

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari adanya diversitas atau perbedaan pemahaman terhadap judul skripsi yang ada di atas, penulis mencoba menjelaskan beberapa istilah yang dipakai sebagaimana yang tertera di bawah ini:

1. Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Psikologi Humanistik

a. Konsep

Menurut Abraham Maslow yang dikutip Dyah Sukamawati, Konsep adalah pemikiran atau gagasan yang bersifat umum dan dapat menerima generalisasi.²

b. Aktualisasi diri

Aktualisasi diri menurut Abraham Maslow adalah penggunaan, pemanfaatan secara penuh bakat, kapasitas-kapasitas, potensi-potensi dan sebagainya.³ Mengembangkan potensi yang ada pada dirinya baik yang sudah nampak maupun yang masih laten.

² Dyah Sukamawati, *Relevansi konsep Iman Kepada Qodho dan Qodar dengan Penerimaan Diri dan Aktualisasi Diri dalam Psikologi, Skripsi*, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2001.

³ Frank Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius; cet. XI, 2002), hlm. 48.

c. Perspektif

Dalam kamus Bahasa Indonesia Kontemporer diartikan dengan sudut pandang atau pandangan.⁴

d. Psikologi Humanistik

Psikologi humanistik yaitu pendekatan multifase terhadap pengalaman dan tingkah laku manusia, yang memusatkan perhatian pada keunikan dan aktualisasi diri manusia. Psikologi humanistik yang dikenal sebagai mazhab ketiga dalam psikologi lebih menekankan pada penghargaan yang tinggi terhadap eksistensi manusia dan mengembangkan potensi dasar manusia, terutama potensi untuk menjadi manusiawi, memahami diri dari orang lain serta berhubungan dengan mereka, mencapai pemuasan atas kebutuhan dasar manusia, tumbuh kearah aktualisasi diri.⁵

Jadi yang dimaksud dengan Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Psikologi Humanistik adalah pemikiran atau gagasan tentang aktualisasi diri menurut kacamata Abraham Maslow dalam pandangan psikologi humanistik.

2. Relevansinya dengan Konseling Islam

a. Relevansi

Relevansi diartikan sebagai hubungan atau kaitan.⁶ Hubungan artinya keadaan berhubungan atau dihubungkan. Kata relevansi dapat pula

⁴ Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi-2, (Jakarta: Balai pustaka, 1995), hlm. 1060.

⁵ Henryk Misiak, *Psikologi Fenomenologi, Eksistensial, Dan Humanistik*, Bandung: PT. Eresco, 1998, hlm. 175.

⁶ Dep. Dik. Bud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Balai Pustaka, 1989), hlm. 738.

diartikan dengan korelasi yang berasal dari bahasa Inggris *correlation*, yang berarti hubungan. Dalam ilmu statistik istilah korelasi diartikan sebagai hubungan antara dua variabel/ lebih yang saling pengaruh mempengaruhi.⁷ Adapun yang dimaksud dalam studi ini relevansi adalah hubungan atau titik temu antara dua variabel yang telah ditentukan.

b. Konseling Islam

Dalam Kamus Bahasa Inggris konseling berasal dari kata “*counseling*” yang artinya ; pemberian nasehat, penyuluhan dan perembukan.⁸ Sedangkan kata konseling (*counseling*) berasal dari kata *counsel* yang diambil dari bahasa latin yaitu *councilium*, artinya “bersama” atau “bicara bersama”.⁹ Melihat definisi konseling di atas maka konseling dapatlah diartikan sebagai proses menolong orang agar dapat mengatasi sendiri masalah-masalah atau kesukaran-kesukaran yang dihadapinya secara perseorangan dengan mempergunakan teknik-teknik bimbingan.¹⁰ Jadi yang dimaksud dengan konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang

⁷ Anas Sudijono, *Statistik Pendidikan Suatu Pengantar* , (Jakarta : Rajawali, 1989), hlm. 167.

⁸ John Muhamad. Echols, Hasan Sadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia, cet. XXIII, 1996), hlm. 150.

⁹ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, cet. III, 2001), hlm. 4.

¹⁰ Hadiri Nawawi, *Administrasi dan Organisasi Bimbingan dan Penyuluhan*, (Jakarta: GHALIA INDONESIA, cet. II, 1986), hlm. 29.

seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia maupun di akhirat.¹¹

Jadi secara operasional yang dimaksud dengan Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Psikologi Humanistik dan Relevansinya dengan Konseling Islam adalah hubungan antara gagasan aktualisasi diri menurut pandangan Abraham Maslow dalam psikologi humanistik dengan Konseling Islam.

B. Latar Belakang Masalah

Sepanjang 1960-an dan seiring gerakan konseling yang ada di Inggris Raya muncul berbagai terapi memusatkan perhatian dan pengalaman subjektif, tanggungjawab pribadi, dan makna pribadi. Apabila menengok pada nilai penting manusia spiritual akan menjadi refleksi atas kebudayaan barat secara utuh, terutama pada gerakan kesadaran (*consciousness movement*) atau budaya tandingan (*counter culture*), daripada perlawanan eksplisit terhadap psikologi positivis misalnya psikologi deterministik yaitu psikologi yang berpandangan pada realitas objektif yang menghilangkan pengalaman pribadi manusia. Dimana yang sebelumnya psikoterapi telah dianggap secara mendasar sebagai interaksi satu lawan satu antara terapi dengan klien. Kemudian penekanannya menjadi ada pada sekelompok orang dan satu orang atau beberapa pemimpin.¹²

¹¹ Tohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 5.

¹² Helen Graham, *Psikologi Humanistik dalam Konteks Sosial, Budaya dan Sejarah*, Penerj: Akhmad Chusairi dan Ilham Nur Alfian, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar; cet. I, 2005,), hlm. 83.

