SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN ISLAMI



CV. IMAN RIJALULLAH

SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN ISLAMI

CV. IMAN RIJALULLAH
PENERBIT & PERCETAKAN

UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 19
TAHUN 2002
TENTANG HAK CIPTA

PASAL 72 KETENTUAN **PIDANA** **SANKSI PELANGGARAN**
Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu Ciptaan atau memberikan tanpa izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp.1.000.000,00 (SatuJuta Rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun, dan/atau denda paling banyak Rp. 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau hak terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) Dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 {lima) tahun, dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN ISLAMI

Penulis

SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd

- *Pembimbing Majelis Dzikir RIJALULLAH" Buniwangi, Palasah - Majalengka - Jawa Barat – INDONESIA*
- *Pondok Pesantren RIJALULLAH, Berbasis Psikoterapi Islam*
- *Conselor di Pascasarjana IAIN Syekh Nurjati Cirebon*
- *Dosen STAI PUI Majalengka*
- *Dosen UIN SIBER Syekh Nurjati Cirebon*
- *Hp / WA : 0852-8008-4569*
- *E-mail : yedisupriadi0111@gmail.com*
- *Website : https://www.yedisupriadi.com/*

Pengantar : *Syekh Dr. Yedi Supriadi, M.Pd*
Editor : *Bambang Trisetiadi (Yadi)*
Reviewer : *Wildan Na'fian*
Desain Cover : *Team Rijalullah & Yadi*

Penerbit:
CV. IMAN RIJALULLAH
Perumahan Plumbon Pratama Blok D No.11 RT.024/RW.001
Desa Gombang – Kecamatan Plumbon – West Java – INDONESIA
Hp/WA: +62.8522.4100.054
E-mail: penerbitcirebon@gmail.com

Hak Cipta dilindungi undang-undang pada penulis All right reserved

ISBN : 978-623-89799-3-6

SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN ISLAMI



CV. IMAN RIJALULLAH

Kata Pengantar

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan hidayah dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyusun karya ini dengan baik dan lancar. Semoga segala usaha ini menjadi amal yang diterima oleh-Nya dan memberikan manfaat bagi pembaca. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, beserta para sahabat, keluarga, dan seluruh umat Islam yang mengikuti sunnah-Nya dengan penuh keikhlasan hingga akhir zaman. Semoga kita semua senantiasa mendapatkan petunjuk dan bimbingan dari Allah untuk terus berada di jalan-Nya yang lurus.

Buku *Psikologi Perkembangan Islami* karya Syekh Dr. Yedi Supriadi menyajikan sebuah pandangan yang mendalam mengenai dimensi-dimensi dalam diri manusia yang saling terkait, baik secara lahiriah maupun batiniah. Dalam buku ini, penulis menawarkan pendekatan integratif yang menggabungkan psikologi modern dengan ajaran Islam, bertujuan memberikan pemahaman yang lebih holistik tentang proses perkembangan manusia.

Menurut pandangan Syekh Dr. Yedi Supriadi, manusia terdiri dari empat dimensi utama yang saling berhubungan dan memiliki peran serta fungsi yang sangat penting dalam membentuk kepribadian dan kesejahteraan individu. Keempat dimensi tersebut meliputi dimensi hati, dimensi jiwa, dimensi ruh, dan dimensi jasad. Masing-masing dimensi ini memainkan peran yang esensial, baik dalam aspek fisik maupun batiniah, yang saling berinteraksi secara kompleks dan dinamis untuk mewujudkan keharmonisan dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Proses perkembangan manusia, menurut teori ini, tidak hanya dilihat dari sudut pandang biologis atau psikologis semata, melainkan juga dari perspektif spiritual. Buku ini mengajak pembaca untuk memahami bahwa perkembangan manusia merupakan sebuah perjalanan panjang yang melibatkan aspek fisik, mental, dan spiritual. Syekh Dr. Yedi Supriadi menggambarkan tahapan perkembangan manusia melalui beberapa fase yang menunjukkan perjalanan pencarian dan pemahaman jati diri seseorang.

Fase pertama yang dijelaskan dalam buku ini adalah fase alam samar, yang menggambarkan keadaan di mana individu hanya mengandalkan akal untuk berpikir dan bertindak, tanpa banyak kesadaran terhadap dimensi batin dalam dirinya. Pada fase ini, seseorang cenderung terjebak dalam pandangan dunia yang terbatas pada aspek lahiriah, sehingga kesadaran spiritual mereka belum berkembang secara penuh.

Setelah melewati fase alam samar, individu memasuki fase alam sadar, di mana terdapat peningkatan kesadaran diri. Pada fase ini, individu mulai membuka diri untuk memahami bahwa selain aspek jasmani, terdapat pula dimensi batin yang lebih dalam yang mempengaruhi kehidupan dan keputusan-keputusan yang mereka ambil. Kesadaran ini mendorong individu untuk mengenali adanya hubungan yang lebih mendalam antara akal, hati, jiwa, dan ruh, serta memperkuat pemahaman mereka mengenai pencarian jati diri yang lebih sejati dan spiritual.

Fase puncak dalam teori perkembangan ini adalah fase alam fitrah, yang merupakan tahap tertinggi dalam pencapaian jati diri dan kedamaian batin. Pada fase ini, individu mencapai kedamaian yang mendalam dan mengalami keselarasan yang sempurna antara akal, hati, ucapan, dan perbuatan mereka dengan kehendak Tuhan.

Pencapaian ini tidak hanya terlihat dalam perbaikan sikap dan perilaku, tetapi juga tercermin dalam keberadaan lima cahaya spiritual yang muncul sebagai tanda terbangkitnya kesadaran batin yang lebih tinggi. Lima cahaya tersebut adalah: Cahaya Hati (Nurul Qolbi), Cahaya Jiwa (Nurunnafsi), Cahaya Akal (Nurul Akli), Cahaya Ucapan (Nurul Qauli), dan Cahaya Perilaku (Nurul Af'ali). Cahaya-cahaya ini menggambarkan integritas individu yang hidup selaras dengan prinsip-prinsip kebaikan, kejujuran, dan keselarasan antara dimensi lahiriah dan batiniah.

Syekh Dr. Yedi Supriadi menekankan bahwa untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan spiritual, sangat penting untuk menjaga keselarasan antara dimensi batin dan lahiriah dalam diri manusia. Proses pencapaian ini melibatkan perjalanan panjang melalui berbagai fase, di mana setiap fase membawa individu untuk lebih memahami diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka. Dalam buku ini, pengintegrasian antara aspek psikologis, spiritual, dan moral ini dirumuskan secara sistematis, memberikan pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana setiap individu dapat berkembang menuju kehidupan yang lebih baik dan lebih harmonis, dengan tujuan akhir mencapai keselarasan dengan kehendak Tuhan Yang Maha Esa.

Semoga buku ini dapat menjadi referensi yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi perkembangan Islami, serta memberikan inspirasi bagi pembaca untuk mencapai keseimbangan dan kedamaian dalam seluruh aspek kehidupannya.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Penulis

DAFTAR ISI

Kata Pengantar vi
DAFTAR ISI ix

Bagian 1 Psikologi Perkembangan 1
Mengupas Psikologi Perkembangan 1
Sejarah Psikologi Perkembangan 3
Teori, Tahapan, dan Model 6
Teori Keterikatan Bowlby 6
Teori Perkembangan Kognitif Piaget 11
Teori Perkembangan Psikoseksual Sigmund Freud 13
Teori Pembelajaran Sosial Bandura 16
Teori Pembentukan Jati Diri Yedi Supriadi 18
Perdebatan Klasik dan Kontemporer
dalam Psikologi Perkembangan 20
Teori Pikiran Memahami Dunia Sosial Melalui Lensa Kognisi . 23
Teori Dinamika Alam Bawah Sadar Yedi Supriadi 26

Bagian 2 Konsep Psikologi Perkembangan 37
Konsep 37
Definisi 40
Ruang Lingkup 51
Tujuan dan Manfaat 54
Tujuan 55
Manfaat 57
Prinsip-Prinsip 60
Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi 64
Fase-Fase Perkembangan 68
Fase Terpesona 69

Fase Kritik 72
Fase Perumusan dan Pengembangan 74
Fase Penerapan 83
Tugas-Tugas Perkembangan Individu 85

Bagian 3 Karakteristik Psikologi Perkembangan 90
Karakteristik Perkembangan Islam 90
Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini 94
Karakteristik Psikologi Perkembangan Anak Usia Sekolah 97
Karakteristik Perkembangan Remaja 101
Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa 105
Karakteristik Perkembangan Masa Lansia 106
Aspek Psikologi Perkembangan Islami 111
Aspek Fitrah (Kecenderungan Alami) 112
Aspek Pendidikan Agama dan Moral 113
Aspek Kesadaran Moral dan Tanggung Jawab Sosial 115
Aspek Perkembangan Spiritual (Tazkiyah) 117
Aspek Perkembangan Kognitif dan Emosional 118
Aspek Tujuan Akhir Kehidupan: Keseimbangan Dunia dan Akhirat 120
Aspek Pentingnya Teladan dan Pembimbingan 121
Aspek Fisik 123
Fisik pada Masa Kanak-Kanak 123
Aspek Kognitif 124
Fisik pada Masa Remaja dan Dewasa 129
Aspek Psikososial pada Remaja 131
Fisik pada Masa Lansia 144
Aspek Dewasa Awal, Dewasa Menengah, dan Dewasa Akhir 146

Hubungan antara Fisik dan Kesehatan Mental 171

Bagian 4 Perkembangan Manusia 173

Manusia..... 173

Penciptaan Manusia 173

Tujuan Hidup Manusia 181

Keistimewaan Manusia 188

Kebebasan dan Tanggung Jawab..... 192

Keseimbangan Dunia dan Akhirat 195

Manusia sebagai Khalifah di Bumi 200

Dimensi Manusia dalam Islam..... 203

Dimensi Hati (Qolbi)..... 203

Dimensi Jiwa (Al-Nafs) 211

Dimensi Ruh (Ruh) 217

Dimensi Ragawi (Al-Jism) 221

Teori-Teori Perkembangan dalam Islam..... 227

Teori Pembentukan Jati Diri Yedi Supriadi 227

Tahapan Perkembangan..... 234

Konsep Perkembangan 247

Metode Perkembangan 252

Fase Alam Samar..... 256

Fase Alam Sadar..... 294

Fase Alam Fitrah 317

Teori Dinamika Alam Bawah Sadar Yedi Supriadi..... 343

Konsep Dasar Perkembangan Manusia dalam Islam 350

Dinamika Alam Bawah Sadar 350

Persaksian 354

Tahap Pra-Kelahiran 358

Fase Pondasi (prenatal)..... 361

Penciptaan Janin 366

Pembentukan Janin 376
Waktu Peniupan Ruh 381
Fase Pembangkitan 385
Masa Kanak-Kanak 408
Masa Dewasa dan Kehidupan Sosial 420
Kematian dan Kehidupan Akhirat 428
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Manusia . 430
Faktor Genetik dan Biologis 430
Lingkungan Sosial 433
Pendidikan Islam 435
Faktor Ilahiah 438
Perkembangan Kognitif dan Emosional dalam Perspektif Islam 441
Perkembangan Akal 441
Perkembangan Emosional 443
Tantangan dalam Perkembangan Manusia Berdasarkan Perspektif Islam 445
Relevansi Psikologi Perkembangan Islami dengan Psikologi Modern 448

Catatan Akhir 452

Daftar Pustaka 473

Biografi Penulis 496

Bagian 1

Psikologi Perkembangan

Mengupas Psikologi Perkembangan

Kehidupan manusia adalah sebuah perjalanan perubahan yang berkelanjutan. Sejak lahir hingga usia senja, individu mengalami transformasi yang dramatis dalam berbagai aspek keberadaan mereka. Perubahan-perubahan ini bukanlah sekadar pergantian waktu, melainkan serangkaian proses kompleks yang membentuk diri kita menjadi individu yang unik. Dalam upaya memahami kompleksitas perubahan manusia ini, lahirlah sebuah bidang studi yang dikenal sebagai psikologi perkembangan.

Asosiasi Psikologi Amerika (*American Psychological Association*) pada tahun 2020 mendefinisikan psikologi perkembangan sebagai studi ilmiah tentang perubahan fisik, mental, dan perilaku yang terjadi sejak konsepsi hingga usia lanjut.[1] Definisi ini menggarisbawahi cakupan psikologi perkembangan yang luas, mencakup seluruh rentang kehidupan manusia dan menyoroti tiga domain utama perkembangan: fisik, mental (kognitif dan emosional), dan perilaku.

Lebih dalam lagi, psikologi perkembangan tidak hanya mendeskripsikan perubahan-perubahan tersebut, tetapi juga berusaha untuk menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Burman menjelaskan bahwa psikologi perkembangan secara aktif menyelidiki beragam elemen yang membentuk pertumbuhan

manusia, termasuk faktor biologis, genetik, neurologis, psikososial, budaya, dan lingkungan.[2] Faktor biologis merujuk pada proses-proses fisik internal seperti pertumbuhan organ tubuh dan perubahan hormonal. Aspek genetik menyoroti peran warisan biologis dari orang tua dalam menentukan karakteristik dan potensi perkembangan individu. Faktor neurologis menekankan pada perkembangan dan fungsi otak serta sistem saraf yang mendasari perilaku dan kognisi.

Faktor psikososial mengacu pada interaksi individu dengan lingkungan sosialnya, termasuk keluarga, teman sebaya, dan masyarakat luas. Interaksi ini membentuk identitas diri, kemampuan sosial, dan perkembangan emosional. Faktor budaya memainkan peran penting dalam membentuk nilai-nilai, kepercayaan, dan praktik yang mempengaruhi cara individu berkembang dalam konteks masyarakat tertentu. Faktor lingkungan secara luas mencakup semua pengalaman eksternal individu, termasuk lingkungan fisik, sosial-ekonomi, dan pendidikan, yang dapat memberikan dampak signifikan pada lintasan perkembangan. Seiring perkembangannya, psikologi perkembangan telah diperkaya oleh beragam teori dan model dari berbagai cabang psikologi. Burman menyatakan bahwa disiplin ini telah mengalami pengaruh signifikan dari berbagai perspektif teoritis. Teori-teori ini memberikan kerangka kerja untuk memahami berbagai aspek perkembangan manusia, mulai dari perkembangan kognitif (misalnya, teori Piaget dan Vygotsky), perkembangan psikososial (misalnya, teori Erikson), hingga perkembangan moral (misalnya,

teori Kohlberg). Keberagaman perspektif teoritis ini menunjukkan kekayaan dan kompleksitas bidang psikologi perkembangan, serta upaya berkelanjutan para ahli untuk memahami dinamika pertumbuhan manusia secara lebih mendalam.

Singkatnya, psikologi perkembangan adalah disiplin ilmu yang vital dalam memahami kompleksitas perjalanan hidup manusia. Melalui studi yang sistematis dan komprehensif, psikologi perkembangan tidak hanya mengungkap tahapan-tahapan perubahan yang kita alami, tetapi juga mengidentifikasi berbagai faktor yang membentuk diri kita sepanjang rentang kehidupan. Pemahaman ini memiliki implikasi yang luas, mulai dari pendidikan, perawatan kesehatan, hingga kebijakan sosial, dengan tujuan akhir untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan manusia di setiap tahap perkembangannya.

Sejarah Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan, sebagai sebuah disiplin ilmu yang berbeda, muncul pada penghujung abad ke-19, menandai titik penting dalam upaya sistematis untuk memahami perubahan manusia sepanjang waktu[3]. Pada masa-masa formatifnya, bidang ini terutama berfokus pada perkembangan anak-anak dan remaja. Perhatian utama ditujukan pada penguraian kompleksitas pikiran anak-anak dan proses pembelajaran yang mereka lalui[4]. Fokus awal ini mencerminkan minat yang berkembang dalam memahami fondasi kognitif dan perilaku manusia yang diletakkan pada tahun-tahun awal kehidupan.

Sebelum psikologi perkembangan mendapatkan pengakuan formal sebagai bidang studi yang terpisah, beberapa tokoh visioner telah meletakkan dasar intelektual bagi perkembangannya. Charles Darwin, ahli biologi evolusi terkenal, memberikan kontribusi penting pada bidang ini dengan studi perintisnya pada tahun 1877 tentang bentuk-bentuk komunikasi bawaan. Karya Darwin, meskipun tidak secara eksplisit berlabel "*psikologi perkembangan*," membuka jalan untuk memahami aspek-aspek perilaku manusia dari perspektif perkembangan. Tak lama kemudian, karya perintis William Preyer (1888) berjudul *The Mind of the Child* diterbitkan. Monograf ini, berdasarkan pengamatan yang cermat terhadap perkembangan bayinya sendiri, dianggap sebagai salah satu studi empiris sistematis pertama tentang perkembangan anak. Preyer dengan teliti mendokumentasikan munculnya berbagai kemampuan pada bayi, memberikan wawasan yang tak ternilai tentang langkah-langkah awal perkembangan manusia.

Abad ke-20 menyaksikan munculnya era yang sangat berpengaruh dalam psikologi perkembangan, didominasi oleh sejumlah tokoh terkemuka yang teori-teori komprehensifnya membentuk lanskap disiplin ilmu ini. Sigmund Freud, dengan teori psikoanalitiknya yang inovatif, menekankan peran pengalaman masa kanak-kanak awal dan pikiran bawah sadar dalam membentuk perkembangan kepribadian[5]. Jean Piaget, seorang tokoh raksasa dalam psikologi perkembangan kognitif, merevolusi pemahaman kita tentang bagaimana anak-anak membangun pengetahuan melalui serangkaian tahapan perkembangan kognitif yang berbeda[6].

Erik Erikson memperluas perspektif psikoanalitik Freud dengan teori perkembangan psikososialnya, yang menguraikan delapan tahap perkembangan yang mencakup seluruh rentang hidup, masing-masing ditandai dengan krisis psikososial yang unik[7]. Lev Vygotsky, dengan pendekatan sosiokulturalnya, menekankan peran penting interaksi sosial dan konteks budaya dalam mendorong perkembangan kognitif[8]. Teori kelekatan John Bowlby[9] menyoroti pentingnya ikatan emosional awal antara anak-anak dan pengasuh dalam membentuk perkembangan sosial dan emosional seumur hidup. Albert Bandura, pelopor teori pembelajaran sosial, menunjukkan kekuatan pembelajaran observasional dan pemodelan dalam akuisisi perilaku, menunjukkan bahwa perkembangan tidak hanya didorong oleh faktor internal tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial[10].

Pada tahun 1920-an, cakupan psikologi perkembangan mulai mengalami perluasan yang signifikan yang mencerminkan pemahaman yang semakin matang tentang sifat perkembangan manusia. Disiplin ilmu ini mulai melampaui fokus eksklusifnya pada masa kanak-kanak dan remaja untuk merangkul studi tentang perkembangan dewasa dan proses penuaan[11]. Pergeseran ini mengakui bahwa perkembangan bukanlah fenomena yang dibatasi pada tahun-tahun formatif tetapi merupakan proses berkelanjutan yang berlanjut sepanjang rentang hidup.

Dalam beberapa dekade terakhir, psikologi perkembangan terus berkembang dan memperluas batas-batasnya. Salah satu perkembangan penting adalah dimasukkannya perkembangan

prenatal sebagai bidang studi yang sah dalam disiplin ilmu ini[12]. Pengakuan bahwa proses perkembangan dimulai jauh sebelum kelahiran telah memperkaya pemahaman kita tentang pengaruh kompleks yang membentuk lintasan perkembangan manusia. Saat ini, psikologi perkembangan dipahami sebagai disiplin ilmu yang komprehensif yang mencakup seluruh rentang hidup manusia, mulai dari konsepsi hingga usia lanjut[13]. Perspektif rentang hidup ini menekankan bahwa perkembangan adalah proses multidimensi, multidireksional, dan plastis yang dipengaruhi oleh interaksi yang kompleks antara faktor biologis, psikologis, dan sosial budaya.

Teori, Tahapan, dan Model

Psikologi perkembangan sebagai sebuah disiplin ilmu berupaya untuk memahami perubahan yang terjadi sepanjang rentang kehidupan manusia. Para tokoh kunci dalam bidang ini telah mengajukan berbagai teori dan model untuk menjelaskan kompleksitas pertumbuhan dan perkembangan manusia, masing-masing berfokus pada aspek yang berbeda seperti sosial, emosional, kognitif, dan moral[14]. Di antara beragam teori tersebut, teori keterikatan yang digagas oleh John Bowlby dan dikembangkan oleh Mary Ainsworth memiliki pengaruh yang signifikan dalam memahami perkembangan sosial dan emosional anak.

Teori Keterikatan Bowlby

John Bowlby, seorang psikolog Inggris, dikenal luas atas kontribusinya dalam memahami perkembangan sosial anak melalui teori[15]. Bowlby meyakini bahwa kebutuhan untuk membentuk ikatan yang erat dengan figur pengasuhan adalah sebuah kebutuhan

bawaan yang dimiliki oleh setiap manusia[16]. Kebutuhan ini, menurut Bowlby, berakar pada mekanisme evolusioner yang bertujuan untuk meningkatkan peluang bertahan hidup. Ikatan keterikatan yang terbentuk antara anak dan pengasuh berfungsi sebagai sistem perilaku yang naluriah, memastikan bahwa anak mendapatkan perlindungan dan perawatan yang esensial dari figur dewasa[17]. Keterikatan tidak hanya dipandang sebagai kebutuhan sosial, tetapi juga sebagai kebutuhan biologis yang mendasar bagi perkembangan anak.

Bowlby menekankan bahwa kualitas interaksi awal antara anak dan pengasuh memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan anak. Pengalaman interaksi yang positif dan responsif akan membangun dasar bagi perkembangan rasa aman, kepercayaan diri, dan kemampuan untuk membentuk hubungan yang sehat di kemudian hari. Sebaliknya, pengalaman pengasuhan yang tidak konsisten, tidak responsif, atau bahkan traumatis dapat mengarah pada perkembangan keterikatan yang tidak aman, yang berpotensi menimbulkan masalah perilaku, emosional, dan sosial di masa depan.

Mary Ainsworth, seorang murid dan kolaborator Bowlby, mengembangkan lebih lanjut teori keterikatan dengan mengidentifikasi berbagai gaya keterikatan yang berbeda antara anak dan pengasuh[18]. Melalui penelitian observasional yang inovatif yang dikenal sebagai "*Strange Situation Procedure*," Ainsworth dan rekan-rekannya berhasil mengidentifikasi tiga gaya keterikatan utama: aman, ambivalen-resisten, dan menghindar. Kemudian, gaya

keterikatan keempat, yaitu tidak teratur (*disorganized*), ditambahkan oleh Main dan[19].

1. Keterikatan Aman (*Secure Attachment*): Anak dengan gaya keterikatan aman merasa nyaman dan percaya pada pengasuhnya sebagai figur yang dapat diandalkan dan responsif terhadap kebutuhan mereka[20]. Dalam situasi "*Strange Situation*," anak aman mungkin merasa tertekan saat berpisah dengan pengasuh, tetapi dengan cepat mencari dan merasa nyaman saat pengasuh kembali. Pengasuhan yang konsisten, sensitif, dan responsif terhadap sinyal anak merupakan faktor utama yang mendorong perkembangan keterikatan aman.
2. Keterikatan *Ambivalen-Resisten* (*Ambivalent-Resistant Attachment*): Anak dengan gaya keterikatan ambivalen-resisten menunjukkan ambivalensi dalam hubungan mereka dengan pengasuh. Mereka cenderung mencari kedekatan yang kuat dengan pengasuh, tetapi juga menunjukkan penolakan dan kemarahan ketika pengasuh kembali setelah berpisah[21]. Pengasuhan yang tidak konsisten dan tidak dapat diprediksi dapat menyebabkan perkembangan gaya keterikatan ini. Anak mungkin merasa bingung dan tidak yakin apakah pengasuh akan tersedia dan responsif terhadap kebutuhan mereka.
3. Keterikatan Menghindar (*Avoidant Attachment*): Anak dengan gaya keterikatan menghindar cenderung menghindari interaksi dan kedekatan dengan pengasuh[22].

Dalam situasi "*Strange Situation*," mereka mungkin tidak menunjukkan distress saat berpisah dengan pengasuh dan cenderung mengabaikan atau menghindari pengasuh saat kembali. Gaya keterikatan ini sering dikaitkan dengan pengasuhan yang menolak, tidak responsif, atau intrusif. Anak mungkin belajar untuk menekan kebutuhan mereka akan kedekatan dan bergantung pada diri sendiri sebagai mekanisme koping.

4. Keterikatan Tidak Teratur (*Disorganized Attachment*): Gaya keterikatan tidak teratur, yang diidentifikasi oleh Main dan Solomon[23], merupakan gaya keterikatan yang paling tidak adaptif dan sering dikaitkan dengan pengalaman traumatis seperti penganiayaan atau pengabaian. Anak dengan gaya keterikatan ini menunjukkan perilaku yang membingungkan dan kontradiktif dalam situasi "*Strange Situation*." Mereka mungkin menunjukkan kombinasi perilaku menghindar dan resisten, serta perilaku yang tampak bingung, terdisorientasi, atau takut terhadap pengasuh.

Gaya-gaya keterikatan ini bukan hanya sekadar klasifikasi deskriptif, tetapi juga memiliki implikasi yang signifikan terhadap perkembangan anak di berbagai domain. Penelitian telah menunjukkan bahwa gaya keterikatan aman terkait dengan hasil perkembangan yang lebih positif, seperti kompetensi sosial yang lebih baik, regulasi emosi yang lebih efektif, dan hubungan yang lebih sehat di masa depan. Sebaliknya, gaya keterikatan tidak aman, terutama gaya keterikatan tidak teratur, dikaitkan dengan risiko yang

lebih tinggi untuk masalah perilaku, emosional, dan psikopatologi di kemudian hari[24].

Meskipun teori keterikatan telah memberikan kontribusi yang sangat berharga dalam memahami perkembangan sosial dan emosional anak, penting untuk mengakui adanya batasan dan perspektif alternatif. Salah satu kritik terhadap teori keterikatan Bowlby adalah kurangnya perhatian terhadap pengaruh kelompok sebaya dalam membentuk perkembangan anak[25]. Judith Rich Harris, berpendapat bahwa pengaruh lingkungan sebaya dan konteks sosial di luar keluarga memiliki peran yang lebih besar dalam membentuk kepribadian dan perilaku anak dibandingkan dengan pengalaman keterikatan awal saja. Harris mengemukakan bahwa anak-anak belajar dan berkembang melalui interaksi dengan teman sebaya dan kelompok sosial mereka, dan bahwa norma serta nilai-nilai kelompok sebaya memiliki pengaruh yang kuat terhadap perkembangan identitas dan perilaku sosial anak.

Kritik ini tidak menafikan nilai dan relevansi teori keterikatan. Teori keterikatan tetap menjadi kerangka kerja yang penting untuk memahami bagaimana pengalaman awal dengan figur pengasuhan membentuk dasar bagi perkembangan sosial dan emosional anak. Teori ini menekankan pentingnya pengasuhan yang responsif dan sensitif dalam membangun hubungan yang aman dan mendukung perkembangan anak yang optimal.

Teori keterikatan Bowlby dan model gaya keterikatan Ainsworth telah memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman kita tentang perkembangan sosial dan emosional anak. Teori ini

menyoroti pentingnya kebutuhan bawaan untuk membentuk ikatan dengan figur pengasuhan dan dampak kualitas pengasuhan awal terhadap perkembangan anak di masa depan. Meskipun terdapat kritik dan perspektif alternatif, teori keterikatan tetap menjadi kerangka kerja yang relevan dan berpengaruh dalam bidang psikologi perkembangan, memberikan landasan penting untuk penelitian dan intervensi yang bertujuan untuk mempromosikan perkembangan anak yang sehat dan optimal.

Teori Perkembangan Kognitif Piaget

Jean Piaget, seorang tokoh psikologi asal Swiss, telah memberikan kontribusi fundamental dalam pemahaman kita tentang perkembangan kognitif anak. Ketertarikannya yang mendalam pada cara anak berpikir dan bagaimana mereka memperoleh, membangun, serta menggunakan pengetahuan telah menghasilkan teori tahapan perkembangan yang sangat berpengaruh[26]. Teori ini, yang dipublikasikan pada tahun 1951, menguraikan empat tahapan perkembangan kognitif yang dilalui anak-anak secara berurutan dan universal. Setiap tahapan merepresentasikan cara berpikir yang berbeda dan semakin kompleks seiring dengan bertambahnya usia.

Tahap pertama adalah tahap sensorimotor, yang berlangsung sejak kelahiran hingga usia sekitar dua tahun. Pada periode ini, pemahaman anak tentang dunia sangat bergantung pada input sensorik dan aktivitas motorik mereka. Interaksi dengan lingkungan dilakukan melalui sentuhan, penglihatan, pendengaran, dan gerakan. Salah satu ciri khas tahap ini adalah konsep object

permanence yang belum sepenuhnya berkembang. Jika sebuah objek disembunyikan dari pandangan anak, mereka cenderung menganggap objek tersebut tidak lagi eksis. Dengan kata lain, pemahaman tentang keberadaan objek masih terikat pada persepsi sensorik langsung.

Selanjutnya, tahap pra-operasional terjadi antara usia dua hingga enam tahun[27]. Pada tahap ini, anak mulai mengembangkan kemampuan berbahasa yang signifikan. Bahasa menjadi alat penting untuk representasi mental dan komunikasi. Meskipun demikian, pemikiran pada tahap pra-operasional masih bersifat intuitif dan belum logis. Anak-anak pada usia ini belum mampu melakukan operasi mental yang reversibel atau memahami logika konkret secara penuh. Keterbatasan ini terlihat dalam tugas-tugas konservasi, di mana anak-anak seringkali kesulitan memahami bahwa kuantitas suatu benda tetap sama meskipun penampilannya berubah.

Tahap operasional konkret muncul pada usia sekitar tujuh hingga sebelas tahun[28]. Perkembangan signifikan pada tahap ini adalah kemampuan anak untuk berpikir lebih logis tentang peristiwa dan objek konkret. Mereka mulai memahami prinsip-prinsip konservasi dan dapat melakukan operasi mental yang konkret, seperti klasifikasi dan seriasi. Namun, pemikiran mereka masih terbatas pada hal-hal yang nyata dan faktual. Konsep-konsep abstrak atau situasi hipotetis masih sulit dipahami dan dimanipulasi secara mental pada tahap ini.

Tahap terakhir dalam teori Piaget adalah tahap operasional formal, yang dimulai dari usia sekitar dua belas tahun dan berlanjut

hingga dewasa[29]. Pada tahap ini, kemampuan berpikir abstrak dan hipotetis berkembang secara penuh. Individu mampu berpikir tentang kemungkinan-kemungkinan, merumuskan hipotesis, dan menguji ide-ide secara sistematis. Pemikiran operasional formal memungkinkan penalaran deduktif dan pemecahan masalah yang kompleks. Kemampuan ini membuka jalan bagi pemikiran ilmiah, filosofis, dan abstrak lainnya.

Meskipun teori tahapan Piaget memberikan kerangka kerja yang sangat berharga untuk memahami perkembangan kognitif, penting untuk dicatat bahwa teori ini tidak sepenuhnya mencakup seluruh faktor yang mempengaruhi perkembangan anak. Faktor-faktor seperti kematangan biologis dan interaksi dengan lingkungan sosial dan budaya juga memainkan peran krusial dalam menentukan laju dan kualitas perkembangan kognitif[30]. Perbedaan individual dalam pengalaman dan bakat juga dapat menyebabkan variasi dalam kemajuan perkembangan kognitif setiap anak[31]. Penelitian selanjutnya telah memperkaya dan memperluas pemahaman kita tentang perkembangan kognitif, mengakui kompleksitas interaksi antara faktor internal dan eksternal dalam membentuk pemikiran anak.

Teori Perkembangan Psikoseksual Sigmund Freud

Teori perkembangan psikoseksual yang dikemukakan oleh Sigmund Freud, seorang psikiater asal Austria, merupakan salah satu teori paling berpengaruh dalam bidang psikologi. Teori ini, yang merinci tahapan perkembangan psikoseksual, telah memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman kita tentang

perkembangan kepribadian manusia sejak awal abad ke-20[32]. Freud, melalui pengamatan klinis terhadap pasien-pasien perempuannya yang mengalami gejala fisik dan tekanan psikologis tanpa dasar organik yang jelas, menyimpulkan bahwa pengalaman masa kanak-kanak dan dorongan-dorongan bawah sadar memiliki pengaruh yang kuat terhadap perilaku individu di kemudian hari[33].

Inti dari teori psikoseksual Freud adalah gagasan bahwa perkembangan anak berlangsung melalui serangkaian tahapan yang terfokus pada area tubuh yang memberikan kesenangan atau yang disebut sebagai zona erogen. Dalam setiap tahap perkembangan ini, anak menghadapi konflik psikologis yang harus diselesaikan, dan keberhasilan atau kegagalan dalam menyelesaikan konflik-konflik ini memainkan peran krusial dalam pembentukan kepribadian dan perkembangan psikologis individu.

Teori perkembangan psikoseksual Freud mengidentifikasi lima tahap utama, yaitu tahap oral, anal, falik, laten, dan genital. Setiap tahap ditandai dengan fokus energi libido, yaitu energi psikis yang terkait dengan dorongan seksual dan kehidupan, pada zona erogen yang berbeda-beda. Pada tahap oral (usia 0-18 bulan), misalnya, mulut menjadi sumber utama kesenangan dan eksplorasi. Konflik utama pada tahap ini adalah ketergantungan, dan keberhasilan dalam tahap ini menghasilkan rasa percaya dan aman. Tahap anal (usia 18-36 bulan) berpusat pada anus dan fungsi eliminasi, dengan konflik utama terkait dengan kontrol dan kemandirian. Tahap falik (usia 3-6 tahun) melibatkan fokus pada alat kelamin, dan munculnya kompleks Oedipus dan Electra, yang merupakan konflik utama terkait identifikasi gender dan otoritas. Tahap laten (usia 6 tahun

hingga pubertas) merupakan periode relatif tenang secara seksual, di mana energi libido dialihkan ke aktivitas sosial dan intelektual. Terakhir, tahap genital (pubertas hingga dewasa) ditandai dengan kematangan seksual dan fokus pada hubungan intim yang dewasa.

Freud meyakini bahwa keberhasilan melewati setiap tahap perkembangan psikoseksual akan menghasilkan perkembangan individu yang sehat secara psikologis di masa dewasa. Sebaliknya, kegagalan untuk menyelesaikan konflik pada tahap tertentu dapat mengakibatkan fiksasi, yaitu terperangkapnya sebagian energi libido pada tahap tersebut. Fiksasi ini dapat termanifestasi dalam berbagai kesulitan perkembangan dan perilaku di masa dewasa. Sebagai contoh, fiksasi pada tahap oral dapat bermanifestasi dalam perilaku seperti menggigit kuku, merokok, atau ketergantungan pada orang lain. Fiksasi pada tahap anal dapat berhubungan dengan kerapian obsesif atau sebaliknya, kecerobohan dan kekacauan.

Teori perkembangan psikoseksual Freud menekankan bahwa kepribadian individu terbentuk secara fundamental pada masa kanak-kanak, seiring dengan perjalanan anak melalui tahapan-tahapan perkembangan ini. Namun, teori ini juga menerima kritik, terutama karena dianggap kurang mempertimbangkan potensi perubahan dan pertumbuhan kepribadian sepanjang rentang kehidupan. Kritik lain juga menyoroti penekanan Freud yang berlebihan pada pengalaman masa awal sebagai faktor penentu utama perkembangan, sehingga mengabaikan pengaruh faktor-faktor lain seperti lingkungan sosial, budaya, dan pengalaman hidup di masa dewasa

Teori Pembelajaran Sosial Bandura

Dalam ranah psikologi perkembangan, teori pembelajaran sosial yang digagas oleh Albert Bandura telah menjadi landasan penting dalam memahami bagaimana individu memperoleh dan memodifikasi perilaku mereka. Sebagai seorang psikolog Amerika Serikat yang berpengaruh, Bandura mengembangkan teori ini sebagai respons terhadap keterbatasan teori pembelajaran tradisional yang berfokus pada pengkondisian klasik dan operan. Bandura berpendapat bahwa mekanisme penguatan dan hukuman saja tidak cukup menjelaskan kompleksitas pembelajaran perilaku manusia, terutama pada anak-anak. Ia mengamati bahwa banyak perilaku anak yang dipelajari tidak melalui penguatan langsung, melainkan melalui proses yang lebih kompleks yaitu observasi, imitasi, dan modeling perilaku orang lain.[34]

Inti dari teori pembelajaran sosial Bandura adalah penekanan pada peran observasi sebagai mekanisme utama dalam pembelajaran. Bandura menyatakan bahwa individu, terutama anak-anak, secara aktif mengamati perilaku orang-orang di sekitar mereka, termasuk reaksi dan konsekuensi dari perilaku tersebut. Proses observasi ini tidak terbatas pada interaksi langsung dengan aktor perilaku secara *live*, seperti yang ditunjukkan dalam eksperimen klasik Bobo doll.[35] Bandura dan rekan-rekannya bahkan menunjukkan bahwa pembelajaran dan modeling perilaku dapat terjadi melalui instruksi verbal, di mana individu belajar dengan mendengarkan deskripsi dan penjelasan mengenai bagaimana suatu perilaku dilakukan.[36] Hal ini menunjukkan fleksibilitas dan

cakupan luas dari pembelajaran observasional, yang melampaui batasan interaksi langsung dan penguatan eksternal.

Teori pembelajaran sosial Bandura, menekankan interaksi dinamis antara faktor lingkungan dan kognitif dalam mempengaruhi perkembangan individu.[37] Individu tidak hanya menjadi penerima pasif dari pengaruh lingkungan, tetapi juga secara aktif memproses informasi, membuat interpretasi, dan mengembangkan representasi mental dari apa yang mereka amati. Faktor kognitif seperti perhatian, memori, motivasi, dan ekspektasi memainkan peran krusial dalam menentukan perilaku mana yang diamati, dipelajari, dan kemudian direproduksi. Teori ini mengakui peran aktif individu dalam proses pembelajaran dan pengembangan diri, bukan sekadar respons otomatis terhadap stimulus eksternal.

Meskipun teori pembelajaran sosial Bandura telah memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman kita tentang perkembangan perilaku, teori ini juga tidak luput dari kritik. Salah satu kritik utama yang diajukan oleh Kevin adalah kurangnya pertimbangan terhadap faktor-faktor biologis dan respons sistem saraf otonom anak dalam teori ini.[38] Kritik ini menyoroti potensi keterbatasan teori pembelajaran sosial dalam menjelaskan aspek-aspek perilaku yang mungkin lebih dipengaruhi oleh faktor bawaan dan biologis, di luar domain pembelajaran observasional dan kognitif. Meskipun demikian, teori pembelajaran sosial Bandura tetap menjadi kerangka kerja yang berharga dan relevan dalam memahami kompleksitas pembelajaran perilaku manusia, terutama dalam konteks sosial dan perkembangan. Teori ini terus

menginspirasi penelitian dan aplikasi praktis dalam berbagai bidang, termasuk pendidikan, perkembangan anak, dan intervensi perilaku.

Teori Pembentukan Jati Diri Yedi Supriadi

Menurut Yedi Supriadi, pada diri manusia terkumpul sekaligus empat dimensi. Semuanya memiliki berbagai aspek dengan fungsi dan daya masing-masing, baik yang bersifat lahiriah dan dapat diamati maupun yang batiniah tak teramati. Adapun dimensi tersebut yaitu: dimensi Hati (*Qolbi*), dimensi jiwa (*al-nafs*), dimensi ruh (*ruh*), dimensi ragawi (*al-jism*)

Manusia sebagai kholifah bumi, menjadi sumber daya dan pengendali seluruh potensi bumi yang berupa suatu sistem (*sunnatullah*) yang letaknya berada di dalam jiwa (*Al-Nafs*) manusia, merupakan kelebihan pribadi sebagai buah ibadah dan pengabdian hakiki yang datangnya semata-mata karena kehendak Allah. Perkembangan manusia sesuai dengan fase-fasenya merujuk pada proses transformasi dan pertumbuhan yang dialami individu sepanjang rentang kehidupannya. karena setiap fase ini memiliki tantangan perkembangan khas dan tugas-tugas yang harus diatasi untuk mencapai hakekat manusia itu sendiri.

Teori Pembangkitan Alam Bawah Sadar yang dikemukakan oleh Syekh Dr. Yedi Supriadi, M.Pd. adalah suatu proses perubahan psikologi manusia yang bertujuan untuk menemukan jati diri. Proses ini melibatkan beberapa fase perkembangan, yaitu fase alam samar, fase alam sadar, dan fase alam fitrah.

1. Pada fase alam samar, individu berada dalam keadaan di mana individu berfungsi hanya dengan mengandalkan akal mereka

dalam berpikir dan bertindak. Pada fase ini, individu cenderung menganggap dunia dengan cara yang sangat terbatas, tanpa memahami dimensi batin yang lebih dalam, sehingga pemahaman mereka terhadap kehidupan sering kali bersifat objektif dan rasional.

2. Dalam fase alam sadar, merupakan tahap di mana individu mulai membuka diri untuk mengintegrasikan akal dan hati dalam pencarian jati diri mereka.
3. Fase terakhir, yaitu alam fitrah, adalah fase di mana individu mencapai puncak dari proses pencarian jati diri, di mana individu sepenuhnya mengintegrasikan hati mereka dalam perjalanan spiritual. Pada fase ini, individu tidak hanya menggunakan akal dan perasaan, tetapi hati mereka terfokus pada hubungan vertikal dengan Tuhan.

Indikator bahwa seseorang telah mencapai alam fitrah, atau telah terbangkitkan alam bawah sadarnya, hal ini terjadi setelah melalui proses manusia yang teriluminasi, ditandai dengan munculnya lima cahaya, yaitu:

1. Cahaya Hati (*Nurul Qolbi*): Pada titik ini, hati mampu menghadirkan Tuhan, hati menjadi tenang dan siap untuk menerima sinyal-sinyal Ilahiyah (*nur dari Tuhan/firasat/intuisi*) yang akan mengantarkan manusia ke jalan yang sudah ditentukan oleh Allah.
2. Cahaya Jiwa (*Nurunnafsi*): merupakan potensi manusia (pengusaha, tentara, guru, dokter dan yang lainnya).
3. Cahaya Akal (*Nurul Akli*): menghasilkan pemikiran bijaksana dan jernih sesuai sinyal-sinyal Ilahiyah.

4. Cahaya Ucapan (*Nurul Qauli*): ucapan yang membawa kebaikan dan kebijaksanaan.
5. Cahaya Perilaku (*Nurul Af'ali*): perilaku yang mencerminkan kebaikan, integritas, dan keselarasan baik secara lahiriyah dan bathiniyah.

Proses ini menghasilkan perubahan psikologis yang mendalam, mengarahkan individu menuju hati, pikiran, ucapan, dan perbuatan bergerak secara sinergis sesuai apa-apa yang Allah kehendaki digaris takdir. Dari penelitian ini sehingga dapat disimpulkan bahwa Alam Bawah Sadar adalah Jiwa (*Soul/ Jiwa yang tercahayai/ Nafsul Mutmainah*)

Perdebatan Klasik dan Kontemporer dalam Psikologi Perkembangan

Perdebatan mengenai pengaruh relatif antara faktor bawaan (nature) dan lingkungan (nurture) terhadap perkembangan manusia merupakan salah satu isu tertua dan paling mendasar dalam bidang psikologi perkembangan[39]. Pertanyaan sentral yang melandasi perdebatan ini adalah sejauh mana karakteristik dan kemampuan individu ditentukan oleh warisan genetik yang diterima dari orang tua, dibandingkan dengan pengaruh lingkungan eksternal seperti keluarga, pendidikan, pergaulan, budaya, dan pengalaman hidup secara keseluruhan. Pada masa lampau, pandangan psikolog perkembangan cenderung terpolarisasi, mengambil posisi ekstrem yang menekankan salah satu faktor saja. Namun, lanskap pemikiran saat ini telah bergeser secara signifikan, tidak lagi mempertentangkan nature versus nurture sebagai dikotomi yang

saling eksklusif. Pertanyaan modern lebih berfokus pada interaksi dinamis antara keduanya, yaitu bagaimana sifat bawaan dan pengaruh lingkungan saling memengaruhi dan membentuk perkembangan individu secara kompleks[40].

Pergeseran paradigma ini didorong oleh pemahaman yang semakin mendalam mengenai mekanisme epigenetika. Epigenetika merupakan bidang studi yang revolusioner, menjelaskan bagaimana faktor lingkungan dan perilaku individu dapat memodifikasi ekspresi gen tanpa mengubah sekuens DNA itu sendiri[41]. Dengan kata lain, lingkungan tidak hanya menjadi konteks pasif bagi perkembangan yang ditentukan secara genetik, tetapi juga memiliki peran aktif dalam "menghidupkan" atau "mematikan" gen tertentu. Sebagai contoh, penelitian epigenetika telah mengungkap bahwa pengalaman traumatis, pola makan, atau tingkat stres dapat meninggalkan "jejak" epigenetik yang memengaruhi ekspresi gen dan diturunkan ke generasi berikutnya. Implikasi dari temuan ini sangat signifikan, menunjukkan bahwa pengaruh lingkungan dapat bersifat lintas generasi dan memiliki dampak jangka panjang pada perkembangan individu.

Pemahaman mengenai interaksi nature dan nurture semakin relevan dalam memahami etiologi gangguan kesehatan mental. Meskipun banyak gangguan kesehatan mental yang parah memiliki komponen heritabilitas yang kuat, artinya faktor genetik berperan dalam meningkatkan kerentanan individu, namun manifestasi gangguan tersebut tidaklah bersifat deterministik[42]. Lingkungan dan perilaku individu memainkan peran krusial dalam menentukan

apakah kerentanan genetik tersebut akan terwujud menjadi gangguan klinis. Faktor-faktor seperti pola makan sehat, manajemen stres yang efektif, aktivitas fisik teratur, dan pengembangan pola pikir positif dapat berfungsi sebagai pelindung atau faktor risiko. Misalnya, individu dengan predisposisi genetik terhadap depresi mungkin tidak akan mengalami episode depresi jika mereka hidup dalam lingkungan yang suportif, memiliki keterampilan koping yang baik, dan menerapkan gaya hidup sehat. Sebaliknya, individu dengan kerentanan genetik yang sama mungkin lebih rentan mengalami depresi jika terpapar stres kronis, kurang dukungan sosial, atau mengadopsi pola perilaku maladaptif.

Perbedaan pendekatan antara teori psikologi perkembangan klasik dan kontemporer juga mencerminkan pergeseran penekanan dari nature versus nurture menjadi interaksi keduanya. Model-model klasik, seperti teori perkembangan kognitif Piaget dan teori psikoseksual Freud, cenderung mengasumsikan bahwa perkembangan manusia bersifat linier, tahapan-tahapannya universal, dan relatif tidak dapat diubah oleh pengaruh lingkungan setelah tahap-tahap awal terlewati. Dalam pandangan ini, perkembangan lebih dipandang sebagai proses internal yang digerakkan oleh "cetak biru" biologis yang telah ditentukan sebelumnya. Namun, teori psikologi perkembangan kontemporer menawarkan perspektif yang lebih dinamis dan kompleks. Teori-teori modern menekankan pentingnya berbagai tingkatan organisasi yang saling berinteraksi selama masa perkembangan manusia, mulai dari tingkat biologis, psikologis, sosial, hingga budaya[43]. Pendekatan

ini mengakui bahwa perkembangan bukanlah proses yang statis dan tetap, melainkan bersifat plastis dan terus menerus dipengaruhi oleh interaksi antara individu dan lingkungannya sepanjang rentang kehidupan.

Perdebatan antara nature dan nurture dalam psikologi perkembangan telah mengalami evolusi signifikan. Dari dikotomi yang terpolarisasi, pemahaman saat ini semakin condong pada pengakuan interaksi kompleks dan dinamis antara faktor bawaan dan lingkungan. Bidang epigenetika, studi tentang gangguan kesehatan mental, dan perbandingan teori perkembangan klasik dan kontemporer menjadi bukti nyata pergeseran paradigma ini. Memahami kontribusi relatif dan interaksi antara nature dan nurture bukan hanya penting secara teoretis, tetapi juga memiliki implikasi praktis yang luas dalam bidang pendidikan, kesehatan, dan intervensi sosial. Dengan pendekatan yang lebih holistik dan integratif, psikologi perkembangan terus berupaya memahami kompleksitas perkembangan manusia dengan lebih mendalam dan akurat.

Teori Pikiran Memahami Dunia Sosial Melalui Lensa Kognisi

Kecakapan dalam berinteraksi sosial merupakan fondasi penting bagi kehidupan manusia. Interaksi sosial yang kompleks memerlukan kemampuan untuk menginterpretasi dan memprediksi perilaku orang lain. Kemampuan inilah yang dipayungi oleh konsep teori pikiran (*theory of mind*). Teori pikiran merujuk pada kapasitas kognitif untuk memahami bahwa individu lain memiliki kondisi mental internal yang berbeda dari diri sendiri, seperti niat,

keyakinan, keinginan, persepsi, perilaku, dan emosi[44]. Kemampuan ini memungkinkan kita untuk memaknai tindakan orang lain, mengantisipasi reaksi mereka, dan pada akhirnya, membangun hubungan sosial yang bermakna.

Konsep teori pikiran pertama kali mencuat melalui penelitian inovatif yang dilakukan oleh Premack dan Woodruff pada tahun 1978. Penelitian mereka menginvestigasi kemampuan primata untuk memahami maksud dan tujuan manusia, dan dari sinilah istilah "teori pikiran" lahir[45]. Premack dan Woodruff mengusulkan bahwa teori pikiran adalah tahapan perkembangan alami yang dialami oleh semua anak. Penelitian selanjutnya mengonfirmasi pandangan ini, menunjukkan bahwa kemampuan teori pikiran mulai berkembang secara signifikan pada usia sekitar empat atau lima tahun. Pada usia ini, anak-anak mulai menunjukkan pemahaman bahwa orang lain dapat memiliki pikiran dan perasaan yang berbeda dari diri mereka, menandai kemunculan teori pikiran yang lebih matang[46]. Perkembangan ini ditandai dengan kemampuan anak untuk memahami konsep false belief, yaitu pemahaman bahwa orang lain dapat memiliki keyakinan yang salah tentang dunia, dan keyakinan tersebut dapat memengaruhi perilaku mereka.

Meskipun teori pikiran dianggap sebagai tonggak perkembangan yang universal, perlu ditekankan bahwa tingkat pencapaian dan kemampuan mempertahankan keterampilan ini bervariasi antar individu. Penelitian telah menunjukkan bahwa ada spektrum kemampuan teori pikiran, dan beberapa populasi klinis menunjukkan defisit yang signifikan dalam aspek kognitif sosial ini.

Salah satu contoh yang paling banyak diteliti adalah pada anak-anak dengan autisme. Baron-Cohen, Leslie, dan Frith (1985) dalam penelitian klasik mereka, menemukan bahwa anak-anak dengan autisme menunjukkan kesulitan yang mendasar dalam tugas-tugas teori pikiran, seperti memahami false belief[47]. Defisit ini diyakini berkontribusi pada kesulitan sosial yang menjadi ciri khas autisme, termasuk kesulitan dalam komunikasi timbal balik, interaksi sosial, dan memahami perspektif orang lain.

Selain autisme, gangguan mental lain juga dikaitkan dengan gangguan dalam kemampuan teori pikiran. Individu yang mengalami depresi, baik psikotik maupun non-psikotik, secara signifikan menunjukkan kinerja yang lebih buruk dalam tugas-tugas teori pikiran dibandingkan dengan kelompok kontrol[48]. Kesulitan dalam memahami kondisi mental orang lain pada individu dengan depresi dapat memperburuk gejala depresi, seperti isolasi sosial dan kesulitan interpersonal. Demikian pula, individu dengan gangguan kecemasan sosial juga diketahui menunjukkan akurasi yang lebih rendah dalam menguraikan kondisi mental orang lain[49]. Kecemasan sosial yang intens dapat mengganggu kemampuan individu untuk memproses informasi sosial secara akurat, termasuk membaca ekspresi wajah dan bahasa tubuh yang merupakan komponen penting dari teori pikiran. Ketidakmampuan ini dapat berkontribusi pada rasa malu, ketakutan akan penilaian negatif, dan penghindaran situasi sosial yang menjadi ciri khas gangguan kecemasan sosial.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa teori pikiran bukanlah kemampuan yang statis, melainkan terus berkembang dan

mengalami perubahan sepanjang rentang kehidupan. Penelitian longitudinal menunjukkan adanya proses perkembangan teori pikiran yang berkelanjutan, bahkan hingga usia dewasa[50]. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan memahami pikiran dan perasaan orang lain terus diasah dan diperhalus seiring dengan pengalaman sosial dan perkembangan kognitif individu. Implikasi dari temuan ini adalah bahwa intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan teori pikiran dapat bermanfaat tidak hanya bagi anak-anak tetapi juga bagi orang dewasa, terutama bagi mereka yang mengalami kesulitan sosial atau gangguan mental yang terkait dengan defisit teori pikiran.

Teori pikiran merupakan kemampuan kognitif yang krusial dalam memahami dan berinteraksi dengan dunia sosial. Kemampuan ini berkembang sejak usia dini dan terus mengalami perkembangan sepanjang rentang hidup. Defisit dalam teori pikiran telah dikaitkan dengan berbagai gangguan mental, menekankan pentingnya pemahaman yang lebih mendalam tentang mekanisme dan perkembangan teori pikiran. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengembangkan intervensi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan teori pikiran, sehingga dapat membantu individu dalam membangun hubungan sosial yang lebih sehat dan memuaskan, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Teori Dinamika Alam Bawah Sadar Yedi Supriadi

Syekh Dr. Yedi Supriadi, M. Pd. (Syekh Gozzali Al-Wahhab) merupakan seorang Mursyid (Guru Pembimbing Spiritual) yang memiliki pemahaman mendalam tentang psikologi Islam dan

tasawuf, serta mendirikan Pondok Pesantren Rijalullah berbasis Psikoterapi Islam. Sebagai seorang pakar tasawuf, Syekh Dr. Yedi mengintegrasikan antara ajaran Islam dan psikoterapi dalam membantu proses penyembuhan jiwa seseorang. Melalui ajaran dan praktik spiritual yang berbasis pada dzikir, puasa, khalwat, dan shalat, beliau bertujuan untuk mencapai kesempurnaan jiwa atau *Nafsul Mutmainah* jiwa yang tenang, damai, dan penuh cahaya ilahi.

Syekh Yedi Supriadi menekankan bahwa jiwa atau *Nafs* lebih dari sekadar aspek psikologis rasional yang dihadapi dalam teori-teori psikologi konvensional. Dalam pemikirannya, jiwa adalah *Nurrunnafsi*, yang berarti Cahaya Jiwa, yang merupakan energi spiritual yang bersumber dari Tuhan. Pemikiran ini sejalan dengan pandangan Sigmund Freud tentang pentingnya jiwa dalam membentuk perilaku dan pikiran, meskipun pendekatan yang digunakan oleh Syekh Yedi lebih menekankan pada aspek spiritual dan koneksi dengan Tuhan sebagai sumber dari cahaya dan kekuatan jiwa.

Menurut Syekh Dr. Yedi, *Nafsul Mutmainah* bukan hanya jiwa yang sehat secara mental, tetapi jiwa yang telah mencapai kedamaian dan ketenangan melalui pencapaian spiritual yang mendalam. Proses menuju *Nafsul Mutmainah* melibatkan pengosongan diri dari segala hal yang bersifat duniawi dan menanamkan kecintaan kepada Tuhan melalui ibadah yang teratur. Dengan pendekatan ini, seseorang bisa meraih kedamaian batin yang sejati, yang pada akhirnya menciptakan keselarasan dalam perilaku, pikiran, dan perasaan yang sejalan dengan kehendak Allah SWT.

Pemikiran Syekh Yedi juga menyentuh pada konsep alam bawah sadar yang sangat penting dalam psikoterapi, tetapi dengan dimensi spiritual yang lebih dalam. Di sini, alam bawah sadar dipandang sebagai ruang di mana Cahaya Jiwa dapat terbangkitkan, yang memungkinkan seseorang untuk melihat dan merasakan petunjuk ilahi dalam kehidupannya. Dengan membangkitkan alam bawah sadar ini, seseorang dapat lebih dekat dengan Allah SWT, lebih menyadari potensi spiritualnya, dan lebih mampu menjalani kehidupan yang penuh dengan makna dan tujuan yang luhur.

Pendekatan ini juga mencerminkan pemikiran yang lebih holistik, di mana kesehatan jiwa tidak hanya dilihat dari perspektif psikologis, tetapi juga dilihat sebagai hubungan yang erat dengan dimensi spiritual dan ketuhanan. Melalui pendekatan psikoterapi Islam yang diajarkan oleh Syekh Dr. Yedi, seseorang dapat mengembangkan diri secara holistik, mengintegrasikan pikiran, jiwa, dan spiritualitas untuk mencapai kesejahteraan yang lebih dalam, yang membawa pada transformasi diri menuju *Nafsul Mutmainah*.

Pemikiran Syekh Dr. Yedi Supriadi tentang *Nafs* dan *Nurrunnafsi* menggarisbawahi pentingnya spiritualitas dalam proses penyembuhan jiwa dan pengembangan diri, yang juga dapat dilihat sebagai jembatan antara psikologi modern dan tasawuf dalam konteks Islam. Sebagai seorang mursyid dan pakar tasawuf, beliau memberikan pencerahan melalui ajaran-ajaran yang menekankan pada pembersihan jiwa dan pembangkitan cahaya ilahi dalam kehidupan sehari-hari, yang pada gilirannya membawa pada kedamaian batin yang sejati.

Alam Bawah sadar adalah jiwa yang tercahayai dimana prosesnya melalui pendekatan spiritual secara teratur dan terus menerus, dengan metode spiritual puasa, *khalwat*, dzikir dan shalat dipandang mampu membersihkan hati dan pikiran yang memicu pada terbangkitnya alam bawah sadar, sehingga menjadi manusia yang teriluminasi, yaitu fase dimana manusia memperoleh Cahaya Jiwa *(Nuruunnafsi)*, Cahaya Hati *(Nurul Qolbi),* Cahaya Akal *(Nurul Akli),* Cahaya Ucapan *(Nurul Qauli),* dan Cahaya Perilaku*(Nurul Af'ali),* sehingga hati, pikiran, ucapan, dan perbuatan bergerak secara sinergis sesuai apa-apa yang Allah kehendaki digaris takdir.

Pelaksanaan spiritual secara teratur dan terus menerus, manusia yang telah mencapai *mahabbah, ma'rifat dan ridho* bukan hanya mencintai dirinya, mengenal dirinya dan ridho dengan segala ketetapan Allah SWT. Tetapi juga mencintai semesta selayaknya dia mencintai dirinya sendiri. Maka, relasi spiritualitas ini membangun keharmonisan dalam diri dan dengan alam semesta secara horizontal, serta membangun relasi spiritual dengan Allah SWT secara vertikal sebagai wujud penghambaan.

Supaya manusia dapat terbangkitnya alam bawah sadar, menjadi manusia sempurna baik lahir maupun batin, sehingga mampu menduduki maqom Kholifah Bumi, maka manusia harus menjalani Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh melalui metode spiritual yang terdiri *puasa, khalwat, dzikir dan shalat*. Sehingga terbukanya matahati untuk menerima pancaran *'nur makrifatullah'* sehingga manusia bisa terlepas dari kejumudan hatinya sendiri. Maksud hal tersebut dalam arti, hakekat manusia yang disebut *nismatul*

'adamiyah yang dibungkus dengan *jismul mahsusah* atau jasad kasar telah mendapatkan rahasia hidayah Allah yang dipancarkan dari tempat perbendaharaannya. Itulah *"Nur di atas Nur*" yang disebut "*nismatul 'ubudiyah*". Maka ilmu dan iman manusia telah mampu menyinari hati menuju pembangkitan alam bawah sadar. Itulah buah ibadah yang dihasilkan oleh seorang salik di jalan Allah. Terbangkitnya alam bawah sadar dalam hati itu merupakan potensi hati yang harus digali oleh orang yang berilmu dan beriman. Merupakan sarana hubungan secara pribadi antara seorang hamba dengan Tuhannya. Orang berilmu dan beriman yang mendapatkan *'futuh ilahiyat'* tersebut.

Ketika itu sudah tercapai, berarti orang tersebut bagaikan telah mendapatkan bibit unggul di dalam hatinya sendiri. Selanjutnya mereka tidak boleh berdiam diri hanya sampai disitu saja. Mereka tidak boleh membiarkan bibit itu kembali menjadi mati, mereka harus menanam bibit itu di dalam hatinya sendiri pula dengan melanjutkan perjalanan tiada henti. Mereka harus meningkatkan mujahadah dan riyadhloh di jalan Allah, baik dengan puasa, khalwat, dzikir dan shalat maupun fikir, baik secara vertikal maupun horizontal. Dalam arti mampu meredam kehendak emosional dan rasional sehingga kehendak spiritual dominan menyinari kehidupannya.

Manusia Yang Teriluminasi Seperti termaktub dalam Alquran, diri yang tenteram, diri yang rida, dan diri yang diridai Tuhan, semuanya saling berkaitan erat. *"Hai diri yang damai (diri yang tenteram), kembalilah kepada Tuhanmu, dengan rida dan diridai Tuhan"*. Pada

tingkat ini, kita tidak hanya merasa puas terhadap takdir kita. Kita juga merasa puas terhadap segala kesulitan dan ujian kehidupan, yang juga berasal dari Tuhan. Kondisi Qalbu yang ridha ini sangatlah berbeda dengan cara yang biasa kita lakukan di dalam menjalani kehidupan di dunia ini. Kita menyadari bahwa kita secara kontinu dikelilingi oleh rahmat dan belas kasih Tuhan.

Ketika rasa syukur dan cinta kita kepada Tuhan demikian besar-nya, bahkan yang pahit pun terasa manis bagi kita, maka kita telah mencapai stasiun qalbu yang ridha. Ciri-ciri lain tingkat ini adalah keajaiban, kebebasan, ketulusan, perenungan, dan ingat kepada Tuhan. Keajaiban adalah hal yang mungkin karena Tuhan menjawab doa yang tulus dari orang-orang yang berada di tingkat ini. Sebagai contoh, begitu banyak orang suci yang doanya untuk menyembuhkan orang sakit telah di kabulkan oleh Tuhan. Kebebasan muncul karena kita tidak lagi tergoda oleh sesuatu apa pun di dunia ini. Perhatian kita ditujukan pada batiniah kita dan pada Tuhan.

Hijab yang dapat menghalangi manusia berjalan kepada Allah itu adakalanya Nur dan adakalanya kegelapan. Bila yang menghentikan perjalanan kapada Allah itu ilmu, maka itu bernama hijab Nur. Dan bila yang menghalangi perjalanan itu berupa adat kebiasaan dan syahwat, maka itu bernama hijab kegelapan.

Orang-orang yang sedang menempuh perjalanan menuju kepada Allah menggunakan petunjuk *Cahaya Tawajuh* (menghadap Allah) dan orang-orang yang sudah sampai kepada Allah, baginya mendapatkan *Cahaya Muwajahah* (limpahan Cahaya). Sebagai

realitas segala sesuatu cahaya menembus setiap susunan entitas, fisik maupun non-fisik sebagai komponen essensial dari cahaya. Cahaya memiliki tingkat intensitas penampakannya, tergantung pada tingkat kedekatannya dengan Cahaya segala cahaya *(Nur al-Anwar).* Semakin dekat dengan *Nur al-Anwar* yang merupakan cahaya yang paling sempurna maka akan semakin sempurnalah cahaya tersebut begitupun sebaliknya.

Kesadaran diri sama dengan manifestasi wujud atau sesuatu yang tampak (*dzahir*) yang diidentifikasi dengan 'cahaya murni' (*nur mahdl*). Kesadaran diri, karena itu, diidentifikasi dengan 'penampakan' (*manifestasi*) dan 'cahaya seperti apa adanya' (*nafs al-zhuhur wa al-nuriyyah*). Dari sini kemudian dinyatakan, setiap orang yang memahami essensinya sendiri adalah cahaya murni dan setiap cahaya murni adalah manifestasi dari essensinya sendiri terbangkitlah alam bawah sadar di mana cahaya Tuhan memasuki diri manusia, yaitu Cahaya Hati (*Nurul Qolbi*), Cahaya Jiwa (*Nuruunafsi*), Cahaya Akal (*Nurul Aqli*), Cahaya Ucapan (*Nurul Qauli*), dan Cahaya Perilaku (*Nurul Af'ali*).

Itulah sebabnya manusia sangat perlu diberi nutrisi yang bersifat ghaib untuk kesehatan mentalnya. Nutrisi yang bersifat ghaib tersebut diantaranya: puasa, *khalwat*, dzikir, shalat**,** dan do'a-do'a. Asupan nutrisi itu dicerna dan diproses oleh hati maupun jantung sehingga menghasilkan energi yang sangat lembut ke seluruh tubuh sehingga dapat mendorong dan menggerakkan anggota tubuh untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang positif terutama dalam

menjalankan ibadah kepada Allah SWT yang dapat membawa dampak besar terhadap peningkatan alam bawah sadar manusia.

Seandainya pada dirinya ia dapat melihat dirinya dan selain dirinya, berarti ia bisa melihat dirinya dan selain dirinya. Oleh sebab itu, ia lebih layak disebut dengan nur dibandingkan sesuatu yang sama sekali tak berpengaruh pada selain dirinya. Bahkan, ia lebih tepat dikatakan sebagai pelita yang menerangi karena cahayanya memancar pada selain dirinya. Keistimewaan ini hanya terdapat pada ruh kenabian yang suci sebab melalui nabilah berbagai cahaya pengetahuan memancar kepada makhluk. Dapat dipahami mengapa Allah SWT. menyebut Muhammad dengan "Pelita yang Menerangi" (*sirajan munira*). Semua nabi adalah pelita, demikian pula para ulama, meski ada perbedaan yang tak terkira di antara mereka. Seperti cahaya (*nur*) pada siang hari dipancarkan oleh nur matahari, nur pada bulan dipancarkan oleh nur matahari, nur pada suatu ruangan dipancarkan oleh nur lampu, nur pada ruangan gelap dipancarkan oleh nur senter, dan sebagainya.

