

## **Rekonstruksi Konsep Karakter Kemanusiaan Dalam Perspektif Psikologi Islam**

**Rika Wulandari<sup>1</sup>, Putri Hidayati<sup>2</sup>, Vivik Shofiah<sup>3</sup>, Hairunnas Rajab<sup>4</sup>**

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau\*<sup>1, 2, 3, 4</sup>

\*<sup>1</sup>email: [rikawulandari0510@gmail.com](mailto:rikawulandari0510@gmail.com)

### **ARTICLE INFO**

#### **Keywords**

Human  
Fitrah  
Motivation  
Actualization

#### **Kata Kunci**

Manusia  
Fitra  
Motivasi  
Aktualisasi

### **ABSTRACT**

In Islam, the human potential to know God is understood holistically, encompassing physical, emotional, intellectual, and spiritual aspects. Humans consist of body (physical) and spirit (inner), with an inner structure encompassing reason (rationality), soul (emotions and desires), and heart (intuition and spiritual awareness). Human personality is an integration of the supraconscious, conscious, and preconscious dimensions. Islam also emphasizes the importance of knowledge acquired through the senses and other epistemological sources as the basis for good deeds. The purpose of human life is to realize faith and devotion to Allah SWT. This research uses a literature study method using books, articles, and online journals as sources to discuss humanity from an Islamic psychology perspective.

### **ABSTRAK**

Potensi manusia untuk mengenal Tuhan dalam Islam dipahami secara holistik, meliputi aspek fisik, emosional, intelektual, dan spiritual. Manusia terdiri dari unsur tubuh (fisik) dan roh (batin), dengan struktur batin yang mencakup akal (rasional), jiwa (emosi dan keinginan), serta hati (intuisi dan kesadaran spiritual). Kepribadian manusia merupakan integrasi dari dimensi suprasadar, sadar, dan prasadar. Islam juga menekankan pentingnya ilmu pengetahuan yang diperoleh melalui indra dan sumber epistemologis lainnya sebagai dasar amal baik. Tujuan hidup manusia adalah merealisasikan keimanan dan penghambaan kepada Allah SWT. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan sumber buku, artikel, dan jurnal daring untuk membahas kemanusiaan dari perspektif psikologi Islam.

### **Pendahuluan**

Salah satu penyebab munculnya paham psikologi Islam dikarenakan keterbatasan psikologi Barat dalam memenuhi kebutuhan spiritual dan moral manusia (Satrianis dan Shopiah, 2025). Dalam Psikologi Islam, gambaran tentang manusia memiliki karakteristik yang unik dan berbeda dengan pandangan Psikologi Barat. Sebagai sebuah pendekatan yang dianggap sebagai mazhab baru dalam psikologi modern, Psikologi Islam menawarkan perspektif yang khas tentang hakikat dan potensi manusia, yang bersumber dari ajaran Islam. (Musyrifah, 2023)

Dalam penelitian sejati, (2017) manusia dijelaskan sebagai makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna, memiliki karakteristik dan perilaku yang unik dibandingkan dengan makhluk lainnya. Keunikan ini membuatnya diberi amanat oleh Allah, yang menuntut tanggung jawab dan kesadaran spiritual yang tinggi. Dalam perspektif ini, manusia diharapkan untuk memahami dan menjalankan perannya sebagai khalifah di bumi, dengan berpegang pada nilai-nilai dan ajaran Ilahi.

Sedangkan menurut Faiz, (2018) Psikologi Barat memiliki beberapa paradigma yang berbeda dalam memandang struktur manusia, seperti manusia sebagai makhluk yang dikendalikan oleh libido seksual (psikoanalisis), manusia sebagai makhluk kosong yang dibentuk oleh lingkungan (behaviorisme), manusia sebagai makhluk otonom dengan keunikan individu (humanisme). Sementara itu, Islam menawarkan perspektif yang berbeda tentang manusia. Dalam kajian Islam manusia terdiri atas dua unsur, yaitu fisik (jasmani) dan psikologis (rohani).

Jasmani manusia terdiri dari material yang terbentuk dari unsur-unsur saripati tanah, sementara roh manusia adalah substansi immateri berupa ruh. Ruh immateri ini memiliki dua kekuatan, yaitu kekuatan berpikir (akal) yang berlokasi di otak dan kekuatan merasakan (kalbu), keduanya merupakan esensi dari roh manusia (Musrifah, 2023).

Psikologi islam menjelaskan bahwa Manusia adalah Fitrah bawaan lahir yang diberikan Allah dan dapat membedakan manusia itu sendiri dengan makhluk lainnya. Fitrah pada manusia juga memiliki karakteristik tersendiri yang beragam, seperti interaksi dengan dalam dirinya maupun dengan lingkungan sekitar, bahkan ruhaniannya manusia juga melahirkan dan membentuk perilaku yang khas.

Fitrah manusia memiliki 3 aspek, yakni: Pertama fitrah jasmani yaitu fisik manusia yang diciptakan oleh Allah melalui panca indera dan organ tubuh lainnya yang membentuk manusia menjadi makhluk menawan. Kedua, fitrah ruhani, yang merujuk pada manusia karena Allah menghembuskan ruh pada saat penciptaannya. Ruh ini berperan sebagai penggerak untuk berpikir, menganalisis, dan merasakan empati, serta mempengaruhi fisik manusia. Ketiga, fitrah nafsani, yang mencakup akal, hati, dan jiwa, serta merupakan kombinasi dari fitrah jasmani dan ruhani. Dan Ketiga, Fitrah nafsani, yakni didalamnya terdapat aql, qalb, dan nafs, serta gabungan dari fitrah al-jism dan al-ruh. Ketika orientasi menjurus kepada jasad, maka perilaku yang ditunjukkan menjadi buruk dan celaka, sebaliknya jika orientasi menjurus pada natur ruh, maka perilaku yang terlihat menjadi baik selamanya. Semua aspek fitrah manusia tersebut saling terhubung dan mempengaruhi satu sama lain. Dengan cara lain, keberagaman fitrah ini menunjukkan bahwa manusia adalah makhluk yang memiliki banyak dimensi (fisik-psiko-sosio-religi). (musrifah, 2023).