Pergeseran tersebut berakibat pada ketertarikan pada diri secara terang-terangan tidak sedikit diilhami diperkuat, dan dilegitimasi dalam bangunan karya-karya teoritis yang terus dikembangkan oleh psikologi. Seperti yang dijelaskan Carl Rogers, yang menolak memandang manusia sebagai budak ketidak menentuan lingkungan dan masalahnya dan mencoba suatu pandangan penuh alternative tentang manusia agar menjadi pandangan mekanis tentang manusia yang sangat dominan dalam Pemikiran Barat. Perhatian yang menitik beratkan pada individu sebagai seorang perseptor dan penafsir diri dan dunianya, dan penentu dari perilakunya sendiri, mendorong kembali pertanyaan mendasar tentang kodrat diri manusia, jiwa atau *psyche* dan perkembangannya dan penetapan kembali konsep diri, harga diri, agenda (*agency*), tanggungjawab pribadi, pilihan-pilihan dan keberarahan (*internationality*) sebagai persoalan- persoalan yang sah bagi psikologi. Dalam hal ini sebagai ujung tombak dari proses pergeseran titik perhatian menuju penekanan tentang "Psikologi Manusia" (*psychology of being*) adalah Abraham Maslow.¹³

Perhatian utama Maslow pada *Psikologi Humanistik (peak experience)* pengalaman puncak mencerminkan perhatiannya pada aspek-aspek spiritualitas tentang humanitas. Ia menganggap hal ini sebagai bukti kemampuan manusia untuk mentransendenkan pengalaman pribadi yang hadir menuju kepada beberapa pengalaman atau realitas puncak.

¹³ *ibid*, hlm. 85

Dimana memusatkan perhatiannya pada kesadaran yang diperluas, pengalaman keagamaan, dan kebutuhan spiritual dalam diri manusia.¹⁴ Dimana dalam gagasan yang disampaikannya adalah dalam menempuh tujuan akhir yaitu aktualisasi diri (*being needs*), memerlukan pemenuhan kebutuhan (*deficit needs*) digambarkannya dalam rangkaian piramid yang disebutkannya sebagai hierarki kebutuhan.¹⁵

Aktualisasi diri adalah aktualisasi dalam bidang yang memang telah dia pilih atau akrabi. Misalnya, seseorang telah memilih jalan kehidupannya menjadi tentara dan ternyata memang dia berhasil menjadi tentara. Pada awalnya, dia berpangkat letnan dua, dengan mempunyai kepribadian normal, dan kemauan yang kuat maka suatu saat nanti akan mencapai pangkat yang lebih tinggi. Untuk menjadi jenderal, banyak hambatan yang harus ia hadapi.¹⁶ Meski pun demikian, apabila kepribadiannya benar-benar normal, dia tidak akan mencelakakan orang-orang lain yang menurut dia menghambat usahanya tersebut. Dia tidak akan memfitnah saingannya dan juga tidak akan mencari muka pada atasannya karena kepribadian dia bukanlah kepribadian yang aneh-aneh. Karena itu, ambisinya bukan ambisi yang merusak.

Pandangan Maslow yang pada dasarnya disusun oleh motivasi manusia dan dampak dari tujuan dan maksud dari perilaku dapat diasumsikan sebagai bentuk

¹⁴ *ibid*, hlm. 88

¹⁵ George Boeree, *Personality Theories*, Penerj: Inyik Ridwan Muzir, (Yogyakarta: PRISMASOPHIE; cet. III, 2006,), hlm. 278.

¹⁶ Budi Dharma, *Politikus Ambisius dan Sastrawan Ambisius*, (Kompas: 23 November 2003).

usaha manusia atas keinginannya untuk maju, berkembang, dan tidak terbelakang dari bidang atau dunia yang sudah menjadi pilihannya.

Kegiatan konseling yang diasumsikan bagi orang-orang yang mempunyai masalah mengakibatkan hubungan yang bersifat membantu karena adanya hubungan struktur konseling dan konselor. Hubungan membantu yang bertujuan untuk mengubah kepribadian individu agar mampu menyadari permasalahan yang mereka hadapi dan mampu menentukan penyelesaiannya sendiri. Pelaksanaan konseling yang bertahap mempunyai tujuan sebagaimana Krumboltz mengklasifikasikan tujuan konseling menjadi tiga yaitu mengubah perilaku yang salah penyesuaian, belajar membuat keputusan, dan mencegah timbulnya masalah. Selain tujuan yang bersifat operasional dan jangka pendek tersebut, menurut Patterson, tujuan konseling di bagi menjadi tujuan pendek, menengah, dan akhir. Dalam tujuan akhir ini konseling lebih dikatakan sebagai ilmu yang universal dalam arti dapat digunakan semua kalangan dalam posisi apapun. Tujuan akhir dari konseling adalah sejalan dengan tujuan hidupnya yaitu yang disebut oleh Maslow sebagai aktualisasi diri.¹⁷

Faktor inilah yang mendorong penulis untuk mencoba mengkaji lebih jauh tentang psikologi humanistik khususnya adalah pemikiran Abraham Maslow tentang aktualisasi dalam relevansinya dengan Konseling Islam.

Menurut asumsi penulis dimana aktualisasi diri adalah manifestasi dari penggalian potensi diri dan bentuk kesadaran atas kekurangan diri yang dimilikinya maka hal ini selaras dengan Psikologi Islami yaitu manusia adalah makhluk unik

¹⁷ Latipun, *op.cit*, hlm. 7.

membentuk komposisi (struktur) yang sistematis, utuh, integritas, dan sempurna.¹⁸ Dalam hal ini sejalan dengan pendekatan psikologi humanistik yang cenderung holistik dan bukan reduksionis, dalam arti bahwa manusia dipandang sebagai totalitas yang unik, tidak dapat satupun di antaranya yang dapat dipelajari secara terpisah.¹⁹ Sehingga dapat menjadikan seorang individu menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan dunia akhirat.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan abstraksi di atas maka dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut: Apakah ada hal-hal dari aspek aktualisasi diri gagasan Abraham Maslow yang bisa digunakan demi efektifitas Konseling Islam?

D. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian yang berjudul Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Psikologi Humanistik Dan Relevansinya Dengan Koseling Islam adalah:

- a. Untuk mendiskripsikan konsep aktualisasi diri menurut gagasan Abraham Maslow dalam Psikologi Humanistik dan Konseling Islam
- b. Untuk melihat persamaan-persamaan dan perbedaan-perbedaan antara konsep aktualisasi diri menurut gagasan Abraham Maslow dalam Psikologi Humanistik dan Konseling Islam sehingga diketahui relevansi antara keduanya

¹⁸ Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, cet. I, Januari 2004), hlm. 306.

¹⁹ Helen Graham, *op.cit*, hlm. 92.

E. Kegunaan penelitian

Adapun kegunaan yang penulis harapkan dari studi ini adalah:

1. Manfaat teoritik

Untuk menambah wawasan pengetahuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam tentang bagaimana relevansi Psikologi Humanistik khususnya konsep aktualisasi diri pemikiran Abraham Maslow dengan Konseling Islam sehingga tujuan akhir Konseling Islam dapat tercapai yaitu membantu individu dalam mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

2. Manfaat praksis

Diharapkan dapat memberi gambaran manfaat yang dapat diambil dari konsep aktualisasi diri menurut pandangan Psikologi Humanistik. Sehingga dapat dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan Konseling Islam dan sebagai wujud sumbangsih penulis kepada jurusan Bimbingan dan Konseling Islam di lingkup fakultas Dakwah. Terlebih individu yang dalam posisi apa pun dan bagaimana pun sebagai usaha untuk mewujudkan eksistensi diri yaitu sebagai makhluk individu, sosial, dan makhluk Tuhan.

F. Kerangka teoritik

1. Aktualisasi Diri dalam Tinjauan Kesehatan Mental

Aktualisasi diri adalah bagian terpenting dalam usaha seorang manusia dalam mengembangkan dirinya. Dalam diri seseorang perkembangan tersebut sangat

dipengaruhi oleh keadaan jiwa dan mentalnya. Salah satu cabang ilmu terpenting dalam psikologi adalah kesehatan mental, dapat dipahami ketika psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang “jiwa” manusia. Begitu juga dengan Al-Ghazali Istilah Kesehatan Mental disebut dengan persoalan yang membahas tentang jiwa (Nafs) dan kebahagiaan (sa’adah).²⁰ Dalam penjelasan yang lain, Kartini Kartono menjelaskan Ilmu Kesehatan Mental adalah ilmu yang mempelajari masalah kesehatan mental atau jiwa, yang bertujuan mencegah timbulnya gangguan atau penyakit mental dan gangguan emosi, dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan penyakit mental, serta memajukan kesehatan jiwa rakyat.²¹

Kesehatan jiwa menurut pandangan ilmu kedokteran adalah suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu selaras dengan keadaan orang lain. Makna kesehatan jiwa mempunyai sifat-sifat yang harmonis dan memperhatikan semua segi-segi dalam kehidupan manusia dan dalam hubungan dengan orang lain.²²

Abdul Aziz El-Quusy mendefinisikan kesehatan jiwa sebagai keserasian yang sempurna atau integrasi antara fungsi-fungsi jiwa yang bermacam-macam, disertai kemampuan untuk menghadapi kegoncangan jiwa ringan yang biasa terjadi pada seseorang, di samping secara positif dapat merasakan kebahagiaan. Sunyinya orang dari ketegangan batin dan kebimbangan, serta kemampuan untuk mengatasi

²⁰ Hasan Langgulung, “*Teori-Teori Kesehatan Mental*”, (Jakarta: Pustaka Al-Husna, cet. I,1986), hlm. Vii.

²¹ Kartini Kartono, “*Hygiene Mental*”, (Bandung: Mandar Maju, cet. VII,2000), hlm. 3.

²² Dadang Hawari, Al-qur’an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa, (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, cet. IX,1999), hlm. 12.

pertentangan merupakan syarat utama bagi kesehatan jiwa. Fungsi-fungsi kehidupan kejiwaan dengan segala macam unsurnya adalah penyesuaian diri manusia terhadap lingkungan sosial dan ekonomi yang tujuannya untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan manusia yang bisa tercapai melalui integrasi dengan lingkungannya.²³ Kesehatan Mental adalah Pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan, dan memanfaatkan segala potensi, bakat, dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari neurosis (gangguan jiwa).²⁴

Menurut Abdul Aziz El-Quusy Ilmu kesehatan jiwa tersebut memperbincangkan tentang kehidupan kerokhaniaan yang sehat, yaitu dengan memandang pribadi manusia sebagai satu totalitas *psiko-fisik* yang kompleks. Pribadi yang terintegrasi dengan baik akan dengan mudah memulihkan macam-macam ketegangan dan konflik-konflik batin secara spontan dan otomatis, dan mengatur urutan pemecahan menurut prioritas dan hierarkinya. Hasil yang dapat dilihat adalah pribadi tersebut mendapatkan keseimbangan batin, dan jiwanya ada dalam keadaan tenang seimbang. Sedang jasmani yang sehat ditandai oleh ciri-ciri sebagai berikut: punya energi yang cukup, ada stamina (daya-tahan), memiliki kekuatan untuk bekerja, dan badan senantiasa merasa nyaman sehat. Orang yang memiliki mental yang sehat ditandai dengan sifat-sifat antara lain: mempunyai kemampuan-kemampuan untuk bertindak secara efisien. Mempunyai tujuan hidup yang jelas,

²³ Abdul Aziz El-Quusy, "Pokok-Pokok Kesehatan Mental", Penerj: Zakiah Daradjat, (Jakarta: Bulan Bintang; cet. I, 1974), hlm. 38.

