

## BAB II

### BIOGRAFI IMAM AL-GHAZALI

#### A. Sejarah Singkat Kehidupan Imam Al-Ghazali

Nama lengkapnya adalah Abu Hamid Muhammad bin Muhammad bin Muhammad bin Ta'us Ath-Thusi Asy-Syafi'i Al-Ghazali. Beliau lahir di kampung yang bernama Ghazlah, suatu kota di Khurasan, Iran pada tahun 450H/1058M.<sup>1</sup> Ayah Al-Ghazali adalah seorang pemintal wol yang miskin namun taat beragama, dan aktif menghadiri majelis pengajian. Ketika menjelang wafatnya, ia menitipkan Al-Ghazali dan adiknya kepada seorang sufi dengan memberikan sedikit bekal untuk biaya mendidik beliau dan adiknya.

Suatu hari ketika harta titipan itu habis dan sufi itu tidak mampu untuk merawatnya, Al-Ghazali kecil dititipkan di suatu madrasah. Di madrasah tersebut, beliau belajar ilmu fiqh kepada Ahmad bin Muhammad Ar-Rizkani. Setelah selesai ia melanjutkan studinya ke sekolah tinggi Nizhamiyah di Naisabur, dan di sinilah ia banyak berguru kepada Imam Haramain (wafat 478H/1086M), hingga ia menguasai ilmu mantiq, ilmu kalam, fiqh ushul fiqh, filsafat, tasawuf, dan retorika.

Setelah berada di Naisabur agak lama, Al-Ghazali tidak saja belajar tasawuf dan juga praktek kesufian kepada Imam Haramain dan sufi besar Juwaini, tetapi juga mempelajari teori dan praktek tasawuf kepada Yusuf

---

<sup>1</sup> T.J. De Boer, *The History of Philosophy in Islam*, New York: Dover Publication Inc, hal

An-Nazaj (wafat tahun 487H) dan seorang sufi bernama Abu Ali Al-Fadhli ibn Muhammad ibn Ali Al-Farmadhi (wafat tahun 477H).<sup>2</sup> Dari pelajaran yang diterimanya itu, Al-Ghazali melakukan praktek dan latihan tasawuf meskipun belum mendatangkan pengaruh pada jalan hidupnya.

Al-Ghazali benar-benar menguasai ilmu yang didapatkan dari Al-Juwaini. Ia mengetahui perbedaan pendapat dari para ahli ilmu tersebut serta mampu memberikan sanggahan kepada penantangannya. Karena kemahirannya ia dijuluki "*Bahr Mu'riq*" (lautan yang menghanyutkan) oleh Al-Juwaini.<sup>3</sup> Imam Muhammad bin Yahya, seorang murid al-Ghazali berkata, "Al-Ghazali adalah Imam Syafi'i kedua".<sup>4</sup> Abul Hasan Abdul Ghafir al-Farisi, seorang ulama yang hidup semasa dengannya mengatakan, "Al-Ghazali adalah *Hujjatul Islam* dan *hujjah* bagi seluruh umat Islam. Ia adalah imam dari semua tokoh agama".<sup>5</sup>

Setelah Imam Haramain wafat (478H/1086M) Al-Ghazali pergi ke Baghdad. Saat itu Perdana Menteri Nizham Al-Muluk (w.485 H/1091 M) sedang berkuasa di negara tersebut. Di kota tersebut sering diadakan diskusi antar sesama ulama dari berbagai aliran. Al-Ghazali merasa tertarik

<sup>2</sup> Zurkani Yahya, *Teologi Al-Ghazali, Pendekatan Metodologi*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 1996, hal. 71.

<sup>3</sup> M. Solikhin, *Penyucian Jiwa dalam Perspektif Tasawuf Al-Ghazali*, 2000, Pustaka Setia Bandung.

<sup>4</sup> Dr. Yusuf al-Qardhawi, *Pro-Kontra Pemikiran Al-Ghazali*, 1997, Risalah Gusti, Surabaya.

<sup>5</sup> *Ibid*, hal 10

untuk terlibat dalam forum tersebut. Karena ketajaman analisa dan kecerdasan dalam retorika, Al-Ghazali semakin terkenal di Saljuk.

Pada tahun 483 H/1090 M, Al-Ghazali diangkat sebagai guru besar di Universitas Nizamiyah oleh Nizam Al-Muluk. Dengan semangat seorang pengikut taat teologi Ash'ariah, Nizam al-Muluk mendirikan sekolah di seluruh wilayah Saljuk. Madrasah-madrasah itu berlaku sebagai lembaga yang melatih para ahli teologi dan terbukti menjadi contoh bagi sekolah yang kemudian berkembang di dunia muslim.<sup>6</sup>

Di Universitas tersebut Al-Ghazali aktif memberikan kuliah teologis dan fiqh Mazhab Syafi'i. Paket kuliahnya dihadiri kurang lebih tiga ratusan tokoh ulama, termasuk di dalamnya beberapa ulama dari mazhab Hambali seperti Ibn Aqil dan Abu Khathah.<sup>7</sup>

Disela-sela kegiatan mengajar, Al-Ghazali juga belajar filsafat terutama Yunani secara otodidak. Hal yang sama dilakukan oleh para filosof yang lain seperti Al-Farabi, Ibnu Sina, Ibnu Maskawayh (w. tahun 431 H) dan beberapa yang tergabung dalam *Ikwanus Ash-Shafa*. Penguasaan Al-Ghazali terhadap filsafat dibuktikan dalam sebuah karyanya yang berjudul *Maqashid Al-Falasifah*.

## B. Perkembangan Pendidikan Imam al-Ghazali

Seorang pemikir besar tentu mengalami evolusi pendidikan. Hal yang sama dialami oleh Imam al-Ghazali. Imam al-Ghazali dalam

<sup>6</sup> Annemarie Schimnel, *Dimensi Mistik dalam Islam*, Pustaka Firdaus, 2000

<sup>7</sup> Ibid, hal 25

perjalanan pendidikannya mengalami berbagai tahapan. Mulai sejak beliau belajar di madrasah sampai beliau mengajar di perguruan tinggi.

Di madrasah Imam al-Ghazali kecil diasuh oleh seorang ulama bernama Ahmad bin Muhammad Ar-Rizkani. Beliau banyak belajar dengan ulama tersebut ilmu fiqh. Dengan tekunnya Imam al-Ghazali belajar di madrasah tersebut hingga ia paham mengenai ilmu fiqh dan bagaimana menerapkan ilmu tersebut.

Setelah beliau belajar di madrasah bersama Ar-Rizkani, kemudian beliau meneruskan studinya ke sekolah tinggi Nizamiyah. Disinilah beliau belajar ilmu mantiq, ilmu kalam, usul fiqh, filsafat, tasawuf dan retorika bersama. Guru Imam al-Ghazali di Nizamiyah adalah seorang tokoh besar, yaitu Imam Haramain (w. 478H/1086M). Di Nizamiyah tersebut Imam al-Ghazali juga belajar tasawuf bersama Yusuf An-Nazaj dan Abu Ali Al-Fadhl ibn Muhammad bin Ali Al-Farmadhi.

Pada tahun 478H/1086M Imam Haramain wafat. Peristiwa ini sangat memukul jiwa Imam al-Ghazali. Karena Imam Haramain adalah guru yang sangat berpengaruh bagi perkembangan pemikiran Imam al-Ghazali. Imam Haramain juga ulama yang sangat sabar dalam mendidik dan membimbing Imam al-Ghazali selama di Nizamiyah. Maka wafatnya Imam Haramain sungguh sangat mempengaruhi Imam al-Ghazali.

Setelah peristiwa tersebut Imam al-Ghazali pergi ke Baghdad. Pada saat itu Baghdad di pimpin oleh seorang perdana menteri bernama Perdana Menteri Nizam al-Muluk. Saat itu di Baghdad. Di kota tersebut sering

diadakan diskusi antar sesama ulama dari berbagai aliran. Al-Ghazali merasa tertarik untuk terlibat dalam forum tersebut. Karena ketajaman analisa dan kecerdasan dalam retorika, Al-Ghazali semakin terkenal di Saljuk.

Pada tahun 483 H/1090 M, Al-Ghazali diangkat sebagai guru besar di Universitas Nizamiyah oleh Nizam Al-Muluk. Sebagai seorang tokoh yang berpengaruh maka di Universitas tersebut Imam al-Ghazali semakin terkenal dan disegani oleh banyak kalangan baik dari kalangan Islam maupun di luar Islam. Di Universitas tersebut Al-Ghazali aktif memberikan kuliah teologis dan fiqh Mazhab Syafi'i.

### **C. Perkembangan Pemikiran Imam al-Ghazali**

Seorang pemikir, bagaimanapun tidak dapat dilepaskan dari konteks sosio-kulturalnya. Hasil pemikirannya, dalam kenyataannya, tidak lahir dengan sendirinya, tetapi senantiasa mempunyai keterkaitan historis dengan pemikiran yang berkembang sebelumnya dan mempunyai hubungan dengan pemikiran yang ada pada zamannya. Asumsi ini juga berlaku pada diri Imam al-Ghazali.

Imam Al-Ghazali lahir tepat ketika agama Islam sedang mengalami berbagai gejolak perdebatan antar berbagai aliran, ada aliran kalam, tasawuf, filsafat dan aliran kebatinan. Pemikiran-pemikiran yang berkembang tidak berhenti sebagai hasil olah budi individu, tetapi berkembang menjadi aliran-aliran dengan metode dan sistemnya masing-masing. Al-Syahrastani (w. 548 H) yang hidup semasa al-Ghazali,

mengatakan bahwa betapa banyak aliran pemikiran pada waktu itu.<sup>8</sup> Dengan banyaknya beberapa aliran tersebut, tidak dapat dihindari sering terjadi perdebatan-perdebatan antara aliran yang ada. Hal ini mengundang Al-Ghazali untuk terlibat aktif dalam berbagai perdebatan tersebut. Dengan bekal kecerdasan dan ilmu yang ia dapat dari belajar dengan berbagai tokoh seperti, Imam Faramain, Yusuf An-Nazaj, Al-Juwaini, Al-Ghazali mampu menimbang para lawan debatinya.

Dalam perdebatan dibidang ilmu kalam Imam al-Ghazali adalah dalam rangka mempertahankan kemurnian akidah *ahl as sunnah* dan melindungi dari ajaran *bid'ah* yang menyesatkan umat Islam. Setelah mendalami ilmu kalam, Al-Ghazali melihat bahaya yang ditimbulkan ilmu kalam lebih besar dibandingkan dengan manfaatnya. Ilmu itu lebih banyak mengeluarkan premis-premis yang memperumit dan menyesatkan daripada menguraikan secara jelas.<sup>9</sup> Meskipun Imam al-Ghazali mengkritik ilmu kalam, namun beliau juga mengembangkan ilmu tersebut dengan pendekatan ilmu logika formal Aristoteles (*al-manthiq al-aristhi*) dengan ciri utama yaitu pendekatan rasional-deduktif.<sup>10</sup>

Dalam bidang filsafat, Imam al-Ghazali menentang para filosof pada masanya. Beliau menilai ajaran-ajaran filosof pada saat itu

<sup>8</sup> dikutip dari Muhammad Yasir Nasution, *Manusia Menurut Imam al-Ghazali*, Raja Grafindo Persada, 1996, hal 24

<sup>9</sup> Mahmud Hamdi Zaqaud, *Al-Manhaj Al-falsafi Baina Al-Ghazali wa Dikart*, terj. Ahmad Rofi Usmani, *Al-Ghazali Sang Sufi Sang Filosof*, Bandung, Pustaka Salma, 1987, hal 2

<sup>10</sup> Nurcholish Madjid, *Islam Doktrin dan Peradaban*, PARAMADINA, cet. I, Jakarta

mengancam akidah. Beliau kemudian menggarang sebuah buku dengan judul *Maqashid al-Falasifah* dan *Tahafut al-Falasifah*, untuk menjelaskan pemikiran filsafat dan mengkritiknya. Alasan yang mendorong untuk menulis karya ini adalah munculnya kelompok pemikir yang cenderung meninggalkan keyakinan Islam dan mengabaikan dasar-dasar ritual dengan menganggapnya tidak berguna bagi pencapaian intelektual mereka.

Meskipun Imam al-Ghazali menentang ilmu filsafat bukan berarti beliau tidak mengakui ilmu tersebut. Ia tetap mengakui ilmu tersebut dan mencoba mengembangkannya ilmu logika, terutama logika formal Aristoteles. Sebagai bukti pengembangan dalam bidang ini, al-Ghazali menulis beberapa karya, diantaranya; *Isbat an-Nazhar*, *Mi-yar al-Ilm* dan *Qisthas al-Mustaqim*.<sup>11</sup>

Kritiknya atas filsafat menunjukkan bahwa beliau sebenarnya adalah seorang filosof dengan tolok ukur dan titik tolak lain. Ia bukanlah pengikut filosof, akan tetapi ia memiliki filsafat yang bebas dan murni dari hasil pemikirannya sendiri. Ia adalah seorang filosof, kendatipun tidak mau disebut filosof. Dan al-Aqqad mengatakan, “barangkali kalau Imam al-Ghazali ditanya, apakah anda seorang filosof? Maka ia akan mengingkarinya”.<sup>12</sup>

Meskipun beliau mengkritik filsafat, tetapi beliau juga mengembangkan salah satu ilmu sendi filsafat, yaitu ilmu logika. Ada

---

<sup>11</sup> *ibid*, hal 82

<sup>12</sup> Yusuf al-Qardhawi, *Pro-Kontra Pemikiran Al-Ghazali*, Risalah Gusti, Surabaya, 1997, hal 48

beberapa karya beliau berkaitan dengan ilmu logika, misalnya *Mi'yarul Ilmi*, *Mihakkun Nadzar* dan *al-Qisthasul Mustaqim*. Al-Ghazali berpendapat bahwa hukum mempelajari ilmu logika adalah *fadlu kifayah*, dan dijadikan sebagai tolak ukur kebenaran semua ilmu termasuk ilmu agama. Al-Ghazali berpendapat bahwa orang yang tidak mempelajari logika maka tidak dapat dipertanggungjawabkan ilmunya.<sup>13</sup>

Meskipun ia mengembangkan logika formal ini namun beliau tetap berpendapat bahwa logika ini tidak dapat dikembangkan dalam ilmu ke-Tuhan-an. Menurutnya ilmu metafisis tidak dapat dicapai hanya dengan akal belaka, namun membutuhkan pendekatan syariah dan pendekatan spiritual.<sup>14</sup> Ini menunjukkan bahwa pada prinsipnya Al-Ghazali tidak menolak paham filsafat secara keseluruhan. Ia menolak pada tiga persoalan saja, yaitu: *pertama* masalah keabadian alam, *kedua* masalah Tuhan hanya mengetahui yang universal (*kulliyat*) tanpa mengetahui yang partikular (*juz'iyat*), dan *ketiga* masalah kebangkitan jasmani. Tiga persoalan ini bersifat material, sedangkan yang bersifat metodologis yaitu keyakinan para filosof yang mengklaim bahwa argumen rasional merupakan satu-satunya alat untuk membuktikan kebenaran metafisik.