Islam memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki dimensi yang kompleks dan terpadu, yang meliputi aspek fisik, emosional, intelektual, serta spiritual. Perspektif ini menunjukkan bahwa pemahaman tentang manusia tidak hanya terbatas pada aspek biologis atau psikologis semata, tetapi juga mencakup dimensi spiritual yang menjadi inti dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu,

kajian mengenai manusia dalam perspektif psikologi Islam menjadi penting untuk memahami hakikat manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT yang memiliki tujuan hidup serta tanggung jawab moral dalam menjalani kehidupannya. Pemahaman tersebut diharapkan dapat membantu individu dalam meningkatkan kesadaran diri, keimanan, dan ketakwaan kepada Allah SWT, serta memahami bahwa kehidupan manusia pada akhirnya akan kembali kepada-Nya.

Namun demikian, sebagian besar kajian psikologi modern cenderung menitikberatkan pada dimensi kognitif, emosional, dan perilaku, sementara dimensi spiritual sering kali kurang mendapatkan perhatian yang memadai. Selain itu, penelitian yang secara khusus mengkaji karakter dan hakikat manusia berdasarkan perspektif psikologi Islam masih relatif terbatas dan belum banyak dieksplorasi secara mendalam dalam kajian akademik. Kesenjangan inilah yang menjadi dasar penting bagi penelitian ini, yaitu untuk mengkaji secara lebih komprehensif mengenai konsep manusia dalam perspektif psikologi Islam, khususnya terkait dengan karakter kemanusiaan yang mencakup dimensi fisik, psikologis, dan spiritual. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep manusia dalam perspektif psikologi Islam sebagai upaya memahami karakter kemanusiaan secara lebih holistik.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (*library research*) atau telaah pustaka. Metode ini dilakukan dengan mengkaji berbagai sumber tertulis yang relevan dengan topik penelitian. Sumber data dalam penelitian ini diperoleh dari buku, artikel ilmiah, dan jurnal akademik yang membahas konsep manusia dalam perspektif psikologi Islam. Literatur tersebut diakses melalui berbagai basis data ilmiah dan sumber daring yang kredibel.

Dalam proses pengumpulan data, penulis menerapkan beberapa kriteria seleksi sumber, yaitu: (1) literatur yang secara langsung membahas konsep manusia atau karakter kemanusiaan dalam perspektif psikologi Islam, (2) sumber yang berasal dari buku akademik atau artikel jurnal ilmiah yang memiliki kredibilitas akademik, serta (3) literatur yang relevan dengan tema penelitian dan memberikan penjelasan teoritis mengenai dimensi manusia dalam Islam, seperti aspek fisik, psikologis, dan spiritual.

Data yang diperoleh dari berbagai sumber literatur kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*). Melalui teknik ini, penulis mengidentifikasi, mengelompokkan, serta menafsirkan konsep-konsep utama yang berkaitan dengan pandangan psikologi Islam tentang manusia. Proses analisis dilakukan dengan cara membandingkan berbagai pandangan dari para ahli untuk menemukan kesamaan, perbedaan, serta sintesis konsep yang dapat menjelaskan secara komprehensif mengenai manusia dalam perspektif psikologi Islam.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Hakikat dan Penciptaan Manusia Menurut Al-Quran

Al-Qur'an menjelaskan proses penciptaan manusia secara bertahap, yang bukan hanya menyoroti aspek biologis tetapi juga dimensi spiritual dan psikologis. Dalam QS. Al-Mu'minun: 12–14 dijelaskan bahwa manusia diciptakan dari sari pati tanah, kemudian menjadi setetes mani, segumpal darah, segumpal daging, hingga berbentuk manusia sempurna yang kemudian ditiupkan ruh Allah. Ayat ini mengindikasikan bahwa manusia tidak semata hasil dari proses fisik, tetapi juga memiliki dimensi immateri yang menjadi sumber kehidupannya. Hal ini dipertegas dalam QS. Al-Hijr: 28–29, di mana Allah menyebutkan penciptaan manusia dari tanah kering kemudian ditiupkan ruh, menandakan adanya integrasi antara unsur jasmani dan ruhani dalam diri manusia.

Dalam perspektif psikologi Islam, penciptaan manusia dipahami sebagai perpaduan kompleks antara jasmani, nafsani, dan ruhani. Al-Ghazali, (2003) menjelaskan bahwa manusia terdiri dari tubuh yang bersifat material, nafs yang berhubungan dengan dorongan dan motivasi, qalb sebagai pusat spiritualitas, dan ruh yang menjadi sumber kehidupan. Nafs sendiri memiliki tingkatan, yaitu nafs ammarah yang cenderung pada dorongan rendah, nafs lawwamah yang berfungsi sebagai pengontrol moral, dan nafs mutmainnah yang merupakan kondisi jiwa tenang sebagaimana dijelaskan dalam QS. Yusuf:53 dan QS. Al-Fajr:27. Konsep ini sangat relevan dengan psikologi modern yang juga memandang manusia memiliki dorongan dasar, mekanisme kontrol diri, dan potensi aktualisasi diri.

Manusia menurut al-Qur'an memiliki fitrah, yaitu bawaan untuk mengenal dan tunduk kepada Allah. Hal ini ditegaskan dalam QS. Ar-Rum:30, bahwa manusia diciptakan atas dasar fitrah yang lurus, meskipun dalam perjalanan hidupnya bisa dipengaruhi oleh lingkungan sosial, budaya, dan pengalaman hidup. Psikologi Islam menafsirkan fitrah ini sebagai potensi psikologis-spiritual yang mendorong manusia kepada kebenaran dan kebaikan. Namun, jika tidak diarahkan dengan baik, fitrah ini bisa tertutupi oleh hawa nafsu atau dorongan duniawi. Badri (2018) menjelaskan bahwa salah satu krisis manusia modern adalah hilangnya kesadaran fitrah akibat dominasi materialisme, sehingga manusia kehilangan keseimbangan antara kebutuhan jasmani dan spiritual.