²⁴ Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Gunung Agung; cet. VII, 1979), hlm. 12.

punya konsep diri yang sehat, ada koordinasi antara segenap potensi dengan usaha-usahanya, memiliki *regulasi-diri* dan *integrasi kepribadian*, dan batinnya selalu tenang.

Abdul Aziz El-Quusy juga mengemukakan pendapatnya tentang pribadi normal dengan mental yang sehat akan bertingkah laku serasi, tepat dan bisa diterima oleh masyarakat pada umumnya; sikap kehidupannya sesuai dengan norma dan pola hidup kelompok masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal yang memuaskan. Pada prinsipnya pribadi normal dengan mental sehat memiliki *integritas jasmaniah dan rokhaniah* yang ideal. Kehidupan psikisnya stabil, tidak banyak mendendam konflik internal; suasana hatinya tenang,imbang, dan jasmaninya selalu sehat.

Dari penjabaran di atas menurut Kartini Kartono dalam bukunya "*Hygiene Mental*",²⁵ indikator normalitas atau kesehatan mental berhubungan dengan kehidupan sosial meliputi:

- a. integrasi kejiwaan
- b. kesesuaian tingkah laku sendiri dengan tingkah laku sosial
- c. adanya kesanggupan melaksanakan tugas-tugas hidup dan tanggungjawab sosial
- d. efisien dalam menanggapi realitas hidup.

Menurut Islam, kesehatan jiwa dijelaskan sebagai kematangan emosi dan sosial. Kematangan ini disertai dengan adanya kesesuaian diri dan lingkungan sekitarnya. Kemampuan untuk bertanggungjawab atas kehidupan, serta menghadapi

²⁵ Kartini Kartono, "*Hygiene Mental*", op. cit, hlm. 5.

segala persoalan yang dihadapi diiringi dengan adanya menerima kenyataan atau realitas hidup, rasa keridhaan, dan kebahagiaan terhadap apa yang terjadi.

2. Kesehatan Jiwa dalam Tinjauan Islam

Dalam Islam orang dapat dikatakan sehat jiwanya dapat diindikasikan oleh tiga hal pokok kesehatan mental yaitu:²⁶

- a. Sisi spiritualitas: adanya keimanan kepada Allah, konsisten dalam melaksanakan ibadah kepada-Nya, menerima takdir dan ketetapan yang digariskan oleh-Nya, selalu merasakan kedekatan pada Allah, memenuhi segala kebutuhan hidupnya dengan cara yang halal, dan selalu berdzikir pada Allah.
- b. Sisi sosial: cinta pada orang tua, anak dan pasangan hidup (suami/istri), suka membantu orang-orang yang membutuhkan, amanah, berani mengatakan kebenaran, menjauhi segala hal yang dapat menyakiti manusia (seperti berbohong, menipu, mencuri, berzina, membunuh, sumpah palsu, memakan harta anak yatim, memfitnah, iri, dengki, menggunjing, gosip, khianat ataupun menzalimi) jujur kepada orang lain, suka bekerja dan mampu membawa tanggung jawab sosial.
- c. Sisi biologis: terhindarnya tubuh dari segala bentuk penyakit dan juga cacat fisik dengan adanya pemahaman akan selalu menjaga kesehatan

²⁶ Musfir bin said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, Penerj: Sari Narulita dan miftahul Jannah, (Jakarta: GEMA INSANI; cet. I, 2005,), hlm. 451.

tubuh dengan tidak membebaninya dengan suatu tugas yang tidak sesuai dengan kemampuannya.

Tiga metode yang dapat merealisasikan kesehatan jiwa, yaitu:²⁷

- a. Metode pertama, yaitu dengan memperkuat sisi spiritualitas pada diri individu dengan cara menanamkan keimanan kepada Allah dan ketauhidan atas-Nya serta tidak menyekutukannya. Beriringan dengan keimanan ialah ketaqwaan, yang merupakan pembatas antara individu manusia azab Allah dengan selalu konsisten dalam menjalankan ibadah dan menjauhi segala bentuk kemaksiatan. Sesungguhnya dengan mendekatkan diri kepada Allah, maka akan menimbulkan rasa kebahagiaan tersendiri, yang terwujud dengan timbulnya rasa aman dan keyakinan bahwa Allah akan selalu membantunya dalam setiap permasalahan yang ia hadapi.
- b. Metode kedua, yaitu dengan menguasai sisi kebutuhan fisik pada diri individu dengan mengendalikan semua motivasi dan emosi yang berkaitan dengannya. Juga mengalahkan keinginan syahwat dan nafsu yang berlebihan. Islam tidak menyerukan kepada pengekanan motivasi dan emosi, namun menyerukan kepada penyeimbangan akan pemenuhan motivasi dan emosi itu sendiri dengan memperhatikan hal-hal antara lain adalah memenuhi kebutuhan tersebut dengan jalan yang halal secara syar'i (mis: kebutuhan sex dengan jalan menikah), dan tidak berlebihan dalam

²⁷ Ibid, hlm. 455.

memenuhi kebutuhan yang ada karena hal itu dapat membahayakan kesehatan jiwa.

- c. Metode ketiga, yaitu dengan mempelajari cara-cara dan kebiasaan penting yang merealisasikan adanya kesehatan jiwa. Dengan jiwa sehat maka emosi dan sosial akan matang hingga membentuk kepribadian yang baik. Sehingga individu akan lebih siap mengemban tanggungjawab dalam kehidupan dan melaksanakan perannya yaitu memakmurkan bumi dan membentuk masyarakat yang dinamis. Sebagaimana Allah telah menggambarkan kepribadian manusia yang memiliki keistimewaan dibandingkan model kepribadian yang lainnya, dimana manusia diciptakan dari unsur materi dan ruh. Ruh merupakan unsur tertinggi yang mempersiapkan manusia dalam merealisasikan hal tertinggi dan sifat termulia. Tujuan tertinggi manusia dapat diwujudkan apabila manusia memiliki gambaran umum akan jalan dan konsep kehidupan serta memiliki nilai-nilai hidup dan ilmu pengetahuan yang memadai. Hakikat manusia adalah ketika mampu menanamkan nilai-nilai kehidupan dalam dirinya juga mampu merealisasikan tujuan hidup. Dengan demikian kesehatan jiwa dalam Al-Qur'an dan Sunnah diindikasikan sebagai berikut:²⁸

- a). Dilihat dari hubungan pribadi dengan Tuhannya; adanya keimanan kepada Allah dan tidak menyekutukannya dengan apapun juga.