Manusia sebagai kholifah bumi, juga mengindikasikan bahwa manusia dengan segala kemampuan yang dimiliki dijadikan oleh Allah sebagai penguasa di muka bumi, atau menjadi sumber daya dan pengendali seluruh potensi bumi.

Potensi pengendali bumi tersebut berupa suatu sistem (*sunnatullah*) yang letaknya berada di dalam jiwa (*Al-Nafs*) manusia, merupakan kelebihan pribadi sebagai buah ibadah dan pengabdian hakiki yang datangnya semata-mata karena kehendak Allah. Barang siapa mampu mendapatkan dan mempergunakan sistem itu dengan

baik dan benar, maka sesuai kapasitas kemampuan yang sudah dimiliki, seorang hamba yang sholeh berpotensi dapat mengaplikasikan sistem-sistem kehidupan yang beterbaran di alam semesta.

Terbangkitnya alam bawah sadar dalam hati itu merupakan potensi jiwa yang harus digali oleh orang yang berilmu dan beriman. Merupakan sarana hubungan secara pribadi antara seorang hamba dengan Tuhannya. Orang berilmu dan beriman yang mendapatkan *'futuh ilahiyat'* tersebut. Ketika itu sudah tercapai, berarti orang tersebut bagaikan telah mendapatkan bibit unggul di dalam hatinya sendiri. Selanjutnya mereka tidak boleh berdiam diri hanya sampai disitu saja. Mereka tidak boleh membiarkan bibit itu kembali menjadi mati, mereka harus menanam bibit itu di dalam hatinya sendiri pula dengan melanjutkan perjalanan tiada henti. Mereka harus meningkatkan mujahadah dan riyadhloh di jalan Allah, baik dengan puasa, khalwat, dzikir dan shalat maupun fikir, baik secara vertikal maupun horizontal. Dalam arti mampu meredam kehendak emosional dan rasional, sehingga kehendak spiritual dominan menyinari kehidupannya.

Upaya penyucian jiwa sebagai bagian dari membersihkan hati dan pikiran dari ketergantungan duniawi merupakan proses mewujudkan rasa cinta (*mahabbah*) dan mengenal Allah SWT (*marifat*). Pada titik ini, hati mampu menghadirkan Tuhan, hati menjadi tenang dan siap untuk menerima sinyal-sinyal *Ilahiyah* (nur dari Tuhan/firasat/intuisi) yang akan mengantarkan manusia ke jalan yang sudah ditentukan oleh Allah menjadikan manusia yang

teriluminasi (*Manusia yang tercahayai*) dimana hati menjadi tempat cahaya, Jiwa merupakan potensi manusia, Ruh sebagai penggerak hati pikiran manusia, sehingga akan memiliki kekuatan dahsyat dan bekerja sesuai dengan tugasnya, yang mampu mengalami internalisasi dan bersinergi dengan berbagai energi halus yang lainnya.

Implementasi menunjukkan adanya proses perubahan kedekatan diri kepada Allah SWT, sehingga hati damai, pikiran tenang, perilaku lebih terarah ke hal yang positif, semangat hidup lebih tumbuh ke arah yang lebih baik. Obyektifitas upaya pembangkitan alam bawah sadar menunjukkan rata-rata sudah menampakkan ridha kepada Allah dengan hal yang disukai ataupun yang tidak, berusaha mencintai Allah dengan berusaha menjauhi semua larangannya dan taat pada semua perintahnya, menjauhkan diri dari perilaku bermaksiat kepada Allah baik dalam perbuatan ataupun ucapan. Malu kepada Allah, tidak memikirkan selain Allah dan damai karena Allah.

Indikasi bahwa, dengan pendekatan praktek spiritual secara teratur dan terus menerus, seseorang yang telah mencapai mahabbah, ma'rifat dan ridho bukan hanya mencintai dirinya, mengenal dirinya dan ridho dengan segala ketetapan Allah SWT. Tetapi juga mencintai semesta selayaknya dia mencintai dirinya sendiri. Maka, relasi spiritualitas ini membangun keharmonisan dalam diri peserta dan dengan alam semesta secara horizontal, serta membangun relasi spiritual dengan Allah SWT secara vertikal sebagai wujud penghambaan.

Pendekatan praktek spiritual secara teratur dan terus menerus, melalui metode spiritual puasa, khalwat, dzikir dan shalat dipandang mampu membersihkan hati dan pikiran yang memicu pada terbangkitnya alam bawah sadar.

Hal ini terjadi setelah melalui proses manusia yang teriluminasi, yaitu fase dimana manusia memperoleh Cahaya Jiwa (*Nuruunnafsi*), Cahaya Hati (*Nurul Qolbi*), Cahaya Akal (*Nurul Akli*), Cahaya Ucapan (*Nurul Qauli*), dan Cahaya Perilaku(*Nurul Af'ali*), sehingga hati, pikiran, ucapan, dan perbuatan bergerak secara sinergis sesuai apa-apa yang Allah kehendaki digaris takdir, sehingga dapat disimpulkan bahwa Alam Bawah Sadar adalah Jiwa (Nafsul Mutmainah/ Soul/Jiwa yang tercahayai).

Bagian 2
Konsep Psikologi Perkembangan

Konsep

Psikologi perkembangan merupakan cabang ilmu psikologi yang memfokuskan perhatiannya pada perubahan dan stabilitas yang terjadi sepanjang rentang kehidupan manusia. Disiplin ilmu ini berupaya untuk memahami bagaimana individu berkembang secara fisik, kognitif, sosial, emosional, dan moral sejak masa konsepsi hingga usia lanjut. Dalam perspektif umum, psikologi perkembangan banyak dipengaruhi oleh tradisi ilmu pengetahuan Barat yang menekankan pada pendekatan empiris dan rasional. Sementara itu, Psikologi Perkembangan Islamii menawarkan lensa yang unik dengan mengintegrasikan nilai-nilai dan prinsip-prinsip ajaran Islam dalam memahami perkembangan manusia.

Konsep fundamental dalam Psikologi Perkembangan Islamii adalah fitrah. Fitrah Merujuk pada potensi dasar manusia yang diciptakan Allah SWT dalam keadaan suci dan cenderung pada kebaikan serta kebenaran. Fitrah ini diibaratkan sebagai “cetakan” ilahi yang melekat dalam diri setiap manusia. Al-Quran secara eksplisit menyebutkan tentang fitrah dalam Surat Ar-Rum ayat 30: "*Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Allah); (tetaplah di atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui."*

(QS. Ar-Rum : 30). Ayat ini menegaskan bahwa manusia secara alami memiliki kecenderungan terhadap agama Allah dan kebenaran. Para ahli tasawuf seperti Imam Al-Ghazali dalam karyanya *Ihya Ulumuddin* menjelaskan bahwa fitrah adalah potensi ruhani yang membawa manusia untuk mengenal dan mencintai Allah SWT.[51]

Perkembangan manusia dalam psikologi Islam tidak hanya dilihat dari aspek fisik, kognitif, dan sosial-emosional, tetapi juga dimensi spiritualitas.Tahapan perkembangan manusia dipahami sebagai perjalanan mengaktualisasikan fitrahnya menuju kesempurnaan (*insan kamil*). Masa kanak-kanak dalam perspektif Islam adalah masa penanaman nilai-nilai agama dan pembentukan akhlak mulia. Rasulullah SAW bersabda: *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah (suci), maka kedua orang tuanyalah yang menjadi Yahudi, Nasrani, atau Majusi."* (HR. Bukhari dan Muslim). Hadis ini pentingnya peran lingkungan dan pendidikan dalam membentuk perkembangan anak, meskipun fitrah suci tetap menjadi dasar. Para sufi pentingnya pentingnya pendidikan spiritual sejak dini, melalui pembiasaan ibadah, pengenalan nilai-nilai luhur, dan penanaman cinta kepada Allah dan Rasul-Nya. Ibnu Arabi dalam *Futuhat al-Makkiyyah* menggambarkan masa kanak-kanak sebagai masa persiapan menerima cahaya spiritual dan pengetahuan ilahi.[52]

Memasuki masa remaja dan dewasa, perkembangan dalam psikologi Islam menekankan pada pembersihan jiwa (tazkiyatun nafs).Konsep *nafs* (jiwa) dalam tasawuf memiliki tingkatan-tingkatan, mulai dari *nafs ammarah bis su'* (jiwa yang cenderung

pada keburukan), *nafs lawwamah* (jiwa yang memaafkan diri), hingga *nafs mutmainnah* (jiwa yang tenang). Perkembangan ideal dalam perspektif Islam adalah transformasi *nafs* dari tingkatan yang rendah menuju tingkatan yang lebih tinggi, hingga mencapai *nafs mutmainnah*.Prosesnya meliputi upaya mujahadah (perjuangan diri), riyadhah (latihan spiritual), dan mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui ibadah, zikir, dan refleksi. Jalaluddin Rumi dalam *Matsnawi* menggambarkan perjalanan spiritual sebagai proses "memurnikan cermin hati" agar dapat memantulkan cahaya kebenaran ilahi.[53]

Psikologi Perkembangan Islamii juga memperhatikan faktor lingkungan dan pendidikan dalam mempengaruhi perkembangan manusia. Meskipun fitrah merupakan potensi dasar, lingkungan yang kondusif dan pendidikan yang Islami berperan penting dalam mengaktualisasikan potensi tersebut. Keluarga, masyarakat, dan lembaga pendidikan menjadi agen-agen sosialisasi yang membentuk karakter dan perilaku individu. Pendidikan dalam perspektif Islam tidak hanya menekankan pada aspek intelektual, tetapi juga aspek moral dan spiritual. Tujuannya adalah membentuk insan kamil yang memiliki keseimbangan antara kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual. Syekh Abdul Qadir al-Jailani dalam *Al-Fath ar-Rabbani* menjelaskan pentingnya pendidikan yang berlandaskan pada Al-Quran dan Sunnah untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.[54]

Dalam konteks perkembangan sepanjang hayat, Psikologi Perkembangan Islami mengakui adanya tahapan-tahapan

perkembangan yang berbeda dengan tantangan dan tugas perkembangannya masing-masing. Namun, penekanan utama tetap pada pertumbuhan spiritual dan berkelanjutan sepanjang hidup. Masa tua dalam perspektif Islam bukan hanya masa penurunan fisik dan kognitif, tetapi juga kesempatan untuk meningkatkan kedekatan kepada Allah SWT, merefleksikan perjalanan hidup, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat. Para sufi seringkali menggambarkan masa tua sebagai periode "pematangan spiritual" dan "pencapaian kebijaksanaan". Konsep *husnul khatimah* (akhir kehidupan yang baik) menjadi fokus utama dalam perspektif perkembangan Islam hingga akhir hayat.

Definisi

Dalam perspektif umum, psikologi perkembangan didefinisikan sebagai studi ilmiah mengenai bagaimana individu berubah sepanjang waktu, mulai dari konsepsi hingga usia lanjut. Definisi ini menekankan pada proses perubahan yang sistematis dan adaptif, yang terjadi dalam domain multidimensional perkembangan manusia.

Menurut para ahli, definisi psikologi perkembangan bervariasi, tetapi pada dasarnya, semua mengakui bahwa perkembangan manusia adalah proses yang kompleks dan berkesinambungan.

Erik Erikson (1950), dalam teori perkembangan psikososialnya, mendefinisikan psikologi perkembangan sebagai studi tentang bagaimana individu menghadapi krisis psikososial yang khas di setiap tahap kehidupan mereka. Erikson menekankan bahwa pada setiap tahap perkembangan, individu harus mengatasi konflik atau

tantangan yang dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian mereka. Misalnya, pada masa kanak-kanak, krisis utama yang harus dihadapi adalah kepercayaan versus ketidakpercayaan, yang berpengaruh pada hubungan sosial dan perkembangan emosi di masa depan. Menurutnya, keberhasilan atau kegagalan dalam menghadapi krisis-krisis ini dapat menentukan bagaimana individu berfungsi di masa dewasa. Erikson menganggap bahwa perkembangan adalah proses seumur hidup, yang berkelanjutan hingga usia tua, dan dipengaruhi oleh interaksi sosial yang terus-menerus.[55]

Jean Piaget (1952), salah satu tokoh terkemuka dalam bidang psikologi perkembangan kognitif, memandang psikologi perkembangan sebagai kajian tentang bagaimana anak-anak mengembangkan struktur kognitif yang lebih kompleks sepanjang hidup mereka. Piaget menyarankan bahwa anak-anak bukanlah individu pasif yang menerima informasi, melainkan agen aktif yang secara aktif membentuk pemahaman mereka tentang dunia melalui interaksi dengan lingkungan mereka. Ia mengidentifikasi empat tahap utama dalam perkembangan kognitif: sensorimotor, praoperasional, operasional konkret, dan operasional formal. Setiap tahap menggambarkan kemampuan berpikir yang semakin kompleks dan memungkinkan anak-anak untuk berinteraksi dengan dunia secara lebih efektif. Piaget berpendapat bahwa perkembangan kognitif adalah proses berkesinambungan yang terjadi melalui kesetimbangan antara asimilasi dan akomodasi dalam menghadapi informasi baru[56].

Lev Vygotsky (1978), dengan teori sosiokulturalnya, menawarkan pandangan yang berbeda mengenai psikologi perkembangan, dengan menekankan pentingnya interaksi sosial dan budaya dalam perkembangan kognitif. Vygotsky mendefinisikan psikologi perkembangan sebagai studi tentang bagaimana faktor-faktor sosial dan budaya, terutama bahasa, mempengaruhi kemampuan kognitif anak. Vygotsky berpendapat bahwa pembelajaran selalu terjadi dalam konteks sosial, di mana individu berinteraksi dengan orang lain yang lebih berpengetahuan, yang membantu mereka mengembangkan keterampilan dan kemampuan kognitif mereka. Salah satu konsep kunci dalam teori Vygotsky adalah zona perkembangan proksimal (ZPD), yang menggambarkan jarak antara kemampuan yang dapat dicapai anak dengan bantuan orang dewasa atau teman sebaya yang lebih terampil dan kemampuan yang dapat dicapai anak secara mandiri.[57]

John Bowlby (1969), dalam teori keterikatan (attachment theory)-nya, mendefinisikan psikologi perkembangan sebagai studi tentang bagaimana hubungan awal dengan pengasuh utama membentuk dasar bagi perkembangan emosional dan sosial anak. Bowlby berpendapat bahwa keterikatan yang aman pada masa bayi dan anak-anak awal adalah faktor kunci dalam perkembangan sosial dan emosional yang sehat, dan dapat mempengaruhi hubungan interpersonal sepanjang kehidupan. Menurut Bowlby, ketidakamanan dalam keterikatan dapat berkontribusi pada masalah psikologis seperti kecemasan dan gangguan emosional di masa depan.[58]

Robert Havighurst (1972), dalam teorinya tentang tugas perkembangan, mendefinisikan psikologi perkembangan sebagai studi mengenai pencapaian tugas-tugas tertentu pada setiap tahap kehidupan. Menurut Havighurst, setiap usia membawa tugas perkembangan yang harus dicapai oleh individu, dan keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tugas tersebut dapat mempengaruhi perkembangan selanjutnya. Misalnya, pada masa kanak-kanak, tugas perkembangan utama adalah belajar berjalan dan berbicara, sementara pada usia dewasa muda, tugasnya adalah membangun hubungan yang intim dan mengembangkan karier.[59]

Menurut Daniel Stern (1985), psikologi perkembangan adalah studi tentang bagaimana individu mengembangkan kesadaran diri dan perasaan mereka mengenai diri mereka sendiri, yang dipengaruhi oleh pengalaman awal dan interaksi dengan orang lain. Stern berpendapat bahwa pengalaman sosial pertama, terutama dengan orang tua, sangat penting dalam membentuk perkembangan diri dan persepsi sosial anak. Interaksi awal ini membantu anak memahami siapa mereka dan bagaimana mereka terhubung dengan dunia di sekitar mereka, yang kemudian membentuk cara mereka berinteraksi dengan orang lain sepanjang hidup mereka.[60]

Papalia, Olds, dan Feldman mendefinisikan psikologi perkembangan sebagai "studi ilmiah tentang perubahan dan stabilitas sepanjang rentang kehidupan manusia"[61]. Definisi ini menyoroti dua aspek penting: perubahan (aspek-aspek dalam diri individu yang mengalami transformasi seiring waktu)

dan stabilitas (aspek-aspek yang relatif konsisten atau tetap sama sepanjang waktu).

Santrock menjelaskan bahwa psikologi perkembangan berfokus pada *"pola pergerakan atau perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional yang dimulai pada konsepsi dan berlanjut sepanjang rentang hidup*"[62]. Definisi ini memperjelas cakupan domain perkembangan yang menjadi fokus studi psikologi perkembangan, yaitu:

1. Perkembangan Biologis: Meliputi perubahan fisik dalam tubuh, seperti pertumbuhan otak, perubahan hormon pubertas, perkembangan keterampilan motorik, dan perubahan terkait penuaan fisik.
2. Perkembangan Kognitif: Mencakup perubahan dalam proses mental seperti pemikiran, intelegensi, bahasa, memori, dan belajar. Bagaimana kemampuan berpikir anak berkembang dari konkret ke abstrak, bagaimana memori bekerja sepanjang usia, dan bagaimana individu memecahkan masalah adalah beberapa fokus dalam domain ini.
3. Perkembangan Sosioemosional: Merujuk pada perubahan dalam emosi, kepribadian, hubungan sosial, dan identitas diri. Bagaimana anak-anak belajar mengatur emosi mereka, bagaimana hubungan dengan teman sebaya dan keluarga berkembang, dan bagaimana individu membentuk identitas diri mereka adalah beberapa contoh isu dalam domain ini.

Dari definisi umum ini, dapat disimpulkan bahwa psikologi perkembangan adalah disiplin ilmu yang luas dan kompleks, yang

berusaha memahami dinamika perubahan manusia dari berbagai sudut pandang. Pendekatan ini mengakui bahwa perkembangan manusia adalah proses yang berkelanjutan, multidimensional, multikonteks, multidisiplin, dan plastis[63]. Setiap individu berkembang dalam konteks sosial, budaya, dan historis yang unik, dan perkembangan mereka dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor internal (genetik, biologis) dan eksternal (lingkungan, pengalaman).

Psikologi Perkembangan Islami, di sisi lain, mengadopsi kerangka teoretis dan nilai-nilai yang bersumber dari ajaran Islam untuk memahami perkembangan manusia. Meskipun mengakui prinsip-prinsip perkembangan yang bersifat universal, Psikologi Perkembangan Islami memberikan penekanan khusus pada dimensi spiritual dan moral dalam perkembangan individu. Definisi Psikologi Perkembangan Islami tidak terlepas dari konsep *fitrah*, yaitu potensi bawaan manusia untuk cenderung kepada kebaikan dan kebenaran, serta *Tawhid*, yaitu konsep keesaan Allah yang menjadi landasan pandangan dunia Islam.

Psikologi perkembangan, dalam konteks pandangan Islam, menggabungkan pemahaman tentang aspek fisik, mental, emosional, dan spiritual yang saling berkaitan dalam pertumbuhan dan perubahan individu sepanjang hayat. Meskipun pandangan Islam tidak memiliki teori perkembangan yang terstruktur seperti yang dijabarkan dalam tradisi psikologi Barat, banyak sarjana Muslim yang telah memberikan pandangan mendalam mengenai perkembangan manusia, baik dari segi fisik maupun spiritual.

Ibnu Sina (*Avicenna*) dalam karya monumentalnya, *The Canon of Medicine*, menekankan pentingnya keseimbangan dalam perkembangan fisik dan mental. Menurutnya, perkembangan manusia adalah hasil dari interaksi antara tubuh dan jiwa yang saling memengaruhi. Ia berpendapat bahwa manusia berkembang melalui empat tahap utama: pertumbuhan fisik, pengembangan indera, pengembangan akal, dan pengembangan moral dan spiritual. Dalam pandangannya, manusia tidak hanya berkembang secara fisik, tetapi juga harus mencapai kesempurnaan moral dan spiritual untuk mencapai kebahagiaan sejati[64]. Pemikiran Ibnu Sina ini mengarah pada pandangan holistik dalam psikologi perkembangan yang menggabungkan aspek fisik, intelektual, dan spiritual sebagai kesatuan yang tidak terpisahkan.

Al-Ghazali, seorang ulama besar dan filsuf, menawarkan pemahaman tentang psikologi perkembangan dengan menekankan pentingnya pendidikan moral dan pembentukan akhlak. Dalam karyanya *Ihya' Ulum al-Din*, Al-Ghazali menyatakan bahwa perkembangan manusia bukan hanya terkait dengan pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan spiritual dan moral yang memerlukan pendidikan dan latihan yang terus-menerus. Al-Ghazali menjelaskan bahwa proses perkembangan manusia adalah perjalanan menuju kesempurnaan jiwa, yang harus dilakukan melalui pengembangan akhlak dan pemahaman tentang hakikat hidup. Dalam pandangannya, psikologi perkembangan harus mengintegrasikan aspek moral yang menjadi dasar bagi pembentukan karakter individu dalam masyarakat[65].

Ibnu Khaldun, seorang sejarawan dan filsuf sosial Muslim, memberikan pandangan terkait perkembangan manusia dalam konteks sosial dan budaya. Dalam *Muqaddimah* (1377), Ibnu Khaldun menekankan bahwa perkembangan individu tidak dapat dipisahkan dari kondisi sosial dan budaya di sekitarnya. Menurutnya, faktor-faktor eksternal, seperti lingkungan sosial, budaya, dan politik, sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian dan perkembangan manusia. Ia percaya bahwa manusia berkembang dalam konteks interaksi sosial dan budaya yang saling mempengaruhi, di mana setiap individu dipengaruhi oleh latar belakang sosial yang ada[66]. Pemikiran ini menunjukkan bahwa perkembangan individu dalam pandangan Islam juga harus dilihat dalam konteks sosial yang lebih luas, bukan hanya sebagai proses internal yang terjadi dalam diri individu saja.

Ali Shariati, seorang pemikir dan intelektual Muslim kontemporer, mengembangkan teori perkembangan manusia yang menggabungkan pemikiran Islam dengan perspektif sosial. Dalam karyanya *Husn al-Khuluq* (1960), Shariati menekankan pentingnya peran individu dalam memperjuangkan hak-haknya serta menjalani kehidupan yang bermakna dengan mengembangkan diri secara intelektual, emosional, dan spiritual. Ia menekankan pentingnya membangun manusia yang tidak hanya berkembang secara fisik dan intelektual, tetapi juga mampu menjalani kehidupan yang bermoral dan penuh makna sesuai dengan ajaran Islam. Perkembangan manusia, menurut Shariati, adalah proses yang tidak hanya fokus pada pencapaian pribadi tetapi juga pada pengabdian sosial yang sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.[67]

Muhammad Iqbal, seorang filsuf Muslim dari Pakistan, memberikan pandangannya mengenai perkembangan individu dalam konteks pribadi dan sosial. Dalam karya-karyanya seperti *The Reconstruction of Religious Thought* (1930), Iqbal mengajukan bahwa perkembangan manusia adalah perjalanan spiritual yang berkesinambungan, di mana individu berusaha untuk menemukan tujuan hidup yang lebih tinggi dan mendekatkan diri kepada Tuhan. Iqbal menekankan pentingnya pendidikan dan pemahaman diri dalam proses pengembangan individu, yang harus melibatkan kedalaman spiritual serta kecerdasan intelektual. Dalam pandangan Iqbal, manusia yang berkembang secara optimal adalah mereka yang mampu menyeimbangkan antara kehidupan duniawi dan ukhrawi[68].

Badri mendefinisikan psikologi Islam sebagai "studi tentang jiwa (*nafs*) manusia dan perilakunya dari perspektif Islam, yang mencakup sumber-sumber normatif Islam seperti Al-Quran dan Sunnah"[69]. Jika definisi ini diaplikasikan pada konteks perkembangan, maka Psikologi Perkembangan Islami dapat didefinisikan sebagai studi ilmiah tentang perubahan dan stabilitas dalam *nafs* manusia sepanjang rentang kehidupan, dengan merujuk pada prinsip-prinsip dan nilai-nilai Islam yang bersumber dari Al-Quran dan Sunnah.

Abu Raiya dan Pargament mengemukakan bahwa psikologi agama, termasuk di dalamnya psikologi Islam, memperhatikan peran agama dalam perkembangan dan fungsi psikologis individu. Mereka menyatakan bahwa "*psikologi agama adalah studi tentang*

bagaimana orang menggunakan agama untuk mengatasi masalah dan menemukan makna dalam hidup"[70]. Dalam konteks perkembangan, ini berarti Psikologi Perkembangan Islami menelaah bagaimana nilai-nilai dan praktik keagamaan memengaruhi perkembangan individu dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk perkembangan moral, sosial, emosional, dan bahkan kognitif.

Beberapa poin penting yang membedakan Psikologi Perkembangan Islami dengan psikologi perkembangan umum adalah:

1. Dimensi Spiritual: Psikologi Perkembangan Islami secara eksplisit mengakui dan menekankan dimensi spiritual dalam perkembangan manusia. Perkembangan spiritual, yang mencakup pemahaman dan penghayatan terhadap nilai-nilai agama, hubungan dengan Allah, dan pencarian makna hidup, dianggap sebagai aspek integral dari perkembangan individu secara keseluruhan.
2. Tujuan Hidup Islami: Dalam perspektif Islam, tujuan akhir perkembangan manusia adalah mencapai falah (keberuntungan dunia dan akhirat) dan mardhatillah (keridhaan Allah). Perkembangan individu diarahkan untuk menjadi hamba Allah yang saleh dan berkontribusi positif bagi masyarakat. Psikologi Perkembangan Islami berusaha memahami bagaimana individu dapat mencapai potensi terbaiknya sesuai dengan tujuan hidup Islami tersebut.
3. Sumber Nilai dan Norma: Psikologi Perkembangan Islami menggunakan Al-Quran dan Sunnah sebagai sumber utama nilai

dan norma dalam memahami perkembangan manusia. Prinsip-prinsip moral, etika, dan ajaran agama Islam menjadi kerangka acuan dalam menilai dan mengarahkan perkembangan individu.

4. Konsep Nafs: Psikologi Islam menggunakan konsep nafs (jiwa atau diri) sebagai unit analisis utama dalam memahami manusia. Nafs dipandang sebagai entitas yang kompleks dan multidimensional, yang mencakup aspek kognitif, emosional, dan spiritual. Psikologi Perkembangan Islami menelaah perkembangan nafs dalam berbagai dimensinya, dengan memperhatikan interaksi antara nafs, akal (’aql), dan hati (qalb).

Definisi Psikologi Perkembangan Islami menurut Yedi Supriadi merujuk pada pemahaman tentang perkembangan manusia yang mencakup seluruh aspek kehidupan, baik fisik, mental, emosional, maupun spiritual, yang didasarkan pada ajaran dan nilai-nilai Islam. Psikologi Perkembangan Islami, menurut Yedi Supriadi, tidak hanya memfokuskan pada dimensi psikologis yang dapat diamati secara lahiriah, tetapi juga mengintegrasikan aspek batiniah yang bersifat spiritual.

Dalam perspektif Yedi Supriadi, manusia memiliki empat dimensi utama, yaitu dimensi hati (*qolbi*), dimensi jiwa (*al-nafs*), dimensi ruh (*ruh*), dan dimensi ragawi (*al-jism*). Keempat dimensi ini saling berinteraksi dalam membentuk perkembangan individu secara holistik. Fitrah manusia yang suci dan potensi untuk mengenal Allah adalah dasar utama dalam perkembangan ini. Proses perkembangan ini mengarah pada kesempurnaan pribadi yang sesuai dengan tujuan penciptaan manusia sebagai khalifah di bumi dan hamba Allah.

Menurut Yedi Supriadi, Psikologi Perkembangan Islami bertujuan untuk memfasilitasi proses pengembangan potensi individu yang tidak hanya terbatas pada aspek fisik dan intelektual, tetapi juga mencakup pencapaian kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Dalam proses ini, individu diharapkan dapat melalui berbagai fase perkembangan yang melibatkan integrasi antara akal, hati, dan jiwa, sehingga tercapai keseimbangan dalam hidup yang mengarah pada penghambaan kepada Allah dan kebajikan sosial.

Ruang Lingkup

Psikologi perkembangan, sebagai cabang ilmu psikologi, secara umum mengkaji perubahan dan perkembangan individu sepanjang rentang kehidupannya. Namun, ketika disiplin ini dikaitkan dengan perspektif Islam, ruang lingkupnya menjadi lebih kaya dan mendalam. Psikologi Perkembangan Islami tidak hanya melihat perkembangan manusia dari sudut pandang biologis, kognitif, dan psikososial, tetapi juga memasukkan dimensi spiritual dan moral yang sangat ditekankan dalam ajaran Islam.

Landasan utama Psikologi Perkembangan Islami terletak pada pandangan dunia Islam (*worldview*) terhadap hakikat manusia. Manusia dalam perspektif Islam dipandang sebagai makhluk *fitri* yang membawa potensi kebaikan sejak lahir. Fitrah ini adalah kecenderungan alami untuk mengenal dan menyembah Allah SWT, serta untuk berbuat kebajikan. Psikologi Perkembangan Islami mengakui bahwa lingkungan dan pengalaman hidup memainkan peran penting dalam membentuk individu, namun fitrah sebagai potensi dasar selalu ada dan menjadi titik tolak

perkembangan yang sehat secara spiritual dan psikologis. Konsep fitrah ini membedakan Psikologi Perkembangan Islami dari beberapa aliran psikologi Barat yang mungkin menekankan bahwa manusia lahir sebagai *tabula rasa* atau memiliki kecenderungan bawaan yang netral atau bahkan negatif.[71]

Salah satu ruang lingkup utama Psikologi Perkembangan Islami adalah perkembangan spiritual. Perkembangan ini tidak hanya terbatas pada aspek ritual keagamaan, tetapi juga mencakup pemahaman tentang makna hidup, tujuan keberadaan manusia di dunia, dan hubungan dengan Allah SWT. Para ahli tasawuf telah banyak membahas tahapan-tahapan perkembangan spiritual manusia, mulai dari kesadaran akan keberadaan diri hingga mencapai tingkat *ma'rifat* (mengenal Allah). Perkembangan spiritual dalam perspektif Islam meliputi pembersihan hati (*tazkiyatun nafs*), peningkatan kualitas ibadah, dan pengembangan akhlak mulia. Psikologi Perkembangan Islami mengkaji bagaimana individu mengalami pertumbuhan spiritual dalam berbagai tahap usia, faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta pengaruhnya terhadap kesehatan mental dan kebahagiaan[72].

Selain perkembangan spiritual, Psikologi Perkembangan Islami juga memperhatikan perkembangan moral. Moralitas dalam Islam tidak sekedar mengikuti norma-norma sosial, tetapi juga didasarkan pada prinsip-prinsip ajaran Islam yang bersumber dari Al-Quran dan Sunnah. Perkembangan moral dalam perspektif Islam mencakup pengenalan nilai-nilai seperti kejujuran, keadilan, kasih sayang, kesabaran, dan keikhlasan. Psikologi Perkembangan Islami mengkaji

bagaimana individu memahami dan menginternalisasi nilai-nilai moral Islam sejak usia dini, bagaimana moralitas berkembang seiring dengan pertumbuhan usia dan pengalaman hidup, serta bagaimana pendidikan dan lingkungan dapat membentuk karakter moral yang kuat. Konsep *akhlaq al-karimah* (akhlak mulia) menjadi tujuan utama dalam perkembangan moral individu muslim[73].

Ruang lingkup Psikologi Perkembangan Islami juga mencakup perkembangan kognitif dan intelektual yang tidak terlepas dari nilai-nilai Islam. Dalam Islam, ilmu pengetahuan dipandang sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan untuk memakmurkan bumi. Psikologi Perkembangan Islami mengkaji bagaimana individu mengembangkan kemampuan berpikir, belajar, dan memecahkan masalah dalam kerangka nilai-nilai Islam. Pendidikan dalam perspektif Islam tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan kecerdasan intelektual, tetapi juga kecerdasan spiritual dan emosional. Psikologi Perkembangan Islami meneliti bagaimana metode pendidikan Islam dapat mengoptimalkan potensi kognitif dan intelektual individu sekaligus menanamkan nilai-nilai Islam dalam diri mereka[74].

Perkembangan sosial dan emosional dalam perspektif Islam juga memiliki ciri-ciri yang khas. Islam menekankan pentingnya hubungan yang harmonis antar manusia, baik dalam keluarga, masyarakat, maupun umat secara keseluruhan. Psikologi Perkembangan Islami mengkaji bagaimana individu mengembangkan kemampuan bersosialisasi, berempati, dan membangun hubungan yang sehat dan bermakna berdasarkan

prinsip-prinsip persaudaraan Islam (*ukhuwah Islamiyah*). Pengendalian emosi, pengembangan rasa syukur, dan kemampuan memaafkan juga menjadi fokus dalam perkembangan emosional dalam perspektif Islam. Psikologi Perkembangan Islami meneliti bagaimana nilai-nilai Islam dapat membantu individu mengatasi tantangan sosial dan emosional dalam kehidupan mereka[75].

Dalam konteks perkembangan fisik, Psikologi Perkembangan Islami juga memberikan perhatian. Islam mengajarkan bahwa tubuh manusia adalah amanah dari Allah SWT yang harus dijaga dan dipelihara dengan baik. Psikologi Perkembangan Islami mengkaji bagaimana individu memahami pentingnya kesehatan fisik dalam perspektif Islam, bagaimana praktik-praktik ibadah seperti shalat dan puasa dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, serta bagaimana gaya hidup Islami dapat mendukung perkembangan fisik yang optimal. Meskipun perkembangan fisik secara biologi memiliki hukum alamnya sendiri, Psikologi Perkembangan Islami melihatnya sebagai bagian integral dari perkembangan manusia secara keseluruhan, yang juga dipengaruhi oleh faktor spiritual dan moral[76].

Tujuan dan Manfaat

Psikologi Perkembangan Islami, sebagai sebuah disiplin ilmu yang relatif baru, menawarkan perspektif yang unik dalam memahami tahapan dan proses perkembangan manusia. Berakar pada ajaran Islam yang komprehensif, disiplin ini tidak hanya mengakui aspek biologi, psikologis, dan sosial dalam perkembangan individu, tetapi juga dimensi spiritual yang mendalam. Psikologi Perkembangan

Islami berupaya untuk mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologi modern dengan nilai-nilai etika dan moral yang bersumber dari Al-Quran dan Sunnah, sehingga menghasilkan kerangka kerja yang holistik dan relevan bagi umat Islam dan masyarakat luas.

Tujuan

Tujuan utama Psikologi Perkembangan Islami melampaui deskripsi pemahaman mengenai tahapan perkembangan manusia. Disiplin ini memiliki beberapa tujuan substantif yang berorientasi pada pembentukan individu yang paripurna secara spiritual dan psikologis.

1. Memahami Fitrah Manusia dalam Perspektif Islam: Psikologi Perkembangan Islami bertujuan untuk menggali dan memahami konsep *fitrah* manusia sebagaimana dijelaskan dalam Al-Quran dan hadis. *Fitrah* Merujuk pada potensi bawaan manusia untuk beriman kepada Allah dan kecenderungan alami untuk berbuat baik. Pemahaman ini krusial dalam merumuskan pendekatan perkembangan yang selaras dengan kodrat manusia sebagai makhluk teomorfik. Seperti Ibnu Arabi, seorang sufi terkemuka, pentingnya mengenali *fitrah* sebagai landasan utama spiritualitas manusia.[77]. Pemahaman *fitrah* membantu kita melihat bahwa perkembangan manusia tidak hanya sekedar pertumbuhan fisik dan kognitif, tetapi juga menyediakan potensi spiritual yang melekat.
2. Mengintegrasikan Dimensi Spiritual dalam Perkembangan: Berbeda dengan psikologi perkembangan konvensional yang seringkali mengabaikan atau memarjinalkan

dimensi spiritual, Psikologi Perkembangan Islami justru menempatkannya pada aspek sentral. Tujuan utamanya adalah untuk mengembangkan individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual dan emosional, tetapi juga matang secara spiritual (*ruhani*). Hal ini mencakup pengembangan kesadaran akan Tuhan (*taqwa*), penguatan iman, dan pembentukan karakter yang berakhlak mulia. Al-Ghazali, dalam karya monumentalnya, *Ihya Ulumuddin*,menjelaskan secara rinci tahapan perkembangan spiritual dan pentingnya pendidikan jiwa (*tarbiyat al-nafs*) dalam mencapai kesempurnaan manusia.[78] Integrasi dimensi spiritual ini membedakan Psikologi Perkembangan Islami dari pendekatan-pendekatan yang semata-mata materialistik atau sekuler.

3. Membentuk Individu yang Seimbang dan Harmonis: Psikologi Perkembangan Islami bercita-cita untuk membentuk individu yang memiliki keseimbangan dan harmoni dalam berbagai aspek kehidupan. Keseimbangan yang dimaksud mencakup keselarasan antara dimensi duniawi dan ukhrawi, antara kebutuhan jasmani dan rohani, serta antara hak individu dan tanggung jawab sosial. Konsep *wasathiyah* (moderat) dalam Islam menjadi prinsip panduan dalam mencapai keseimbangan ini. Sahl al-Tustari, seorang sufi awal, menekankan pentingnya *istiqamah* (konsistensi) dalam menjaga keseimbangan spiritual dan duniawi sepanjang hidup.[79] Terbentuknya individu yang seimbang ini dianggap sebagai

kontribusi penting bagi terciptanya masyarakat yang adil dan sejahtera.

4. Memberikan Kerangka Kerja Perkembangan yang Relevan secara Kultural dan Agama: Psikologi Perkembangan Islami berusaha untuk menyediakan kerangka kerja perkembangan yang relevan bagi umat Muslim dan masyarakat yang mengadopsi nilai-nilai Islam. Kerangka kerja ini mempertimbangkan konteks budaya dan agama dalam memahami perkembangan individu, sehingga lebih sensitif dan efektif dalam memberikan bimbingan dan intervensi. Psikologi Perkembangan Islami tidak menolak temuan-temuan psikologi modern, tetapi mengadaptasi dan memodifikasinya agar sesuai dengan prinsip-prinsip Islam dan realitas sosial budaya Muslim. Jalaluddin Rumi, dalam *Matsnawi* -nya, seringkali menggunakan kisah-kisah dan metafora yang relevan dengan budaya Islam untuk menggambarkan proses perkembangan jiwa dan pencarian makna hidup.[80]

Manfaat

Implementasi Psikologi Perkembangan Islami dalam pendidikan, keluarga, dan masyarakat secara luas menjanjikan berbagai manfaat signifikan. Manfaat-manfaat ini tidak hanya dirasakan oleh individu umat Islam, namun juga oleh masyarakat secara keseluruhan.

1. Peningkatan Kualitas Pendidikan dan Pengasuhan: Psikologi Perkembangan Islami memberikan wawasan berharga bagi para pendidik dan orang tua dalam memahami tahapan perkembangan anak dan remaja dari perspektif Islam. Dengan

memahami *fitrah* anak dan pentingnya pendidikan spiritual, pendidik dan orang tua dapat menciptakan lingkungan belajar dan pengasuhan yang lebih efektif dan bermakna. Pendekatan ini pentingnya pendidikan karakter (*akhlaq*) sejak usia dini, selain pengembangan kognitif dan keterampilan lainnya. Ibnu Miskawaih, dalam *Tahdzib al-Akhlaq*, menguraikan prinsip-prinsip pendidikan karakter yang berlandaskan pada etika Islam dan psikologi manusia.[81] Penerapan prinsip-prinsip ini dapat menghasilkan generasi yang lebih berkualitas secara moral dan intelektual.

2. Penguatan Ketahanan Mental dan Spiritual: Psikologi Perkembangan Islami berkontribusi pada penguatan ketahanan mental dan spiritual individu dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Dengan menanamkan nilai-nilai agama, mengembangkan kesadaran spiritual, dan mengajarkan praktik-praktik ibadah, individu menjadi lebih kuat dalam menghadapi stres, kecemasan, dan kesulitan hidup lainnya. Konsep *sabar* (kesabaran) dan *tawakal* (berserah diri kepada Allah) dalam Islam merupakan sumber kekuatan mental dan spiritual yang penting. Junayd al-Baghdadi, seorang sufi klasik, sering membahas pentingnya *sabar* dan *ridha* (menerima ketentuan Allah) dalam perjalanan spiritual.[82] Ketahanan mental dan spiritual yang kuat sangat penting untuk mewujudkan individu dan masyarakat yang tangguh.
3. Peningkatan Harmoni Sosial dan Kebajikan Moral: Psikologi Perkembangan Islami mendorong terbentuknya individu yang memiliki kebajikan moral (*akhlaq karimah*) dan berkontribusi

pada harmoni sosial. Nilai-nilai seperti kejujuran, keadilan, kasih sayang, toleransi, dan kerjasama, yang ditekankan dalam ajaran Islam, merupakan fondasi bagi terciptanya masyarakat yang harmonis dan berkeadaban. Psikologi Perkembangan Islami membantu individu memahami pentingnya nilai-nilai ini dan menginternalisasikannya dalam perilaku sehari-hari. Abdul Qadir al-Jailani, seorang sufi yang berpengaruh, pentingnya *ikhlas* (ketulusan) dan *muhasabah* (introspeksi diri) dalam mengembangkan kemajuan moral.[83] Peningkatan peningkatan moral pada tingkat individu secara kolektif akan berdampak positif pada peningkatan kualitas kehidupan sosial secara keseluruhan.

4. Pengembangan Intervensi Psikologis yang Lebih Efektif dan Sensitif: Psikologi Perkembangan Islami memberikan landasan bagi pengembangan intervensi psikologis yang lebih efektif dan sensitif secara kultural dan agama bagi umat Islam. Pendekatan ini mempertimbangkan nilai-nilai agama dan norma budaya dalam merancang intervensi, sehingga lebih diterima dan efektif dalam mengatasi masalah psikologis. Misalnya, dalam menangani masalah kecemasan atau depresi, intervensi yang berlandaskan Psikologi Perkembangan Islami dapat mengintegrasikan praktik-praktik ibadah seperti shalat, dzikir, dan doa sebagai bagian dari proses terapi. Pendekatan ini dapat melengkapi intervensi psikologis konvensional dan memberikan dukungan yang lebih komprehensif bagi individu Muslim yang membutuhkan bantuan psikologis.

Psikologi Perkembangan Islami memiliki tujuan yang mulia dan menawarkan manfaat yang signifikan bagi individu dan masyarakat. Dengan mengintegrasikan dimensi spiritual ke dalam pemahaman perkembangan manusia, disiplin ini berkontribusi pada pembentukan individu yang paripurna secara fisik, spiritual, dan sosial. Penerapan prinsip-prinsip Psikologi Perkembangan Islami dalam pendidikan, keluarga, dan intervensi psikologis berpotensi meningkatkan kualitas hidup umat Islam dan mewujudkan masyarakat yang lebih berkeadaban. Pengembangan lebih lanjut disiplin ini melalui penelitian dan praktik akademis sangat penting untuk memaksimalkan manfaatnya dan menjawab tantangan perkembangan manusia di era modern.

Prinsip-Prinsip

Psikologi perkembangan merupakan disiplin ilmu yang mengkaji perubahan dan stabilitas sepanjang rentang kehidupan manusia. Dalam konteks Islam, psikologi perkembangan tidak hanya melihat aspek biologi, kognitif, dan psikososial, namun juga memasukkan dimensi spiritual sebagai landasan utama dalam memahami perkembangan manusia secara holistik. Psikologi Perkembangan Islami berusaha untuk mengintegrasikan prinsip-prinsip ajaran Islam dengan teori-teori psikologi modern untuk memberikan kerangka kerja yang komprehensif dalam memahami perkembangan manusia dari perspektif tauhid.

Prinsip pertama yang mendasari Psikologi Perkembangan Islami adalah *Fitrah*. *Fitrah*, dalam pandangan Islam, adalah potensi bawaan manusia untuk mengenal dan mendekatkan diri kepada

Allah SWT. Fitrah ini diibaratkan sebagai *tabula rasa* yang bersih namun memiliki kecenderungan alami terhadap kebaikan dan kebenaran. Setiap anak dilahirkan dengan fitrah yang suci, yang kemudian dapat berkembang atau terdistorsi oleh lingkungan dan pendidikan. Konsep fitrah ini sejalan dengan pandangan bahwa perkembangan awal anak merupakan masa yang sangat krusial dalam membentuk kepribadian dan spiritualitasnya. *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka kedua orang tuanyalah yang menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi."* (Al-Hadits, HR. Bukhari dan Muslim). Fitrah ini bukan sekedar sekedar potensi pasif, tetapi juga kekuatan dinamis yang mendorong manusia untuk mencari kebenaran dan kebaikan, serta merasakan kebutuhan spiritual yang mendalam[84].

Prinsip kedua adalah *Tauhid*. *Tauhid*, yaitu pengesaan Allah SWT, merupakan inti ajaran Islam dan menjadi landasan bagi seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk perkembangan psikologisnya. Dalam perspektif tauhid, perkembangan manusia dipandang sebagai perjalanan menuju Allah, dari alam dunia menuju alam akhirat. Setiap tahap perkembangan memiliki tujuan akhir untuk mendekatkan diri kepada Allah dan menggapai ridha-Nya. Tauhid memberikan makna dan tujuan yang jelas dalam kehidupan, sehingga perkembangan individu tidak hanya terfokus pada pencapaian duniawi, tetapi juga pada pertumbuhan spiritual dan moral. Kesadaran akan tauhid membantu individu untuk memahami bahwa segala sesuatu berasal dari Allah dan akan kembali kepada-

Nya, sehingga muncul rasa syukur, sabar, dan tawakal dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan[85]

Prinsip ketiga adalah Keseimbangan (*Mizan*). Islam sangat menekankan pentingnya keseimbangan dalam segala hal, termasuk dalam perkembangan manusia. Keseimbangan mencakup keselarasan antara aspek fisik, psikologis, dan spiritual. Perkembangan yang seimbang adalah perkembangan yang memperhatikan kebutuhan jasmani dan rohani secara proporsional, tidak berat sebelah pada salah satu aspek. Keseimbangan juga berarti harmonisasi antara hak dan kewajiban, antara individu dan masyarakat, serta antara dunia dan akhirat. Perkembangan dalam perkembangan dapat menyebabkan berbagai masalah psikologis dan spiritual. Misalnya, terlalu fokus pada aspek materi dapat melupakan kebutuhan spiritual, atau terlalu menekankan pada aspek individu dan mengabaikan tanggung jawab tanggung jawab sosial[86].

Prinsip keempat adalah *Tazkiyah an-Nafs* (Penyucian Jiwa). Dalam Psikologi Perkembangan Islami, penyucian jiwa merupakan aspek penting dalam mencapai kematangan psikologis dan spiritual. Proses tazkiyah an-nafs meliputi upaya membersihkan hati dari penyakit-penyakit spiritual seperti riya, hasad, takabbur, dan lain-lain, serta menyempurnakan diri dengan sifat-sifat terpuji seperti sabar, syukur, ikhlas, dan tawadhu. Penyucian jiwa dilakukan melalui ibadah, dzikir, muhasabah, dan amalan-amalan saleh lainnya. Perkembangan yang sehat dalam perspektif Islam adalah perkembangan yang dimulai dengan upaya penyucian jiwa, sehingga

individu tidak hanya berkembang secara intelektual dan emosional, tetapi juga secara spiritual dan moral. Penyucian jiwa membantu individu untuk mencapai ketenangan hati, ketenangan batin, dan kebahagiaan sejati[87].

Prinsip kelima adalah *Tadarruj* (Bertahap). Islam mengakui bahwa perkembangan manusia adalah proses yang bertahap dan berkelanjutan. Setiap tahap perkembangan memiliki karakteristik dan tugas perkembangannya sendiri. Prinsip tadarruj mengajarkan bahwa pendidikan dan pelatihan harus disesuaikan dengan tahap perkembangan individu. Tidak boleh memaksakan sesuatu yang belum sesuai dengan kapasitas dan kematangan individu. Dalam konteks pendidikan anak, misalnya, prinsip tadarruj tekanan pentingnya memahami karakteristik perkembangan anak pada setiap usia, sehingga metode pendidikan yang diterapkan efektif dan sesuai[88].

Prinsip-prinsip Psikologi Perkembangan Islami ini memberikan kerangka kerja yang unik dan komprehensif dalam memahami perjalanan hidup manusia. Dengan berlandaskan pada fitrah, tauhid, keseimbangan, penyucian jiwa, dan tahapan perkembangan, Psikologi Perkembangan Islami menawarkan perspektif yang holistik yang mengintegrasikan dimensi dunia dan akhirat dalam memahami pertumbuhan dan perkembangan manusia. Prinsip-prinsip ini tidak hanya relevan dalam bidang psikologi, tetapi juga dalam pendidikan, parenting, dan pengembangan diri secara umum, membantu individu dan masyarakat untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan sejati di dunia dan akhirat.

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi

Psikologi Perkembangan Islami merupakan bidang kajian yang menarik dan relevan dalam memahami bagaimana individu Muslim tumbuh dan berkembang secara psikologis dalam kerangka ajaran Islam. Perkembangan ini tidak hanya mencakup aspek kognitif, emosional, dan sosial, tetapi juga dimensi spiritual yang menjadi inti dari ajaran Islam. Berbagai faktor internal dan eksternal saling berinteraksi dan mempengaruhi proses perkembangan psikologis seorang muslim, membentuk keyakinan, nilai, perilaku, dan identitas keislaman mereka. Memahami faktor-faktor ini penting untuk mengembangkan pendekatan pendidikan dan pelatihan yang efektif bagi generasi Muslim masa depan.

Salah satu faktor internal utama yang sangat mempengaruhi Psikologi Perkembangan Islami adalah keimanan dan keyakinan agama itu sendiri. Ajaran Islam yang bersumber dari Al-Quran dan Sunnah menjadi landasan bagi terbentuknya pandangan dunia, nilai-nilai moral, dan prinsip-prinsip hidup seorang muslim. Keyakinan kepada Allah SWT, Rasulullah SAW, malaikat, kitab-kitab suci, hari akhir, dan qada serta qadar membentuk kerangka berpikir dan bertindak individu muslim. Keyakinan yang kuat akan keberadaan Allah SWT sebagai pencipta dan pengatur alam semesta memberikan rasa aman, ketenangan, dan tujuan hidup yang jelas bagi seorang muslim. Hal ini selaras dengan prinsip *tauhid* dalam Islam yang mengajarkan keesaan Allah dan menanamkannya dalam seluruh aspek kehidupan.[89] Keimanan yang mendalam ini menjadi kompas moral dan spiritual yang membimbing individu dalam

menghadapi berbagai tantangan dan perubahan dalam kehidupannya.

Selain keimanan, praktik ibadah juga memainkan peran sentral dalam Psikologi Perkembangan Islami. Ibadah dalam Islam tidak hanya sekedar ritual formal, tetapi juga merupakan sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan mengembangkan kualitas spiritual. Shalat, puasa, zakat, dan haji merupakan pilar-pilar ibadah utama yang memiliki dampak psikologis yang mendalam. Shalat misalnya, melatih kedisiplinan, konsentrasi, dan kesadaran diri akan kehadiran Allah SWT. Puasa melatih pengendalian diri, empati terhadap sesama, dan meningkatkan kesadaran spiritual melalui pengekangan dari kebutuhan duniawi. Zakat menumbuhkan rasa syukur, kepedulian sosial, dan kesadaran akan tanggung jawab terhadap sesama Muslim yang membutuhkan. Ibadah-ibadah ini secara keseluruhan membentuk karakter muslim yang bertakwa, sabar, bersyukur, dan peduli.[90] Praktik ibadah yang konsisten dan khusyuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis, mengurangi stres, dan memberikan makna yang lebih dalam kehidupan seorang Muslim.

Faktor eksternal yang paling signifikan adalah keluarga dan lingkungan sosial. Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama di mana nilai-nilai Islam ditanamkan dan dipraktikkan. Orang tua memiliki peran krusial dalam membentuk Psikologi Perkembangan Islami anak-anak mereka melalui pendidikan agama, teladan perilaku, dan penciptaan suasana rumah yang Islami. Keluarga yang harmonis, penuh kasih sayang, dan menjunjung tinggi nilai-nilai Islam akan memberikan landasan psikologis yang kuat bagi

perkembangan anak-anak muslim. Selain keluarga, lingkungan sosial yang lebih luas, seperti komunitas Muslim, sekolah Islam, dan teman sebaya juga turut mempengaruhi perkembangan psikologis Islam individu. Interaksi dengan lingkungan sosial yang positif dan Islami dapat memperkuat identitas keislaman, memberikan dukungan sosial, dan memperluas pemahaman agama.[91] Sebaliknya, lingkungan sosial yang negatif atau kurang Islami dapat menjadi tantangan bagi perkembangan psikologi Islam yang sehat.

Pendidikan dan pengetahuan agama juga merupakan faktor penting dalam perkembangan psikologi Islam. Memperoleh pengetahuan agama yang benar dan komprehensif memungkinkan individu Muslim untuk memahami ajaran Islam secara mendalam dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan agama tidak hanya terbatas pada aspek ritual, tetapi juga mencakup aspek akhlak, muamalah, dan sejarah Islam. Dengan pengetahuan agama yang memadai, seorang muslim dapat mengembangkan pemikiran kritis, mampu membedakan antara yang benar dan salah, serta memiliki landasan yang kuat dalam menghadapi tantangan modernitas. Pendidikan agama juga membantu individu Muslim untuk mengembangkan rasa cinta kepada Allah SWT, Rasulullah SAW, dan agama Islam secara keseluruhan.[92] Proses belajar agama yang berkelanjutan sepanjang hayat menjadi kunci untuk terus mengembangkan Psikologi Perkembangan Islami yang matang dan mendalam.

Terakhir, pengalaman hidup dan tantangan juga turut mempengaruhi Psikologi Perkembangan Islami. Setiap individu Muslim akan menghadapi berbagai pengalaman hidup yang unik,

baik pengalaman positif maupun negatif. Bagaimana seorang muslim menyikapi dan memaknai pengalaman-pengalaman tersebut dalam kerangka ajaran Islam akan membentuk psikologi perkembangannya. Tantangan dan ujian hidup, seperti kesulitan ekonomi, penyakit, kehilangan orang terkasih, atau diskriminasi, dapat menjadi sarana untuk menguji keimanan, meningkatkan kesabaran, dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dalam perspektif Islam, setiap pengalaman hidup memiliki hikmah dan pelajaran yang dapat diambil untuk pertumbuhan spiritual dan psikologis.[93] Kemampuan untuk bersabar, bersyukur, dan bertawakal kepada Allah SWT dalam menghadapi berbagai pengalaman hidup menjadi ciri Psikologi Perkembangan Islami yang tangguh dan optimis.

Psikologi perkembangan Islam dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang saling berinteraksi. Keimanan, praktik ibadah, keluarga, lingkungan sosial, pendidikan agama, dan pengalaman hidup merupakan faktor-faktor utama yang membentuk psikologi perkembangan seorang muslim. Memahami faktor-faktor ini secara komprehensif penting untuk mengembangkan strategi pendidikan, pelatihan, dan konseling yang efektif untuk membantu individu Muslim mencapai perkembangan psikologis yang optimal dalam kerangka nilai-nilai Islam. Dengan memperhatikan faktor-faktor ini, diharapkan generasi Muslim dapat tumbuh menjadi individu yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dan peradaban Islam.

Fase-Fase Perkembangan

Upaya untuk menjembatani disiplin ilmu psikologi dan ajaran Islam telah menjadiDiskursus yang semakin relevan dalam beberapa dekade terakhir. Titik awal dari perbincangan internasional yang sistematis mengenai keterkaitan ini dapat ditelusuri dari Simposium Internasional tentang Psikologi dan Islam (International Symposium on Psychology and Islam) yang diselenggarakan di Universitas Riyadh, Arab Saudi, pada tahun 1978. Simposium ini menandai tonggak penting, menjadiForum internasional pertama yang secara eksplisit mempertemukan wacana psikologi modern dengan perspektif Islam. Sejak momen bersejarah tersebut, diskusi dan kajian mengenai hubungan psikologi dan Islam terus berkembang pesat di berbagai penjuru dunia, khususnya di negara-negara yang mayoritas penduduknya beragama Islam. Fenomena ini menandakan munculnya kesadaran yang mendalam di kalangan cendekiawan Muslim akan perlunya pendekatan yang lebih memilih dan kritis terhadap psikologi Barat modern, serta mendorong inisiatif progresif untuk mengembangkan dan mengembangkan suatu disiplin psikologi yang berlandaskan nilai-nilai dan prinsip-prinsip Islam. Langkah-langkah ambisius ini bertujuan untuk mewujudkan lahirnya psikologi Islam sebagai sebuah sistem pengetahuan psikologis yang otentik dan relevan bagi umat Islam.

Simposium Internasional tentang Psikologi dan Islam tahun 1978 bukan hanya menjadi pertemuan ilmiah biasa, namun lebih merupakan sebuah katalisator yang memicu gelombang diskusi global mengenai integrasi Islam dan psikologi. Penyelenggaraan

simposium di Universitas Riyadh, pusat pendidikan dan keilmuan terkemuka di Arab Saudi, memberikan legitimasi dan momentum bagi kajian-kajian selanjutnya. Keberadaan forum internasional ini menjadi bukti pengakuan akan pentingnya perspektif Islam dalam memahami dan mengatasi permasalahan psikologis. Lebih dari itu, simposium ini menjadi ruang pertemuan bagi para ilmuwan, akademisi, dan praktisi dari berbagai latar belakang untuk bertukar gagasan dan pengalaman terkait dengan upaya pengembangan psikologi Islam. Dapat dikatakan bahwa simposium Riyadh 1978 merupakan fondasi awal bagi bangunan psikologi Islam kontemporer, yang membuka jalan bagi eksplorasi dan pengembangan lebih lanjut di masa mendatang.

Pasca-simposium Riyadh, upaya-upaya untuk mewujudkan psikologi Islam mengalami perkembangan yang dinamis dan bertahap. Secara umum, perkembangan ini dapat diwujudkan dalam empat fase utama yang saling berkaitan dan berkelanjutan. Fase-fase ini mewakili evolusi pemikiran dan tindakan para ilmuwan Muslim dalam merespon tantangan dan peluang yang muncul dalam hubungan antara psikologi dan Islam

Fase Terpesona

Perkembangan psikologi Islam sebagai disiplin ilmu yang mandiri melewati berbagai fase yang kompleks dan dinamis. Salah satu fase awal yang cukup signifikan adalah apa yang dapat disebut sebagai "Fase Terpesona." Fase ini ditandai dengan antusiasme ilmuwan Muslim dalam memanfaatkan kerangka kerja psikologi modern untuk memahami dan menjelaskan berbagai fenomena yang

berkaitan dengan umat Islam dan ajaran agama Islam. Keyakinan yang kuat bahwa psikologi modern, yang berkembang pesat di pusat-pusat keilmuan Eropa dan Amerika, memiliki validitas universal menjadi ciri utama fase ini. Para ilmuwan Muslim pada fase ini melihat teori-teori psikologi Barat sebagai alat analisis yang ampuh untuk mengkaji berbagai aspek kehidupan umat Islam, dan dari analisis tersebut, mereka berupaya menawarkan solusi-solusi yang sejalan dengan pendekatan psikologis.

Namun, kekaguman yang mendalam terhadap psikologi Barat modern dalam "Fase Terpesona" ini memunculkan kecenderungan untuk menyesuaikan konsep-konsep Islam agar selaras dengan kerangka psikologi modern. Sebagai ilustrasi, Doktor Faiz Al-Hajj, dalam disertasinya di Universitas Paris, menunjukkan contoh bagaimana teori refleksi terkondisi dari behaviorisme mempengaruhi interpretasi terhadap pemikiran tokoh besar Islam, Al-Ghazali. Al-Hajj berupaya mencari titik temu antara konsep-konsep pemikiran Al-Ghazali dengan teori refleksi terkondisi yang saat itu dominan dalam psikologi behavioristik. Disertasi ini, meskipun tidak dipublikasikan secara luas dalam bentuk buku, abstraknya sempat dipresentasikan dalam Simposium Internasional tentang Psikologi dan Islam di Universitas Riyadh.[94] Upaya ini mencerminkan semangat fase terpesona, di mana kerangka psikologi modern dijadikan lensa utama untuk memahami warisan intelektual Islam, bahkan mencoba memadukan konsep-konsep klasik dengan teori-teori psikologi yang dianggap mutakhir pada saat itu.

Contoh lain dari "Fase Terpesona" dapat dilihat dalam pandangan Profesor Mustafa Zewar terhadap perkembangan agama anak, yang sangat dipengaruhi oleh psikoanalisis Freudian. Zewar mengungkapkan keyakinannya bahwa psikoanalisis memberikan pemahaman yang mendalam tentang sumber perasaan keagamaan dan perkembangan kehidupan beragama. Ia menjelaskan bagaimana anak pada awalnya teringat akan gambaran ayah sebagai figur yang mahakuasa dan mahatahu. Namun, seiring dengan perkembangan dan melewati fase Oedipal, anak mulai menyadari keterbatasan ayahnya. Menurut Zewar, satu-satunya cara bagi anak untuk mentransfer kualitas kemahakuasaan dan kemahatahuan ini adalah kepada entitas yang lebih tinggi, yang tidak lain adalah Tuhan.[95] Pandangan ini menunjukkan bagaimana psikoanalisis, dengan konsep-konsep seperti fase Oedipal dan proyeksi psikologis, digunakan untuk menjelaskan fenomena keagamaan. Hal ini sekali lagi mencerminkan karakteristik “Fase Terpesona” di mana teori psikologi Barat digunakan sebagai kerangka utama untuk memahami dan bahkan mereduksi pengalaman dan keyakinan keagamaan.

Secara keseluruhan, “Fase Terpesona” dalam perkembangan psikologi Islam ditandai dengan belum ditemukannya bentuk-bentuk psikologi Islam yang khas. Dalam fase ini, psikologi Islam diinterpretasikan secara implisit sebagai penerapan teori dan konsep psikologi Barat modern untuk menganalisis kondisi umat Islam dan ajaran Islam. Kekaguman yang berlebihan terhadap teori psikologi Barat modern menyebabkan kecenderungan untuk

menggunakan teori-teori tersebut secara tidak proporsional, bahkan terkadang mengabaikan konteks dan kekhasan ajaran Islam itu sendiri. Fase ini menjadi penting untuk dipahami sebagai tahapan awal yang krusial dalam perjalanan menuju pengembangan psikologi Islam yang lebih mandiri dan otentik, yang kemudian akan berlanjut ke fase-fase perkembangan yang lebih matang dan reflektif.

Fase Kritik

Seiring dengan berkembangnya wacana keilmuan dalam dunia Islam dan psikologi modern, fase kritik muncul sebagai babak penting yang menandai dialektika antara keduanya. Fase ini ditandai dengan meningkatnya kesadaran akan potensi benturan pemikiran antara prinsip-prinsip Islam dan paradigma psikologi Barat yang dominan. Masyarakat Muslim mulai merasakan adanya kelemahan mendasar dalam psikologi aliran yang berorientasi Barat, sehingga menimbulkan keraguan terhadap validitas dan aplikabilitasnya dalam konteks nilai-nilai Islam. Ketidakpuasan ini kemudian memicu berbagai reaksi kritis terhadap psikologi modern, bahkan berakhir pada pandangan sebagian ahli Muslim yang menganggap psikologi sebagai ilmu yang sebaiknya dihindari. Kasus penutupan departemen psikologi di sebuah universitas di Arab Saudi menjadi contoh ekstrem dari reaksi ini, di mana materi psikologi yang diajarkan dinilai tidak Islami dan menyimpang dari ajaran agama. Lebih lanjut, seorang pendidik dalam diskusi umum bersama Profesor Muhammad Qutb mencerminkan ringkasan kurikulum

psikologi Barat hingga ditemukan aliran psikologi baru yang berlandaskan ideologi Islam.

Fase kritik ini mencapai momentumnya melalui kajian mendalam yang dilakukan oleh Profesor Malik Badri, seorang psikolog Muslim terkemuka asal Sudan. Dalam karyanya yang monumental, *The Dilemma of Muslim Psychologists* , yang diterbitkan di London pada tahun 1979, Badri berspekulasi kerasnya kecenderungan ilmuwan Muslim untuk melakukan plagiarisme teori-teori psikologi Barat tanpa adaptasi yang memadai. Badri menyebut fenomena ini sebagai "psikolog Muslim yang mengulangi suara yang bermanfaat" (*Psikolog Muslim menirukan suara gurunya*), dan memperingatkan bahwa praktik ini dapat menjauhkan psikolog Muslim dari ideologi Islam yang seharusnya menjadi landasan epistemologis mereka. Kritik Badri tidak hanya bersifat umum, tetapi juga menyasar aliran-aliran psikologi Barat tertentu, khususnya psikoanalisis dan behaviorisme. Secara khusus, Badri menyoroti pandangan BF Skinner, tokoh utama behaviorisme, mengenai perilaku moral dan agama. Menurut Skinner, sebagaimana dikutip Badri, perilaku yang dianggap "benar" atau "salah" bukanlah hasil dari nilai intrinsik atau pengetahuan bawaan tentang moralitas, melainkan semata-mata produk dari *penguatan* (reinforcement) dan *pengkondisian operan* (operant conditioning), yang didorong oleh ketidakseimbangan dan hukuman. Dengan demikian, Skinner mereduksi kehidupan beragam seseorang menjadi serangkaian refleksi dan respons terkondisi.

Kritik Badri terhadap behaviorisme dan reduksionisme Skinner sangat tajam. Ia menekankan bahwa pandangan behavioristik menafikan dimensi spiritualitas, nilai-nilai moral, dan fitrah manusia yang diakui dalam Islam. Pendekatan behaviorisme yang hanya fokus pada perilaku lahiriah dan mekanisme penguatan dianggap tidak mampu memahami kompleksitas jiwa manusia, yang dalam perspektif Islam mencakup aspek akal, hati, dan ruh. Kritik ini menjadi representasi kuat dari fase kritis dalam perkembangan psikologi Islam, di mana para ahli mulai secara serius menyebarkan teori dan perspektif psikologi Barat dari sudut pandang epistemologi dan nilai-nilai Islam. Fase ini menjadi momentum penting untuk mendorong pengembangan psikologi Islam yang lebih autentik dan relevan dengan kebutuhan umat Islam, yang ditetapkan pada sumber-sumber ajaran Islam dan kearifan lokal. Penilaian-penilaian kritis yang muncul pada fase ini menjadi landasan penting bagi upaya-upaya selanjutnya dalam membangun kerangka teoritis dan metodologi psikologi Islam yang mandiri dan komprehensif.