Dalam konteks kontemporer, pemahaman tentang penciptaan manusia dalam perspektif psikologi Islam menjadi penting untuk menjawab problematika psikologis. Misalnya, banyaknya kasus depresi, stres, dan krisis identitas di era modern menunjukkan adanya ketidakseimbangan dalam diri manusia. Ketika aspek biologis dan material terlalu ditekankan, aspek ruhani dan fitrah seringkali terabaikan, padahal ruh inilah yang menjadi penentu kesehatan jiwa. Penelitian Hamdani (2022) menegaskan bahwa penguatan dimensi spiritual melalui ibadah, dzikir, dan tadabbur al-Qur'an berfungsi sebagai terapi psikologis yang efektif untuk mengembalikan manusia kepada keseimbangan fitrah penciptaannya.

Penciptaan manusia menurut al-Qur'an juga memiliki implikasi etis dan moral. Dengan diberikannya ruh Ilahi, manusia memiliki tanggung jawab sebagai khalifah di bumi (QS. Al-Baqarah:30). Tanggung jawab ini meliputi menjaga keseimbangan diri, masyarakat, dan alam. Dalam perspektif psikologi Islam, hal ini berarti manusia tidak hanya dituntut untuk sehat secara mental dan emosional, tetapi juga harus menggunakan akal, qalb, dan nafs dalam kerangka ibadah kepada Allah. Dengan demikian, penciptaan manusia bukan sekadar penjelasan asal-usul biologis, melainkan juga memberikan arah dalam pembentukan kepribadian dan kesehatan jiwa yang seimbang.

Keseluruhan kajian ini menunjukkan bahwa penciptaan manusia dalam al-Qur'an memiliki keterkaitan erat dengan kajian psikologi Islam. Al-Qur'an menjelaskan manusia sebagai makhluk multidimensi yang terdiri dari jasad, akal, nafs, qalb, dan ruh. Psikologi Islam kemudian memberikan kerangka teoritis untuk memahami dinamika kejiwaan manusia berdasarkan ayat-ayat tersebut. Integrasi pemahaman ini sangat relevan dengan realitas modern, di mana pendekatan psikologi konvensional seringkali hanya menekankan aspek biologis dan sosial, sementara dimensi spiritual justru menjadi kunci dalam mencapai ketenangan jiwa. Oleh karena itu, kajian tentang penciptaan manusia menurut al-Qur'an dalam perspektif psikologi Islam dapat menjadi pijakan penting dalam membangun paradigma psikologi yang lebih holistik dan sesuai dengan kebutuhan manusia seutuhnya.

## 2. Struktur Psikologis Manusia dalam Perspektif Islam

### A. Kepribadian Islam sisi penting kemanusiaan

Kepribadian Islam merupakan aspek penting dalam memahami manusia secara utuh karena menempatkan manusia bukan hanya sebagai makhluk biologis atau psikologis, melainkan juga spiritual. Dalam perspektif psikologi Islam, kepribadian dibentuk dari integrasi hati (qalb), akal, nafsu, dan ruh yang keseluruhannya saling berinteraksi membentuk pola pikir, emosi, dan perilaku. Al-Qur'an menegaskan bahwa manusia diciptakan dengan fitrah, yakni potensi bawaan untuk mengenal dan tunduk kepada Allah (QS. Ar-Rum: 30). Fitrah ini menjadi dasar bagi pembentukan kepribadian yang Islami, yang jika diarahkan dengan baik melalui pendidikan, pengalaman spiritual, dan lingkungan sosial, akan menghasilkan manusia yang matang secara psikologis sekaligus spiritual.

Dinamika kepribadian manusia dalam Islam digambarkan dengan jelas oleh ulama seperti Al-Ghazali, yang menekankan bahwa hati adalah pusat kendali utama perilaku manusia. Hati dapat mengarahkan seseorang pada kebaikan atau keburukan tergantung pada sejauh mana ia tersambung dengan nilai-nilai ilahiah. Nafsu manusia sendiri terbagi ke dalam beberapa tingkatan, yaitu ammarah (nafsu yang condong pada keburukan), lawwamah (nafsu yang kritis terhadap diri), dan mutmainnah (jiwa yang tenang). Perjalanan manusia menuju jiwa yang tenang menggambarkan proses perjuangan batin yang membentuk kualitas kepribadian Islami.

Dalam konteks ini, kepribadian Islam tidak dipahami sebagai kondisi statis, tetapi sebagai proses perkembangan yang terus-menerus menuju kesempurnaan spiritual dan moral (Afriyanto & Muhid, 2021).

Kajian psikologi kontemporer semakin menguatkan pentingnya nilai-nilai spiritual dalam kesehatan mental. Anggraini (2024), melalui tinjauan pustaka sistematis, menemukan bahwa ibadah seperti shalat, dzikir, doa, serta internalisasi nilai sabar dan syukur berkontribusi signifikan terhadap penurunan stres, peningkatan resiliensi, dan penguatan kesejahteraan psikologis. Penelitian lain menunjukkan bahwa mahasiswa yang menanamkan kepribadian Muhsin (berbuat ihsan) cenderung lebih mampu mengelola stres saat menghadapi pandemi Covid-19 dibandingkan dengan mereka yang tidak menanamkan nilai tersebut (UIN Antasari, 2023). Hal ini memperlihatkan bahwa kepribadian Islam dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu individu menghadapi tekanan hidup modern.