Lebih lanjut Imam al-Ghazali mengkritik filsafat dari segi metodologisnya. Secara metodologi, beliau menilai para filosof tidak konsekuen dalam menggunakan rasio sebab setelah menetapkan syarat-

---

<sup>13</sup> *ibid*, hal 49

<sup>14</sup> M. Solikhin, *op.cit*, hal 31

syarat berfikir benar dan logis, mereka tidak menggunakannya pada kerangka teologis. Al-Ghazali menilai bahwa para filosof telah memaksakan rasio dalam segala hal, bahkan jika perlu mengorbankan akidahnya.<sup>15</sup> Setelah ia mengkritik dan akhirnya meninggalkan filsafat dengan meninggalkan dua karya yaitu *Tahafut al-Falasifah* dan *Maqashid al-Falasifah*, kemudian beliau mendalami paham-paham kaum *Bathiniyah*.<sup>16</sup>

Pada awalnya al-Ghazali mengakui paham Bathiniyah, khususnya dalam persoalan tentang informasi (*al-Mua'allim*) itu perlu dan bersifat *ma'shum*. Namun, menurut al-Ghazali, hal itu hanya dimiliki oleh seorang Nabi dan Rosul, setelah itu manusia tidak memerlukan imam yang *ma'sum*. Karena Allah telah menurunkan kitab suci Al-Quran sebagai neraca timbangan (*mizan*) untuk mengukur kebenaran.

Selain Imam al-Ghazali, ada beberapa ulama Islam yang mengkritik aliran kebatinan. Sebut saja misalnya, Ibnu Jauzi yang mengatakan aliran ini adalah sekelompok umat yang mengatasnamakan Islam tetapi cenderung menolak Islam. Kegiatan mereka sama sekali jauh dari Islam. Mereka menolak ibadah, tidak mengakui Allah dan Nabi dan hari akhir. Mulanya mereka mengakui itu semua, tetapi mereka kemudian

---

<sup>15</sup> Imam al-Ghazali, *Tahafut al-Falasifah*, hal 94

<sup>16</sup> Aliran ini berpendapat bahwa satu-satunya metode yang benar untuk memahami pengetahuan adalah metode pengajaran dari imam *ma'sum*. Lebih lanjut baca, M. Solikhin, *Penyucian Jiwa dalam Perspektif Tasawuf Al-Ghazali*, Pustaka Setia, Bandung 2000

mengingkari. Ibnu Jauzi menjelaskan motif aliran kebatinan adalah menghancurkan Islam.<sup>17</sup>

Tidak ada orang yang mampu menghancurkan, membantah, menyingkap aibnya, mengkritik aliran kebatinan selain Imam al-Ghazali. Karena beliau menggabungkan kemampuan ilmu syara, ilmu akal, filsafat dan ilmu kalam dalam memberi penjelasannya. Untuk membantah kaum Batiniyah ini, beliau menulis beberapa buku diantaranya *Fadhaih al-Bathiniyah* (Kesalahan-kesalahan aliran kebatinan). Buku ini dipuji Ibnu Taimiyah walaupun ia mengoreksi beberapa pendapat Imam al-Ghazali.

Karya yang lain adalah *al-Munqidz Min adh Dhalal* ketika beliau menjelaskan kerusakan dan kerancuan kebatinan, bahwa tidak ada yang ingin mereka capai, tidak ada manfaat dibelakang ucapan-ucapan mereka. Di antara kitab yang mengisyaratkan bantahan terhadap kebatinan adalah kitab *Hujjatul Bayan* atau yang lebih disebut *Hujjatul Haq*, kitab *Mafshalul Khilaf*, kitab *ad-Durjul Marqum bil Jadawil*, kitab *Qawashimul Bathiniyah* dan *Mawaahimul Bathiniyah*.

Setelah mengkritik kaum Batiniyah, kemudian beliau mulai mempelajari ilmu tasawuf. Selain mempelajari beliau juga mengamalkan ilmu tersebut. Perkembangan tasawuf muncul akibat pengenalan umat Islam dengan kebudayaan asing yang mempunyai kecenderungan mistik. Kebudayaan Hindu, Persia, mistik Kristen dan filsafat Pythagoras dijadikan sumber yang memberi sumbangan besar bagi lahirnya tasawuf.

---

<sup>17</sup> Yusuf al-Qardhawi, *op.cit.*, hal 53

Pandangan lain menganggap tasawuf sebagai sistem yang murni Islam. Kedua pandangan ini kelihatannya mengandung kebenaran. Sebab, sumber-sumber ajaran Islam mengandung pernyataan-pernyataan yang memberi kemungkinan tumbuhnya tasawuf di dunia Islam.<sup>18</sup>

Namun perjalanan intelektual Imam al-Ghazali mengalami jalan buntu ketika dihadapkan dengan pilihan yang memberatkan, pertama jika ia mendalami ilmu tasawuf maka konsekuensinya ia akan meninggalkan jabatan, pengaruh dan kemewahan dunia, atau kedua mempertahankan kedudukan dan pengaruhnya tetapi meninggalkan ilmu tasawuf, padahal ilmu tasawuf ia yakini sebagai ilmu yang paling benar.

#### **D. Karya-Karya Imam Al-Ghazali**

Karya-karya tulis yang telah ditinggalkan Imam Al-Ghazali menunjukkan keistimewaan sebagai seorang penulis produktif. Selama hidupnya ia banyak menghasilkan karya-karya ilmiah terutama berkaitan dengan persoalan filsafat dan tasawuf. Dalam seluruh hidupnya, baik sebagai penasihat kerajaan maupun guru besar di Baghdad, beliau tetap aktif menghasilkan beberapa karya.

Beliau mengarang mulai usia dua puluh lima tahun. Ketika itu ia masih berada di Naizabur. Setiap tahun beliau kurang lebih dapat menghasilkan 10 buah karya besar dan kecil dalam beberapa bidang ilmu.

---

<sup>18</sup> Muhammad Yasir Nasution. *op.cit*, hal 35

misalnya; ilmu kalam<sup>19</sup>, fiqh dan ushul fiqh<sup>20</sup>, tafsir<sup>21</sup>, tasawuf dan akhlak.<sup>22</sup> Berbagai karya ini membuktikan bahwa beliau merupakan pemikir yang amat berpengaruh baik bagi tokoh agama maupun filsafat. Beberapa tokoh seperti Jalaludin Rumi, Syaikh Al-Asyraq, Ibnu Rusyd, adalah beberapa tokoh yang karya-karya mereka terpengaruhi oleh pemikiran Al-Ghazali.

Tak ada pemikir zaman pertengahan Islam yang bisa menarik minat para cendekiawan Barat lebih daripada Imam al-Ghazali. Karya-karyanya telah diterjemahkan ke dalam sejumlah besar bahasa Barat. Di kalangan filsafat barat, pengaruh Al-Ghazali juga tampak pada pemikiran tokoh Yahudi misalnya Musa Ibn Maymun maupun Kristen misalnya Thomas Aquinas dan Blaise Pascal. Karya-karya terpenting dalam perkembangan filsafat Yahudi maupun Kristen ini dapat sepenuhnya dibaca di bawah sorotan pemikiran Al-Ghazali.<sup>23</sup>

Di kalangan Kristen pertengahan, pemikiran Al-Ghazali merembes melalui filsafat Boneventura. Seperti halnya Musa Ibn Maymun,

<sup>19</sup> Beberapa karya ini misalnya: 1) *Maqasid Al-Falasifah*, 2) *Tahafud Al-Falasifah*, 3) *Al-Iqtishad fi Al-I'iqad*, 4) *Al-Munqidz min Ad-Dlalal*, 5) *Maqashid Asma fi ma'ani Asma Al-Husna*, 6) *Isbat An-Nadar*,

<sup>20</sup> Beberapa karya ini misalnya: 1) *Al-Basith*, 2) *Al-Washit*, 3) *Al-Wajiz*, 4) *Mustasyfa*, *Al-mankhul*, 7) *Al-Khulashah At-Mukhtasar*

<sup>21</sup> Beberapa karya ini misalnya ; 1) *Yaqut At-Ta'wil fi Tafsir At-Tanzil*, 2) *Jawahir Al-Quran*

<sup>22</sup> Beberapa karya ini misalnya : 1) *Ihya' Ulum Ad-Din*, 2) *Mizan Al-Amal*, 3) *Kimiya Sa'adah*, 4) *Misykat Al-Anwar*, 5) *Mul'aryafah Al-Qulub*, 6) *Minhaj Al-Abidin*, 7) *Al-Ma'khadz*, 8) *Al-Amali*, 9) *Al-ma'arij Al-Quds*

<sup>23</sup> Nurcholis Majid. *Kaki Lang : Peradaban Islam*, Jakarta; Paramadina, 1997, hal. 90

Boneventura pun dapat dipandang sebagai “titisan” Kristen dari Imam Al-Ghazali. Lebih jauh, pandangan tasawuf Al-Ghazali juga memperoleh saluran dalam mistisisme Kristen (Katolik) melalui ordo Fransiscan, sebuah ordo yang banyak menyerap ilmu pengetahuan Islam, memiliki orientasi ilmiah yang kuat dibanding ordo-ordo yang lainnya.<sup>24</sup>

Di era kita ini banyak orang menulis tentang Al-Ghazali. Para ahli fiqh membahas al-Ghazali lewat karyanya yang terkenal dibidang fiqh mazhab Syafi'i. Karya tersebut misalnya *al-Basith*, *al-Wasith*, *al-Wajib* dan *al-Khulasah*. Sedangkan dalam bidang filsafat membahas al-Ghazali lewat karyanya, misalnya: *Maqashidul Falasifah*, *Tahafutul Falasifah*, *al-Munqidz Munadh Dhalal*, *al-Iqtishad fil I'tiqad*, *Faishalut Tafriqah*, *Qawa'idul Aqaid*, *al-Maqshadul Asna fi Syarhi Asmaillahi Husna*, *Mi'yarul Ilmi*, *Mihakkun Nadzar*, *al-Qisthasul Mustaqim*, *Ijmul Awwam'an an Ilmil Kalam*, *Jawahirul Quran*, *Kimya' as-Sa'addah*.<sup>25</sup>

Para peneliti di bidang tasawuf, akhlak dan pendidikan mengenal Al-Ghazali lewat buku ensiklopedinya, yaitu *Ihya'Ulumiddin* dan buku lainnya seperti *Minhajul 'Abidin*, *Mizanul 'Amal*, *Bidayatul Hidayah*, *Mi'rajus Salikin*, *Ayyuhul Walad* dan sebagainya. Sedangkan peneliti di bidang perbandingan agama menyoroti Al-Ghazali melalui bukunya, *al-Qaulul Jamiil fir Raddi'ala man Ghayyaral Injiil*, *Fadhailul Bathiniyah*, *Hujjatul Haq*, *Mufashshilul Khilaf* dan sebagainya. Sedangkan peneliti di

---

<sup>24</sup> M. Solikhin. *op.cit*, hal 28

<sup>25</sup> Yusuf Al-Qardawi, *op.cit*, hal 13

bidang ilmu jiwa dan sosial, mengenal Al-Ghazali melalui karyanya yaitu *Ihya'Ulumuddin*.<sup>26</sup>

#### E. Pengaruh Imam al-Ghazali di Luar Islam

Pengaruh al-Ghazali yang begitu besar dirasakan oleh umat Islam khususnya dan juga oleh kalangan di luar Islam. Pengaruh ini meliputi persoalan-persoalan agama seperti fiqh, kalam, tasawuf, tauhid dan ajaran-ajaran agama Islam yang lainnya. Kitab *Ihya'ullumudin* sebagai salah satu karya Imam al-Ghazali dipelajari dan diamalkan oleh beberapa aliran-aliran besar Islam, terutama kaum Sunni. Juga kitab tersebut telah diterjemahkan ke berbagai bahasa.

Pengaruh Imam al-Ghazali telah disebutkan sebagian di atas, tidak terbatas untuk kalangan Islam saja. Pengaruh Imam al-Ghazali juga meluas hingga keluar Islam dalam hal ini adalah dunia Barat. Pengaruh Imam al-Ghazali ini berpengaruh terutama para ahli teologi Yunani. Palacios menyebutkan bahwa dalam buku-buku mereka yang terkenal terdapat paragraf-paragraf Imam al-Ghazali.