²⁸ Ibid, hlm. 464.

- b). Dilihat dari hubungan individu kepada dirinya sendiri; mengenal diri, kodrat dan juga kemampuannya untuk menyeimbangkan ambisi sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Berusaha dalam mengaktualisasikan diri hingga menjadi manusia yang sempurna.
- c). Dilihat dari hubungan individu dengan sesamanya; selalu mencoba berinteraksi dengan sebaik-baiknya dengan menyayangi dan mencintai sesama.
- d). Dilihat dari hubungan individu dengan alamnya; menyadari keagungan dan kekuasaan Allah atas penciptaan alam semesta.

Kepribadian yang terpuji tercermin oleh kepribadian Rosulullah dalam semua keadaannya. Yaitu dengan menjalani kehidupan manusia normal pada umumnya dengan menghiaskan diri dengan akhlak yang terpuji, sebagaimana firman Allah,²⁹

3. Teori Relevansi

Alat analisis terakhir yang digunakan dalam studi ini ialah klasifikasi (penggolongan) pengertian yaitu karya budi manusia, untuk dapat menganalisis, membagi-bagi, menggolong-golongkan dan menyusun pengertian-pengertian dan barang-barang menurut persamaan dan perbedaannya.³⁰

²⁹ Q. S. Qalam ayat 4, Artinya: *Dan sesungguhnya kamu benar-benar berbudi pekerti yang agung.*

³⁰ Poespoprojo dan Gilarso, *Logika Imu Menalar*, (Bandung: REMAJA KARYA; 1989), hlm. 59.

Dengan karya logikanya “Organon”, Aristoteles menguraikan penggolongan atas sepuluh golongan atau kategori sebagai berikut:³¹

- | | |
|---------------|-------------|
| a. substansi | f. kualitas |
| b. kuantitas | g. relasi |
| c. aktivitas | h. tempat |
| d. passivitas | i. situasi |
| e. waktu | j. status |

karya ini dalam tata bahasanya masih dirasakan relevansinya khususnya menguraikan kalimat menurut jabatannya. Dapat dicontohkan dalam kalimat:

“Seorang lelaki yang ganteng, anak jenderal Z, sebagai seorang seniman, kemarin di pendopo duduk menulis naskah”

- | | |
|------------|---------------------------|
| kuantitas | - seorang |
| substansi | - lelaki |
| kualitas | - yang ganteng |
| relasi | -anak jenderal Z |
| status | - sebagai seorang seniman |
| waktu | - kemarin |
| tempat | - di pendopo |
| situasi | - duduk |
| aktivitas | - menulis |
| passivitas | - naskah. |

³¹ Burhanuddin Salam, “*Logika Formal*”, (Jakarta: BINA AKSARA; 1988), hlm.53.

G. Kajian pustaka

Beberapa kajian dan penelitian yang ditinjau dari psikologi humanistik atas berbagai macam persoalan sudah pernah dilakukan oleh beberapa orang yang tekun terhadap kajian tersebut dalam kurun waktu tertentu. Seperti yang dilakukan oleh Muhaimin dengan judul “Hakikat Manusia”. Kajian ini menitikberatkan pada pencarian persamaan dan perbedaan antara pandangan manusia menurut Abraham Maslow yang membandingkannya dengan Pemikiran Al-Ghozali.³² Skripsi Dyah Sukmawati dengan judul “Relevansi Konsep Iman Kepada Qodho dan Qodar dengan Penerimaan Diri dan Aktualisasi Diri dalam Psikologi”, yaitu mengkaji tentang pola hubungan antara iman kepada qodho dan qodar dengan penerimaan diri dan aktualisasi diri dalam psikologi. Dimana penerimaan diri merupakan bagian dari iman kepada qodho dan qodar sedangkan iman kepada qodho dan qodar adalah merupakan proses menuju aktualisasi diri yang lebih jauh dibandingkan dengan penerimaan diri dalam psikologi. Aktualisasi dalam Islam dijabarkan melalui konsep insan kamil, yang didalamnya memuat karakteristik insan kamil, dan terdapat perbedaan di antara keduanya.³³

Kajian serupa tentang Psikologi Humanistik dilakukan oleh Sodikun dengan judul “*Pengajaran Bahasa Arab dengan CBSA dalam Perspektif Psikologi Humanistik pada Pendidikan Islam*”. Kajian ini memusatkan pada penerapan

³² Muhaimin, *Hakikat manusia, Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2005.

³³ Dyah Sukmawati, *Relevansi konsep Iman Kepada Qodho dan Qodar dengan Penerimaan Diri dan Aktualisasi Diri dalam Psikologi, Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2001.

pengajaran Bahasa Arab dengan CBSA dengan melihat pandangan Psikologi Humanistik. Penelitian ini tidak memisahkan diri dari wilayah pendidikan sehingga nilai-nilai yang terdapat dalam psikologi humanistik digunakan dalam pengajaran Pendidikan Islam yang memakai metode CBSA.³⁴ Judul skripsi yang lain adalah “*Konsep Pendidikan Muhamadiyah Di tinjau dari Perspektif Psikologi Humanistik Abraham Maslow- Pendidikan Islam Muhamadiyah*”, ditulis oleh Sulaimana Utama dapat ditarik kesimpulan yang tidak jauh dari karya ilmiah sebelumnya. Bahwa pemikiran Maslow tentang konsep aktualisasi diri dalam pemberdayaan Pendidikan Islam muhamadiyah.³⁵

Setelah mencermati beberapa karya ilmiah yang mengkaji Psikologi Humanistik yang memuat berbagai persoalan tentang kekurangan ataupun perbedaan dan persamaan konsep Psikologi Humanistik dengan keislaman. Di sini penulis ingin mengkaji dan mencari relevansi antara Psikologi Humanistik dengan Islam dalam memandang manusia sebagai individu yang teraktualisasikan dirinya sebagai makhluk yang berkembang sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia sampai akhirat. Sehingga diharapkan hasil dari penelitian ini dapat diaplikasikan dalam kegiatan Konseling Islam.