Selain memberikan ketenangan batin, kepribadian Islam juga memuat nilai-nilai universal yang menjadi fondasi kemanusiaan. Nilai keadilan, kejujuran, kasih sayang, tanggung jawab, dan kepedulian sosial merupakan bagian integral dari kepribadian Islami. Dalam perspektif psikologi, nilai-nilai ini berperan sebagai faktor protektif yang mampu memperkuat kohesi sosial, mengurangi stres, serta meningkatkan kualitas hidup. Dengan demikian, kepribadian Islam bukan hanya berorientasi pada kehidupan spiritual individu, tetapi juga berkontribusi dalam menciptakan masyarakat yang lebih beradab dan harmonis. Haque (2018) menegaskan bahwa manusia dalam perspektif Islam adalah entitas multidimensi yang mencakup jasmani, mental, emosional, dan spiritual. Artinya, kepribadian Islami yang matang tidak hanya menghasilkan individu yang beriman, tetapi juga manusia yang sehat secara psikologis dan bermanfaat bagi lingkungannya.

Integrasi antara psikologi modern dan psikologi Islam menjadi hal penting dalam mengembangkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang kepribadian. Jika psikologi Barat menekankan pada perilaku, kognisi, dan emosi, maka psikologi Islam menambahkan aspek spiritual sebagai inti dari kepribadian. Pendekatan ini tidak hanya memperkaya teori, tetapi juga memberikan landasan praktis dalam bidang konseling, terapi, dan pendidikan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa terapi berbasis spiritual seperti dzikir, doa, dan refleksi diri efektif dalam membantu individu menghadapi krisis identitas maupun gangguan mental (Universitas Ibn Khaldun, 2024). Dengan demikian, kepribadian Islam bukan sekadar konsep normatif, melainkan dapat diterapkan secara praktis dalam konteks psikologis modern.

Relevansi kepribadian Islam semakin nyata di era kontemporer, ketika manusia menghadapi tantangan berupa alienasi, krisis identitas, dan meningkatnya gangguan mental. Nilai-nilai Qur'ani seperti sabar, syukur, tawakkal, dan dzikir berfungsi sebagai modal psikologis yang memberikan kekuatan menghadapi stres, kecemasan, dan depresi (Nurusshobah & Fitra,

2025). Lebih jauh lagi, kepribadian Islam menuntun manusia untuk membangun kesadaran diri, mengendalikan hawa nafsu, serta menegakkan keadilan sosial. Hal ini menjadikan kepribadian Islam sebagai basis kemanusiaan yang menyeluruh karena mampu menyeimbangkan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial.

Dalam hal ini, pandangan Prof. Khairunnas Rajab (2011) dalam bukunya Psikologi Ibadah semakin menegaskan bahwa ibadah merupakan inti pembentukan kepribadian Islami. Ia menjelaskan bahwa ibadah bukan hanya ritual formal, tetapi latihan psiko-spiritual yang memiliki efek terapeutik bagi jiwa. Praktik ibadah seperti shalat, puasa, zakat, dan dzikir, apabila dilakukan dengan penuh kesadaran dan keikhlasan, berfungsi sebagai religio-terapi yang mampu menenangkan jiwa, mengendalikan nafsu, serta memperkuat hubungan manusia dengan Allah. Konsep ini menunjukkan bahwa ibadah berperan penting dalam memakmurkan "kerajaan ilahi di hati manusia", sehingga membentuk pribadi yang sehat, tenang, dan bermakna. Dengan demikian, kepribadian Islam dapat dipahami sebagai integrasi nilai fitrah, ibadah, dan pengalaman spiritual yang memberikan arah bagi manusia untuk mencapai kesejahteraan psikologis sekaligus kesempurnaan kemanusiaan.

Keseluruhan uraian ini menegaskan bahwa kepribadian Islam merupakan pilar utama dalam memahami manusia secara menyeluruh. Islam memandang manusia sebagai makhluk berfitrah yang kepribadiannya terbentuk dari integrasi antara jasmani, akal, hati, dan ruh. Internalitas nilai-nilai Islam terbukti dapat meningkatkan kesehatan mental, memperkuat resiliensi, serta membangun masyarakat yang adil dan berperikemanusiaan. Dengan demikian, kepribadian Islam bukan hanya penting untuk kehidupan religius, tetapi juga menjadi fondasi kemanusiaan universal yang menyeimbangkan aspek spiritual, psikologis, dan sosial. Integrasi psikologi Islam dengan teori psikologi modern akan semakin memperkaya pemahaman mengenai kepribadian dan memberikan solusi terhadap tantangan psikologis maupun sosial yang dihadapi manusia di era kontemporer.

## **B. Indra Manusia dalam Islam**

Menurut keilmuan islam, disebutkan bahwa panca indera merupakan sarana manusia 'mengetahui' yang diberi Allah kepada manusia dalam meningkatkan kapasitasnya untuk memahami tanda-tanda (āyat) (kekuasaan)-Nya. Tanda-tanda tersebut bertujuan untuk memberikan pemahaman bagi manusia, bahwa realitas fisik di dunia ini adalah salah satu aspek dari Kekuasaan-Nya dan akan dipertanggungjawabkan di hari akhir nanti. Siregar (2021) mengungkapkan bahwa sistem indera manusia merupakan salah satu bagian dari koordinasi tubuh, dimana sistem indera terdiri atas bagian-bagian yang berfungsi menerima, mengolah, dan menanggapi dari lingkungan luar tubuh, dalam sistem indera sendiri

ditemukan saraf-saraf resetor yang berfungsi untuk menerima rangsangan fisik atau kimia dan kemudian akan ditanggapi. Panca Indera juga memberikan arti dalam membentuk suatu pengetahuan, untuk mengetahui sebuah kebenaran dan kesalahan dalam memahami sesuatu. Kesalahan indera yang dimaksud adalah kesalahan persepsi, pandangan, pemahaman, atau penilaian terhadap suatu objek dan persoalan dalam menyerap informasi (M. Yusuf. 2013).