Fase Perumusan dan Pengembangan

Psikologi modern, sebagaimana dikenal luas, berakar kuat pada tradisi pemikiran Barat, yang berkembang dari landasan filosofis dan empiris yang berbeda. Fase awal perkembangan psikologi Islam ditandai dengan pengakuan dan apresiasi terhadap perspektif kekayaan yang ditawarkan oleh aliran-aliran psikologi Barat modern. Namun, fase ini tidak berhenti pada sekadar penerimaan. Justru, pengalaman dan pemahaman mendalam terhadap psikologi Barat menjadi titik tolak untuk memasuki fase penelitian dan

pengembangan psikologi Islam sebagai disiplin ilmu yang mandiri dan relevan dengan konteks nilai dan keyakinan Islam. Dalam fase ini, kesadaran akan kebutuhan psikologi yang mengakomodasi dimensi spiritualitas manusia semakin menguat, mendorong upaya sistematis untuk merumuskan kerangka teoritis dan metodologi psikologi Islam. Objek psikologi formal Islam tetaplah manusia, dengan fokus pada perilaku, kepribadian, dan pengalaman subyektifnya, namun dengan penekanan yang khas pada dimensi spiritual dan nilai-nilai Islam sebagai landasan interpretasi dan intervensi.

Salah satu hal yang tidak penting dalam fase penelitian ini adalah pemikiran Hanna Djumhanna Bastaman (1995), yang mengemukakan pandangan holistik tentang manusia dengan mengintegrasikan berbagai dimensi yang mempengaruhinya. Bastaman menekankan bahwa pemahaman yang utuh tentang manusia hanya mungkin dicapai melalui pendekatan multidimensi yang mencakup dimensi organobiologis, psiko-edukatif, sosiokultural, dan spiritual. Manusia tidak lagi dipandang sebagai entitas yang terfragmentasi, melainkan sebagai kesatuan yang integral antara aspek ragawi, kejiwaan, lingkungan sosial dan budaya, serta dimensi spiritualah. Konsep manusia sebagai "unitas bio-psiko-sosio-spiritual" menjadi landasan penting dalam psikologi Islam, yang mengakui dan menghargai kompleksitas manusia sebagai makhluk yang unik dan multidimensi[96].

Dalam kerangka psikologi Islam yang dirumuskan Bastaman, dimensi spiritual mendapatkan penekanan yang signifikan. Dimensi

ini dipandang sebagai inti kehidupan manusia, menggantikan konsep “ruh” dalam khazanah sufisme Islam sebagai pusat penggerak dan penentu arah kehidupan. Bastaman tidak hanya menekankan pentingnya dimensi spiritual, tetapi juga melakukan modifikasi terhadap konsep-konsep psikologi Barat yang dianggap kurang mengakomodasi dimensi ini. Konsep-konsep psikoanalisis seperti alam sadar, prasadar, dan tidak sadar, serta pendekatan behaviorisme dan psikologi humanistik, diinterpretasi ulang dan diintegrasikan ke dalam struktur kepribadian manusia yang baru, di mana “ruh” menjadi dimensi sentral yang mengendalikan dan memberikan makna pada dimensi-dimensi lainnya. Ruh, dalam pandangan Bastaman, bukan sekadar nyawa, tetapi merupakan “sumber kehidupan” yang indah dan halus dalam diri manusia, yang memiliki potensi untuk mengetahui dan mengenal segala sesuatu, termasuk Sang Pencipta.

Selain Bastaman, M. Quraish Shihab (1994) juga memberikan kontribusi penting dalam fase perumusan psikologi Islam melalui pemaparannya dalam Simposium Nasional Psikologi Islam di Surakarta. Shihab menonjolkan aspek-aspek fundamental manusia yang terdiri dari *nafs* , *ruh* , *aql* , dan *qalb* . Dalam pandangan Shihab, manusia memiliki potensi ganda, yaitu potensi positif dan negatif. Namun, ia optimis bahwa potensi positif manusia jauh lebih besar daripada potensi negatifnya. Meskipun demikian, Shihab mengakui bahwa daya tarik hal-hal negatif seringkali lebih kuat dibandingkan dengan daya tarik menuju kebaikan.[97] Kondisi ini menempatkan manusia dalam ujian dan tantanganKonsep *nafs* , menurut Shihab, Merujuk pada "ide" atau "kemauan" yang menjadi

motor penggerak perilaku manusia. Konsep ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam Al-Quran Surat Ar-Ra'd ayat 11: *"…Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri…"* (QS. Ar-Ra'd: 11), mengisyaratkan bahwa perubahan yang terjadi pada diri manusia, baik secara individu maupun kolektif, berawal dari perubahan dalam *nafs* mereka, yaitu dalam ide, kemauan, dan niat mereka. Di dalam *nafs* juga terdapat hati nurani, sebuah kompas moral yang membimbing manusia untuk menyesali kesalahan dan kekhilafan, meskipun terkadang manusia berusaha untuk menutupi atau membenarkannya dengan berbagai alasan. Hal ini diisyaratkan dalam firman Allah SWT dalam Al-Quran Surah Al-Qiyamah ayat 14-15: *"Bahkan manusia itu menjadi saksi atas dirinya sendiri, meskipun dia mengemukakan alasan-alasannya."* (QS. Al-Qiyamah : 14-15), bahwa hati nurani manusia mempunyai kemampuan untuk menilai dan menghakimi perbuatannya sendiri, bahkan ketika manusia berusaha mengingkari atau mencari pembenaran atas kesalahannya. Lebih lanjut, *nafs* juga menyimpan pengetahuan yang mungkin terpendam dan tidak disadari oleh pemiliknya, sebagaimana diungkapkan dalam firman Allah SWT dalam Al-Quran Surah Thaha ayat 7: *"Dan jika kamu mengutarakan ucapanmu, maka sesungguhnya Dia mengetahui rahasia dan yang lebih tersembunyi."* (QS. Thaha : 7), menunjukkan bahwa Allah SWT mengetahui segala sesuatu, termasuk apa yang tersembunyi di dalam diri manusia, bahkan yang "lebih tersembunyi" dari kesadarannya sendiri. Selain *nafs* , Shihab juga menjelaskan konsep *qalbu* sebagai wadah untuk menampung hal-hal yang

disadari dan diketahui oleh manusia. *Qalbu* diibaratkan sebagai kotak tersendiri di dalam kotak besar *nafs* , menunjukkan bahwa kesadaran (*qalbu*) merupakan bagian dari keseluruhan jiwa (*nafs*), namun memiliki fungsi dan karakteristik yang berbeda-beda. Konsep *aql* dijelaskan oleh Shihab sebagai kemampuan manusia untuk "menggambarkan, memahami sesuatu, dorongan moral, daya untuk mengambil pelajaran, kesimpulan, dan hikmah." *Aql* merupakan instrumen kognitif dan moral yang memampukan manusia untuk berpikir, bernalar, dan membedakan antara benar dan salah. Terakhir, *ruh* dijelaskan sebagai "unsur paling rahasia di dalam diri manusia yang menjadikan manusia sebagai makhluk unik (khalq akhar), yang tidak sama dengan makhluk lain." Shihab menegaskan bahwa *ruh* bukanlah sekedar nyawa, karena makhluk hidup lain seperti hewan juga memiliki nyawa. *Ruh* adalah esensi spiritual yang membedakan manusia dari makhluk lainnya dan memberikan dimensi transendental pada keberadaan manusia.

Konsep fitrah manusia juga menjadi salah satu landasan penting dalam psikologi Islam, yang diungkapkan oleh Fuad Nashori (1994, 1995, 1996).[98] Nashori berpendapat bahwa manusia dilahirkan dengan *fitrah* , yaitu "sifat asal yang baik dan selalu ingin mengarah kepada kebaikan dan kebenaran sejati (Allah SWT)." Fitrah ini mencakup kecenderungan alamiah untuk "memercayai dan juga mengakui Allah SWT sebagai tuhan yang satu-satunya." Dorongan untuk menjadi religius, menurut Nashori, adalah sifat alamiah manusia yang telah tertanam sejak zaman *azali* , bahkan sebelum manusia dilahirkan ke dunia. Konsep fitrah ini Merujuk pada

peristiwa perjanjian primordial antara Allah SWT dan ruh manusia di alam pradunia, sebagaimana diabadikan dalam firman Allah SWT dalam Al-Quran Surah Al-A'raf ayat 172: *"Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan dari sulbi (tulang belakang) anak cucu Adam keturunan mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman), "ketidakhadiran Aku Tuhanmu?" Mereka menjawab, "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menyatukannya." (Kami melakukan yang seperti itu) agar di hari Kiamat kamu tidak mengatakan, "Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan).""* (QS. Al-A'raf: 172), menegaskan bahwa pengakuan terhadap Allah SWT sebagai Tuhan telah tertanam dalam diri manusia sejak zaman *azali* melalui fitrahnya. Namun keberadaan ruh di dalam tubuh manusia dan interaksi manusia dengan dunia material dengan segala kebutuhan dan godaannya, seringkali membuat manusia lalai dan melupakan fitrahnya. Kelalaian ini dapat menodai kesucian fitrah manusia dan membentuk manusia yang penuh dengan keburukan, bahkan menjadi "seburuk-buruknyamakhluk." Namun Al-Quran juga memberikan harapan dan jalan keluar bagi manusia untuk kembali kepada fitrahnya dan mencapai kesempurnaan. Hal ini diungkapkan dalam firman Allah SWT dalam Al-Quran Surat At-Tin ayat 4-6: *"Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang terbaik-baiknya, kemudian Kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan sumber daya; maka mereka akan mendapat pahala yang tidak ada*

putus-putusnya." (QS. At-Tin : 4-6), menjelaskan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk yang "sebaik-baiknya" (*ahsani taqwin*), namun dapat jatuh ke tempat yang "serendah-rendahnya" (*asfala safilin*) jika tidak menjaga fitrahnya dan tidak beriman serta beramal saleh. Sebaliknya, mereka yang mampu mempertahankan fitrahnya dan berupaya meningkatkan kualitas spiritualnya akan mencapai kesempurnaan dan meraih kebahagiaan abadi.

Dapat disimpulkan bahwa fase penelitian dan pengembangan psikologi Islam ditandai dengan upaya mendalam untuk memahami manusia secara holistik, dengan mengakui dimensi spiritual sebagai aspek sentral dalam keberadaannya. Konsep-konsep seperti *nafs* , *ruh* , *aql* , *qalbu* , dan *fitrah* menjadi landasan teori yang kuat untuk membangun paradigma psikologi Islam yang khas dan relevan dengan nilai-nilai Islam. Kehidupan dunia ini dipandang sebagai "sirkuit" atau arena ujian bagi manusia untuk mewujudkan potensi fitrahnya dan mencapai derajat "insan kamil" (manusia sempurna). Ujian dan godaan duniawi yang bertolak belakang dengan fitrah manusia dapat membutakan hati dan menjauhkan manusia dari kesempurnaan spiritual. Namun, bagi mereka yang mampu menjaga kesucian fitrahnya dan terus-menerus berupaya meningkatkan kualitas spiritual melalui ibadah dan amal saleh, jalan menuju kesempurnaan dan kebahagiaan abadi akan terbuka lebar.

Konsep "*Insan Kamil*" atau manusia sempurna yang dikemukakan oleh Murtadha Muttahhari (1994) dalam bukunya *Manusia Sempurna: Pandangan Islam tentang Hakikat Manusia* menjadi salah satu konsep dasar yang sangat menarik

dalam psikologi Islam. Muttahhari menjelaskan bahwa *"kesempurnaan itu dapat dicapai jika semua nilai kemanusiaan tumbuh secara maksimal dan harmonis dalam dirinya*."[99] Dalam perspektif Islam, dua nilai utama yang ditekankan adalah ibadah dan mengabdi pada umat manusia. "Manusia yang sempurna adalah salah satu sisi dia rajin melakukan ibadah (Seperti shalat, berdzikir. Berjaga untuk beramal di malam hari, dll.) Dan mencapai pencapaian spiritual yang tinggi. Di sisi lain dia melayani manusia dan berbuat baik dalam kehidupan manusia dengan penuh keihklasan." Muttahhari juga menekankan pentingnya keseimbangan dalam diri manusia. Manusia yang berlebihan dalam salah satu aspek kehidupan, baik dalam ritual ibadah maupun dalam pelayanan sosial, dan mengabaikan aspek lainnya, akan menjauhkan diri dari kesempurnaan. Kesempurnaan manusia terletak pada keselarasan dan keseimbangan antara berbagai dimensi dan nilai-nilai kehidupan. Dalam diri "manusia sempurna" terdapat perpaduan antara nilai-nilai yang tampak bertentangan, seperti "kelembutan dengan ketegasan, orientasi fisik dengan orientasi intelektual, orientasi konseptual dengan orientasi praktis." Seluruh kemampuan fisik, mental, dan spiritual berkembang secara maksimal pada seorang manusia yang sempurna ini.

Muttahhari memberikan contoh nyata "manusia sempurna" dalam diri Nabi Muhammad SAW dan Ali bin Abi Thalib. Ali bin Abi Thalib, secara khusus, digambarkan sebagai sosok yang luar biasa dalam keseimbangan dan kesempurnaan nilai-nilai kemanusiaannya. Ia adalah sosok yang sangat penyayang dan penuh

kasih, "air matanya jatuh karena melihat penderitaan seorang perempuan," namun juga sangat tegas dan berani dalam membela kebenaran, "darah berhamburan dari tebasan pedangnya ketika ia memenggal kepala musuhnya saat sedang bertarung." Ali berhasil "mengubah dirinya sehingga ia mampu memaksimalkan kemampuan fisik, mental, dan spiritual secara berkembang." Para ahli sufi dan filsafat memandang Ali sebagai “orang yang mencintai orang-orang beriman sekaligus pembasmi musuh-musuh Allah.” Sayyid Radhi, penyusun kitab *Nahj al-Balaghah* , sebuah kompilasi khotbah, surat, dan ucapan Ali bin Abi Thalib, mengungkapkan kekagumannya terhadap multidimensi kepribadian Ali: "Anda melihat Ali dalam begitu banyak dunia, yakni dalam dunia ibadah, falsafah, mistik, kemiliteran, pengadilan, dan seterusnya." Penyair abad keenam, Saifuddin Hilli, bahkan menggambarkan Ali sebagai "kumpulan semua pertentangan: penguasa yang bijaksana, jinak sekaligus berani, miskin sekaligus pemurah, lembut sekaligus tegas, ahli ibadah sekaligus pekerja keras." Imam Asy-Syafii pun mengakui keunikan Ali dengan menuturkan: “Apa yang harus saya katakan tentang manusia yang menggabungkan tiga sifat dengan tiga sifat lagi.” Sifat yang tidak didapat pada manusia lain: kedermawanan dengan kemiskinan, keberanian dengan kebijakan, pengetahuan dan keberhasialan bertindak.” Dalam diri Ali bin Abi Thalib, nilai-nilai kemanusiaan berkembang secara harmonis dan mencapai puncaknya.

Kisah kehidupan Ali bin Abi Thalib memberikan gambaran konkret tentang bagaimana konsep “Insan Kamil” dapat diwujudkan

dalam realitas kehidupan. Di malam hari, dalam munajatnya kepada Allah SWT, "tiada sufi yang dapat menandingi dirinya dalam kekhusyukan ilahiahnya dan perjalanan kepada-Nya. Ia terserap begitu dalam saat ibadahnya sehingga tiada satupun hal yang bisa mengalihkan perhatiannya kepada Allah." Kecintaan Ali kepada Allah SWT sangat mendalam dan tulus, tercermin dalam setiap aspek kehidupannya.

Fase Penerapan

Setelah fase peletakan kerangka konseptual dan teoritis, perkembangan Psikologi Islam memasuki tahapan krusial selanjutnya, yaitu fase penerapan. Fase ini menandai upaya sistematis untuk menerapkan berbagai konsep dan prinsip Psikologi Islam ke dalam realitas kehidupan manusia, dengan tujuan utama memanfaatkan khazanah psikologi berbasis nilai-nilai Islam sebagai solusi atas permasalahan multidimensi yang dihadapi umat manusia. Penerapan ini tidak hanya terbatas pada ranah individu, namun juga mencakup aspek sosial, pendidikan, kesehatan mental, hingga pengembangan sumber daya manusia.

Dalam fase penerapan ini, sebuah pendekatan dialektis dapat diakomodasi, di mana tradisi dan praktik keagamaan umat Islam tidak hanya menjadi objek kajian, tetapi juga berperan aktif dalam memperkaya dan memperkuat Psikologi Islam itu sendiri. Misalnya saja praktik dzikir yang merupakan bagian integral dari tradisi spiritual Islam, dapat diteliti dan diterapkan sebagai metode terapeutik untuk mengatasi berbagai gangguan kejiwaan. Lebih jauh lagi, dzikir dapat dipandang sebagai sarana untuk mengukuhkan

konsep Islam tentang fitrah manusia, yaitu kecenderungan alami manusia untuk kembali kepada kesucian dan kebaikan. Pendekatan ini membuka ruang bagi Psikologi Islam untuk berkembang melalui dua ragam strategi utama.

Pendekatan pertama fokus pada aplikasi teori dan konsep Psikologi Islam yang telah dirumuskan ke dalam praktik-praktik konkret. Sebagai ilustrasi, konsep *insan kamil* (manusia paripurna) dalam tradisi sufistik dapat dijadikan landasan untuk merancang program-program pengembangan sumber daya manusia yang holistik. Konsep ini tidak hanya menekankan pada peningkatan kompetensi intelektual dan keterampilan teknis, tetapi juga pada pengembangan dimensi spiritual dan moral individu, sehingga menghasilkan sumber daya manusia yang berintegritas dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat. Penerapan konsep-konsep lain seperti *nafs* (diri), *qalb* (hati), dan *ruh* (jiwa) dalam berbagai konteks kehidupan juga menjadi fokus utama dalam pendekatan ini. Pendekatan kedua mengedepankan pemanfaatan tradisi Islam sebagai dasar empiris dan aplikasi Psikologi Islam. Salah satu cara untuk mempercepat penerapan dan validasi Psikologi Islam adalah melalui penelitian mendalam terhadap aktivitas lembaga-lembaga atau individu yang memiliki akar kuat dalam tradisi Islam.

Fase penerapan merupakan salah satu tantangan terbesar dalam perkembangan Psikologi Islam. Keberhasilan fase ini akan sangat menentukan seberapa besar Psikologi Islam dapat diterima dan dimanfaatkan oleh masyarakat luas. Sambutan positif terhadap

Psikologi Islam sangat dipengaruhi oleh kemampuan para ilmuwan dan praktisi untuk mengembangkan pendekatan-pendekatan praktis yang tidak hanya relevan secara teoritis, tetapi juga memberikan manfaat nyata bagi penyembuhan gangguan kejiwaan dan peningkatan kualitas hidup manusia secara keseluruhan. Untuk memastikan penerapan Psikologi Islam berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif, diperlukan fondasi konseptual yang kokoh, metodologi penelitian yang ketat, dan tentu saja, penelitian-penelitian empiris yang lugas dan terukur. Dengan demikian, Psikologi Islam dapat membuktikan dirinya sebagai disiplin ilmu yang tidak hanya kaya secara teoritis, tetapi juga aplikatif dan bermanfaat bagi kemaslahatan umat manusia.

Tugas-Tugas Perkembangan Individu

Perkembangan individu merupakan proses kompleks dan berkelanjutan yang berlangsung sepanjang rentang kehidupan. Proses ini ditandai dengan serangkaian perubahan progresif dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Dalam memahami lintasan perkembangan ini, konsep "tugas perkembangan" menjadi sangat relevan. Tugas perkembangan merujuk pada serangkaian keterampilan, pengetahuan, fungsi, dan sikap yang perlu dikuasai individu pada tahapan kehidupan tertentu agar dapat berfungsi efektif dalam masyarakat dan mengalami kebahagiaan pribadi. Konsep ini pertama kali diperkenalkan oleh Robert Havighurst pada tahun 1940-an dan terus berkembang menjadi kerangka kerja penting dalam psikologi perkembangan. Pemahaman mengenai tugas-tugas perkembangan membantu individu, keluarga, pendidik,

dan masyarakat secara umum untuk memberikan dukungan yang tepat bagi individu agar dapat mencapai potensi optimal mereka.

Perspektif Islam menawarkan kerangka kerja yang berbeda dalam memahami tugas-tugas perkembangan individu. Meskipun terdapat kesamaan dengan perspektif umum dalam mengakui tahapan perkembangan dan tugas-tugas terkait, perspektif Islam menempatkan penekanan yang lebih kuat pada dimensi spiritual dan moral perkembangan manusia. Tujuan utama perkembangan dalam Islam bukan hanya sekadar penyesuaian sosial dan kebahagiaan pribadi, tetapi juga mencapai *mardhatillah* (keridhaan Allah) dan kesuksesan di akhirat.

Dalam Islam, perkembangan manusia dipandang sebagai proses bertahap yang dimulai sejak sebelum kelahiran dan berlanjut hingga akhir hayat. Tahapan perkembangan ini seringkali dikaitkan dengan usia dan kapasitas individu dalam menjalankan kewajiban agama dan mengembangkan kualitas spiritual. Beberapa ulama dan cendekiawan Muslim telah merumuskan tahapan perkembangan berdasarkan perspektif Islam, meskipun tidak selalu terstruktur secara formal seperti teori tahapan perkembangan Barat.

Secara umum, tugas-tugas perkembangan dalam Islam dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori utama:

1. Pengembangan Akidah dan Keimanan (*Aqidah*). Tugas perkembangan paling mendasar dalam Islam adalah menanamkan dan memperkuat akidah (keyakinan) kepada Allah SWT, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, rasul-rasul-Nya, hari akhir, dan qadha dan qadar. Tugas ini dimulai sejak usia dini

melalui pendidikan agama di keluarga dan lingkungan sekitar. Seiring dengan bertambahnya usia, individu diharapkan dapat memahami dan menghayati akidah secara rasional dan emosional, serta menjadikannya landasan bagi seluruh aspek kehidupan.

2. Pengembangan Ibadah (*Ibadah*). Ibadah merupakan manifestasi praktis dari keimanan. Tugas perkembangan dalam ibadah meliputi belajar dan melaksanakan rukun Islam, yaitu syahadat, shalat, zakat, puasa, dan haji (bagi yang mampu). Seiring dengan perkembangan usia dan pemahaman agama, individu diharapkan dapat melaksanakan ibadah dengan khusyuk, ikhlas, dan sesuai dengan tuntunan syariat. Ibadah tidak hanya dipandang sebagai kewajiban ritual, tetapi juga sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan membersihkan jiwa.
3. Pengembangan Akhlak Mulia (*Akhlak*). Akhlak merujuk pada karakter dan perilaku moral individu. Tugas perkembangan dalam akhlak adalah menanamkan dan mengembangkan nilai-nilai moral Islam, seperti kejujuran, amanah, kasih sayang, keadilan, kesabaran, dan syukur. Pendidikan akhlak dimulai sejak usia dini melalui contoh teladan dari orang tua dan lingkungan sekitar. Individu diharapkan dapat menginternalisasi nilai-nilai akhlak dan mempraktikkannya dalam interaksi sosial dan segala aspek kehidupan.
4. Pengembangan Ilmu dan Pengetahuan (Ilmu). Mencari ilmu merupakan kewajiban bagi setiap Muslim. Tugas perkembangan

dalam ilmu adalah memperoleh pengetahuan yang bermanfaat, baik ilmu agama maupun ilmu dunia. Ilmu agama diperlukan untuk memahami dan mengamalkan ajaran Islam dengan benar, sedangkan ilmu dunia diperlukan untuk memenuhi kebutuhan hidup dan berkontribusi kepada masyarakat. Individu diharapkan terus belajar dan mengembangkan ilmu pengetahuan sepanjang hayat.

5. Pengembangan Keterampilan Hidup (*Maharat Al-Hayat*). Selain aspek spiritual dan moral, Islam juga menekankan pentingnya pengembangan keterampilan hidup yang bermanfaat. Tugas perkembangan dalam keterampilan hidup meliputi belajar mencari nafkah yang halal, membangun keluarga yang sakinah, mawaddah, warahmah, memelihara kesehatan fisik dan mental, serta berkontribusi kepada masyarakat dan umat. Keterampilan hidup ini diperlukan agar individu dapat hidup mandiri, produktif, dan memberikan manfaat bagi orang lain.

Tugas-tugas perkembangan dalam perspektif Islam tidak selalu terikat pada tahapan usia yang kaku seperti dalam perspektif umum. Meskipun terdapat tahapan perkembangan yang umum diakui dalam Islam seperti masa anak-anak (*tifl*), masa remaja (*syabab*), masa dewasa (*kuhl*), dan masa tua (*syaikhukha*), penekanan lebih diberikan pada kualitas perkembangan spiritual dan moral individu pada setiap tahap tersebut. Sebagai contoh, dalam masa anak-anak, tugas perkembangan utama adalah menanamkan dasar-dasar akidah dan akhlak melalui pendidikan dan pembiasaan. Pada masa remaja, individu menghadapi tantangan untuk menjaga diri dari

godaan syahwat dan memperkuat keimanan serta identitas Muslim. Pada masa dewasa, individu diharapkan dapat mengemban amanah sebagai khalifah di bumi, membangun keluarga yang Islami, dan berkontribusi kepada umat. Pada masa tua, individu diharapkan dapat meningkatkan ibadah dan mempersiapkan diri untuk menghadapi kematian.

Bagian 3
Karakteristik Psikologi Perkembangan

Karakteristik Perkembangan Islam

Salah satu ciri sentral dalam Psikologi Perkembangan Islami adalah penekanan pada Tauhid sebagai landasan kognitif dan spiritual.Tauhid, yaitu keyakinan akan keesaan Allah SWT, bukan hanya menjadi dogma teologis, namun juga membentuk kerangka kognitif individu muslim dalam memahami dunia dan dirinya sendiri. Perkembangan kognitif dalam perspektif Islam tidak hanya terbatas pada kemampuan intelektual semata, tetapi juga mencakup pengembangan *ma'rifah* atau pengetahuan spiritual yang mendalam tentang Allah, ciptaan-Nya, dan tujuan hidup. Anak-anak Muslim sejak usia dini diperkenalkan dengan konsep Tauhid melalui pendidikan agama keluarga dan lingkungan sekitar. Proses ini membentuk cara mereka berpikir, memahami sebab-akibat, dan memaknai setiap peristiwa dalam kehidupan sebagai bagian dari kehendak dan rencana Allah SWT. Keyakinan ini memberikan rasa aman, kepastian, dan orientasi yang jelas dalam menghadapi kompleksitas kehidupan.[100] Konsep Tauhid juga tercermin dalam Al-Quran Surah Al-Ikhlas (112:1-4) yang menegaskan keesaan Allah secara mutlak.

Karakteristik penting lainnya adalah perkembangan moral yang berlandaskan pada Akhlak Islam. Psikologi Perkembangan Islami menekankan bahwa moralitas bukanlah sesuatu yang relatif atau

konstruksi sosial semata, melainkan dihilangkan pada ajaran agama yang bersumber dari Al-Quran dan Sunnah. Akhlak Islam mencakup nilai-nilai Universal seperti kejujuran, keadilan, kasih sayang, kesabaran, dan tanggung jawab, yang menjadi pedoman dalam berperilaku dan berinteraksi dengan sesama. Perkembangan moral dalam konteks Islam tidak hanya bertujuan untuk membentuk individu yang patuh pada norma sosial, tetapi lebih jauh lagi untuk membentuk *insan kamil* atau manusia paripurna yang memiliki karakter mulia dan berakhlak karimah. Proses pendidikan moral dimulai sejak usia dini melalui peneladanan dari orang tua, guru, dan tokoh agama, serta melalui kisah-kisah dalam Al-Quran dan Hadis yang memberikan contoh konkret tentang perilaku yang terpuji dan tercela.[101] Nilai-nilai akhlak ini diperkuat oleh ayat Al-Quran seperti Surah Al-Qalam (68:4) yang memuji akhlak Rasulullah SAW sebagai contoh teladan terbaik.

Perkembangan sosial dalam Islam sangat dipengaruhi oleh konsep ummah dan persaudaraan (*Ukhuwah Islamiyah*). Islam menekankan pentingnya komunitas dan solidaritas sosial sebagai bagian integral dari identitas Muslim. Perkembangan sosial individu Muslim tidak terlepas dari interaksinya dengan komunitas Muslim (*Ummah*) yang lebih luas. Konsep Ukhuwah Islamiyah mengajarkan persaudaraan dan kesetaraan antara sesama muslim tanpa memandang perbedaan ras, suku, atau status sosial. Perkembangan sosial dalam perspektif Islam juga menekankan pentingnya menjaga hubungan baik dengan sesama manusia pada umumnya, termasuk non-Muslim, dengan menjunjung tinggi nilai-nilai keadilan dan

toleransi. Proses sosialisasi dalam Islam melibatkan partisipasi aktif dalam kegiatan keagamaan dan komunitas, seperti shalat berjamaah, pengajian, dan kegiatan sosial yang mempererat tali persaudaraan dan kerjasama.[102]

Karakteristik Psikologi Perkembangan Islami yang tidak kalah pentingnya adalah fokus pada perkembangan spiritual dan pencapaian Tazkiyatun Nafs. Islam tidak hanya melihat perkembangan manusia dari aspek lahiriah semata, tetapi juga menekankan pentingnya pertumbuhan spiritual dan pembersihan jiwa (*Tazkiyatun Nafs*). Perkembangan spiritual dalam Islam merupakan proses sepanjang hayat yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, meningkatkan kesadaran spiritual, dan mencapai kedamaian batin. Praktik-praktik ibadah seperti shalat, puasa, zakat, dan haji, serta amalan-amalan sunnah lainnya bukan hanya sekedar ritual keagamaan, tetapi juga sarana untuk melatih disiplin diri, mengendalikan hawa nafsu, dan meningkatkan kualitas spiritual. Psikologi Perkembangan Islami memahami bahwa kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan sejati tidak hanya diperoleh melalui pemenuhan kebutuhan materi dan duniawi, tetapi juga melalui koneksi spiritual dengan Allah SWT dan pengembangan diri secara batiniah.[103]

Karakteristik berikutnya adalah integrasi antara aspek duniawi dan ukhrawi. Psikologi perkembangan Barat seringkali fokus pada kebahagiaan dan kesuksesan di dunia ini, sementara Psikologi Perkembangan Islami memasukkan dimensi akhirat sebagai tujuan akhir dari kehidupan manusia. Perkembangan yang ideal dalam

pandangan Islam adalah perkembangan yang tidak hanya bermanfaat di dunia, tetapi juga membawa keberkahan di akhirat. Hal ini tercermin dalam penekanan pada pendidikan agama sejak usia dini, pembentukan karakter yang berlandaskan nilai-nilai Islam, dan pengamalan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari. Syed Muhammad Naquib al-Attas, dalam *Islam and Secularism*,menegaskan bahwa pendidikan dalam Islam bertujuan untuk menghasilkan manusia yang baik (*insan kamil*), yang memahami tujuan hidup sebagai ibadah kepada Allah dan berkhidmat kepada sesama[104].

Peran keluarga dan masyarakat juga sangat tertekan dalam Psikologi Perkembangan Islami. Keluarga adalah unit sosial pertama dan utama yang bertanggung jawab dalam mendidik dan membesarkan anak sesuai dengan nilai-nilai Islam. Orang tua memiliki peran sentral dalam menanamkan iman, akhlak, dan adab kepada anak-anak mereka. Lebih luas lagi, masyarakat Muslim (*ummah*) juga berperan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi perkembangan individu yang saleh dan salehah. Para ahli seperti Yusuf al-Qardhawi dalam *Fiqh Tarbiyah an-Nabawiyah* menekankan pentingnya lingkungan sosial yang baik dalam membentuk karakter anak. Beliau menjelaskan bahwa Nabi Muhammad SAW memberikan perhatian besar terhadap pembentukan komunitas Muslim yang kuat dan saling mendukung dalam kebaikan[105].

Karakteristik penting lainnya adalah penekanan pada keseimbangan. Islam mengajarkan keseimbangan dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam perkembangan psikologis.

Keseimbangan ini mencakup keseimbangan antara kebutuhan jasmani dan rohani, antara hak dan kewajiban, antara dunia dan akhirat, serta antara individu dan masyarakat. Perkembangan yang sehat dalam perspektif Islam adalah perkembangan yang harmonis dan seimbang dalam semua dimensi ini. Fazlur Rahman dalam *Islam* menjelaskan konsep *wasatiyyah* (moderat atau seimbang) sebagai prinsip sentral dalam ajaran Islam, yang mencakup seluruh aspek kehidupan, termasuk perkembangan individu[106].

Dalam konteks perkembangan moral, Psikologi Perkembangan Islami menekankan pada terbentuknya akhlak mulia sebagai tujuan utama. Akhlak mulia Merujuk pada perilaku dan karakter yang sesuai dengan ajaran Islam, yang mencakup kejujuran, keadilan, kasih sayang, kesabaran, dan sifat-sifat terpuji lainnya. Perkembangan moral dalam Islam tidak hanya terbatas pada pemahaman tentang benar dan salah, tetapi juga pada internalisasi nilai-nilai moral dan pengamalannya dalam kehidupan sehari-hari. Majid Khadduri dalam *War and Peace in the Law of Islam* menjelaskan bahwa etika Islam didasarkan pada prinsip-prinsip universal dan bertujuan untuk mewujudkan kebaikan dan keadilan di muka bumi[107]. Psikologi Perkembangan Islami memberikan panduan dalam mengembangkan strategi pendidikan dan pelatihan yang efektif untuk membentuk generasi muda yang berakhlak mulia dan bertanggung jawab.

Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini

Perspektif Islam memberikan dimensi tambahan yang penting dalam memahami perkembangan anak usia dini. Selain aspek-aspek

perkembangan umum, Islam menekankan pada perkembangan spiritual dan akhlak sebagai bagian integral dari perkembangan holistik. Beberapa karakteristik perkembangan anak usia dini dalam perspektif Islam meliputi:

a. Perkembangan Tauhid dan Spiritualitas

Sejak usia dini, anak memiliki kecenderungan alami untuk mencari makna dan tujuan hidup[108]. Perspektif Islam menekankan pentingnya menanamkan nilai-nilai tauhid dan spiritualitas sejak dini. Ini bukan berarti indoktrinasi yang kaku, melainkan memperkenalkan konsep ketuhanan melalui pengalaman yang sederhana dan bermakna, seperti menonton ciptaan Allah SWT, merasakan kasih sayang, dan mengembangkan rasa syukur[109]. Perkembangan spiritualitas pada anak usia dini terwujud dalam bentuk rasa ingin tahu tentang Allah, keindahan alam, dan mulai meniru perilaku ibadah seperti berdoa dan mengucapkan kalimat *thayyibah* .

b. Perkembangan Moral dan Akhlak

Islam sangat menekan terbentuknya akhlak mulia sebagai tujuan utama pendidikan[110]. Pada usia dini, anak mulai mengembangkan kesadaran moral dan kemampuan membedakan antara benar dan salah. Ciri-ciri perkembangan moral anak usia dini dari sudut pandang Islam adalah kemampuan untuk meniru perilaku baik dari orang dewasa di sekitarnya, belajar tentang konsep kejujuran, kasih sayang, tanggung jawab, dan menghormati orang lain. Pendidikan moral dalam perspektif Islam tidak hanya fokus pada aturan dan larangan, tetapi lebih pada menanamkan kesadaran akan kehadiran

Allah SWT dalam setiap aspek kehidupan dan mengembangkan rasa cinta kepada-Nya yang memotivasi perilaku baik[111].

c. Perkembangan Sosial dan Emosional

Anak usia dini secara alami adalah makhluk sosial yang membutuhkan interaksi dan hubungan yang positif dengan orang lain[112]. Perspektif Islam mendorong pengembangan kecerdasan sosial dan emosional yang berlandaskan nilai-nilai persaudaraan, kasih sayang, dan toleransi. Karakteristik perkembangan sosial emosional anak usia dini dalam perspektif Islam mencakup kemampuan untuk berempati, berbagi, bekerja sama, menghormati perbedaan, dan mengendalikan emosi negatif seperti marah dan iri hati. Pendidikan dalam perspektif Islam pentingnya membangun komunitas yang positif dan suportif di sekitar anak, di mana nilai-nilai kebaikan dan kerjasama dipraktikkan[113].

d. Perkembangan Kognitif dan Bahasa

Islam mendorong umatnya untuk terus mencari ilmu dan mengembangkan akal[114]. Pada usia dini, perkembangan kognitif dan bahasa berlangsung sangat pesat. Karakteristik perkembangan kognitif anak usia dini dari perspektif Islam meliputi rasa ingin tahu yang besar, kemampuan belajar melalui bermain dan pengalaman langsung, kemampuan memecahkan masalah sederhana, dan perkembangan daya ingat serta imajinasi. Pengembangan bahasa juga sangat penting, dan perspektif Islam mendorong penggunaan bahasa yang baik, sopan, dan bermanfaat. Pendidikan dalam perspektif Islam mendorong anak untuk berpikir kritis, kreatif, dan

menggunakan akalnya untuk memahami ayat-ayat Allah SWT baik yang *kauniyah* (alam semesta) maupun *qauliyah* (Al-Quran)[115].

e. Perkembangan Fisik dan Kesehatan

Islam mengajarkan bahwa tubuh adalah amanah dari Allah SWT yang harus dijaga dan dipelihara[116]. Perkembangan fisik dan kesehatan pada usia dini sangat penting untuk mendukung perkembangan aspek-aspek lainnya. Ciri-ciri perkembangan fisik anak usia dini dari perspektif Islam meliputi perkembangan motorik kasar dan halus, kemampuan menjaga kebersihan diri, makan makanan yang halal dan *thayyib*,serta istirahat yang cukup. Pendidikan dalam perspektif Islam menekankan pentingnya menjaga kesehatan fisik sebagai bentuk syukur kepada Allah SWT dan agar anak dapat beribadah dan beraktivitas dengan optimal[117].

Karakteristik Psikologi Perkembangan Anak Usia Sekolah

Masa anak usia sekolah, yang umumnya merentang dari usia 6 hingga 12 tahun, merupakan masa perkembangan yang sangat signifikan dalam kehidupan seorang individu. Tahap ini seringkali disebut sebagai "usia pertengahan anak-anak" dan menjadi jembatan krusial antara masa kanak-kanak awal dan masa remaja. Perkembangan psikologis pada masa ini membentuk fondasi penting bagi perkembangan individu di masa depan, meliputi aspek kognitif, sosial-emosional, dan moral. Perspektif Islam memberikan kerangka kerja yang komprehensif dan holistik dalam memahami serta membimbing perkembangan anak usia sekolah, dengan tekanan pada keseimbangan antara perkembangan duniawi dan ukhrawi.

a. Perkembangan Kognitif dan Keingintahuan Intelektual

Pada usia sekolah, terjadi perkembangan kognitif yang pesat. Anak mulai memasuki tahapan operasional konkret menurut teori Piaget, di mana mereka mampu berpikir secara logis mengenai objek dan peristiwa konkret[118]. Keingintahuan intelektual anak juga meningkat secara signifikan, ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan dan semangat untuk mempelajari hal-hal baru.

Perspektif Islam sangat menekankan pentingnya ilmu pengetahuan dan pengembangan akal. Al-Quran dalam Surah Al-Alaq ayat 1-5, misalnya, memerintahkan manusia untuk membaca dan mencari ilmu sebagai jalan menuju pemahaman dan kebijaksanaan. Ayat ini menjadi landasan bahwa pencarian ilmu adalah kewajiban bagi setiap Muslim, baik laki-laki maupun perempuan. Pendidikan dalam Islam tidak hanya terbatas pada aspek duniawi, tetapi juga mencakup ilmu agama yang membimbing anak untuk memahami ajaran Islam dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan anak usia sekolah dalam perspektif Islam harus mendorong rasa ingin tahu mereka, memfasilitasi pembelajaran yang bermakna, dan menanamkan kecintaan terhadap ilmu pengetahuan sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT.

b. Perkembangan Sosial dan Pembentukan Identitas Diri

Masa usia sekolah juga ditandai dengan perkembangan sosial yang kompleks. Interaksi dengan teman sebaya menjadi semakin penting, dan anak mulai belajar bergaul, bekerja sama, serta memahami aturan dan norma sosial dalam kelompok. Anak mulai

membentuk identitas diri yang lebih jelas, terutama melalui komunikasi diri dengan teman sebaya dan umpan balik dari lingkungan sosialnya[119]. Mereka mulai memahami konsep keadilan, kejujuran, dan tanggung jawab, meskipun pemahaman ini masih dalam tahap perkembangan.

Islam mengajarkan pentingnya persaudaraan, kasih sayang, dan saling menghormati dalam interaksi sosial. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim, Rasulullah SAW bersabda, "Tidaklah sempurna iman salah seorang di antara kalian hingga ia mencintai untuk saudaranya apa yang ia cintai untuk dirinya sendiri." Hadis ini mengajarkan pentingnya empati dan kepedulian terhadap sesama, yang menjadi landasan bagi pembentukan karakter sosial yang positif pada anak usia sekolah. Pendidikan Islam pentingnya akhlak mulia (karakter yang baik) dalam berinteraksi dengan orang lain, termasuk teman sebaya, guru, dan anggota keluarga. Anak mengajarkan untuk jujur, adil, amanah, dan pemaaf. Islam juga mendorong pengembangan identitas diri yang kuat berdasarkan nilai-nilai agama, sehingga anak memiliki landasan moral yang kokoh dalam menghadapi tantangan kehidupan sosial.

c. Perkembangan Emosional dan Regulasi Diri

Perkembangan emosional pada usia sekolah ditandai dengan kemampuan yang semakin matang dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi. Anak mulai mengembangkan kesadaran diri yang lebih kompleks dan mampu memahami emosi orang lain (empati). Regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk mengendalikan dan mengarahkan emosi secara adaptif, juga mulai berkembang

meskipun masih memerlukan bimbingan dan dukungan dari orang dewasa[120]. Anak usia sekolah rentan terhadap stres dan kecemasan, terutama terkait dengan tekanan akademik dan sosial.

Perspektif Islam mengajarkan pentingnya keseimbangan emosional dan pengendalian diri. Dalam Al-Quran, Allah SWT berfirman dalam Surat Al-Furqan ayat 67, yang artinya "*Dan orang-orang yang apabila membelanjakan (harta), mereka tidak berlebihan, dan tidak (pula) kikir, dan adalah (pembelanjaan itu) di tengah-tengah antara yang demikian*." Ayat ini mengajarkan prinsip moderasi dan keseimbangan dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam mengelola emosi. Islam juga mendorong pengembangan kesabaran, syukur, dan tawakal sebagai cara untuk menghadapi tantangan emosional dan membangun ketahanan diri. Pendidikan Islam pentingnya dzikir dan doa sebagai sarana menenangkan hati dan mendekatkan diri kepada Allah SWT, yang dapat membantu anak dalam meregulasi emosi dan menghadapi tekanan hidup.

d. Perkembangan Moral dan Spiritual

Masa usia sekolah merupakan masa krusial dalam perkembangan moral dan spiritual anak. Mereka mulai mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang nilai-nilai moral dan agama, serta mulai internalisasi nilai-nilai tersebut sebagai pedoman perilaku. Anak mulai memahami konsep benar dan salah, baik dan buruk, serta mengembangkan hati nurani yang membimbing mereka untuk bertindak sesuai dengan prinsip moral yang diyakini[121]. Perkembangan spiritual juga semakin signifikan,

ditandai dengan meningkatnya pemahaman tentang konsep ketuhanan, ibadah, dan tujuan hidup menurut ajaran agama.

Islam memberikan kerangka moral dan spiritual yang jelas dan komprehensif untuk perkembangan anak. Al-Quran dan Sunnah Rasulullah SAW menjadi sumber utama dalam membentuk karakter moral dan spiritual anak. Dalam surat An-Nahl ayat 90, Allah SWT berfirman, yang artinya "Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberi kepada kaum kerabat, dan Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran." Ayat ini menegaskan prinsip-prinsip dasar moralitas Islam yang harus ditanamkan pada anak sejak usia dini. Pendidikan Islam menekankan pentingnya ibadah sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT dan membentuk karakter spiritual yang kuat. Shalat, puasa, zakat, dan ibadah lainnya diajarkan bukan hanya sebagai ritual, tetapi juga sebagai sarana untuk melatih disiplin diri, meningkatkan kepekaan sosial, dan menumbuhkan rasa syukur kepada Allah SWT.

Karakteristik Perkembangan Remaja

a. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik merupakan aspek penting dari pertumbuhan remaja, karena tubuh mengalami berbagai perubahan sebagai respons terhadap fluktuasi hormon. Al-Quran mengakui perubahan ini, dengan menyatakan dalam Surah Al-Rum (30:21), *"Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah: Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, agar kamu merasa tenteram dengan*

mereka, dan Dia menaruh rasa cinta dan kasih sayang di antara hatimu. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berpikir." Ayat ini menyoroti pentingnya hubungan intim dan perubahan fisik yang menyertainya, sekaligus juga menekankan aspek emosional dan sosial dari perkembangan.

Selain Al-Quran, hadis juga memberikan wawasan tentang perkembangan fisik remaja. Menurut sebuah hadis dalam Sunan At-Tirmidzi, Nabi Muhammad (saw) bersabda, "Ketika seorang anak laki-laki mencapai usia tujuh tahun, orang tuanya harus membenamkannya ke dalam air, dan mereka harus melakukannya untuknya ketika ia mencapai usia empat belas tahun, dan ketika ia mencapai usia tujuh tahun, mereka juga harus memotong pendek rambutnya." Hadis ini menunjukkan bahwa perkembangan fisik bukan hanya proses alamiah tetapi juga tonggak penting dalam kehidupan seorang anak.

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif merupakan aspek penting lain dari pertumbuhan remaja. Selama tahap ini, individu mulai berpikir lebih abstrak, mempertanyakan otoritas, dan mengembangkan nilai-nilai serta keyakinan mereka sendiri. Al-Quran mengakui pentingnya perkembangan kognitif, yang dinyatakan dalam Surah Al-Mulk (67:2), "Dialah yang menciptakan mati dan hidup, untuk menguji siapa di antara kamu yang terbaik amalnya. Dan Dia Maha Perkasa lagi Maha Pengampun." Ayat ini menyoroti pentingnya berpikir kritis

dan pengambilan keputusan dalam membentuk karakter dan takdir seseorang.

Tradisi Islam juga menekankan pentingnya pendidikan dan pengetahuan dalam perkembangan kognitif. Menurut sebuah hadis dalam Sahih Muslim, Nabi Muhammad (saw) bersabda, "Menuntut ilmu adalah kewajiban bagi setiap Muslim." Hadis ini menggarisbawahi pentingnya pembelajaran dan pertumbuhan intelektual, yang merupakan komponen penting dari perkembangan kognitif.

c. Perkembangan Emosional

Perkembangan emosi merupakan aspek penting dalam pertumbuhan remaja, karena individu mulai mengembangkan emosi, keinginan, dan motivasi mereka sendiri. Al-Quran mengakui pentingnya perkembangan emosi, yang dinyatakan dalam Surah Al-Ahzab (33:72), "Kami telah menawarkan amanah kepada langit, bumi, dan gunung, tetapi semuanya enggan untuk melaksanakannya dan mereka takut kepadanya. Tetapi manusialah yang melaksanakannya; sesungguhnya dia adalah orang yang zalim dan bodoh." Ayat ini menyoroti pentingnya kesadaran diri dan pengaturan emosi, yang merupakan komponen penting dalam perkembangan emosi.

Tradisi Islam juga menekankan pentingnya empati dan kasih sayang dalam pengembangan emosi. Menurut sebuah hadis dalam Sahih Muslim, Nabi Muhammad (saw) bersabda, "Orang yang kuat bukanlah orang yang mengalahkan orang lain dengan kekuatannya, tetapi orang yang kuat adalah orang yang mampu mengendalikan

diri ketika marah." Hadis ini menggarisbawahi pentingnya pengendalian diri secara emosional, yang penting untuk membangun hubungan yang positif dan berkontribusi bagi masyarakat.

d. Pengembangan Sosial

Perkembangan sosial merupakan aspek penting dari pertumbuhan remaja, karena individu mulai membentuk hubungan sosial dan komunitas mereka sendiri. Al-Quran mengakui pentingnya perkembangan sosial, yang dinyatakan dalam Surah Al-Furqan (25:62), "Dan orang-orang yang beriman dan keluarga mereka mengikuti mereka dalam keimanan, Kami akan mempertemukan mereka dengan keluarga-keluarga mereka. Dan Kami tidak akan menghalangi mereka dari amal-amal mereka sedikit pun." Ayat ini menyoroti pentingnya keluarga dan komunitas dalam membentuk identitas dan nilai-nilai sosial seseorang.

Tradisi Islam juga menekankan pentingnya tanggung jawab sosial dan keadilan dalam pembangunan sosial. Menurut sebuah hadis dalam Sahih Al-Bukhari, Nabi Muhammad (saw) bersabda, "Sebaik-baik manusia adalah mereka yang memiliki akhlak dan karakter yang paling baik." Hadis ini menggarisbawahi nilai etika dan moralitas sosial, yang merupakan komponen penting pembangunan sosial.

Perkembangan remaja merupakan proses yang kompleks dan memiliki banyak sisi, yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Dari sudut pandang Islam, perkembangan remaja dipandang sebagai bagian alami dan penting dari kehidupan, dengan fokus pada pertumbuhan moral dan spiritual. Mengacu

pada ayat-ayat Al-Quran dan Hadits, serta penelitian kontemporer dari seluruh dunia.

Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa

Masa dewasa merupakan tahapan penting dalam perkembangan manusia, yang mencakup perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang mempengaruhi individu dalam berbagai aspek kehidupan. Menurut Erikson (1963), masa dewasa adalah fase kehidupan yang penuh dengan pencapaian dan tantangan baru. Pada masa ini, individu menghadapi perkembangan kognitif yang stabil, meskipun ada perubahan yang terjadi seiring bertambahnya usia. Perkembangan fisik, meskipun tidak secepat pada masa kanak-kanak atau remaja, tetap menunjukkan perubahan signifikan dalam tubuh manusia, seperti penurunan massa otot dan ketahanan fisik. Hal ini menjadikan pemeliharaan kesehatan menjadi hal yang sangat penting, terutama pada usia dewasa tengah dan lanjut[122].

Pada dewasanya muda (18–40 tahun), individu berada pada puncak fisik dan kognitif. Pada tahap ini, individu mengalami peningkatan kecepatan pemrosesan informasi dan pengambilan keputusan yang cepat. Mereka cenderung mengejar tujuan hidup melalui karier, membangun keluarga, dan mengembangkan hubungan sosial. Proses identifikasi diri yang kuat terjadi di usia ini, sebagaimana dinyatakan oleh Marcia (1966), yang menyebutkan bahwa pada usia ini individu mulai membuat keputusan terkait karier dan hubungan pribadi yang lebih mantap[123].

Namun, pada dewasanya tengah (40–60 tahun), individu seringkali mengalami krisis pertengahan hidup, yang ditandai dengan refleksi tentang pencapaian hidup dan perubahan identitas.

Hal ini sesuai dengan temuan Levinson (1978), yang menyatakan bahwa banyak individu mengalami perasaan kekosongan atau ketidakpuasan terhadap pencapaian yang telah diraih di tengah usia dewasa[124]. Perubahan fisik seperti penurunan metabolisme dan kesehatan tubuh yang lebih rentan juga mulai terasa pada fase ini, dan banyak individu yang berfokus pada menjaga keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan.

Terakhir, pada dewasanya lanjut (60 tahun ke atas), penurunan fisik dan kognitif lebih signifikan. Namun, pada masa ini banyak individu yang mencapai kedamaian batin dan menguatkan hubungan sosial melalui hubungan keluarga dan pertemanan yang lebih dalam. Menurut Baltes dan Baltes (1990), meskipun ada penurunan fungsi fisik, banyak individu di usia lanjut yang mengalami peningkatan dalam aspek kognitif seperti kebijaksanaan dan pemahaman mendalam terhadap kehidupan[125]. Mereka sering kali berfokus pada pemberian makna lebih dalam terhadap kehidupan mereka dan menjalin kedamaian spiritual, yang memungkinkan mereka mengatasi tantangan usia dengan lebih tenang.

Karakteristik Perkembangan Masa Lansia

Masa lansia adalah tahapan akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik fisik, psikologis, maupun sosial. Dalam perspektif Islam, masa lansia bukanlah sekadar penurunan kemampuan, melainkan juga merupakan kesempatan emas untuk meningkatkan kualitas spiritual dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

a. Perkembangan Spiritual

Salah satu ciri utama perkembangan masa lanjut usia dalam perspektif Islam adalah meningkatnya kesadaran spiritual dan religiusitas. Seiring bertambahnya usia, individu lansia cenderung lebih banyak memikirkan makna kehidupan, kematian, dan akhirat. Mereka semakin menyadari bahwa kehidupan dunia hanyalah sementara dan persiapan untuk kehidupan akhirat adalah tujuan utama. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam Al-Quran: *"Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari berhenti sajalah disempurnakan pahalamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan." (QS. Ali Imran: 185)*[126]. Ayat ini mengingatkan bahwa setiap manusia akan mengalami kematian dan kehidupan dunia hanyalah ujian. Kesadaran ini mendorong lansia untuk meningkatkan ibadah, seperti shalat, puasa, zakat, dan haji jika mampu, serta memperbanyak amalan sunnah seperti membaca Al-Quran, berzikir, dan bersedekah. Mereka juga lebih khusyuk dalam berdoa dan memohon pengampunan atas dosa-dosa yang telah diperbuat. Kehidupan spiritual yang mendalam pada masa lansia memberikan ketenangan batin, ketenangan hati, dan harapan akan ridha Allah SWT di kelak akhirat.

Masa lansia juga menjadi waktu yang tepat untuk introspeksi diri (*muhasabah*). Lansia merefleksikan perjalanan hidup yang telah dilalui, memutar amal perbuatan, dan berusaha memperbaiki diri menjadi lebih baik. Mereka menyadari bahwa waktu yang tersisa

semakin sedikit, sehingga memotivasi mereka untuk memaksimalkan ibadah dan amal shalih. Proses *muhasabah* ini penting untuk membersihkan hati dari penyakit-penyakit spiritual seperti riya, ujub, dan takabur, serta menumbuhkan sifat-sifat terpuji seperti tawadhu, syukur, dan sabar[127].

Pandangan Islam juga menekankan pentingnya *husnudzon* (berprasangka baik) kepada Allah SWT pada masa lanjut usia. Meskipun menghadapi berbagai tantangan fisik dan psikologis, para lansia diajarkan untuk tetap optimis dan yakin bahwa Allah SWT selalu menyayangi hamba-Nya. Mereka meyakini bahwa setiap ujian yang diberikan Allah SWT adalah bentuk kasih sayang dan cara untuk meningkatkan derajat di sisi-Nya. *Husnudzon* kepada Allah SWT memberikan kekuatan mental dan emosional bagi lansia untuk menjalani masa tua dengan sabar dan ridha[128].

b. Perkembangan Psikologis

Perkembangan psikologis pada masa lansia dalam perspektif Islam juga memiliki ciri-ciri yang khas. Salah satunya adalah meningkatnya kebijaksanaan (*hikmah*). Pengalaman hidup yang panjang memberikan pemahaman yang mendalam kepada lansia tentang kehidupan, manusia, dan agama. Mereka mampu melihat persoalan dari berbagai sudut pandang dan memberikan nasihat yang bijak kepada generasi yang lebih muda. *Hikmah* yang dimiliki lansia merupakan anugerah dari Allah SWT yang harus dimanfaatkan untuk kemaslahatan umat. Dalam sebuah hadis disebutkan: *"Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada orang mukmin yang lemah; dan pada keduanya ada*

kebaikan. Bersungguh-sungguhlah pada hal-hal yang bermanfaat bagimu dan mohonlah pertolongan kepada Allah dan janganlah kamu merasa lemah. Dan jika kamu ditimpa sesuatu, maka janganlah kamu mengatakan: Seandainya aku melakukan demikian, tentu akan begini dan begitu, akan tetapi mengingat: Ini adalah takdir Allah dan apa yang dikehendaki-Nya pasti akan terjadi. Karena sejati 'seandainya' itu membuka (pintu) perbuatan setan." (HR. Muslim)[129].

Hadis ini secara umum menekankan kekuatan iman dan usaha, namun konteks kebijaksanaan lansia, "kekuatan" di sini juga bisa dimaknai sebagai kekuatan mental dan spiritual yang tumbuh dari pengalaman hidup dan iman yang matang, yang memberikan *hikmah*. Lansia yang bijaksana mampu menghadapi tantangan hidup dengan tenang dan rasional, serta mengambil keputusan yang tepat berdasarkan pertimbangan yang matang.

Namun, perkembangan psikologis lansia juga tidak lepas dari tantangan. Beberapa lansia mungkin mengalami perasaan kesepian, kehilangan, dan depresi akibat perubahan peran sosial, penurunan kesehatan, dan ditinggalkan oleh orang-orang terdekat. Dalam perspektif Islam, penting bagi lansia untuk mengatasi perasaan negatif dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT, memperbanyak ibadah, dan menjalin hubungan sosial yang positif dengan keluarga, teman, dan komunitas Muslim. Dukungan sosial dan spiritual sangat penting untuk menjaga kesehatan mental dan emosional lansia.

Islam juga mengajarkan pentingnya rasa syukur atas kenikmatan usia tua. Meskipun masa lanjut usia seringkali diidentikkan dengan

penurunan kemampuan fisik dan mental, namun Islam mengingatkan bahwa usia tua adalah nikmat dari Allah SWT yang harus disyukuri. Seiring bertambahnya usia, lansia memiliki lebih banyak kesempatan untuk beribadah, beramal shalih, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat. Rasa syukur ini akan membantu lansia untuk menerima proses penuaan dengan positif dan menjalani masa tua dengan bahagia dan bermakna.

c. Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial pada masa lansia dalam perspektif Islam juga memiliki ciri yang unik. Lansia memiliki peran yang penting dalam keluarga dan masyarakat Muslim. Mereka dihormati dan dihargai karena pengalaman hidup dan kebijaksanaan yang dimiliki. Islam mengajarkan umatnya untuk memuliakan orang yang lebih tua dan menghormati mereka sebagai orang tua. Dalam sebuah hadis disebutkan: *"Tidak termasuk golongan kami orang yang tidak menyayangi anak kecil dan tidak menghormati orang yang lebih tua." (HR. Abu Daud dan Tirmidzi)*[130].

Hadis ini menekankan pentingnya menghormati orang yang lebih tua, termasuk lansia. Penghormatan ini diwujudkan dalam berbagai bentuk, seperti mendengarkan nasihat mereka, membantu kebutuhan mereka, dan menjaga perasaan mereka. Lansia dalam Islam tidak dianggap sebagai beban, melainkan sebagai aset berharga yang memberikan kontribusi penting bagi keluarga dan masyarakat.

Lansia juga memiliki peran sebagai pembimbing dan penasihat bagi generasi muda. Mereka dapat mewariskan nilai-nilai agama,

budaya, dan kearifan lokal kepada generasi penerus. Keberadaan lansia dalam keluarga dan masyarakat Muslim memperkuat ikatan antar generasi dan menjaga keberlangsungan tradisi Islam yang baik. Lansia juga dapat berperan aktif dalam kegiatan sosial dan keagamaan di masyarakat, seperti menjadi pengurus masjid, mengikuti kajian ilmu, dan memberikan bantuan kepada yang membutuhkan.

Perubahan sosial pada masa lansia juga dapat menimbulkan tantangan. Beberapa lansia mungkin merasa terlindungi dan terpinggirkan akibat perubahan peran sosial dan mobilitas yang terbatas. Dalam perspektif Islam, penting bagi keluarga dan masyarakat Muslim untuk memberikan perhatian dan dukungan sosial kepada lansia. Menjenguk lansia, mendengarkan keluh kesah mereka, dan melibatkan mereka dalam kegiatan keluarga merupakan bentuk perhatian masyarakat yang sangat berarti. Islam juga mendorong umatnya untuk membantu lansia yang membutuhkan, baik secara materi maupun non-materi.

Aspek Psikologi Perkembangan Islami

Perkembangan manusia merupakan proses kompleks dan berkelanjutan yang berlangsung sepanjang hayat, mulai dari masa konsepsi hingga akhir hayat. Proses ini mencakup berbagai perubahan multidimensional dalam aspek fisik, kognitif, dan psikososial individu. Memahami tahapan perkembangan ini penting untuk berbagai bidang, termasuk pendidikan, psikologi klinis, kebijakan sosial, serta pemahaman diri dan orang lain.

Psikologi perkembangan adalah cabang dari psikologi yang mempelajari perubahan perilaku dan proses mental sepanjang kehidupan manusia. Fokus utama dari psikologi perkembangan adalah bagaimana individu berkembang dari masa bayi hingga usia dewasa, termasuk faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral.

Aspek Fitrah (Kecenderungan Alami)

Fitrah adalah aspek pertama yang mendasari psikologi perkembangan dalam Islam. Fitrah merujuk pada keadaan alami manusia yang cenderung kepada kebaikan, ketauhidan, dan pengetahuan akan Tuhan. Dalam pandangan Islam, setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah yang murni. Hal ini dijelaskan dalam hadis Nabi Muhammad SAW yang berbunyi, *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi"* (HR. Bukhari).[131] Hadis ini mengindikasikan bahwa pada dasarnya setiap individu memiliki kecenderungan alami untuk mengenal Tuhan dan menyembah-Nya, yang menjadi dasar dari perkembangan psikologi dalam Islam. Konsep fitrah ini menunjukkan bahwa perkembangan psikologi individu dimulai dengan ketidakberdayaan manusia yang sejalan dengan kodrat penciptaannya, yang kemudian dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan pendidikan. Memahami fitrah sebagai bagian dari psikologi perkembangan dalam Islam sangat penting untuk menggali lebih dalam tentang bagaimana identitas spiritual seseorang terbentuk dan berkembang, dengan

tetap mempertimbangkan bahwa fitrah tetap berperan sebagai fondasi yang tidak bisa diubah sepenuhnya oleh faktor eksternal.

Aspek Pendidikan Agama dan Moral

Islam menempatkan pendidikan agama dan moral sebagai pilar utama dalam membangun karakter individu yang kokoh. Penekanan ini diwujudkan dalam setiap fase kehidupan, mulai dari usia dini hingga dewasa, di mana pendidikan terfokus pada pembentukan akhlak mulia dan penguatan keimanan. Dalam perspektif Psikologi Perkembangan Islami, pendidikan dipandang sebagai instrumen penting dalam mewujudkan manusia yang memiliki keseimbangan antara dimensi duniawi dan ukhrawi. Pendidikan agama yang terstruktur dan komprehensif berperan penting dalam membimbing individu untuk memahami ajaran-ajaran Islam secara mendalam, mencakup rukun iman, rukun Islam, serta internalisasi nilai-nilai moral yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadis. Pendidikan ini tidak hanya bersifat teoritis, namun juga menekankan pada penerapan praktis dalam kehidupan sehari-hari, sehingga membentuk individu yang tidak hanya saleh secara ritual, tetapi juga memiliki integritas moral yang tinggi.

Pendidikan agama dan moral dalam Islam bukan sekedar transfer pengetahuan mengenai dogma dan ritual. Lebih dari itu, ia merupakan proses pembentukan jiwa dan karakter yang bertujuan untuk mewujudkan nilai-nilai luhur dalam setiap aspek kehidupan. Pendekatan ini sesuai dengan ajaran Islam yang menekankan kesempurnaan akhlak sebagai salah satu tujuan utama diutusnya Rasulullah SAW ke muka bumi. Pendidikan agama dan moral dalam

Islam harus dirancang secara holistik, mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Aspek kognitif meliputi pemahaman terhadap ajaran agama, aspek afektif berkaitan dengan penghayatan dan kecintaan terhadap nilai-nilai agama, sedangkan aspek psikomotorik diwujudkan dalam pengamalan ajaran agama dalam tindakan nyata. Integrasi aspek ketiga ini diharapkan dapat menghasilkan individu yang memiliki pemahaman agama yang mendalam, merasakan nilai-nilai agama dalam hati, dan mampu menerapkannya dalam perilaku sehari-hari.

Imam Al-Ghazali, seorang cendekiawan Muslim terkemuka, dalam magnum opusnya *Ihya' Ulum al-Din*,memberikan penekanan khusus pada moralitas sebagai inti dari pendidikan agama. Beliau menyatakan bahwa tujuan utama pendidikan agama bukanlah sekedar memperoleh ilmu pengetahuan agama semata, melainkan mencapai derajat moralitas yang tinggi, yang diwujudkan dalam akhlakul karimah. Menurut Al-Ghazali, pemahaman yang mendalam terhadap ajaran agama akan mendorong individu untuk mengembangkan akhlak yang terpuji, seperti kejujuran, kesabaran, kerendahan hati, dan kecintaan kepada sesama. Nilai-nilai moral ini tidak hanya bersifat individual, tetapi juga memiliki dimensi sosial yang kuat. Islam mengajarkan bahwa seorang muslim sejati adalah individu yang tidak hanya saleh secara pribadi, tetapi juga memberikan kontribusi positif bagi masyarakat sekitarnya. Pendidikan agama dan moral yang efektif akan melahirkan individu-individu yang memiliki kesadaran sosial tinggi, peduli terhadap

masalah-masalah kemanusiaan, dan berpartisipasi aktif dalam membangun masyarakat yang adil dan sejahtera[132].

Pendidikan agama dan moral menjadi semakin relevan dan mendesak. Di tengah arus globalisasi dan modernisasi yang membawa dampak kompleks terhadap kehidupan manusia, pendidikan agama dan moral berperan sebagai benteng pertahanan yang kokoh bagi generasi muda. Nilai-nilai agama dan moral yang tertanam kuat dalam diri individu akan menjadi kompas moral yang membimbing mereka dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan modern, seperti dekadensi moral, hedonisme, dan materialisme. Pendidikan agama dan moral yang berkualitas akan membentuk generasi muda yang memiliki identitas diri yang kuat, berakhlak mulia, dan mampu memberikan kontribusi positif bagi kemajuan bangsa dan peradaban manusia secara keseluruhan. Revitalisasi dan penguatan pendidikan agama dan moral perlu menjadi agenda prioritas dalam sistem pendidikan Islam, baik di tingkat keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

Aspek Kesadaran Moral dan Tanggung Jawab Sosial

Aspek penting dalam Psikologi Perkembangan Islami adalah perkembangan kesadaran moral, yang melibatkan kemampuan individu untuk membedakan antara yang benar dan yang salah, serta memahami tanggung jawab sosial mereka. Dalam pandangan Islam, moralitas bukan hanya bersifat individu, tetapi juga sosial. Individu diajarkan untuk tidak hanya memperhatikan kepentingan diri sendiri, tetapi juga kepentingan orang lain dan masyarakat.

Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Quran Surah Al-Baqarah ayat 177: *"Bukanlah kebajikan itu menghadapkan wajahmu ke arah timur dan barat, tetapi kebajikan itu adalah percaya kepada Allah, hari akhir, malaikat, kitab-kitab-Nya, dan para nabi, serta memberi harta yang kita cintai kepada kerabat, anak yatim, orang miskin, orang yang dalam perjalanan, yang meminta-minta, dan untuk memerdekakan budak."*[133] Ayat ini menegaskan bahwa kebajikan dalam Islam lebih luas dari sekadar ibadah ritual, tetapi juga mencakup tindakan sosial yang mendukung kesejahteraan orang lain. Dalam konteks ini, Psikologi Perkembangan Islami tidak hanya memandang pembentukan pribadi yang saleh, tetapi juga individu yang peduli terhadap kesejahteraan masyarakat. Tanggung jawab moral ini mengajarkan individu untuk berbagi rezeki dengan mereka yang membutuhkan, menunjukkan kepedulian terhadap sesama, dan menjunjung tinggi nilai-nilai keadilan dan persaudaraan.

Kesadaran moral yang berkembang seiring dengan kedewasaan seorang individu dalam perspektif Islam mendorongnya untuk tidak hanya memperhatikan dirinya sendiri, tetapi juga masyarakat di sekitarnya. Pemahaman tentang hak-hak orang lain, kepedulian terhadap mereka yang kurang beruntung, serta kewajiban untuk menjaga keharmonisan sosial menjadi bagian integral dalam perjalanan hidup seorang Muslim. Ini sejalan dengan prinsip Islam yang menekankan bahwa keberadaan seseorang di dunia ini adalah untuk menjadi khalifah, atau pengelola yang baik di bumi, yang tidak hanya bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri tetapi juga

terhadap orang lain, baik dalam hubungan sosial maupun dalam menjaga kelestarian alam.

Aspek Perkembangan Spiritual (Tazkiyah)

Aspek spiritual dalam Psikologi Perkembangan Islami sangat penting untuk mencapai keseimbangan hidup. Tazkiyah, atau purifikasi jiwa, adalah proses pembersihan hati dari sifat-sifat negatif dan pengembangan karakter yang mendekatkan individu kepada Allah. Tazkiyah mencakup usaha untuk mengatasi nafsu, amarah, dan kecintaan berlebihan pada dunia, serta menggantinya dengan sifat-sifat yang lebih baik seperti sabar, tawakkal, dan syukur.

Proses ini menjadi penting dalam Psikologi Perkembangan Islami karena ia menekankan bahwa perkembangan manusia tidak hanya fisik dan kognitif, tetapi juga melibatkan dimensi spiritual yang berhubungan langsung dengan hubungan individu kepada Tuhan. Menurut Al-Qur'an, *"Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwanya, dan sesungguhnya rugilah orang yang mengotorinya"* (QS. Asy-Syams: 9-10).[134] Ayat ini menegaskan bahwa kebersihan jiwa merupakan kunci kesuksesan dalam hidup, dan hanya dengan mensucikan jiwa dari sifat-sifat tercela seseorang bisa mencapai kebahagiaan sejati di dunia maupun di akhirat.

Tazkiyah menjadi pusat dalam Psikologi Perkembangan Islami karena ia tidak hanya fokus pada pembentukan aspek lahiriah manusia, tetapi juga pada pembersihan hati dan pengembangan sifat-sifat mulia yang membentuk hubungan spiritual yang lebih dekat dengan Allah. Dalam ajaran Islam, hubungan seorang hamba dengan Allah sangat mempengaruhi kualitas hidupnya. Seseorang

yang senantiasa berusaha mensucikan jiwanya akan mampu mengatasi godaan duniawi, mengendalikan emosinya, dan menjalani kehidupan dengan penuh ketenangan hati, yang pada gilirannya akan berpengaruh positif pada kehidupan sosialnya. Dalam proses tazkiyah, pentingnya membangun kesadaran spiritual dalam setiap aspek kehidupan sehari-hari menjadi landasan untuk mencapai kebahagiaan dan kedamaian batin, yang menjadi tujuan utama dalam kehidupan seorang Muslim.

Aspek Perkembangan Kognitif dan Emosional

Islam memberikan perhatian yang mendalam terhadap aspek kognitif dan emosional dalam perkembangan manusia, mengajarkan umatnya untuk tidak hanya mengandalkan fisik, tetapi juga untuk mengasah kemampuan berpikir dan mengelola perasaan. Dalam aspek kognitif, Islam menekankan pentingnya penggunaan akal untuk memahami kehidupan, mengenali ciptaan Allah, serta merenungkan tanda-tanda kekuasaan-Nya yang terdapat di alam semesta. Sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an Surah Al-Imran ayat 190: "*Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, serta pergantian malam dan siang, terdapat tanda-tanda bagi orang yang berakal*"[135]. Ayat ini menggambarkan bahwa orang yang menggunakan akalnya dengan baik akan dapat melihat kebesaran Allah dalam segala aspek kehidupan, serta merenungi hakikat ciptaan-Nya, yang pada gilirannya akan memperkuat iman dan pemahaman spiritual seseorang. Akal, dalam Islam, bukan hanya alat untuk memperoleh ilmu pengetahuan duniawi, tetapi

juga untuk mengenal dan menghayati kebesaran Tuhan yang menciptakan segala sesuatu di alam semesta.

Islam memberikan pedoman yang jelas dalam mengelola emosi dengan cara yang positif. Pengelolaan emosi merupakan bagian penting dari perkembangan pribadi dalam psikologi Islam, terutama dalam hal mengendalikan perasaan seperti amarah, kesedihan, dan rasa cemburu yang sering muncul dalam kehidupan manusia. Nabi Muhammad SAW mengajarkan umatnya untuk tidak membiarkan emosi negatif menguasai diri. Dalam sebuah hadis, beliau bersabda: *"Bukanlah orang yang kuat itu orang yang dapat mengalahkan orang lain dalam perkelahian, tetapi orang yang kuat adalah orang yang dapat mengendalikan dirinya saat marah*" (HR. Bukhari)[136]. Hadis ini mengajarkan bahwa pengendalian emosi adalah tanda kedewasaan dan kekuatan sejati, yang sangat penting dalam menjaga keharmonisan hidup, baik secara individu maupun sosial. Dalam hal ini, psikologi Islam berfokus pada pengembangan kecerdasan emosional yang sehat, yang tidak hanya bermanfaat untuk individu, tetapi juga untuk membangun hubungan yang baik dengan orang lain, serta menciptakan kehidupan yang lebih damai dan harmonis.

Pengelolaan akal dan emosi dalam Islam sangatlah integral untuk mencapai keseimbangan dalam kehidupan. Akal yang digunakan untuk berpikir secara rasional dan reflektif akan memperdalam pemahaman seseorang tentang kehidupan, sementara pengelolaan emosi yang baik akan menciptakan keharmonisan dalam diri dan hubungan dengan sesama. Keseimbangan antara keduanya

menciptakan individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga emosional, serta spiritual, yang menjadi landasan utama dalam Psikologi Perkembangan Islami

Aspek Tujuan Akhir Kehidupan: Keseimbangan Dunia dan Akhirat

Tujuan akhir dari kehidupan manusia dalam Islam adalah untuk mencapai kebahagiaan abadi di akhirat dengan meraih ridha Allah SWT. Pemahaman ini menjadi dasar dari seluruh aspek psikologi perkembangan dalam Islam, yang mengarahkan individu untuk hidup dengan tujuan spiritual yang lebih tinggi. Dalam perspektif Islam, kehidupan dunia tidak dapat dipisahkan dari kehidupan akhirat; keduanya merupakan bagian integral dari perjalanan hidup manusia yang harus dijalani dengan seimbang. Kehidupan duniawi dianggap sebagai ujian bagi manusia, namun ujian ini tidak boleh mengaburkan tujuan akhir dari kehidupan, yaitu ridha Allah dan kebahagiaan abadi di akhirat. Individu dalam Islam diajarkan untuk mengelola kehidupannya dengan penuh kesadaran akan tujuan akhir tersebut, sehingga segala amal dan tindakan yang dilakukan di dunia dapat mengarah pada pencapaian kebahagiaan akhirat.

Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Quran Surah Al-Qasas ayat 77, "Janganlah kamu lupakan bagianmu di dunia, dan berbuat baiklah seperti Allah telah berbuat baik kepadamu" (QS. Al-Qasas: 77)[137]. Ayat ini menekankan bahwa meskipun kehidupan dunia adalah tempat ujian dan persinggahan sementara, manusia tetap dianjurkan untuk memperhatikan dan menjalani kehidupan dunia dengan sebaik-baiknya. Berbuat baik kepada sesama dan menjaga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan spiritual merupakan

prinsip utama yang harus dijaga. Kehidupan dunia dan akhirat bukanlah dua hal yang terpisah, tetapi saling terkait dan mempengaruhi satu sama lain. Dalam hal ini, kehidupan dunia menjadi ladang amal yang akan mempengaruhi kehidupan setelah mati, yang merupakan tujuan utama kehidupan dalam Islam.

Islam juga mengajarkan agar umatnya tidak terperangkap oleh kesenangan duniawi yang sementara, tetapi selalu menjaga niat dan tujuan hidup agar sesuai dengan prinsip-prinsip yang telah ditetapkan oleh Allah. Dunia bukanlah tujuan utama, melainkan sarana untuk meraih kebahagiaan yang hakiki di akhirat. Dalam hal ini, aspek Psikologi Perkembangan Islami menekankan pentingnya kesadaran spiritual, yang menjadi pondasi dalam mengarahkan seluruh tindakan manusia untuk mendapatkan ridha Allah SWT dan kebahagiaan yang abadi di kehidupan akhirat.

Aspek Pentingnya Teladan dan Pembimbingan

Dalam Psikologi Perkembangan Islami, teladan merupakan salah satu aspek yang sangat penting. Nabi Muhammad SAW dianggap sebagai contoh ideal bagi umat Islam dalam segala aspek kehidupan, baik dalam hal spiritualitas, moralitas, sosial, dan emosional. Beliau bukan hanya seorang pemimpin agama, tetapi juga seorang pemimpin yang penuh kasih, bijaksana, dan adil. Dalam Surah Al-Ahzab ayat 21, Allah SWT berfirman, "Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu, yaitu bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan kedatangan hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah" (QS. Al-Ahzab: 21)[138]. Ayat ini menegaskan

bahwa Nabi Muhammad SAW adalah teladan terbaik bagi umat Islam dalam setiap aspek kehidupan.

Nabi Muhammad SAW menunjukkan kepada umat Islam bagaimana hidup dengan nilai-nilai Islam yang mendalam, termasuk dalam hal beribadah, berinteraksi dengan sesama, mengelola emosi, dan menyikapi berbagai ujian hidup. Orang tua, guru, dan masyarakat memiliki tanggung jawab besar untuk memberikan teladan yang baik bagi generasi muda, sebagaimana yang dicontohkan oleh Nabi dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini, pendidikan dalam Islam tidak hanya melibatkan penyampaian ilmu pengetahuan, tetapi juga pembentukan karakter yang baik dan pengembangan akhlak yang mulia. Teladan yang baik menjadi kunci dalam mendidik dan membimbing anak-anak serta individu lainnya untuk tumbuh menjadi pribadi yang baik, saleh, dan bermanfaat bagi masyarakat.

Teladan yang baik tidak hanya berfungsi sebagai pedoman hidup, tetapi juga sebagai cara yang efektif untuk mempengaruhi perkembangan psikologis individu, terutama dalam aspek sosial dan emosional. Keteladanan yang baik dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan moral dan spiritual anak-anak dan generasi muda, serta memberikan mereka inspirasi untuk menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa psikologi perkembangan dalam Islam tidak hanya berfokus pada aspek internal individu, tetapi juga memperhatikan peran penting dari lingkungan sosial dan model yang ada di sekitarnya.

Aspek Fisik

Dalam perspektif Islam, perkembangan fisik manusia dipandang sebagai bagian yang integral dari kehidupan dan ibadah. Islam mengajarkan pentingnya menjaga kesehatan tubuh sebagai amanah dari Allah SWT, karena tubuh merupakan sarana bagi umat manusia untuk beribadah dan melakukan aktivitas kehidupan yang baik. Perkembangan fisik ini dimulai dari masa kanak-kanak hingga usia lanjut, yang masing-masing memiliki karakteristik dan tuntutan yang berbeda. Psikologi perkembangan fisik dalam Islam mencakup pemahaman tentang pertumbuhan tubuh, pemeliharaan kesehatan, dan bagaimana setiap fase kehidupan tubuh membawa peran dalam pengabdian kepada Allah.

Fisik pada Masa Kanak-Kanak

Masa kanak-kanak dalam Islam dipandang sebagai waktu yang penuh potensi untuk tumbuh dan berkembang. Islam sangat menekankan pentingnya memberikan perhatian yang baik terhadap kebutuhan fisik dan psikologis anak-anak pada usia dini, karena masa ini adalah fase pembentukan tubuh dan pikiran yang sangat menentukan perkembangan mereka di masa depan. Dalam sebuah hadis, Nabi Muhammad SAW mengingatkan umatnya untuk memperhatikan pendidikan anak-anak dengan baik, karena setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah yang suci. Beliau bersabda, *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah (suci), maka orang tuanya yang menjadikannya seorang Yahudi, Nasrani, atau Majusi."* (HR. Bukhari dan Muslim)[139]. Hadis ini tidak hanya mengingatkan kita tentang pentingnya pendidikan agama yang baik sejak dini,

tetapi juga menggambarkan betapa besar peran orang tua dalam mendidik anak-anak mereka sesuai dengan fitrah atau kodrat yang telah Allah SWT berikan. Sebagai orang tua atau pendidik, kita memiliki tanggung jawab untuk memastikan bahwa anak-anak mendapatkan pengasuhan yang baik yang mencakup perhatian terhadap aspek fisik, mental, dan spiritual mereka. Dalam Islam, perhatian terhadap pola makan, tidur, dan kebiasaan hidup sehat sangat dianjurkan untuk mendukung tumbuh kembang fisik anak yang optimal. Nabi Muhammad SAW sendiri memberikan teladan dengan mengajarkan umatnya untuk memberikan makanan yang bergizi dan halal, menjaga kebersihan tubuh, serta mengatur waktu tidur yang cukup.

Di dalam ajaran Islam, perhatian terhadap kesehatan fisik anak tidak hanya dianggap sebagai kebutuhan duniawi, tetapi juga sebagai bagian dari ibadah yang mendatangkan pahala. Rasulullah SAW mengajarkan umatnya untuk memperhatikan kebersihan tubuh, menjaga pola makan, dan memberikan anak-anak waktu tidur yang cukup, karena semua itu berkontribusi pada pembentukan tubuh dan jiwa yang sehat. Islam memandang masa kanak-kanak sebagai waktu yang sangat penting untuk memastikan anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, baik dari segi fisik, mental, maupun spiritual.

Aspek Kognitif

Perkembangan kognitif dalam perspektif Islam mencakup dimensi intelektual yang tidak hanya terfokus pada kemampuan berpikir logis, tetapi juga pada pemahaman yang mendalam

mengenai makna hidup dan hubungan manusia dengan Tuhan. Islam mengajarkan bahwa akal adalah karunia Allah yang harus digunakan untuk mencari kebenaran dan memahami dunia ini sebagai bagian dari perjalanan spiritual yang lebih besar. Dalam hal ini, akal dan pengetahuan harus diintegrasikan dengan kesadaran spiritual yang tinggi, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Qur'an: *"Dan Dia (Allah) mengajarkanmu apa yang tidak kamu ketahui. Dan karunia-Nya sangat besar bagimu."* (QS. An-Nisa: 113)[140] Ayat ini menunjukkan bahwa Allah SWT memberikan ilmu kepada umat manusia sebagai sarana untuk memahami kehidupan dan mencapai kebijaksanaan. Para ulama tasawuf menekankan bahwa pengetahuan yang sejati adalah pengetahuan yang membawa seseorang lebih dekat kepada Allah, dan bukan semata-mata untuk kepentingan duniawi. Sebagai contoh, Imam Al-Ghazali dalam karyanya *Ihya' Ulum al-Din* menjelaskan bahwa ilmu yang membawa kepada Allah adalah ilmu yang mendalam, tidak hanya terbatas pada pemahaman intelektual semata, tetapi juga mencakup penghayatan spiritual yang mampu membawa perubahan dalam diri seseorang[141].

a. Perkembangan Kognitif pada Masa Anak-Anak

Pada masa kanak-kanak, perkembangan kognitif sangat dipengaruhi oleh pendidikan yang diberikan oleh orang tua dan lingkungan. Islam mengajarkan bahwa mendidik anak-anak adalah tugas yang mulia dan memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan keimanan mereka. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Surah Luqman: *"Dan Kami perintahkan kepada manusia*

(berbuat baik) kepada kedua ibu bapaknya; ibunya telah mengandungnya dengan susah payah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepadaku dan kepada kedua ibu bapakmu; hanya kepada-Ku tempat kembali." (QS. Luqman: 14)[142] Ayat ini menekankan pentingnya peran orang tua dalam mendidik anak dan menunjukkan bahwa pendidikan yang baik di masa kanak-kanak adalah salah satu bentuk penghormatan dan penghargaan kepada orang tua, yang pada gilirannya akan mengarah pada kebaikan bagi anak dan keluarganya.

Dalam pandangan tasawuf, pendidikan anak adalah suatu bentuk pemberian yang berkelanjutan, tidak hanya berupa pengetahuan duniawi, tetapi juga pembentukan spiritual. Dalam hal ini, pendidikan di masa kanak-kanak haruslah mencakup pengenalan nilai-nilai agama, seperti mengenal Allah, mengajarkan shalat, dan memperkenalkan anak kepada konsep dasar ibadah. Sebagaimana ditulis oleh Imam Al-Raghib dalam *Al-Mufradat*[143], pendidikan anak dalam Islam adalah bagian dari proses takhalli (pembersihan jiwa) yang melibatkan pembentukan akhlak yang baik.

b. Perkembangan Kognitif pada Masa Remaja

Masa remaja adalah fase ketika individu mulai mengembangkan pemikiran yang lebih abstrak dan rasional. Pada tahap ini, remaja mulai mempertanyakan nilai-nilai yang mereka terima dan berusaha memahami lebih dalam tentang tujuan hidup, agama, dan eksistensi mereka di dunia ini. Islam mengajarkan bahwa remaja harus memperdalam pengetahuan agama mereka dan menumbuhkan kesadaran spiritual yang tinggi. Dalam hadis Nabi Muhammad SAW,

beliau bersabda: *"Sesungguhnya Allah tidak melihat kepada rupa dan harta kalian, tetapi Allah melihat kepada hati dan amal kalian."* (HR. Muslim)[144]

Hadis ini mengingatkan kita bahwa perkembangan kognitif di masa remaja haruslah diimbangi dengan perkembangan hati yang bersih dan ikhlas dalam beribadah. Dalam pandangan para ahli tasawuf, hati adalah pusat dari segala bentuk pengetahuan yang sejati. Dalam *Al-Hikam* karya Ibn Ata'illah, disebutkan bahwa "Pengetahuan yang sejati adalah pengetahuan yang datang dari hati yang bersih dan dilandasi dengan niat yang tulus kepada Allah"[145]. Masa remaja, proses berpikir harus diimbangi dengan kebijaksanaan yang diperoleh melalui refleksi diri (muhasabah), yang membantu untuk menyelaraskan pikiran dan tindakan sesuai dengan ajaran agama.

c. Perkembangan Kognitif pada Masa Dewasa

Pada masa dewasa, individu diharapkan memiliki kemampuan untuk berpikir rasional, membuat keputusan yang matang, dan bertanggung jawab atas tindakannya. Dalam perspektif Islam, ini adalah fase di mana manusia harus menerapkan pengetahuan yang telah mereka pelajari sepanjang hidup untuk kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang dimiliki seharusnya digunakan untuk memenuhi hak Allah dan hak sesama manusia. Dalam Surah Al-Baqarah, Allah SWT berfirman: *"Bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu, dan apabila kamu telah memutuskan suatu perkara, maka bertawakkallah kepada Allah."* (QS. Al-Baqarah: 233). Ayat ini mengajarkan pentingnya musyawarah dan pengambilan keputusan

secara bijaksana. Para ulama tasawuf mengajarkan bahwa kebijaksanaan (hikmah) adalah puncak dari perkembangan kognitif yang harus dicapai oleh setiap individu dewasa. Ibn Arabi, dalam karyanya *Fusus al-Hikam*[146], menekankan bahwa hikmah adalah puncak ilmu yang datang dari Allah, yang diberikan kepada orang yang mampu memahami hakikat segala sesuatu, baik dalam dimensi duniawi maupun ukhrawi. Pada tahap dewasa, seseorang diharapkan dapat menggunakan akal dan kebijaksanaan yang diperoleh untuk menjalani hidup dengan penuh kesabaran dan ketenangan batin.

d. Perkembangan Kognitif pada Masa Lansia

Meskipun pada masa lansia fisik tubuh mulai menurun, perkembangan kognitif dapat tetap berlangsung, terutama dalam aspek kebijaksanaan dan pemahaman agama. Lansia yang memiliki pengalaman hidup yang panjang sering kali memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang kehidupan, agama, dan hubungan mereka dengan Allah. Dalam Surah Al-Ahzab, Allah berfirman: *"Dan orang-orang yang lanjut usia di antara kamu, jika mereka tidak bisa berjihad (di jalan Allah), maka mereka tetap dapat beribadah dengan zikir kepada Allah."* (QS. Al-Ahzab: 41)

Hal ini menunjukkan bahwa lansia tetap memiliki peran penting dalam pengembangan kognitif, terutama dalam aspek spiritual. Dalam tasawuf, lansia dianggap sebagai sumber kebijaksanaan, karena pengalaman hidup mereka memberi mereka pemahaman yang lebih dalam tentang makna kehidupan. Ibn Qayyim dalam karyanya *Al-Fawā'id*[147] menyatakan bahwa masa tua adalah

kesempatan emas untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah, memperbanyak zikir, dan menambah ilmu yang membawa kepada kebijaksanaan.

Fisik pada Masa Remaja dan Dewasa

Masa remaja dan dewasa merupakan masa perkembangan fisik manusia yang mencapai puncaknya. Pada rentang usia ini, tubuh individu mengalami kematangan biologis yang optimal, ditandai dengan peningkatan kekuatan otot, kepadatan tulang, serta efisiensi sistem kardiovaskular dan pernapasan[148]. Fase ini menjadi masa emas ketika individu memiliki energi yang melimpah untuk menjalankan berbagai aktivitas fisik, mulai dari pekerjaan yang menuntut mobilitas tinggi, partisipasi dalam kegiatan olahraga, hingga interaksi sosial yang dinamis[149]. Kesehatan fisik yang prima pada masa ini menjadi aset berharga yang menunjang kualitas hidup secara keseluruhan.

Islam, sebagai agama yang komprehensif, memberikan perhatian besar terhadap aspek fisik manusia. Ajaran Islam mendorong umatnya untuk selalu menjaga kebugaran tubuh melalui berbagai cara yang dianjurkan. Salah satu bentuk anjuran tersebut adalah melalui olahraga. Aktivitas fisik yang teratur tidak hanya bermanfaat untuk menjaga berat badan ideal dan memperkuat otot, tetapi juga meningkatkan kesehatan mental dan mengurangi risiko berbagai penyakit kronis seperti penyakit jantung, diabetes, dan obesitas[150]. Islam juga menekankan pentingnya pola makan sehat dan bergizi seimbang. Mengonsumsi makanan halal dan thayyib (baik dan sehat) dalam jumlah yang proporsional akan memberikan nutrisi yang dibutuhkan tubuh untuk berfungsi secara optimal[151].

Dalam perspektif Islam, kekuatan fisik tidak hanya dipandang sebagai kemampuan jasmani semata, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang mendalam. Rasulullah SAW bersabda dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Muslim: *"Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, meskipun pada keduanya ada kebaikan."* (HR.Muslim). Hadis ini secara jelas menegaskan keutamaan kekuatan fisik dalam pandangan Islam. Kekuatan yang dimaksud di sini tidak hanya terbatas pada kekuatan otot, tetapi juga mencakup kekuatan secara menyeluruh, termasuk kesehatan tubuh dan vitalitas.

Hadis di atas memberikan beberapa pemahaman penting. *Pertama* , Islam menghargai dan menegakkan umatnya untuk memiliki kekuatan fisik. Hal ini menunjukkan bahwa menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh bukanlah sesuatu yang bersifat sekunder atau opsional, melainkan bagian integral dari ajaran agama. *Kedua* , kekuatan fisik yang dimiliki seorang mukmin diharapkan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas ibadah dan kontribusi positif kepada masyarakat. Tubuh yang sehat dan kuat akan memudahkan seseorang untuk melakukan ibadah-ibadah seperti shalat, puasa, haji, dan ibadah lainnya yang membutuhkan kondisi fisik yang prima. Kekuatan fisik juga memungkinkan seseorang untuk lebih produktif dalam bekerja, membantu sesama, dan berkontribusi dalam pembangunan masyarakat[152].

Ketiga , hadis tersebut juga mengingatkan bahwa meskipun kekuatan fisik memiliki keutamaan, keimanan tetaplah menjadi landasan utama dalam Islam. ϕpaэa *"meskipun pada keduanya ada*

kebaikan" menunjukkan bahwa seorang mukmin yang lemah (secara fisik) tetap memiliki nilai dan kebaikan di sisi Allah SWT, asalkan ia memiliki keimanan dan ketakwaan yang kuat. Namun, Islam tetap mendorong agar umatnya berusaha menjadi mukmin yang kuat secara fisik dan spiritual. Kekuatan fisik yang diimbangi dengan keimanan yang kokoh akan menjadikan seorang muslim lebih efektif dalam menjalankan peran kekhalifahan di muka bumi dan meraih ridha Allah SWT.

Masa remaja dan dewasa yang merupakan puncak perkembangan fisik seharusnya dimanfaatkan oleh setiap umat Islam untuk membangun dan memelihara kesehatan tubuh secara optimal. Hal ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti berolahraga secara teratur, menjaga pola makan sehat, istirahat yang cukup, serta menghindari kebiasaan-kebiasaan buruk yang dapat merusak kesehatan. Dengan memiliki fisik yang sehat dan kuat, seorang muslim tidak hanya dapat menikmati kualitas hidup yang lebih baik, tetapi juga dapat memaksimalkan potensi dirinya dalam beribadah kepada Allah SWT dan memberikan kontribusi positif bagi agama, keluarga, dan masyarakat. Menjaga kesehatan fisik adalah amanah dan bentuk syukur atas nikmat Allah SWT yang diberikan kepada kita, serta merupakan investasi penting untuk kehidupan dunia dan akhirat.

Aspek Psikososial pada Remaja

Perkembangan psikososial pada remaja merupakan salah satu fase penting dalam kehidupan manusia. Fase ini ditandai dengan perubahan signifikan baik secara fisik, emosional, dan sosial yang terjadi pada individu dalam menghadapi transisi menuju

kedewasaan. Dalam perspektif Islam, perkembangan psikososial pada remaja sangat diperhatikan, karena masa ini adalah periode di mana individu mulai membentuk identitas diri dan hubungan sosial yang lebih kompleks. Islam memberikan kerangka panduan bagi remaja untuk mengarahkan perkembangan mereka agar sesuai dengan nilai-nilai agama, serta untuk membentuk karakter yang baik dan bertanggung jawab.

a. Peran Keluarga dalam Pembentukan Identitas Remaja

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang unik dan krusial dalam rentang kehidupan manusia. Pada fase ini, individu mengalami perubahan signifikan secara fisik, kognitif, dan psikososial yang membentuk identitas dan arah hidup mereka di masa depan. Salah satu faktor yang memiliki pengaruh besar dalam keberhasilan perkembangan psikososial remaja adalah lingkungan keluarga. Keluarga, dalam berbagai bentuk dan dinamikanya, menjadi fondasi utama bagi pembentukan karakter, nilai-nilai, dan kemampuan adaptasi sosial seorang remaja.

Dalam perspektif Islam, keluarga memiliki kedudukan yang sangat istimewa dan dianggap sebagai unit sosial terkecil namun paling fundamental. Islam memandang keluarga bukan hanya sebagai tempat berlindung dan memenuhi kebutuhan materi, tetapi juga sebagai madrasah pertama dan utama bagi pendidikan anak, termasuk dalam aspek psikososialnya. Lingkungan keluarga Islami idealnya menjadi wahana penanaman nilai-nilai agama, moral, dan etika yang akan membimbing remaja dalam berinteraksi dengan dirinya sendiri, orang lain, dan masyarakat secara luas.

Peran orang tua, khususnya ibu, mendapatkan penekanan khusus dalam ajaran Islam terkait pendidikan anak. Ibu tidak hanya berperan dalam memberikan kasih sayang dan perhatian, tetapi juga sebagai pendidik utama yang menanamkan dasar-dasar keimanan dan akhlak mulia sejak usia dini. Islam mengajarkan bahwa orang tua memiliki tanggung jawab besar dalam membimbing remaja agar tumbuh menjadi individu yang saleh, berakhlak karimah, dan bermanfaat bagi agama dan masyarakat. Tanggung jawab ini tidak hanya bersifat duniawi, melainkan juga memiliki dimensi ukhrawi, di mana orang tua akan dimintai tanggung jawab atas pendidikan anak-anak mereka di hadapan Allah SWT.

Al-Qur'an sebagai sumber hukum utama dalam Islam memberikan pedoman yang jelas mengenai pentingnya peran keluarga dalam pendidikan. Salah satu ayat yang sering dikutip untuk mengilustrasikan hal ini adalah firman Allah SWT dalam Surah Taha ayat 132: *"Dan perintahkanlah kepada keluargamu untuk mendirikan shalat dan bersabarlah kamu dalam mengerjakannya. Kami tidak meminta rezeki kepadamu, Kamilah yang memberikan rezeki kepadamu. Dan hasil (yang baik) itu adalah bagi orang yang bertakwa."* (QS.Taha : 132). Ayat ini, meskipun secara eksplisit diperintahkan untuk mengajak keluarga mendirikan shalat, memiliki makna yang lebih luas. Perintah mendirikan shalat kepada keluarga merupakan simbol dari tanggung jawab orang tua untuk mendidik dan membimbing anggota keluarga dalam menjalankan ajaran agama secara keseluruhan. Lebih dari sekedar ritual ibadah, shalat dalam konteks ini adalah representasi dari pendidikan nilai-nilai

spiritual dan moral yang harus ditanamkan dalam keluarga sejak dini. Kesabaran yang ditekankan dalam ayat ini juga mengisyaratkan bahwa proses pendidikan dalam keluarga memerlukan waktu, ketekunan, dan kesungguhan dari orang tua.

Para ulama dan cendekiawan muslim, seperti Imam Al-Ghazali, juga memberikan perhatian besar terhadap peran keluarga dalam pendidikan anak. Dalam magnum opusnya, *Ihya' Ulum al-Din* , Al-Ghazali menekankan pentingnya pendidikan moral dan spiritual yang diberikan oleh orang tua kepada anak-anak sejak usia muda. Al-Ghazali menjelaskan bahwa pendidikan ini harus didasarkan pada prinsip kasih sayang, keteladanan (uswah hasanah), dan pengajaran yang baik (mau'idzah hasanah). Pendidikan moral dan spiritual yang efektif, menurut Al-Ghazali, akan membentuk karakter anak yang kuat, berakhlak mulia, dan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Dalam konteks perkembangan psikososial remaja, prinsip-prinsip yang diajarkan oleh Islam dan dikembangkan oleh para ulama seperti Al-Ghazali sangat relevan. Keluarga yang berfungsi dengan baik dalam perspektif Islam akan menjadi lingkungan yang kondusif bagi remaja untuk mengembangkan rasa percaya diri, kemampuan berinteraksi sosial yang positif, kemampuan mengelola emosi, serta pemahaman nilai-nilai moral dan agama yang kuat. Keluarga yang harmonis, penuh kasih sayang, dan dilandasi nilai-nilai Islam akan menjadi benteng pertahanan bagi remaja dari pengaruh negatif lingkungan luar, seperti pergaulan bebas, narkoba, dan perilaku menyimpang lainnya.[153]

b. Pencarian Identitas Diri pada Remaja

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang unik dan penuh dinamika, seringkali disebut sebagai masa pencarian identitas. Pada fase ini, individu mulai aktif menjelajahi diri mereka, menganalisis nilai-nilai yang dianut, dan berusaha memahami peran serta posisi mereka dalam lingkungan sosial yang lebih luas. Pencarian identitas ini ditandai dengan munculnya pertanyaan-pertanyaan mendasar mengenai tujuan hidup, keyakinan pribadi, dan arah masa depan. Proses ini menjadi krusial karena akan membentuk fondasi bagi kepribadian dan pandangan dunia individu di masa dewasa. Dalam konteks perkembangan psikologi, Erik Erikson, seorang psikolog perkembangan terkemuka, menempatkan fase remaja dalam tahap "*Identity vs. Role Confusion*," di mana remaja berjuang untuk menemukan identitas diri yang koheren di tengah berbagai tuntutan dan harapan sosial[154].

Perspektif Islam memberikan kerangka yang jelas dan terarah dalam memahami dan menavigasi pencarian identitas di masa remaja. Ajaran Islam menekankan bahwa identitas utama setiap individu adalah sebagai hamba Allah SWT, yang diciptakan dengan tujuan yang mulia. Tujuan hidup ini termaktub dalam firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surah Adz-Dzariyat ayat 56: *"Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka menyembah-Ku."* (QS.Adz-Dzariyat: 56)[155].

Ayat ini memberikan landasan fundamental bagi remaja muslim dalam memahami identitas mereka. Ibadah, dalam konteks ayat ini, tidak hanya terbatas pada ritual-ritual formal, tetapi mencakup

seluruh aspek kehidupan yang diorientasikan untuk menggapai ridha Allah SWT. Dengan memahami tujuan penciptaan ini, remaja dapat mengarahkan pencarian identitas mereka pada pengembangan diri yang selaras dengan nilai-nilai Islam. Identitas yang dicari bukanlah sekadar konstruksi sosial yang bersifat sementara, melainkan identitas yang ditetapkan pada keyakinan teologis dan moral yang abadi. Konsep ini selaras dengan pandangan Seyyed Hossein Nasr, seorang cendekiawan Muslim kontemporer, yang menekankan pentingnya dimensi spiritual dalam memahami identitas manusia, khususnya dalam tradisi Islam[156].

Imam Al-Ghazali, seorang tokoh pemikir Islam klasik yang sangat berpengaruh, juga memberikan pandangan berharga mengenai pentingnya pengendalian diri dalam proses pencarian identitas remaja. Beliau mengingatkan bahwa pencarian identitas yang tidak terarah dapat menjerumuskan remaja pada pemahaman yang keliru dan perilaku yang merugikan. Dalam karyanya yang monumental, *Ihya Ulumuddin* , Al-Ghazali menyoroti bahaya mengikuti hawa nafsu dan pentingnya membimbing jiwa menuju kemajuan. Beliau menekankan perlunya pendidikan agama yang kuat sejak usia dini agar remaja memiliki kompas moral yang kokoh dalam menghadapi tantangan dan godaan di masa pencarian identitas[157]. Islam mendorong remaja untuk mengembangkan identitas yang sehat dan positif, yang dibangun di atas fondasi nilai-nilai keimanan dan akhlak mulia. Pembentukan identitas ini meliputi internalisasi ajaran-ajaran Islam, peneladanan terhadap tokoh-tokoh utama dalam sejarah Islam seperti Nabi Muhammad SAW dan

para sahabat, serta partisipasi aktif dalam komunitas Muslim yang positif dan konstruktif. Melalui proses ini, remaja Muslim diharapkan mampu menemukan identitas diri yang tidak hanya memuaskan dahaga eksistensial mereka, tetapi juga memberikan kontribusi positif bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat, dan agama.

c. Pengaruh Teman Sebaya dan Lingkungan Sosial

Pada usia remaja, keinginan untuk diterima dan diakui oleh kelompok sebaya menjadi sangat kuat. Remaja cenderung mencari identitas dan validasi diri di luar lingkungan keluarga, dan kelompok teman sebaya menjadi rujukan utama. Akibatnya, nilai-nilai, gaya hidup, dan kebiasaan teman sebaya dapat dengan mudah mempengaruhi remaja. Hal ini bisa menjadi positif jika teman sebaya memiliki pengaruh yang baik, namun juga dapat menjadi negatif jika lingkungan pertemanan memberikan contoh perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai agama dan norma sosial yang berlaku. Dalam hal ini, Islam memberikan tutunan yang sangat penting untuk diperhatikan oleh umatnya, terutama dalam memilih teman.

Salah satu panduan utama dalam Islam mengenai pemilihan teman adalah anjuran untuk mencari teman yang baik dan berakhlak mulia. Rasulullah SAW telah memberikan peringatan yang sangat jelas tentang dampak pergaulan terhadap agama dan karakter seseorang. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Muslim, Rasulullah SAW bersabda*:"Seseorang itu mengikuti agama temannya. Oleh karena itu, hendaknya salah seorang di antara kalian memperhatikan siapa yang menjadi teman*

persahabatan." (HR.Muslim)[158] Hadis ini secara eksplisit menekankan bahwa teman memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan karakter dan perilaku seseorang. Istilah "agama teman" dalam hadis ini tidak hanya merujuk pada keyakinan agama secara formal, tetapi juga mencakup nilai-nilai, norma, kebiasaan, dan pola perilaku yang dianut oleh seorang teman. Memilih teman yang saleh dan memiliki akhlak yang baik menjadi sangat penting, terutama bagi remaja yang masih dalam proses pencarian jati diri dan sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan.

Perspektif tasawuf juga memberikan penekanan pada pentingnya lingkungan yang kondusif bagi perkembangan spiritual dan moral. Imam Al-Raghib Al-Isfahani, seorang tokoh sufi dan ulama terkemuka, dalam karyanya *Al-Mufradat fi Gharib Al-Quran* , menjelaskan bahwa lingkungan yang baik, yang di dalamnya terdapat teman-teman yang saleh dan saling mendukung dalam kebaikan, akan memudahkan seseorang untuk mencapai kesempurnaan spiritual dan moral. Beliau menyatakan*:"…lingkungan yang baik dan teman-teman yang saleh membantu seseorang untuk terarah pada kebaikan dan mencegahnya dari keburukan, karena jiwa manusia cenderung dipengaruhi oleh lingkungannya."* (Al-Isfahani, 1998: 189).[159] Penjelasan Imam Al-Raghib Al-Isfahani ini menegaskan bahwa pengaruh lingkungan, termasuk teman sebaya, tidak hanya berdampak pada aspek sosial dan perilaku lahiriah, tetapi juga pada perkembangan spiritual dan batiniah seseorang. Lingkungan yang positif akan memberikan dukungan moral, motivasi, dan

keteladanan yang baik, sehingga remaja dapat tumbuh menjadi individu yang berakhlak mulia dan memiliki kedekatan spiritual dengan Allah SWT. Sebaliknya, lingkungan yang negatif dapat mengarahkan remaja pada perilaku yang menyimpang dan merusak karakter.

Islam memberikan panduan yang sangat jelas mengenai pentingnya memilih teman yang baik dan lingkungan yang positif. Hadis Rasulullah SAW dan perspektif tasawuf dari Imam Al-Raghib Al-Isfahani menguatkan anjuran untuk berhati-hati dalam memilih teman, karena teman dapat mempengaruhi agama, karakter, dan perkembangan spiritual seseorang. Remaja perlu menyadari betapa pentingnya menjaga pergaulan dan memilih teman yang dapat memberikan pengaruh positif, serta menjauhi lingkungan yang berpotensi merusak karakter dan akhlak.[160]

d. Konflik Internal dan Pengaruh Emosional pada Remaja

Salah satu prinsip fundamental dalam ajaran Islam yang relevan dengan pengelolaan konflik internal remaja adalah konsep sabar. Sabar dalam perspektif Islam bukan sekedar pasrah atau menyerah pada keadaan, melainkan sebuah kekuatan batin yang aktif dan dinamis dalam menghadapi kesulitan dan tantangan hidup[161]. Al-Quran, sebagai sumber utama ajaran Islam, secara eksplisit menekankan pentingnya sabar sebagai landasan dalam menghadapi cobaan hidup, sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Az-Zumar ayat 10: *"Sesungguhnya orang-orang yang sabar itu akan diberi pahala tanpa batas."* (QS. Az-Zumar : 10). Ayat ini memberikan pesan yang kuat kepada remaja bahwa kesabaran dalam

menghadapi gejolak emosi dan konflik internal tidak hanya dianjurkan, tetapi juga menjanjikan pahala yang besar di sisi Allah SWT. Kesadaran akan janji ini dapat menjadi sumber motivasi internal bagi remaja untuk melatih kesabaran sebagai strategi pengelolaan diri. Sabar dalam konteks tantangan psikososial remaja berfungsi sebagai katalisator terbentuknya ketenangan batin. Ketenangan batin ini sangat krusial dalam menghadapi dinamika kehidupan remaja yang penuh perubahan dan halus. Dengan memiliki ketenangan batin, remaja mampu melihat permasalahan secara lebih jernih, mengambil keputusan yang lebih bijaksana, dan menghindari reaksi impulsif emosional yang dapat menyetujui keadaan.

Dalam tradisi tasawuf, sabar dipandang sebagai salah satu maqamat (tingkatan spiritual) yang esensial dalam perjalanan menuju kedekatan dengan Allah SWT. Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, seorang ulama dan pemikir Muslim terkemuka, dalam karya monumentalnya *Al-Fawā'id* , mendefinisikan sabar sebagai kekuatan batin yang memungkinkan seseorang untuk mengendalikan diri dalam berbagai situasi, termasuk saat konflik internal yang berat[162]. Menurut Ibnu Qayyim, sabar bukanlah sikap pasif yang menerima penderitaan tanpa perlawanan, melainkan sebuah kekuatan aktif yang mengendalikan hawa nafsu dan emosi negatif yang dapat memperkeruh jiwa. Dalam konteks konflik internal remaja, sabar menjadi instrumen penting untuk mengelola gejolak emosi seperti kemarahan, kekecewaan, atau kecemasan yang timbul akibat ketegangan antara keinginan untuk mandiri dan

kebutuhan untuk bergantung. Dengan melatih kesabaran, remaja belajar untuk tidak reaktif terhadap emosi negatif yang muncul, namun mampu mengamati dan menganalisis situasi secara lebih rasional sebelum bertindak. Kemampuan ini tidak hanya membantu remaja dalam mengelola konflik internal, tetapi juga mengembangkan kecerdasan emosional yang sangat berharga dalam interaksi sosial dan hubungan interpersonal mereka di kemudian hari.

e. Peran Ibadah dalam Mengatasi Tekanan Psikososial

Shalat merupakan ibadah fundamental dalam Islam yang diwajibkan bagi setiap Muslim yang baligh dan berakal. Lebih dari sekadar ritual формально, shalat memiliki dimensi spiritual dan psikologis yang mendalam. Rasulullah SAW sendiri menggambarkan shalat sebagai penyejuk jantung, sebagaimana sabdanya: *"Shalat adalah penyejuk jantung."* (HR.Ahmad). Hadis ini mengisyaratkan bahwa shalat mempunyai kekuatan untuk memberikan ketenangan batin dan ketenangan hati. Dalam konteks tekanan psikososial remaja, shalat dapat berfungsi sebagai jangkar spiritual yang memberikan stabilitas emosional di tengah berbagai gejolak kehidupan.

Gerakan-gerakan dalam shalat, seperti berdiri, rukuk, sujud, dan duduk, bukanlah sekadar aktivitas fisik tanpa makna. Gerakan-gerakan ini, jika dilakukan dengan khusyuk dan penuh kesadaran, dapat membantu remaja untuk melepaskan ketegangan fisik dan mental yang terakumulasi akibat tekanan psikososial. Sujud, misalnya, adalah posisi seorang hamba terbaik di hadapan

Tuhannya, di mana ia menegaskan diri secara total dan mengakui kelemahan serta ketergantungannya kepada Allah SWT. Dalam kondisi sujud, seorang remaja dapat merasakan kedekatan spiritual yang mendalam dengan Sang Pencipta, yang pada pasangannya dapat memberikan rasa aman, perlindungan, dan kekuatan batin untuk menghadapi tantangan hidup.

Selain gerakan fisik, bacaan-bacaan dalam shalat, seperti ayat-ayat Al-Qur'an dan doa-doa, juga memiliki efek terapeutik. Mendengarkan dan memikirkan makna ayat-ayat Al-Qur'an dapat menenangkan pikiran yang gelisah, memberikan perspektif yang lebih luas tentang kehidupan, serta mengingatkan remaja akan tujuan hidup yang lebih tinggi dari sekadar urusan duniawi. Dalam shalat, remaja juga diajarkan untuk fokus dan berkonsentrasi, melupakan sejenak permasalahan duniawi yang menenangkan pikiran. Latihan konsentrasi ini memiliki kesamaan dengan praktik mindfulness yang dikenal dalam psikologi modern sebagai teknik untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental.

f. Puasa: Disiplin Diri dan Kendali Emosi

Puasa di bulan Ramadhan, sebagai salah satu rukun Islam, juga memiliki dimensi psikososial yang signifikan dalam mengatasi tekanan pada remaja. Puasa tidak hanya menahan diri dari makan dan minum, tetapi juga melatih pengendalian diri dari berbagai hawa nafsu dan perilaku negatif, seperti marah, berkata kasar, dan berbohong. Latihan pengendalian diri ini sangat relevan dalam menghadapi tekanan psikososial, di mana remaja seringkali cenderung pada godaan untuk mengikuti perilaku negatif teman

sebaya atau melampiaskan emosi negatif dengan cara yang tidak produktif.

Dalam perspektif tasawuf, puasa dipandang sebagai sarana untuk membersihkan hati dari sifat-sifat buruk dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Imam Al-Ghazali dalam karyanya *Ihya' Ulum al-Din* menjelaskan bahwa ibadah, termasuk puasa, adalah jalan untuk menumbuhkan kedekatan dengan Allah, yang pada gilirannya memberikan kekuatan untuk menghadapi tantangan psikososial. Beliau menyatakan: *"Sesungguhnya ibadah adalah jalan untuk mendekatkan diri kepada Allah, dan dengan kedekatan itu, hati akan dipenuhi dengan cahaya dan kekuatan untuk menghadapi segala macam kesulitan dan cobaan."*[163]

Puasa juga menumbuhkan rasa empati dan solidaritas sosial pada remaja. Dengan merasakan lapar dan haus, remaja dapat lebih memahami penderitaan orang-orang yang kurang beruntung dan tergerak untuk membantu mereka. Pengalaman berbagi rasa lapar dan haus ini dapat memperkuat ikatan sosial dan rasa kebersamaan dalam komunitas Muslim, yang memberikan dukungan psikososial penting bagi remaja dalam menghadapi tekanan hidup.

g. Dzikir : Mengingat Allah dan Menenangkan Jiwa

Dzikir, atau mengingat Allah, adalah ibadah yang sangat dianjurkan dalam Islam dan dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja. Dzikir dapat berupa mengucapkan kalimat-kalimat thayyibah seperti *Subhanallah*, *Alhamdulillah*, *Laa ilaaha illallah*, *Allahu Akbar*, membaca Al-Qur'an, berdoa, atau memutar ciptaan Allah. Dalam konteks mengatasi tekanan psikososial, dzikir memiliki peran

yang sangat signifikan dalam menenangkan jiwa dan memberikan rasa tentram.

Al-Qur'an sendiri menegaskan bahwa dzikir adalah sumber ketenangan hati. Allah SWT berfirman: *"(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."* (QS. Ar-Ra'd : 28). Ayat ini dengan jelas menyatakan bahwa dzikir memiliki efek menenangkan bagi hati yang nyaman dan memberikan ketentraman jiwa. Bagi remaja yang mengalami tekanan psikososial, meluangkan waktu untuk berdzikir, baik secara lisan maupun dalam hati, dapat membantu mereka untuk meredakan kecemasan, mengurangi rasa takut, dan menemukan ketenangan batin.

Fisik pada Masa Lansia

Masa lansia merupakan tahapan kehidupan yang tidak terhindarkan, ditandai dengan serangkaian perubahan fisik yang signifikan. Pada fase ini, tubuh mengalami penurunan fungsi dalam berbagai aspek, termasuk kekuatan fisik, ketahanan tubuh secara keseluruhan, dan mobilitas gerak. Penurunan ini adalah bagian alami dari proses penuaan, yang mempengaruhi kemampuan fisik individu lanjut usia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Meskipun perubahan fisik ini seringkali dianggap sebagai tantangan, perspektif Islam memandang masa lanjut usia sebagai fase kehidupan yang penuh dengan keberkahan dan hikmah. Islam mengajarkan bahwa usia senja adalah waktu yang diberikan Allah SWT sebagai kesempatan emas untuk meningkatkan ibadah,

merenungkan kehidupan, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat.

Dalam ajaran Islam, penghormatan terhadap orang yang lebih tua, termasuk lansia, merupakan nilai fundamental. Rasulullah SAW, sebagai teladan utama umat Islam, memberikan pedoman yang jelas mengenai pentingnya memuliakan orang tua. Beliau bersabda, *"Orang yang paling baik di antara kalian adalah yang paling baik terhadap orang tua."* (HR.Bukhari)[164]. Hadis ini tidak hanya menekankan keutamaan berbuat baik kepada orang tua, tetapi juga dapat memuat maknanya untuk mencakup penghormatan dan perlakuan yang baik kepada seluruh lansia. Panduan ini relevan dalam konteks masa lanjut usia yang seringkali membutuhkan perhatian dan dukungan lebih dari lingkungan sekitar. Islam mengajarkan bahwa berbuat baik kepada lansia adalah cerminan akhlak mulia dan merupakan jalan untuk meraih ridha Allah SWT.

Kendati fase lansia membawa perubahan fisik yang tak terhindarkan, menjaga kesehatan tubuh tetap menjadi prioritas utama dalam Islam. Al-Qur'an sebagai sumber utama ajaran Islam, mengingatkan umat manusia tentang pentingnya menjaga keamanan tubuh yang telah diberikan Allah SWT. Dalam surat Al-Mulk ayat 23, Allah SWT berfirman: *"Dan Dia-lah yang menciptakan kamu dari tanah, kemudian dari air mani, kemudian Dia menjadikan kamu pasangan-pasangan (laki-laki dan perempuan). Dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan, dan hati (akal), sedikit sekali kamu bersyukur."* (QS. Al-Mulk : 23)[165]. Ayat ini adalah pengingat mendalam bahwa tubuh manusia beserta seluruh indera

dan akal pikiran adalah anugerah dari Allah SWT yang harus dijaga dan disyukuri. Kesehatan tubuh, dalam perspektif Islam, bukan hanya tentang kondisi fisik semata, tetapi juga merupakan wujud syukur atas keridhaan Allah SWT. Menjaga kesehatan di masa lanjut usia menjadi bagian dari ibadah dan ketaatan kepada-Nya.

Dalam konteks praktisnya, lansia dianjurkan untuk selalu menjaga pola makan yang sehat dan bergizi seimbang, sesuai dengan kebutuhan tubuh yang mungkin berubah seiring bertambahnya usia. Aktivitas fisik yang rutin dan terukur, disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi tubuh, juga sangat dianjurkan. Olahraga ringan seperti jalan kaki, peregangan, atau senam lansia dapat membantu menjaga kebugaran dan mobilitas tubuh. Selain menjaga kesehatan fisik, Islam juga menekankan pentingnya menjaga kesehatan spiritual pada masa lansia. Lansia dianjurkan untuk memperbanyak ibadah yang tidak memberatkan fisik, seperti shalat sunnah, membaca Al-Qur'an, berdoa, berzikir, serta memikirkan makna kehidupan. Aktivitas ibadah ini tidak hanya mendekatkan diri kepada Allah SWT, tetapi juga memberikan ketenangan hati dan pikiran, yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental dan emosional pada masa lanjut usia. Masa lanjut usia dapat dijalani dengan seimbang, antara menjaga kesehatan fisik dan meningkatkan kualitas spiritual, sehingga menjadi fase kehidupan yang produktif dan penuh keberkahan.

Aspek Dewasa Awal, Dewasa Menengah, dan Dewasa Akhir

a. Dewasa Awal Pencarian Identitas dan Pembentukan Tujuan Hidup

Masa dewasa awal merupakan fase perkembangan yang krusial dalam siklus kehidupan manusia. Periode ini ditandai dengan transisi signifikan menuju kemandirian, baik secara finansial, sosial, maupun emosional. Individu pada usia ini mulai menapaki jalan karir, membangun keluarga, dan aktif mencari identitas diri yang mapan serta peran yang bermakna dalam masyarakat. Namun, di tengah hiruk-pikuk pencarian tersebut, tak jarang individu dewasa awal juga mengalami krisis identitas yang mendalam dan pergumulan eksistensial mengenai tujuan hidup yang sebenarnya. Dalam konteks keislaman, fase ini memiliki urgensi tersendiri. Islam memberikan pedoman komprehensif bagi umatnya untuk menjalani setiap fase kehidupan, termasuk dewasa awal, dengan berlandaskan nilai-nilai agama. Salah satu aspek mendasar dalam perkembangan dewasa awal menurut perspektif Islam adalah pencarian makna hidup yang selaras dengan kehendak Allah SWT.

Al-Quran sebagai sumber utama ajaran Islam secara eksplisit menjelaskan tujuan penciptaan manusia. Firman Allah SWT dalam surat Adz-Dzariyat ayat 56 menegaskan,

pijakan teologis yang kuat bahwa tujuan utama kehidupan manusia, baik jin maupun manusia, adalah untuk beribadah kepada Allah SWT. Konsep ibadah dalam Islam tidak terbatas pada ritual-ritual formal seperti sholat, puasa, atau zakat. Ibadah memiliki makna yang lebih luas, mencakup seluruh aspek kehidupan yang dilakukan dengan niat ikhlas untuk mencari ridha Allah. Memahami ayat ini menjadi kunci penting bagi individu dewasa awal dalam menavigasi pencarian makna hidup mereka. Dengan menyadari bahwa ibadah

adalah tujuan mendasar, individu dapat mengarahkan energi dan potensi dirinya untuk membangun kehidupan yang produktif dan bermakna di dunia, sekaligus mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat. Tujuan hidup yang jelas ini diharapkan dapat menjadi kompas moral dan spiritual bagi individu dewasa awal dalam mengambil keputusan, menentukan prioritas, dan menghadapi tantangan kehidupan. Segala aktivitas yang dilakukan, mulai dari pekerjaan, interaksi sosial, hingga pembentukan keluarga, dapat diorientasikan sebagai bentuk ibadah kepada Allah SWT.

Pemikiran Imam Al-Ghazali, seorang cendekiawan Muslim klasik yang sangat berpengaruh, juga memberikan wawasan berharga mengenai pengembangan diri di masa dewasa awal. Dalam karyanya yang monumental, *Ihya' Ulum al-Din* , Al-Ghazali menekankan pentingnya pencarian ilmu dan *amal shalih* (perbuatan baik) sebagai bagian integral dari perjalanan spiritual individu. Al-Ghazali menyatakan bahwa pemahaman agama yang mendalam, yang diperoleh melalui ilmu, merupakan fondasi utama untuk mencapai kedamaian batin dan keseimbangan hidup. Ilmu agama tidak hanya memberikan pengetahuan tentang ajaran Islam, tetapi juga membimbing individu dalam memahami hakikat diri, tujuan hidup, serta cara mencapai kebahagiaan hakiki. Lebih lanjutnya, Al-Ghazali menjelaskan bahwa ilmu yang bermanfaat harus diiringi dengan *amal shalih* . *Amal shalih* merupakan perwujudan konkret dari keimanan dan pemahaman agama dalam tindakan nyata. Melalui *amal shalih* , individu tidak hanya meningkatkan kualitas spiritualitas dirinya,

tetapi juga memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dan lingkungan sekitar. Kombinasi antara ilmu dan *amal shalih* menjadi pilar penting dalam pengembangan diri individu dewasa awal, membantu mereka mengarahkan potensi diri secara optimal dan meraih kebahagiaan yang sejati.

Masa dewasa awal merupakan masa emas bagi individu untuk merumuskan dan menginternalisasi makna hidup yang mendalam. Perspektif Islam, sebagaimana tergambar dalam Al-Quran dan pemikiran Al-Ghazali, menawarkan kerangka kerja yang jelas dan komprehensif dalam pencarian ini. Ayat Al-Quran Surah Adz-Dzariyat ayat 56 menegaskan bahwa ibadah kepada Allah adalah tujuan utama penciptaan manusia, yang memberikan arah yang pasti bagi individu dewasa awal dalam membangun kehidupan mereka. Sementara itu, pemikiran Al-Ghazali menekankan pentingnya ilmu dan *amal shalih* sebagai sarana untuk mencapai kedamaian batin dan kehidupan yang seimbang. Dengan mengintegrasikan kedua aspek ini, individu dewasa awal diharapkan mampu melewati masa transisi ini dengan kesuksesan, menemukan identitas diri yang kuat, dan meraih kebahagiaan hakiki di dunia dan akhirat.

b. Dewasa Menengah: Meningkatkan Pengaruh Sosial dan Mempertahankan Integritas

Masa dewasa madya, yang umumnya merentang dari usia 40 hingga 60 tahun, ditandai dengan transisi dan perkembangan dalam berbagai aspek kehidupan. Secara sosial dan profesional, individu pada fase ini adalah ekspektasi pada ekspektasi yang lebih tinggi.

Mereka diharapkan mencapai stabilitas karir, bahkan meraih kesuksesan yang signifikan dalam bidang pekerjaan mereka. Tanggung jawab sebagai pemimpin di tempat kerja, mentor bagi generasi yang lebih muda, atau ahli di bidang tertentu menjadi hal yang lazim. Di sisi lain, dalam ranah keluarga, peran sebagai orang tua seringkali semakin kompleks dengan anak-anak yang memasuki usia remaja atau dewasa muda, kebutuhan finansial keluarga yang semakin meningkat, dan tanggung jawab merawat orang tua lanjut usia.

Kombinasi antara tuntutan karir dan keluarga ini seringkali menciptakan tekanan yang besar. Individu dewasa madya mungkin merasa terjebak dalam rutinitas yang padat, kesulitan menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta merasa kehilangan kendali atas waktu dan energi mereka. Pada fase ini, refleksi diri seringkali muncul. Individu mulai mencapai pencapaian hidup mereka hingga saat ini, memahami makna dan tujuan hidup, serta menghadapi kenyataan bahwa waktu terus berjalan dan peluang di masa depan mungkin terbatas[166] . Krisis paruh baya atau *krisis paruh baya* merupakan fenomena yang sering dikaitkan dengan fase ini, di mana individu merasa tidak puas dengan pencapaian yang ada, memikirkan pilihan hidup yang telah diambil, dan mencari makna baru dalam hidup mereka.

Dalam menghadapi kompleksitas dan tantangan dewasa madya, Islam menawarkan perspektif dan panduan yang berharga untuk membangun ketahanan spiritual dan moral. Salah satu ajaran utama yang relevan adalah konsep sabar dan tawakkal. Sabar, dalam Islam,

bukan hanya berarti pasrah tanpa usaha, tetapi lebih kepada kemampuan untuk tetap teguh dan tabah dalam menghadapi ujian dan kesulitan, serta terus berikhtiar dengan cara yang baik dan benar. Sementara itu, tawakkal adalah sikap berserah diri kepada Allah SWT setelah melakukan usaha secara maksimal. Keyakinan bahwa Allah SWT Maha Mengetahui dan Maha Bijaksana memberikan ketenangan hati dan menghilangkan kecemasan yang berlebihan dalam menghadapi kehidupan.

Al-Quran secara jelas menekankan pentingnya takwa dan tawakkal sebagai kunci untuk mengatasi kesulitan hidup. Dalam Surat At-Talaq, Allah SWT berfirman: *"Barangsiapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar. Dan memberikan rezeki dari arah yang tiada disangka-sangkanya. Dan barangsiapa bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan yang (dikehendaki)-Nya. Sesungguhnya Allah telah mengadakan bagi tiap-tiap sesuatu."* (QS. At-Talaq : 65 : 2-3). Ayat ini memberikan jaminan bahwa bagi individu yang bertakwa dan bertawakal kepada Allah SWT, akan diberikan jalan keluar dari setiap kesulitan dan rezeki dari arah yang tidak terduga. Dalam konteks dewasa madya, ayat ini menjadi pengingat bahwa tantangan yang dihadapi bukanlah akhir dari segalanya, dan dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT, individu dapat menemukan kekuatan dan solusi untuk menghadapinya.

Lebih lanjut Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din* Tekanan pentingnya menjaga keseimbangan antara urusan duniawi dan

ukhrawi pada usia dewasa madya[167] . Menurutnya, fokus yang berlebihan pada pencapaian materi dan duniawi semata dapat menimbulkan aura spiritual dan kecemasan. Sebaliknya, penguatan spiritual melalui ibadah, zikir, dan tafakur (perenungan) akan memberikan ketenangan batin yang diperlukan untuk menghadapi tantangan hidup dengan lebih tenang dan bijaksana. Ibadah seperti shalat, puasa, dan membaca Al-Quran, serta zikir dan mengingat Allah SWT secara terus-menerus, menjadi sumber energi spiritual yang memperkuat jiwa dan memberikan perspektif yang lebih luas tentang kehidupan. Tafakur tentang makna hidup, kematian, dan akhirat juga membantu individu dewasa madya untuk menempatkan tantangan duniawi dalam perspektif yang benar dan mengutamakan tujuan hidup yang lebih tinggi.

Selain ketahanan spiritual, Islam juga mengajarkan nilai-nilai moral yang sangat relevan dalam interaksi sosial dan profesional pada masa dewasa madya. Imam Al-Raghib al-Isfahani dalam *Al-Mufradat* menjelaskan bahwa manusia cenderung lebih memahami dan menghayati nilai-nilai moral yang lebih tinggi seiring dengan bertambahnya usia dan pengalaman hidup[168] . Nilai-nilai seperti tawadhu (rendah hati), kejujuran, dan keadilan menjadi sangat penting untuk dijunjung tinggi dalam kehidupan sosial dan profesional.

Sikap tawadhu, misalnya, membantu individu dewasa madya untuk menghindari sikap sombong dan keangkuhan meskipun telah mencapai kesuksesan tertentu. Tawadhu juga memungkinkan individu untuk lebih terbuka terhadap kritik dan saran, serta terus

belajar dan berkembang. Kejujuran merupakan nilai fundamental dalam Islam yang harus diterapkan dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam pekerjaan, keluarga, dan masyarakat. Kejujuran membangun kepercayaan dan integritas, yang sangat penting dalam menjaga hubungan yang sehat dan harmonis. Keadilan, sebagai salah satu pilar utama Islam, menuntut individu dewasa madya untuk bertindak adil dalam segala situasi, baik dalam memperlakukan keluarga, bawahan, rekan kerja, maupun anggota masyarakat lainnya. Keadilan mencegah terjadinya kejadian, diskriminasi, dan konflik, serta menciptakan lingkungan yang harmonis dan sejahtera.

c. Dewasa Akhir: Kematangan Spiritual dan Penghargaan terhadap Hidup

Periode dewasa akhir, yang lazimnya diasosiasikan dengan masa pensiun dari aktivitas pekerjaan formal, penurunan kapasitas fisik, dan potensi hadirnya perasaan kehilangan, seringkali dipandang sebagai fase senja kehidupan. Namun perspektif Islam menawarkan bingkai pandang yang berbeda dan lebih konstruktif. Dalam kaca mata ajaran Islam, fase ini justru menjelma menjadi kesempatan emas untuk memperdalam dimensi spiritualitas, melakukan introspeksi diri secara mendalam (muhasabah), serta meningkatkan kedekatan pribadi dengan Allah SWT. Pada tahapan perkembangan ini, individu semakin dipacu untuk menyadari hakikat kehidupan dunia yang fana dan sementara, seraya menegaskan kembali orientasi hidup menuju tujuan abadi di akhirat kelak.

Kesadaran akan kefanaan dunia dan berorientasi pada kehidupan akhirat ini sejalan dengan pesan utama yang terkandung dalam Al-Qur'an. Allah SWT berfirman dalam surat Al-Asr ayat 2-3 yang berbunyi, *"Sejujurnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan bekerja amal saleh dan saling menasihati supaya menaati kebenaran dan saling menasihati supaya menetapi kesabaran."* (QS. Al-'Asr : 2-3). Ayat ini menjadi pengingat mendasar bahwa meskipun kehidupan duniawi dapat diwarnai dengan berbagai kemunduran dan keterbatasan, esensi kehidupan yang bernilai terletak pada keimanan yang teguh dan amalan saleh yang berkelanjutan hingga akhir hayat. Imam Al-Ghazali, seorang cendekiawan Muslim terkemuka, dalam magnum opusnya *Ihya' Ulum al-Din* , menegaskan relevansi fase dewasa akhir sebagai momentum peningkatan kualitas ibadah dan refleksi diri. Al-Ghazali menekankan bahwa pada usia lanjut, individu seyogianya memperbanyak zikir dan perenungan mendalam guna memperbaiki hubungan spiritual dengan Allah SWT serta meraih ketenangan batin yang hakiki. Al-Ghazali membimbing umat Islam di usia dewasa akhir untuk memperluas spektrum amal kebaikan yang memberikan manfaat bagi sesama, baik dalam bentuk materi, ilmu pengetahuan, maupun waktu yang diinvestasikan untuk kebaikan. Amalan-amalan ini, menurutnya, akan melimpahkan keberkahan dalam kehidupan di usia senja[169].