Bahkan beberapa dari karya-karya Imam al-Ghazali sengaja dinukil untuk kepentingan dunia Barat. Seperti penukilan di beberapa karya Imam al-Ghazali misalnya dalam kitab *Maqashidul Falasifah*, *Tahafutul Falasifah*, *al-Munqidz*, *Ihya'ullumudin*, dan sebagainya. Penukilan ini terjadi setelah penerjemahan kitab tersebut di abad XIII guna membantah

---

<sup>26</sup> *ibid*, hal 14

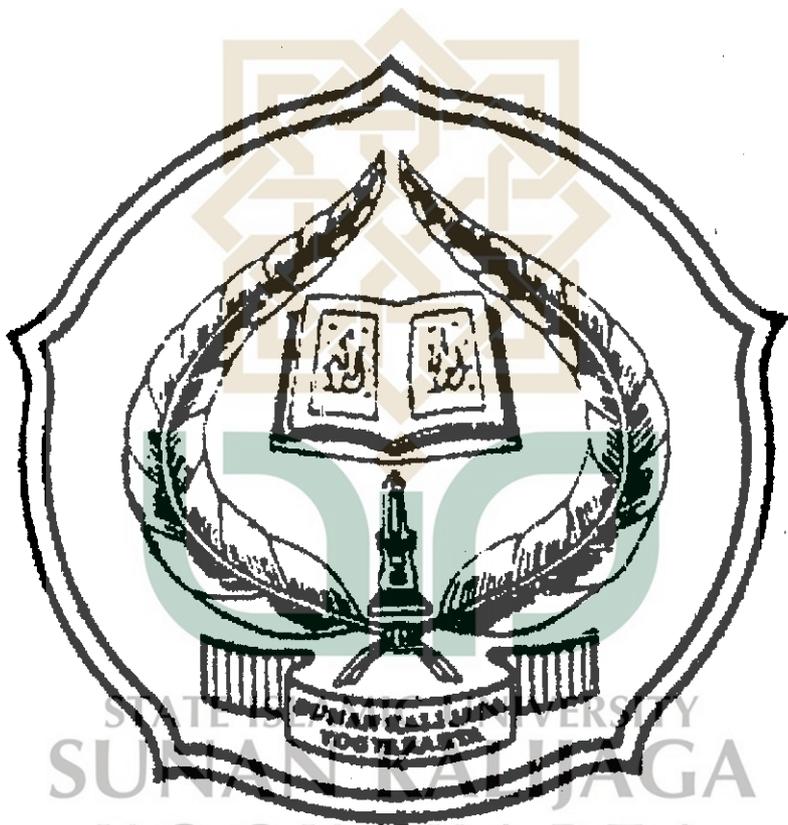
para filosof saat itu. Mereka mulai menebarkan kitab-kitabnya di Eropa danambutannya sangat luas.

Pengaruh Imam al-Ghazali juga merembes ke kalangan Nasrani di Eropa yang menggunakan buku-bukunya dan bersandar pada pendapat-pendapatnya, seperti Thomas Aquinas, Pascal dan sebagainya. Pengaruh Imam al-Ghazali juga terdapat pada pemikiran Descartes yang dianggap sebagai bapak filosof modern, terutama *metode skeptis*. Descartes telah memberikan komentar dengan tulisan tangannya pada bagian-bagian tertentu, khususnya berkaitan dengan masalah skeptisme, dengan ungkapan "*bagian ini ditransfer ke metodologi kita*".<sup>27</sup>

Banyak para orientalis yang tertarik kepada al-Ghazali. Munich berkebangsaan Jerman berkata, "Keagungan al-Ghazali menurut pendapat saya terpusat pada metode skeptis yang menempatkan kedudukan terhormat di sejarah filsafat Barat. Carra de Voux dari Perancis, mengatakan bahwa al-Ghazali mendahului Kant dalam menemukan teori "Kelelahan Akal". Kitab *Tahafutul Falasifah* adalah kitab terbaik untuk mempelajari nilai akal.

---

<sup>27</sup> Yusuf al-Qardhawi



STATE UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## BAB III

### PANDANGAN NAFSU MENURUT IMAM AL-GHAZALI

Pada bab sebelumnya telah dipaparkan tentang sejarah singkat Imam al-Ghazali. Selanjutnya dalam bab ini akan dibahas bagaimana pandangan Imam al-Ghazali tentang nafsu. Adapun analisis ini sedapat mungkin merupakan telaah kritis terhadap konsep nafsu menurut Imam al-Ghazali dan bagaimana pandangan psikologi.

#### a. Pengertian Nafsu

Secara umum *nafs* dapat diartikan sebagai kekuatan jiwa atau kemauan yang mendorong untuk melakukan sesuatu. Dalam bahasa Indonesia diistilahkan dengan *nafsu*. Nafsu dalam pengertian ini sebagai unsur yang ada dalam wadah nafs (jiwa keseluruhan) yang memiliki pengaruh paling banyak dan paling besar diantara unsur jiwa yang lain dalam mengeluarkan instruksi pada jasmani untuk melakukan tindakan.<sup>1</sup>

Nafsu merupakan tenaga vital yang menggerakkan untuk melakukan aktivitas. Tanpa nafsu manusia tidak dapat beraktivitas. Instruksi nafsu terhadap jasmani dapat berupa perbuatan durhaka atau mengarah kepada ketakwaan. Dalam menginstruksikan hal ini nafsu dapat menerima petunjuk dari akal dan bisikan hati dan dapat menerima ajakan naluri rendah hawa nafsu.

---

<sup>1</sup> Hasan Muarif Ambary dkk. *Ensiklopedi Islam*, Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993) Jld III.hal 342

Di dalam al-Quran istilah *nafs* ada 143 ayat yang menyebut dengan kata *nafs*. *Nufus* sebagai bentuk jamak dari *nafs* terdapat pada 6 ayat. Disamping kata *nufus* terdapat juga bentuk jamak dari *nafs*, yaitu *anfusus*, terdiri dari 147 ayat.<sup>2</sup>

Kata *nafs* di dalam al-Quran mengandung bermacam-macam pengertian. *Nafs*, sebagai pengertian totalitas manusia (Q.S: 16. 111), sebagai jiwa dan tingkah laku manusia (Q.S: 31. 34), sebagai “diri Tuhan” (Q.S: 6. 12, sebagai pengertian wadah (Q.S: 13. 11)

Ayat-ayat diatas mengisyaratkan bahwa *nafs* menampung paling tidak gagasan atau kemauan suatu kaum tidak berubah keadaan lahiriahnya sebelum mereka mengubah dahulu apa dalam wadah *nafs*nya. Dalam wadah *nafs* tersebut terdapat *nafsu* dan kecenderungan serta *qalb* dan *aql*.<sup>3</sup>

Ada empat istilah yang berkaitan dengan topik bahasan nafsu menurut Imam al-Ghazali, yaitu: *al-Qalb*, *ar-Ruh*, *an-Nafs* dan *al-Aql*. Keempat istilah ini masing-masing memiliki dua pengertian, yakni pengertian psikis dan fisik.

*Qalb*, dalam arti yang pertama adalah hati jasmani (*al-qalb al-jasmani*) atau daging sanubari. Hati jasmani ini terletak di dalam dada sebelah kiri dan berisi darah kental hitam. Ia terdapat pada manusia, hewan bahkan orang mati sekalipun. Hati dalam pengertian ini erat hubungannya dengan ilmu kedokteran. Adapun dalam pengertian kedua adalah menyangkut jiwa yang bersifat *latif* (halus), *rabbani* (mempunyai sifat ketuhanan) dan

<sup>2</sup> Fuad Abd al Baqi, *Mujam Mujahras li Alfaz al-Quran*, Mesir: Dr Al Hadits al-Qahirah, 1991, hal 881-885

<sup>3</sup> Q. Sihab, *Wawasan Al-Quran*. Mizan, Bandung, 1994, hal 228

*ruhaniyah*. Qalb dalam pengertian kedua inilah yang merupakan hakekat manusia.

Istilah kedua adalah *ar-ruh*. Dalam pengertian pertama adalah nyawa yang bersumber dari dalam hati jasmani. Dalam istilah kedokteran, roh dalam pengertian pertama ini adalah nyawa jasmani yang halus yang terbit dari panas gerak qalb.<sup>4</sup> Sedangkan dalam pengertian kedua adalah bisikan *rabbani*. Inilah yang dimaksud dengan firman Allah QS. Al-Isra, ayat 85:

ويستلونك عن الروح قل الروح من أمري ربي (الإسراء: 85)

Yang artinya:

“Dan mereka bertanya tentang roh, katakanlah roh itu adalah urusan Tuhan” (QS. Al-Isra, ayat 85).

Istilah yang ketiga adalah *nafs*. *Nafs* dalam arti pertama adalah kekuatan hawa nafsu amarah, syahwat dan perut yang terdapat dalam jiwa manusia, dan merupakan sumber timbulnya akhlak tercela. Adapun dalam arti kedua adalah jiwa rohani yang bersifat *latif*, *rohani* dan *rabbani*. *Nafs* dalam arti kedua ini menjadi terang dan jernih dengan mengingat Allah, dan terhapusnya sifat tercela. Sehingga dinamakan jiwa yang tenang (*an-nafs al-mutmainnah*).

Istilah keempat adalah *aql*. *Aql* adalah mengetahui hakekat segala sesuatu. Dalam pengertian ini, *aql* dapat diibaratkan sebagai ilmu yang bertempat pada jiwa. Pengertian *aql* pada tingkat pertama ini ditekankan pada

<sup>4</sup> James Hesse, *The Medical and Psychosomatic*, trans, Team Widyasarana, dengan judul *Kedokteran dan Psikosomatik*, dalam buku *Ilmu Pengetahuan Populer*, Jakarta, Widyasarana, 1990, hal. 32

ilmu dan sifatnya. *Aql* dalam pengertian kedua adalah akal yang diperoleh ilmu pengetahuan itu sendiri.

Penulis mengamati bahwa penggunaan istilah di atas *an-nafs*, *al-aql*, *ar-ruh*, dan *al-qalb*, ditunjukkan untuk menunjukkan esensi manusia, yang mungkin sekali didasari keinginan al-Ghazali untuk mempertemukan konsep-konsep filsafat, tasawuf dan syara. Hal ini karena term *an-nafs* dan *al-aql* sering digunakan para filosof. Sedangkan *ar-ruh* dan *al-qalb* sering digunakan oleh para sufi. Ketika menjadi sufi, Al-Ghazali memadukan keempat term itu untuk menunjukkan pada hakekat manusia.<sup>5</sup>

*An-nafs*, *al-akl*, *al-qulub* dan *ar-ruh* sebenarnya memiliki makna sama. Perubahan nama tersebut disebabkan oleh perubahan ruh manusia yang bermacam-macam. Jika *nafs* dikalahkan oleh syahwat maka timbullah hawa nafsu, sebaliknya jika *nafs* dapat mengalahkan syahwat maka disebut akal. Jika penyebab *nafs* digerakkan oleh iman maka ia disebut hati, sedangkan jika ia digerakkan untuk mengenal dan mengabdikan Allah maka ia bernama *ruh*.

Secara umum *nafs* dapat diartikan sebagai kekuatan jiwa atau kemauan yang mendorong untuk melakukan sesuatu. Dalam bahasa Indonesia diistilahkan dengan *nafsu*. Nafsu dalam pengertian ini sebagai unsur yang ada dalam wadah *nafs* (jiwa keseluruhan) yang memiliki pengaruh paling banyak dan paling besar diantara unsur jiwa yang lain dalam mengeluarkan instruksi pada jasmani untuk melakukan tindakan.<sup>6</sup>

<sup>5</sup> M. Solohin. *op.cit*, hal 46

<sup>6</sup> Hasan Muarif Ambary dkk. *Ensiklopedi Islam*, Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993) Jld III.hal 342

Nafsu merupakan tenaga vital yang menggerakkan untuk melakukan aktivitas. Tanpa nafsu manusia tidak dapat beraktivitas. Instruksi nafsu terhadap jasmani dapat berupa perbuatan durhaka atau mengarah kepada ketakwaan. Dalam menginstruksikan hal ini nafsu dapat menerima petunjuk dari akal dan bisikan hati dan dapat menerima ajakan naluri rendah hawa nafsu.

Menurut Dawam Raharjo (1996), nafsu dapat mendorong pada perubahan dan kemajuan. Maka harus hati-hati menyikapinya, karena nafsu juga dapat merugikan diri sendiri dan sosial. Nafsu dapat membawa bencana tetapi juga mendorong manusia untuk mencapai kemuliaan. Meskipun begitu nafsu tetap merupakan bagian insting atau tabiat yang dibawa sejak lahir.<sup>7</sup> Dari makna tersebut, secara umum dapat dikatakan bahwa nafsu dalam konteks pembicaraan tentang manusia menunjukkan kepada sisi terdalam manusia yang berpotensi baik dan buruk.

Menurut Musa Asy'arie nafsu merupakan diri, keakuan, atau ego yang dalam bahasa Arab disebut *nafs*. Ia bersifat transenden dan dapat melewati batas fisik yang bersifat materi yang terbingkai dalam ruang dan waktu. Oleh karena itu, keakuan manusia bisa kembali ke masa lalu, seperti masa kanak-kanak atau remaja meskipun ia telah menginjak usia tua. Memasuki diri, keakuan atau ego yang transenden diperlukan kemampuan untuk mengenali jati diri secara benar, yaitu dengan memahami, memasuki dan menyatu dalam substansi jati diri yang aktual, yang terbangun dari berbagai komponen yang

---

<sup>7</sup> Dawam Raharjo, *Ensiklopedia Al-Quran: Tafsir Sosial Berdasarkan Konsep-Konsep Kunci*, Paramadina, Jakarta 1996, hal 249

membentuk suatu kepribadian dalam aktualitas tindakan atau karya, baik komponen yang fisik maupun komponen yang metafisik.<sup>8</sup>

Dengan demikian jati diri selalu bersifat transenden, integratif, aktual dan transformatif dalam berbagai kehidupan. Pengenalan jati diri memerlukan penghayatan yang mendalam dan jujur atau berbagai pengamalan berbuat, merasakan dan mengalami dalam benar dan salah, baik dan jahat, indah dan buruk. Begitu pentingnya mengenali diri sendiri secara benar. Ada ungkapan hikmah, “*Man ‘arafa nafsahu faqad ‘arafa rabbahu*”, seseorang yang mengenali dirinya maka ia akan mengenali Tuhannya. Pemahaman terhadap jati diri ini sesungguhnya merupakan metode untuk memahami Tuhan.<sup>9</sup>

Dikalangan kaum sufi, pengertian nafsu mengacu kepada dua pengertian. Pertama nafsu yang mengarah kepada kejelekan dan nafsu yang bersifat *latif, rohani* dan *rabbani*. Nafsu yang mengajak kepada kejelekan ini sering di kaitkan dengan syahwat dan amarah. Sedangkan nafsu yang bersifat latif, rohani dan rabbani ini mengajak manusia kepada jalan kebenaran dan marifat kepada Allah SWT.