Al-quran menyebutkan indrea manusia terdiri dari dua bagian yaitu indera zahir yang berarti penyerap luaran (al-mudrikah min karij) dan indera batin yang berarti penyerap dalaman (al-mudrikah min al-batin). Berikut penjelasan mengenai bagian-bagian dari indra : (Ibn Sina.1952:41), 1). Indera Zahir (al-mudrikah min karij). Terdapat 5 bagian diluaran indera : a).Indera penglihatan yang tersusun didalam saraf yang berpusat pada mata sehingga dapat menangkap gambar atau sesuatu yang memiliki warna. b), Indera Pendengaran yang berpusat pada telinga sehingga dapat menangkap gambaran sampai kepada gelombang-gelombang yang ada di udara, dan dapat menyerap suara yang terpantul kepadanya. c), Indera mencium yang berpusat pada hidung sehingga dapat menyerap udara yang mengandung bau sampai kepadanya. d), Indera perasa yang tersusun pada saraf yang ada pada lidah, yang dapat meyerap rasa sesuatu serta dapat menentukannya seperti pahit, manis, asam, pedas. e), Indera peraba yang dapat menyerap yang disentuh langsung oleh kulit. 2). Indera Batin (al-mudrikah min al-batin)

Stimulus atau informasi yang ditangkap oleh setiap alat indera Zahir manusia nantinya akan disalurkan ke bagian lain dari unsur kepribadian manusia, yakni otak. Dalam pembahasan Al-Quran, istilah indera batin merujuk pada proses pemikiran dan pemahaman, yang sebenarnya merupakan cara kerja indera batin itu sendiri. Di dalam Al-Quran, komponen-komponen indera manusia disebutkan sebagai al-nazar, al-fakr, al-`aql, al-tadabbur, dan al-fiqh. Kata al-nazar di Al-Quran tidak hanya berarti melihat dengan mata, tapi juga mencakup makna memikirkan. (M. Yusuf, 2013)

Ahli Filsuf yakni Ibnu Sina dalam kerangka al-hawās al-bāṭinah, mengungkapkan terdapat satu lagi bagian yang berperan menyempurnakan pemahaman dari indera-indera tersebut, yakni Indera Ruhani (Indera Kalbu). Indera ruhani merujuk pada **qalb (hati)** dan **`aql (akal)** yang akan menjadi sarana untuk menangkap kebenaran yang lebih tinggi daripada sekadar informasi inderawi.

Dalam pandangan epistemologi Barat, panca indera dianggap sebagai kemampuan alami manusia yang berkembang secara evolusioner atau biologis. Sebaliknya, menurut Islam, panca indera itu merupakan tanggung jawab ilmiah yang terhubung erat dengan kebenaran agama yang sangat masuk akal. Kedalamannya terlihat dari cara Islam memandang hubungan antara ilmu dan amal, di mana pengetahuan yang akurat bisa didapat lewat

panca indera, serta jalur epistemologis lainnya. Islam juga mengkaji bahwa Allah tidak cuma menyampaikan ilmu-Nya kepada manusia melalui af`al (Tindakan)-Nya saja, tapi juga lewat firman-Nya, yang mencakup pemahaman tentang indera manusia.

Beberapa pendekatan psikologi yang berkaitan dengan panca indera adalah pendekatan psikologi biologis, psikologi kognitif, psikologi humanistic dan tentu saja pendekatan psikologi islam. Pada pendekatan psikologi biologis tentu saja berkaitan dengan indera Zahir. Dimana alat-alat indera, seperti mata, telinga, hidung, mulut, kulit, dan lidah mengubah stimulus menjadi sinyal saraf pada manusia. Sejalan dengan pendekatan biologis, pada pendekatan kognitif, menjelaskan bagaimana indera menangkap stimulus tersebut lalu di proses oleh pikiran, sehingga menjadi persepsi, memori, dan pemahaman (indera kalbu). Pada pendekatan psikologi humanistic, indera dipandang sebagai bagian dari pengalaman subjektif manusia untuk menciptakan aktualisasi dalam diri. Dan pada pendekatan psikologi islam yang memandang indera bukan hanya sarana biologis dan kognitif manusia, tetapi juga sebagai bagian spiritual manusia untuk mengenal Allah SWT dan mengerjakan perintah-Nya. Sebagai contoh : saat kita mendengar atau membaca Al-Quran, maka secara spiritual dapat mempengaruhi iman dan ketenangan jiwa pada manusia.

### 3. **Fitrah dan Perkembangan Kejiwaan manusia**

Fitrah manusia dalam perspektif Psikologi Islam merupakan konsep yang integral, menghubungkan antara dimensi spiritual, psikologis, dan sosial manusia. Sejak awal penciptaan, Al-Qur`an telah menegaskan bahwa manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah, sebagaimana firman Allah dalam Q.S. Ar-Rum [30]:30 yang menyebutkan bahwa manusia diciptakan sesuai dengan fitrah yang lurus, dan tidak ada perubahan pada ciptaan Allah. Hadits Nabi Muhammad SAW juga memperkuat pandangan ini dengan menyatakan bahwa setiap anak lahir membawa fitrah, hanya saja orang tua dan lingkunganlah yang kemudian membentuk orientasi keagamaannya (HR. Muslim, no. 2658). Pandangan ini menegaskan bahwa fitrah adalah potensi dasar manusia untuk bertauhid, berbuat kebajikan, serta mengarahkan kehidupannya sesuai dengan nilai-nilai ilahiah. Dalam Psikologi Islam, fitrah dipahami bukan hanya sebagai kecenderungan bawaan, tetapi juga sebagai daya aktualisasi diri yang akan berkembang melalui pengalaman hidup, pendidikan, dan lingkungan.