Dalam ranah tasawuf, sebuah tradisi spiritual dalam Islam yang menekankan aspek pengalaman pribadi dengan Tuhan, Ibnu Arabi, seorang sufi agung, memberikan perspektif yang mendalam tentang

fase dewasa akhir. Dalam karya monumentalnya, *Fusus al-Hikam* , Ibnu Arabi menjelaskan bahwa pada fase ini, seorang individu memiliki potensi untuk mencapai *makrifat* , yaitu pengetahuan spiritual tingkat tinggi tentang Allah SWT.[170] *Makrifat* bukan sekedar pengetahuan intelektual, melainkan pemahaman mendalam yang meresap ke dalam hati dan jiwa, membawa kepada pemahaman yang lebih utuh tentang makna kehidupan dan hakikat eksistensi manusia di alam semesta. Proses pencapaian *makrifat* ini tidak hanya menyuburkan kehidupan spiritual individu yang bersangkutan, tetapi juga memancarkan ketenangan dan ketenangan jiwa yang mendalam, bahkan di tengah tantangan penurunan fisik dan keterbatasan usia yang mungkin dihadapi. Dewasa akhir dalam perspektif Islam bukanlah fase yang dibuat semata-mata, melainkan sebuah babak kehidupan yang penuh potensi untuk pertumbuhan spiritual dan pencapaian kedekatan yang lebih intim dengan Sang Pencipta.

d. Menemukan Makna dan Tujuan dalam Hidup dan Mati

Kematian adalah sebuah kenyataan universal yang tidak dapat dihindari oleh setiap makhluk hidup. Dalam konteks kehidupan manusia, kematian merupakan fase akhir dari perjalanan di dunia fana ini, sebuah kepastian yang telah digariskan oleh Allah SWT sebagai bagian dari takdir-Nya. Sebagai sebuah keniscayaan, kematian tidak hanya menjadi akhir dari kehidupan biologis, tetapi juga menandai sebuah transisi signifikan dalam dimensi psikologis, sosial, dan spiritual individu, terutama dalam perspektif psikologi perkembangan. Psikologi perkembangan, yang mempelajari

perubahan dan stabilitas sepanjang rentang kehidupan, memandang kematian dan proses nafas sebagai tahapan perkembangan terakhir yang memiliki kekuatan mendalam bagi individu dan orang-orang di sekitarnya. Islam, sebagai agama yang komprehensif, memberikan panduan yang jelas dan holistik mengenai cara memahami dan menghadapi kematian, kehilangan orang yang dicintai, serta memaknai kehidupan dan kematian itu sendiri. Pemahaman tentang kematian dalam perspektif Psikologi Perkembangan Islami, khususnya konsep kematian yang bermakna dan isu-isu etis yang terkait dengan proses medis dan hukum di akhir kehidupan, menjadi sangat relevan dan penting untuk dikaji lebih dalam.

e. Kematian sebagai Keniscayaan dan Takdir

Dalam ajaran Islam, kematian dipandang sebagai sebuah keniscayaan (*sunnatullah*) yang tidak dapat dihindari oleh siapa pun. Al-Quran secara tegas menyatakan bahwa setiap jiwa pasti akan merasakan kematian (QS. Ali Imran : 185). Kematian bukanlah akhir dari segalanya, melainkan sebuah gerbang menuju kehidupan yang abadi di akhirat. Konsep takdir dalam Islam juga memainkan peran penting dalam memahami kematian. Kematian adalah bagian dari takdir Allah SWT yang telah ditetapkan bagi setiap makhluk-Nya. Keyakinan akan takdir ini memberikan ketenangan dan penerimaan bagi seorang Muslim dalam menghadapi kematian, baik kematian diri sendiri maupun orang-orang terdekat. Meskipun kematian adalah takdir, Islam mengajarkan bahwa manusia tetap memiliki kewajiban untuk menjaga kesehatan dan menghindari hal-hal yang

dapat membahayakan jiwa, selama tidak bertentangan dengan ketentuan syariat.

Dari perspektif psikologi perkembangan, penerimaan akan kematian sebagai sebuah keniscayaan dan takdir dapat membantu individu untuk menghadapi fase akhir kehidupan dengan lebih tenang dan bermakna. Erik Erikson, dalam teori psikososialnya, mengembangkan konsep integritas ego sebagai tugas perkembangan utama di usia dewasa akhir. Integritas ego tercapai ketika individu dapat menerima kehidupan yang telah dijalani, termasuk menghadapi kenyataan kematian dengan damai. Penerimaan kematian sebagai bagian dari takdir dalam Islam sejalan dengan konsep integritas ego ini, di mana individu mampu menemukan makna dan kepuasan dalam hidupnya, bahkan di tengah bayang-bayang kematian.

Psikologi perkembangan memandang kematian dan proses sesak nafas sebagai sebuah transisi perkembangan yang unik dan signifikan. Proses pernafasan tidak hanya sekedar penurunan fungsi biologis, tetapi juga melibatkan dimensi psikologis, emosional, sosial, dan spiritual yang kompleks. Individu yang menghadapi kematian seringkali mengalami berbagai perubahan emosional, seperti kecemasan, ketakutan, kesedihan, kemarahan, bahkan penerimaan. Elizabeth Kübler-Ross, dalam teorinya tentang tahapan penderitaan, mengidentifikasi lima tahap yang mungkin dialami individu yang menghadapi kematian atau kehilangan orang yang dicintai: penyangkalan (*penyangkalan*), kemarahan (*anger*), penawaran (tawar-menawar), depresi (depresi), dan penerimaan

(penerimaan). Meskipun tahapan-tahapan ini tidak selalu linier dan setiap individu dapat mengalaminya secara berbeda, kerangka kerja Kübler-Ross memberikan pemahaman yang berguna tentang dinamika emosional yang mungkin terjadi dalam proses pernafasan.

Selain dimensi emosional, proses pernafasan juga memiliki makna sosial dan spiritual. Individu yang bernafas mungkin mengalami perubahan dalam interaksi sosial mereka, menarik diri dari lingkungan sekitar, atau justru mencari dukungan dan kedekatan dengan orang-orang terdekat. Dimensi spiritual menjadi semakin penting di akhir kehidupan, di mana individu mungkin mencari makna dan tujuan hidup yang lebih dalam, memikirkan hubungan mereka dengan Tuhan, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan setelah kematian. Dalam konteks Islam, proses pernafasan merupakan waktu yang tepat untuk memperbanyak ibadah, bertaubat atas dosa-dosa, dan memohon ampun kepada Allah SWT. Tuntunan Islam juga menekankan pentingnya mendampingi dan menghibur orang-orang yang bernafas, membimbing mereka untuk mengucapkan kalimat *tayyibah* (kalimat yang baik), dan mendoakan kebaikan bagi mereka.

f. Panduan Islam dalam Menghadapi Kematian dan Kehilangan

Islam memberikan panduan yang lengkap dan jelas tentang cara menghadapi kematian, baik kematian diri sendiri maupun kematian orang lain. Prinsip utama dalam ajaran Islam adalah sabar, ikhlas, dan tawakal dalam menghadapi musibah kematian. Sabar berarti menahan diri dari keluh kesah dan amarah yang berlebihan, ikhlas

berarti menerima takdir Allah SWT dengan lapang dada, dan tawakal berarti berserah diri sepenuhnya kepada Allah SWT. Al-Quran dan Hadis banyak menekankan pentingnya kesabaran dan pahala yang besar bagi orang-orang yang sabar (QS. Al-Baqarah: 155-157).

Selain sabar, ikhlas, dan tawakal, Islam juga mengajarkan beberapa praktik dan ritual yang dapat membantu individu dalam menghadapi kematian dan kehilangan. Beberapa praktik tersebut antara lain:

a. *Talqin* : Membimbing orang yang sedang bernafas untuk mengucapkan kalimat *laa ilaaha illallah* (tiada tuhan selain Allah). Praktik ini bertujuan untuk membantu individu meninggal dalam keadaan husnul khatimah (akhir yang baik).
b. Memandikan, mengkafani, menyalatkan, dan menguburkan jenazah: Rangkaian ritual ini merupakan fardhu kifayah (kewajiban kolektif) bagi umat Islam terhadap pemakaman seorang Muslim. Ritual-ritual ini memiliki makna simbolik dan spiritual yang dalam, serta memberikan penghormatan terakhir kepada orang yang telah meninggal.
c. Mendoakan jenazah: Mendoakan kebaikan dan pengampunan bagi jenazah merupakan amalan yang sangat dianjurkan dalam Islam. Doa dapat memberikan manfaat bagi jenazah di alam kubur dan akhirat.
d. Bertakziah: Mengunjungi keluarga yang ditinggalkan untuk menghibur dan memberikan dukungan moral. Takziah merupakan bentuk solidaritas sosial dan kepedulian umat Islam terhadap sesama.

Panduan Islam dalam menghadapi kematian dan kehilangan tidak hanya berfokus pada aspek ritual, tetapi juga menekankan pentingnya memaknai kehidupan dan mempersiapkan diri untuk kematian sejak dini. Islam mengajarkan bahwa kehidupan dunia adalah sementara, sedangkan kehidupan akhirat adalah kekal. Seorang muslim hendaknya memanfaatkan kehidupan di dunia untuk beribadah kepada Allah SWT, berbuat baik kepada sesama, dan mempersiapkan bekal untuk kehidupan akhirat.

g. Kematian Bermakna dan Isu-Isu Etis di Akhir Kehidupan

Konsep "kematian bermakna" (kematian yang bermakna) semakin mendapat perhatian dalam konteks psikologi perkembangan dan perawatan paliatif. Kematian bermakna mengacu pada pengalaman kematian yang dianggap positif, bermakna, dan sesuai dengan nilai-nilai dan preferensi individu. Kematian bermakna tidak selalu berarti kematian yang mudah atau tanpa rasa sakit, tetapi lebih banyak tekanan pada kualitas hidup di akhir kehidupan, martabat individu, kendali atas proses kematian, dan memenuhi kebutuhan spiritual dan psikososial.

Dalam konteks Islam, kematian bermakna dapat dikaitkan dengan konsep *husnul khatimah* (akhir yang baik) dan ridha Allah SWT. Seorang muslim yang meninggal dalam keadaan husnul khatimah adalah mereka yang meninggal dalam keadaan beriman, bertakwa, dan melakukan amal saleh. Kematian yang bermakna dalam perspektif Islam juga mencakup persiapan spiritual yang matang, penerimaan takdir dengan lapang dada, dan dukungan dari keluarga dan komunitas muslim.

Namun demikian, isu-isu etis di akhir kehidupan juga menjadi semakin kompleks seiring dengan perkembangan teknologi medis. Beberapa isu etis yang relevan antara lain:

1. Eutanasia dan *bunuh diri terbantu* : Dalam Islam, eutanasia dan *bunuh diri terbantu* (membunuh diri berbantuan) diharamkan, karena hanya Allah SWT yang mempunyai hak untuk mencabut nyawa seseorang. Islam mengajarkan bahwa kehidupan adalah amanah dari Allah SWT yang harus dijaga dan dipertahankan, kecuali dalam kondisi yang diperbolehkan oleh syariat (seperti dalam peperangan yang sah).
2. Perawatan paliatif dan *withholding/withdrawing treatment* : Perawatan paliatif diperbolehkan dalam Islam sebagai upaya untuk meringankan penderita pasien di akhir kehidupan, tanpa mempercepat atau memperpendek usia. *Withholding* (tidak memulai) atau *penarikan pengobatan* (menghentikan perawatan) juga diperbolehkan dalam kondisi tertentu, seperti ketika perawatan medis tidak lagi memberikan manfaat yang signifikan atau justru memperpanjang pasien penderitanya, dengan tetap memperhatikan prinsip-prinsip etika Islam dan konsultasi dengan ahli agama yang kompeten.
3. Masalah hukum dan wasiat: Aspek hukum dan wasiat juga menjadi penting dalam konteks kematian. Islam mengatur secara rinci tentang hukum waris, wasiat, dan pengelolaan harta peninggalan. Penting bagi setiap muslim untuk membuat wasiat

yang sesuai dengan syariat Islam agar harta peninggalannya dapat dibagikan secara adil dan sesuai dengan ketentuan agama.

h. Kematian dan Sekarat dalam Perspektif Islam

Kematian merupakan sebuah keniscayaan yang akan dialami oleh setiapmakhluk yang bernyawa. Dalam perspektif Islam, kematian bukanlah akhir dari eksistensi, melainkan sebuah transisi penting menuju kehidupan yang abadi di akhirat. Pemahaman ini menjadi fundamental dalam ajaran Islam, memberikan kerangka teologis yang kokoh untuk memaknai kehidupan dunia dan mempersiapkan diri menghadapi kematian. Allah SWT menegaskan realitas ini dalam firman-Nya yang termaktub dalam Al-Qur'an Surat Ali Imran ayat 185: *Tiap-tiap yang berjiwa akan terasa mati. Dan sesungguhnya pada hari itu halus pahalamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan*. (QS. Ali Imran : 185). Ayat ini secara Gamblang mengingatkan manusia akan kefanaan dunia dan kepastian datangnya kematian. Kehidupan dunia, dengan segala dinamika dan kenikmatannya, hanyalah bersifat sementara dan menjadi tempat ujian bagi manusia. Balasan yang sesungguhnya dan sempurna justru akan diberikan di hari pemberhentian kelak. Kematian dalam Islam tidak dipandang sebagai sesuatu yang menakutkan, melainkan sebagai gerbang menuju kehidupan yang kekal dan hakiki.

Dalam kajian tasawuf, proses kematian atau sakaratul maut dipahami sebagai sebuah tahapan spiritual yang mendalam.

Terdapat dua kondisi utama yang dialami individu menjelang kematian. Kondisi pertama adalah *sa'at al-sakarat* (saat-saat sakaratul maut), yaitu keadaan yang dipenuhi dengan ketegangan, pergolakan batin, dan rasa sakit yang mendalam. Sakaratul maut merupakan pengalaman yang sulit dan berat, bahkan bagi orang-orang beriman sekalipun. Hal ini disebabkan oleh proses perpisahan antara ruh dan jasad, serta terputusnya segala kelanjutannya dengan kehidupan duniawi. Hal ini dapat menimbulkan kekhawatiran dan ketakutan, terutama keadaan bagi mereka yang kurang mempersiapkan diri secara spiritual.

Namun, bagi individu yang telah menempuh perjalanan spiritual dengan sungguh-sungguh dan mencapai tingkatan *ma'rifah* (pengetahuan dan pengenalan yang mendalam kepada Allah SWT), sakaratul maut dapat menghadapi kondisi yang berbeda. Mereka akan mengalami ketenangan dan ketenangan batin, bahkan kepasrahan yang mendalam atas izin Allah. Imam Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Ihya' Ulum al-Din* , menjelaskan hal ini dengan rinci:

"Ketahuilah, sesungguhnya orang yang telah menjadikan dunia sebagai tempat persinggahan dan akhirat sebagai kampung halaman, maka hati akan condong ke kampung halamannya. Dan jika tiba saatnya untuk pindah, maka ia akan merasa gembira dan senang, sama seperti seorang musafir yang pulang ke negerinya setelah lama merantau. Sebaliknya, orang yang hatinya terpaut dengan dunia, maka ia akan merasa berat untuk berpisah darinya, dan kematian menjadi sesuatu yang menakutkan semacam itu."[171]

Penjelasan Imam Al-Ghazali tersebut menyatakan bahwa kualitas kehidupan spiritual seseorang sangat mempengaruhi pengalamannya saat menghadapi kematian. Individu yang telah menjalani hidupnya dengan mendekatkan diri kepada Allah, menjalankan perintah-Nya, dan menjauhi larangan-Nya, akan memiliki hati yang tenang dan pasrah saat menghadapi sakaratul maut. Mereka memahami bahwa kematian adalah pintu gerbang kebahagiaan abadi di sisi Allah SWT menuju. Ketakwaan dan *ma'rifah* menjadi kunci untuk meraih kedamaian dalam menghadapi kematian dan meraih kebahagiaan di akhirat kelak.

Kehilangan orang yang dicintai adalah pengalaman universal yang tak terhindarkan, sebuah tantangan psikologis yang mendalam bagi setiap individu. Proses kesedihan merupakan bagian alami dari respon manusia terhadap kehilangan, namun cara menghadapinya sangat dipengaruhi oleh latar belakang budaya, keyakinan, dan spiritualitas. Dalam Islam, kematian bukanlah akhir dari segalanya, melainkan sebuah transisi dari kehidupan dunia yang fana menuju kehidupan akhirat yang abadi. Perspektif ini memberikan kerangka yang unik dalam memahami dan mengatasi kesedihan, mengajarkan umat Islam untuk menghadapi kehilangan dengan ketabahan, tawakal, dan keyakinan yang teguh pada takdir Allah SWT.

Islam memandang kematian sebagai bagian dari ketentuan Ilahi yang pasti akan dialami oleh setiapmakhluk bernyawa. Al-Quran dengan jelas menyatakan, *"Setiap yang bernyawa pasti akan merasakan mati."* (QS. Ali Imran : 185). Ayat ini mengingatkan bahwa kematian bukanlah sebuah anomali atau kegagalan,

melainkan sebuah kepastian yang telah ditetapkan oleh Allah SWT. Menghadapi kematian orang terkasih dalam konteks ini berarti menerima ketentuan Allah dengan lapang dada, meskipun rasa sakit dan kesedihan tak dapat dihindari. Kesedihan dalam Islam tidak dilarang, bahkan merupakan fitrah manusiawi, namun yang ditekankan adalah bagaimana kesedihan tersebut tidak melampaui batas keputusasaan dan tetap dalam koridor keimanan.

Salah satu fondasi penting dalam menangani kehilangan dalam Islam adalah konsep pahala yang berkelanjutan (amal jariyah) bagi orang yang telah meninggal. Sebuah hadis yang sangat populer diriwayatkan dari Abu Hurairah RA, Rasulullah SAW bersabda: *"Jika seorang hamba Allah meninggal dunia, maka seluruh amalannya terputus, kecuali tiga perkara: sedekah jariyah, ilmu yang bermanfaat, dan doa anak shalih yang mendoakan orangtuanya*." (HR. Muslim, Kitab Wasiat, No. 1631). Hadis ini memberikan penghiburan yang besar bagi keluarga yang ditinggalkan. Meskipun orang yang dicintai telah wafat dan tidak lagi dapat beramal di dunia, namun ada tiga pintu pahala yang tetap terbuka baginya. Sedekah jariyah, seperti wakaf atau pembangunan fasilitas umum yang bermanfaat, akan terus mengalirkan pahala selama manfaatnya terus dirasakan. Ilmu yang bermanfaat yang pernah diajarkan atau diwariskan akan terus menjadi sumber pahala selama ilmu tersebut diamalkan. Dan yang terpenting, doa dari anak shalih yang senantiasa mendoakan orang tua akan menjadi penolong di alam kubur dan akhirat. Dalam konteks kehilangan, hadis ini mengajarkan bahwa hubungan dengan orang yang telah meninggal

tidak benar-benar terputus. Doa dan amal baik yang dipersembahkan atas nama mereka dapat menjadi sarana untuk terus memberikan manfaat dan kebaikan bagi mereka di alam barzakh.

Dalam ranah psikologi, proses penerimaan kehilangan seringkali dijelaskan melalui teori yang dikembangkan oleh Elisabeth Kübler-Ross, yang dikenal dengan lima tahap kesedihan (*Five Stages of Grief*). Tahapan tersebut meliputi penolakan (*denial*), kemarahan (*marah*), tawar-menawar (*tawar-menawar*), depresi (*depresi*), dan penerimaan (penerimaan)[172]. Teori ini memberikan kerangka untuk memahami kompleksitas emosi yang dialami individu saat ketakutan. Dalam perspektif Islam, tahapan-tahapan ini dapat diintegrasikan dengan nilai-nilai keimanan. Misalnya, tingkat persetujuan mungkin muncul dalam bentuk ketidakpercayaan akan kenyataan kehilangan, namun keyakinan pada takdir Allah dapat membantu menumbuhkan penerimaan. Tahap kemarahan bisa dialihkan menjadi refleksi diri dan muhasabah, mencari hikmah di balik ujian yang diberikan. Tawar-menawar, meskipun secara teologis kurang relevan dalam konteks takdir, dapat dianggap sebagai upaya untuk mencari cara terbaik dalam melanjutkan hidup setelah kehilangan. Depresi dalam kesedihan tentu saja adalah pengalaman yang berat, namun Islam mengajarkan untuk mencari kekuatan dalam shalat, dzikir, dan mendekatkan diri kepada Allah SWT sebagai sumber ketenangan dan penghiburan. Pada akhirnya, penerimaan dalam Islam adalah puncak dari proses sujud, yaitu

menerima takdir Allah dengan ridha dan keyakinan bahwa segala sesuatu yang terjadi pasti mengandung hikmah.

Imam Al-Ghazali, seorang ulama besar dalam tradisi Islam, dalam magnum opusnya *Ihya' Ulum al-Din* (Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama), memberikan pandangan mendalam tentang kematian dan bagaimana menghadapinya. Beliau menekankan bahwa segala sesuatu di dunia ini adalah amanah atau titipan dari Allah SWT[173]. Kehidupan, harta, keluarga, dan bahkan diri kita sendiri adalah amanah yang suatu saat akan diambil kembali oleh Sang Pemilik Mutlak. Pemahaman ini membantu mengurangi berkelanjutan yang berlebihan pada dunia dan segala isinya. Ketika kehilangan orang yang dicintai, kesadaran bahwa mereka sebenarnya adalah titipan Allah yang telah kembali kepada-Nya dapat memberikan ketenangan dan mengurangi rasa kepemilikan yang semu. Al-Ghazali juga mengingatkan bahwa kematian bukanlah akhir dari segalanya, melainkan fase kehidupan menuju alam yang kekal. Keyakinan akan kehidupan akhirat, surga dan neraka, memberikan harapan dan perspektif jangka panjang dalam menghadapi kehilangan. Kematian dianggap sebagai gerbang menuju pertemuan dengan Allah SWT dan orang-orang yang beriman lainnya dalam kehidupan yang abadi.

Dalam konteks praktisnya, Islam memberikan panduan konkrit dalam menghadapi kehilangan. Pertama, kesabaran (sabr) adalah kunci utama. Sabar bukan berarti pasrah tanpa melakukan apa-apa, melainkan keteguhan hati dalam menghadapi ujian, menahan diri dari keluh kesah yang berlebihan, dan tetap berprasangka baik kepada Allah SWT. Kedua, tawakal (berserah diri kepada Allah)

adalah penguat hati dalam menghadapi ancaman hidup. Setelah melakukan upaya terbaik, seorang Muslim mengajarkan untuk menyerahkan segala urusan kepada Allah SWT, termasuk urusan kehilangan dan kesedihan. Ketiga, memperbanyak doa dan ibadah adalah sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan memohon kekuatan serta ketenangan hati. Shalat, membaca Al-Quran, dzikir, dan amalan-amalan sunnah lainnya dapat menjadi pelipur lara dan sumber energi spiritual dalam menghadapi masa-masa sulit. Dukungan sosial dari keluarga, sahabat, dan komunitas Muslim juga sangat penting dalam proses suam-suam kuku. Berbagi kesedihan, saling menguatkan, dan mendoakan adalah bagian dari solidaritas umat Islam yang dapat meringankan beban psikologis akibat kehilangan.

Isu medis dan legal terkait dengan proses kematian, seperti euthanasia atau keputusan untuk menghentikan perawatan hidup, menjadi topik yang sangat kontroversial dalam masyarakat modern. Dalam Islam, segala tindakan yang berkaitan dengan kehidupan dan kematian harus sesuai dengan syariat. Euthanasia, misalnya, dalam pandangan Islam dianggap tidak dibenarkan karena hanya Allah yang berhak menentukan kapan seseorang meninggal.

Dalam kitab *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*, Dr. Wahbah al-Zuhayli menjelaskan bahwa Islam mengharamkan segala bentuk tindakan yang merampas nyawa seseorang, kecuali jika itu adalah bagian dari takdir yang telah ditentukan oleh Allah, setiap keputusan yang melibatkan kematian harus mempertimbangkan kehendak Allah dan mempertahankan martabat manusia.

i. Menemukan Makna dan Tujuan dalam Hidup dan Mati

Pencarian makna dan tujuan hidup adalah pertanyaan mendasar yang menghantui umat manusia sepanjang sejarah. Dalam konteks Islam, pencarian ini memiliki dimensi spiritual yang mendalam, di mana hidup dan mati dipandang sebagai tahapan dalam perjalanan menuju keabadian. Pemahaman Islam tentang kehidupan tidak terbatas pada eksistensi biologi semata, melainkan sebagai ujian dan persiapan menuju kehidupan akhirat yang kekal. Perspektif ini memberikan kerangka kerja yang komprehensif untuk memahami tujuan keberadaan manusia dan bagaimana memaknai setiap aspek kehidupan, termasuk kematian.

Al-Qur'an, sebagai sumber utama ajaran Islam, memberikan pedoman yang jelas mengenai tujuan penciptaan manusia. Allah SWT berfirman dalam Surat Adh-Dhariyat ayat 56, *"Dan tidaklah Aku menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka menyembah-Ku."* Ayat ini menegaskan bahwa tujuan utama hidup manusia adalah *ibadah* kepada Allah SWT. *Ibadah* dalam konteks yang luas tidak hanya terbatas pada ritual formal seperti shalat dan puasa, tetapi mencakup seluruh aspek kehidupan yang dilakukan dengan niat ikhlas untuk mencari ridha Allah. Artinya setiap tindakan, mulai dari pekerjaan sehari-hari hingga interaksi sosial, dapat menjadi suatu bentuk ibadah jika dilakukan dengan kesadaran dan kepatuhan terhadap perintah-Nya. Kematian, dalam pandangan Islam, bukanlah akhir dari perjalanan, melainkan gerbang menuju tahapan kehidupan yang lebih abadi. Memahami hal ini memberikan perspektif yang transformatif dalam menghadapi kehidupan dan kematian.

Imam Al-Ghazali, seorang cendekiawan muslim terkemuka, dalam karya monumentalnya *Ihya' Ulum al-Din* , menekankan pentingnya menghidupkan kehidupan dengan ibadah dan amal saleh untuk mencapai makna yang hakiki. Beliau menyatakan bahwa kehidupan yang bermakna adalah kehidupan yang dipenuhi dengan pengabdian kepada Allah, dan kematian yang baik adalah kematian yang diiringi dengan bekal amal kebajikan yang akan membawa kebahagiaan di akhirat. Al-Ghazali menjelaskan bahwa dunia ini adalah ladang akhirat, dan apa yang ditanam di dunia akan dipanen di akhirat.

Dalam menghadapi kematian, baik kematian diri sendiri maupun orang lain, perspektif Islam menawarkan kerangka penghiburan dan pemaknaan. Kematian dipandang sebagai ketentuan Allah yang pasti akan datang kepada setiap makhluk bernyawa. Sikap menerima takdir Allah dengan sabar dan tawakal adalah bagian penting dari iman. Lebih dari sekedar pasrah, Islam mengajarkan untuk mencari hikmah di balik setiap kejadian, termasuk kematian. Kematian orang tercinta menjadi pengingat akan kefanaan dunia dan urgensi untuk mempersiapkan diri menghadapi kehidupan akhirat. Peristiwa kematian tidak hanya menjadi momen menyedihkan, tetapi juga momentum untuk refleksi spiritual dan peningkatan kualitas ibadah.

Menemukan makna dalam hidup dan mati dalam Islam adalah proses berkelanjutan yang melibatkan pemahaman mendalam terhadap ajaran agama, refleksi diri, dan penerapan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menjadikan ibadah sebagai poros kehidupan, menjalankan amal saleh, dan mempersiapkan diri

untuk kehidupan akhirat, seorang Muslim dapat menemukan tujuan yang jelas dan makna yang mendalam dalam setiap fase kehidupannya, termasuk saat menghadapi kematian. Keyakinan yang kokoh kepada Allah SWT dan pemahaman yang benar tentang ajaran Islam akan memberikan ketenangan hati dan ketenangan jiwa dalam menjalani kehidupan yang penuh ujian dan tantangan, serta dalam menghadapi gerbang kematian menuju kehidupan yang kekal.

Hubungan antara Fisik dan Kesehatan Mental

Hubungan antara fisik dan kesehatan mental dalam Islam sangat erat dan saling memengaruhi. Islam mengajarkan bahwa menjaga kesehatan tubuh dan jiwa merupakan bagian dari ibadah dan tanggung jawab seorang Muslim kepada Allah SWT. Kesehatan fisik yang baik akan mempengaruhi kualitas hidup dan kemampuan individu untuk beribadah dengan khusyuk, sementara kesehatan mental yang baik juga sangat bergantung pada keseimbangan tubuh yang sehat.

Al-Qur'an mengingatkan umat Islam untuk menjaga tubuh dan tidak membinasakannya. Salah satu ayat yang menegaskan pentingnya menjaga diri adalah: *"Dan janganlah kamu membunuh diri kalian sendiri. Sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu." (QS. An-Nisa: 29)*. Ayat ini melarang umat Islam untuk merusak tubuh mereka, baik dengan cara berlebihan dalam makanan, minuman, maupun dengan melibatkan diri dalam kegiatan yang merusak tubuh seperti kebiasaan merokok atau penyalahgunaan zat adiktif lainnya. Islam menekankan bahwa tubuh

merupakan amanah dari Allah yang harus dijaga dan dirawat dengan baik. Tindakan yang merusak tubuh, seperti yang disebutkan dalam ayat tersebut, dianggap sebagai perbuatan yang tidak sesuai dengan ajaran Islam.

Hadis Nabi Muhammad SAW juga mengajarkan pentingnya menjaga kesehatan fisik sebagai bagian dari kesejahteraan mental. Dalam sebuah hadis, Nabi SAW bersabda: *"Sehat itu adalah nikmat yang sangat besar yang sering kali tidak disyukuri oleh banyak orang." (HR. Al-Bukhari dan Muslim)*. Hadis ini menunjukkan bahwa tubuh yang sehat merupakan nikmat yang harus disyukuri dan dijaga. Kesehatan tubuh yang terjaga memungkinkan seseorang untuk menjalani kehidupan dengan baik, tidak hanya dalam aspek fisik tetapi juga dalam mental dan spiritual.

Sebaliknya, kesehatan mental yang buruk, seperti stres, depresi, atau kecemasan, dapat mempengaruhi kondisi fisik seseorang. Islam mengajarkan pentingnya menjaga keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Salah satu cara untuk menjaga kesehatan mental dalam Islam adalah dengan beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Doa, dzikir, dan ibadah lainnya dapat menjadi sarana untuk menenangkan pikiran dan hati, serta memberikan ketenangan jiwa yang sangat dibutuhkan dalam menghadapi tantangan hidup.[174]

.

Bagian 4
Perkembangan Manusia

Manusia

Penciptaan Manusia

Penciptaan manusia merupakan tema yang kaya dan multifaset, melibatkan argumentasi dari berbagai disiplin ilmu, termasuk biologi, antropologi, dan teologi. Di satu sisi, penelitian ilmiah menunjukkan bahwa manusia modern (Homo sapiens) berasal dari spesies hominin yang berevolusi selama jutaan tahun melalui proses yang dikenal sebagai seleksi alam. Menurut para ilmuwan, nenek moyang manusia dapat ditelusuri kembali ke afrika timur sekitar 200.000 hingga 300.000 tahun yang lalu, di mana fosil-fosil dari spesies kunci seperti Homo habilis dan Homo erectus menunjukkan transisi evolusi yang signifikan[175].

Di sisi lain, pandangan keagamaan tentang penciptaan manusia menawarkan narasi yang berbeda. Dalam tradisi agama-agama besar seperti Kristen, Islam, dan Yahudi, penciptaan manusia diyakini sebagai tindakan langsung dari Tuhan. Dalam Alkitab, misalnya, disebutkan bahwa Tuhan menciptakan manusia dari debu tanah dan menghembuskan nafas kehidupan ke dalamnya, yang menjadikan manusia makhluk yang hidup (Kejadian 2:7). Dalam konteks ini, penciptaan manusia bukan sekadar fenomena biologis, melainkan juga mencakup dimensi spiritual yang menyiratkan tujuan dan makna yang lebih dalam bagi kehidupan manusia[176].

Namun, pendekatan ilmiah dan religius tidak selalu bertentangan. Beberapa pemikir kontemporer berusaha menjembatani kedua perspektif dengan menyatakan bahwa penciptaan dalam konteks keagamaan dapat dipahami secara simbolis, sedangkan hasil penelitian ilmiah memberikan wawasan tentang bagaimana proses penciptaan itu berlangsung. Misalnya, Francis Collins, seorang ilmuwan sekaligus pendeta, mengemukakan bahwa evolusi dapat dilihat sebagai sarana yang digunakan Tuhan untuk menciptakan kehidupan, termasuk manusia[177]. Pendekatan ini menunjukkan bahwa ada kemungkinan untuk berdialog dan mencari titik temu antara sains dan iman.

Dalam konteks budaya, pemahaman tentang penciptaan manusia juga mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, mulai dari nilai-nilai moral hingga kebijakan publik. Pandangan asal usul manusia sering kali mencerminkan bagaimana masyarakat memandang hubungan mereka dengan lingkungan, makhluk hidup lainnya, dan Tuhan. Misalnya, pengakuan akan hubungan evolusi dapat memberikan dasar bagi upaya pelestarian lingkungan dan kesadaran akan pentingnya konservasi keanekaragaman hayati, sebuah prinsip yang semakin mendesak di tengah krisis iklim yang dihadapi dunia saat ini[178].

Al-Qur'an menguraikan penciptaan manusia melalui beberapa tahapan yang sistematis dan terperinci. Tahap pertama dimulai dari *turab* atau tanah. Ayat-ayat Al-Qur'an dengan jelas menyatakan bahwa manusia pertama, Nabi Adam AS, diciptakan dari tanah. *"Sesungguhnya perumpamaan Isa di sisi Allah adalah seperti*

perumpamaan Adam. Allah menciptakan Adam dari tanah, kemudian Dia berfirman kepadanya, 'Jadilah!' maka jadilah ia." (QS. Ali Imran: 59). Menurut Tafsir Ibnu Katsir, Allah menciptakan Nabi Adam AS dari tanah yang kering, yang menunjukkan asal usul manusia yang sederhana namun agung. Adam adalah manusia pertama, dan penciptaannya ini menegaskan bahwa manusia berasal dari bahan yang paling dasar, namun Allah memberikan derajat yang tinggi bagi makhluk ini. Dalam Tafsir al-Jalalayn, dijelaskan bahwa Ayat ini menegaskan proses penciptaan yang berawal dari unsur bumi, untuk kemudian menjadi makhluk hidup yang sempurna.[179]

Kemudian dilanjutkan dengan penjelasan mengenai proses keturunan Adam melalui materi yang lebih halus, yaitu *nutfah* atau air mani. Al-Qur'an menggambarkan *nutfah* sebagai setetes cairan yang hina. Dalam Surah Al-Qiyamah ayat 37, Allah berfirman: *"Apakah manusia mengira bahwa dia akan dibiarkan begitu saja (tanpa pertanggungjawaban)? Bukankah dia dahulu setetes mani yang diturunkan (di dalam rahim)?" (QS. Al-Qiyamah: 37).* Tafsir Ibnu Katsir menyatakan bahwa ayat ini menunjukkan asal usul manusia yang berasal dari air mani, sebuah bahan yang sangat hina. Ini menjadi pengingat bagi umat manusia tentang kerendahan asal usul mereka, yang seharusnya membangkitkan rasa rendah hati. Dalam Tafsir al-Tabari, juga ditegaskan bahwa manusia diciptakan dari setetes air mani, yang menunjukkan betapa sederhana asal-usul manusia, tetapi Allah SWT memberi potensi besar pada makhluk ini.[180]

Tahapan ini menegaskan kerendahan asal-usul manusia secara fisik, sekaligus menunjukkan kekuasaan Allah SWT yang mampu menciptakan makhluk mulia dari materi yang sederhana. Selanjutnya *nutfah* berkembang menjadi *'alaqah*,yang diartikan sebagai segumpal darah atau sesuatu yang menggantung. Tahapan berikutnya adalah *'alaqah*, yang menggambarkan perkembangan awal embrio dalam rahim ibu. Allah berfirman dalam Surah Al-Alaq ayat 1-3: *"Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan, Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmu yang Maha Pemurah." (QS. Al-Alaq: 1-3).* Tafsir Ibnu Katsir menjelaskan bahwa kata 'alaqah memiliki dua makna: pertama, segumpal darah, dan kedua, sesuatu yang menggantung. Proses ini menggambarkan kondisi embrio yang menempel di dinding rahim. Dalam Tafsir al-Jalalayn, dijelaskan bahwa "alaqah" juga mencerminkan fase di mana embrio mulai menggantung di dalam rahim, menggambarkan kekuasaan Allah dalam memberikan kehidupan dan membentuk makhluk-Nya dengan sempurna.[181]

Tahap *'alaqah* ini menggambarkan perkembangan embrio pada fase awal kehamilan. Al-Qur'an kemudian menyebutkan tahapan *mudghah*,yaitu segumpal daging yang tidak berbentuk. Setelah fase 'alaqah, embrio berkembang menjadi mudghah atau segumpal daging yang tidak berbentuk. Dalam Surah Al-Hajj ayat 5, Allah berfirman: *"Dan (ingatlah) ketika Kami menjadikan anak keturunan Adam dari tanah, kemudian Kami jadikan air mani (nutfah) dalam tempat yang kokoh (rahim), kemudian nutfah itu*

Kami jadikan segumpal darah ('alaqah), lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging (mudghah), kemudian Kami jadikan tulang belulang, dan Kami tutupi tulang belulang itu dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia sebagai makhluk yang (sempurna), maka Maha Suci Allah, Pencipta Yang Paling Baik." (QS. Al-Hajj: 5). Menurut Tafsir Ibnu Katsir, tahapan ini menunjukkan bagaimana embrio manusia berkembang, dari yang tidak berbentuk menjadi segumpal daging. Tafsir al-Tabari menambahkan bahwa ini adalah fase di mana bentuk fisik tubuh mulai terbentuk, meskipun masih dalam keadaan yang belum sempurna.[182]

Setelah tahapan *mudghah*,Al-Qur'an menjelaskan proses pembentukan tulang belulang (*'izham*) dan kemudian membungkusan tulang belulang tersebut dengan daging (*lahm*). Tahapan ini menunjukkan semakin sempurnanya bentuk fisik janin. Ayat Al-Qur'an Surah Al-Mu'minun ayat 14 menjelaskan: *"Kemudian Kami ciptakan dari air mani itu menjadi segumpal darah, lalu Kami jadikan segumpal darah itu menjadi segumpal daging, kemudian segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami ciptakan dia menjadi makhluk yang (sempurna). Maka Maha Suci Allah, Pencipta Yang Paling Baik." (QS. Al-Mu'minun: 14).* Dalam Tafsir Ibnu Katsir, penjelasan ini menggambarkan tahap penting dalam proses pembentukan tubuh manusia, yang semakin mendekati kesempurnaan. Tafsir al-Jalalayn menambahkan bahwa tahap ini mengindikasikan betapa Allah menyempurnakan tubuh manusia dari yang sederhana menjadi bentuk yang indah dan terstruktur.[183]

Surat Al-Mu'minun ayat 14 secara eksplisit menyebutkan urutan terjadinya penciptaan ini. Akhirnya, tahapan terakhir dalam proses penciptaan manusia adalah peniupan roh (*nafkhtu fihi min ruhi*). Dalam Surah Ash-Shad ayat 72, Allah berfirman: *"Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat, 'Sesungguhnya Aku akan menciptakan seorang manusia dari tanah liat.' Maka apabila Aku telah menyempurnakan kejadiannya dan meniupkan kepadanya roh (ku), maka hendaklah kamu semua tunduk kepadanya dengan bersujud." (QS. Ash-Shad: 72).* Tafsir Ibnu Katsir menjelaskan bahwa peniupan roh merupakan pemberian kehidupan yang membedakan manusia dari makhluk lainnya, memberikan kesadaran, potensi, dan kemampuan untuk memilih jalan hidup. Tafsir al-Tabari juga menegaskan bahwa roh adalah elemen yang memberi kehidupan kepada tubuh fisik manusia, yang menjadikannya makhluk yang paling sempurna di antara ciptaan Allah.[184]

Peniupan roh ini menjadi titik pembedaan antara jasad fisik manusia dengan makhluk hidup lainnya. Roh merupakan esensi spiritual yang memberikan kehidupan, kesadaran, dan kemampuan berpikir kepada manusia. Dengan peniupan roh, manusia menjadi makhluk yang sempurna dan memiliki potensi untuk mencapai derajat kemuliaan yang tinggi. Hadis-hadis Nabi Muhammad SAW juga memberikan penjelasan tambahan dan memperkuat narasi penciptaan manusia dalam Al-Qur'an. Salah satu hadis yang terkenal menyebutkan bahwa setiap manusia dikumpulkan dalam rahim ibunya selama empat puluh hari sebagai *nutfah*,kemudian empat puluh hari sebagai *'alaqah*,kemudian empat puluh hari

sebagai *mudghah*.Setelah itu, Allah mengutus seorang malaikat untuk meniupkan roh dan menetapkan empat perkara: rezekinya, ajalnya, amalnya, dan apakah ia bahagia atau sengsara. Hadis yang diriwayatkan dalam Sahih al-Bukhari juga memberikan penjelasan tentang penciptaan manusia, yang menegaskan proses yang terjadi dalam rahim ibu. Nabi Muhammad SAW bersabda: *"Setiap salah satu dari kalian (manusia) dikumpulkan dalam rahim ibunya selama empat puluh hari sebagai nutfah, kemudian menjadi 'alaqah selama empat puluh hari, kemudian menjadi mudghah selama empat puluh hari. Setelah itu, Allah mengutus malaikat untuk meniupkan roh kepadanya dan menetapkan takdirnya, apakah ia bahagia atau sengsara, rezekinya, ajalnya, dan amalnya." (HR. Sahih al-Bukhari, Kitab Bad' al-Khalq, Bab Dzikr al-Mala'ika)*[185] Hadis ini memberikan rincian waktu dan pengugasan malaikat dalam proses penciptaan manusia, serta menegaskan takdir yang telah ditetapkan bagi setiap individu.

Pemahaman tentang penciptaan manusia dalam Islam memiliki makna yang luas. Pertama, kesadaran akan asal usul manusia dari tanah dan *nutfah* mengajarkan kerendahan hati dan menjauhkan diri dari kesombongan. Manusia diingatkan bahwa keberadaannya sangat bergantung pada kehendak dan kekuasaan Allah SWT. Kedua, penciptaan yang terperinci menunjukkan kesempurnaan dan keagungan Allah sebagai Sang Pencipta. Proses yang kompleks dan sistematis ini merupakan bukti nyata dari hikmah dan ilmu Allah yang mencakup segala sesuatu. Ketiga, peniupan roh memberikan dimensi spiritual yang unik bagi manusia. Roh inilah yang

membedakan manusia dari makhluk lainnya dan memberikan potensi untuk mencapai kedekatan dengan Allah SWT melalui ibadah dan amalan saleh.

Konsep penciptaan manusia dalam Islam juga menekankan tanggung jawab manusia sebagai khalifah di muka bumi. Menurut ajaran Islam, manusia tidak hanya diciptakan untuk beribadah kepada Allah, tetapi juga untuk menjaga dan memakmurkan bumi dengan sebaik-baiknya. Dalam Surah Al-Baqarah ayat 30, Allah berfirman: *"Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat, 'Sesungguhnya Aku akan menjadikan seorang khalifah di bumi.' Mereka (malaikat) berkata, 'Mengapa Engkau menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan nama-Mu?' Allah berfirman, 'Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.'" (QS. Al-Baqarah: 30)* Ayat ini mengingatkan bahwa manusia diberikan amanah sebagai khalifah atau pemimpin di bumi, yang berarti manusia memiliki tugas untuk mengelola sumber daya alam, menjaga kelestariannya, dan menegakkan keadilan. Dalam Tafsir Ibnu Katsir, dijelaskan bahwa khalifah berarti wakil Allah yang diberi tugas untuk memelihara bumi dan segala isinya. Tugas tersebut mencakup pengelolaan alam, pembangunan masyarakat, serta penyebaran kebaikan. Manusia dituntut untuk berlaku bijaksana dalam memanfaatkan sumber daya alam dan tidak menyalahgunakan kekuasaan yang diberikan kepada mereka. Pemahaman ini memberikan arah yang jelas bagi kehidupan

manusia, yaitu untuk berkhidmat kepada Allah dan memberikan manfaat bagi sesama.

Sebagai khalifah, manusia juga memiliki kewajiban untuk menegakkan kebaikan dan menjauhi kerusakan. Hal ini sesuai dengan ajaran yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadis, di mana manusia diminta untuk menjalankan peran sebagai agen perubahan yang positif, memelihara kedamaian, dan mencegah kerusakan yang dapat merugikan umat manusia serta lingkungan. Sebagaimana ditegaskan dalam Tafsir al-Tabari, tugas khalifah ini mengandung makna bahwa manusia adalah pemegang amanah yang harus menyeimbangkan antara hak-hak Allah, hak-hak sesama manusia, dan hak-hak alam semesta.[186]

Tujuan Hidup Manusia

Tujuan hidup merupakan tema yang universal dan abadi dalam berbagai tradisi filosofis, religius, dan psikologis. Manusia, sebagai makhluk rasional, tidak hanya berusaha untuk memenuhi kebutuhan fisik dan emosionalnya, tetapi juga mencari makna dan tujuan yang lebih dalam kehidupan. Dalam konteks filosofis, pertanyaan mengenai tujuan hidup sering dikaitkan dengan pencarian makna, nilai, dan eksistensi. Sebagai contoh, filsafat eksistensialis seperti Jean-Paul Sartre dan Viktor Frankl berargumen bahwa individu memiliki kebebasan untuk menentukan tujuan hidupnya sendiri, meskipun dalam keadaan yang sulit sekalipun[187].

Berbagai perspektif tentang tujuan hidup juga muncul dalam tradisi keagamaan. Dalam banyak ajaran agama, tujuan hidup sering dihubungkan dengan keterhubungan dengan Yang Ilahi dan

mengikuti pedoman moral yang telah ditetapkan. Misalnya, dalam ajaran Kristen, tujuan hidup sangat terkait dengan mencintai Tuhan dan sesama, yang dinyatakan dalam Injil Matius 22:37-39. Di sisi lain, dalam ajaran Buddha, tujuan hidup dapat dipahami sebagai pencapaian pencerahan dan kelangsungan dari siklus kelahiran dan kematian[188].

Dalam konteks psikologi, penelitian di bidang ini telah menunjukkan bahwa memiliki tujuan hidup yang jelas dapat memberikan kontribusi pada kesehatan mental dan emosional seseorang. Menurut sebuah studi oleh Ryff dan Singer, individu yang memiliki tujuan hidup cenderung lebih bahagia dan lebih puas dengan hidup mereka karena mereka memiliki arah dan makna dalam kehidupan sehari-hari mereka. Mereka juga lebih mampu menghadapi stres dan tantangan, karena tujuan tersebut memberikan mereka motivasi dan dorongan untuk terus bergerak maju[189]. Lebih jauh lagi, tujuan hidup tidak hanya bersifat individual; dampaknya juga dapat terlihat dalam hubungan sosial dan kontribusi kepada masyarakat. Menurut Seligman, individu yang merasa memiliki tujuan yang lebih tinggi dalam hidupnya cenderung lebih aktif dalam memberikan kontribusi kepada orang lain dan komunitas, sehingga memperkuat rasa keterhubungan dan solidaritas sosial. Pendekatan ini menunjukkan bahwa pencarian tujuan hidup tidak hanya bermanfaat bagi individu, tetapi juga bagi komunitas dan masyarakat secara keseluruhan.[190]

Tujuan hidup manusia merupakan aspek yang kompleks dan multidimensi. Dalam perjalanan hidupnya, setiap individu

dihadapkan pada berbagai pilihan dan tantangan yang mempengaruhi bagaimana mereka memahami dan mencapai tujuan hidupnya. Melalui lensa filosofi, agama, dan psikologi, kita dapat memahami bahwa tujuan hidup tidak hanya merupakan pencarian pribadi, tetapi juga bagian integral dari hubungan kita dengan orang lain dan dunia di sekitar kita. Dengan memahami tujuan hidup secara komprehensif, individu dapat lebih bijaksana dalam menjalani kehidupan yang bermakna dan memberikan kontribusi positif kepada masyarakat.

Dari sudut pandang filosofis, berbagai aliran pemikiran menawarkan interpretasi yang beragam. Eksistensialisme, misalnya, menekankan bahwa manusia lahir ke dunia tanpa tujuan yang melekat. Manusia diberikan kebebasan mutlak untuk menciptakan makna dan tujuan hidupnya sendiri melalui pilihan dan tindakan yang diambilnya. Dalam pandangan ini, tanggung jawab atas eksistensi sepenuhnya terletak pada individu, dan pencarian makna menjadi proyek seumur hidup yang pribadi. Jean-Paul Sartre, seorang tokoh utama eksistensialisme, menyatakan bahwa *"eksistensi mendahului esensi,"* yang berarti bahwa manusia pertama-tama ada, kemudian melalui tindakan-tindakannya, ia mendefinisikan dirinya sendiri dan tujuan hidupnya.[191] Aliran filsafat hedonisme memandang tujuan hidup sebagai pencarian kesenangan dan penghindaran penderitaan. Pandangan ini menekankan pengalaman subjektif kebahagiaan sebagai tolok ukur keberhasilan hidup. Namun, kritikus hedonisme seringkali menyimpulkan apakah kebahagiaan semata dapat menjadi tujuan

yang mampu dan bermakna dalam jangka panjang, mengingat kompleksitas pengalaman manusia dan kebutuhan akan makna yang lebih dalam.

Perspektif agama dan spiritualitas menawarkan kerangka yang berbeda dalam memahami tujuan hidup. Banyak agama mengajarkan bahwa manusia diciptakan oleh kekuatan ilahi dan memiliki tujuan yang ditetapkan oleh pencipta tersebut. Tujuan ini seringkali berkaitan dengan pengabdian kepada Tuhan, menjalani kehidupan yang saleh sesuai dengan ajaran agama, dan mencapai keselamatan atau pencerahan spiritual. Dalam agama Islam, misalnya, manusia diciptakan sebagai khalifah di bumi, yang berarti memiliki tanggung jawab untuk mengelola dan memakmurkan bumi sesuai dengan kehendak Allah.[192] Tujuan hidup dalam Islam juga mencakup beribadah kepada Allah, berbuat baik kepada sesama, dan berusaha mencapai surga di akhirat. Agama Buddha menekankan tujuan hidup sebagai kedamaian dari penderitaan dan pencapaian pencerahan (Nirwana) melalui praktik meditasi, pengembangan kebijaksanaan, dan etika moral. Berbagai tradisi spiritual lainnya, seperti Hinduisme dan Kristen, juga menawarkan konsep tujuan hidup yang ditetapkan pada hubungan dengan yang transenden dan pencarian makna spiritual.

Dari sudut pandang psikologi, tujuan hidup seringkali dikaitkan dengan konsep "makna hidup" dan "kesejahteraan psikologis". Penelitian psikologis menunjukkan bahwa memiliki tujuan hidup yang jelas tersimpan positif dengan kesehatan mental, kebahagiaan, dan umur panjang. Individu yang merasa memiliki tujuan hidup

cenderung lebih termotivasi, memiliki resiliensi yang lebih tinggi dalam menghadapi kesulitan, dan merasa lebih puas dengan kehidupannya. Viktor Frankl, seorang psikiater yang selamat dari kamp konsentrasi Nazi, mengembangkan logoterapi, sebuah pendekatan psikoterapi yang tekanan pentingnya menemukan makna hidup bahkan dalam situasi penderitaan. Frankl berpendapat bahwa dorongan utama manusia adalah mencari makna dan tujuan, dan bahwa kemampuan untuk menemukan makna dalam hidup adalah kunci untuk bertahan dan berkembang.[193] Psikolog humanistik seperti Abraham Maslow dan Carl Rogers menekankan pentingnya aktualisasi diri sebagai tujuan hidup.[194] Aktualisasi diri mengacu pada proses mengembangkan potensi diri sepenuhnya, menjadi pribadi yang autentik, dan mencapai mendidik diri sendiri.

Dalam konteks sosial dan budaya, tujuan hidup manusia juga dapat dilihat dalam kontribusi melalui kontribusi kepada masyarakat dan generasi mendatang. Banyak individu menemukan makna hidup dalam berkarir yang bermanfaat, membangun keluarga yang harmonis, berkontribusi pada komunitas, atau memperjuangkan keadilan sosial. Tujuan hidup dalam konteks ini fokus pada dampak positif yang dapat diberikan seseorang kepada dunia di sekitarnya. Meninggalkan warisan yang positif, baik dalam bentuk karya, nilai-nilai yang diturunkan, atau perubahan sosial yang diinisiasi, dapat menjadi sumber makna hidup yang mendalam bagi individu dan masyarakat secara keseluruhan. Filsuf Martha Nussbaum kehadirannya mengembangkan pentingnya "kemampuan manusia" (kemampuan manusia) seperti kemampuan untuk berpikir kritis,

berempati, dan berpartisipasi dalam kehidupan politik sebagai bagian dari tujuan hidup yang bermakna dalam konteks sosial.[195] Kemampuan-kemampuan ini memungkinkan individu untuk berkontribusi secara aktif dan konstruktif dalam masyarakat, serta membangun dunia yang lebih adil dan berkelanjutan.

Tujuan Hidup Manusia dalam Islam

Inti dari tujuan hidup manusia dalam Islam adalah ibadah kepada Allah SWT. Ibadah dalam perspektif Islam tidak hanya terbatas pada ritual-ritual formal seperti shalat, puasa, zakat, dan haji. Lebih dari itu, ibadah mencakup seluruh aspek kehidupan yang dilakukan dengan niat tulus karena Allah SWT. Setiap aktivitas, mulai dari bekerja mencari nafkah, belajar menuntut ilmu, berinteraksi dengan sesama manusia, hingga menjaga lingkungan, dapat bernilai ibadah jika dilakukan dengan penuh kesadaran akan kehadiran Allah dan mengikuti tuntunan-Nya. Konsep ibadah yang luas ini menjadikan seluruh kehidupan seorang Muslim sebagai sebuah pengabdian kepada Sang Pencipta.[196]

Al-Qur'an Surah Adz-Dzariyat (51:56) secara eksplisit menyatakan, *"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku."* Ayat ini seringkali dikutip sebagai landasan utama tujuan penciptaan manusia, yaitu untuk beribadah kepada Allah. Namun, pemahaman ibadah di sini harus dipahami secara luas, mencakup segala bentuk ketaatan dan pengabdian kepada Allah, baik dalam dimensi vertikal (hubungan dengan Allah) maupun horizontal (hubungan dengan sesama manusia dan alam semesta). Ibadah yang sejati adalah wujud dari

rasa bersyukur atas nikmat kehidupan yang telah dianugerahkan Allah, sekaligus sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada-Nya.[197] Selain ibadah, tujuan hidup manusia dalam Islam juga mencakup peran sebagai khalifah fil ardhi, yaitu wakil Allah di muka bumi. Manusia diberi amanah untuk mengelola dan memakmurkan bumi ini sesuai dengan kehendak Allah. Peran kekhalifahan ini mencakup tanggung jawab untuk menegakkan keadilan, menjaga keseimbangan ekosistem, mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bermanfaat, serta membangun peradaban yang berlandaskan nilai-nilai Ilahi. Sebagai khalifah, manusia dituntut untuk menjadi agen perubahan positif di dunia ini, berkontribusi dalam menciptakan masyarakat yang adil, makmur, dan penuh kasih sayang.[198]

Tanggung jawab kekhalifahan ini tidaklah ringan. Ia menuntut manusia untuk memiliki ilmu pengetahuan yang luas, akhlak yang mulia, serta kemampuan untuk memimpin dan mengelola. Dalam konteks modern, peran khalifah ini semakin relevan dengan tantangan-tantangan global seperti perubahan iklim, ketidakadilan sosial, dan konflik antar kelompok. Seorang muslim yang mewujudkan tujuan hidupnya sebagai khalifah akan berusaha untuk memberikan solusi konstruktif terhadap permasalahan-permasalahan ini, dengan berlandaskan pada prinsip-prinsip keadilan, kebijaksanaan, dan kasih sayang yang diajarkan oleh Islam. [199] Tujuan hidup manusia dalam Islam juga terkait erat dengan pencapaian kebahagiaan abadi di akhirat. Kehidupan dunia ini dipandang sebagai sebuah ujian dan persiapan menuju kehidupan

yang kekal di akhirat. Segala perbuatan manusia di dunia akan dipertanggungjawabkan di hadapan Allah di Hari Kiamat. Seorang Muslim yang bijaksana akan selalu berusaha untuk meraih ridha Allah dan mempersiapkan diri untuk kehidupan setelah kematian.[200]

Kehidupan akhirat dalam perspektif Islam bukanlah sekedar iming-iming atau janji kosong. Ia adalah sebuah realitas yang pasti akan datang, sebuah kehidupan yang jauh lebih sempurna dan abadi dibandingkan kehidupan dunia yang fana ini. Keyakinan akan adanya kehidupan akhirat memberikan motivasi yang kuat bagi seorang muslim untuk beramal shalih, bersabar dalam menghadapi ujian, dan senantiasa beroptimis dalam menjalani kehidupan.[201]

Keistimewaan Manusia

Salah satu keistimewaan mendasar manusia adalah kapasitas linguistik yang luar biasa. Bahasa, dalam bentuknya yang kompleks dan simbolik, bukan sekadar alat komunikasi, melainkan juga fondasi bagi perkembangan kognitif dan sosial yang canggih. Kemampuan manusia untuk menguasai dan menggunakan bahasa memungkinkan transmisi pengetahuan melalui generasi, pembentukan budaya, dan perkembangan pemikiran abstrak. Noam Chomsky, seorang ahli bahasa terkenal, berpendapat bahwa manusia memiliki "*perangkat pemerolehan bahasa*" bawaan (*Language Acquisition Device*) yang secara biologi memprogram otak untuk mempelajari tata bahasa dan struktur bahasa secara alami.[202] Perkembangan bahasa pada anak-anak, mulai dari celotehan bayi hingga penguasaan sintaksis yang rumit, menunjukkan lintasan perkembangan yang unik dan berbeda secara

kualitatif dari sistem komunikasi pada hewan. Bahasa memungkinkan manusia untuk merefleksikan diri sendiri, merencanakan masa depan, membayangkan skenario hipotetis, dan membangun pemahaman bersama tentang dunia.

Selain bahasa, keistimewaan manusia juga tercermin dalam kemampuan kognitif yang sangat maju. Manusia memiliki kapasitas untuk berpikir abstrak, logis, dan kreatif yang jauh melampaui spesies lain. Jean Piaget, dalam teori perkembangan kognitifnya, perkembangan tahapan operasional formal sebagai puncak perkembangan kognitif manusia, di mana individu mampu berpikir hipotetis-deduktif, memecahkan masalah kompleks, dan memahami konsep-konsep abstrak seperti keadilan dan moralitas.[203] Kemampuan berpikir tentang *pikiran (theory of mind*) juga merupakan keistimewaan kognitif manusia yang penting. Anak-anak manusia secara bertahap mengembangkan pemahaman bahwa orang lain memiliki pikiran, keyakinan, keinginan, dan niat yang berbeda dari diri mereka sendiri. Kemampuan ini esensial untuk interaksi sosial yang kompleks, empati, dan kerja sama. Studi-studi yang membandingkan kemampuan kognitif manusia dengan primata lain secara konsisten menunjukkan keunggulan manusia dalam tugas-tugas yang melibatkan pemecahan masalah kompleks, perencanaan, dan pemahaman sosial.[204]

Aspek sosial dan budaya juga merupakan dimensi penting dari keistimewaan manusia. Manusia adalah makhluk sosial yang sangat bergantung pada interaksi dan hubungan dengan orang lain untuk perkembangan dan kesejahteraan mereka. Budaya, sebagai sistem

nilai, norma, kepercayaan, dan praktik yang diturunkan dari generasi ke generasi, membentuk cara manusia berpikir, berperilaku, dan berinteraksi dengan dunia. Lev Vygotsky, seorang tokoh psikologi perkembangan sosio-kultural, tekanan peran penting interaksi sosial dan budaya dalam perkembangan kognitif dan sosial anak.[205] Menurut Vygotsky, pembelajaran terjadi melalui interaksi dengan orang lain yang lebih berpengetahuan, dalam apa yang disebut sebagai "zona perkembangan proksimal" (*Zona Perkembangan Proksimal*). Proses sosialisasi dan enkulturasi, melalui keluarga, teman sebaya, sekolah, dan masyarakat luas, membentuk identitas individu dan mentransmisikan nilai-nilai budaya yang mendasar. Keistimewaan budaya manusia tercermin dalam tradisi, adat istiadat, seni, dan teknologi yang diciptakan dan dikembangkan oleh berbagai kelompok manusia di seluruh dunia.

Perkembangan emosional manusia menunjukkan kompleksitas dan nuansa yang khas. Manusia tidak hanya mengalami berbagai macam emosi, tetapi juga memiliki kemampuan untuk meregulasi emosi, memahami emosi orang lain (empati), dan mengekspresikan emosi dengan cara yang kompleks dan termodulasi secara sosial. Perkembangan emosi pada anak-anak, dari ekspresi emosi dasar seperti bahagia, sedih, dan marah, hingga perkembangan emosi sosial yang lebih kompleks seperti rasa malu, bangga, dan bersalah, menunjukkan proses yang bertahap dan dipengaruhi oleh interaksi sosial dan pengalaman hidup. Daniel Goleman, dalam bukunya *Emotional Intelligence*,menyoroti pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan manusia, termasuk kemampuan untuk

mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain.[206] Keistimewaan emosional manusia memungkinkan terbentuknya hubungan interpersonal yang mendalam, kerja sama sosial, dan perkembangan moralitas.

Pada akhirnya, rentang perkembangan manusia yang berkepanjangan, terutama masa kanak-kanak dan remaja, juga merupakan keistimewaan yang signifikan. Masa kanak-kanak yang relatif lama memberikan waktu yang lebih banyak untuk pembelajaran, eksplorasi, dan perkembangan otak. Masa remaja, sebagai masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, merupakan masa eksplorasi identitas, pembentukan nilai-nilai, dan persiapan untuk peran dewasa. Erik Erikson, dalam teori perkembangan psikososialnya, mengungkap serangkaian krisis perkembangan yang dialami individu sepanjang rentang kehidupan, dengan setiap krisis menawarkan peluang untuk pertumbuhan psikologis.[207] Keistimewaan rentang perkembangan manusia yang diperluas memungkinkan adaptasi yang lebih fleksibel terhadap lingkungan, perkembangan keterampilan yang kompleks, dan pembentukan identitas diri yang unik.

Keistimewaan manusia juga diangkat dalam perspektif religius, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an. Manusia dipandang sebagai khalifah di muka bumi, yang diberi tanggung jawab untuk menjaga dan memelihara alam semesta. Dalam Surah Al-Baqarah (2:30), Allah berfirman, *"Dan ketika Tuhanmu berkata kepada para malaikat, 'Sesungguhnya Aku akan menjadikan seorang khalifah di bumi.' Mereka berkata, 'Mengapa Engkau menjadikan (khalifah) di*

bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami selalu bertasbih dengan memuji-Mu dan mensucikan-Mu?' Allah berfirman, 'Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.'" Ayat ini menunjukkan bahwa manusia memiliki keistimewaan bukan hanya dalam kapasitas kognitif atau emosional, tetapi juga dalam konteks moral dan spiritual yang memberikan arah dan tujuan hidupnya. Sebagai khalifah, manusia diberikan tanggung jawab untuk menjaga keberlangsungan kehidupan di bumi, serta mengembangkan moralitas dan spiritualitas yang luhur sesuai dengan ajaran Islam.

Keistimewaan manusia dalam perkembangan psikologi mencerminkan kombinasi unik dari kemampuan kognitif, emosional, sosial, dan spiritual. Setiap individu, dengan kapasitas dan potensi uniknya, berkontribusi pada dinamika masyarakat dan keberlangsungan umat manusia. Pemahaman yang mendalam tentang perkembangan ini tidak hanya membantu kita mengapresiasi kompleksitas manusia, tetapi juga memberikan panduan berharga dalam mendukung perkembangan individu yang sehat dan holistik sepanjang rentang kehidupannya.

Kebebasan dan Tanggung Jawab

Dalam psikologi perkembangan, konsep kebebasan tidak dapat dipahami sebagai kebebasan mutlak tanpa batas. Sebaliknya, kebebasan yang dimaksud adalah kemampuan untuk bertindak dalam batasan tertentu yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal, seperti kematangan kognitif dan emosional, memberikan individu kapasitas untuk membuat

keputusan yang lebih bijak seiring berjalannya waktu. Sedangkan faktor eksternal, seperti norma sosial dan budaya, memberikan batasan yang dapat membentuk bagaimana kebebasan itu diekspresikan dalam masyarakat. Pada tahap perkembangan awal, anak-anak mulai mengembangkan rasa kebebasan melalui eksplorasi lingkungan, interaksi sosial, dan pengambilan keputusan sederhana. Dalam hal ini, anak-anak belajar mengenali batasan-batasan dari lingkungan mereka, baik itu melalui bimbingan orang tua maupun aturan sosial yang berlaku. Ketika seseorang memasuki masa remaja dan dewasa awal, ruang lingkup kebebasan individu semakin meluas, di mana mereka mulai memiliki kemandirian yang lebih besar dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pendidikan, pekerjaan, dan hubungan pribadi. Pada titik ini, kemampuan individu untuk membuat pilihan dan bertindak sesuai dengan kehendaknya mulai berkembang lebih jauh, tetapi tetap diwarnai oleh tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain.[208]

Tanggung jawab, yang merupakan konsep penting dalam perkembangan manusia, berkembang seiring dengan meningkatnya kesadaran diri dan kemampuan kognitif individu. Pada tahap awal kehidupan, anak-anak belajar tentang tanggung jawab melalui pengalaman dalam keluarga dan lingkungan sosial, seperti mengerjakan tugas rumah, mematuhi peraturan, dan mempertanggungjawabkan tindakan mereka. Proses ini tidak hanya mengajarkan anak-anak mengenai kewajiban yang mereka miliki terhadap orang tua atau orang lain, tetapi juga memperkenalkan mereka pada konsep sebab-akibat dan dampak tindakan mereka.

