131. Pekanbaru: Fakultas Studi Islam Universitas Muhammadiyah Riau.

Santoso, dan Niko, P., F. 2019. Strategi Penguatan Motivasi Belajar Agama Islam Pada Kaum Mualaf Suku Akit Desa Penyengat Kecamatan Sungai Apit Kabupaten Siak . *Jurnal Islamika.* Vol. 2, No. 1, 2019: hlm. 51-64. Pekanbaru: Fakultas Studi Islam Universitas Muhammadiyah Riau.

Santoso, dan Safitri, A. 2019. Kesadaran Esensial Motivasi Belajar Agama Islam Pada Kaum Mualaf Suku Akit Desa Penyengat Kecamatan Sungai Apit Kabupaten Siak. *AN-NAFS Journal*. Volume 13, Issue 01, Hlm: 1-20. Pekanbaru: Fakultas Psikologi UIR.

Yudiani, E. 2013. Dinamika Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam**.** *JIA/Juni 2013/Th.XIV/Nomor 1/45-59.*

Zed, M. 2014. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.