³⁴ Sodikun, “*Pengajaran Bahasa Arab dengan CBSA dalam Perspektif Psikologi Humanistik pada Pendidikan Islam*”, Skripsi, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 1997.

³⁵ Sulaimana Utama, “*Konsep Pendidikan Muhamadiyah Di tinjau dari Perspektif Psikologi Humanistik Abraham Maslow- Pendidikan Islam Muhamadiyah*”, 2002.

H. Metode penelitian

Studi ini akan mengungkapkan relevansi antara Psikologi Humanistik khususnya konsep tentang aktualisasi diri Abraham Maslow dengan Konseling Islam yang datanya akan dikumpulkan dari berbagai referensi yaitu yang mempunyai relevansi dengan pokok bahasan baik yang berupa buku, majalah, koran, jurnal, makalah, maupun ensiklopedia.

1. Teknik Pengumpulan Data

Sumber primer pada obyek penelitian dari konsep aktualisasi diri perspektif Psikologi humanistik, penulis merujuk pada karya Abraham H. Maslow berjudul "*Motivation and personality*" keluaran Harper and Row Publication. USA yang telah diterjemahkan oleh Yayasan Nurul Imam menjadi "*Motivasi dan Kepribadian*". Sedang Konseling Islam merujuk pada karya Musfir bin Said Az-Zahrani yang berjudul *Konseling Terapi*; studi tentang konseling dalam manhaj Islam berdasar Al-qur'an dan Sunnah yang telah diterjemahkan oleh Sari Narulita dan miftahul Jannah dari judul aslinya "*Attaujith Walirsyaadun nafsi minal Qur'aanil kariim was-Sunnatin*" keluaran Bahadur Press, Mekah, Saudi Arabia.

Sedangkan data sekundernya karya-karya yang mendukung pemikiran tersebut di atas antara lain: Frank G. Goble "Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow", Helen Graham "*Psikologi Humanistik*", Ainur Rahim Faqih "*Bimbingan dan Konseling dalam Islam*", dan buku kajian Psikologi Islami yang membahas tentang manusia antara lain: "*Paradigma Psikologi Islami*", studi tentang

elemen psikologi dari Al-Qur'an yang ditulis oleh Baharuddin dan karya Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso yang berjudul "*Psikologi Islami*".

2. Metode Analisa Data

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik, yaitu data yang diperoleh (berupa kata, gambar, perilaku) tidak dituangkan dalam bentuk bilangan atau angka statistik, melainkan tetap dalam bentuk kualitatif yang memiliki arti lebih kaya dari sekedar angka atau frekuensi. Peneliti segera melakukan analisis data yang memberi pemaparan gambaran mengenai situasi yang diteliti dalam bentuk uraian naratif. Hakikat pemaparan adalah seperti orang merajut, setiap bagian ditelaah satu demi satu, dengan menjawab pertanyaan apa, mengapa, dan bagaimana suatu fenomena itu terjadi dalam konteks lingkungannya. Obyektivitas pemaparan harus dijaga sedemikian rupa agar subyektivitas peneliti dalam membuat interpretasi dapat dihindari.³⁶

Deskriptif analitik yang dimaksud dalam skripsi ini adalah dengan menelaah konsep aktualisasi diri perspektif psikologi humanistik yang pada khususnya Abraham Harold Maslow, dan Konseling Islam. Sehingga apa, mengapa, dan bagaimana kedua variabel tersebut dapat diketahui titik temunya sehingga akan diketahui relevansi antara kedua variabel tersebut.

³⁶ Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: RINEKA CIPTA, 2004), hlm. 39.

3. Pendekatan

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan Psikologi Islami yang ditulis oleh Baharuddin yang berjudul "*Paradigma Psikologi Islami*". Psikologi Islami dijabarkan sebagai suatu sudut pandang yang memandang manusia dari kacamata psikologi bukan dari sudut pandang filsafat ataupun bidang yang lainnya. Dimana manusia dipandang dari sisi kemampuannya dalam hal bagaimana cara mereka mengaktualisasikan diri agar tercapai cita dalam hidupnya serta bagaimana pula manusia mengembangkan diri dengan keistimewaan yang dikaruniakan kepadanya sebagai hakikat kemanusiaan sehingga akan tercipta kebahagiaan dunia akhirat.

I. Sistematika Pembahasan

Dalam penulisan skripsi ini, pembahasan akan disistematisasikan menjadi beberapa bagian sebagai suatu rangkaian utuh yakni sebagai berikut: Pertama, pembahasan diawali dengan pendahuluan yang menguraikan tentang argumentasi signifikansi penelitian ini. Bagian ini merupakan BAB I yang berisikan Penegasan Judul, Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Kajian Pustaka, Kerangka Teori, Metode Penelitian, dan Sistematika Pembahasan.

Selanjutnya pada bagian kedua yakni BAB II. Bagian ini menguraikan Psikologi Humanistik yang terdiri dari pembahasan tentang; Historisitas Psikologi

Humanistik, Pemikiran Psikologi Humanistik, Studi tentang Aktualisasi Diri Abraham Harold Maslow.

Sedangkan pada BAB III, bagian ini menjelaskan Konseling Islam yang berisi; Sejarah Perkembangan Konseling, Tujuan Bimbingan dan Konseling, Konseling dalam Pemikiran Islam, Aspek-aspek dalam Konseling Islam, Azas-azas Konseling Islam, dan Metode Konseling dalam Islam.