Rajab (2011) dalam karyanya Psikologi Ibadah menekankan bahwa ibadah menjadi mekanisme penting untuk menjaga fitrah tetap bersih. Menurutnya, ibadah tidak hanya sekadar ritual formal, melainkan juga sebagai sarana penyembuhan spiritual dan psikologis. Melalui shalat, manusia memperoleh ketenangan jiwa; melalui puasa, manusia melatih pengendalian diri; melalui zakat, manusia mengasah empati sosial; dan melalui dzikir, manusia memperkuat kesadaran transendennya. Seluruh bentuk ibadah tersebut sejatinya merupakan terapi spiritual yang membantu manusia kembali pada

fitriah asalnya. Hal ini terbukti secara empiris pada penelitian Nurhayati dan Fauzi (2022), yang menemukan bahwa mahasiswa yang aktif menjalankan ibadah selama pandemi COVID-19 memiliki tingkat kesejahteraan psikologis lebih tinggi dibandingkan mereka yang mengabaikan aktivitas religius. Dengan demikian, ibadah memiliki kontribusi nyata dalam menjaga kesehatan mental sekaligus memperkuat fitrah.

Selain ibadah, syukur juga dipandang sebagai ekspresi fitrah yang sangat penting. Dalam Islam, syukur tidak sekadar ucapan lisan, melainkan melibatkan kesadaran batin dan perbuatan nyata. Penelitian Wantini, Suryani, dan Hidayat (2023) mengidentifikasi bahwa syukur dalam perspektif Psikologi Islam mencakup tiga dimensi utama: dengan hati, lisan, dan perbuatan. Individu yang mampu mengaktualisasikan syukur dalam ketiga dimensi ini terbukti lebih bahagia, lebih tahan menghadapi tekanan, dan lebih mampu membangun hubungan positif dengan lingkungannya. Temuan ini sejalan dengan konsep positive psychology di Barat, yang menempatkan gratitude sebagai salah satu faktor penentu subjective well-being. Dalam konteks Psikologi Islam, syukur merupakan bukti nyata bahwa fitrah manusia senantiasa mendorongnya untuk kembali kepada Allah dan hidup dalam kebaikan.

Pendidikan agama Islam juga menjadi sarana penting dalam membentuk kepribadian sesuai dengan fitrah manusia. Penelitian terbaru oleh Nuryana dan Hidayat (2025) menunjukkan bahwa pendidikan agama Islam berperan dalam membangun character building generasi muda di era digital. Nilai-nilai Islami seperti sabar, tawakal, dan syukur terbukti mampu membentuk kepribadian yang lebih kuat, lebih tangguh, serta tidak mudah goyah menghadapi tantangan globalisasi dan arus digitalisasi yang kerap membawa dampak negatif berupa hedonisme, individualisme, dan krisis moral. Pendidikan berbasis nilai agama menjadi benteng penting untuk menjaga fitrah agar tidak terdistorsi oleh pengaruh luar. Hal ini menegaskan bahwa fitrah bukanlah sesuatu yang statis, melainkan dapat dipelihara dan diarahkan melalui proses pendidikan yang tepat.

Lingkungan religius, seperti pesantren, juga terbukti memiliki pengaruh signifikan dalam menjaga fitrah manusia. Penelitian Mardiah dan Khasanah (2024) menunjukkan bahwa santri penghafal Al-Qur'an yang hidup dalam lingkungan pesantren mengalami peningkatan dalam berbagai aspek psychological well-being, seperti penerimaan diri, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, dan kemampuan mengendalikan lingkungan. Kondisi ini memperlihatkan bahwa suasana religius kolektif yang tercipta di pesantren dapat menjadi media aktualisasi fitrah, karena santri tidak hanya dididik secara kognitif tetapi juga dibiasakan untuk menjalani kehidupan yang disiplin, penuh ibadah, dan berlandaskan nilai spiritual.

Pengalaman global seperti pandemi COVID-19 menjadi ujian besar dalam mempertahankan fitrah. Banyak individu mengalami tekanan psikologis, kecemasan, dan trauma kolektif. Namun, penelitian Wahyuni dan Setiawan (2023) membuktikan bahwa konseling kelompok berbasis nilai-nilai profetik mampu meningkatkan kebahagiaan dan resilience individu pasca pandemi.

Pendekatan ini menggunakan nilai-nilai keikhlasan, kesabaran, syukur, dan tawakal untuk membantu individu mengatasi trauma. Dari sini terlihat bahwa nilai-nilai Islam yang bersumber dari fitrah tidak hanya bersifat normatif, melainkan juga memiliki manfaat praktis yang dapat digunakan dalam intervensi psikologis.

Secara filosofis, pemikir Muslim klasik juga menegaskan peran fitrah dalam kehidupan manusia. Al-Ghazali, misalnya, menekankan bahwa hati manusia adalah wadah fitrah yang dapat dipenuhi dengan cahaya iman atau kegelapan hawa nafsu. Ibnu Sina memandang fitrah sebagai potensi rasional manusia yang mengarahkan pada pencarian kebenaran dan kebahagiaan sejati. Sementara itu, Mulla Sadra menafsirkan fitrah sebagai kecenderungan eksistensial manusia untuk kembali kepada Tuhan melalui proses penyempurnaan jiwa. Pandangan para pemikir ini memperlihatkan bahwa fitrah bukan hanya konsep teologis, melainkan juga tema filosofis yang mendalam dan relevan sepanjang zaman.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa fitrah manusia dalam perspektif Psikologi Islam adalah potensi bawaan yang mendorong manusia menuju kebaikan, tauhid, dan kebahagiaan. Fitrah ini dapat dijaga dan dikembangkan melalui ibadah, syukur, pendidikan agama, serta lingkungan religius. Penelitian kontemporer menunjukkan bahwa fitrah memiliki implikasi nyata dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, resilience, dan kemampuan menghadapi krisis. Oleh karena itu, Psikologi Islam menawarkan pendekatan holistik yang tidak hanya menekankan aspek spiritual, tetapi juga mampu menjawab tantangan psikologis modern dengan solusi berbasis nilai-nilai Islami.