Untuk membuktikan esensi manusia yang disebut *al-nafs*, Imam al-Ghazali mengemukakan argumentasi bahwa, persoalan kenabian, hari akhir, ganjaran perbuatan manusia tidak ada artinya apabila *al-nafs* tidak ada. Sebab seluruh ajaran agama hanya ditujukan kepada yang ada (*mawjud*) yang dapat

---

<sup>8</sup> Musa Asy'arie, *Dialektika Agama untuk Pembebasan Spiritual*, LESFI, Jogjakarta, 2002.

<sup>9</sup> *Ibid*, hal 5

memahami.<sup>10</sup> Yang mempunyai kemampuan untuk memahami bukan fisik manusia sebab apabila fisik manusia mampu memahami maka obyek fisik lainnya mestinya mampu memahami. Selain argument di atas, ia juga mengajukan yang lain. Al-Ghazali memperlihatkan bahwa perbedaan kemampuan masing-masing makhluk hidup dari benda mati adalah gerakannya.

Argumen kesadaran langsung yang dikemukakan Imam al-Gazali mengandaikan seorang manusia menghentikan aktivitas fisiknya, sehingga ia berada dalam keadaan tenang dan hampa aktivitas. Ketika ia menghentikannya segala aktivitasnya menurut Al-Ghazali ada sesuatu yang hilang di dalam dirinya, yaitu kesadaran akan dirinya. Ia sadar bahwa ia ada, bahkan ia sadar bahwa ia sadar. Pusat kesadaran inilah yang disebut Al-Ghazali sebagai *an-nafs insaniyyah*. Ketika itu yang disadari bukan fisik dan yang sadar itu pun bukan fisik. Oleh karena itu, subyek yang sadar itu jelas bukan fisik dan bukan fungsi fisik, melainkan satu substansi yang berbeda dengan fisik.

Argument *an-nafs* bersifat immaterial dan tidak terbagi-bagi adalah bahwa pengetahuan intelektual terdapat dalam *an-nafs*. Pengetahuan intelektual bersifat immateriil, maka seharusnya *an-nafs* juga bersifat immaterial. Pengetahuan intelektual adalah substansi keutuhan dan tidak terbagi-bagi. *An-nafs* berdiri sendiri, dalam artian ia tidak di dalam badan atau di luar badan. Argument ini menegaskan bahwa *an-nafs* tidak bertempat. Sesuatu yang bertempat menurut Imam al-Ghazali adalah yang dapat mengambil ruang, yang dapat mengambil ruang adalah materi.

---

<sup>10</sup> Al-Ghazali, *Ma'arif al-Qu'as*, op.cit, hal 24

Al-Ghazali tidak dapat menerima pandangan bahwa *an-nafs* ada di luar badan, sebab hal ini mustahil dapat mengatur badan, sedangkan jika *an-nafs* ada di dalam badan, keberatan lain timbul. *An-nafs* ada di dalam badan mengandung dua kemungkinan; bertempat pada seluruh atau sebagian badan. Kalau berada di seluruh badan, maka *an-nafs* akan menyusut dengan hilangnya sebagian badan manusia ini jelas tidak mungkin.

Ditempat lain beliau juga menolak gagasan yang memandang hancurnya badan menjadi sebab hancurnya *an-nafs*. Ada tiga sebab hancurnya *an-nafs*, *pertama* karena potensi hancur adalah sifat dasarnya. *Kedua* karena syarat eksistensinya rusak, dan *ketiga* adalah karena Tuhan menghendaki demikian. Ketiga kemungkinan ini tidak ditemukan pada *an-nafs*. Potensi hancur tidak mungkin karena hal itu menyebabkan tidak langsung dalam dua waktu. Kerusakan pada eksistensi juga tidak mungkin, karena berdiri sendiri, tidak memerlukan syarat. Kehendak Tuhan untuk menghancurkan *an-nafs* juga tidak mungkin, karena menurut informasi para Nabi, *an-nafs* tidak akan hancur.<sup>11</sup> Sifat dasar *an-nafs* adalah kekal. Sifat dasar inilah yang memperkuat bahwa *an-nafs* tidak bertempat.

Meskipun *an-nafs* tidak bertempat, tetapi ia tidak dapat lepas dari hubungannya dengan badan. *An-nafs* dan badan bukan satu substansi, melainkan substansi yang berbeda. *An-nafs* lebih disebut ada bersama badan (*mawujud ma'a al-badan*). Ada dua kemungkinan penjelasan yang sulit

---

<sup>11</sup> Ini kembali kepada argumen keagamaan. Yang dimaksud adalah bahwa rasul dan nabi membawa ajaran tentang hari akhir. Pembalasan di hari akhir tidak mungkin terjadi tanpa kelangsungan nafs (jiwa)

diterima, pertama apabila *an-nafs* terikat kepada badan, maka aktivitas *an-nafs* akan melemah dengan melemahnya badan. Menurutnya, aktivitas *an-nafs* tidak melemah dengan melemahnya kondisi badan, justru sebaliknya meningkat. Aktivitas disini adalah akal murni, tanpa menggunakan organ-organ fisik (otak).

Menurut Imam al-Ghazali *an-nafs* diciptakan ketika ia telah siap untuk menerima, yaitu ketika sel benih (*nutfah*) yang telah menyatu dengan sperma. Penciptaan *an-nafs* ke dalam *nutfah* disebut *al-nafkh*. *Al-nafkh* ini mempunyai dua kemungkinan, pertama dari segi *al-nafkh* adalah *al-jud al-ilahi* (kemurahan Tuhan), sedangkan dari segi *al-nutfah*, *an-nafs* berarti kesiapan untuk menerima, sehingga *an-nafs* tercipta pada *al-nutfah* itu oleh Tuhan, tanpa terjadinya perubahan pada Tuhan.

Dari sini dapat dipahami bahwa *al-nafkh* senantiasa terjadi pada waktu ketika *al-nutfah* memenuhi persyaratan untuk menerima *an-nafs*. Dengan demikian, *al-nafkh* menandai individualitas manusia. Setiap manusia mempunyai *an-nafs* yang lain dari yang dimiliki manusia lain, yang hanya diciptakan untuknya. Namun demikian, hakekat dari semua jiwa manusia itu sama.<sup>12</sup>

Individualitas ini akan menjadi dasar bagi adanya tanggung jawab pribadi. Artinya, dengan terciptanya *an-nafs* untuk *an-nutfah*, terwujudlah satu manusia individu yang bertanggungjawab atas dirinya sendiri.

---

<sup>12</sup> Al-Ghazali sering menyebut jiwa-jiwa manusia itu "*muttafiqat bi al-hadd wa al-haqiqat*"

Pertanggungjawaban ini menyangkut hubungan dialog antara *an-nafs* dengan badan sepanjang keduanya berhubungan.

Dari uraian diatas dapat dipahami bahwa *nafs* (jiwa) pada setiap individu pada hakekatnya sama, tetapi berbeda dari hasil dialog antara jiwa dan badan (bersatu pada substansi, berbeda pada aksidens).

Dari rumusan beliau tentang penciptaan *an-nafs* dapat dipahami bahwa sebab keberadaan (*illat al-wujud*) *an-nafs* bukanlah kesempurnaan kondisi *al-nuftah*, melainkan *al-jud al-illahi*. Kesempurnaan kondisi *al-nuftah* hanyalah merupakan syarat, bukan sebab. Dengan demikian hubungan antara jiwa dan badan bukan hubungan sebab akibat.

Pandangan ini keliru, sepintas lalu memang terkesan bahwa wujud *an-nafs* tergantung pada kondisi sempurna pada *nutfah*, sebagaimana akibat tergantung dari sebab. Kesan seperti ini menempatkan *al-nuftah* sebagai sebab keberadaan *an-nafs*. Ini berarti memandang badan lebih tinggi dari pada jiwa. Pandangan seperti ini sesuai dengan pandangan filsafat, yaitu memandang sebab lebih tinggi dari akibat. Al-Ghazali tidak memandang *al-nuftah* (badan) lebih tinggi dari *an-nafs* (jiwa). Bahkan sebaliknya, memandang jiwa lebih tinggi dari pada badan, karena jiwa berasal dari dunia yang lebih tinggi.

Dari argument tersebut dapat disimpulkan bahwa kekekalan jiwa merupakan sifat substansinya. Ia diciptakan dengan sifat kekekalan. Sesuatu yang mempunyai kekekalan tidak mungkin mempunyai potensi kehancutan.

Tetapi apakah tidak mungkin jiwa bisa hancur? Melihat kepada wujud *al-nafs* yang terikat kepada Tuhan, semestinya jiwa juga hancur oleh Tuhan:

Di dalam buku-buku filsafatnya, Imam al-Ghazali menyatakan bahwa manusia mempunyai identitas esensial yang tetap, tidak berubah-ubah dan tidak bertempat. Esensi tersebut bernama nafsu, *an-nafs* dalam bahasa Arab. Menurut Imam al-Ghazali, *al-nafs* adalah substansi yang berdiri sendiri, tidak bertempat dan merupakan tempat pengetahuan intelektual yang berasal dari *'alam al-malakut* atau *alam al-amr*. Hal ini menunjukkan bahwa pengertian *an-nafs* menurut Imam al-Ghazali adalah nafsu dalam pengertian bukan fisik dan bukan fungsi fisik. Sebab fisik adalah sesuatu yang mempunyai tempat dan fungsi fisik adalah sesuatu yang tidak berdiri sendiri; keberadaannya tergantung kepada fisik. *Alan al-amr* adalah “realitas *al-mawjudat* di luar jangkauan indera dan imajinasi, tanpa tempat, arah dan ruang” sebagai lawan dari *alam al-khalq* atau *alam al-mulk*, yaitu dunai tubuh dan aksiden-aksidennya.<sup>13</sup> Dengan demikian nafsu menurut Imam al-Ghazali adalah substansi immateriil yang berdiri sendiri dan merupakan subyek yang mengetahui, indera manusia tidak dapat melihatnya. Hal ini sesuai dengan ayat Al-quran yang artinya bahwa nafsu adalah urusan Tuhan.

Untuk membuktikan adanya substansi immateriil yang disebut *nafsu*, al-Ghazali mengajukan argumen bahwa “persoalan kenabian, ganjaran, perbuatan manusia, dan seluruh berita tentang akherat tidak ada artinya”, apabila nafsu tidak ada. Sebab “seluruh ajaran-ajaran agama hanya

---

<sup>13</sup>ibid, hal 70

diketahui kepada yang ada (*mawjud*) dan dapat memahami". Yang mempunyai kemampuan memahami bukanlah fisik manusia, sebab apabila fisik manusia mampu memahami maka obyek-obyek fisik lainnya juga bisa memahami.

Dalam pembahasan jiwa pada pengertian kedua, al-Ghazali mengibaratkan manusia sebagai suatu kerajaan. Rajanya adalah jiwa, wilayahnya adalah tubuh, alat indera dan badan adalah tentaranya. Sedangkan akal adalah perdana menteri, hawa nafsu dan sifat marah adalah polisi. Amarah selalu cenderung pada kekerasan dan kekasaran. Nafsu dan amarah harus ditempatkan di bawah raja, tetapi tidak dibunuh, mengingat keduanya mempunyai fungsi sendiri-sendiri.<sup>14</sup>

Nafsu yang ada di dalam diri manusia ada keterkaitan dengan hati dan akal manusia. Hati manusia itu ibarat cermin, sedangkan petunjuk Tuhan bagaikan *nur* atau cahaya. Dengan demikian jika hati manusia benar-benar bersih niscaya ia akan bisa menangkap cahaya petunjuk ilahi dan memantulkan cahaya tersebut ke sekitarnya.<sup>15</sup> Agar hati manusia selalu dapat menjadi cermin yang dapat menangkap cahaya illahi maka ia harus senantiasa memurnikan diri dengan jalan menguasai nafsu-nafsu rendah serta mengikuti perjalanan hidup para nabi melalui berbagai latihan kerohanian (*riyadlah*).<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup> lihat Imam al-Ghazali, *Kimiya As-Sa'adah*, hal 12

<sup>15</sup> Imam al-Ghazali, *Ihya' Uhumuddin*, vol I, hal 119-125

<sup>16</sup> M. Bambang Pranowo, *Pandangan Kesufian tentang Diri Manusia* (Kontekstualisasi Doktrin Islam Dalam Sejarah), Penerbit PARAMADINA, 1995

Begitu pentingnya peranan hati bagi manusia terutama peranannya dalam ma'rifat kepada Tuhannya. Kedekatan manusia dengan Tuhannya ditentukan oleh seberapa bersih hati manusia. Potensi yang dimiliki hati juga sangat penting bagi manusia dalam mengaktualisasikan dirinya. Hati manusia dapat mengarah pada hal-hal yang bersifat negatif atau positif. Ketika manusia diperbudak oleh nafsu negatif (*nafsu lawammah*) maka manusia cenderung untuk melakukan hal-hal yang tercela. Sebaliknya ketika manusia dituntun oleh nafsu positif (*nafsu Mutmainnah*) maka manusia dapat melampaui eksistensi binatang atau bahkan Malaikat sekalipun. Imam al-Ghazali membagi pengertian nafsu sesuai dengan yang terdapat dalam kandungan ayat-ayat suci Al-quran. Diantaranya adalah:

a. *Nafsu Mutmainnah*

Jiwa *mutmainnah* adalah jiwa yang selalu berhubungan dengan ruh. Ruh bersifat ke-Tuhan-an sebagai sumber moral mulia dan terpuji, dan ia hanya mempunyai satu sifat, yaitu suci. Allah berfirman:

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
والنفس وما سواها. فآلهما فجورها و تقواها.

Artinya : "Demit jiwa serta kesempurnaannya, Allah mengilhamkan jiwa kepada keburukan dan ketakwaan" (QS:91;7-8).

Artinya, dalam jiwa terdapat potensi buruk *Nafs al Lawammah* dan baik *Nafs al-Mutmainnah*, karena itu jiwa terletak pada perjuangan baik dan buruk<sup>17</sup>.