Pada tahap perkembangan selanjutnya, tanggung jawab menjadi lebih kompleks dan melibatkan aspek moral, etika, serta sosial. Individu mulai dipertanyakan mengenai keputusan yang mereka buat dan dampak yang ditimbulkan oleh pilihan tersebut, baik itu bagi diri mereka sendiri maupun bagi orang lain dalam masyarakat yang lebih luas.[209]

Dalam perspektif Islam, konsep tanggung jawab (mas'uliyyah) ditekankan sebagai amanah yang diberikan Allah SWT kepada manusia sebagai khalifah di bumi. Tanggung jawab ini bersifat universal dan tidak terbatas hanya pada duniawi, tetapi juga memiliki dimensi ukhrawi. Sebagai khalifah, setiap individu diberikan tugas untuk menjaga keseimbangan alam, melaksanakan keadilan, serta memelihara hubungan baik dengan sesama makhluk Allah. Salah satu hadits yang menegaskan konsep tanggung jawab ini adalah, *"Setiap kamu adalah pemimpin, dan setiap pemimpin akan dimintai pertanggungjawaban atas kepemimpinannya."* (HR. Bukhari dan Muslim). Hadis ini mengingatkan umat Islam bahwa setiap tindakan yang diambil, baik dalam kapasitas pribadi maupun sosial, akan dimintai pertanggungjawaban di hadapan Allah SWT. Tanggung jawab ini tidak hanya mencakup aspek-aspek praktis kehidupan sehari-hari, tetapi juga mencakup dimensi moral dan spiritual yang lebih luas, di mana manusia diingatkan untuk selalu bertindak sesuai dengan prinsip-prinsip keadilan, kebaikan, dan kasih sayang.[210]

Dalam kerangka Psikologi Perkembangan Islami, kebebasan dan tanggung jawab tidak dipisahkan, melainkan saling melengkapi dan

berinteraksi secara harmonis. Kebebasan yang diberikan Allah SWT kepada manusia harus digunakan dengan bijaksana dan bertanggung jawab. Setiap kebebasan yang dimiliki membawa dampak pada diri sendiri, orang lain, dan lingkungan, sehingga penting bagi individu untuk mengembangkan kedewasaan dalam membuat pilihan dan bertanggung jawab atas setiap keputusan yang diambil. Sebagai khalifah, manusia harus menjaga keseimbangan antara kebebasan pribadi dan tanggung jawab sosial untuk menciptakan kehidupan yang adil, damai, dan penuh berkah, baik di dunia maupun di akhirat.[211]

Keseimbangan Dunia dan Akhirat

Keseimbangan antara dunia dan akhirat merujuk pada kemampuan individu untuk menavigasi kehidupan dengan mengutamakan kebutuhan material dan spiritual secara harmonis. Dalam perspektif Islam, konsep ini sangat ditekankan, di mana umat Islam diajarkan untuk mencari kebaikan di dunia tanpa melupakan tujuan akhirat. Dunia dipandang sebagai ladang untuk beramal dan mempersiapkan kehidupan setelah kematian. Keseimbangan ini bukan berarti membagi waktu secara sama rata antara urusan dunia dan akhirat, tetapi lebih kepada mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam setiap aspek kehidupan duniawi. Al-Ghazali dalam karyanya *Ihya Ulumuddin* menekankan bahwa tujuan utama manusia adalah untuk mencapai kebahagiaan akhirat dengan tetap memenuhi kewajiban duniawi. Namun, kedua aspek tersebut tidak dapat dipisahkan, karena kehidupan dunia yang dijalani dengan niat yang benar dan sesuai dengan ajaran agama akan mengarah pada

kemuliaan di akhirat. Keseimbangan ini mengharuskan umat Islam untuk menjaga hubungan baik dengan Allah SWT, dengan sesama manusia, serta menjaga bumi sebagai amanah yang diberikan-Nya[212].

Dalam psikologi, konsep yang serupa dapat ditemukan dalam teori-teori yang menekankan pentingnya makna dan tujuan hidup. Viktor Frankl, seorang psikiater dan penyintas Holocaust, mengembangkan logoterapi yang berfokus pada pencarian makna sebagai motivasi utama manusia. Frankl berpendapat bahwa manusia tidak hanya mencari kesenangan atau kekuasaan, tetapi juga makna dalam hidupnya. Menurut Frankl, pencarian makna hidup ini menjadi inti dari eksistensi manusia, yang sangat relevan dengan pencarian keseimbangan antara kehidupan duniawi dan spiritual[213]. Dalam konteks ini, keseimbangan dunia dan akhirat dapat dipandang sebagai sumber makna yang penting bagi individu, terutama bagi mereka yang memiliki keyakinan agama.

Kekacauan antara dunia dan akhirat dapat menimbulkan berbagai masalah psikologis. Terlalu fokus pada dunia materi tanpa memperhatikan dimensi spiritual dapat menyebabkan kekosongan batin, kecemasan eksistensial, dan kekurangan makna hidup. Yalom dalam *The Schopenhauer Cure* menyatakan bahwa ketidakseimbangan antara pencarian duniawi dan pencarian makna batin dapat menyebabkan masalah psikologis, seperti depresi dan kecemasan, karena individu merasa kehilangan tujuan hidup yang lebih besar. Sebaliknya, mengabaikan sepenuhnya urusan dunia dan hanya fokus pada akhirat dapat menyebabkan isolasi sosial,

ketidakmampuan beradaptasi dengan kehidupan nyata, dan bahkan ekstremisme dalam beragama.

Namun, keseimbangan yang baik antara dunia dan akhirat justru dapat membawa dampak positif pada kesejahteraan psikologis. Individu yang mampu mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari cenderung lebih bahagia, memiliki tujuan hidup yang jelas, lebih tangguh dalam menghadapi stres, dan memiliki hubungan sosial yang lebih baik. Myers (2000) dalam *The Pursuit of Happiness* menunjukkan bahwa keseimbangan antara kehidupan spiritual dan duniawi dapat memperkuat ketahanan mental seseorang dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan[214]. Penelitian oleh Pargament (1997) juga menunjukkan bahwa religiositas dan spiritualitas sering kali menjadi sumber dukungan psikologis yang kuat, terutama dalam menghadapi krisis kehidupan. Individu yang mengintegrasikan spiritualitas dalam kehidupan mereka cenderung lebih mampu mengatasi masalah dan stres yang mereka hadapi[215].

Baik dalam perspektif Islam maupun psikologi, keseimbangan antara dunia dan akhirat memiliki peranan yang sangat penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup. Integrasi nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari dapat memberikan kedamaian batin, memperkuat ketahanan mental, serta meningkatkan hubungan sosial dan rasa tujuan hidup yang lebih besar.

Pandangan tasawuf mengenai keseimbangan dunia dan akhirat tertanam pada konsep Tauhid, yaitu keesaan Allah SWT. Dalam

paradigma tauhid, seluruh alam semesta, termasuk dunia dan akhirat, merupakan manifestasi dari kehendak dan kekuasaan Allah. Tidak ada dikotomi fundamental yang memisahkan keduanya, melainkan sebuah kesinambungan dalam penciptaan dan pengaturan Ilahi. Jalaluddin Rumi dalam *Matsnawi* menegaskan hal ini, *"Dunia dan akhirat adalah dua sisi dari koin yang sama, yang dicetak oleh satu Raja.*" Senada dengan itu, Ibnu Arabi dalam *Futuhat al-Makkiyyah* menjelaskan bahwa "*Alam semesta adalah tajalli (manifestasi) dari Nama-nama dan Sifat-sifat Allah, yang meliputi seluruh dimensi keberadaan, baik yang tampak maupun yang gaib*"[216]. Pernyataan ini mengimplikasikan bahwa dunia bukanlah sesuatu yang terpisah dari Allah, melainkan merupakan wahana di mana sifat-sifat keagungan dan keindahan-Nya teraktualisasi.

Menambahkan logistik dari pandangan tauhid ini adalah penolakan terhadap pengecualian dikotomis antara aktivitas duniawi dan spiritual. Dalam tasawuf, kehidupan duniawi tidak dipandang sebagai penghalang menuju akhirat, melainkan sebagai arena ujian dan kesempatan untuk mendekatkan diri kepada Allah. Konsep *zuhd* dalam tasawuf sering disalahpahami sebagai pengabaian total terhadap dunia. Padahal, *zuhd* yang sejati bukanlah mengabaikan dunia secara fisik, melainkan memelihara hati dari kepemilikan dan kecintaan yang berlebihan terhadap dunia. Al-Ghazali dalam *Ihya Ulumuddin* menjelaskan bahwa "*Zuhd adalah melepaskan hati dari kematian pada kenikmatan dunia, bukan berarti meninggalkan dunia secara lahiriah. Seseorang bisa*

saja kaya dan berkuasa, namun hatinya tetap zuhud jika tidak terperangkap dalam cinta dunia"[217]. Seorang sufi dapat terlibat aktif dalam urusan dunia bekerja, berkeluarga, berinteraksi sosial namun tetap menjaga orientasi spiritualnya dan menjadikan dunia sebagai sarana untuk meraih ridha Allah.

Integrasi antara aktivitas duniawi dan spiritual dalam tasawuf tercermin dalam praktik *ihsan* dalam segala aspek kehidupan. *Ihsan* berarti melakukan segala sesuatu dengan sebaik-baiknya, disertai kesadaran bahwa Allah selalu mengawasi. Konsep ini tidak terbatas pada ritual ibadah, tetapi juga mencakup etos kerja, interaksi sosial, dan bahkan pemanfaatan sumber daya alam. Seorang sufi yang bekerja, misalnya, akan berusaha memberikan yang terbaik dalam pekerjaannya, bukan hanya untuk mencari keuntungan materi, tetapi juga sebagai bentuk pengabdian kepada Allah dan pengabdian kepada sesama. Praktik *dzikir* (mengingat Allah) juga menjadi elemen penting dalam menjaga keseimbangan dunia dan akhirat. *Dzikir* tidak hanya dilakukan dalam waktu-waktu tertentu, tetapi juga terlibat dalam aktivitas sehari-hari. Dengan selalu mengingat Allah, seorang sufi mampu menjaga hatinya tetap terhubung dengan dimensi spiritual di tengah kesibukan duniawi. Hal serupa ditegaskan oleh Imam Qusyairi dalam *Risalah al-Qusyairiyah*, *"Dzikir adalah makanan hati dan jiwa, yang di dalamnya hati menjadi hidup dan bercahaya. Dzikir yang berkelanjutan akan melahirkan kesadaran akan kehadiran Allah dalam setiap keadaan*"[218].

Tasawuf mengajarkan konsep *fana* dan *baqa*. *Fana* adalah peleburan diri seorang hamba dalam keagungan Allah, yakni menghilangkan ego dan kesadaran diri yang terpisah dari-Nya. *Baqa* adalah keberlangsungan eksistensi hamba dalam Allah, yaitu hidup dengan kesadaran penuh akan kehadiran dan kehendak-Nya. Meskipun konsep ini tampak abstrak, efektivitasnya dalam konteks keseimbangan dunia dan akhirat sangat signifikan. Seorang sufi yang mencapai *fana* dan *baqa* tidak lagi memandang dunia dan akhirat sebagai dua entitas yang terpisah, melainkan sebagai manifestasi dari keesaan Allah. Kehidupan duniawinya tidak lagi didorong oleh ego dan nafsu, melainkan oleh kehendak Allah. Dalam keadaan ini, segala aktivitas duniawi menjadi ibadah dan mendekatkan diri kepada-Nya. Ibnu Athaillah dalam *Al-Hikam* menyatakan, *"Janganlah kamu mengira bahwa keterlibatanmu dalam dunia menghalangi dirimu dari Allah. Justru, dunia ini adalah jembatan menuju-Nya jika kamu memanfaatkannya dengan benar"*[219].

Manusia sebagai Khalifah di Bumi

Konsep manusia sebagai Khalifah fil Ardh atau wakil Tuhan di muka bumi adalah landasan teologis yang penting dalam agama Islam. Dalam pandangan ini, manusia memiliki tanggung jawab besar untuk mengelola, memelihara, dan memakmurkan bumi sesuai dengan kehendak Allah SWT. Lebih dari sekadar penguasaan, peran Khalifah menuntut adanya kepemimpinan yang bertanggung jawab, adil, dan penuh kasih sayang terhadap seluruh ciptaan. Dalam konteks ini, konsep Khalifah mengajarkan bahwa manusia harus menjadi penjaga dan pemelihara bumi dengan cara yang

membawa manfaat bagi umat manusia serta seluruh ciptaan lainnya. Hal ini sesuai dengan ajaran Islam yang mengajak umat untuk menjaga keseimbangan alam dan berbuat adil dalam setiap aspek kehidupan.

Dalam perspektif psikologi perkembangan, pemahaman mengenai peran Khalifah ini berkembang seiring dengan bertambahnya usia dan pengalaman individu. Konsep ini tidak bersifat statis, melainkan dinamis, di mana kesadaran akan tanggung jawab sebagai Khalifah semakin berkembang sesuai dengan tahap perkembangan individu. Sejak masa kanak-kanak, individu mulai belajar tentang tanggung jawab melalui interaksi dengan keluarga dan lingkungan sosial. Pada tahap perkembangan selanjutnya, kesadaran individu akan peran dan tanggung jawabnya sebagai Khalifah semakin matang, seiring dengan peningkatan kemampuan kognitif, moral, dan sosial. Hal ini sejalan dengan perkembangan psikologis yang mengajarkan individu untuk mengenali peran sosial dan tanggung jawab mereka terhadap dunia ini.

Al-Quran dalam Surat Al-Baqarah ayat 30 menyebutkan secara eksplisit bahwa manusia diciptakan sebagai Khalifah di muka bumi: *"Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat: 'Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi. Mereka berkata: 'Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?' Tuhan berfirman:*

'Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.'" (QS. Al-Baqarah, 2:30)[220]. Ayat ini menggarisbawahi pentingnya kesadaran manusia akan tanggung jawab moralnya sebagai Khalifah untuk menghindari perbuatan kerusakan dan selalu berusaha untuk berbuat kebaikan. Dalam konteks perkembangan individu, ini mengimplikasikan bahwa pemahaman tentang tanggung jawab moral dan spiritual ini diperoleh melalui pengalaman hidup yang mendalam serta pengetahuan yang terus berkembang seiring waktu.

Hadis Nabi Muhammad SAW juga memberikan banyak petunjuk mengenai bagaimana seorang Muslim seharusnya berperan sebagai Khalifah. Salah satu hadis yang relevan adalah hadis yang berbunyi: "*Setiap kamu adalah pemimpin, dan setiap kamu akan dimintai pertanggungjawaban atas kepemimpinannya*." (HR. Bukhari dan Muslim)[221]. Hadis ini menunjukkan bahwa kepemimpinan dalam Islam tidak hanya terbatas pada jabatan formal, tetapi mencakup tanggung jawab individu dalam keluarga, masyarakat, dan lingkungan. Setiap Muslim memiliki tanggung jawab untuk memimpin dirinya sendiri, keluarganya, dan lingkungannya menuju kebaikan dan kemaslahatan. Pandangan ini sejalan dengan perkembangan psikologi yang mengajarkan pentingnya pemahaman individu terhadap peran dan tanggung jawab mereka dalam konteks sosial yang lebih luas.

Peran Khalifah tidak hanya berfokus pada aspek duniawi, tetapi juga mencakup dimensi moral dan spiritual yang berkembang seiring dengan bertambahnya usia dan pengalaman individu.

Melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang tanggung jawab ini, individu dapat menjadi pemimpin yang bijaksana dan penuh kasih sayang dalam setiap aspek kehidupan. Konsep ini menekankan pentingnya kesadaran bahwa setiap tindakan yang dilakukan tidak hanya memiliki dampak di dunia ini, tetapi juga di akhirat, yang menjadi landasan moral bagi kehidupan yang lebih baik.

Dimensi Manusia dalam Islam

Dimensi Hati (Qolbi)

Hati, atau dalam bahasa Arab disebut *qolbi*, seringkali dipahami hanya sebagai organ biologis yang memompa darah ke seluruh tubuh. Namun, dalam berbagai tradisi spiritual dan filosofis, khususnya dalam konteks Islam, *qolbi* memiliki dimensi yang jauh lebih dalam dan kompleks. Ia bukan sekadar jantung fisik, melainkan pusat kesadaran, spiritualitas, emosi, dan intuisi manusia.

Salah satu dimensi utama *qolbi* adalah dimensi spiritual. Dalam pandangan Islam, *qolbi* merupakan tempat bersemayamnya iman dan koneksi spiritual dengan Tuhan. Ia adalah wadah yang mampu menerima cahaya ilahi dan menjadi jendela menuju realitas transenden. Al-Ghazali, seorang filosof dan teolog Muslim terkemuka, menekankan bahwa *qolbi* adalah "*esensi manusia*" dan "*tempat pengetahuan tentang Tuhan.*"[222] Dimensi *qolbi* spiritual berkembang melalui ibadah, dzikir (mengingat Allah), refleksi, dan upaya untuk mendekatkan diri kepada Sang Pencipta. Ketika dimensi spiritual *qolbi* terawat dengan baik, individu akan merasakan kedamaian batin, ketentraman, dan tujuan hidup yang jelas. Sebaliknya, kecerobohan dalam merawat dimensi spiritual *qolbi*

dapat menyebabkan kekosongan hati, kegelisahan, dan bahkan kekeringan spiritual.

Selain dimensi spiritual, *qolbi* juga memiliki dimensi intelektual. Meskipun seringkali dikontraskan dengan akal (*'aql*), *qolbi* juga memiliki peran penting dalam pemahaman dan kebijaksanaan. Namun, intelektualitas *qolbi* berbeda dengan rasionalitas analitis akal. *Qolbi* memahami melalui intuisi, inspirasi, dan pencerahan spiritual. Ia adalah tempat di mana hikmah dan pengetahuan mendalam bersemi. Ibnu Arabi, seorang sufi dan filosof, menekankan bahwa *qolbi* adalah "cermin yang merefleksikan realitas ilahi" dan "tempat pengetahuan langsung (*ma'rifah*)."[223] Dimensi intelektual *qolbi* berkembang melalui perenungan, kontemplasi, dan pencarian makna yang mendalam. Ia memungkinkan individu untuk memahami hakikat kebenaran di luar batas logika rasional semata dan memperoleh kebijaksanaan yang transformatif.

Qolbi juga memiliki dimensi emosional. Ia adalah pusat emosi dan perasaan manusia, baik positif maupun negatif. Cinta, kasih sayang, kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, dan ketakutan semuanya dihilangkan dalam *qolbi*. Namun, penting untuk dicatat bahwa dalam perspektif spiritual, emosi yang sehat dan positif adalah emosi yang terkendali dan diarahkan oleh *qolbi* yang bersih dan jernih. Rumi, seorang penyair sufi terkenal, menggambarkan *qolbi* sebagai "rumah cinta" dan "*tempat pertemuan antara manusia dan Tuhan melalui cinta."*[224] Dimensi *qolbi* emosional perlu dipelihara dengan mengembangkan empati, kasih sayang, dan

kemampuan untuk mengelola emosi dengan bijak. Emosi yang tidak terkendali dan negatif dapat menggelapkan *qolbi* dan menghalangi perkembangan spiritual.

Yedi Supriadi dalam karyanya menjelaskan bahwa hati adalah cahaya yang menjadi tempat untuk menerima *siirullah* (ilham atau wahyu dari Allah) dan *nurrullah* (cahaya Ilahi). Menurutnya, hati yang bersih dan suci menjadi wadah bagi petunjuk dan cahaya Ilahi yang dapat membimbing individu dalam menjalani kehidupan yang sesuai dengan kehendak Allah. Konsep ini sejalan dengan ajaran tasawuf yang memandang hati sebagai pusat spiritual yang dapat menerima cahaya-Nya, yang hanya dapat terjadi ketika hati tersebut bebas dari kotoran dan dosa. Tidak hanya itu, *qolbi* juga memiliki dimensi moral dan etika. Ia berfungsi sebagai suara hati nurani, membimbing individu untuk membedakan antara benar dan salah, baik dan buruk. *Qolbi* yang bersih akan senantiasa mendorong individu untuk berbuat kebajikan dan menjauhi kemungkaran. Dalam tradisi Islam, konsep *taqwa* (kesadaran akan Tuhan dan rasa takut kepada-Nya) sangat erat hubungannya dengan *qolbi*. *Taqwa* merupakan kondisi hati yang selalu waspada dan berusaha menyenangkan Allah dalam setiap tindakan. Said Nursi, seorang cendekiawan Muslim modern, menjelaskan bahwa *qolbi* adalah "pusat moralitas" dan "tempat lahirnya niat dan motivasi."[225] Dimensi moral dan etika *qolbi* diperkuat melalui pendidikan agama, refleksi moral, dan praktik kebaikan dalam kehidupan sehari-hari.

Terakhir, perlu disadari bahwa *qolbi* memiliki dimensi dinamis dan perkembangan. Ia bukanlah entitas yang statis, melainkan terus

berkembang dan berubah seiring dengan pengalaman hidup dan upaya spiritual individu. *Qolbi* dapat menjadi bersih dan bercahaya (*qolbun salim*) melalui penyucian diri (*tazkiyatun nafs*) dan ibadah yang tulus. Sebaliknya, *qolbi* juga dapat menjadi keras dan gelap (*qolbun qasi*) akibat dosa, kelalaian, dan pengaruh negatif dari lingkungan sekitar. Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, seorang ulama besar, menjelaskan bahwa *qolbi* adalah "ladang yang perlu ditanami dan dipelihara" agar menghasilkan buah yang baik.[226]

Salah satu esensi utama dari *qolbi* adalah kemampuan untuk menciptakan kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Dalam pandangan para sufi, hati yang bersih merupakan kunci untuk merasakan kehadiran Tuhan dan memahami makna hidup. Hal serupa dikemukakan oleh Al-Ghazali, seorang teolog dan sufi terkemuka, bahwa hati yang bersih akan mampu melihat kebenaran dan hikmah ilahi di balik setiap peristiwa dalam kehidupan. Al-Ghazali menegaskan bahwa untuk mencapai hati yang bersih, seseorang harus mampu mengendalikan hawa nafsu dan membersihkan diri dari sifat-sifat tercela seperti kesombongan, kebencian, dan kecenderungan untuk berbuat dosa.[227]

Proses pembersihan hati dalam tasawuf dikenal dengan nama "tazkiyah." Tazkiyah bukan sekadar upaya untuk menghindari dosa, melainkan juga merupakan sebuah perjalanan spiritual yang melibatkan pengetahuan, introspeksi, dan amalan ibadah yang konsisten. Misalnya saja amalan ibadah seperti shalat, puasa, dan dzikir yang berfungsi sebagai sarana untuk membersihkan hati dari kotoran spiritual. Dalam konteks ini, Rumi, seorang sufi besar,

pernah menyatakan bahwa perjalanan menuju Tuhan adalah perjalanan yang dilakukan dengan hati, suatu perjalanan yang tidak mungkin dicapai tanpa pemahaman dan penghayatan yang mendalam terhadap cinta dan pengabdian kepada Allah.[228]

Lebih dari sekadar aspek individual, *qolbi* juga mengandung dimensi sosial. Hati yang sehat berfungsi sebagai sumber kasih sayang dan kepedulian terhadap sesama. Dalam tasawuf, berbagi dan membantu orang lain dianggap sebagai wujud dari kebersihan hati. Sebuah hadis Nabi Muhammad SAW menggambarkan betapa pentingnya hati yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain: *"Sejujurnya dalam tubuh ini ada sepotong daging; jika ia baik, maka baiklah seluruh tubuh, dan jika ia rusak, maka rusaklah seluruh tubuh. Ketahuilah, bahwa potongan daging itu adalah hati."*[229] Hal ini menunjukkan korelasi antara kebersihan hati dan perilaku sosial yang positif.

Dalam rangka memahami lebih dalam tentang *qolbi* dalam tasawuf, penting bagi kita untuk mengajarkan ajaran-ajaran ini dengan praktik kehidupan sehari-hari. Dimensi *qolbi* seharusnya menjadi pedoman bagi umat untuk mengembangkan sifat-sifat positif dalam diri dan masyarakat. Penerapan nilai-nilai ini dapat membantu menciptakan lingkungan yang harmonis, di mana cinta dan kasih sayang dapat tumbuh subur.

Dimensi hati (*qolbi*) dalam persepsi tasawuf adalah konsep komprehensif yang mencakup aspek spiritual, sosial, dan moral. Melalui proses pembersihan hati dan pengembangan karakter, individu diharapkan dapat mencapai kedekatan dengan Tuhan dan

berkontribusi terhadap kebaikan umat manusia. Kajian tentang *qolbi* tidak hanya relevan dalam konteks agama, tetapi juga sangat penting untuk pembangunan karakter dan etika dalam masyarakat modern yang semakin kompleks saat ini.

Dalam pandangan Islam, hati atau qalbu seringkali dibagi menjadi beberapa kategori berdasarkan kondisi dan sifatnya. Meskipun tidak ada pembagian yang baku dalam seluruh literatur Islam, beberapa pembagian yang sering dijumpai dalam berbagai tafsiran dan ajaran Islam mencakup pembagian qalbu menjadi lima kategori, yakni: *qalbu saliim*, *qalbu maridh*, *qalbu amsyaj*, *qalbu aswad*, dan *qalbu mukhlis*. Pembagian ini tidak hanya terdapat dalam Al-Qur'an dan hadis, tetapi juga banyak dijelaskan oleh para ahli tasawuf yang mendalami makna spiritual dan kondisi batin seseorang. Setiap jenis qalbu ini menggambarkan keadaan hati yang mempengaruhi hubungan seseorang dengan Allah, baik dalam hal ketakwaan, kedamaian batin, maupun interaksi sosial.

1. *Qalbu Saliim* (Hati yang Sehat)

Qalbu saliim merujuk pada hati yang sehat, bersih, dan terjaga dari penyakit-penyakit hati seperti kesombongan, kedengkian, atau keraguan. Dalam hal ini, hati berada dalam keadaan yang sempurna dan tunduk sepenuhnya kepada Allah, dengan penuh keimanan dan ketakwaan. Hati yang sehat adalah hati yang senantiasa mengingat Allah, menjaga hubungan dengan-Nya melalui ibadah, doa, dan muamalah yang baik. Hati yang demikian dicontohkan dalam Surah Ash-Shu'ara ayat 89, yang menyatakan, *"Pada hari yang tidak bermanfaat harta dan anak-anak, kecuali orang yang datang*

kepada Allah dengan hati yang bersih." (Qur'an, 26:89). Ahli tasawuf seperti al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menekankan pentingnya menjaga kebersihan hati dari segala bentuk penyakit batin, yang dapat menghalangi seseorang untuk merasakan kedamaian dan kesejahteraan spiritual[230].

2. *Qalbu Maridh* (Hati yang Sakit)

Qalbu maridh adalah hati yang sedang terjangkit penyakit spiritual, seperti hasad (iri hati), riya' (ingin dilihat orang), dan penyakit hati lainnya yang dapat menghalangi seseorang untuk merasakan kedamaian dalam beribadah. Hati ini penuh dengan kecemasan, ketidakpuasan, dan gangguan yang membuatnya jauh dari ketenangan batin. Dalam hadits riwayat Imam Muslim, Nabi Muhammad SAW bersabda, *"Sesungguhnya dalam tubuh ada segumpal daging, apabila daging tersebut baik, maka seluruh tubuh akan baik. Dan apabila daging tersebut rusak, maka seluruh tubuh akan rusak, yaitu hati" (Muslim).* Hal ini menunjukkan pentingnya menjaga hati dari penyakit batin, karena hati yang sakit dapat menyebabkan kerusakan dalam seluruh aspek kehidupan seseorang. Penyembuhan qalbu maridh ini membutuhkan upaya seperti taubat, dzikir, dan memperbaiki niat dalam setiap perbuatan.

3. *Qalbu Amsyaj* (Hati yang Terpecah)

Qalbu amsyaj adalah hati yang terpecah antara kebaikan dan keburukan, antara iman dan kekufuran. Hati ini sering kali bimbang dan terombang-ambing, kesulitan dalam memilih jalan yang benar dan terpengaruh oleh godaan duniawi. Sebagaimana disebutkan

dalam karya Ibn Qayyim al-Jawziyya, *"Hati yang terpecah tidak dapat menemukan kedamaian karena terus dibayangi oleh keraguan dan kebimbangan. Untuk itu, hendaknya seorang hamba berusaha untuk mencari petunjuk Allah agar hatinya tidak terperdaya"*[231]. Pada hati yang terpecah ini, seseorang seringkali merasa tidak yakin dalam memilih keputusan yang benar dan bisa terpengaruh oleh nafsu, sangat penting bagi seseorang untuk selalu menguatkan imannya melalui dzikir dan ibadah yang ikhlas agar bisa mencapai ketenangan.

4. *Qalbu Aswad* (Hati yang Hitam)

Qalbu aswad adalah hati yang telah tertutup dan gelap akibat dosa-dosa besar yang dilakukan tanpa henti dan tanpa ada upaya untuk bertaubat. Hati ini sangat sulit untuk menerima kebenaran dan petunjuk Allah karena telah tertutup oleh kebiasaan buruk. Dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam Ahmad, Nabi Muhammad SAW bersabda, *"Apabila seorang hamba melakukan dosa, maka di hati tersebut akan terdapat titik hitam. Apabila ia bertaubat, maka titik hitam itu akan hilang. Namun, jika ia terus-menerus berbuat dosa, maka titik hitam itu akan semakin banyak hingga menutupi hatinya"*[232]. Hal ini menggambarkan bahwa dosa yang tidak diikuti dengan taubat akan menghitamkan hati, dan menjadikan seseorang sulit untuk kembali ke jalan Allah.

5. *Qalbu Mukhlis* (Hati yang Ikhlas)

Qalbu mukhlis adalah hati yang sepenuhnya ikhlas dalam menyerahkan diri kepada Allah, bebas dari riya' dan segala bentuk ketidakterikatan dengan dunia. Hati ini senantiasa beramal hanya

untuk mencari ridha Allah, tanpa mengharapkan pujian atau imbalan duniawi. Dalam karya al-Qushayri, *"Qalbu mukhlis adalah hati yang hanya ingin dekat dengan Allah, dan segala amalannya hanya untuk-Nya"*[233]. Dalam konteks ini, hati yang ikhlas akan selalu merasakan kedamaian dan ketenangan, karena amalannya dilakukan dengan niat yang tulus. Orang dengan qalbu mukhlis selalu merasa damai dalam ketundukannya kepada Allah, dan tidak terpengaruh oleh godaan duniawi.

Dimensi Jiwa (*Al-Nafs*)

Dimensi jiwa atau yang dikenal dalam terminologi Arab sebagai Al-Nafs merupakan konsep yang menggabungkan aspek psikologis dan spiritual dari manusia. Dalam ajaran Islam, Al-Nafs tidak hanya dianggap sebagai pusat dari kehidupan psikologis, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang sangat penting dalam perjalanan menuju kedamaian batin dan kedekatan dengan Allah.

Konsep Al-Nafs ini mencakup berbagai tingkatan atau kondisi yang mencerminkan bagaimana jiwa berkembang dan mengalami perubahan, baik secara internal dalam aspek psikologis maupun dalam konteks spiritual.

Secara umum, dimensi jiwa ini dibagi menjadi tiga tingkatan utama yang menggambarkan perjalanan jiwa dari kondisi yang penuh dengan hawa nafsu, menuju kesadaran dan kedamaian yang lebih tinggi.

Pembagian ini dapat ditemukan dalam ajaran tasawuf dan literatur Islam, yang menjelaskan proses transformasi jiwa manusia dalam pencapaian kedekatan dengan Allah.

1. ***Nafs al-Ammarah*** **(Jiwa yang Memerintah kepada Keburukan)**

Nafs al-ammarah adalah jiwa yang cenderung kepada perbuatan buruk dan selalu mengajak kepada keburukan dan dosa. Dalam kondisi ini, jiwa sepenuhnya dipengaruhi oleh hawa nafsu dan keinginan duniawi, serta sulit untuk mengendalikan dorongan-dorongan jahat. Orang yang memiliki jiwa ini lebih sering terjerumus dalam perbuatan maksiat dan tidak dapat membedakan antara yang benar dan yang salah. Al-Qur'an menggambarkan kondisi ini dalam Surah Yusuf ayat 53, di mana Allah berfirman, *"Dan aku tidak membebaskan diri dari (kemungkinan) kesalahan, karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku..."* (Qur'an, 12:53). Ayat ini mengindikasikan bahwa nafsu yang tidak dikendalikan akan selalu mengarah pada keburukan, kecuali jika mendapat rahmat dan bimbingan dari Allah.

2. ***Nafs al-Lawwamah*** **(Jiwa yang Menyesali)**

Nafs al-lawwamah adalah jiwa yang sering kali menyesali perbuatannya dan menyadari kesalahannya. Dalam kondisi ini, jiwa berada dalam proses refleksi diri dan selalu mengkritik tindakannya sendiri, baik yang baik maupun yang buruk. Jiwa ini terus berusaha memperbaiki diri dan mencapai kesucian dengan melakukan amal saleh dan taubat. Orang dengan nafs al-lawwamah sering merasakan penyesalan setelah melakukan dosa, dan berusaha untuk memperbaiki diri agar tidak mengulangi kesalahan yang sama. Allah menggambarkan jiwa ini dalam Surah Al-Qiyamah ayat 2, *"Aku*

bersumpah dengan jiwa yang menyesali" (Qur'an, 75:2). Ayat ini menunjukkan bahwa jiwa yang menyesali adalah jiwa yang masih dalam proses pembersihan, berusaha kembali ke jalan yang benar dan mencapai kesempurnaan spiritual.

3. *Nafs al-Mutmainnah* (Jiwa yang Tenang dan Ridha)

Nafs al-mutmainnah adalah jiwa yang telah mencapai kedamaian dan ketenangan setelah melalui proses pembersihan dari hawa nafsu dan dosa. Jiwa ini sepenuhnya tunduk kepada Allah, merasa puas dengan takdir-Nya, dan tidak terpengaruh oleh godaan duniawi. Hati dan pikiran orang yang memiliki jiwa ini berada dalam keadaan yang penuh dengan ketenangan dan kedamaian, karena ia merasa dekat dengan Allah dan mendapatkan ridha-Nya. Dalam Surah Al-Fajr ayat 27-30, Allah berfirman, *"Wahai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku" (Qur'an, 89:27-30).* Ayat ini menggambarkan kondisi jiwa yang telah mencapai tingkat kedamaian yang tinggi, merasa puas dengan takdir Allah, dan menerima petunjuk-Nya dengan penuh keridhaan.

Potensi pengendali bumi yang terdapat dalam diri manusia, sebagaimana yang diungkapkan dalam konsep *sunnatullah*, berada dalam dimensi jiwa (al-nafs) manusia. Dalam pandangan tasawuf, konsep ini merujuk pada pengendalian batin yang erat kaitannya dengan kesadaran spiritual dan kapasitas manusia untuk memahami hakikat kehidupan dan alam semesta. Sistem *sunnatullah* ini bukan hanya mencakup hukum alam yang berlaku, tetapi juga

menggambarkan cara manusia untuk hidup selaras dengan kehendak Tuhan. Dalam *tasawuf*, jiwa manusia dipandang sebagai tempat bagi potensi terbesar yang dapat mengarahkan seseorang pada pemahaman yang lebih dalam tentang hubungan manusia dengan Allah dan alam semesta[234].

Sistem ini menjadi lebih nyata ketika seorang individu mampu menyelaraskan diri dengan kehendak Tuhan dan menjadikan ibadah sebagai inti dari setiap tindakan. Sebagai hamba yang saleh, individu tersebut mampu mengaplikasikan sistem kehidupan yang lebih besar yang berhubungan dengan alam semesta. Seperti yang dijelaskan dalam tasawuf, untuk mencapai pemahaman ini, manusia harus menjalani proses penyucian jiwa, yang disebut *tazkiyah*, agar dapat memahami dan mengimplementasikan hukum-hukum kehidupan yang telah diatur oleh Allah[235]. Proses spiritual ini tidak hanya berdampak pada dimensi pribadi, tetapi juga pada keseimbangan antara manusia dan alam sekitar.

Ketika seseorang mampu mengendalikan jiwa dengan baik, ia dapat mengaplikasikan potensi spiritual ini untuk menjalani kehidupan sesuai dengan tujuan Allah, yang tidak hanya terbatas pada dunia, tetapi juga mencakup persiapan untuk kehidupan akhirat. Salah satu bukti pengelolaan yang baik terhadap jiwa ini dapat dilihat dari perilaku yang sesuai dengan prinsip keadilan dan kebijaksanaan, sebagaimana dijelaskan dalam hadis Nabi Muhammad SAW: "Sesungguhnya di dalam tubuh manusia terdapat segumpal daging, apabila ia baik maka baiklah seluruh tubuh, dan apabila ia rusak maka rusaklah seluruh tubuh. Itulah hati" (HR.

Bukhari dan Muslim). Hadis ini menekankan pentingnya kebersihan hati, yang juga berhubungan erat dengan kesucian jiwa sebagai sumber segala tindakan dan keputusan yang diambil oleh seorang individu.

Yedi Supriadi dalam penjelasannya mengungkapkan bahwa jiwa merupakan potensi yang telah ditetapkan oleh Allah dalam ketetapan-Nya. Potensi tersebut mencakup berbagai karakteristik dan kecenderungan yang ada dalam diri setiap individu, yang menentukan bakat dan kecenderungannya dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, seorang individu yang memiliki potensi jiwa pedagang akan cenderung memiliki kemampuan untuk berbisnis, bernegosiasi, dan memahami dinamika pasar. Begitu pula dengan mereka yang memiliki potensi jiwa tentara atau pengusaha, yang memiliki keteguhan, keberanian, dan keterampilan dalam bidang yang mereka geluti.

Menurut Yedi Supriadi, setiap individu lahir dengan potensi tersebut, dan Allah SWT telah menentukan bakat serta kecenderungan ini sebagai bagian dari takdir-Nya. Hal ini mengingatkan kita pada konsep *fitrah* dalam Islam, yang mencakup potensi alami yang diberikan oleh Allah kepada setiap manusia. Sebagai contoh, dalam Al-Quran, Allah berfirman: *"Dan Allah menciptakan kamu dalam bentuk yang sebaik-baiknya*" (QS. At-Tin: 4), yang menunjukkan bahwa setiap individu memiliki potensi yang sempurna yang harus dikembangkan sesuai dengan takdir-Nya.

Dalam hal ini, manusia sebagai khalifah di bumi memiliki tanggung jawab besar untuk menjaga keseimbangan alam dan

berkontribusi pada kehidupan yang adil dan sejahtera. Allah berfirman dalam Surah Al-Baqarah ayat 30: "Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat: 'Sesungguhnya Aku hendak menjadikan khalifah di bumi.'" (QS. Al-Baqarah: 30). Ayat ini menunjukkan bahwa manusia diberi amanah untuk memimpin bumi dengan penuh kebijaksanaan, memelihara alam semesta, serta menjalankan hidup dengan kesadaran spiritual yang tinggi. Potensi jiwa yang dapat mengendalikan bumi harus dipahami sebagai tanggung jawab besar yang harus dijalankan dengan penuh keikhlasan dan pengabdian kepada Allah.

Ketinggian jiwa paling baik digambarkan dalam wahyu ilahi, yang mengatakan, *"Sesungguhnya Kami telah memberikan kepercayaan (akal dan kemauan) kepada langit, bumi, dan gunung-gunung; tetapi mereka menolak menanggungnya karena mereka takut. Kamu manusia yang mengambilnya…"*.[236] Jiwa itu berada dalam pra-eksistensi, di mana Tuhan berkata, *'Bukankah Aku Pemeliharamu?'* dan mereka menjawab, *"Ya, tentu saja!"*.[237] Imam Ghazālī mengatakan bahwa berdasarkan kepercayaan yang diberikan kepada manusia, semua hal lainnya telah tunduk pada mereka. Kepercayaan ini katanya adalah *Ma'arifat*, atau ilmu Ilahi, dan *Tawḥīd* (Keesaan). Tujuan mensucikan jiwa adalah untuk menyalakan kembali cahaya ilmu Ilahi, sebagaimana firman Allah, *'Maka, orang yang dadanya dibukakan Allah lebar-lebar dengan kesediaan untuk berserah diri kepada-Nya, sehingga ia disinari oleh cahaya (yang memancar) dari Pemeliharanya…'*.[238] Imam Haddād[239] paling baik menangkap perjalanan spiritual jiwa ketika ia

menggambarkan pra-eksistensinya, kemudian dimasukkan ke dalam bayi, di mana ia tumbuh melalui tahap-tahap kehidupan hingga ia meninggal dunia dan masuk ke dunia selanjutnya, dengan ruh di *Barzakh* (Tanah Genting atau tahap peralihan), hingga hari kiamat. Ketika tabir dosa dan penghalang disingkirkan dari jiwa, ia melihat gambaran alam ghaib, di mana dunia tanda-tanda dan alam ghaib bersatu menjadi *Rububiyyah* atau kehadiran Tuhan yang melingkupi segala sesuatu. Tidak ada yang eksis kecuali Tuhan, tindakan-Nya, kedaulatan-Nya.[240]

Dimensi Ruh (Ruh)

Ruh dianggap sebagai entitas yang membedakan manusia dari makhluk hidup lainnya, memberikan kehidupan dan dimensi spiritual yang lebih tinggi. Dalam pandangan filsafat Aristoteles, jiwa (ruh) merupakan substansi yang menggerakkan jasad dan memberikan kehidupan. Aristoteles membagi jiwa menjadi tiga aspek: jiwa vegetatif, jiwa sensitif, dan jiwa rasional, dengan jiwa rasional sebagai dimensi tertinggi yang hanya dimiliki oleh manusia. Jiwa rasional ini, menurut Aristoteles, adalah yang memungkinkan manusia untuk berpikir, merasakan, dan berinteraksi dengan dunia sekitarnya. Konsep ini mencerminkan pandangan bahwa manusia, dengan kemampuan rasionalnya, memiliki kedudukan khusus di dunia ini yang membedakannya dari makhluk hidup lainnya yang hanya memiliki jiwa vegetatif atau sensitif[241].

Dalam tradisi agama-agama besar, terutama dalam Islam, ruh dipandang sebagai anugerah dari Allah yang membedakan manusia dari makhluk lainnya. Allah sendiri dalam Al-Qur'an, Surat Al-Hijr

(15:29) berfirman: *"Maka apabila Aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniupkan ke dalamnya ruh (ciptaan)-Ku, maka persetujuanlah kamu kepadanya dengan bersujud."* Ayat ini menunjukkan bahwa ruh berasal langsung dari Allah SWT, dan dengan adanya ruh inilah manusia diberi kehidupan dan dibedakan dari makhluk lainnya. Dalam pandangan Islam, ruh adalah entitas yang tidak hanya menjadi penggerak jasad, tetapi juga menyimpan tanggung jawab moral dan spiritual yang sangat penting. Melalui ruh, manusia memiliki potensi untuk berpikir, merasakan, dan bertindak sesuai dengan kehendak Allah, sehingga memberikan kehidupan makna dan tujuan yang lebih tinggi dari sekadar kelangsungan hidup fisik semata.

Yedi Supriadi menjelaskan bahwa ruh adalah penggerak jasad, yang menjadi sumber kehidupan bagi tubuh manusia. Ruh adalah elemen spiritual yang Allah SWT berikan kepada setiap individu, yang membedakan manusia dari makhluk lainnya. Tanpa ruh, jasad tidak akan dapat hidup, beraktivitas, atau menjalani kehidupan duniawi. Ruh adalah esensi yang menghidupkan tubuh dan memberi arahan pada setiap tindakan dan keputusan yang diambil oleh manusia dalam hidupnya. Konsep ini juga sejalan dengan pemahaman dalam ajaran Islam, yang menjelaskan bahwa ruh berasal langsung dari Allah SWT. Dalam Al-Quran, Allah berfirman: *"Dan Kami tiupkan ke dalamnya ruh (ciptaan Kami)"* (QS. As-Sajda: 9), yang menunjukkan bahwa ruh adalah anugerah Ilahi yang tidak dapat dipisahkan dari manusia, menjadi kekuatan yang menggerakkan tubuh dan memberi kesadaran serta kehendak.

Menurut para ahli tasawuf, seperti yang dijelaskan dalam karya-karya mereka, ruh bukan hanya penggerak jasad, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang sangat dalam. Ruh adalah sumber dari segala perasaan, pemikiran, dan tindakan yang mencerminkan hubungan manusia dengan Tuhan. Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din* menjelaskan bahwa membersihkan ruh melalui proses tazkiyah (purifikasi jiwa) adalah salah satu tujuan utama kehidupan manusia, agar ruh dapat kembali kepada Allah dalam keadaan yang baik.

Selain sebagai prinsip kehidupan, ruh juga memainkan peran sentral dalam perkembangan spiritual manusia. Imam Al-Ghazali, dalam karya terkenalnya *Ihya Ulumuddin*, menyatakan bahwa ruh adalah tempat bersemayamnya pengetahuan Ilahi dan jalan menuju pemahaman tentang Tuhan. Dalam konteks ini, ruh merupakan medium bagi seseorang untuk memperoleh "Ma'arifat" atau pengetahuan langsung tentang Tuhan, serta untuk mengamalkan nilai-nilai Tawḥīd (keesaan Tuhan). Imam Al-Ghazali mengingatkan pentingnya membersihkan hati (tazkiyah) untuk menyucikan ruh agar cahaya Ilahi dapat masuk dan menyinari kehidupan seseorang[242]. Tujuan dari kehidupan manusia adalah untuk menyucikan ruh, agar individu dapat lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dan memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang eksistensi dan makna hidup.

Ruh juga dikaitkan dengan kesadaran dan identitas manusia dalam konteks pemikiran modern, terutama dalam psikologi. Carl Jung, seorang psikolog terkemuka, berargumen bahwa kesadaran manusia memiliki dimensi spiritual yang berhubungan langsung

dengan arketipe dan kolektif tak sadar. Jung menekankan bahwa dimensi ruh manusia tercermin dalam pengalaman spiritual dan simbolisme yang muncul dalam kehidupan sehari-hari, serta bagaimana hal ini mempengaruhi kesehatan mental dan psikologis seseorang. Ia berpendapat bahwa hubungan manusia dengan dimensi ruh ini sangat penting untuk mencapai keseimbangan mental dan kesejahteraan emosional[243]. Memahami ruh tidak hanya berkaitan dengan kehidupan spiritual, tetapi juga mempengaruhi keadaan mental dan psikologis seseorang.

Dalam Islam, pemahaman tentang ruh juga sangat mempengaruhi pandangan terhadap kehidupan setelah mati. Ruh dianggap sebagai entitas non-materi yang akan tetap ada setelah tubuh meninggal. Hadis Nabi Muhammad SAW menjelaskan bahwa pada saat kematian, ruh akan dicabut oleh malaikat dan berpindah ke alam barzakh (alam kubur), yang merupakan tahap transisi sebelum kehidupan akhirat. Rasulullah SAW bersabda, *"Sesungguhnya ruh adalah titipan Allah, dan ia akan kembali kepada-Nya setelah kematian"* (HR. Bukhari)[244]. Hadis ini menunjukkan bahwa ruh tidak mati bersama dengan jasad, melainkan melanjutkan perjalanannya ke alam yang lebih tinggi setelah kematian. Dalam pandangan ini, kematian bukanlah akhir dari segalanya, melainkan sebuah transisi menuju kehidupan spiritual yang lebih abadi, di mana ruh akan mendapat ganjaran atau hukuman sesuai dengan amal perbuatan selama di dunia.

Ruh juga berperan dalam proses kehidupan spiritual sehari-hari, di mana kebersihan ruh dapat dicapai melalui berbagai amalan ibadah seperti shalat, puasa, dan dzikir. Imam Haddād menjelaskan

bahwa ruh dalam dirinya mengandung potensi untuk mencapai kedekatan dengan Allah melalui proses penyucian diri yang terus-menerus. Ia menekankan bahwa ruh yang bersih akan memancarkan cahaya Ilahi, yang mengarah pada pencerahan spiritual dan pemahaman yang lebih dalam tentang hakikat kehidupan[245]. Dalam tasawuf, proses ini disebut sebagai "tazkiyah" (penyucian diri), yang merupakan perjalanan spiritual untuk mencapai kesucian hati dan kedekatan dengan Tuhan.

Ruh dalam tradisi tasawuf dan pemikiran agama-agama Abrahamik, khususnya Islam, bukan hanya dianggap sebagai penggerak jasad, tetapi juga sebagai dimensi spiritual yang mengarahkan manusia menuju tujuan hidup yang lebih tinggi. Ruh adalah anugerah dari Allah yang memberi kehidupan, tempat bersemayamnya akal, hati, dan nafsu, dan menjadi jalan menuju pemahaman yang lebih dalam tentang Tuhan.

Dimensi Ragawi (*Al-Jism*)

Dimensi Ragawi (*Al-Jism*) dalam Psikologi Perkembangan Islami merujuk pada aspek fisik atau tubuh manusia yang berfungsi sebagai wadah bagi jiwa dan ruh. Dalam Islam, tubuh bukan hanya sekedar alat untuk melakukan aktivitas duniawi, tetapi juga merupakan amanah dari Allah yang harus dijaga dan dirawat dengan baik. Konsep ini tercermin dalam Al-Qur'an dalam Surah Al-Baqarah ayat 233: *"Dan ibu-ibu hendaknya menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan."* (QS. Al-Baqarah: 233). Ayat ini menunjukkan bahwa tubuh manusia, sejak awal kehidupan, telah diperlakukan dengan cara yang penuh kehati-hatian, di mana salah satu tugas manusia adalah menjaga

tubuh melalui pemberian asupan gizi yang sehat dan perawatan fisik yang baik.

Menurut pandangan tasawuf, tubuh bukan sekedar unsur fisik yang terpisah dari aspek spiritual, melainkan merupakan bagian integral dari pencapaian kesempurnaan spiritual. Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din* menjelaskan bahwa tubuh adalah kendaraan bagi jiwa dan ruh, yang keduanya memiliki peran besar dalam mengarahkan manusia menuju tujuan hidup yang lebih tinggi, yaitu mendekatkan diri kepada Allah. Tubuh yang sehat sangat mendukung proses ibadah dan peningkatan spiritualitas seseorang, baik dalam menjalankan kewajiban agama maupun dalam interaksi sosial dengan sesama. Dalam hal ini, tubuh tidak hanya dianggap sebagai objek duniawi, tetapi juga sebagai sarana untuk mencapai kedekatan dengan Allah melalui berbagai bentuk ibadah fisik, seperti shalat, puasa, dan amal perbuatan lainnya[246].

Yedi Supriadi menjelaskan bahwa jasad adalah wadah dari ruh yang digunakan untuk beribadah, beramal, dan menjalani kehidupan dengan cara yang diridhai oleh Allah SWT. Dalam pandangan ini, jasad berfungsi sebagai sarana atau alat yang memungkinkan ruh untuk beraktivitas di dunia ini. Ruh yang merupakan esensi dari diri manusia menggerakkan jasad untuk menjalani kehidupan yang penuh dengan tugas-tugas ibadah dan amal saleh, yang kesemuanya bertujuan untuk meraih keridhaan Allah.

Pandangan ini sejalan dengan ajaran Islam yang mengajarkan bahwa kehidupan dunia merupakan ujian bagi setiap individu, di mana setiap perbuatan yang dilakukan dengan jasad, baik itu

aktivitas fisik maupun spiritual, harus dilandasi dengan niat yang tulus untuk Allah. Allah berfirman dalam Al-Quran: "*Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku.*" (QS. Adh-Dhariyat: 56), yang mengingatkan kita bahwa tujuan utama dari penciptaan manusia adalah untuk beribadah kepada Allah, dan itu dapat dilakukan melalui pemanfaatan jasad yang diberikan-Nya.

Tubuh atau jasad tidak dianggap sebagai sesuatu yang terpisah dari ruh, melainkan keduanya memiliki hubungan yang saling melengkapi. Imam Al-Ghazali dalam karya *Ihya' Ulum al-Din* mengingatkan bahwa meskipun tubuh memiliki kebutuhan fisik, seseorang harus menjaga kesucian ruh melalui ibadah dan ketaatan kepada Allah.

Menjaga kesehatan tubuh tidak hanya berfokus pada aspek fisik saja, tetapi juga mencakup pengendalian terhadap nafsu atau dorongan yang cenderung mengarah pada kehancuran atau dosa. Al-Qushayri dalam *Al-Risalah* menjelaskan bahwa untuk mencapai pembersihan jiwa dan kesempurnaan spiritual, seseorang harus mampu menundukkan nafsu yang menguasai tubuh, seperti makan yang berlebihan atau perilaku yang merugikan tubuh. Tubuh harus diperlakukan dengan penuh perhatian agar dapat berfungsi sebagai sarana bagi jiwa dan ruh untuk berkembang sesuai dengan tuntunan Allah[247].

Pentingnya menjaga tubuh dalam perspektif Islam tidak hanya terbatas pada fisik semata, tetapi juga mencakup cara seseorang merawat tubuhnya agar tetap sehat dan dapat menjalankan tugas sebagai khalifah di bumi. Tubuh yang sehat akan memungkinkan

individu untuk beribadah dengan lebih baik, menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh energi, dan berkontribusi positif bagi masyarakat. Sebagai khalifah, setiap individu bertanggung jawab untuk menjaga lingkungan dan mengelola sumber daya alam secara bijaksana, yang juga mencakup menjaga kesehatan tubuh sebagai amanah Allah.

Sebagaimana dikatakan oleh Nabi Muhammad SAW dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Muslim, *"Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada mukmin yang lemah, meskipun keduanya sama-sama memiliki kebaikan."* (HR. Muslim). Hadis ini mengajarkan bahwa kekuatan fisik yang diperoleh dengan menjaga tubuh dan kesehatan sangat penting dalam upaya menjalani kehidupan yang sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.

Pemahaman yang mendalam mengenai dimensi ragawi ini, tidak hanya sekedar melihat tubuh sebagai wadah fisik, tetapi juga sebagai instrumen untuk menjalankan tugas sebagai khalifah di bumi, sebagaimana diamanahkan oleh Allah. Dimensi ragawi ini dapat dibahas lebih lanjut dalam beberapa aspek yang saling terintegrasi dan saling mendukung.

1. Pertama, Struktur Biologis Tubuh. Struktur biologis tubuh manusia, yang meliputi organ, jaringan, sel, dan molekul, merupakan fondasi bagi kehidupan. Setiap komponen tubuh memiliki fungsi vital yang saling berhubungan untuk menjaga kelangsungan hidup. Dalam Islam, tubuh dipandang sebagai amanah dari Allah yang harus dijaga dan dirawat dengan baik. Pemahaman mengenai anatomi dan fisiologi tubuh menjadi sangat penting, tidak hanya untuk kalangan medis, tetapi juga

bagi setiap individu agar dapat menjaga tubuhnya secara maksimal. Seperti yang dijelaskan dalam Surah Al-Baqarah ayat 233: *"Dan ibu-ibu hendaknya menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan."* (QS. Al-Baqarah: 233), di mana perawatan tubuh dimulai sejak kehidupan awal manusia.

2. Kedua, Fungsi Fisiologis Tubuh. Fungsi fisiologis tubuh, yang meliputi proses-proses vital seperti pernapasan, pencernaan, peredaran darah, ekskresi, sistem saraf, sistem endokrin, dan sistem kekebalan tubuh, memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan ragawi. Setiap sistem tubuh harus bekerja dengan optimal untuk memastikan kelangsungan hidup manusia. Dalam Psikologi Perkembangan Islami, kinerja tubuh yang sehat dan seimbang memungkinkan individu untuk menjalani kehidupannya secara optimal, baik dalam aspek fisik maupun spiritual. Gangguan pada salah satu sistem fisiologis dapat mempengaruhi fungsi lainnya dan mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Menjaga keseimbangan tubuh, dengan memperhatikan pola makan sehat, olahraga teratur, serta istirahat yang cukup, merupakan bagian dari usaha menjaga kesehatan ragawi. Hal ini juga sejalan dengan ajaran Islam yang mendorong umatnya untuk menjaga kesehatan tubuh sebagai bagian dari penghambaan kepada Allah (Al-Ghazali, 1997: 112).
3. Ketiga, Kesehatan dan Kebugaran Ragawi. Kesehatan ragawi tidak hanya sebatas terbebas dari penyakit, tetapi juga mencakup kondisi fisik yang mendukung kemampuan

menjalankan aktivitas sehari-hari dengan efektif dan efisien. Kesehatan tubuh adalah modal utama dalam menjalani kehidupan yang produktif, baik dalam aspek duniawi maupun ukhrawi. Untuk itu, dalam Islam, menjaga kebugaran ragawi adalah bagian dari usaha agar individu mampu beribadah dengan penuh energi dan menjalankan peranannya di dunia dengan baik. Latihan ragawi yang teratur, pola makan yang seimbang, serta kebiasaan hidup sehat sangat dianjurkan. Islam mengajarkan umatnya untuk menjaga tubuhnya agar bisa maksimal dalam beribadah dan berbuat baik. Seperti yang tercermin dalam hadis Nabi Muhammad SAW: *"Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada mukmin yang lemah, meskipun keduanya sama-sama memiliki kebaikan."* (HR. Muslim). Hadis ini menggambarkan pentingnya menjaga tubuh agar selalu sehat dan kuat.

4. Keempat, Peran Ragawi sebagai Instrumen Indra. Indra tubuh manusia, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba, memiliki peranan yang sangat penting dalam interaksi manusia dengan dunia luar. Indra memungkinkan manusia untuk memperoleh informasi dan pengetahuan, yang pada gilirannya membentuk pengalaman dan persepsi manusia terhadap realitas. Dalam Islam, menjaga kesehatan indra adalah bagian dari menjaga amanah tubuh yang diberikan oleh Allah. Kesehatan mata dan telinga, misalnya, sangat penting agar individu dapat memahami dan merespons petunjuk-petunjuk dari Allah dengan baik. Kebersihan dan perlindungan terhadap

organ-organ indra menjadi bagian dari usaha menjaga dimensi ragawi secara keseluruhan.

5. Kelima, Batasan Dimensi Ragawi. Dimensi ragawi memiliki keterbatasan yang tidak bisa dihindari, yaitu tubuh manusia yang bersifat fana dan rentan terhadap usia, penyakit, dan kematian. Dalam ajaran Islam, kesadaran akan keterbatasan ragawi ini mendorong umat untuk tidak terjebak dalam kenikmatan duniawi, melainkan mempersiapkan diri untuk kehidupan setelah mati. Allah berfirman dalam Surah Al-Qamar ayat 49: *"Sesungguhnya Kami menciptakan segala sesuatu menurut ukuran."* (QS. Al-Qamar: 49). Hal ini mengingatkan bahwa setiap individu memiliki batasan fisik yang harus diterima, sehingga sangat penting untuk menjaga tubuh dengan baik dan menggunakan potensi yang ada untuk tujuan yang lebih luhur, yaitu kebahagiaan dunia dan akhirat.

Teori-Teori Perkembangan dalam Islam
Teori Pembentukan Jati Diri Yedi Supriadi

Pembentukan jati diri merupakan aspek krusial dalam perkembangan seorang individu. Dalam ranah psikologi perkembangan, proses ini dipandang sebagai tahapan penting dalam memahami siapa diri seseorang, nilai-nilai yang dianut, serta peran yang dimainkan dalam masyarakat. Namun, dalam konteks Psikologi Perkembangan Islami, pembentukan jati diri memiliki dimensi yang lebih kaya dan mendalam. Pendekatan Islami tidak hanya mengakomodasi aspek sosial dan kognitif, tetapi juga tekanan

dimensi spiritual dan moral sebagai landasan utama dalam mengkonstruksi jati diri seorang anak.

Jati diri dalam perspektif Islam tidak sekadar bergabung dengan kelompok sosial atau pencapaian pemahaman kognitif tentang diri sendiri. Lebih dari itu, ia melibatkan pengenalan dan pengembangan potensi diri yang selaras dengan nilai-nilai Islam yang universal dan abadi. Ini berarti seorang anak tidak hanya dibimbing untuk mengenali bakat dan minatnya, tetapi juga untuk memahami tujuan hidup sebagai seorang Muslim, yaitu mengabdi kepada Allah SWT dan menjadi rahmat bagi semesta alam.

Yedi Supriadi, seorang ahli dalam bidang psikologi Islam, menawarkan kerangka komprehensif mengenai pembentukan jati diri dalam perspektif Islami. Beliau mengemukakan beberapa elemen kunci yang saling berkaitan dan berperan penting dalam proses ini, yaitu *taqwa* , *ilmu* , *dzikir* , spiritualitas, *amal sholeh* , intuisi spiritual, dan interaksi sosial (Supriadi, 2020, hlm. 45). Elemen-elemen ini tidak berdiri sendiri, melainkan membentuk sebuah sistem yang holistik dalam membentuk jati diri muslim yang kokoh dan berakhlak mulia.

a. Taqwa: Pilar Utama Pembentukan Jati Diri Islami

Taqwa atau kesadaran akan kehadiran Allah SWT dalam setiap aspek kehidupan, merupakan fondasi utama dalam terbentuknya jati diri Islami. *Taqwa* bukan sekedar rasa takut kepada Allah, tetapi juga mencakup rasa malu untuk melakukan perbuatan yang dilarang-Nya serta motivasi yang kuat untuk melaksanakan perintah-Nya. Dalam konteks pembentukan jati diri

anak, *taqwa* menjadi kompas moral yang membimbing perilaku dan keputusan mereka. Anak yang tumbuh dengan kesadaran *takwa* akan memiliki kecenderungan untuk memilih jalan yang diridhai Allah, menjauhi perbuatan dosa, dan selalu berusaha untuk meningkatkan kualitas diri secara spiritual. serupa firman Allah SWT dalam Al-Quran: *"Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah sebenar-benar takwa kepada-Nya; dan janganlah sekali-kali kamu mati melainkan dalam keadaan beragama Islam."* (QS. Ali Imran : 102), menekankan pentingnya *taqwa* sebagai landasan hidup seorang muslim, termasuk dalam proses pembentukan jati diri sejak usia dini. *Taqwa* akan menanamkan nilai-nilai kejujuran, keadilan, kasih sayang, dan tanggung jawab dalam diri anak, yang merupakan ciri-ciri jati diri muslim yang ideal.

b. Ilmu: Penerang Jalan Kehidupan dan Pengembangan Potensi Diri

Ilmu atau pengetahuan, menduduki posisi sentral dalam Islam. Islam mendorong umatnya untuk terus mencari ilmu, baik ilmu agama maupun ilmu dunia. *Ilmu* berperan sebagai penerang jalan dalam kehidupan, membantu individu untuk memahami hakikat diri, tujuan hidup, dan cara mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Dalam konteks pembentukan jati diri, *ilmu* memberdayakan anak untuk mengenali potensi diri, mengembangkan kemampuan kognitif, dan memahami nilai-nilai Islam secara rasional dan mendalam. Dengan *ilmu* , anak dapat membedakan antara yang benar dan yang salah, yang baik dan yang buruk, serta membuat

keputusan yang bijak dalam kehidupan. Rasulullah SAW bersabda*: "Menuntut ilmu itu wajib bagi setiap Muslim."* (HR. Ibnu Majah). Hadis ini menunjukkan betapa pentingnya *ilmu* dalam Islam, dan bagaimana ia menjadi bagian integral dari identitas seorang Muslim. Melalui *ilmu* , jati diri anak tidak hanya terbentuk secara emosional dan spiritual, tetapi juga secara intelektual dan rasional.

c. Dzikir: Koneksi Spiritual dan Ketenangan Batin

Dzikir , atau mengingat Allah SWT, merupakan amalan penting dalam Islam yang memiliki dampak signifikan terhadap pembentukan jati diri. *Dzikir* bukan sekedar mengucapkan kalimat-kalimat thayyibah, tetapi juga menghadirkan kesadaran akan Allah dalam setiap aktivitas dan keadaan. Melalui *dzikir* , seorang anak membangun koneksi spiritual yang kuat dengan Sang Pencipta, merasakan ketenangan batin, dan mendapatkan kekuatan moral dalam menghadapi tantangan hidup. *Dzikir* membantu anak untuk menyadari bahwa dirinya adalah makhluk Allah yang lemah dan bergantung kepada-Nya, sehingga menumbuhkan sikap rendah hati dan tawakal. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: *"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."* (QS. Ar-Ra'd : 28). Ketenangan batin yang diperoleh melalui *dzikir* sangat penting dalam proses pembentukan jati diri yang stabil dan positif. Anak yang terbiasa berdzikir akan memiliki ketahanan mental yang lebih baik, mampu mengelola emosi, dan memiliki orientasi hidup yang jelas berdasarkan nilai-nilai spiritual.

d. Spiritualitas: Dimensi Transenden dalam Jati Diri

Spiritualitas dalam konteks Islam Merujuk pada dimensi transenden dalam diri manusia, yaitu hubungan dengan Allah SWT dan kesadaran akan tujuan hidup yang lebih tinggi. Spiritualitas memberikan makna dan arah bagi kehidupan, serta membantu individu untuk memahami keberadaan dalam alam semesta dan keadilan dengan Sang Pencipta. Dalam pembentukan jati diri anak, spiritualitas memberikan fondasi nilai yang kokoh, membantu anak untuk mengembangkan rasa syukur, empati, dan kasih sayang. Spiritualitas juga mendorong anak untuk mencari makna dalam kehidupan, melampaui aspek materi dan duniawi, serta mengembangkan potensi diri untuk kebaikan dan kemaslahatan umat. Dalam sebuah hadits qudsi, Allah SWT berfirman: "*Aku adalah sebagaimana prasangka hamba-Ku kepada-Ku.*" (HR. Bukhari dan Muslim). Hadits ini menggarisbawahi pentingnya membangun prasangka baik kepada Allah dan memperkuat dimensi spiritual dalam diri. Spiritualitas yang kuat akan membentuk jati diri anak yang optimis, penuh harapan, dan memiliki keyakinan akan pertolongan Allah dalam setiap langkah kehidupannya.

e. Amal Sholeh: Manifestasi Jati Diri Islami dalam Perbuatan

Amal sholeh atau perbuatan baik, merupakan wujud nyata dari jati diri Islami yang telah terbentuk. *Amal sholeh* bukan sekedar ritual ibadah, namun juga mencakup segala bentuk amal baik yang bermanfaat bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat, dan lingkungan, yang dilakukan semata-mata karena Allah SWT. Dalam konteks pembentukan jati diri anak, *amal sholeh* menjadi sarana untuk

menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari, mengasah keterampilan sosial, dan mengembangkan rasa tanggung jawab. Melalui *amal sholeh* , anak belajar untuk berkontribusi positif kepada masyarakat, membantu sesama, dan menjadi agen perubahan yang membawa kebaikan. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: *"Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka adalah surga Firdaus menjadi tempat tinggal."* (QS. Al-Kahfi : 107), hal ini menunjukkan bahwa *amal sholeh* merupakan indikator keimanan yang sejati dan menjadi jalan menuju kebahagiaan abadi. Pembentukan jati diri Islami yang kuat akan tercermin dalam *amal sholeh* yang konsisten dan berkualitas.

f. Intuisi Spiritual: Bimbingan Batin dalam Pengambilan Keputusan

Intuisi spiritual, atau kemampuan untuk memahami dan merasakan kebenaran melalui bimbingan batin, merupakan aspek penting dalam pembentukan jati diri Islami. Dalam perspektif Islam, intuisi spiritual dipandang sebagai anugerah Allah SWT yang dapat membimbing individu dalam mengambil keputusan yang tepat dan selaras dengan kehendak-Nya. Intuisi spiritual berkembang melalui kebersihan hati, ketakwaan, dan kedekatan dengan Allah SWT. Dalam konteks pembentukan jati diri anak, intuisi spiritual membantu anak untuk mengenali suara hati nuraninya, membedakan antara bisikan nafsu dan ilham kebaikan, serta mengambil keputusan yang didasari oleh pertimbangan spiritual dan moral. Dalam sebuah riwayat disebutkan bahwa Rasulullah SAW bersabda: *"Mintalah fatwa kepada hatimu, mintalah fatwa kepada*

dirimu sendiri (beliau mengucapkannya tiga kali), kebaikan itu adalah sesuatu yang membuat jiwa tenang dan hati tenteram, sedangkan dosa itu adalah sesuatu yang menggelisahkan jiwa dan menimbulkan keraguan di dada, meskipun orang-orang memberikan fatwa kepadamu (membenarkannya). (HR. Ahmad dan Ad-Darimi). Hadits ini menunjukkan bahwa hati nurani yang bersih dan terhubung dengan Allah SWT dapat menjadi sumber bimbingan dalam pengambilan keputusan. Pengembangan intuisi spiritual menjadi bagian integral dalam pembentukan jati diri umat Islam yang bijaksana dan berorientasi pada kebenaran.

g. Interaksi Sosial: Membangun Jati Diri dalam Komunitas Muslim

Interaksi sosial dalam konteks Islam memiliki peran penting dalam pembentukan jati diri. Islam menekankan pentingnya membangun komunitas Muslim yang solid dan saling mendukung, *ukhuwah Islamiyah* (persaudaraan Islam) merupakan nilai fundamental yang mendorong umat Islam untuk saling mencintai, menolong, dan ber Amar Ma'ruf Nahi Munkar (mengajak kepada kebaikan dan mencegah kemungkaran). Dalam pembentukan jati diri anak, interaksi sosial dalam komunitas muslim memberikan lingkungan yang positif dan mendukung perkembangan nilai-nilai Islam. Anak belajar berinteraksi dengan beragam karakter dan usia, mengembangkan keterampilan sosial, dan merasakan solidaritas sebagai bagian dari *Ummah* (umat Islam global). Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: *"Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah antara kedua saudaramu (yang berselisih) dan bertakwalah kepada*

Allah agar kamu mendapat rahmat." (QS. Al-Hujurat : 10), menekankan pentingnya persaudaraan dan solidaritas dalam Islam. Interaksi sosial yang positif dalam komunitas Muslim membantu anak untuk memperkuat identitasnya sebagai seorang Muslim, mengembangkan rasa memiliki terhadap agama dan umatnya, serta berkontribusi aktif dalam membangun masyarakat yang Islami.