#### 4. **Motivasi dan Aktualisasi diri**

Motivasi merupakan sesuatu dorongan bagi tindakan seseorang. Dalam pandangan psikologi, motivasi adalah kekuatan pendorong di balik tindakan dan perilaku manusia demi mencapai tujuan dan kebutuhan demi berlangsungnya kehidupan manusia. Beberapa teori dari ahli psikologi yang membahas hal ini, seperti hierarki kebutuhan oleh Abraham Maslow, teori harapan dari Victor Vroom, atau teori motivasi-informasi-kekuasaan oleh David McClelland, semuanya berusaha menjelaskan apa saja faktor yang bisa memicu motivasi pada individu (Alif et al., 2020). Sedangkan jika dilihat dari kaca mata pandangan islam, motivasi itu lebih luas daripada sekadar dorongan untuk meraih hasil atau prestasi duniawi; ia merupakan ajaran yang meliputi semua aspek kehidupan. Islam melihat motivasi sebagai energi pendorong yang berasal dari nilai-nilai spiritual dan moral, dengan fokus utama pada upaya mendapatkan ridha Allah, di mana setiap tindakan—baik besar maupun kecil—bisa dianggap sebagai ibadah asalkan dilakukan dengan niat ikhlas dan sesuai dengan ajaran Islam (Azimi, 2024).

Untuk mencapai kehidupan yang lebih baik, manusia punya berbagai motivasi, salah satunya motivasi fisiologi yang bertujuan mendapatkan keamanan, aktualisasi diri, mempertahankan hidup, serta menghindari rasa

lapar dan ketakutan, yang semuanya merupakan kebutuhan dasar yang harus diupayakan (Rajab. K, 2015).

Dalam penelitiannya, Rois (2019) menyebutkan bahwa motivasi manusia terbagi menjadi dua bagian. Yang pertama yakni, Dorongan dari luar diri manusia berupa adanya surga di akhirat, adanya taufik di dunia, perasaan ingin selamat dari api neraka dan musibah. Dorongan ini dapat tercapai dengan melaksanakan banyak kebaikan dan mengurangi keburukan/kejahatan. Sedangkan motivasi dari dalam diri manusia dapat berupa cinta kepada Allah, takut kepada Allah, mengharap kepada-Nya, dan malu kepada-Nya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam psikologi barat, para ahli hanya menekankan motivasi pada kebutuhan psikologis, dorongan, dan aktualisasi diri, sedangkan dalam psikologi islam motivasi tidak hanya terhenti pada aktualisasi diri, namun berlanjut pada aktualisasi iman dan takwa kepada Allah SWT.

Pandangan psikologi Barat, menurut Maslow dan Rogers aktualisasi diri berfokus pada pencapaian potensi penuh individu. Maslow melihatnya sebagai dorongan psikologis yang muncul setelah kebutuhan dasar terpenuhi. Sedangkan Rogers memandangnya sebagai dorongan utama yang meliputi kebutuhan fisiologis dan psikologis. Meskipun keduanya berbeda pandangan tentang urutan dorongan, mereka sepakat bahwa aktualisasi diri terkait dengan pengembangan kepribadian, mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor (Abraham Maslow, 1970). Agar tercapainya kondisi aktualisasi tersebut, individu harus memahami dan merealisasikan potensi diri mereka, yang dipengaruhi oleh persepsi pribadi dan lingkungan sosial. Menurut Maslow dan dalam perspektif psikologi humanistik, aktualisasi diri merupakan perkembangan optimal seluruh bakat, kualitas, dan kapasitas manusia. Dimana proses tersebut melibatkan tindakan yang dilakukan secara otentik dan penuh semangat, sejalan dengan potensi yang ada dalam diri individu. Aktualisasi diri juga dipandang sebagai tingkat tertinggi dalam hierarki kebutuhan manusia (Rosyidin, 2020).

Dalam pandangan Islam, aktualisasi diri tidak hanya berkaitan dengan pencapaian individual, tetapi juga dengan kedekatan yang lebih dalam dengan Allah (ma'rifatullah). Proses ini melibatkan pemenuhan kebutuhan spiritual yang lebih tinggi, di mana individu berusaha mendekatkan diri kepada Allah melalui ibadah dan amal saleh, yang selanjutnya membentuk kepribadian dan karakter seorang Muslim. Melakukan Syahada (kesaksian), shalat (doa), zakat (amal), puasa, dan haji, berfungsi sebagai alat untuk mendukung proses aktualisasi diri pada Allah SWT. Hal-hal tersebut lebih dari sekadar kewajiban ritual, tetapi juga sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada tuhan dan memenuhi kebutuhan spiritual. Sebagai contoh, shalat tidak hanya berperan sebagai ibadah wajib, tetapi juga membantu individu mencapai ketenangan jiwa, disiplin diri, dan pengendalian emosi.

Menurut Al-ghazali mengaktualisasikan diri artinya melalui pencapaian spiritual-spiritual (zuhud, qona'ah) manusia sehingga mampu mencapai derajat tertinggi kepada tuhan-nya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Aktualisasi

dalam perspektif psikologi Islam adalah proses mewujudkan potensi manusia sesuai fitrah, yang diarahkan pada pengabdian kepada Allah SWT dan kepentingan umat. Aktualisasi sejati bukan sekadar "menjadi diri sendiri yang terbaik", tetapi menjadi hamba Allah yang terbaik dalam setiap aspek kehidupan.

## **Kesimpulan**

Psikologi Islam memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki struktur kepribadian yang utuh dan terpadu, yang mencakup dimensi fisik, psikologis, dan spiritual. Perspektif ini menempatkan manusia tidak hanya sebagai makhluk biologis atau rasional, tetapi juga sebagai makhluk spiritual yang memiliki hubungan dengan Tuhan. Al-Qur'an memberikan penjelasan yang komprehensif mengenai hakikat manusia, mulai dari proses penciptaannya hingga tujuan keberadaannya di dunia. Dalam QS. Al-Mu'minun: 12-14 dijelaskan bahwa manusia diciptakan melalui tahapan biologis yang kemudian disempurnakan dengan peniupan ruh, yang menunjukkan adanya integrasi antara unsur jasmani dan ruhani dalam diri manusia.