Kemuliaan dan keutamaan manusia yang melebihi dari sejumlah makhluk-makhluk ciptaan Allah yang lain adalah karena manusia memiliki kemampuan untuk ma'rifat dengan Allah SWT. Dengan demikian manusia memperoleh kebagusan, kesempurnaan dan kebanggaan di dunia ini dan memperoleh bekal dan simpanan baginya di akherat kelak. Sesungguhnya kesediaan manusia untuk ma'rifat itu dengan hatinya, bukan dengan anggota badan yang lainnya. Maka hati itulah yang mengetahui Allah, mendekat kepadaNya, bekerja karenaNya, berjalan kepadaNya dan hati pulalah yang menyingkap apa-apa yang ada disisi Allah dan yang ada padaNya.<sup>18</sup>

Dalam Al Quran Surat Asy – Syams ayat 7-10:

والنفس وما سواها. فآلمهما فجورها وتقواها. قد أفلح من زكاهها.  
وقد خاب من دساها

Artinya : “Dan jiwa sebagai penyempurnanya. Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaan. Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang mensucikan jiwanya. Dan sesungguhnya merugilah orang-orang yang mengotori jiwanya”<sup>19</sup>.

<sup>17</sup> Zainun Kamal, *Antara Sukma Nurani dan Sukma Dhulmani* ( Kontektualisasi Doktrin Islam Dalam Sejarah), Penerbit PARAMADINA, 1995

<sup>18</sup> Imam AL Ghuzali , *Rahasia Hati* terj. Amin Noersyam, CV Bintang Pelajar. 1985

<sup>19</sup> Dept Agama RI, *Al Quran dan Terjemahan*, Jakarta : Depertemen Agama, 1989, hal 1064.

Menurut Imam al-Ghazali, orang yang mempunyai *nafsu mutmainnah* selalu dibukakan tabir dan ia mengetahui keberadaannya, ia sadar diri. Ia akan memiliki sifat-sifat ke-Tuhan-an di dalam hatinya, seperti; ilmu, hikmah (kebijaksanaan), yakin, mendalami segala sesuatu, mengetahui segala perkara menurut yang sebenarnya dan menguasai tiap-tiap sesuatu dengan kekuatan ilmu dan pandangan hati.

Nafsu *mutmainnah* dapat menyangkal bujuk rayu setan dan menghadang sifat-sifat kebinatangan. Ia terbebas dari penghambaan terhadap nafsu dan syahwat. Dan diganti dengan sifat-sifat mulia seperti; menjaga diri, merasa cukup dengan yang ia terima (*qona'ah*), tenang, Zubud (tidak mementingkan dunia), wara', taqwa, lapang dada, ramah, menjaga aurat dan syahwatnya.

Adanya nafsu *mutmainnah* juga berkaitan dengan cara berpikir seseorang. Karena pikiran sangat berpengaruh di dalam mengarahkan gerakan hati. Dalam hal ini Imam al-Ghazali selalu mengaitkan antara akal dan nafsu. Seseorang yang pintar dalam ilmu pengetahuan belum tentu mempunyai hati yang bersih. Seperti di dalam pepatah “*Di dalam akal yang sehat terdapat jiwa yang sehat pula*”. Karena dalam mencari ilmu pengetahuan ia hanya mementingkan kepentingan duniawi, sehingga lupa bahwa ilmu berasal dari Allah SWT, hingga terhalang untuk mendapatkan rahmat dari-Nya.

b. *Nafsu Ammarah*

Allah berfirman dalam Al-Quran surat Yusuf ayat 53 :

وما أبرئ نفسي ان النفس لا مرة بالسوء

Artinya : “Dan aku tidak akan membiarkan nafsuku, karena nafsu itu suka memerintahkan kepada yang jelek”.

Nafsu dalam pengertian ini menurut Imam al-Ghazali adalah nafsu yang patuh pada kehendak syahwat dan menuruti kehendak setan. Kehendak syahwat ini mengarah pada kesenangan-kesenangan duniawi. Sedangkan menuruti kehendak syaitan ini adalah berbuat kejahatan. Jika seseorang telah terpancing pada kesenangan duniawi maka sering mereka menuruti kehendak syaitan melalui bisikan hati.

Diantara bisikan hati syaitan itu, menurut Imam al-Ghazali, adalah melakukan perbuatan maksiat dan kemarahan. Jika manusia telah dipengaruhi oleh bujuk rayu syaitan maka sering manusia melakukan perbuatan maksiat, dan jika manusia telah dipengaruhi syaitan maka sering ia marah-marah. Sesungguhnya marah itu adalah kemabukan akal yang lemah dan tentara syaitan akan menyerang dan mengalahkannya. Disebutkan bahwa syaitan pernah berkata : “Bagaimana manusia bisa mengalahkan aku, jika ia senang aku masuk kedalam hatinya dan jika marah aku masuk di kepalanya”.<sup>20</sup>

<sup>20</sup> Imam al-Ghazali, *Rahasia Hati*, *op. cit.*, hal 110

c. *Nafsu Lawammah*

Nafsu *lawammah* adalah nafsu yang tercela. Setiap orang mempunyai sifat tercela. Perbuatan-perbuatan yang dihasilkan dari sifat ini adalah selalu menyuruh kepada kejahatan, kerusakan dan merugikan orang lain. Ia akan mengingkari Allah dan akan selalu menyuruh kepada kejahatan. Seperti firman Allah dalam surat Yusuf ayat 53 :

وما أبرئ نفسي ان النفس لا مرة بالسوء

Artinya : 'Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan' (QS. Yusuf : 53).

Imam al-Ghazali mengibaratkan orang yang dikuasai nafsu *lawammah* seperti pemimpin yang tidak di taati oleh rakyatnya. Ia akan menjadi seorang raja yang di tundukkan oleh bawahan-bawahannya karena ia raja yang lemah. Imam al-Ghazali juga mengibaratkan orang yang ditundukkan nafsu *lawammah* seperti orang Sufi yang sujud di hadapan babi.<sup>21</sup> Binatang babi diibaratkan sebagai sifat keserakahan. Dalam keadaan ini, yaitu dalam keadaan menaati syahwat dan keserakahan, ia menaati setan yang menguasai manusia.

Apab la kekuasaan nafsu menjadi lemah, dengan sifat-sifat ini yang merupakan tentara setan terhadap hati dan tidak memungkinkan bagi hati untuk menclongnya untuk mengalahkan tentara ini dan hati

<sup>21</sup> Imam al-Ghazali. *Ringkasan Ihya'Ullumuddin*, Pustaka Amani, Jakarta 1995, hal 162

menjadi tertindas selama beberapa waktu, maka hal itu menyebabkan kegagalan mendengarkan *kalam* Allah, dan itulah yang disebut sebagai terhalangnya hati oleh kabar-kabar. Dan itu pula yang disebut dengan “*at-thaba*”, dalam firman Allah :

ومنهم من تستمع اليك

Artinya ; “Mereka itulah yang ditutup mata hati mereka oleh Allah”(QS Muhaminad;16).

Adapun sumber nafsu *lawwammah* sangatlah bermacam-macam. Salah satunya adalah syahwat perut dan kemaluan. Sumber segala dosa adalah syahwat perut, dan dari situlah timbul syahwat kemaluan<sup>22</sup>. Imam al-Ghazali membuat bentuk latihan untuk melatih mematahkan syahwat nafsu dan perut. Latihan tersebut antara lain menentukan banyak sedikitnya makanan, menentukan cepat lambatnya dan menentukan jenis makanan.

Dalam menentukan banyak atau sedikitnya makanan, beliau mengajarkan untuk melakukan secara berangsur-angsur mengurangi takaran. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT yang artinya “*Makan dan minumlah dan jangan berlebih-lebihan*”. Jika seseorang makan setiap hari tiga potong roti, maka dikurangilah sepertiga puluh potong setiap hari. Latihan pertama dalam sehari, selanjutnya dalam

---

<sup>22</sup> *ibid*, hal 185

seminggu, kemudian dalam sebulan dan seterusnya hingga mencapai kadar yang mencukupi.

Apabila nafsu *lawwammah* telah menguasai manusia maka setan akan berkuasa dan sifat-sifat terpuji akan berubah menjadi sifat tercela. Nafsu *lawwammah* selalu menuntun manusia kepada jalan kesesatan dan kejahatan. Hal ini sangat sulit dihilangkan kecuali dengan jalan ketakwaan kepada Allah SWT. Menempuh jalan ketakwaan ini sangatlah sukar, karena di dalamnya penuh berbagai godaan-godaan.

Dari pembagian nafsu menurut Al-Quran seperti disebutkan diatas, Imam al-Ghazali menyebutkan beberapa sifat manusia yang sering dibicarakan di dalam kitab-kitabnya, khususnya kitab *Ihya'ullumudin*. Diantaranya adalah sifat tercela (*shifat al-madzmumah*) sifat yang menjijikkan di dalam jiwa (*khaba'is fi an-nafs*), penyakit jiwa (*amaradh al-qulub*) dan sifat yang merusak (*shifat al-muhlikat*). Adapun yang menjadi induk sifat buruk tersebut adalah; tamak, loba, nafsu seks, berlebih-lebihan, amarah, iri, dendam, cinta harta dan dunia, bakhil, sombong, delusi dan penipuan diri sendiri.

Dalam diri manusia menurut Imam al-Ghazali tercampur empat sifat<sup>23</sup>, diantaranya adalah ;

a. Sifat kebuasan.

---

<sup>23</sup> Imam al-Ghazali, *Rahasia Hati*, *op.cit*, hal 32

Sifat ini sering digambarkan Imam al-Ghazali sebagai sifat babi. Babi itu tercela bukan karena bentuk dan wajahnya, tetapi karena rakus, banyak makan dan tamak. Seseorang yang memiliki sifat babi atau kebuasan akan mengutamakan kepentingan syahwat. Apabila manusia dikuasai oleh *ghodlob* (amarah) maka ia akan melakukan perbuatan-perbuatan yang berupa permusuhan, kebencian, menyerang orang lain dengan pukulan dan cacian.<sup>24</sup>

b. Sifat kebinatangan

Sifat kebinatangan sering digambarkan Imam al-Ghazali sebagai sifat anjing. Sifat anjing yang menonjol adalah galak, rakus dan suka bermusuhan. Maka manusia yang memiliki sifat kebinatangan mempunyai sifat yang sama dengan anjing. Ia suka membuat kerusakan dan senang bermusuhan. Sifat kebinatangan juga termasuk sifat mengumbar syahwat, rakus, loba dan lain-lain. Apabila seseorang telah dikuasai oleh sifat ini maka ia akan sama dengan binatang.

c. Sifat kesyaithonan

Sifat kesyaithonan menurut Imam al-Ghazali adalah campuran antara sifat kebuasan dan kebinatangan. Seseorang yang memiliki hati kesyaithonan tidak akan henti-hentinya mengerakkan syawatnya dan kemarahannya.

d. Sifat ke-Tuhan-an

---

<sup>24</sup> *ibid*, hal 31

Sedangkan sifat ke-Tuhan-an adalah sifat manusia yang mulia. Sifat ke-Tuhan-an hanya dimiliki oleh manusia yang memiliki akal yang mampu menolak tipu daya anjing dan menghilangkan sifat babi dari dalam hatinya. Apabila hal ini yang dilakukan maka ia akan memancarkan cahaya keillahian.

Keempat campuran inilah yang menentukan sifat yang dimiliki manusia. Jika manusia lebih didominasi sifat-sifat binatang maka ia akan menjalankan kehidupannya sesuai dengan naluri binatang, yaitu menuruti hawa nafsu. Sebaliknya jika dalam kehidupan ini manusia lebih didominasi sifat ke-Tuhan-an maka ia akan mempunyai sifat yang lemah lembut dan selalu berguna untuk diri maupun lingkungan sekitarnya.

Imam al-Ghazali sering menyamakan sifat-sifat manusia dengan sifat-sifat binatang. Dalam diri manusia ada campuran empat pokok yaitu; *robbaniah*, syaiton, kebuasan dan kebinatangan. Yang seluruhnya berkumpul di dalamnya. Sehingga seolah-olah pada manusia itu terdapat babi, anjing, syaitan dan Hakim (orang yang bijak). Binatang babi itu adalah syahwat, anjing itu sifat *ghodlob* (marah).

#### **b. Macam-macam Nafsu**

Nafsu dalam al-Quran terdiri atas;

- a. Nafsu Amarah; nafsu yang belum bisa membedakan antara yang baik dan buruk, antara yang benar dan yang salah.

- b. Nafsu Lawammah; nafsu kesadaran, nafsu ini bisa memiliki kemampuan menyadarkan seseorang, bahwa ia telah melakukan kesalahan atau yang dilakukan adalah salah.
- c. Nafsu Mutmainnah; nafsu untuk berbuat kebajikan serta menafak tindakan yang tercela.
- d. Nafsu Mulhammah; unsur jiwa yang menerima ilham dari Tuhan contohnya berbentuk pengetahuan.
- e. Nafsu Musawwalah; nafsu pembela antara yang baik dan buruk, namun ini tidak nilai aktivitas yang dilakukan, namun hanya melakukan apa yang diinginkannya.
- f. Nafsu Radliyah; unsur jiwa yang meninsyafi apa yang diterima dan mengeluarkan rasa syukur dalam menerima ridlo Allah.
- g. Nafsu Mardiyah; nafsu yang senantiasa menerima ridla Allah.
- h. Nafsu Kalimah; unsur jiwa yang memiliki kesempurnaan baik luar dan dalam.

Di dalam buku-buku tasawufnya, Imam al-Ghazali sering menggambarkan manusia yang terdiri dari *an-nafs*, *ar-ruh*, *al-aql* dan *al-jism*.<sup>25</sup> Untuk dapat melihat perbedaan bagian-bagian komposisi manusia tersebut, Imam al-Ghazali memberikan penjelasan, pertama yang disebut *an-nafs* adalah esensi yang berdiri sendiri, tidak bertempat, *ar-ruh* adalah panas alam di *al-harar al-ghariziyat* yang mengalir pada pembuluh nadi, otot, dan

---

<sup>25</sup> Muhammad Yasir Nasution, *op.cit*, hal 89

saraf. Sedangkan *al-jism* adalah unsur-unsur materi.<sup>26</sup> *Al-nafs* menurut Al-Ghazali mempunyai kedudukan lebih tinggi dibanding dengan bagian-bagian yang lainnya.