Tahapan Perkembangan

a. Fase Pertama : Pengenalan Diri dan Hubungan dengan Tuhan

Tahap awal perkembangan jati diri, menurut Yedi Supriadi, diperlukan pada pengenalan diri yang mendasar dan terbentuknya hubungan awal dengan Tuhan. Dalam perspektif Islam, fase ini sangat relevan dengan konsep *fitrah* . Anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, yaitu suci dan memiliki potensi bawaan untuk mengenal dan mengagungkan Allah SWT. Potensi *fitrah* ini menjadi landasan bagi perkembangan jati diri spiritual anak usia dini.

Peran orang tua sebagai pendidik utama sangat krusial dalam fase ini. Mereka bertanggung jawab untuk memperkenalkan anak kepada nilai-nilai ketuhanan, menanamkan kecintaan kepada Allah SWT, serta membimbing mereka dalam berinteraksi dengan Sang Pencipta. Pengenalan ini dapat dilakukan melalui cara-cara yang sederhana dan sesuai dengan usia anak, seperti menceritakan kisah-kisah nabi, mengenalkan nama-nama Allah yang indah (asmaul husna), dan membimbing mereka untuk berdoa. Kasih sayang dan kehangatan orang tua menjadi media efektif dalam menyampaikan pesan-pesan keagamaan, sebagaimana hadis Nabi Muhammad SAW tekanan pentingnya peran ibu dalam mendidik anak. " *(Ibu adalah*

sekolah pertama bagi anaknya). Hadis ini menggambarkan bahwa fondasi pendidikan, termasuk pembentukan jati diri spiritual, dimulai dari rumah dengan peran sentral seorang ibu.

Pada fase ini, anak-anak mulai mengenal dirinya sebagai ciptaan Allah. Mereka pada awalnya tidak memiliki pemahaman yang mendalam tentang Tuhan atau tentang hakikat eksistensi mereka, namun ajaran agama Islam memberikan pondasi yang kuat untuk membentuk kesadaran spiritual yang sangat penting sejak dini. Islam mengajarkan bahwa setiap manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah, yaitu keadaan yang suci dan murni, yang secara alami cenderung untuk mengenal Tuhan dan beribadah kepada-Nya. Sebagaimana dalam hadis yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim, Rasulullah SAW bersabda: "Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi" (HR. Bukhari dan Muslim).

Pada masa ini, orang tua memegang peranan yang sangat penting dalam mengenalkan anak kepada ajaran agama. Tugas orang tua adalah untuk menumbuhkan kesadaran akan adanya Tuhan dan memberikan pemahaman dasar tentang Islam, seperti mengenalkan Allah sebagai Pencipta yang Maha Esa. Proses ini berperan besar dalam pembentukan identitas spiritual anak yang akan membimbingnya di sepanjang kehidupannya. Pada fase alam samar, seorang anak belum sepenuhnya menyadari dirinya sebagai makhluk yang memiliki jati diri yang lebih kompleks. Mereka cenderung hidup dalam kebingungan atau "alam samar", di mana dunia mereka terbatas pada lingkungan keluarga dan fisik mereka

sendiri. Pengenalan diri pada fase ini lebih bersifat fisik dan sosial, di mana mereka mulai mempelajari identitas sosial mereka, seperti nama, gender, dan hubungan keluarga. Namun, pemahaman mereka tentang makna hidup dan kedekatan dengan Tuhan masih sangat sederhana.

Dalam ajaran Islam, masa kanak-kanak adalah masa yang sangat penting untuk mengajarkan anak tentang dasar-dasar ibadah. Pembelajaran tentang sholat, doa, dan taharah dimulai sejak dini untuk membangun kedekatan anak dengan Tuhan. Meskipun anak pada usia ini belum sepenuhnya memahami esensi dari ibadah tersebut, praktik-praktik ini akan menumbuhkan rasa cinta dan kerinduan kepada Tuhan yang terus berkembang seiring waktu.

Orang tua memiliki peran besar dalam fase ini untuk mengarahkan anak kepada pemahaman tentang diri mereka dan hubungan mereka dengan Tuhan. Sebagai contoh, orang tua dapat mengajarkan anak untuk mengenali dan menyebut nama Allah dalam kehidupan sehari-hari, memberikan pengertian tentang Tuhan yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, serta mengajarkan nilai-nilai keislaman yang penting dalam kehidupan mereka. Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman: *"Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada kedua orang tuanya; ibunya telah mengandungnya dengan menanggung kelemahan demi kelemahan di susunya, dan penyapihan (di susunya) adalah dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu, kepada-Ku tempat kembali"* (Qur'an, Luqman (31:14)), menunjukkan bahwa pengasuhan yang baik dari orang tua sangat

berpengaruh dalam perkembangan spiritual dan karakter anak sejak dini, termasuk dalam mengenali Tuhan sebagai Pencipta mereka

b. Tahap Eksplorasi (Masa Remaja)

Memasuki usia remaja, individu mengalami perubahan besar dalam aspek fisik, emosional, dan kognitif. Fase ini dalam teori pembentukan jati diri Yedi Supriadi dianggap sebagai tahap eksplorasi jati diri, di mana individu mulai mencari dan membentuk identitas diri mereka. Proses ini terkait dengan peningkatan kemampuan berpikir abstrak dan analitis yang memungkinkan remaja untuk merefleksikan nilai-nilai dan norma-norma yang sebelumnya diterima tanpa banyak pertanyaan. Remaja mulai menguji dan mengevaluasi nilai-nilai yang mereka pelajari dari orang tua, masyarakat, dan agama. Proses ini adalah bagian integral dari pembentukan jati diri, yang bertujuan untuk membantu individu memahami siapa mereka sebenarnya dalam berbagai dimensi kehidupan: agama, sosial, dan personal. Dalam perspektif psikologi perkembangan Islami, pencarian jati diri ini dipandang sebagai suatu proses penting yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadis. Islam memberikan ruang bagi individu untuk menggali potensi diri mereka, sambil tetap menjaga prinsip-prinsip agama. Islam tidak hanya mendorong remaja untuk memahami agama melalui pengetahuan, tetapi juga untuk mengalami dan merasakan agama secara pribadi.

Pada masa remaja, individu mulai mengeksplorasi hubungan mereka dengan Allah SWT. Dalam Al-Qur'an, Allah menjelaskan bahwa setiap individu telah dilahirkan dalam keadaan fitrah, yang

berarti bersih dan cenderung kepada kebaikan. Namun, pencarian jati diri remaja seringkali melibatkan ketegangan antara fitrah yang sudah ada sejak lahir dan pengaruh eksternal yang datang dari lingkungan sosial. Seiring berjalannya waktu, remaja mulai mempertanyakan ajaran-ajaran agama yang mereka terima dari orang tua dan mencari pemahaman yang lebih dalam tentang kehidupan dan penciptaan mereka. Sebagaimana dijelaskan dalam ayat Al-Qur'an*:"Dan ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan dari sulbi anak-anak Adam, dan Allah SWT menanyakan kepada mereka: 'Bukankah Aku ini Tuhanmu?' Mereka menjawab: 'Betul, Engkau adalah Tuhan kami, kami bersaksi.'"* (QS. Al-A'raf [7]: 172)

Fase pencarian ini mencakup pencarian nilai-nilai yang lebih mendalam, baik yang berkaitan dengan agama maupun kehidupan pribadi. Ini adalah titik di mana identitas agama mulai dieksplorasi lebih jauh, di luar sekadar mengikuti ajaran orang tua atau komunitas. Pada tahap ini, peran teman sebaya dan lingkungan sosial menjadi sangat dominan. Remaja mulai membangun identitas sosial mereka dengan berinteraksi lebih intensif dengan teman-teman sebaya. Interaksi ini memainkan peran yang sangat penting dalam proses pencarian jati diri, baik dalam aspek sosial maupun pribadi. Teman sebaya dapat memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan jati diri, baik yang positif maupun negatif. Dalam Islam, pergaulan yang baik sangat dianjurkan, sebagaimana sabda Rasulullah SAW: *"Seorang yang bergaul dengan orang baik bagaikan orang yang membawa minyak wangi, dan seorang yang bergaul dengan orang buruk bagaikan orang yang menempa besi"*

(Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim). Salah satu tantangan terbesar yang dihadapi remaja dalam fase ini adalah pencarian dan pemahaman identitas agama. Remaja seringkali berada pada titik di mana mereka mulai mengeksplorasi keyakinan mereka lebih dalam, bukan hanya berdasarkan ajaran orang tua, tetapi juga melalui pengalaman pribadi dan pemahaman yang mereka peroleh dari berbagai sumber. Dalam konteks ini, remaja mungkin mulai terpapar oleh berbagai pandangan dan ajaran yang berbeda tentang agama dan kehidupan, yang dapat menyebabkan kebingungan atau konflik nilai.

Islam memandang pencarian jati diri ini sebagai bagian dari ujian hidup. Remaja diajarkan untuk kembali kepada fitrah mereka dan mengenali diri mereka melalui pemahaman yang benar tentang Allah dan agama-Nya. Konflik antara ajaran agama yang mereka terima dan pengaruh lingkungan sekitar (seperti media, teman sebaya, dan budaya pop) bisa menjadi ujian bagi mereka. Penting bagi remaja untuk memiliki pemahaman agama yang kuat dan memiliki teladan yang baik dalam keluarga dan komunitas untuk membantu mereka menjalani masa pencarian ini.

Dalam Islam, orang tua dan tokoh agama memainkan peran penting dalam membantu remaja mencari dan membentuk identitas agama mereka. Orang tua, sebagai pendidik pertama, harus menjadi teladan dalam mengajarkan nilai-nilai agama kepada anak-anak mereka. Sebagai contoh, dalam hadis Rasulullah SAW, beliau bersabda: *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah,*

maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi" (Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim).

c. Tahap Konsolidasi (Masa Dewasa Awal)

Tahap konsolidasi terjadi pada masa dewasa awal, di mana individu mulai membentuk komitmen yang lebih kuat terhadap pilihan-pilihan identitas yang telah dieksplorasi pada masa remaja. Dalam konteks agama, individu dewasa awal biasanya mulai menginternalisasi nilai-nilai Islam secara lebih mendalam dan mengaplikasikannya dalam berbagai aspek kehidupan, mulai dari karier, keluarga, hingga kegiatan sosial. Tahap ini ditandai dengan pencarian stabilitas dan kemantapan dalam jati diri, serta upaya untuk mengintegrasikan identitas agama dengan peran-peran dewasa yang mulai dijalani. [4] Keputusan-keputusan penting seperti pernikahan, pemilihan karir, dan pembentukan keluarga seringkali dipengaruhi oleh nilai-nilai agama yang telah diyakini.

d. Tahap Pemantapan dan Kontribusi (Masa Dewasa Madya)

Pada fase dewasa awal, individu memasuki tahap konsolidasi jati diri, yaitu tahap di mana mereka mulai memperkuat dan mengintegrasikan komitmen-komitmen terhadap pilihan identitas yang telah mereka eksplorasi selama masa remaja. Ini adalah periode krusial dalam pembentukan jati diri, di mana individu mulai mengokohkan identitas mereka dengan mengambil keputusan-keputusan besar dalam hidup, termasuk dalam hal agama, karier, pernikahan, dan pembentukan keluarga. Dalam perspektif Islam, tahap ini sangat relevan karena dewasa awal adalah saat di mana individu menginternalisasi nilai-nilai agama yang telah mereka

pelajari dan diterima pada masa sebelumnya, serta berusaha menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Pada masa dewasa awal, individu cenderung lebih mantap dalam menjalin hubungan mereka dengan agama. Pada fase ini, mereka mulai menginternalisasi ajaran-ajaran Islam secara lebih mendalam dan sadar, bukan hanya sebagai warisan keluarga atau kebiasaan, tetapi sebagai bagian dari komitmen pribadi yang didasarkan pada pemahaman dan keyakinan yang lebih matang. Dalam konteks ini, individu mulai mengaplikasikan nilai-nilai Islam dalam berbagai aspek kehidupannya, baik dalam hubungan interpersonal, karier, maupun kegiatan sosial. Sebagaimana dalam ajaran Islam, setiap tindakan sehari-hari harus dilandasi dengan niat dan tujuan untuk mendapatkan keridhaan Allah SWT, termasuk dalam keputusan-keputusan besar seperti pernikahan, pemilihan karir, dan pengelolaan kehidupan keluarga. *"Dan berapa banyak di antara umat-umat sebelum mereka yang telah Kami binasakan, padahal mereka lebih kuat daripada mereka (kaum musyrikin Mekkah) dan Kami telah berikan kepada mereka air hujan yang melimpah, tetapi mereka tetap mengingkari Allah dan rasul-Nya"* (QS. Al-Anfal : 24), menegaskan pentingnya memilih jalan yang benar dan memperkuat komitmen terhadap ajaran agama dalam menghadapi keputusan-keputusan hidup yang besar. Salah satu ciri khas dari tahap konsolidasi jati diri pada dewasa awal adalah upaya individu untuk mengintegrasikan identitas agama mereka dengan peran-peran sosial dan peran dewasa yang baru. Sebagai contoh, setelah

mencapai kedewasaan, individu seringkali dihadapkan pada tanggung jawab baru, seperti pernikahan, membangun karir, dan menjadi orang tua. Dalam konteks Islam, semua peran ini harus dilaksanakan dengan prinsip-prinsip agama yang sesuai dengan tuntunan Allah dan Rasul-Nya. Islam menekankan pentingnya niat yang baik dalam setiap peran yang dijalani, sebagaimana Rasulullah SAW bersabda: *"Sesungguhnya segala amal itu tergantung niatnya, dan setiap orang akan mendapatkan apa yang dia niatkan"* (Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim).

Pada tahap ini, individu dewasa awal biasanya mulai membuat keputusan-keputusan besar yang akan memengaruhi sisa hidup mereka. Dalam Islam, setiap keputusan besar yang diambil, seperti memilih pasangan hidup, pekerjaan, dan membangun keluarga, harus mempertimbangkan prinsip-prinsip agama yang kuat. Islam mengajarkan bahwa kehidupan harus dijalani dengan niat untuk mendapatkan keridhaan Allah, dan hal ini tercermin dalam keputusan-keputusan pribadi. Misalnya, dalam memilih pasangan hidup, individu diharapkan untuk memilih seseorang yang memiliki nilai-nilai agama yang baik dan saling mendukung dalam menjalankan ibadah kepada Allah. Rasulullah SAW bersabda: *"Wanita dinikahi karena empat hal: hartanya, keturunannya, kecantikannya, dan agamanya. Maka pilihlah wanita yang beragama, niscaya engkau akan beruntung"* (Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim). Dalam hal pemilihan karier, individu dewasa awal juga diharapkan untuk memilih pekerjaan yang halal dan memberi manfaat, baik bagi diri mereka sendiri, keluarga, maupun

masyarakat. Dalam Islam, pekerjaan tidak hanya dilihat sebagai cara untuk mencari nafkah, tetapi juga sebagai sarana untuk mendapatkan pahala jika dilakukan dengan niat yang baik.

Selain keputusan-keputusan besar, individu dewasa awal juga mulai mengaplikasikan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini meliputi kebiasaan-kebiasaan baik seperti menjaga ibadah wajib, melakukan sedekah, menjalankan hak-hak terhadap keluarga, dan menjaga hubungan baik dengan masyarakat. Dalam Islam, pengaplikasian agama tidak hanya terbatas pada ritual ibadah, tetapi juga mencakup seluruh aspek kehidupan, termasuk dalam cara berinteraksi dengan orang lain. Sebagai contoh, dalam menghadapi konflik dalam keluarga atau pekerjaan, individu dewasa awal diajarkan untuk tetap sabar, berbicara dengan lembut, dan berusaha menyelesaikan masalah dengan cara yang bijaksana, sesuai dengan ajaran Islam. Ini mencakup nilai-nilai seperti keadilan, kasih sayang, dan saling menghormati.

e. Tahap Refleksi dan Transendensi (Masa Lanjut Usia)

Tahap terakhir dalam teori Yedi Supriadi adalah masa lanjut usia, yang ditandai dengan refleksi mendalam terhadap perjalanan hidup dan pencarian makna transendental. Dalam konteks Islam, masa lansia adalah waktu yang tepat untuk memperbanyak ibadah, mendekatkan diri kepada Allah SWT, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat. Individu pada tahap ini seringkali memiliki kebijaksanaan dan perspektif hidup yang matang, yang diperoleh dari pengalaman panjang. Fokus pada nilai-nilai spiritualitas, rasa syukur atas nikmat Allah, dan harapan akan ridha-Nya menjadi ciri

khas perkembangan jati diri pada tahap lanjut usia. Tahap ini juga dapat diwarnai dengan transfer nilai dan pengalaman kepada generasi selanjutnya, sebagai bentuk amal jariyah yang terus mengalirkan pahala. Fase lansia merupakan tahap kehidupan yang tidak dapat dipandang sebelah mata, karena periode ini memuat berbagai aspek fisik, psikologis, dan spiritual yang perlu diperhatikan dengan cermat dalam psikologi perkembangan Islami. Lansia, dalam perspektif Islam, adalah fase kehidupan yang sering diwarnai oleh kedalaman pemikiran, penerimaan, serta peningkatan kesadaran spiritual. Fase ini juga dikenal sebagai usia senja yang penuh dengan tantangan, tetapi juga peluang besar untuk mencapai kematangan spiritual dan kedamaian batin. Konsep ini dapat dipahami lebih mendalam dengan merujuk pada Teori Pembentukan Jati Diri Yedi Supriadi yang menjelaskan perjalanan manusia melalui tiga fase utama: alam samar, alam sadar, dan alam fitrah.

Lansia adalah fase yang dimulai pada usia sekitar 60 tahun ke atas, ketika tubuh manusia mulai mengalami penurunan fisik yang signifikan, seperti penurunan kekuatan fisik, ketajaman indra, dan peningkatan kerentanannya terhadap penyakit. Namun, di balik perubahan fisik ini, lansia dapat menemukan kedamaian spiritual dan pemahaman yang lebih dalam tentang makna kehidupan. Dalam Islam, fase ini merupakan waktu untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah dan mempersiapkan diri untuk menghadapi kehidupan setelah mati.

Dalam Teori Pembentukan Jati Diri, fase lansia dapat dikaitkan dengan alam fitrah, yaitu keadaan di mana individu sudah sangat

dekat dengan hakikat hidup dan kematian. Pada fase ini, seseorang telah melewati proses-proses pencarian jati diri pada fase-fase sebelumnya dan mulai lebih menerima takdir Tuhan dengan penuh kesabaran dan kebijaksanaan. Keimanan dan ketakwaan seseorang di fase ini sering kali mencapai puncaknya, karena mereka semakin menyadari bahwa kehidupan di dunia hanyalah sementara dan akhirat adalah tujuan yang hakiki.

Al-Qur'an mengingatkan kita tentang pentingnya berbuat baik sepanjang usia, termasuk di masa lansia, dengan ayat: *"Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada kedua orang tuanya; ibunya telah mengandungnya dengan menanggung kelemahan demi kelemahan di susunya, dan penyapihan (di susunya) adalah dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu, kepada-Ku tempat kembali"* (Qur'an, Luqman (31:14)). Ayat ini menunjukkan betapa pentingnya berbuat baik di usia senja, baik kepada diri sendiri maupun orang lain. Selain itu, Rasulullah SAW juga bersabda mengenai pentingnya menghormati orang yang lanjut usia. Dalam sebuah hadis riwayat Abu Hurairah, Rasulullah SAW mengatakan, *"Barang siapa yang tidak menghormati orang yang lebih tua dan tidak menyayangi yang lebih muda, maka ia bukanlah bagian dari umatku"* (HR. Ahmad). Hadis ini menggambarkan betapa pentingnya sikap hormat terhadap orang lansia dalam masyarakat Islam.

Secara psikologis, fase lansia dapat dipenuhi dengan perasaan kesepian, kebingungan, dan kehilangan makna hidup. Kesehatan mental lansia sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan spiritual

yang mereka dapatkan. Banyak lansia yang mulai merasakan kehilangan peran dalam masyarakat atau keluarga, terutama setelah pensiun atau kehilangan pasangan hidup. Di sinilah pentingnya keluarga dan masyarakat untuk menjaga hubungan yang erat dengan orang-orang lanjut usia, memberikan kasih sayang, dan memastikan bahwa mereka tetap merasa dihargai dan berguna.

Namun, dalam perspektif Islam, perasaan sepi atau kesepian dapat diatasi dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah dan menyibukkan diri dengan amalan-amalan ibadah seperti sholat, dzikir, dan doa. Seperti yang tercantum dalam Al-Qur'an: *"Sesungguhnya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram"* (Qur'an, Ar-Ra'd (13:28)). Ayat ini memberikan pesan bahwa hati yang tenang dan tenteram dapat diperoleh melalui hubungan yang kuat dengan Tuhan, yang menjadi salah satu inti dari pemahaman psikologi Islami tentang lansia.

Dalam teori Pembentukan Jati Diri, lansia berada pada fase di mana mereka lebih cenderung kepada pemahaman tentang keberadaan diri mereka dalam perspektif spiritual dan eksistensial. Mereka mulai melihat dunia dengan kacamata yang lebih bijak, dan proses ini membantu mereka untuk mengatasi perasaan takut akan kematian dan mendorong penerimaan terhadap takdir Allah. Oleh karena itu, meskipun lansia menghadapi banyak tantangan psikologis dan fisik, mereka memiliki peluang besar untuk mencapai kedamaian dan kebahagiaan batin, selama mereka menjaga hubungan yang baik dengan Allah dan orang-orang di sekitar mereka.

Dalam Islam, lansia tidak dianggap sebagai beban, melainkan sebagai sumber kebijaksanaan dan pengalaman hidup yang berharga. Mereka memiliki peran yang sangat penting dalam keluarga dan masyarakat, baik dalam memberi nasihat kepada generasi muda maupun dalam melaksanakan amal baik yang dapat menambah pahala mereka di akhirat. Dalam Al-Qur'an, terdapat banyak perintah untuk menghormati orang tua dan lansia sebagai bentuk rasa syukur dan penghargaan terhadap perjuangan hidup mereka. Salah satunya tercantum dalam Surah Al-Isra (17:23) yang berbunyi, *"Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu tidak menyembah selain Dia, dan hendaklah kamu berbuat baik kepada ibu-bapakmu dengan sebaik-baiknya."* Sebagai individu yang berada pada fase lansia, seseorang tidak seharusnya merasa terpinggirkan atau tidak berguna. Mereka seharusnya menyadari bahwa mereka masih memiliki peran yang sangat penting dalam mendidik, memberikan teladan, dan berkontribusi dalam kebaikan masyarakat. Sebagaimana disabdakan oleh Rasulullah SAW dalam sebuah hadis, *"Barang siapa yang diberi usia panjang dan diperindah amalnya, maka dia adalah orang yang beruntung"* (HR. Tirmidzi).

Konsep Perkembangan

Perkembangan manusia adalah proses yang kompleks dan melibatkan berbagai aspek, baik dari segi fisik, kognitif, sosial, maupun spiritual. Dalam konteks psikologi perkembangan Islami, proses ini tidak hanya dipahami dari sudut pandang psikologis semata, namun juga melibatkan dimensi spiritual yang mendalam

sesuai dengan ajaran Islam. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk memahami perkembangan manusia secara holistik dalam kerangka Islami adalah Teori Pembentukan Jati Diri yang diajukan oleh Yedi Supriadi. Teori ini menguraikan proses pembentukan jati diri manusia dalam tiga fase utama, yaitu Alam Fitrah, Alam Samar, dan Salam Sadar, yang masing-masing memiliki peran penting dalam membentuk identitas diri individu baik secara psikologis maupun spiritual.

1. Alam Samar: Fase Pencarian dan Pembentukan Identitas Sosial

Fase kedua dalam Teori Pembentukan Jati Diri adalah Alam Samar. Fase ini menggambarkan periode di mana individu mulai mencari dan memahami identitas diri mereka dalam konteks sosial yang lebih luas. Pada tahap ini, manusia mulai berinteraksi dengan lingkungan sosial, baik keluarga, teman sebaya, masyarakat, hingga institusi sosial lainnya. Dalam proses ini, identitas individu seringkali mengalami kebingungan atau ketidakjelasan, yang disebut oleh Yedi Supriadi sebagai fase "samar." Individu berusaha memahami peran mereka dalam masyarakat, mencari jati diri, dan memutuskan siapa mereka sesungguhnya dalam konteks sosial ini.

Islam mengajarkan bahwa manusia harus menjaga keseimbangan antara duniawi dan ukhrawi, serta mencari kebenaran dan identitas yang sesuai dengan fitrah mereka. Rasulullah SAW bersabda: *"Sesungguhnya setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah. Orang tuanyalah yang menjadikannya seorang Yahudi, Nasrani, atau Majusi."* (H.R. Bukhari dan Muslim). Fase ini menunjukkan betapa pentingnya pendidikan dalam

membentuk identitas sosial yang benar, dengan menjauhkan diri dari pengaruh negatif yang dapat menyimpangkan dari jalan yang benar.

Penerapan Alam Samar dalam Perkembangan Manusia:

1. Pencarian Identitas Sosial dan Peran: Pada fase ini, individu berusaha mencari peran dan identitas mereka dalam masyarakat. Mereka dapat terpengaruh oleh berbagai nilai sosial yang berkembang dalam lingkungan sekitar mereka. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa nilai-nilai Islam yang mendalam dapat membimbing mereka dalam menghadapi tantangan ini.
2. Pendidikan Karakter Sosial dan Moral: Fase Alam Samar juga mencakup pembelajaran sosial, seperti hubungan dengan orang lain, etika sosial, serta nilai-nilai moral yang membimbing individu dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain. Pendidik dan orang tua berperan besar dalam memberikan bimbingan yang sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.

2. Salam Sadar: Fase Kedewasaan dan Kesadaran Diri yang Mendalam

Fase terakhir dalam Teori Pembentukan Jati Diri Yedi Supriadi adalah Salam Sadar. Pada fase ini, individu mencapai kesadaran penuh mengenai jati diri mereka. Mereka memahami tujuan hidup mereka, serta mengintegrasikan nilai-nilai agama dan moral dalam kehidupan sehari-hari mereka. Salam Sadar adalah fase kedewasaan, di mana individu mulai menerima tanggung jawab penuh atas tindakan mereka dan menyadari kedudukan mereka

sebagai hamba Allah yang harus beribadah dengan penuh kesadaran.

Dalam ajaran Islam, setiap individu diajarkan untuk sadar akan tugas dan tanggung jawab mereka sebagai khalifah di muka bumi. Allah berfirman dalam Al-Quran:

"Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat: 'Sesungguhnya Aku hendak menjadikan khalifah di bumi'..." (Q.S. Al-Baqarah, 2:30)

Pada fase ini, individu mulai mengintegrasikan ajaran Islam dalam setiap aspek kehidupan mereka. Mereka sadar bahwa setiap tindakan mereka harus didasari oleh niat yang baik, demi mencapai ridha Allah.

Penerapan Salam Sadar dalam Perkembangan Manusia:

1. Penguatan Tanggung Jawab Moral dan Sosial: Pada fase ini, individu mulai memahami dan menjalankan tanggung jawab moral mereka, baik terhadap diri sendiri, orang lain, maupun Tuhan. Mereka menjadi lebih bijaksana dalam mengambil keputusan dan bertindak sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.
2. Kesadaran Diri dan Tujuan Hidup: Individu pada fase ini memiliki tujuan hidup yang jelas dan terarah, yaitu untuk memperoleh ridha Allah. Mereka juga mulai menyadari bahwa kehidupan dunia ini hanya sementara dan bahwa kehidupan yang kekal adalah di akhirat.

3. Alam Fitrah: Fase Pembentukan Dasar Identitas Spiritual

Alam Fitrah adalah fase pertama dalam Teori Pembentukan Jati Diri yang dicetuskan oleh Yedi Supriadi. Fase ini menggambarkan

keadaan awal manusia yang dilahirkan dalam kondisi suci dan bersih, sesuai dengan fitrah (nature) yang ditanamkan oleh Allah. Dalam konteks psikologi Islami, konsep Alam Fitrah ini menekankan bahwa setiap individu dilahirkan dengan potensi dasar untuk mengenal dan menyembah Tuhan (Allah), serta berbuat baik. Hal ini sejalan dengan ajaran Islam yang menyatakan bahwa manusia pada dasarnya memiliki kecenderungan menuju kebaikan dan kebenaran.

Allah berfirman dalam Al-Quran: *"Fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu..."* (Q.S. Ar-Rum, 30:30). Pada tahap ini, perkembangan identitas spiritual anak sangat bergantung pada pengajaran yang diterima sejak dini. Alam Fitrah menggambarkan potensi asli manusia untuk mengenal Allah dan bertindak sesuai dengan-Nya, yang menjadi dasar dalam pembentukan karakter dan akhlak anak.

Penerapan Alam Fitrah dalam Perkembangan Manusia:

1. Pengajaran Agama dan Spiritualitas: Pada fase ini, manusia, terutama anak-anak, diajarkan untuk mengenal Tuhan, mengenal nilai-nilai moral, serta memperoleh landasan spiritual yang kuat. Pengajaran tentang keimanan, ibadah, dan akhlak mulia sangat penting untuk mengarahkan anak ke jalan yang benar.
2. Pembentukan Karakter dan Moralitas: Pada tahap ini, nilai-nilai moral yang ditanamkan melalui pendidikan keluarga, lingkungan, dan agama menjadi pondasi penting dalam pembentukan karakter seseorang.

Metode Perkembangan

Dalam pendekatan psikologi perkembangan Islami yang berbasis pada Teori Pembentukan Jati Diri Yedi Supriadi, proses pengembangan manusia dipandang sebagai suatu perjalanan dinamis yang melibatkan dimensi psikologis dan spiritual. Teori ini mengusung tiga fase utama: Alam Fitrah, Alam Samar, dan Salam Sadar. Masing-masing fase memiliki metode atau pendekatan tersendiri dalam mendukung perkembangan individu menuju kedewasaan baik dari sisi pribadi maupun spiritual. Dalam teori ini, metode yang digunakan tidak hanya berbasis pada teknik psikologi modern, tetapi juga diperkaya dengan prinsip-prinsip Islam, yang berfokus pada pengembangan karakter dan hubungan dengan Tuhan (Allah).

1. **Fase Alam Samar: Metode Pembentukan Identitas Sosial dan Pencarian Diri**

Pada fase **Alam Samar**, individu mengalami fase pencarian dan pemahaman diri. Pada fase ini, anak-anak dan remaja mulai berinteraksi dengan lingkungan sosial dan memahami peran mereka dalam masyarakat. Meskipun mereka mulai mencari identitas sosial, seringkali mereka dihadapkan pada kebingungan dalam menentukan nilai-nilai yang ingin diadopsi. Dalam fase ini, individu berusaha untuk menemukan siapa mereka dalam konteks sosial yang lebih luas.

Metode yang digunakan:

a. Pendidikan Nilai Sosial Islami: Pada fase ini, individu semakin banyak berinteraksi dengan lingkungan sosial, baik itu dalam

konteks keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Oleh karena itu, pendidikan mengenai nilai-nilai sosial yang Islami sangat penting untuk membantu individu mengidentifikasi peran mereka dalam masyarakat. Metode ini dapat berupa pembelajaran secara langsung dari orang tua atau melalui pendidik yang mengajarkan prinsip-prinsip etika sosial berdasarkan Al-Qur'an dan Hadist.

b. Penyadaran akan Tanggung Jawab Sosial: Mengingat bahwa dalam Islam setiap individu bertanggung jawab tidak hanya terhadap diri sendiri, tetapi juga terhadap masyarakat dan umat, maka pada fase Alam Samar, penting bagi individu untuk diajarkan tentang hak dan kewajiban mereka dalam berinteraksi dengan orang lain. Proses ini melibatkan pendalaman mengenai peran sosial dan pentingnya kontribusi kepada masyarakat.
c. Bimbingan Karakter: Pada fase ini, seringkali individu menghadapi pengaruh berbagai macam ideologi dan nilai sosial yang tidak selaras dengan ajaran Islam. Oleh karena itu, pembimbingan karakter melalui diskusi, ceramah agama, dan nasihat yang sesuai dengan Al-Qur'an dan Sunnah sangat diperlukan untuk memperjelas identitas sosial mereka sesuai dengan prinsip Islam.

2. Fase Salam Sadar: Metode Pengembangan Kedewasaan dan Kesadaran Diri

Fase Salam Sadar adalah fase di mana individu mencapai kesadaran penuh terhadap jati diri mereka. Pada fase ini, individu mulai memahami tujuan hidup mereka, serta menyadari tanggung jawab sebagai khalifah di muka bumi. Mereka menjadi lebih

bijaksana dan penuh tanggung jawab dalam tindakan, serta berusaha mengintegrasikan ajaran-ajaran agama dalam setiap aspek kehidupan mereka. Individu pada fase ini berusaha untuk hidup sesuai dengan prinsip Islam, baik dalam ibadah, etika, maupun hubungan sosial.

Metode yang digunakan:

a. Penyadaran Tujuan Hidup: Dalam fase Salam Sadar, individu mulai memahami bahwa hidup mereka bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan duniawi, melainkan juga untuk beribadah kepada Allah dan mencapai kebahagiaan abadi di akhirat. Pendidikan tentang akhirat dan tujuan hidup di dunia sangat penting dalam fase ini, untuk memperkuat kesadaran diri tentang posisi manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan.
b. Pembentukan Tanggung Jawab Moral: Pada fase ini, individu diharapkan untuk menjalankan tanggung jawab moral mereka terhadap diri sendiri, orang lain, dan Tuhan. Metode ini melibatkan refleksi diri, di mana individu melakukan introspeksi dan mengevaluasi tindakan mereka untuk memastikan bahwa mereka telah menjalankan peran mereka sesuai dengan ajaran Islam.
c. Kepemimpinan dan Kewirausahaan Spiritual: Pada fase ini, individu mulai mengembangkan kualitas kepemimpinan dan berperan sebagai pemimpin bagi dirinya sendiri dan orang lain. Mereka juga diarahkan untuk menjadi pemimpin spiritual yang mampu memberikan kontribusi positif bagi umat, baik dalam lingkup keluarga, masyarakat, maupun negara.

3. Fase Alam Fitrah: Metode Pembentukan Dasar Identitas Spiritual

Pada fase Alam Fitrah, individu (terutama anak-anak) dilahirkan dalam kondisi suci dan tanpa dosa, sesuai dengan ajaran Islam yang menekankan bahwa setiap anak lahir dalam keadaan fitrah. Metode yang digunakan dalam fase ini bertujuan untuk membangun fondasi spiritual yang kuat, yakni dengan mengenalkan individu pada nilai-nilai dasar yang sesuai dengan fitrah mereka sebagai makhluk ciptaan Tuhan. Proses pembelajaran yang dilakukan pada tahap ini mencakup aspek pembentukan karakter dasar yang didasarkan pada ajaran agama Islam.

Metode yang digunakan:

a. Pendidikan Agama Sejak Dini: Pada fase ini, individu, terutama anak-anak, diperkenalkan pada dasar-dasar ajaran Islam, seperti mengenalkan Allah sebagai Tuhan yang Maha Esa, kewajiban beribadah, serta pentingnya akhlak mulia. Pendidikan agama pada anak-anak, baik secara langsung (melalui orang tua) atau melalui lembaga pendidikan, akan membentuk karakter dasar mereka. Al-Qur'an menyatakan bahwa setiap individu dilahirkan dalam keadaan fitrah (Q.S. Ar-Rum: 30).
b. Praktik Ibadah Sejak Dini: Orang tua berperan penting dalam mengenalkan anak pada praktik ibadah, seperti doa, shalat, dan zikir. Melalui praktik ibadah yang diterapkan sejak dini, anak-anak mulai mengenal keterikatan mereka dengan Tuhan, membangun kedekatan spiritual, serta memahami esensi hidup sebagai bentuk penghambaan kepada Allah.

c. Pengenalan terhadap Akhlak Mulia: Dalam Islam, akhlak yang baik menjadi penentu utama dalam kualitas spiritual seseorang. Orang tua dan pendidik mengajarkan nilai-nilai kesopanan, kejujuran, dan kasih sayang yang selaras dengan prinsip-prinsip Islam yang akan membimbing anak menuju perkembangan spiritual yang positif.

Fase Alam Samar

Fase Alam Samar merupakan tahap awal dalam perjalanan spiritual seseorang, di mana individu cenderung berfungsi terutama berdasarkan kemampuan kognitif atau rasionalnya dalam berpikir dan bertindak. Pada fase ini, pemahaman individu terhadap dunia dan kehidupan masih sangat terbatas dan terfokus pada hal-hal yang bersifat fisik dan duniawi. Sebagian besar pengalaman hidup mereka diproses melalui analisis intelektual, di mana mereka cenderung mengandalkan logika dan akal sehat untuk memahami realitas sekitar. Dalam kondisi ini, aspek-aspek batiniah seperti perasaan, intuisi, dan dimensi spiritual sering kali terabaikan atau tidak diakui sebagai bagian yang penting dalam kehidupan sehari-hari[248]. Individu dalam fase alam samar mungkin belum sepenuhnya menyadari potensi spiritual yang ada dalam diri mereka, dan kesadaran mereka terhadap hubungan batin dengan Tuhan atau alam semesta masih sangat kabur[249].

Secara psikologis, individu yang berada dalam fase ini cenderung melihat dunia hanya melalui perspektif objektif dan materialistik, mengabaikan atau tidak mengenal kedalaman perasaan dan spiritualitas yang ada dalam hidup. Keterbatasan dalam

pemahaman ini sering kali menyebabkan mereka merasa terasing dari diri mereka sendiri, dari orang lain, dan bahkan dari Tuhan. Mereka mungkin merasa tidak ada hubungan mendalam dengan alam semesta dan segala ciptaan-Nya, karena pandangan mereka yang sempit hanya mengarah pada apa yang dapat dipahami secara logis dan terukur. Individu lebih terfokus pada pencapaian tujuan duniawi dan kesenangan sementara, tanpa memperhatikan dimensi batin yang lebih dalam yang menyangkut makna hidup yang lebih luas[250].

Lebih jauh lagi, pada fase ini, individu sering kali terjebak dalam kesibukan dan rutinitas duniawi tanpa pernah mempertanyakan tujuan sejati dari kehidupan mereka. Kehidupan sehari-hari mereka lebih dipenuhi dengan pencarian kepuasan instan, kesenangan materi, dan pencapaian status sosial, yang seolah menjadi tujuan utama hidup mereka. Kebahagiaan yang diperoleh dari pencapaian-pencapaian tersebut bersifat sementara dan tidak memberikan kedamaian batin yang sejati. Pada titik tertentu, individu dalam fase alam samar mungkin mulai merasakan kekosongan batin atau keresahan yang muncul dari perasaan bahwa hidup mereka tidak memiliki tujuan yang lebih tinggi atau makna yang lebih mendalam[251].

Fase ini bukanlah suatu kondisi yang permanen. Alam samar lebih dapat dipahami sebagai tahap awal dalam perjalanan panjang menuju pemahaman spiritual yang lebih tinggi. Proses keluar dari alam samar dapat terjadi melalui pengalaman-pengalaman hidup yang mendorong individu untuk merenung, merasakan, dan

mencari makna di luar batasan duniawi. Dalam konteks spiritualitas Islam, misalnya, proses ini bisa dimulai dengan refleksi diri (*muhasabah*), pencarian ilmu, dan upaya untuk menghubungkan diri dengan Allah melalui ibadah dan doa[252]. Melalui langkah-langkah ini, individu mulai bergerak menuju kesadaran yang lebih dalam, memahami bahwa kehidupan tidak hanya sekadar memenuhi kebutuhan duniawi, tetapi juga memiliki dimensi yang lebih tinggi yang berkaitan dengan pencarian makna dan tujuan hidup yang lebih sejati[253].

Fase alam samar adalah tahap awal yang penting dalam proses transformasi spiritual seseorang, di mana individu pertama kali berhadapan dengan keterbatasan kesadaran mereka tentang kehidupan dan dunia. Walaupun pada fase ini individu lebih mengandalkan akal rasional dan pengamatan duniawi, perjalanan menuju pemahaman yang lebih dalam akan dimulai dengan kesadaran akan keterbatasan perspektif mereka ini, yang kemudian membuka pintu bagi pencarian dan pencapaian kesadaran yang lebih tinggi[254].

a. Proses Pembentukan Pengetahuan Dalam Alam Samar

Pada tahap Alam Samar, proses pembentukan pengetahuan individu terjadi melalui pemikiran rasional dan proses analisis kognitif yang cenderung bersifat sederhana. Fase ini ditandai oleh pendekatan yang lebih empiris, di mana pengetahuan yang diperoleh didasarkan pada pengalaman inderawi yang langsung dapat diamati. Artinya, pengetahuan yang terbentuk pada tahap ini lebih bergantung pada apa yang dapat dilihat, didengar, atau

dirasakan secara fisik oleh individu, tanpa melibatkan pemahaman batin atau pencarian kebenaran transenden. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan dalam Alam Samar bersifat objektif dan terbatas pada fenomena yang dapat dipahami melalui pengamatan langsung terhadap dunia eksternal[255]. Individu pada fase ini lebih berfokus pada pengalaman dunia luar yang dapat mereka rasakan atau amati, seperti peristiwa-peristiwa yang bersifat fisik, sosial, atau kultural[256].

Pengetahuan yang terbentuk dalam fase Alam Samar cenderung lebih sementara dan kurang mendalam. Fokus utama dari individu yang berada dalam kondisi ini adalah pada fakta-fakta yang mudah dipahami yang dapat dijangkau melalui pengamatan langsung atau pengalaman sehari-hari. Pengetahuan yang dimiliki oleh individu belum mencakup aspek-aspek eksistensial, seperti makna hidup, tujuan eksistensi, atau kesadaran spiritual. Sebaliknya, pengetahuan pada tahap ini lebih bersifat praktis dan terfokus pada aspek-aspek duniawi yang lebih konkret dan tampak jelas dalam kehidupan sehari-hari[257].

Alam Samar seringkali dikaitkan dengan ranah kognitif karena proses mental yang terjadi berfokus pada pengolahan informasi dasar dan pemahaman yang lebih bersifat rasional. Namun, meskipun terdapat hubungan antara Alam Samar dan teori-teori kognitif seperti nativisme, empirisme, atau kognitivisme, tidak tepat untuk menyamakan secara langsung keduanya. Nativisme mengusung pandangan bahwa pengetahuan berasal dari struktur bawaan dalam otak, sedangkan empirisme menekankan pada

pengaruh pengalaman inderawi sebagai sumber pengetahuan[258]. Di sisi lain, kognitivisme berfokus pada proses internal dalam pikiran manusia yang melibatkan pemrosesan informasi yang lebih kompleks. Alam Samar lebih mengacu pada kondisi ketidaksadaran yang masih terbatas pada pengalaman dunia fisik dan rasionalitas, tanpa mengintegrasikan dimensi batin atau spiritual dalam kesadaran individu. Hal ini berarti bahwa individu pada tahap ini belum sepenuhnya menyadari potensi spiritual dan kedalaman pemahaman mengenai aspek kehidupan yang lebih abstrak atau transenden[259].

Proses mental yang terjadi dalam Alam Samar berfokus pada pengolahan informasi dasar yang didapatkan melalui pengamatan, penghimpunan data, dan penalaran logis. Individu dalam fase ini beroperasi berdasarkan informasi yang nyata dan langsung yang dapat dipahami oleh akal sehat, mereka akan menggunakan logika untuk memecahkan masalah konkret atau memahami peristiwa-peristiwa sosial yang terjadi dalam kehidupan mereka. Namun, dalam tahap ini, individu cenderung tidak memperdalam pertanyaan yang lebih mendalam mengenai makna hidup atau tujuan eksistensi. Pengetahuan yang diperoleh lebih bersifat pragmatis dan terbatas pada konteks duniawi, sementara konsep-konsep yang lebih tinggi, seperti moralitas dan spiritualitas, masih terabaikan dalam proses pembentukan pengetahuan[260].

Pengetahuan yang terbentuk pada Alam Samar bersifat empiris dan lebih berfokus pada aspek duniawi yang terjangkau oleh panca indera. Proses mental pada fase ini menggunakan rasionalitas

sebagai alat utama dalam memahami dunia, namun tidak mencakup dimensi spiritual atau moralitas yang lebih dalam. Alam Samar menunjukkan tahap awal dalam pembentukan pengetahuan dan kesadaran diri, yang lebih terfokus pada aspek kognitif dan rasional daripada pada pencarian makna hidup yang lebih transcendent. Meskipun Alam Samar dapat dikaitkan dengan ranah kognitif, ia tidak menyentuh atau mencakup kedalaman kesadaran batin yang diperlukan untuk memahami tujuan hidup atau pencapaian spiritual yang lebih tinggi[261].

b. Struktur Kepribadian, Pikiran Manusia, Dan Perilaku Dalam Alam Samar

Struktur kepribadian, pikiran manusia, dan perilaku dalam alam samar mencerminkan kompleksitas dimensi psikologis yang tidak sepenuhnya terlihat atau terjangkau oleh kesadaran manusia sehari-hari. Alam samar di sini merujuk pada elemen-elemen mental yang tersembunyi, seperti proses bawah sadar, motif yang tidak disadari, dan aspek-aspek psikologis lainnya yang berperan dalam membentuk perilaku individu, meskipun individu tersebut tidak sepenuhnya menyadari atau mengendalikan proses-proses tersebut. Untuk memahami lebih jauh fenomena ini, berbagai teori psikologi telah mengemukakan pandangannya mengenai bagaimana struktur kepribadian terbentuk dan bagaimana pikiran serta perilaku manusia dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang tidak tampak secara langsung dalam kesadaran individu[262].

Teori psikoanalitik yang dikembangkan oleh Sigmund Freud memberikan landasan awal untuk memahami peran alam samar

dalam struktur kepribadian. Freud mengemukakan bahwa kepribadian manusia terdiri dari tiga komponen utama: *id, ego, dan superego*. Id adalah bagian dari kepribadian yang berisi dorongan-dorongan dasar dan insting manusia yang beroperasi berdasarkan prinsip kesenangan, yang tidak memperhitungkan batasan-batasan sosial atau moral. Ego berkembang untuk menyeimbangkan dorongan-dorongan tersebut dengan kenyataan sosial dan fisik, bertindak berdasarkan prinsip realitas. Sedangkan superego mencakup norma-norma moral dan ideal-ideal yang diinternalisasi dari masyarakat. Ketiga komponen ini sering kali berada dalam ketegangan, dan banyak dari konflik ini berada di alam bawah sadar. Dalam pandangan Freud, perilaku yang tampak di permukaan seringkali dipengaruhi oleh ketegangan yang terjadi di alam samar, yang melibatkan keinginan-keinginan atau ketakutan yang tertekan dalam alam bawah sadar, tetapi tetap memengaruhi keputusan dan tindakan individu[263].

Struktur kepribadian dalam teori Erik Erikson, terutama terkait dengan krisis identitas, berkembang melalui serangkaian tahap yang dia gambarkan dalam model delapan tahap perkembangan psikososial. Setiap tahap melibatkan konflik utama yang harus diselesaikan untuk perkembangan kepribadian yang sehat. Krisis identitas menjadi bagian penting dalam tahap kelima dari teorinya, yaitu *Identity vs. Role Confusion*, yang terjadi pada masa remaja. Pada tahap ini, individu berusaha untuk memahami siapa mereka, apa tujuan hidup mereka, dan bagaimana mereka ingin diterima dalam masyarakat[264].

Carl Jung, dalam teori psikologi analitiknya, memperkenalkan konsep yang lebih kompleks mengenai alam samar melalui istilah seperti persona, bayangan, dan *anima/animus*. *Persona* adalah citra diri yang kita tampilkan kepada dunia luar, peran sosial yang kita mainkan dalam interaksi sosial. Sebaliknya, bayangan merujuk pada bagian dari diri kita yang kita abaikan atau tekan, seringkali karena dianggap negatif atau tidak sesuai dengan citra diri yang ingin kita tunjukkan. Namun, menurut Jung, bagian-bagian diri yang tertekan ini tidak hilang, melainkan tetap aktif memengaruhi perilaku kita, meskipun kita tidak sepenuhnya menyadarinya. Anima dan animus, yang mencerminkan aspek feminin dan maskulin dalam setiap individu, juga berperan dalam struktur kepribadian, dengan memengaruhi pola hubungan dan ekspresi diri. Jung percaya bahwa untuk mencapai keseimbangan dalam diri dan integrasi kepribadian, individu harus berhubungan dengan bagian-bagian yang lebih tersembunyi ini, yang sering kali terletak dalam alam samar dari kesadaran[265].

Dalam perspektif kognitif, alam samar lebih merujuk pada bagaimana pikiran manusia memproses informasi secara otomatis, tanpa kesadaran penuh. Teori pemrosesan informasi dalam psikologi kognitif menunjukkan bahwa banyak keputusan yang kita buat sebenarnya dipengaruhi oleh bias kognitif dan pola pikir yang terbentuk oleh pengalaman masa lalu, yang sering kali tidak kita sadari. Bias-bias ini, seperti konfirmasi bias, di mana kita cenderung mencari informasi yang mendukung keyakinan kita, atau *efek halo*[266], di mana penilaian kita terhadap satu sifat seseorang

memengaruhi penilaian kita terhadap sifat lainnya, merupakan contoh bagaimana faktor-faktor yang tersembunyi dalam pemikiran kita dapat memengaruhi perilaku. Meskipun kita mungkin merasa bahwa kita bertindak secara rasional dan sadar, kenyataannya banyak tindakan yang didorong oleh proses mental yang lebih samar, yang beroperasi di luar kesadaran kita[267].

Pendekatan humanistik, yang dipelopori oleh tokoh-tokoh seperti Carl Rogers dan Abraham Maslow, juga memberikan pandangan mengenai alam samar dalam diri individu. Maslow, melalui teori hierarki kebutuhannya, mengusulkan bahwa manusia memiliki kebutuhan yang berkembang dari yang paling dasar hingga kebutuhan untuk aktualisasi diri. Alam samar berperan dalam mengungkapkan ketidakpuasan yang terpendam atau kebutuhan yang tidak terpenuhi, yang dapat memengaruhi perilaku seseorang. Seseorang yang tidak merasa dihargai atau diterima mungkin secara tidak sadar mencari pengakuan sosial atau status, meskipun mereka tidak sepenuhnya sadar akan motivasi tersembunyi ini. Demikian pula, Carl Rogers menekankan pentingnya kesadaran diri dan pengalaman otentik dalam mencapai potensi penuh manusia. Namun, hambatan dalam kesadaran diri seperti ketidakjujuran terhadap diri sendiri atau penolakan terhadap aspek-aspek tertentu dari diri dapat menciptakan ketegangan dalam individu yang akhirnya tercermin dalam perilaku yang tidak konsisten atau tidak autentik[268].

Pemahaman mengenai struktur kepribadian, pikiran manusia, dan perilaku dalam alam samar mencerminkan pandangan bahwa

banyak aspek dalam kehidupan psikologis kita tidak sepenuhnya dapat diakses melalui kesadaran langsung. Berbagai teori psikologi, baik itu psikoanalitik, analitik, kognitif, maupun humanistik, menunjukkan bahwa konflik, bias, dan motif tersembunyi sering memengaruhi perilaku manusia dalam cara yang tidak sepenuhnya disadari. Memahami perilaku manusia secara menyeluruh, penting untuk mempertimbangkan bagaimana elemen-elemen yang lebih samar, baik itu dari segi psikologis, emosional, maupun kognitif, berperan dalam membentuk identitas dan tindakan kita[269].

c. Alam Samar: Pengaruh Terhadap Proses Mental

Alam samar merupakan konsep yang menggambarkan keadaan mental di mana individu terjebak dalam kebingungan, ketidaktahuan, atau ketidakjelasan dalam memahami diri dan dunia di sekitarnya. Fase ini berfungsi sebagai titik awal dalam perjalanan menuju kesadaran yang lebih tinggi, di mana individu mulai merasakan dampak dari ketidaksadaran mereka terhadap pikiran, perasaan, dan perilaku mereka. Dalam konteks psikologi, alam samar memiliki pengaruh signifikan terhadap proses mental, karena individu yang berada dalam keadaan ini sering kali tidak sepenuhnya sadar akan mekanisme kognitif dan emosional yang memengaruhi cara mereka berpikir dan bertindak. Dampak dari alam samar ini dapat terlihat dalam cara individu mengolah informasi, membuat keputusan, serta merespons pengalaman hidup yang dihadapi[270].

Menurut teori psikoanalitik Sigmund Freud, alam samar berhubungan erat dengan kondisi ketidaksadaran yang memengaruhi perilaku dan pengambilan keputusan individu. Dalam

pandangan Freud, banyak dari proses mental yang terjadi di luar kesadaran kita, yang mencakup dorongan-dorongan bawah sadar dan keinginan yang tertekan. Ketika individu berada dalam alam samar, mereka sering kali tidak mampu mengakses atau menyadari dorongan-dorongan ini, yang dapat memengaruhi tindakan mereka tanpa disadari. Freud menekankan pentingnya pengungkapan ketidaksadaran ini melalui teknik seperti asosiasi bebas dan analisis mimpi untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka[271].

Di sisi lain, Carl Jung mengembangkan konsep yang lebih kompleks mengenai alam samar melalui teori psikologi analitiknya. Jung memperkenalkan istilah "bayangan" untuk menggambarkan aspek diri yang tertekan atau disembunyikan, yang sering kali tidak disadari oleh individu. Bayangan ini dapat mencakup sifat-sifat atau emosi yang dianggap negatif atau tidak sesuai dengan citra diri yang ingin ditampilkan. Dalam alam samar, individu dapat terperangkap dalam konflik antara persona (citra diri yang diproyeksikan kepada dunia luar) dan bayangan mereka. Proses integrasi antara aspek terang dan gelap dari kepribadian ini, yang disebut sebagai proses individuasi, memungkinkan individu untuk mencapai kesadaran yang lebih utuh dan seimbang[272].

Alam samar juga berhubungan dengan konsep bias kognitif yang dijelaskan dalam psikologi kognitif. Bias kognitif merujuk pada kecenderungan manusia untuk membuat keputusan yang tidak rasional atau terdistorsi oleh pengaruh faktor-faktor yang tidak disadari. Dalam keadaan alam samar, individu mungkin terjebak

dalam pola pikir otomatis yang tidak sepenuhnya disadari, yang mengarah pada kesalahan penilaian atau persepsi. Konfirmasi bias dapat membuat individu hanya mencari informasi yang mendukung keyakinan mereka, sementara informasi yang bertentangan dengan pandangan mereka diabaikan. Ini menunjukkan bagaimana proses mental yang tersembunyi dapat memengaruhi perilaku individu dalam situasi yang seharusnya lebih rasional[273].

Pendekatan humanistik, seperti yang dijelaskan oleh Abraham Maslow dan Carl Rogers, juga melihat alam samar sebagai bagian penting dalam pemahaman diri. Maslow, melalui teori hierarki kebutuhannya, mengusulkan bahwa individu memiliki kebutuhan dasar yang harus dipenuhi sebelum dapat mencapai aktualisasi diri, yaitu pemahaman dan penerimaan diri yang penuh. Dalam tahap perkembangan ini, alam samar berfungsi untuk menandakan adanya kebutuhan yang tidak terpenuhi, seperti rasa diterima atau dihargai, yang berpotensi memengaruhi perilaku individu secara tidak langsung. Carl Rogers, dalam pendekatan terapi klien, menekankan pentingnya kesadaran diri dalam mengatasi konflik internal yang disebabkan oleh ketidakjujuran terhadap diri sendiri atau penolakan terhadap aspek-aspek tertentu dari diri. Ketegangan yang muncul dari ketidakmampuan untuk menerima diri secara utuh dapat memperburuk keadaan alam samar dan memperlambat proses aktualisasi diri[274].

Alam samar mencerminkan kondisi di mana individu berada dalam ketidaksadaran atau kebingungan mengenai pikiran, perasaan, dan tindakan mereka. Berbagai teori psikologi, dari

psikoanalitik hingga humanistik, menunjukkan bahwa proses mental yang tersembunyi, seperti ketidaksadaran, bias kognitif, dan ketegangan emosional, dapat memengaruhi bagaimana individu memahami dunia mereka dan membuat keputusan. Dalam banyak kasus, kesadaran dan integrasi terhadap aspek-aspek tersembunyi dari diri sendiri dapat membantu individu keluar dari alam samar dan menuju pemahaman yang lebih penuh tentang diri dan tujuan hidup mereka[275].

1. Kebingungan Kognitif dan Proses Pengolahan Informasi

Kebingungan kognitif adalah salah satu dampak utama dari alam samar terhadap proses mental. Pada fase ini, individu cenderung mengalami kesulitan dalam memproses informasi secara jelas dan terorganisir. Pikiran mereka sering terjebak dalam pola-pola pemikiran yang tidak terstruktur, sehingga pemahaman mereka terhadap dunia dan realitas di sekitarnya menjadi kabur atau terdistorsi. Proses mental yang terpengaruh oleh alam samar ini sering kali ditandai dengan ketidakmampuan untuk menarik kesimpulan yang tepat, membuat keputusan yang rasional, atau bahkan mengenali solusi terhadap masalah yang mereka hadapi. Kebingungan ini bisa muncul dari ketidakmampuan individu untuk mengakses informasi yang lebih mendalam atau kompleks, mengingat bahwa pada fase ini, pikiran lebih mengandalkan pengetahuan yang terbatas dan lebih bersifat permukaan[276].

Kebingungan kognitif yang terjadi dalam alam samar ini dapat dipahami melalui teori-teori psikologi yang berfokus pada bagaimana informasi diproses dalam pikiran manusia, dalam

perspektif kognitif, kebingungan kognitif sering kali terjadi ketika individu tidak dapat mengatasi sejumlah besar informasi yang tidak terstruktur atau ketika mereka berfokus pada informasi yang tidak relevan, mengabaikan aspek-aspek yang lebih penting atau lebih mendalam dari situasi yang mereka hadapi. Dalam kondisi alam samar, individu cenderung berfokus pada aspek-aspek duniawi yang tampak jelas dan terukur, seperti pencapaian materi atau status sosial, tanpa melibatkan pemahaman yang lebih dalam tentang dimensi batin atau tujuan hidup yang lebih tinggi[277]. Hal ini menyebabkan individu terjebak dalam pemahaman yang sangat terbatas tentang pengalaman mereka, tidak mampu melihat gambaran besar atau mempertimbangkan dampak jangka panjang dari keputusan yang mereka buat.

Fenomena kebingungan kognitif dalam alam samar dapat dihubungkan dengan konsep "*framing effect*" dalam teori pengambilan keputusan. Framing effect menjelaskan bagaimana cara informasi disajikan atau dibingkai dapat memengaruhi keputusan seseorang. Individu yang berada dalam alam samar cenderung melihat situasi atau masalah hanya dari sudut pandang yang sempit atau terbatas, sehingga keputusan yang mereka buat sering kali lebih bersifat reaktif dan didorong oleh kebutuhan instan, daripada berdasarkan pertimbangan yang lebih rasional atau berbasis nilai jangka panjang[278]. Seseorang yang menghadapi masalah finansial mungkin hanya fokus pada cara untuk segera mendapatkan uang tanpa mempertimbangkan apakah keputusan

tersebut akan berdampak pada kesejahteraan jangka panjang mereka atau nilai-nilai pribadi yang lebih mendalam.

Kebingungan kognitif dapat diperburuk oleh ketidakmampuan individu untuk mempertanyakan asumsi-asumsi dasar mereka tentang dunia atau diri mereka sendiri. Misalnya, pada fase ini, individu mungkin tidak menyadari adanya bias atau persepsi yang membatasi dalam cara mereka melihat masalah. Mereka mungkin lebih mudah terjebak dalam pola pikir yang kaku, di mana pemecahan masalah dianggap hanya sebagai tugas yang harus diselesaikan dengan cara yang sudah diketahui, tanpa mempertimbangkan kemungkinan alternatif atau perspektif yang lebih luas. Proses ini, yang tidak sepenuhnya melibatkan refleksi mendalam atau kesadaran diri, memperburuk kebingungan kognitif dan membatasi kemampuan individu untuk mencapai pemahaman yang lebih komprehensif[279].

Kebingungan kognitif yang terjadi dalam alam samar menunjukkan betapa terbatasnya kapasitas individu dalam memproses dan memahami informasi secara mendalam. Ketergantungan pada pemikiran yang terstruktur dan duniawi, tanpa melibatkan dimensi batin yang lebih luas, membuat individu cenderung terjebak dalam pemahaman yang sempit dan tidak lengkap tentang kehidupan mereka. Proses mental ini, meskipun tampak praktis dalam konteks kehidupan sehari-hari, mengabaikan aspek-aspek yang lebih dalam mengenai makna dan tujuan hidup, yang hanya dapat dipahami melalui refleksi dan pemahaman yang lebih mendalam[280].

2. Distorsi Emosional dan Respons Afektif

Alam samar memiliki dampak signifikan terhadap proses emosional individu, terutama dalam hal distorsi afektif. Dalam fase ini, perasaan atau emosi yang muncul sering kali tidak dipahami dengan baik oleh individu, sehingga respons emosional mereka menjadi tidak terkontrol atau bahkan berlebihan. Individu yang terperangkap dalam alam samar sering kesulitan untuk mengenali akar penyebab dari perasaan mereka. Hal ini menyebabkan reaksi emosional yang tidak proporsional terhadap situasi yang dihadapi, seperti kecemasan, kebingungan, atau kemarahan, tanpa adanya pemahaman yang jelas tentang sumber atau alasan di balik emosi tersebut. Distorsi afektif ini dapat terjadi karena ketidakmampuan individu untuk mengintegrasikan pengalaman emosional mereka ke dalam pemahaman yang lebih luas atau untuk menghubungkan emosi mereka dengan faktor-faktor yang lebih mendalam dalam kehidupan mereka[281].

Proses emosional yang tidak terstruktur dalam alam samar sering kali menghasilkan ketegangan mental yang tinggi, di mana individu merasa terperangkap dalam konflik batin yang sulit dijelaskan. Perasaan-perasaan ini sering kali muncul secara tiba-tiba atau tanpa dasar yang jelas, dan dapat menyebabkan gangguan dalam pengambilan keputusan atau hubungan sosial. Misalnya, seseorang yang merasa cemas mungkin tidak menyadari bahwa kecemasan tersebut berakar pada ketidakseimbangan dalam kehidupannya, seperti masalah pekerjaan, hubungan interpersonal yang tidak sehat, atau pengalaman trauma masa lalu yang belum

terselesaikan[282]. Dalam keadaan alam samar, individu lebih cenderung mengabaikan atau menekan emosi yang tidak nyaman ini, yang hanya memperburuk distorsi dalam persepsi mereka terhadap diri sendiri dan dunia sekitar.