Pada BAB IV bagian ini merupakan bahasan inti dari penelitian ini. Yakni menguraikan tentang relevansi antara konsep aktualisasi diri perspektif Psikologi Humanistik dengan Konseling Islam.

Skripsi ini diakhiri dengan BAB V, yaitu penutup yang mencakup kesimpulan dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian di atas dapat disimpulkan:

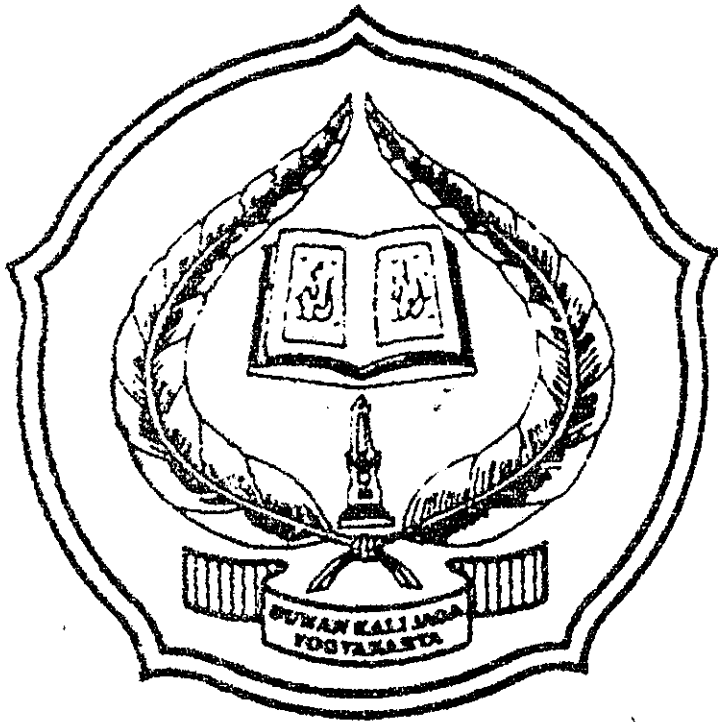
- a. Bahwa pemikiran Abraham Maslow tentang aktualisasi diri adalah penggalian dari kemampuan-kemampuan, potensi-potensi, kreatifitas-kreatifitas, bakat, minat, cita-cita, gagasan, tanggungjawab, kebebasan, nilai-nilai dan makna hidup. Manusia harus menyadari kekurangan yang dimilikinya demi tergalinya potensi yang ada dalam diri pribadi mereka. Sehingga potensi tersebut berkembang dan tidak laten. Perlu menjadi catatan penting sebuah penggalian potensi tidak semudah membalik telapak tangan. Sehingga perlu proses dan kesetiaan ataupun *ibda' binafsik*. Motivasi adalah sebagai suatu hal yang konstan, tiada akhir, berubah-ubah, dan kompleks. Sehingga memerlukan sesuatu yang hampir universal dari setiap keadaan organisme.
- b. Relevansi antara konsep aktualisasi diri perspektif Psikologi Humanistik dengan Konseling Islam dapat ditemukan dalam dua hal yaitu secara epitemologis dan tujuan. Konseling Islam mempunyai peranan yang penting dalam penggalian potensi manusia, yaitu menjadi pengarah dan pembimbing berdasarkan penyadaran dan penggalian potensi yang dilakukan, terutama pada bidang pendidikan dan vokasional. Konseling mempunyai efek positif apabila dapat dimaksimalkan. Peran Konseling Islam juga dapat

diterjemahkan dalam bidang dan persoalan yang lain seperti pernikahan, sosial, dan keagamaan. sehingga Konseling Islam tidak berhenti pada dua bidang itu saja.

B. Saran-saran

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan di atas, masukan yang bisa penulis berikan adalah sebagai berikut:

- a. Seorang konselor idealnya mempunyai kepribadian yang utuh, yaitu mengembangkan segala potensi-potensi yang dimilikinya baik potensi fisik maupun psikis serta spiritualitas dengan baik sehingga diharapkan memberi manfaat yang lebih baik bagi kliennya kelak.
- b. Setiap manusia mempunyai potensi untuk menjadi sempurna dan menemukan hakikat dirinya. Oleh karena itulah jangan bosan untuk terus menggali potensi dan segala kemampuan yang terpatry pada diri kita sehingga potensi tersebut dapat berjalan sesuai dengan ridho Allah. Sehingga kita akan mencapai kesempurnaan dari beribadah yaitu menjadi *khalifah* di muka bumi ini.



DAFTAR PUSTAKA

- Adz- Dzaky, Muhamad Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002)
- Al-ju'fi, Abdullah Muhammad bin Ismail bin Ibrahim bin Mughiroh bin Bardizbh Al- bukhari, *Sokhah Bukhori Juz I*, (Beirut: Dar Al-Fikr, 1981)
- Al-Mundzir, Hafidz, *At-targhib Wat Targhib Amaliyah Surgawi Jilid. II*, (Jakarta: Pustaka Awani, 1995)
- Al-Qhawain, Muhammad bin Yazid Abdullah Ibnu Majjah, *Sunan Musthofa Juz I* (Beirut Al-Fikr: tt)
- Atkinson, Rita, *Pengantar Psikologi*, (Batam: Interaksara, tt)
- Az-Zahrani, Musfir bin said, *Konseling Terapi*, Penerj: Sari Narulita dan miftahul Jannah, (Jakarta: GEMA INSANI; cet. I, 2005,)
- Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, cet. I, Januari 2004)
- Bastaman, Hamya Jumhana, *Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: Paramadina, 1996)
- Bertens, *Etika*, (Jakarta: Gramedia, cet. V, 2000)
- Boeree, George, *Personality Theories*, Penerj: Inyik Ridwan Muzir, (Yogyakarta: PRISMASOPHIE; cet. III, 2006,)
- Bud, Dep. Dik., *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Balai Pustaka, 1989)
- Crapps, Robert, *Dialog Psikologi dan Agama Sejak William James Hingga Gordon W. Allport*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993)
- Darajat, Zakiah, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Gunung Agung; cet. VII, 1979)
- Daulay, Hamdan, *Dakwah Di Tengah Persoalan Budaya Dan Politik*, (Yogyakarta: LESFI 2001)
- Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi-2, (Jakarta: Balai pustaka, 1995)