*Al-jism* merupakan bagian yang paling tidak sempurna pada manusia. Ia terdiri dari unsur yang pada suatu saat komposisinya bisa rusak. Karena ia tidak memiliki sifat kekal. Disamping itu, *al-jism* tidak mempunyai daya kekuatan. Ia hanya tunduk kepada kekuatan-kekuatan di luar dirinya. Ini berarti bahwa, *al-jism* tanpa *ruh* dan *nafs* maka ia adalah benda mati.

Di dalam buku-buku tasawufnya, beliau sering menyebut manusia terdiri atas substansi yang mempunyai dimensi dan substansi yang tidak berdimensi yang mempunyai kemampuan merasa dan bergerak dengan kemampuan. Yang pertama ada *al-jism* dan yang kedua adalah *an-nafs*. Di dalam *an-nafs* tersebut terdapat dua tingkatan *an-nafs* di bawah *an-nafs* dalam arti esensi manusia, yaitu *an-nafs al-nabatiyyah* (jiwa vegetatif) dan *an-nafs al-hayuwaniyyat* (jiwa sensitif). Kedua jenis jiwa ini telah disinggung di atas.

Telah disebutkan di atas bahwa esensi manusia menurut Imam al-Ghazali adalah terdiri dari bagian-bagian seperti *an-nafs*, *al-aql*, *ar-ruh* dan *al-jism*. Namun menurut Al-Ghazali bahwa *al-aql* merupakan puncak eksistensi manusia. Beliau menyebut *al-aql* sebagai *nafs al-nabbiyyat*. Maka, berdasarkan tingkatannya manusia memiliki tiga pembagian jiwa, yaitu jiwa vegetatif, jiwa sensitif dan jiwa rasional.

---

<sup>26</sup> *ibid*, hal 89

Selanjutnya aktualitas kemauan ditentukan bentuknya, positif atau negatif, oleh salah satu dari dua prinsip yang inheren dalam iradat (kemauan), yaitu kecenderungan positif yang menguntungkan (*jاذب al-naf*) dan kecenderungan negatif yang merugikan (*داف al-dhurr*).

Daya persepsi ini terdiri atas daya tangkap dari luar dan daya tangkap dari dalam. Daya tangkap dari luar terdapat pada indera, masing-masing panca indera menangkap informasi yang khusus. Dalam hal ini bukan organ fisik yang menangkap informasi, tetapi jiwa sensitif. Informasi yang ditangkap indera kemudian diteruskan kepada daya tangkap dari dalam, diolah, disimpan dan sewaktu-waktu direproduksi kembali.

Ada lima daya tangkap dari dalam yang dilakui informasi, yaitu *al-hiss al-musyarak* (*common-sense*), *al-khayaliyat* (*representasi*), *al-wahmiyat* (*estimasi*), *dzakirat* (*pengingat*) dan *al-mutakaliyyat* (*imajinasi*). *Al-hiss al-musyarak* berfungsi sebagai penangkap obyek-obyek yang ditangkap indera. *Al-khayaliyat* berfungsi menyimpan obyek yang ditangkap indera. *Al-wahmiyat* kemudian melakukan proses abstraksi, disini yang ditangkap bukan obyek, tetapi makna. Makna yang ditangkap oleh *wahmiyyat* kemudian ditangkap oleh *dzakirat* untuk disimpan. Daya yang tertinggi dan terakhir dalam proses pengolahan informasi dan daya tangkap tersebut adalah daya *al-mutakaliyyat*.

Daya ini belum merupakan daya-daya yang khas manusiawi. Pada tahap ini manusia dianggap sama dengan hewan-hewan yang lainnya. Manusia memiliki daya yang berbeda dengan binatang khususnya daya

rasionalitas. Daya rasional inilah yang membedakan manusia dengan binatang dan tumbuhan. Dengan kedua kekuatan daya tersebut manusia mampu menggerakkan badan dan mampu mencapai pengetahuan dengan daya akal teoritis. Yang disebut dengan akal teoritis adalah *al-alimat*. Akal praktis merupakan saluran yang menyampaikan gagasan akal teoritis kepada daya penggerak (*al-muharikat*). Dengan demikian tidak ada tumpang tindih antara akal praktis pada jiwa rasional dan daya penggerak pada jiwa sensitif.<sup>27</sup>

Akal teoritis dan akal praktis bukan merupakan dua daya yang terpisah, melainkan dua sisi dari akal yang sama. Sisi yang menghadap ke bawah (badan) adalah daya praktis dan sisi yang menghadap ke atas adalah teoritis. Al-Ghazali memandang pentingnya akal praktis khususnya untuk kreatifitas dan akhlak. Sedangkan akal teoritis dapat digunakan untuk penyempurna substansinya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan pandangan Imam al-Ghazali mengenai daya-daya yang dimiliki jiwa manusia di dalam beberapa karyanya adalah bahwa akal dalam arti intelektualitaslah yang terpenting pada substansi yang merupakan esensi manusia.

#### c. Pengungkapan nafsu dalam diri manusia

Dalam proses pengungkapan nafsu memang ada kesamaan antara psikolog dan agamawan. Kesamaan tersebut terletak pada pendapat bahwa penyakit mental terjadi ketika adanya gangguan pada jiwa. Menurut kaum psikolog gangguan jiwa itu bermacam-macam, misalnya marah, sakit hati,

---

<sup>27</sup> *ibid*, hal 97

frustasi, takut atau depresi. Demikian pula menurut kaum agamawan bahwa penyakit hati itu terjadi karena manusia memiliki sifat-sifat tercela seperti, iri, dengki, tamak, munafik, sombong, dan rakus.

Penyakit-penyakit mental tersebut dapat diobati manakala diganti dengan perbuatan yang baik (positif). Dalam pandangan Imam al-Ghazali, penyakit mental tersebut dapat diobati dengan mengganti dengan perbuatan terpuji dan selalu mengingat Allah SWT melalui memperbanyak dzikir dan doa. Sedangkan dalam pandangan psikolog, penyakit mental tersebut dapat hilang manakala kita mau membicarakan dengan orang lain.

Mengobati hati dengan dzikir dan doa bagi Imam al-Ghazali tidaklah cukup tanpa disertai dengan adanya proses pertaubatan. Taubat adalah meninggalkan dosa-dosa seketika dan bertekad tidak melakukan lagi<sup>28</sup>. Dalam konteks psikologi dosa-dosa yang dimaksud adalah perasaan bersalah terhadap pihak lain. Maka cara mengobati rasa bersalah tersebut adalah kita jujur mengakui perbuatan dan tidak akan mengulanginya lagi.

Dapat kita simpulkan bahwa konsep pengungkapan emosi menurut Imam al-Ghazali, hampir sama dengan konsep pengungkapan emosi menurut kaum psikolog. Dalam pandangan Imam al-Ghazali bahwa penyakit hati dapat disembuhkan dengan memperbanyak dzikir, berdoa dan bertaubat. Sedangkan dalam lingkungan psikolog, penyakit mental tersebut dapat kita sembuhkan dengan cara kita mau jujur dan mengakui kesalahan-kesalahan.

---

<sup>28</sup> *Ihya Ulumudin*, hal 249

Cara yang dipakai kaum psikolog dan metode Imam al-Ghazali dalam mengobati penyakit hati adalah sama. Kaum psikolog menganggap bahwa emosi negatif dapat menjadi emosi positif, jika kita mengarahkan dan mengganti dengan kegiatan-kegiatan positif. Menurut imam al-Ghazali, potensi Nafsu Ammarah dapat diarahkan ke Nafsu Mutmainnah manakala kita mau mengarahkan kepada perbuatan terpuji.

Anggapan samapun terjadi antara kaum psikolog dan Imam al-Ghazali, yaitu ketika emosi itu terkekang dan tidak terkendali. Menurut Imam al-Ghazali hati yang menuruti hawa nafsu akan merusak badan dan mental seseorang, ia akan memiliki sifat-sifat kebuasan, kebinatangan dan kesyaitanan. Demikian pula pendapat psikolog, bahwa ketika emosi itu terkekang maka akan muncul penyakit-penyakit mental, seperti depresi, stres, frustrasi, dan gangguan jiwa lainnya.

#### d. Analisis

Dari uraian diatas penulis akan menganalisis konsep nafsu menurut Imam al-Ghazali dengan ilmu psikologi sebagai analisisnya. Dalam menganalisis konsep ini penulis tidak berusaha untuk melihat konflik antara psikologi dengan pandangan Imam al-Ghazali, khususnya berkaitan dengan hakekat manusia. Seperti pernyataan Dr. Sarlito W. Sarwono, bahwa psikologi dalam mempelajari manusia tidak secara utuh.<sup>29</sup>

Al-Ghazali seperti telah diuraikan di atas dalam melihat hakekat manusia berusaha tidak terpotong-potong, beliau berusaha untuk memaparkan

---

<sup>29</sup> Sukanto, Mm dan AD Hasyim, *Nafsiologi*, Risalah Gusti, Surabaya, 1995, hal 69

hakekat manusia secara lengkap dan utuh. Manusia dipandang sebagai makhluk ciptaan Tuhan, yang melebihi makhluk ciptaan yang lain. Pandangan ini berkaitan dengan potensi yang dimiliki manusia, khususnya kemampuan intelektualnya. Kemampuan intelektual ini berasal dari kebersihan hati manusia dari hal-hal yang menghalangi untuk berma'rifat kepada Tuhannya.

Dalam bermakrifat ini manusia menggunakan jiwanya (*an-nafs*). *Nafs*, dalam hal ini ada dorongan yang muncul dari dalam hati yang paling dalam. Maka manusia ketika akan berma'rifat kepada Tuhannya, maka harus dibersihkan dari perbuatan-perbuatan yang kotor. Sudah menjadi fitrahnya bahwa dalam diri manusia terdapat perbuatan yang baik maupun yang buruk.

Menurut Imam al-Ghazali, seseorang yang mampu mengaktualisasikan fitrahnya maka ia akan melebihi eksistensi makhluk yang lain. Imam al-Ghazali tidak menafikan bahwa di dalam jiwa manusia itu ada kecenderungan untuk berbuat jelek dan tercela. Hal ini memang telah diciptakan oleh Allah SWT. Hanya manusialah yang diharapkan mampu menundukkan sifat tersebut.

Seperti yang telah disebutkan diatas bahwa dalam menganalisis nafsu ini, penulis menggunakan pandangan psikologi. *Nafs*, dalam kerangka psikologi adalah kepribadian manusia.<sup>30</sup> Ada yang menyebut *nafs*, sebagai dorongan manusia. Sedangkan menurut H. Abu Ahmadi dalam *Psikologi Umum* mendefinisikan nafsu ialah suatu keadaan kerohanian atau peristiwa

---

<sup>30</sup> *ibid*, hal 77

kejiwaan yang kita alami dengan senang atau tidak senang dalam hubungan dengan peristiwa mengenal dan bersifat subyektif, hal ini sering disebut emosi.<sup>31</sup>

Semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Akar kata emosi adalah *movere*, kata kerja Bahasa Latin yang berarti “mengerakkan, bergerak”, ditambah awalan ‘e’ untuk memberikan arti “bergerak menjauh”, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal yang mutlak dalam emosi.<sup>32</sup> Emosi sendiri – rasa sayang, benci, gembira dan marah – tidak memaksa kita untuk melakukan secara tertentu. Tetapi yang kita berikan kepada emosi itu dapat mengarahkan kita kepada tingkah laku tertentu.<sup>33</sup>

Manusia dapat mengendalikan emosi dan memanfaatkan untuk mendapatkan kemajuan hidup. Emosi yang terkendali secara benar dapat menjadi kekuatan luar biasa yang mengubah hidup menjadi lebih baik. Apakah hidup itu menyenangkan atau menyedihkan tergantung pada kemampuan kita dalam mengendalikan emosi. Kemampuan untuk mengendalikan emosi adalah kekuatan yang dapat digali untuk mendapatkan kualitas hidup yang lebih baik.<sup>34</sup>

<sup>31</sup> Drs. H. Abu. Ahmadi, *Psikologi Un.um*, 1997, PT Rineka Cipta, Jakarta

<sup>32</sup> *ibid*, hal 7

<sup>33</sup> *ibid*, hal 19

<sup>34</sup> Martin Wijokongko, *Keajaiban dan Kekuatan Emosi*, Penerbit Kanisius, Jogjakarta, 1997, hal 12

Pada manusia letak emosi ada pada salah satu saraf otak yang bernama *Amigdala* (dari bahasa Yunani yang berarti buah *almond*).<sup>35</sup> Amigdala merupakan saraf yang paling penting bagi otak manusia selain *Hippocampus* (tempat penyimpanan utama bagi ingatan). Kedua struktur saraf tersebut melakukan sebagian besar ingatan dan pembelajaran otak. Amigdala merupakan susunan saraf yang berfungsi untuk emosional. Apabila amigdala dipisahkan dari bagian otak yang lainnya maka akan terjadi ketidakmampuan menangkap makna emosional suatu peristiwa.

Amigdala berfungsi sebagai semacam gudang ingatan emosional dan makna emosi itu sendiri. Tanpa amigdala -tampaknya manusia telah kehilangan semua pemahaman tentang perasaan dan kemampuan untuk merasakan perasaan tersebut seperti, marah, sedih, gembira, takut, benci, cinta, dan berbagai pengungkapan emosi yang lainnya. Joseph LeDoux, seorang ahli saraf di *Centre for Neural Science* di New York University adalah seorang pertama yang menemukan peran kunci amigdala dalam otak emosional.<sup>36</sup>

Penelitian LeDoux menjelaskan bagaimana amigdala mampu mengambil alih kendali apa yang kita kerjakan bahkan sewaktu otak yang berfikir, neokorteks, masih menyusun keputusan. LeDoux dengan beberapa peneliti mau memanfaatkan metode dan teknologi inovatif yang dapat memberikan tingkat ketepatan yang belum dicapai sebelumnya untuk

---

<sup>35</sup> *ibid*, hal 19

<sup>36</sup> *ibid*, hal 20

memetakan otak yang sedang bekerja. Dalam penelitiannya ditemukan bahwa sinyal indra dari mata dan telinga telah lebih dahulu berjalan dari otak menuju talamus kemudian menuju amigdala sedangkan sinyal yang lain dari talamus disalurkan ke neokorteks otak yang berfikir.