Dalam perspektif psikologi Islam, perkembangan kepribadian manusia dipengaruhi oleh potensi dasar yang disebut fitrah. Fitrah menjadi landasan bagi manusia untuk mengenal Tuhan, mengembangkan nilai-nilai moral, serta membentuk perilaku yang sesuai dengan ajaran Islam. Proses pembentukan kepribadian ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis dan psikologis, tetapi juga oleh dimensi spiritual yang diwujudkan melalui praktik ibadah dan pengalaman religius. Oleh karena itu, ibadah tidak hanya dipahami sebagai kewajiban ritual, tetapi juga sebagai sarana pembinaan kejiwaan, pengendalian diri, serta penguatan kesadaran spiritual manusia.

Selain itu, psikologi Islam memandang bahwa tujuan akhir perkembangan manusia adalah mencapai aktualisasi diri yang selaras dengan fitrah dan pengabdian kepada Allah SWT. Aktualisasi diri dalam perspektif ini tidak semata-mata berorientasi pada pencapaian individual, tetapi juga pada kesadaran spiritual yang lebih tinggi serta tanggung jawab sosial sebagai hamba dan khalifah di bumi. Dengan demikian, konsep manusia dalam psikologi Islam memberikan pemahaman yang lebih holistik dibandingkan dengan pendekatan psikologi modern yang cenderung menitikberatkan pada aspek kognitif, emosional, dan perilaku.

Implikasi teoretis dari penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi dimensi spiritual dalam kajian psikologi dapat memperkaya pemahaman tentang kepribadian dan perkembangan manusia. Perspektif psikologi Islam menawarkan kerangka konseptual yang menempatkan spiritualitas sebagai elemen inti dalam pembentukan karakter dan kesehatan psikologis. Oleh karena itu, konsep-konsep dalam psikologi Islam berpotensi menjadi landasan alternatif dalam pengembangan teori psikologi, khususnya dalam bidang konseling, pendidikan, dan pengembangan kepribadian yang lebih holistik.

## Referensi

- Al Afify. (2018). Konsep Fitrah Dalam Psikologi Islam. *Tsaqafah* 14(2):279–98
- Andriani & Djurniyah. (2024). Proses Penciptaan Manusia Dalam Perspektif Al-Quran. *Religion : Jurnal Agama, Sosial dan Budaya*, 3(3)
- Azimi, Zul. (2024). Motivasi Dalam Islam. *Jurnal Tahqiq*, 18 (1)
- Arroisi, dkk. (2022). Problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow Perspektif Al-Ghazali (Analisis Studi Pemikiran Psikologis). *Jurnal Aqlania*, 13(2)
- Effendy, Moh. TAFSIR TARBAWI Informasi Al-qur'an tentang panca indera manusia
- Gumiandari, Septi. (2011). Kepribadian Manusia Dalam Perspektif Psikologi Islam (Telaah Kritis atas Psikologi Kepribadian Modren). *Jurnal Holistik*, 12(1)
- Hasanah, Muhimmatul. (2015). Dinamika Kepribadia Menurut Psikologi Islam. *Jurnal Ummul Qura*, 6(2)
- Hanafi, Imam. (2018). Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi Dan Alquran. *Jurnal Pendidikan Islam Universitas Wiraraja Sumendep*, 1(1)
- Jarman, dkk. (2022). Konsep aktualisasi diri perspektif barat dan islam. *Zawiyah : Jurnal Pemikiran Islam*, 8(1)
- Kadar, M. Yusuf. (2013). Indera Manusia Menurut Al-Quran dan Psikologi Konvensional : Suatu Kajian Perbandingan. *Jurnal Hadhari*, 6(2)
- Musripah. (2023). Potret Manusia Dalam Perspektif Psikologi Islam. *JOUSIP Journal of Sufism and Psychotherapy* 3(2):167–80. doi:10.28918/jousip.v3i2.1301.
- Nashori, Fuad. (1997). Perspektif Psikologi Islami tentang Manusia (Suatu Pandangan Dasar). *Jurnal Psikologika Universitas Islam Indonesia*, (4)
- Napitupulu, Dedi Saputra. (2019). Elemen-elemen Psikologi dalam Al-Quran Studi Tentang Nafs, Aql, Qalb, Ruh, dan Fitrah. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(1)
- Nurusshobah. (2025). Pengembangan Diri Menurut Prinsip Al-Quran Terhadap Pencapaian SELF-ACTUALIZATION Perspektif Islam. *AL-MUADDIB: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 7(2)
- Raharusun, Agus Suryadi. (2021). Kajian Psikosufistik Terhadap Penciptaan Manusia dalam Islam. *Syifa Al-Qulib : Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik*, 6(1)
- Rois, Nur. (2019). Konsep motivasi, perilaku, dan pengalaman puncak spritual manusia dalam psikologi islam. *Jurnal pendidikan Agama Islam Universitas Wahid Hasyim*, 7(2)
- Rajab, K. (2015). Nilai-Nilai Holistik Dalam Kaunseling Islam. *Journal Afkar*, 17(1)
- Rajab, Khairunnas. (2011). Psikologi Ibadah : Memakmurkan Kerajaan Ilahi di hati Manusia.  
Jakarta : Amzah.
- Rajab, H., Satrianis, A., & Shofiah, V. (2025). MANUSIA DAN TIPOLOGI MANUSIA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI ISLAM. *Islamika, Jurnal* 8(1):46–53.
- Sejati, Sugeng. (2017). Tujuan Al-Quran terhadap Perilaku Manusia dalam Perspektif Psikologi Islam. *Jurnal Syi'ar*, 17 (1)
- Siregar, Sawaluddin. (2019). Hubungan potensi indra,, akal, dan kalbu dalam Al-Quran meurut para mufassir. *Jurnal AL-Banjari*, 19(1)