- Dharma, Budi, *Politikus Ambisius dan Sastrawan Ambisius*, (Kompas: 23 November 2003).
- Echols, John Muhamad, Hasan Sadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia, cet. XXIII, 1996)
- El-Quusy, Abdul Aziz, "Pokok-Pokok Kesehatan Mental", Penerj: Zakiah Daradjat, (Jakarta: Bulan Bintang; cet. I, 1974)
- Fromm, Erich, *Lari Dari Kebebasan*, Penerj: Kamdani, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar; cet. II, 1999)
- Fromm, Erich, *The Art Of Loving*, Penerj: Syafi' Alielha, (Jakarta: fresh Book; cet. III, 2003)
- Fuad, Nashori, Jamaludin Ancok dan, *psikologi islami: solusi atas problem-problem psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Peajar, 1995)
- Gilarso, Poespoprojo dan, *Logika Imu Menalar*, (Bandung: REMAJA KARYA; 1989)
- Goble, Frank, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius; cet. XI, 2002)
- Graham, Helen, *Psikologi Humanistik dalam Konteks Sosial, Budaya dan Sejarah*, Penerj: Akhmad Chusairi dan Ilham Nur Alfian, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar; cet. I, 2005,)
- Gunarsa, Singgih, *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan dari Anak Sampai Usia Lanjut*, (Jakarta: Gunung Mulia, cet. I, 2004)
- Hardjana, *Dialog Psikologi dan Agama sejak Wiam James hingga Gordon Allport*, (Yogyakarta: Kanisius, 1998)
- Hawari, Dadang, *Al-qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, cet. IX, 1999)
- Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, cet. IX, 2005)
- Kartono, Kartini, "*Hygiene Mental*", (Bandung: Mandar Maju, cet. VII, 2000)
- Koeswara, *Teori-teori kepribadian*, (Bandung: Eresco, 1991)
- Langgulung, Hasan, "*Teori-Teori Kesehatan Mental*", (Jakarta: Pustaka Al-Husna, cet. I, 1986)

- Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, cet. III, 2001)
- Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, cet. III, 2001)
- Linzey, Callvin S. hall dan Gardner, *Teori-teori Holistik (organismik-fenomenologis)*, penerj: Yustinua, (Yogyakarta: Kanisius, 1993)
- Margono, *Metodologi Peneliltian Pendidikan*, (Jakarta: RINEKA CIPTA, 2004)
- Maslow, Abraham, *Motivasi dan Kepribadian*, jilid I, Penerj: Yayasan Nurul Imam, Terjemah Motivation and Personalty (Jakarta: Pustaka Binaman Presindo, 1994)
- Maslow, Abraham, *Motivasi dan Kepribadian*, jilid II, Penerj: Yayasan Nurul Imam, Terjemah Motivation and Personalty (Jakarta: Pustaka Binaman Presindo, 1993)
- Maslow, Abraham, *toward a psychology of being. 2nd*, (New York: Van Nostrand, 1968)
- Misiak, Henryk, *Psikologi Fenimenologi, Eksistensial, Dan Humanistik*, Bandung: PT. Eresco, 1998
- Mubarok, Akhmad, *al Irsyad an Nafsy: Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwara, cet. I, 2000)
- Muhaimin, *Hakikat manusia, Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2005.
- Muslim, Abu Khusein, *Shokhih Muslim*, juz. II (Beirut: Al-kitab, tt)
- Musnamar, Tohari, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992)
- Nashori, Fuad, *Membangun Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Sipress, 1996)
- Nawawi, Hadiri, *Administrasi dan Organisasi Bimbingan dan Penyuluhan*, (Jakarta: GHALIA INDONESIA, cet. II, 1986)
- Noor, Fauz, *Tapak Sabda*, (Yogyakarta: LKiS, 2004)
- Salam, Burhanuddin, *“Logika Formal”*, (Jakarta: BINA AKSARA; 1988)
- Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: CV. RAJAWALI, 1986)

- Sarwono, Sarlito Wirawan, *Berkenalan dengan Aliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1978)
- Scultz, Duane, *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat*, Penerj: Yustinus, (Yogyakarta: Kanisius, 2000)
- Scultz, Duane, *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat*, Penerj: Yustinus, (Yogyakarta: Kanisius, 1991)
- Sodikun, "Pengajaran Bahasa Arab dengan CBSA dalam Perspektif Psikologi Humanistik pada Pendidikan Islam", *Skripsi*, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 1997.
- Sudijono, Anas, *Statistik Pendidikan Suatu Pengantar*, (Jakarta : Rajawali, 1989)
- Sukamawati, Dyah, *Relevansi konsep Iman Kepada Qodho dan Qodar dengan Penerimaan Diri dan Aktualisasi Diri dalam Psikologi*, *Skripsi*, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2001.
- Sukamawati, Dyah, *Relevansi konsep Iman Kepada Qodho dan Qodar dengan Penerimaan Diri dan Aktualisasi Diri dalam Psikologi*, *Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2001.
- Syahril, Riska Ahmad, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Padang: Angakasa Raya, 1986)
- Toer, Pramoedya Ananta, *Jejak Langkah*, (yogyakarta: Hasta Mitra, cet. IV, 2002)
- Utama, Sulaimana, "Konsep Pendidikan Muhamadiyah Di tinjau dari Perspektif Psikologi Humanistik Abraham Maslow- Pendidikan Islam Muhamadiyah", 2002.