Dari peredaran sistem saraf manusia tersebut munculnya bermacam-macam reaksi yang disebut sebagai emosi. Kalau kita ada dalam keadaan bahaya, misalnya jantung kita berdebar-debar, nafas kita pendek dan cepat, tubuh kita berkeringat. Perubahan badaniah semacam ini yang disebut emosi. Reaksi ini mungkin terjadi karena ada ancaman dari luar, misalnya binatang buas, penjahat, atau rasa marah yang tidak terkendali.

Perasaan badaniah yang kita alami berasal dari zat hormon pada urat saraf yang membawa rangsangan ke otak. Zat tersebut adalah *zat adrenalin*. Adrenalin yang berlebihan itu mempersiapkan kita untuk bertindak menurut rasa takut. Perasaan gembira dan sedih juga berhubungan dengan perubahan biokemis dalam otak. Para ahli belum tahu bagaimana badan dan budi bereaksi bersama untuk menghasilkan emosi. Penemuan yang paling penting saat ini adalah bahwa bukan hanya pikiran kita yang menyebabkan emosi tetapi juga biokimia dari badan kita.

Menurut Martin Wijokongko disebutkan bahwa, asal mula kemarahan adalah keinginan yang berlebihan<sup>37</sup>. Dalam hal ini, Imam al-Ghazali menjelaskan dalam Kitab *Kimiya' as-Sa'adah*, bahwa jika seseorang telah mengikuti hasratnya maka segala cara akan ditempuhnya, meskipun jalan itu

---

<sup>37</sup> Martin Wijokongko, *op.cit*, hal 47

tercela dan dilarang oleh agama. Beliau mengatakan “*Ketika kamu marah kamu mencari permusuhan, ketika berhasrat kamu mencari pasangan, ketika lapar kamu mencari makanan, hal seperti inipun dilakukan oleh binatang*”<sup>38</sup>.

Dalam kitab *Ihya'Ulumuddin*, Imam al-Ghazali menerangkan tingkatan kemarahan. *Pertama* kemarahan yang kurang; yaitu hilangnya kekuatan kemarahan dan kelemahannya. Asy-Syafi'i, menjelaskan, “*Barangsiapa yang dibangkitkan kemarahannya, sedangkan ia tidak marah maka ia bagaikan keledai. Yang dituntut darinya adalah sifat wajar, yaitu sifat yang ditunjukkan Allah SWT pada para sahabat Radhiyallahu'anhum, bersikap keras terhadap kaum kafir dan saling menyayangi terhadap sesama*”.

*Kedua* adalah tingkat berlebih-lebihan. Yaitu melampiaskan kemarahan tanpa batas sehingga mengalahkan pelakunya dan berakibat tidak dapat dikendalikan akal maupun petunjuk *syara'*. Maka, dengan itu manusia seperti orang yang tidak berdaya dan ini tercela. Lahirnya terlihat buruk dan menjadi buruk, sedang bentuk batinnya semakin buruk. Mereka merasa puas jika musuhnya kalah dalam peperangan tersebut. Dan mereka akan melampiaskan kemarahannya semakin menjadi seperti biantang buas.

Menurut penulis, sekilas ada kesamaan konsep nafsu menurut Imam al-Ghazali dengan pandangan psikologi. Hal ini mengingat *pertama*, keduanya menganggap bahwa nafsu ada yang bersifat positif dan bersifat negatif. Nafsu yang positif dapat membawa kebaikan manusia, sedangkan

---

<sup>38</sup> Imam al-Ghazali, *Kimia Kebahagiaan*, Mitra Pustaka Jogjakarta, 2004

nafsu yang negatif dapat menjerumuskan manusia. Dalam agama nafsu yang membawa kebaikan itu disebut *nafs mutmainnah*, sedangkan yang membawa keburukan adalah *nafs lawwammah* dan *nafs ammarah*.

*Kedua* nafsu mempunyai keterkaitan dengan organ fisik manusia. Hal ini menimbulkan kesadaran manusia. Menurut William James, keadaan kesadaran ini misalnya; kesenangan, kemarahan, kegembiraan, kesedihan dan lain sebagainya tak lain adalah kesadaran manifestasi fisiologis.<sup>39</sup> Hal ini juga nampak pada pendapat Imam al-Ghazali bahwa nafsu mempunyai keterkaitan dengan akal, hati dan badan untuk menimbulkan gerakan. Menurut Sukanto dan A. Dardiri Hasyim, manusia itu adalah kesatuan antara nafsu dan tubuh yang meliputi seluruh tubuh (*nafsio-psysical entity*).<sup>40</sup>

*Ketiga* nafsu mempunyai dua potensi, yaitu potensi positif dan potensi negatif. Dalam psikologi kita mengenal juga ada emosi positif dan emosi negatif. Menurut Martin Wijokongko dalam buku *Keajaiban dan Kekuatan Emosi* menyebutkan bahwa setiap orang memiliki emosi yang bersifat positif dan emosi yang bersifat negatif. Adapun pembagiannya adalah sebagai berikut ;

1. Emosi positif

- a. Cinta kasih dan kehangatan.

Pengekspresian cinta kasih tampaknya bisa mencairkan hampir seluruh emosi negatif. Kemarahan akan hilang manakala perasaan

---

<sup>39</sup> J. P. Sarte, *op.cit.*, 46

<sup>40</sup> Sukanto dan A. Dardiri Hasyim, *Nafsiologi*, Risalah Gusti, Surabaya, 1995

cinta kasih lebih diutamakan. Selain dapat meredakan kemarahan, cinta kasih dapat menghangatkan perasaan, menyejukkan jiwa, dan memperdalam hubungan antar manusia.

Stephen R. Covey (1989), mengungkapkan bahwa kita menstimulasi kepatuhan kita terhadap hukum kehidupan jika kita menjalani hukum cinta kasih. Dijelaskan bahwa manusia sebenarnya memiliki hati yang lembut, terutama mereka yang bersikap seolah-olah tangguh dan mandiri.<sup>41</sup>

Sesungguhnya cinta kasih itu merupakan emosi inti yang penting dan bisa kita miliki dengan cara membina hubungan yang harmonis dengan Sang Pencipta dan sesama. Kalau mampu mengekspresikan kehangatan cinta kasih dengan raut muka ceria, menyenangkan, simpatik, murah senyum, dan bahagia terhadap sesama. Perasaan manusia yang penuh dengan kehangatan cinta kasih memancarkan antusiasme akan hidup.<sup>42</sup>

b. Penghargaan dan rasa terima kasih

Pada dasarnya, rasa penghargaan atau rasa terima kasih adalah ungkapan kasih sayang yang mendalam bahwa apa yang telah kita terima itu berharga bagi kita. Ucapan terima kasih dan rasa syukur membuka berkat atau kasih sayang dalam bentuk lain, dan memberi kita anugerah untuk menerima berkat lebih besar. Hidup dengan rasa

---

<sup>41</sup> Martin Wijokongko, *op. cit.*, hal 64

<sup>42</sup> *ibid*

penghargaan tulus atas hidup yang penuh dengan kebaikan ini memberikan kekuatan untuk secara baik apa yang menjadi berkat bagi kita.

c. Rasa ingin tahu

Menurut Albert Einstein “*Yang penting adalah jangan pernah berhenti bertanya. Rasa ingin tahu memiliki alasan tersendiri atas keberadaan-Nya. Seseorang akan merasa kagum kalau dia merenungkan misteri kekekalan, kehidupan, dan struktur realitas yang menakjubkan. Sudah cukup bagi seseorang untuk mencoba memahami sedikit misteri setiap hari. Jangan pernah kehilangan rasa ingin tahu yang suci*”.<sup>43</sup>

Manusia tidak mengetahui semua apa yang penting tentang hidup. Pengetahuan manusia sangat terbatas dibandingkan semua misteri yang tersembunyi di balik alam semesta dan kehidupan. Rasa ingin tahu sangat perlu dipelihara karena dengan demikian kita akan selalu belajar dari kehidupan. Pikiran kita akan selalu terbuka terhadap hal-hal baru.

d. Semangat dan obsesi

Semangat dan obsesi merupakan energi vital yang memberikan kinerja untuk meraih apa yang kita cita-citakan. Semangat dan obsesi bisa merubah tantangan menjadi kesempatan yang luar biasa. Bekerja dengan semangat tinggi akan meningkatkan efektifitas. Ini

---

<sup>43</sup> Dikutip dari buku *Familiar Quotation* karya John Bartlett, Boston 1968

memungkinkan manusia untuk meraih berbagai keberhasilan yang didambakannya karena semangat sesungguhnya merupakan energi pendorong.<sup>44</sup>

e. Tekad atau komitmen

Memiliki tekad dan komitmen berarti kita melakukan apa saja yang berguna dan positif untuk meraih tujuan utama yang telah kita tetapkan. Kalau kita ingin lebih berhasil, maka kita harus memiliki komitmen dan tekad yang keras. Dengan semangat yang didasarkan atas tekad dan komitmen, kita dapat meraih apapun yang kita inginkan, asalkan kita mengetahui bahwa yang kita inginkan itu dalam batas realitas dan mungkin kita capai.<sup>45</sup>

f. Fleksibel

Fleksibel berarti bahwa kita dapat menyesuaikan diri. Kalau suatu pendekatan tidak memberikan hasil yang memuaskan maka kita harus memakai pendekatan lain. Kalau suatu pendekatan yang kita percaya dapat memberikan hasil yang maksimal ternyata bukan pendekatan yang terbaik, maka kita harus mengganti pendekatan tersebut dengan pendekatan yang lebih baik.

g. Keyakinan

Keyakinan membuat kita bertindak sekarang juga, tidak hanya menunggu, untuk menghadapi masa depan. Meskipun kita akan

---

<sup>44</sup> Martin Wijongko, *op.cit.*, hal 70

<sup>45</sup> *ibid.*, hal 72

menghadapi berbagai rintangan dan cobaan, tetapi kita memiliki keyakinan bahwa kita akan berhasil. Dengan keyakinan tersebut kita akan menyelesaikan berbagai cobaan yang datang menghantui kita.

h. Kegembiraan:

Kunci dari keberhasilan adalah kegembiraan, karena kita menyadari bahwa apa pun yang terjadi, kesedihan tidak akan pernah menciptakan sesuatu yang lebih baik. Suka cita dan kegembiraan membebaskan seseorang dari beban-beban yang tidak perlu, sehingga ringan saja bagi kita untuk menghadapi beban-beban tersebut.

i. Vitalitas

Kesehatan atau vitalitas sangat berguna di dalam kehidupan manusia. Karena, kalau tidak merawat tubuh kita dengan cara hidup yang sehat, maka sangat sulit untuk bisa merasakan hidup yang nyaman. Hanya dengan kesehatan yang baik kita akan berhasil menghadapi berbagai tantangan hidup dengan sebaik mungkin. Rasa akan validitas atau kesehatan tubuh yang maksimal akan mengalirkan bentuk emosi yang menyenangkan.

j. Pelayanan

Dalam buku *The Seven Habits of Highly Effective People*, Steven R. Covey menyatakan: "Memberi itu hendaknya dilakukan dengan cara yang menguntungkan orang lain dan juga diri sendiri". Pelayanan kepada sesama sangat diperlukan dalam hidup

bermasyarakat. Tetapi bentuk pelayanan tersebut harus seimbang, antara kepentingan kita dan orang lain.<sup>46</sup>

## 2. Emosi negatif

### a. Rasa gelisah

Rasa gelisah pada titik tertentu memang sangat mengganggu. Namun kegelisahan tersebut sebenarnya masih dapat kita tolelir, asalkan kita mampu mengarahkan untuk melakukan tindakan yang positif. Akan tetapi kalau sampai berlebihan, kegelisahan tersebut akan membekukan dan membuat kita berbuat tanpa pertimbangan yang matang dan bijaksana, kita menjadi tidak punya pegangan.

### b. Rasa takut

Sebenarnya rasa takut adalah antisipasi bahwa apa yang akan terjadi memerlukan persiapan. Dalam menghadapi rasa takut, kita bisa mempersiapkan diri untuk menghadapi situasi yang akan terjadi atau melakukan tindakan tertentu untuk mengubah keadaan sebagai tindakan pencegahan.

### c. Sakit hati

Kalau ada satu emosi yang mendominasi hubungan antarmanusia, baik hubungan pribadi atau profesional, emosi itu adalah sakit hati. Sakit hati menunjukkan bahwa ada sesuatu harapan yang tidak terpenuhi. Sering kali kita merasakan bahwa orang lain itu seharusnya menepati kata-kata mereka, tetapi mereka melanggarnya.

---

<sup>46</sup> Untuk lebih mendalami tentang sinergi, *lih.* Stephen R. Covey, 1989

d. Marah

Aristoteles mengatakan “*Setiap orang bisa marah, dan itu mudah. Akan tetapi untuk marah pada orang yang benar, dalam waktu yang benar, dengan tujuan yang benar, dan dengan cara yang benar adalah tidak mudah dan tidak semua orang dapat melakukannya*”. Kemarahan datang ketika ada aturan atau standar yang kita pegang teguh tetapi dilanggar orang lain atau kita sendiri.

e. Frustrasi

Frustrasi berbeda dengan kekecewaan. Kekecewaan itu perasaan yang mengungkapkan bahwa sesuatu yang kita inginkan atau harapkan tidak akan terpenuhi. Sedangkan frustrasi adalah suatu panggilan untuk bertindak yang penting. Frustrasi menyampaikan pesan bahwa solusi yang lebih baik terhadap masalah yang kita hadapi sekarang ini bisa kita temukan.<sup>47</sup>

f. Kecewa

Kekecewaan adalah emosi yang sangat merusak kalau tidak segera diatasi. Kecewa adalah perasaan hancur karena kita merasa telah “kalah” atau kita akan kehilangan sesuatu untuk selamanya. Kita merasa kecewa, sedih atau gagal karena mengharapkan sesuatu melebihi kemampuan atau kekuatan kita untuk meraihnya.

---

<sup>47</sup> Martin Wijokongko, *op.cit* hal 48

g. Rasa bersalah

Rasa bersalah muncul ketika kita merasa kita melanggar suatu aturan. Dan kita dituntut untuk memperbaiki keadaan tersebut. Rasa bersalah atau menyesali pelanggaran perbuatan tersebut adalah kekuatan yang dapat mengubah tingkah laku buruk seseorang menjadi baik.

h. Rasa tidak berharga

Perasaan tidak berharga terjadi pada saat kita merasa tidak melakukan sesuatu yang seharusnya dapat kita lakukan. Perasaan tersebut akan bertambah kuat ketika kita merasa ada yang kurang dalam diri kita, mungkin kemampuan, kekayaan atau ilmu pengetahuan kita.

i. Tidak berdaya

Orang yang tidak berdaya merasakan bahwa tidak ada sesuatu yang dapat dilakukan untuk mengubah situasi. Dia cenderung melihat masalah sebagai terlalu rumit dan besar untuk dipecahkan.

j. Kesepian

Kesepian terjadi manakala kita merasakan sendiri dan kita membutuhkan orang lain. Kesepian menunjukkan bahwa kita perlu membuka diri kepada orang lain. Berhubungan dengan orang lain secara efektif merupakan salah satu upaya menghapus kesepian kita.

Pembahasan nafsu tidak bisa lepas dari pembahasan tentang manusia.

Sedangkan pembahasan tentang manusia tidak bisa lepas dari ilmu psikologi.

Dalam sejarah perkembangan ilmu psikologi, tidak bisa lepas dari pro dan kontra pemikiran tokoh psikoanalisis, yaitu Sigmund Freud. Menurut Freud, kesadaran manusia hanya sedikit sekali yang muncul dipermukaan. Sedangkan ketidaksadaran merupakan bagian terbesar yang mengendap di bawah kesadaran. Ia melukiskan tiga sistem kepribadian manusia yaitu, *Id*, aspek biologis yang menganut prinsip kesenangan, *Ego*, aspek psikologis yang menganut prinsip realitas, dan *Super Ego*, yang menganut aspek sosiologis sebagai aspek moral kepribadian. Pandangan Freud sering ditentang oleh kalangan teologi, karena ia telah menyisihkan peran Tuhan secara total.

Begitu pula dengan aliran Behaviorisme, tokohnya adalah J.B. Watson dan B.F. Skinner. Bahkan dalam pandangannya jarang sekali ditemukan nilai-nilai teologinya, yang bersifat metafisis. Dalam pandangannya manusia berbuat sesuatu dalam lingkungannya untuk mendatangkan akibat-akibat, entah untuk mendatangkan pemenuhan kebutuhan atau menghindari datangnya hukuman atau pengalaman yang tidak enak.<sup>48</sup>

Tokoh yang lainnya adalah Abraham Maslow, teori yang terkenal adalah Humanistik. Dalam pandangannya manusia memiliki perjuangan atau kecenderungan yang dibawa sejak lahir untuk mengaktualisasikan dirinya. Proses aktualisasi inilah yang menurut Abraham Maslow sebagai titik puncak kebutuhan setiap manusia.

---

<sup>48</sup> Djamaludin Ancok, *op.cit.* hal 72

Imam al-Ghazali yang hidup pada masa yang jauh dari beberapa tokoh psikologi di atas telah lebih dahulu menguraikan secara jelas apa yang menjadi pertanyaan kaum psikologi, khususnya berkaitan tentang apa yang disebut psikis. Pertanyaan inilah yang mendasari beberapa teori-teori psikologis, meskipun diantara para psikologi tetap terjadi pertentangan. Pertentangan ini karena masing-masing teori mempunyai dasar teorinya.

Dalam pandangan kaum psikologis apa yang disebut Imam al-Ghazali sebagai *nafs* juga tidak lepas dari pertentangan. Seperti telah dijelaskan diatas, bahwa *nafs* menurut pandangan Imam al-Ghazali adalah sesuatu yang bersifat immateriil, tidak bertempat dan tidak berubah-ubah.<sup>49</sup>

Dalam pandangan Sigmund Freud (1856), *nafs* tersebut adalah alam bawah sadar (*unconscious mind*). Bagian ini mencakup segala sesuatu yang sangat sulit dijangkau dan dibawa ke alam sadar.<sup>50</sup> Menurut Freud, alam bawah sadar adalah sumber motivasi dan dorongan yang ada dalam diri manusia, apakah itu hasrat yang sederhana seperti makan atau seks, atau motif yang mendorong seseorang seniman atau ilmuwan untuk berkarya.<sup>51</sup>

Sedangkan menurut Carl Gustav Jung (1875) *nafs*, (*psyche*/jiwa) terbagi menjadi tiga bagian. Pertama adalah ego yang diidentifikasi sebagai alam sadar, kedua adalah alam bawah sadar personal dan ketiga

---

<sup>49</sup> al-Ghazali, *Mi'raj al-Salikin*, ibid

<sup>50</sup> C. George Boeree, *Personality Theories, Melacak Kepribadian Anda Bersama Psikologi Dunia*, Prisma Sophie, cet I. 2004, hal 36

<sup>51</sup> ibid, hal 36

adalah alam bawah sadar kolektif.<sup>52</sup> Menurut Jung, alam bawah sadar kolektif berisi arketipe. Jung juga menyebutnya dengan dominan, imago, atau bayang-bayang. Namun yang paling terkenal adalah arketipe. Arketipe adalah kecenderungan yang tidak dapat dipelajari untuk mengalami hal-hal tertentu melalui jalan-jalan tertentu.

Arketipe tidak mempunyai wujud pada dirinya sendiri, tetapi ia bereaksi sebagai "prinsip penentu" pada apa-apa yang kita lihat dan kita lakukan. Hal ini sama dengan pandangan Imam al-Ghazali bahwa *nafs* juga sebagai penentu akan perbuatan dan pikiran kita atau *ikhtiyar fi al-fi'l wa al-tark*.<sup>53</sup> Dalam teorinya tentang kepribadian, Jung melihat bahwa di dalam diri setiap manusia terdapat energi psikis. Energi inilah yang berfungsi menjalankan fungsi kepribadian.<sup>54</sup> Menurut Jung, energi psikis merupakan suatu konstruk hipotesis, bukan merupakan suatu substansi atau gejala kongkrit. Maka dari itu, energi psikis tidak dapat diukur atau dirasakan.<sup>55</sup> Energi psikis terungkap melalui aktualitas dan potensial. Dalam pandangan Imam al-Ghazali hal ini disebut *al-akhl*.

Pandangan lain tentang nafsu adalah berasal dari tokoh psikolog Humanistik, yaitu Abraham Maslow. Menurut Maslow, hakekat manusia memiliki kodratnya sendiri yang hakiki. Menurutnya kodrat manusia

---

<sup>52</sup> *ibid*, hal 166

<sup>53</sup> Muhammad Yasir Nasution, *ibid* hal 72

<sup>54</sup> Calvin S. Hall & Gardner Lindzey, *Teori-Teori Psikodinamika (Klinis)*, Kanisius, 1993, hal 198

<sup>55</sup> *ibid*

sebenarnya adalah baik, lemah lembut, serta halus. Meskipun ia bersifat lemah lembut, namun ia jarang hilang pada orang normal. Meskipun diingkari, namun ia tetap bertahan secara diam-diam dan selalu mendesak untuk aktualisasi diri.

Dalam pandangan Maslow pada dasarnya manusia mempunyai kecenderungan untuk baik, namun dalam perjalanannya sering terjadi pembelokan dan pengingkaran, hal ini disebut *psikopatologis*. Manusia dalam perkembangannya harus dapat mengaktualisasikan potesinya. Hal ini diharapkan dapat membentuk kepribadian yang baik, sehat, normal dan pada puncaknya adalah kematangan pribadi.<sup>56</sup> Hal ini sama dengan pandangan Imam al-Ghazali, bahwa pada dasarnya manusia diciptakan untuk mengaktualisasikan kemampuannya, dengan akal dan hatinya.

Pandangan Imam al-Ghazali tentang nafsu, juga berkaitan dengan penyakit mental. Menurut beliau, bahwa nafsu yang ada pada manusia dapat menyebabkan beberapa penyakit mental. Hal ini karena manusia lebih dipengaruhi oleh sifat-sifat tercela. Maka untuk menghilangkan sifat-sifat tersebut maka manusia harus melatih diri untuk merubah dengan perbuatan-perbuatan baik. Dalam kitab *Ihya'ulumudin*, beliau menerangkan tentang bagaimana menghilangkan sifat-sifat tercela.

... dan lain-lain.

---

<sup>56</sup> Calvin S. Hall & Gardner Lindzey, *Teori-Teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)*, Kanisius, 1993, hal 108

<sup>57</sup> Imam al-Ghazali, *Ihya'ulumudin*, op.cit, hal 160

Dalam pandangan psikologis ada bermacam-macam pendapat mengenai penyakit mental tersebut. Sigmund Freud, menyebutkan ada tiga jenis gangguan mental yang ada dalam perkembangan manusia. Beliau menyebutkan dengan kecemasan (*anxiety*). Pertama, *kecemasan realistik*, dalam hal ini yang dimaksud Freud adalah perasaan rasa takut. Kedua, *kecemasan moral*, yang dimaksud Freud adalah rasa malu, bersalah, dan takut mendapatkan sanksi. Ketiga, *kecemasan neurotik*. Kecemasan ini muncul karena rangsangan *Id*. Kecemasan ini ditandai dengan perasaan gugup, tidak bisa mengendalikan diri, perilaku, akal, bahkan pikirannya sendiri.<sup>58</sup>

Sedangkan menurut aliran Behaviorisme, penyakit mental seperti pandangan Imam al-Ghazali diatas, muncul akibat adanya tiga dimensi primer.<sup>59</sup> Pandangan ini berasal dari tokoh Behaviorisme yaitu William Sheldon. Menurutnya, ketiga dimensi itu secara kasar sejalan dengan tiga kategori diagnostik yang sering digunakan dalam diagnosa psikiatrik. Komponen psikiatrik pertama adalah *afektif* yang pada kadar tertinggi melahirkan psikosis maniak dan depresi ekstrim. Kedua adalah *paranoid*, delusi yang paling kuat adalah perasaan dihantui dan merasa terkutuk. Jenis ketiga adalah *heboid*, hal ini mengejala dalam bentuk *hebefrenik psikosis skizofrenik* (menarik diri secara ekstrim).<sup>60</sup>

---

<sup>58</sup> C. George Boercc. *op.cit*, hal 43

<sup>59</sup> Calvin & Gardner. *Teori-Teori Sifat dan Behaviorisme*, *op.cit*, hal 119

<sup>60</sup> *ibid*, hal 119

Pandangan yang lain berasal dari kalangan Humanistik. Menurut tokohnya, Abraham Maslow, penyakit mental terjadi akibat manusia tidak pernah berhasil menjalin relasi-relasi yang baik dengan orang lain dan tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Kendati kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat diabaikan, namun dalam arti lain kebutuhan itu sangat kuat. Sehingga jika gagal dipuaskan maka akan timbul masalah-masalah psikologis.<sup>61</sup>

Penyakit-penyakit mental tersebut dapat diobati manakala diganti dengan perbuatan yang baik (positif). Dalam pandangan Imam al-Ghazali, penyakit mental tersebut dapat diobati dengan mengganti dengan perbuatan terpuji dan selalu mengingat Allah SWT melalui memperbanyak dzikir dan doa. Sedangkan dalam pandangan psikolog, penyakit mental tersebut dapat hilang manakala kita mau membicarakan dengan orang lain.

Mengobati hati dengan dzikir dan doa bagi Imam al-Ghazali tidaklah cukup tanpa disertai dengan adanya proses pertaubatan. Taubat adalah meninggalkan dosa-dosa seketika dan bertekad tidak melakukan lagi<sup>62</sup>. Dalam konteks psikologi dosa-dosa yang dimaksud adalah perasaan bersalah terhadap pihak lain. Maka cara mengobati rasa bersalah tersebut adalah kita jujur mengakui perbuatan dan tidak akan mengulanginya lagi.

Dari uraian diatas penulis memandang bahwa bahwa pandangan Imam al-Ghazali lebih bersifat transenden. Artinya bahwa persoalan yang

---

<sup>61</sup> Frank G. Goole, *Madhab Ketiga, Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, Kanisius, 1987 hal 124

<sup>62</sup> *Ihya Ulumudin*, hal 249

menyangkut eksistensi manusia ada keterkaitan dengan Tuhannya. Sedangkan dalam pandangan psikologi masih berkisar pada persoalan-persoalan klinik dan manusianya. Adanya berbagai penyakit mental, menurut kaum psikolog disebabkan manusia terlalu dikekang keinginannya (*libido/hasrat*, Psikoanalisis) dan penyembuhannya pun melalui pemenuhan hasrat tersebut. Sedangkan menurut Imam al-Ghazali penyembuhan beberapa penyakit mental tersebut dengan jalan merubah menjadi perbuatan baik dengan jalan tobat dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Dalam proses pengungkapan nafsu, psikolog dan Imam al-Ghazali memandang penting dalam pengobatan penyakit mental. Hanya saja dalam pandangan Imam al-Ghazali lebih bersifat transenden dan metafisiss. Dimana dalam proses pengungkapan diri ini manusia lebih diarahkan pada pendekatan diri pada Allah SWT melalui banyak dzikir dan berdoa. Sedangkan untuk kalangan psikolog lebih bersifat klinis. Dimana dalam pengungkapan diri ini pasien lebih banyak dibantu dengan perangkat keilmuan kedokteran dan medis. Seperti yang pernah dilakukan oleh James W. Panebakker.

James W. Panabeker adalah seorang dokter dan konselor yang pernah meneliti tentang proses pengungkapan diri. Dimana pasien diharapkan mampu untuk mengungkapkan berbagai gejala jiwanya. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa pasien yang mampu mengungkapkan dirinya akan sembuh dari penyakit mentalnya. Sedangkan sebaliknya, jika pasien lebih banyak tertekan jiwanya maka ia akan mengalami gangguan jiwa yang lebih akut.