Mekanisme pertahanan diri, seperti penolakan atau pembenaran diri, sering kali digunakan oleh individu untuk menghindari atau mengurangi kecemasan dan ketidaknyamanan emosional yang timbul akibat distorsi afektif ini. Dalam teori psikoanalitik Freud, mekanisme pertahanan berfungsi untuk melindungi individu dari kecemasan yang muncul akibat konflik antara id, ego, dan superego. Namun, meskipun mekanisme ini dapat memberikan rasa aman sementara, mereka juga memperburuk distorsi persepsi dan pemahaman diri. Penolakan atau pembenaran diri yang berlebihan menghalangi individu untuk menghadapi kenyataan atau untuk memproses emosi mereka dengan cara yang lebih sehat dan konstruktif[283]. Dalam konteks alam samar, mekanisme pertahanan ini berperan dalam memperpanjang ketidaksadaran individu terhadap perasaan yang mendalam dan tidak terungkap, yang pada akhirnya memperburuk konflik batin mereka.

Distorsi emosional juga dapat berhubungan dengan ketidakmampuan individu untuk mengidentifikasi dan mengelola perasaan mereka secara efektif. Teori pengaturan emosi, yang dikembangkan oleh para psikolog seperti James Gross, menjelaskan bagaimana individu mengatur dan merespons perasaan mereka melalui strategi yang beragam. Namun, dalam alam samar, individu

sering kali menggunakan strategi pengaturan emosi yang maladaptif, seperti penghindaran atau penekanan, yang mencegah mereka untuk memproses emosi secara konstruktif. Seseorang yang merasa marah terhadap seseorang mungkin memilih untuk mengabaikan atau menyembunyikan perasaan tersebut, bukannya berbicara secara terbuka tentang sumber kemarahannya[284]. Dalam jangka panjang, penghindaran atau penekanan emosi ini dapat menyebabkan ketegangan emosional yang lebih besar dan memperburuk distorsi dalam hubungan interpersonal dan pemahaman diri.

Distorsi emosional yang terjadi dalam alam samar mencerminkan ketidakmampuan individu untuk mengidentifikasi, memahami, dan mengelola perasaan mereka dengan cara yang sehat. Tanpa kesadaran yang lebih mendalam terhadap akar penyebab emosi mereka, individu lebih cenderung terjebak dalam pola-pola emosional yang tidak terkontrol dan dapat memperburuk kondisi psikologis mereka. Hal ini berfungsi sebagai penghalang untuk mencapai pemahaman yang lebih jelas dan terstruktur mengenai diri sendiri dan hubungan mereka dengan dunia sekitar[285].

3. Ketidaksadaran dan Konflik Internal

Ketidaksadaran dan konflik internal memainkan peran penting dalam pemahaman alam samar, terutama dalam konteks psikoanalisis yang dikembangkan oleh Sigmund Freud. Menurut Freud, banyak elemen psikologis, seperti ingatan, dorongan, atau perasaan, terkubur dalam ketidaksadaran dan hanya muncul dalam

bentuk gejala atau simbol yang sulit dimengerti oleh kesadaran. Freud menyatakan bahwa alam samar merupakan kondisi di mana individu tidak sepenuhnya menyadari konflik internal yang terjadi dalam diri mereka, baik itu berkaitan dengan keinginan, ketakutan, atau trauma yang terpendam dalam pikiran bawah sadar. Ketidaksadaran ini mempengaruhi cara individu berpikir dan bertindak tanpa mereka sadari, yang pada gilirannya dapat menimbulkan kebingungan dan ketidakseimbangan emosional yang mendalam dalam kehidupan mereka[286].

Konflik internal yang terpendam ini sering kali muncul dalam bentuk perasaan yang tidak terjelaskan atau perilaku yang tidak konsisten. Individu yang berada dalam alam samar sering kali merasa bingung atau terombang-ambing ketika menghadapi realitas, karena mereka tidak sepenuhnya menyadari akar dari perasaan atau tindakan mereka, seseorang yang menghadapi masalah dalam hubungan interpersonal mungkin merasa cemas atau marah tanpa dapat mengidentifikasi bahwa perasaan tersebut berakar dari ketakutan mereka akan penolakan atau kegagalan, yang sebenarnya merupakan konflik batin yang terpendam dalam ketidaksadaran mereka. Dalam banyak kasus, ketidaksadaran ini membuat individu sulit untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri dan hubungan mereka dengan orang lain[287].

Konflik-konflik internal yang muncul dalam alam samar juga seringkali memperburuk ketegangan emosional yang dialami oleh individu. Ketidaksadaran akan konflik-konflik ini menghalangi

individu untuk melakukan refleksi diri yang mendalam, yang seharusnya membantu mereka untuk memahami dan menyelesaikan ketegangan tersebut. Freud mengemukakan bahwa gejala-gejala psikologis, seperti kecemasan atau perilaku yang tidak terkontrol, sering kali merupakan manifestasi dari konflik yang tidak disadari yang terpendam dalam ketidaksadaran. Pemahaman terhadap ketidaksadaran dan proses-proses yang terjadi dalam alam samar sangat penting untuk mengidentifikasi sumber ketegangan emosional dan untuk menyelesaikan konflik-konflik internal yang mengganggu kesejahteraan psikologis individu[288].

Terapi psikoanalitik sering kali bertujuan untuk mengungkap dan memahami elemen-elemen yang tersembunyi dalam ketidaksadaran melalui teknik seperti asosiasi bebas dan interpretasi mimpi. Freud berargumen bahwa dengan membawa konflik-konflik bawah sadar ke tingkat kesadaran, individu dapat mulai memahami dan menyelesaikan ketegangan emosional yang mereka alami, yang pada akhirnya akan mengarah pada pemulihan psikologis dan keseimbangan emosional[289]. Namun, penting untuk dicatat bahwa proses ini tidak selalu mudah dan dapat memerlukan waktu yang lama untuk dapat sepenuhnya mengatasi ketidaksadaran dan konflik internal yang menghambat perkembangan individu.

Ketidaksadaran dan konflik internal memainkan peran yang sangat besar dalam membentuk alam samar. Konflik-konflik yang terpendam dalam ketidaksadaran sering kali mempengaruhi cara individu merespons dunia sekitar mereka, menyebabkan

kebingungan dan ketidakseimbangan emosional. Melalui pemahaman yang lebih dalam tentang ketidaksadaran ini, individu dapat mulai mengatasi konflik-konflik tersebut, yang akan membuka jalan bagi pemahaman diri yang lebih jelas dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik[290].

4. Pengaruh Alam Samar pada Pengambilan Keputusan

Proses pengambilan keputusan sangat dipengaruhi oleh keadaan alam samar, terutama ketika individu berada dalam kondisi kebingungan kognitif dan emosional. Pada fase ini, seseorang cenderung kesulitan dalam membuat pilihan yang jelas dan bijak, karena mereka terjebak dalam pemikiran yang tidak terstruktur dan sering kali dipengaruhi oleh perasaan atau dorongan bawah sadar yang tidak sepenuhnya dipahami. Alam samar ini menyebabkan individu tidak dapat memproses informasi secara rasional dan objektif, sehingga keputusan yang diambil lebih didorong oleh faktor emosional atau impulsif daripada oleh pertimbangan logis yang matang[291]. Akibatnya, individu dapat membuat keputusan yang tidak optimal, yang seringkali bertentangan dengan kebutuhan dan tujuan jangka panjang mereka, seseorang yang menghadapi tekanan dalam kehidupan pribadi atau pekerjaan mungkin membuat keputusan impulsif yang tampaknya dapat mengatasi masalah sementara, namun tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjang atau konsekuensi terhadap kesejahteraan mereka. Dalam kondisi alam samar, keputusan sering kali didorong oleh perasaan cemas atau keinginan untuk menghindari ketidaknyamanan yang tidak disadari, daripada berdasarkan

pertimbangan yang rasional dan objektif[292]. Seseorang yang merasa tertekan mungkin memilih untuk menghindari masalah dengan cara yang cepat, seperti beralih ke perilaku adiktif atau konsumsi barang-barang material yang memberikan kepuasan sementara. Pilihan-pilihan ini mungkin meredakan ketegangan emosional sesaat, namun dapat mengarah pada konsekuensi negatif jangka panjang, seperti kerusakan hubungan atau gangguan kesehatan.

Proses pengambilan keputusan dalam alam samar juga dipengaruhi oleh bias kognitif, di mana individu cenderung mengabaikan informasi yang bertentangan dengan pandangan mereka atau memperkuat keyakinan yang telah ada, tanpa mempertimbangkan gambaran yang lebih luas. Bias ini sering kali terjadi tanpa disadari, dan dapat memperburuk distorsi dalam proses pengambilan keputusan[293]. Misalnya, seseorang yang merasa cemas mungkin hanya mencari informasi yang mendukung kekhawatiran mereka, mengabaikan fakta yang bertentangan dengan perasaan tersebut. Hal ini menciptakan keputusan yang tidak seimbang, yang lebih didorong oleh emosi daripada oleh analisis objektif.

Pengaruh alam samar pada pengambilan keputusan menunjukkan betapa pentingnya kesadaran diri dalam memproses informasi dan mengambil keputusan yang lebih bijaksana. Untuk menghindari keputusan yang tidak optimal, penting bagi individu untuk mengenali dan memahami perasaan serta dorongan bawah sadar yang mempengaruhi pilihan mereka, serta berusaha untuk

mengintegrasikan pertimbangan rasional dan emosional dalam proses pengambilan keputusan yang lebih matang dan reflektif.

5. Transisi Menuju Kesadaran yang Lebih Tinggi

Walaupun alam samar memiliki dampak yang signifikan terhadap proses mental, kebingungan, dan distorsi dalam memahami diri serta dunia sekitar, fase ini bukanlah suatu kondisi permanen. Dalam berbagai teori psikologis, alam samar dipahami sebagai fase transisi menuju tingkat kesadaran yang lebih tinggi. Konsep ini mencerminkan pandangan bahwa individu tidak selamanya terjebak dalam ketidaktahuan atau kebingungan kognitif, melainkan melalui refleksi diri, introspeksi, dan pengalaman hidup yang terus berkembang, mereka dapat mulai mengenali dan mengatasi ketidakseimbangan dalam proses mental mereka. Selama fase ini, individu sering kali menyadari adanya kebingungan atau ketidaktahuan dalam cara mereka berpikir dan bertindak, dan dari titik inilah mereka mulai berusaha untuk memproses pengalaman, perasaan, dan konflik internal dengan cara yang lebih sadar dan reflektif.

Seiring berjalannya waktu, refleksi diri yang dilakukan secara terus-menerus memungkinkan individu untuk mulai mengintegrasikan aspek-aspek ketidaksadaran yang sebelumnya ditekan atau tidak diakui. Proses ini berfokus pada pengembangan pemahaman yang lebih baik mengenai diri mereka sendiri, hubungan mereka dengan orang lain, dan tujuan hidup mereka, Carl Jung dalam teorinya mengenai individuasi menyarankan bahwa untuk mencapai kesadaran yang lebih tinggi, individu harus melalui

proses integrasi antara berbagai aspek diri, baik yang sadar maupun yang tertekan dalam alam bawah sadar, seperti bayangan atau persona. Dengan integrasi ini, individu dapat mengembangkan pemahaman yang lebih holistik mengenai identitas mereka, serta mencapai keseimbangan internal yang lebih dalam.

Di sisi lain, dalam konteks teori perkembangan Erik Erikson, transisi menuju kesadaran yang lebih tinggi sering kali berhubungan dengan penyelesaian konflik-konflik perkembangan yang muncul sepanjang kehidupan. Salah satu contohnya adalah krisis identitas yang dialami oleh individu pada masa remaja, yang menuntut pencarian pemahaman lebih dalam mengenai siapa mereka dan tujuan hidup mereka. Melalui penyelesaian krisis-krisis tersebut, individu dapat bergerak menuju pemahaman yang lebih utuh tentang diri mereka dan mencapai kesadaran yang lebih tinggi mengenai peran mereka dalam dunia. Alam samar bisa dilihat sebagai titik awal yang penting dalam perjalanan menuju kesadaran yang lebih terstruktur, di mana individu mulai memperoleh keterampilan untuk menghadapi tantangan hidup dengan perspektif yang lebih jelas dan keputusan yang lebih bijaksana.

Dengan proses refleksi yang dilakukan secara terus-menerus, kesadaran yang lebih tinggi ini memungkinkan individu untuk lebih terorganisir dalam berpikir dan bertindak. Mereka menjadi lebih mampu mengelola perasaan dan membuat keputusan yang tidak hanya rasional, tetapi juga konsisten dengan nilai-nilai dan tujuan hidup mereka. Melalui kesadaran ini, mereka mampu mengatasi kebingungan yang sebelumnya menghalangi mereka, dan secara

bertahap memperbaiki cara mereka merespons kehidupan serta memperkuat hubungan mereka dengan diri sendiri, orang lain, dan dunia di sekitar mereka. Alam samar, dapat dipahami sebagai langkah awal yang berharga dalam perjalanan panjang menuju pencerahan dan kesadaran spiritual yang lebih tinggi.

d. Pengaruh Keadaan Alam Samar Terhadap Pembentukan Karakter

Keadaan Alam Samar dapat dipahami sebagai fase transisional dalam perkembangan psikologis dan spiritual individu yang berfokus pada pengembangan pemahaman diri melalui proses rasionalitas dan pengalaman inderawi. Pada tahap ini, individu belum sepenuhnya menyadari atau mengintegrasikan dimensi spiritual atau batin yang lebih dalam dalam kehidupan mereka, sehingga pembentukan karakter dalam fase ini lebih dipengaruhi oleh pengalaman duniawi dan norma sosial yang ada di sekitarnya. Karakter yang berkembang di Alam Samar cenderung lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti pengaruh budaya, lingkungan sosial, dan pendidikan, daripada pemahaman internal yang lebih mendalam tentang nilai-nilai moral dan tujuan hidup yang lebih tinggi, seseorang yang berada dalam fase Alam Samar mungkin lebih terfokus pada kesuksesan material, status sosial, atau pencapaian yang diharapkan oleh masyarakat, tanpa mempertimbangkan implikasi jangka panjang dari pilihan tersebut terhadap kualitas hidup atau tujuan hidup yang lebih transcendent[294]. Hal ini mengarah pada pembentukan karakter yang cenderung bersifat pragmatis, di mana individu menyesuaikan diri

dengan harapan-harapan eksternal tanpa melakukan refleksi mendalam mengenai makna dari pencapaian tersebut dalam konteks kehidupan pribadi atau spiritual[295].

Karakter yang berkembang pada tahap ini sering kali terikat pada norma sosial dan budaya yang berlaku dalam lingkungan tempat individu tumbuh. Erikson (1950) dalam teori perkembangan psikososialnya menjelaskan bahwa individu pada fase tertentu dalam kehidupan mereka seperti masa remaja cenderung mencari identitas diri mereka melalui pencarian penerimaan sosial, yang berkontribusi pada pembentukan karakter yang lebih dipengaruhi oleh interaksi sosial dan peran yang diharapkan oleh masyarakat[296]. Fenomena ini mencerminkan pentingnya pengaruh eksternal dalam membentuk karakter di Alam Samar, di mana individu belum sepenuhnya menyadari potensi internal mereka yang lebih dalam dan sering kali lebih mengutamakan penyesuaian terhadap standar sosial daripada mengeksplorasi nilai-nilai pribadi yang lebih mendalam[297].

Namun, meskipun pengaruh eksternal sangat dominan pada tahap ini, Alam Samar juga memiliki peran penting sebagai titik awal dalam proses perkembangan karakter yang lebih matang. Seiring berjalannya waktu dan dengan pengalaman hidup yang semakin beragam, individu mulai mengenali adanya ketidakpuasan atau kebingungan yang muncul akibat pengaruh eksternal yang tidak sepenuhnya mencerminkan kebutuhan atau keinginan batin mereka. Proses ini mengarah pada refleksi diri yang lebih mendalam, di mana individu mulai mengeksplorasi dimensi spiritual

atau moral dalam upaya membentuk karakter yang lebih otentik dan terhubung dengan nilai-nilai yang lebih dalam[298]. Pada awalnya karakter lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal dalam Alam Samar, keadaan ini membuka peluang bagi individu untuk melanjutkan perjalanan mereka menuju kesadaran diri yang lebih tinggi, yang pada akhirnya memungkinkan mereka untuk membentuk karakter yang lebih integral dan seimbang antara pengaruh eksternal dan pemahaman internal yang mendalam[299].

1. Pembentukan Karakter Berdasarkan Pengalaman Duniawi dan Rasionalitas

   Pada fase Alam Samar, individu cenderung lebih terfokus pada pengalaman dunia luar yang dapat diamati dan dirasakan secara langsung. Pengetahuan yang diperoleh selama fase ini bersifat empiris dan rasional, yang mengutamakan pengamatan terhadap fakta-fakta dan peristiwa yang dapat dilihat atau dirasakan secara fisik. Hal ini mencerminkan pandangan bahwa individu pada tahap ini membangun karakter mereka berdasarkan pada pengamatan dunia fisik, sosial, dan kultural yang mereka alami. Karakter yang terbentuk pada fase Alam Samar sering kali lebih terikat pada pencapaian status sosial, prestasi material, dan konformitas terhadap nilai-nilai eksternal yang diakui masyarakat. Individu yang berfokus pada status sosial atau pencapaian materi mungkin melihat kesuksesan sebagai pengukuran utama dari identitas dan nilai diri mereka[300]. Tahap ini, karakter individu lebih bersifat materialistik dan berorientasi pada pencapaian eksternal, dengan pengabaian

atau ketidakpahaman terhadap pencarian makna hidup yang lebih dalam atau tujuan spiritual.

2. Pengaruh Norma Sosial dan Budaya terhadap Pembentukan Karakter

   Selama fase Alam Samar, individu sangat dipengaruhi oleh norma sosial dan nilai-nilai budaya yang ada di sekitarnya. Mereka lebih cenderung mengadopsi pandangan hidup yang didasarkan pada apa yang dianggap benar oleh masyarakat atau lingkungan sosial mereka, tanpa banyak pertimbangan kritis terhadap nilai-nilai tersebut. Dalam banyak kasus, individu pada tahap ini lebih memilih untuk menyesuaikan diri dengan harapan dan tuntutan sosial yang ada daripada menggali atau mengembangkan pandangan hidup yang lebih pribadi dan mendalam. Pengaruh keluarga, teman, dan pendidikan memainkan peran besar dalam membentuk karakter mereka, tetapi pengaruh ini seringkali tidak didasarkan pada pemahaman moral atau spiritual yang mendalam. Fase Alam Samar mungkin mengikuti norma sosial yang mengajarkan untuk mengejar kesuksesan materi atau posisi sosial tinggi, tanpa mempertanyakan lebih lanjut tentang makna atau tujuan hidup yang lebih besar. Pembentukan karakter pada tahap ini cenderung bersifat reaktif, yaitu individu merespons dunia sosial mereka berdasarkan norma-norma yang berlaku, tanpa banyak refleksi atau pemahaman lebih dalam mengenai nilai-nilai tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa dalam fase Alam Samar, karakter terbentuk melalui respons terhadap dunia luar yang

terstruktur, dan seringkali mengabaikan dimensi batin atau pencarian makna kehidupan yang lebih mendalam[301].

3. Karakter yang Tergantung pada Pengaruh Eksternal

Dalam fase Alam Samar, individu sering kali lebih bergantung pada pengaruh eksternal dalam pembentukan karakter mereka daripada pada pengembangan nilai-nilai internal yang mandiri. Pada tahap ini, individu cenderung mengutamakan pencapaian sosial atau pengakuan eksternal, yang menciptakan karakter yang sangat dipengaruhi oleh norma dan standar masyarakat sekitarnya. Hal ini sering kali mengarah pada pencarian tujuan hidup yang lebih bersifat sementara, seperti pencapaian kenikmatan duniawi, status sosial, atau kekayaan, tanpa mempertimbangkan dimensi moral atau spiritual yang lebih dalam, seseorang yang terjebak dalam Alam Samar mungkin hanya memfokuskan diri pada pencapaian status sosial tinggi atau kekayaan, tanpa kesadaran akan dampaknya terhadap hubungan interpersonal atau kesejahteraan batin mereka. Sebagaimana dikemukakan oleh Vallerand et al., individu yang dipengaruhi oleh motivasi eksternal sering kali menunjukkan kecenderungan untuk mengejar tujuan yang tidak intrinsik, yang seringkali mengabaikan dimensi moral atau nilai-nilai yang lebih transendental[302]. Dalam kondisi seperti ini, karakter yang terbentuk sering kali cenderung lebih egois, berorientasi pada kepuasan instan, dan kurang mementingkan nilai-nilai seperti keadilan, kejujuran, atau toleransi.

4. Proses Diferensiasi dalam Pembentukan Karakter

Pada fase Alam Samar, individu mulai menjalani proses diferensiasi, yaitu upaya untuk membedakan diri dari lingkungan sosial mereka dan membangun identitas diri yang lebih jelas. Proses diferensiasi ini, bagaimanapun, pada tahap awal lebih bersifat kognitif dan materialistik, di mana individu sering mendefinisikan diri mereka berdasarkan faktor-faktor eksternal seperti pekerjaan, status sosial, atau relasi sosial. Mereka cenderung memandang pencapaian luar dan peran sosial yang mereka jalani sebagai penentu utama identitas mereka. Dalam hal ini, karakter yang berkembang lebih dipengaruhi oleh pencapaian luar, ketimbang pemahaman diri yang lebih mendalam atau kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Sebagaimana dijelaskan oleh Erikson, dalam tahap perkembangan psikososialnya, individu dalam masa remaja atau fase Alam Samar sering kali mengalami kebingungan identitas karena mereka masih mencari jawaban tentang siapa diri mereka yang sebenarnya, dan ini sering kali lebih dipengaruhi oleh norma-norma sosial ketimbang nilai-nilai batin yang lebih mendalam[303]. Individu pada fase ini mungkin merasa terdefinisi oleh pencapaian duniawi mereka, dan karenanya kurang memiliki landasan yang kokoh dalam prinsip moral atau etika yang lebih transendental.

5. Pengaruh Keterbatasan Kesadaran Diri terhadap Pembentukan Karakter

Salah satu karakteristik utama dari fase Alam Samar adalah keterbatasan dalam kesadaran diri. Pada tahap ini, individu

belum sepenuhnya memahami atau merespons pengalaman hidup mereka dengan cara yang reflektif atau berbasis pada kesadaran moral dan spiritual yang lebih dalam. Karakter yang terbentuk pada fase ini sering kali lebih dipengaruhi oleh dorongan-dorongan dasar, seperti keinginan untuk mendapatkan penghargaan atau pengakuan sosial, daripada dari refleksi mendalam mengenai nilai-nilai batin atau tujuan hidup yang lebih transendental. Pembentukan karakter individu berisiko menjadi terbatas dan terfokus pada pemenuhan keinginan duniawi yang sering kali tidak berkelanjutan dalam jangka panjang. Kesadaran diri yang belum sepenuhnya berkembang membuat individu cenderung mengejar tujuan yang bersifat sementara dan tidak mempertimbangkan dampak jangka panjang dari keputusan yang mereka ambil. Miller mengemukakan bahwa individu yang memiliki kesadaran diri yang rendah cenderung terjebak dalam perilaku impulsif dan sering kali gagal dalam membangun karakter yang kuat dan kokoh[304]. Akibatnya, karakter yang berkembang pada fase Alam Samar sering kali kurang dapat mencerminkan prinsip moral atau nilai-nilai hidup yang lebih mendalam dan lebih terfokus pada pencapaian eksternal.

6. Pendidikan dan Pembinaan Karakter dalam Fase Alam Samar

Meskipun pembentukan karakter pada Alam Samar sering kali lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal dan dorongan instingtif, pendidikan dan pembinaan karakter yang tepat dapat memainkan peran penting dalam membantu individu

mengembangkan kesadaran diri yang lebih dalam. Dengan pendidikan yang berbasis pada nilai-nilai moral dan spiritual, individu dapat diarahkan untuk lebih memahami tujuan hidup yang lebih tinggi dan mengintegrasikan nilai-nilai internal dalam pembentukan karakter mereka. Pendidikan yang mengajarkan tentang akhlak, etika, dan tanggung jawab sosial dapat membantu individu untuk berkembang dari fase Alam Samar yang lebih materialistik dan rasional menuju fase Alam Sadar dan Alam Fitrah, di mana karakter mereka akan lebih mencerminkan keseimbangan antara duniawi dan spiritual. Menurut Dewey, pendidikan yang baik bukan hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga berperan dalam membentuk karakter dan nilai-nilai individu yang akan membimbing mereka menuju kehidupan yang lebih bermakna dan penuh tujuan[305]. Pembinaan karakter yang didasarkan pada nilai-nilai yang lebih dalam, seperti keadilan, moralitas, dan tanggung jawab sosial, dapat membantu individu mengatasi keterbatasan kesadaran diri yang ada pada fase Alam Samar dan mengarahkannya ke arah perkembangan yang lebih utuh dan seimbang.

e. Alam Samar Sebagai Kondisi Transisional

Alam Samar merupakan kondisi transisional dalam perkembangan kesadaran individu, menggambarkan fase di mana seseorang belum sepenuhnya menyadari atau memahami dimensi spiritual dan eksistensial yang lebih dalam dari dirinya sendiri. Pada tahap ini, individu masih berada dalam keadaan ketidaksadaran atau keadaan antara, di mana pemahaman mereka terhadap dunia dan

diri mereka terbatas pada persepsi indrawi dan logika rasional yang bersifat sementara. Fase ini dapat dipandang sebagai titik awal dalam perjalanan panjang menuju kesadaran diri yang lebih mendalam, yang akan berkembang menuju fase-fase yang lebih sadar dan penuh makna, seperti Alam Sadar dan Alam Fitrah. Alam Samar berperan sebagai jembatan transisional yang menghubungkan tahap ketidaksadaran dengan fase kesadaran yang lebih tinggi[306].

Pada Alam Samar, individu beroperasi dalam ranah yang lebih kognitif dan rasional, mengandalkan proses mental yang lebih sederhana dan terbatas. Pengetahuan yang diperoleh di tahap ini bersifat empiris dan praktis, terbentuk dari pengalaman yang langsung dapat diamati melalui panca indera. Keputusan-keputusan yang diambil pada fase ini sering kali berfokus pada penyelesaian masalah praktis dan penyesuaian diri dengan dunia fisik, tanpa melibatkan pertimbangan lebih dalam terkait tujuan hidup, makna eksistensi, atau dimensi moral dan spiritual. Alam Samar dapat dipahami sebagai fase di mana individu masih berkutat dengan dunia fisik dan rasional, dan belum sepenuhnya mampu menggali makna yang lebih dalam atau menerima pandangan hidup yang lebih luas[307].

Sebagai kondisi transisional, Alam Samar menunjukkan pergeseran dari ketidaksadaran menuju kesadaran yang lebih penuh. Fase ini berfungsi sebagai landasan bagi individu untuk berkembang dan bergerak menuju Alam Sadar, yang mencakup pengakuan atas dimensi batin yang lebih dalam, seperti emosi,

perasaan, dan spiritualitas. Dalam Alam Samar, individu lebih cenderung bertindak berdasarkan dorongan dan naluri yang bersifat langsung, serta berusaha untuk memahami dunia secara logis tanpa adanya refleksi atau pertanyaan yang lebih mendalam. Proses diferensiasi diri juga dimulai di tahap ini, di mana individu mulai membedakan diri mereka dari lingkungan eksternal dan berusaha menemukan posisi mereka dalam struktur sosial atau budaya yang ada. Namun, pada titik ini, identitas yang terbentuk masih terbatas pada identitas kognitif yang lebih bersifat pragmatis dan tidak melibatkan pemahaman spiritual yang lebih mendalam[308].

Fase Alam Samar sering kali dianggap sebagai fase ketidaktahuan, karena individu dalam tahap ini belum mengintegrasikan nilai-nilai moral atau kesadaran batin yang lebih mendalam dalam pengambilan keputusan mereka. Individu mungkin bertindak sesuai dengan norma sosial yang ada, tetapi tanpa kesadaran spiritual yang mendalam tentang tujuan hidup atau tanggung jawab mereka sebagai makhluk spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa Alam Samar bukanlah sebuah keadaan yang permanen, melainkan sebuah kondisi yang sementara dalam perjalanan menuju pemahaman diri yang lebih lengkap dan holistik. Alam Samar adalah sebuah fase yang penting untuk dilalui, karena di dalamnya individu mulai memperoleh pengalaman dasar dan pengetahuan awal yang akan membentuk fondasi untuk kesadaran diri yang lebih tinggi[309].

Seiring berjalannya waktu, individu yang berada dalam Alam Samar mulai mengalami proses introspeksi dan refleksi diri, yang

membawa mereka menuju Alam Sadar, di mana mereka mulai mempertanyakan makna hidup, nilai-nilai moral, dan hubungan mereka dengan Tuhan serta sesama manusia. Fase Alam Samar merupakan titik awal yang penting dalam perkembangan kesadaran spiritual individu, meskipun pada tahap ini, kesadaran batin atau spiritualitas belum sepenuhnya terintegrasi dalam proses pengambilan keputusan dan pembentukan identitas. Dengan kata lain, fase ini lebih merupakan proses persiapan yang membuka jalan bagi perubahan dan perkembangan menuju kesadaran yang lebih tinggi dan penuh makna[310].

Alam Samar dapat dipandang sebagai kondisi transisional yang sangat penting dalam perjalanan pertumbuhan psikologis dan spiritual individu. Dalam tahap ini, individu masih berada pada titik awal pemahaman tentang dunia, diri mereka, dan tujuan hidup. Meskipun individu dalam Alam Samar belum sepenuhnya menyadari dimensi batin mereka, fase ini menjadi kunci untuk membuka pintu menuju kesadaran yang lebih dalam, yang nantinya akan membentuk dasar dari pemahaman hidup yang lebih utuh, yang mencakup aspek-aspek moral, spiritual, dan eksistensial. Alam Samar menunjukkan keadaan ketidaksadaran, ia tetap menjadi bagian yang penting dalam perjalanan menuju kesadaran penuh dan kehidupan yang lebih bermakna[311].

f. Ciri-Ciri Kepribadian Yang Mencapai Alam Samar

Ciri-ciri kepribadian yang mencapai Alam Samar mencerminkan tahap perkembangan diri di mana individu masih terjebak dalam ketidaktahuan dan kebingungannya mengenai tujuan hidup dan jati

diri mereka. Pada fase ini, individu cenderung mengandalkan akal dan rasionalitas secara dominan, namun kurang melibatkan dimensi hati dan spiritual dalam hidup mereka. Beberapa ciri utama kepribadian yang mencapai Alam Samar antara lain:

1. Ketergantungan pada Akal dan Rasionalitas. Individu dalam Alam Samar cenderung lebih mengutamakan rasio dalam menghadapi masalah dan membuat keputusan. Mereka berpikir secara analitis dan logis, tetapi masih terjebak pada pemikiran yang lebih dangkal dan terbatas, tanpa melibatkan pertimbangan batin atau perasaan yang lebih dalam. Rasionalitas menjadi alat utama dalam pengambilan keputusan, meskipun terkadang tidak mampu menjawab pertanyaan eksistensial yang lebih mendalam mengenai tujuan hidup dan hubungan dengan Tuhan[312]. Kebergantungan yang berlebihan pada rasionalitas ini menunjukkan keterbatasan dalam mengakses kedalaman batin dan dimensi spiritual, yang sering kali diperlukan untuk menemukan jawaban lebih holistik terkait eksistensi manusia.
2. Kesulitan dalam Menemukan Tujuan Hidup. Individu dalam Alam Samar sering merasa bingung atau tidak yakin mengenai tujuan hidup mereka. Mereka cenderung terfokus pada pencapaian duniawi dan materialistik, seperti karier, status, atau harta, tanpa pemahaman yang lebih dalam mengenai makna sejati kehidupan. Keputusan-keputusan yang diambil lebih sering didasarkan pada tuntutan eksternal atau tekanan sosial, bukan pencarian nilai-nilai spiritual atau tujuan yang lebih tinggi[313]. Ketidakpastian ini berakar dari ketidakmampuan untuk

mengakses pemahaman yang lebih dalam tentang diri dan eksistensi, serta bagaimana mengintegrasikan pengalaman spiritual dalam kehidupan mereka.

3. Kehilangan Keterhubungan dengan Diri Sendiri. Pada tahap ini, individu sering kali merasa terasing dari diri mereka sendiri. Mereka tidak sepenuhnya mengenali atau memahami dimensi batin mereka, sehingga sulit untuk menemukan kedamaian batin atau kebahagiaan yang sejati. Kepribadian mereka mungkin terasa lebih kosong atau tanpa arah, karena mereka belum terhubung sepenuhnya dengan inner self atau aspek spiritual yang lebih mendalam[314]. Kehilangan hubungan dengan diri sendiri ini menjadi hambatan utama dalam pencapaian keseimbangan batin, yang sering kali diperlukan untuk menemukan ketenangan spiritual.
4. Pengaruh Emosi yang Tidak Terkendali. Meskipun rasio dominan, individu dalam Alam Samar sering kali kesulitan dalam mengelola perasaan atau emosi yang muncul. Emosi mereka bisa menjadi terlalu kuat atau tidak terkendali, terutama dalam situasi stres atau konflik. Tanpa keterhubungan yang lebih dalam dengan hati (qalbu), individu ini cenderung bereaksi secara impulsif dan terbawa perasaan, tanpa mempertimbangkan nilai-nilai moral atau spiritual[315]. Ketidakmampuan ini menciptakan ketegangan emosional yang bisa mengganggu keseimbangan hidup mereka dan membatasi kemampuan untuk mencapai kedamaian batin.

5. Kurangnya Kesadaran Spiritual. Individu yang berada dalam Alam Samar mungkin tidak sepenuhnya menyadari atau mengakui adanya dimensi spiritual dalam kehidupan mereka. Mereka mungkin memandang agama atau keyakinan sebagai aspek kehidupan yang terpisah dari kehidupan sehari-hari atau sekadar ritual, tanpa menyadari kedalaman hubungan spiritual yang dapat mengarahkan mereka pada kehidupan yang lebih bermakna[316]. Pada tahap ini, mereka belum mengalami pemahaman atau kesadaran spiritual yang lebih mendalam, yang dapat membawa pada perubahan perspektif terhadap diri dan dunia.
6. Kehidupan yang Didominasi Oleh Keterbatasan Duniawi. Pada Alam Samar, individu sering kali terperangkap dalam kebiasaan dan rutinitas duniawi. Mereka mengutamakan pencapaian materi, status sosial, dan kenyamanan fisik, tanpa mempertimbangkan dimensi kehidupan yang lebih dalam, seperti kedamaian batin dan kebahagiaan yang berasal dari hubungan dengan Tuhan[317]. Meskipun mereka mungkin menikmati keberhasilan duniawi, mereka tetap merasa kosong atau tidak puas dalam jangka panjang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pencapaian eksternal tidak cukup untuk mencapai kebahagiaan sejati yang bersifat transenden.
7. Keterbatasan dalam Memahami Makna Hidup. Individu yang berada dalam Alam Samar seringkali belum mampu menggali makna yang lebih dalam dari kehidupan mereka. Mereka lebih terfokus pada aspek fisik dan sementara, seperti pencapaian material atau status sosial, tanpa mencoba memahami dan

mengeksplorasi tujuan yang lebih spiritual dan abadi[318]. Kepribadian mereka cenderung kurang berkembang dalam hal pemahaman eksistensial dan filosofi hidup yang lebih mendalam, yang memengaruhi kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan perubahan internal yang lebih signifikan.

Individu dalam Alam Samar berada pada tahap perkembangan yang masih terikat pada pemikiran rasional, emosi yang tidak terkendali, dan pencarian material yang tidak sepenuhnya memadai untuk mencapai pemahaman dan kedamaian batin. Mereka berada dalam kondisi transisi, yang jika diteruskan dengan usaha untuk memperdalam kesadaran diri, dapat berkembang menuju fase yang lebih tinggi dalam perjalanan spiritual mereka[319]. Alam Samar bukanlah kondisi permanen, melainkan sebuah fase penting yang membuka jalan menuju pencapaian kesadaran yang lebih tinggi dan kehidupan yang lebih bermakna.

Fase Alam Sadar

Fase Alam Sadar merupakan tahap perkembangan kesadaran diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan Alam Samar, di mana individu tidak hanya mengandalkan proses kognitif atau rasionalitas semata, tetapi juga mulai mengintegrasikan dimensi batin, perasaan, dan nilai-nilai moral dalam kehidupan sehari-hari. Pada fase ini, individu mengalami peralihan yang signifikan dalam cara mereka memahami diri sendiri, dunia, dan Tuhan. Berbeda dengan Alam Samar, yang lebih berfokus pada pemikiran rasional dan objektif, Alam Sadar melibatkan pemahaman yang lebih dalam dan holistik terhadap diri,

yang mencakup kesadaran terhadap emosi, perasaan, dan spiritualitas yang membimbing setiap langkah kehidupan mereka.

Pada tahap Alam Sadar, seseorang mulai menyadari bahwa kehidupan tidak hanya sekadar tentang pencapaian duniawi dan pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi lebih kepada pemahaman mendalam tentang tujuan hidup yang lebih besar. Pencarian jati diri menjadi pusat dari proses ini, di mana individu mulai menggali makna dari setiap tindakan mereka dan menyelaraskan hidup mereka dengan nilai-nilai yang lebih transendental. Kesadaran moral memainkan peran penting, di mana individu menyadari tanggung jawabnya terhadap diri sendiri, orang lain, serta hubungan vertikal dengan Tuhan. Mereka mulai memperhatikan nilai-nilai etika yang berasal dari ajaran agama dan berusaha mengamalkannya dalam setiap aspek kehidupan, baik itu dalam hubungan sosial, pekerjaan, maupun dalam cara mereka berinteraksi dengan alam semesta.

Dimensi batin atau qalbu menjadi kunci utama dalam fase ini, di mana perasaan dan emosi tidak lagi dipisahkan dari keputusan-keputusan rasional. Sebaliknya, keduanya saling berinteraksi dan saling memperkaya pemahaman individu tentang dunia dan eksistensi mereka. Hati yang bersih menjadi alat untuk merasakan kedekatan dengan Tuhan dan untuk mengetahui perbedaan antara kebaikan dan keburukan, serta bagaimana tindakan seseorang dapat membawa dampak positif atau negatif bagi dirinya dan orang lain. Pada fase ini, kesadaran spiritual menjadi lebih kuat dan lebih terarah, di mana individu merasa terdorong untuk mencari makna

hidup yang lebih dalam melalui ibadah, peningkatan moralitas, dan perenungan atas makna kehidupan dalam kaitannya dengan Tuhan dan akhirat.

Salah satu ciri utama dari fase ini adalah kemampuan individu untuk mengelola dan mengendalikan nafsu atau dorongan pribadi yang sebelumnya lebih dominan pada fase Alam Samar. Pada Alam Sadar, individu sudah mulai lebih bijaksana dalam mengatur keinginan dan ambisi pribadi dengan nilai-nilai spiritual yang mereka anut. Misalnya, rasa sabar, tawakkal (berserah diri kepada Tuhan), dan syukur menjadi lebih sering dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari, menggantikan kecenderungan untuk bertindak berdasarkan dorongan egois atau impulsif. Pemahaman terhadap diri sendiri dan dunia sekitar menjadi lebih seimbang, dan individu mulai mampu menghadapi berbagai tantangan hidup dengan hati yang lebih lapang, penuh kedamaian, dan kesadaran yang lebih tinggi.

Fase Alam Sadar juga mengarah pada peningkatan kualitas ibadah, di mana individu tidak hanya menjalankan kewajiban agama secara lahiriah, tetapi juga menghayatinya secara batiniah. Proses internalisasi nilai-nilai agama dan kesadaran spiritual ini membawa individu untuk lebih memahami dan merasakan keberadaan Tuhan dalam setiap aspek kehidupan mereka. Setiap amal ibadah, mulai dari sholat, puasa, hingga zakat, dilakukan dengan kesadaran penuh bahwa semua itu adalah bagian dari perjalanan spiritual yang lebih besar, yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah dan mencapai keridhaan-Nya. Setiap tindakan yang dilakukan dalam

kehidupan sehari-hari menjadi lebih bermakna, bukan hanya sebagai kewajiban, tetapi sebagai bentuk pengabdian yang tulus.

Kesadaran sosial juga berkembang pada tahap ini, di mana individu mulai memperhatikan hubungan dengan sesama dan dengan lingkungan mereka. Mereka menyadari bahwa hidup bukan hanya tentang pencapaian pribadi, tetapi juga tentang kontribusi kepada masyarakat dan dunia. Dalam konteks Islam, ini mengarah pada peningkatan amal sosial, seperti membantu orang yang membutuhkan, menegakkan keadilan, serta memperjuangkan hak-hak orang lain. Alam Sadar bukan hanya sekadar proses pencarian jati diri, tetapi juga pencapaian kedewasaan spiritual yang terintegrasi dengan tanggung jawab sosial dan moral terhadap sesama.

Fase Alam Sadar merupakan titik balik dalam perjalanan spiritual seseorang, di mana kesadaran diri, kesadaran moral, dan kesadaran spiritual mulai berjalan beriringan. Dalam fase ini, individu tidak hanya mengandalkan akal sehat dan rasionalitas dalam memahami dunia, tetapi juga hati (*qalbu*) yang membimbing mereka dalam memilih tindakan yang benar, baik dalam hubungan dengan Tuhan maupun sesama. Melalui integrasi keduanya, seseorang mulai menemukan tujuan hidup yang sejati dan hidup dalam keselarasan dengan kehendak Tuhan, membawa dampak positif baik untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain di sekitarnya. Fase Alam Sadar merupakan tahapan penting dalam perjalanan hidup spiritual yang mendorong individu menuju kesempurnaan jiwa dan kehidupan yang lebih bermakna.

a. Karakteristik Fase Alam Sadar

Fase Alam Sadar merupakan titik balik penting dalam perjalanan perkembangan kesadaran diri seseorang. Pada fase ini, individu tidak hanya bergantung pada akal atau pemikiran rasional yang bersifat objektif, tetapi juga mulai melibatkan hati (qalbu) dalam cara mereka melihat dunia dan berinteraksi dengan orang lain. Berbeda dengan Alam Samar, yang didominasi oleh pemikiran yang lebih terfokus pada pengalaman inderawi dan rasionalitas semata, Alam Sadar menandai integrasi antara rasio, perasaan, dan kesadaran spiritual dalam kehidupan sehari-hari individu. Fase ini menjadi titik di mana seseorang mulai memperoleh pemahaman yang lebih holistik tentang dirinya sendiri, tujuannya dalam hidup, serta hubungannya dengan Tuhan dan sesama[320]. Sebagai bagian dari perjalanan menuju kesadaran yang lebih tinggi, Alam Sadar membuka jalan bagi individu untuk mengeksplorasi dimensi kehidupan yang lebih dalam, yang melibatkan pemahaman spiritual, moral, dan eksistensial.

Salah satu karakteristik utama dari Alam Sadar adalah kesadaran akan tujuan hidup. Pada fase ini, individu mulai merenungkan eksistensinya dan mencari makna yang lebih dalam dari kehidupan yang dijalani. Mereka tidak lagi terfokus hanya pada pencapaian duniawi dan pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi mulai mempertimbangkan aspek-aspek spiritual dan moral yang lebih tinggi. Pencarian tujuan hidup ini mengarah pada usaha untuk menyeimbangkan antara keinginan duniawi dan kebutuhan spiritual, dengan harapan mencapai kehidupan yang lebih

bermakna dan lebih selaras dengan nilai-nilai agama[321]. Individu mulai menyadari bahwa hidup mereka memiliki dimensi transendental yang harus dipahami, dijalani, dan dijaga untuk mencapai kebahagiaan sejati yang lebih kekal, yang tidak terbatas pada dunia materi semata.

Keterhubungan dengan diri sendiri juga menjadi ciri khas penting dalam fase Alam Sadar. Pada tahap ini, individu mulai mengeksplorasi inner self mereka dan melakukan refleksi mendalam tentang siapa mereka sebenarnya. Mereka mulai menyadari bahwa eksistensi mereka tidak hanya ditentukan oleh faktor-faktor eksternal, seperti lingkungan sosial dan budaya, tetapi juga oleh pilihan-pilihan batin yang mereka buat[322]. Di sinilah mereka mulai menumbuhkan kesadaran terhadap nilai-nilai moral dan spiritual yang lebih dalam, yang membentuk identitas mereka. Kesadaran akan nilai-nilai ini memengaruhi cara individu berinteraksi dengan dunia sekitar, serta memberi arah yang lebih jelas dalam menjalani hidup sesuai dengan prinsip-prinsip yang diyakini benar. Pemahaman tentang kebenaran batin yang semakin berkembang membantu individu untuk lebih mengenal diri mereka, menerima kekurangan dan kelebihan yang ada, serta menerima tanggung jawab moral terhadap diri sendiri dan orang lain.

Penggunaan rasio yang lebih bijaksana merupakan salah satu tanda perkembangan kesadaran pada fase ini. Sementara pada Alam Samar, individu lebih cenderung mengandalkan rasionalitas semata dalam mengambil keputusan, pada Alam Sadar, mereka mulai mengintegrasikan pertimbangan batin dan perasaan dalam proses

pengambilan keputusan. Dengan kata lain, individu di fase ini tidak hanya berpikir dengan kepala, tetapi juga dengan hati[323]. Pengambilan keputusan yang lebih bijaksana ini memungkinkan individu untuk lebih peka terhadap nilai-nilai moral, etika, dan spiritual yang harus dijaga dalam setiap tindakan mereka. Keputusan-keputusan yang diambil cenderung lebih seimbang dan mempertimbangkan tidak hanya dampak jangka pendek, tetapi juga kesejahteraan jangka panjang bagi diri sendiri dan orang lain. Ini adalah tanda bahwa rasio dan perasaan mulai bekerja bersama secara harmonis untuk menghasilkan keputusan yang lebih matang dan penuh pertimbangan.

Peningkatan kesadaran spiritual juga merupakan ciri khas yang menonjol pada fase ini. Dalam tahap ini, individu mulai membuka diri terhadap dimensi spiritual kehidupan mereka dengan lebih mendalam. Mereka mulai menyadari bahwa keberadaan mereka tidak hanya terbatas pada dunia material, tetapi juga memiliki dimensi yang lebih tinggi yang terhubung dengan Tuhan dan akhirat[324]. Kesadaran ini mempengaruhi bagaimana mereka melihat hubungan mereka dengan Sang Pencipta dan mendorong mereka untuk mencari kebenaran dalam ajaran agama yang mereka anut. Kedekatan dengan Tuhan menjadi semakin terasa, tidak hanya dalam praktik ibadah formal, seperti sholat dan puasa, tetapi juga dalam segala aspek kehidupan sehari-hari. Dengan memahami dan merasakan kehadiran Tuhan dalam setiap tindakan mereka, individu di fase Alam Sadar mengembangkan kedalaman spiritual yang membuat mereka lebih sabar, ikhlas, dan tawakkal terhadap setiap keadaan hidup.

Fase Alam Sadar merupakan perkembangan signifikan dalam perjalanan kesadaran diri seseorang. Individu pada fase ini mulai memperluas perspektif mereka dengan mengintegrasikan rasionalitas, perasaan, dan kesadaran spiritual dalam kehidupan mereka. Mereka mulai menyadari bahwa kehidupan tidak hanya tentang pencapaian pribadi atau materi, tetapi juga tentang pemahaman yang lebih dalam tentang tujuan hidup, tanggung jawab moral, dan hubungan mereka dengan Tuhan serta sesama[325]. Alam Sadar merupakan fase yang memungkinkan individu untuk menjalani hidup dengan kesadaran yang lebih penuh, bijaksana, dan spiritual, sehingga membawa mereka menuju kedamaian batin dan kehidupan yang lebih bermakna.

b. Peran Hati dalam Fase Alam Sadar

Pada fase Alam Sadar, hati (*qalbu*) memainkan peran yang sangat penting dalam mengarahkan individu menuju kesadaran yang lebih tinggi, baik dalam dimensi emosional, moral, maupun spiritual. Hati tidak hanya berfungsi sebagai pusat emosi, tetapi juga sebagai titik pertemuan antara rasio dan spiritualitas, memungkinkan individu untuk menavigasi dunia dengan pemahaman yang lebih mendalam dan bijaksana. Di fase ini, qalbu mulai berperan sebagai instrumen yang menghubungkan individu dengan intuisi batin mereka serta kebenaran yang lebih tinggi, membimbing mereka menuju pemahaman yang lebih mendalam tentang hidup, Tuhan, dan hubungan mereka dengan sesama. Intuisi adalah istilah untuk kemampuan memahami sesuatu tanpa melalui penalaran rasional dan intelektualitas. Sepertinya pemahaman itu tiba-tiba saja

datangnya dari dunia lain dan di luar kesadaran. Misalnya saja, seseorang tiba-tiba saja terdorong untuk membaca sebuah buku.[326]

Hal ini sejalan dengan pandangan Al-Ghazali yang mengungkapkan bahwa qalbu berfungsi sebagai pusat penerimaan, pemahaman, dan pengendalian yang menyatukan aspek rasional dan spiritual manusia[327].

Pertama-tama, pengendalian emosi menjadi salah satu ciri utama dari fase ini. Individu yang berada pada tahap Alam Sadar mulai mengelola dan mengendalikan emosi mereka, mengurangi reaksi-reaksi impulsif yang didorong oleh perasaan sesaat. Sebelumnya, pada tahap Alam Samar, individu cenderung lebih dipengaruhi oleh dorongan emosional tanpa banyak pertimbangan rasional atau spiritual. Namun, dalam Alam Sadar, qalbu berfungsi sebagai pusat yang mengarahkan perasaan dan emosi ke arah yang lebih positif, harmonis, dan sesuai dengan nilai-nilai moral dan spiritual yang lebih tinggi. Hati menjadi penuntun yang memungkinkan individu untuk bertindak dengan lebih sabar, bijaksana, dan penuh pengendalian diri. Pengendalian emosi ini sangat penting dalam menciptakan keseimbangan batin yang stabil dan menjaga hubungan yang sehat dengan diri sendiri dan orang lain. Sebagaimana disampaikan oleh Goleman, kecerdasan emosional yang dipandu oleh qalbu memungkinkan individu untuk mengelola emosi mereka secara lebih efektif dalam interaksi sosial[328].

Pada fase Alam Sadar, individu mulai mengembangkan penerimaan diri dan orang lain yang lebih dalam. Mereka tidak lagi

terjebak dalam kecenderungan untuk menghakimi diri sendiri atau orang lain berdasarkan standar eksternal yang sempit. Sebaliknya, mereka mulai menerima keterbatasan diri mereka dan menyadari bahwa setiap individu memiliki perjalanan hidup dan perjalanan spiritual yang unik. Hati (*qalbu*) memainkan peran penting dalam membangun empati dan kasih sayang, sehingga individu lebih mampu memahami dan menghargai keberagaman serta perbedaan yang ada di dalam masyarakat. Ini memungkinkan mereka untuk menjalin hubungan sosial yang lebih sehat, penuh dengan toleransi, kasih sayang, dan pemahaman. Dengan kata lain, qalbu pada fase Alam Sadar mendukung individu untuk melepaskan sikap judgmental dan mengembangkan sikap yang lebih terbuka dan inklusif terhadap orang lain, serta lebih peka terhadap perasaan dan kebutuhan mereka. Teori empati yang dikembangkan oleh Eisenberg dan Lennon menunjukkan bahwa pengembangan empati melalui qalbu berperan penting dalam hubungan interpersonal yang lebih harmonis[329].

Terakhir, salah satu aspek yang sangat menonjol dalam fase ini adalah intuisi dan kesadaran spiritual yang semakin berkembang. Pada tahap Alam Sadar, hati mulai berfungsi sebagai saluran bagi intuisi dan firasat, memberikan petunjuk batin dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Individu di fase ini sering kali merasakan adanya bimbingan batin atau dorongan untuk mengambil keputusan yang lebih baik, meskipun mungkin tidak selalu didasarkan pada bukti rasional atau logis. Proses ini menunjukkan bahwa qalbu berfungsi sebagai penerima petunjuk spiritual yang lebih dalam, membimbing individu dalam memahami makna di balik

pengalaman hidup dan menghadapi masalah dengan kedalaman pemahaman yang lebih tinggi. Hati juga menjadi tempat di mana kesadaran spiritual berkembang. Individu mulai merasakan kedekatan dengan Tuhan, meresapi makna ajaran agama dengan lebih mendalam, dan merasakan kehadiran-Nya dalam kehidupan sehari-hari. Kedekatan ini membuka jalan bagi pengembangan spiritual yang lebih matang, di mana individu tidak hanya menjalani kehidupan material, tetapi juga mengejar kehidupan yang lebih selaras dengan nilai-nilai ilahi. Dalam hal ini, intuisi batin yang muncul sebagai hasil pengaruh qalbu, membantu individu untuk mengambil keputusan yang lebih selaras dengan tuntunan spiritual, sebagaimana dikemukakan oleh Jung mengenai pentingnya intuisi dalam pemahaman diri yang lebih dalam[330].

Fase Alam Sadar, qalbu berfungsi sebagai pusat kesadaran yang memungkinkan individu untuk menyelaraskan emosi, rasionalitas, dan spiritualitas dalam hidup mereka. Melalui pengendalian emosi, penerimaan diri dan orang lain, serta intuisi dan kesadaran spiritual, qalbu memungkinkan individu untuk berkembang menjadi pribadi yang lebih bijaksana, peka, dan dekat dengan Tuhan. Fase ini adalah titik di mana individu tidak hanya menjalani kehidupan berdasarkan rasionalitas semata, tetapi juga berdasarkan perasaan yang tulus dan bimbingan spiritual yang dalam, sehingga kehidupan mereka menjadi lebih bermakna, seimbang, dan penuh dengan kedamaian batin.

c. Proses Pencarian Jati Diri dalam Fase Alam Sadar

Pada fase Alam Sadar, proses pencarian jati diri mencapai kedalaman yang lebih signifikan, di mana individu tidak hanya

mencari pemahaman tentang siapa diri mereka dalam konteks sosial atau kultural, tetapi juga mencoba menggali identitas spiritual mereka yang lebih tinggi. Di fase ini, pencarian jati diri melampaui dimensi duniawi dan materi, dengan fokus pada hubungan batin antara individu dan Tuhan. Individu mulai mempertanyakan makna hidup mereka yang lebih luas, tujuan hidup yang lebih dalam, serta peran mereka di dunia ini dari perspektif yang lebih transendental. Proses pencarian jati diri ini melibatkan berbagai dimensi, termasuk penyucian hati (*tazkiyah*), pengembangan akhlak mulia, dan pencarian keseimbangan antara kehidupan duniawi dan spiritual[331].

Salah satu aspek kunci dari pencarian jati diri dalam fase Alam Sadar adalah penyucian hati (*tazkiyah*). Dalam konteks ajaran tasawuf, tazkiyah adalah suatu proses penyucian batin yang penting untuk mencapai kedekatan dengan Tuhan. Individu yang berada pada fase ini mulai menyadari bahwa untuk mencapai kedamaian batin dan kesadaran spiritual yang lebih tinggi, mereka perlu membersihkan hati dari berbagai sifat tercela yang menghalangi mereka untuk mendekatkan diri pada Tuhan. Sifat-sifat seperti kesombongan, kedengkian, dan kemarahan dianggap sebagai penghalang utama dalam perjalanan spiritual, karena sifat-sifat tersebut mengarah pada perilaku negatif yang merusak hubungan dengan diri sendiri, sesama, dan Tuhan. Fase Alam Sadar, individu berupaya menggantikan sifat-sifat tercela ini dengan nilai-nilai yang lebih positif, seperti kesabaran, ikhlas, dan tawakal[332]. Proses tazkiyah ini tidak hanya mengarah pada perubahan dalam sikap dan perilaku, tetapi juga berperan penting dalam memperdalam

kesadaran spiritual, memungkinkan individu untuk menyadari lebih banyak tentang esensi hidup mereka dan peran mereka dalam kehidupan ini.

Individu yang berada pada fase Alam Sadar juga mulai fokus pada pengembangan akhlak mulia yang berlandaskan pada ajaran agama dan nilai-nilai spiritual. Akhlak mulia dalam konteks ini merujuk pada sikap dan perilaku yang mencerminkan kualitas moral yang baik dan sesuai dengan ajaran Tuhan. Individu yang melalui fase ini berusaha untuk mengamalkan nilai-nilai seperti kepedulian terhadap sesama, kejujuran, kesederhanaan, dan keadilan dalam kehidupan sehari-hari. Mereka tidak hanya mengejar keuntungan pribadi atau material, tetapi lebih mengutamakan kontribusi positif bagi masyarakat dan kehidupan yang penuh dengan kebaikan. Akhlak mulia ini menjadi salah satu indikator bahwa individu mulai menjalani kehidupan yang lebih seimbang, yang memadukan antara aspek spiritual dan duniawi. Dengan memperbaiki akhlak mereka, individu juga memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan dan sesama, yang merupakan inti dari pencarian jati diri yang lebih tinggi[333].

Selanjutnya, pencarian keseimbangan antara kehidupan duniawi dan spiritual menjadi salah satu tujuan penting dalam fase Alam Sadar. Individu pada tahap ini mulai menyadari bahwa kehidupan duniawi mereka tidak bisa dipisahkan dari kehidupan spiritual, dan bahwa keduanya harus berjalan seiringan untuk mencapai tujuan hidup yang utuh. Mereka berusaha untuk memenuhi kewajiban duniawi mereka, seperti pekerjaan, keluarga, dan sosial, tanpa

mengabaikan kewajiban spiritual mereka, seperti ibadah, berdoa, dan memperdalam ilmu agama. Pencarian keseimbangan ini sering kali menjadi tantangan tersendiri, karena godaan duniawi yang terus menerus hadir dalam kehidupan sehari-hari. Namun, individu yang berada pada fase Alam Sadar berusaha untuk mengatasi godaan-godaan tersebut dengan mengarahkan hati dan niat mereka pada tujuan yang lebih tinggi, yaitu kedekatan dengan Tuhan dan persiapan untuk kehidupan akhirat. Mereka mulai memahami bahwa kehidupan dunia adalah sementara, dan fokus utama mereka adalah untuk meraih kebahagiaan abadi yang hanya dapat dicapai melalui keselarasan antara dunia dan akhirat.

Proses pencarian jati diri dalam fase Alam Sadar melibatkan pencarian yang lebih mendalam tentang identitas spiritual dan makna hidup. Individu yang berada dalam fase ini berusaha untuk menyucikan hati mereka melalui proses tazkiyah, mengembangkan akhlak mulia yang berlandaskan pada nilai-nilai agama dan moralitas, serta mencari keseimbangan antara duniawi dan spiritual. Proses ini merupakan langkah penting dalam perjalanan spiritual individu, karena melalui pencarian ini, mereka tidak hanya menemukan tujuan hidup yang lebih besar, tetapi juga membangun karakter yang lebih baik, lebih bijaksana, dan lebih dekat dengan Tuhan.

d. Perubahan Mental dan Kognitif pada Fase Alam Sadar

Pada fase Alam Sadar, seiring dengan meningkatnya kesadaran, terjadi transformasi mendalam dalam cara individu memandang dan memahami dunia, yang tercermin dalam perubahan mental dan

kognitif yang signifikan. Fase ini merupakan titik di mana individu mulai beroperasi tidak hanya berdasarkan pemikiran rasional, tetapi juga melibatkan dimensi emosional dan spiritual dalam pengambilan keputusan. Beberapa perubahan utama yang terjadi pada tingkat mental dan kognitif meliputi penilaian yang lebih bijaksana, refleksi diri, dan penerimaan terhadap kehidupan[334].

Salah satu perubahan utama yang terjadi pada fase Alam Sadar adalah penilaian yang lebih bijaksana. Individu mulai mengintegrasikan berbagai elemen dalam proses pengambilan keputusan mereka, tidak hanya berpikir secara rasional tetapi juga mempertimbangkan nilai-nilai moral, emosi, dan aspek spiritual yang lebih dalam. Pada fase sebelumnya, dalam Alam Samar, pengambilan keputusan lebih cenderung didorong oleh akal dan pertimbangan logis semata, tetapi pada fase ini individu mulai menyadari bahwa keputusan yang tepat tidak hanya didasarkan pada fakta atau logika, melainkan juga harus mencerminkan kebenaran moral dan keselarasan dengan tujuan hidup yang lebih tinggi. Keputusan yang diambil pada fase ini lebih terarah, penuh pertimbangan, dan memiliki dimensi yang lebih mendalam, baik secara pribadi maupun dalam konteks sosial dan spiritual. Individu yang berada dalam Alam Sadar tidak hanya fokus pada tujuan duniawi, tetapi juga memperhatikan nilai-nilai spiritual, seperti keadilan, kasih sayang, dan tanggung jawab sosial dalam setiap keputusan yang diambil[335].

Pada fase Alam Sadar, individu mulai mengalami refleksi diri yang mendalam. Refleksi diri ini melibatkan proses introspeksi di

mana individu merenungkan kembali tujuan hidup, pilihan-pilihan yang telah diambil, serta nilai-nilai yang mereka anut. Proses ini memungkinkan individu untuk mengevaluasi dan menilai kembali perjalanan hidup mereka, baik dalam aspek spiritual, emosional, maupun kognitif. Individu yang berada pada tahap ini tidak hanya terfokus pada pencapaian duniawi atau kesuksesan material, tetapi juga mulai mengeksplorasi pertanyaan lebih dalam mengenai makna hidup, tujuan eksistensial, dan hubungan mereka dengan Tuhan. Proses refleksi ini menjadi sarana penting untuk peningkatan kesadaran diri, di mana individu mulai mengidentifikasi sifat-sifat positif yang perlu dikembangkan dan sifat-sifat negatif yang perlu dibersihkan dari hati dan pikiran mereka. Refleksi diri berfungsi sebagai alat untuk menuju kemajuan spiritual dan pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan[336].

Penerimaan terhadap kehidupan menjadi aspek yang sangat menonjol pada fase Alam Sadar. Pada fase ini, individu mulai merasa lebih damai dengan kehidupan mereka, menerima bahwa hidup ini merupakan perjalanan panjang yang dipenuhi dengan pelajaran, uji coba, dan tantangan. Mereka memahami bahwa tidak semua hal dapat dikendalikan dan bahwa kehidupan sering kali membawa ketidakpastian serta perubahan yang tak terduga. Individu yang berada dalam tahap ini mulai mengembangkan sikap bersyukur terhadap setiap pengalaman hidup, baik yang menyenangkan maupun yang penuh dengan ujian. Penerimaan terhadap kehidupan ini tidak berarti menyerah pada takdir, tetapi lebih kepada penghargaan terhadap proses hidup itu sendiri, menerima baik dan

buruknya sebagai bagian dari perjalanan spiritual yang akan membawa mereka menuju kedewasaan dan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka dan Tuhan. Sikap penerimaan ini berkontribusi pada kedamaian batin dan keseimbangan emosional, memungkinkan individu untuk menghadapi tantangan hidup dengan lebih tabah, sabar, dan bijaksana.

Perubahan mental dan kognitif yang terjadi pada fase Alam Sadar sangat penting dalam membentuk karakter dan kesadaran diri individu. Proses pengambilan keputusan yang bijaksana, refleksi diri yang mendalam, dan penerimaan terhadap kehidupan berkontribusi pada pembentukan individu yang lebih matang secara emosional, dewasa secara spiritual, dan bijaksana dalam berinteraksi dengan dunia. Pada akhirnya, perubahan-perubahan ini memungkinkan individu untuk mencapai kehidupan yang lebih seimbang, penuh makna, dan bertujuan, serta mengarah pada pengembangan potensi diri yang lebih holistik dan integral.

e. Transisi ke Alam Fitrah

Transisi ke Alam Fitrah merupakan tahap yang sangat signifikan dalam perjalanan spiritual seseorang, yang berfungsi sebagai penghubung antara Alam Sadar dengan kedalaman spiritual yang lebih tinggi. Pada fase Alam Sadar, individu mulai mengintegrasikan kesadaran rasional dan spiritual mereka, membuka jalan bagi pertumbuhan batin yang lebih dalam. Hal ini memungkinkan individu untuk mulai merasakan makna hidup yang lebih luas, yang tidak hanya terbatas pada pencarian eksistensial, tetapi juga melibatkan kesadaran akan diri sejati sebagai bagian dari ciptaan

Tuhan. Alam Fitrah adalah fase kesadaran yang lebih tinggi, yang menjadikan hubungan dengan Tuhan sebagai pusat dari hidup individu. Transisi ini mengindikasikan peralihan dari dominasi rasionalitas dan logika yang ada pada Alam Samar, menuju tahap yang lebih murni dan jernih, yang ditandai oleh keselarasan antara akal, hati, dan spiritualitas. Proses ini menggambarkan perubahan esensial dalam cara individu memandang dunia, di mana spiritualitas mulai mengambil tempat yang dominan dalam kehidupan mereka[337].

Pada Alam Fitrah, individu mengalami transformasi yang mendalam pada hati, jiwa, dan ruh mereka. Proses transformasi ini, menurut Frager, adalah perjalanan yang menyeluruh dan terintegrasi, di mana hati, jiwa, dan ruh saling berinteraksi untuk mencapai kedamaian batin dan pencerahan spiritual yang lebih tinggi. Hati bukan hanya sekadar organ biologis, melainkan pusat emosi dan perasaan yang sangat memengaruhi cara individu berinteraksi dengan dunia sekitarnya. Transformasi hati ini melibatkan pembebasan dari perasaan negatif seperti kebencian, ketakutan, dan kecemburuan, dan menggantikannya dengan energi positif seperti cinta, empati, dan kasih sayang. Sebagaimana Frager menjelaskan, perubahan dalam hati ini tidak hanya berpengaruh pada perasaan, tetapi juga pada cara individu memahami dan merespons dunia[338]. Hal ini memungkinkan individu untuk merasakan kedamaian batin yang lebih dalam dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna.

Jiwa, yang menurut Frager adalah inti dari identitas spiritual manusia, mencari makna hidup yang lebih tinggi, melampaui

batasan fisik dan materialisme. Proses ini membuka jalan bagi individu untuk mencapai kesadaran diri yang lebih mendalam dan menemukan tujuan hidup yang lebih besar. Jiwa dalam fase Alam Fitrah ini berfungsi sebagai titik refleksi yang lebih tinggi, memungkinkan individu untuk mengerti bahwa hidup mereka memiliki dimensi spiritual yang lebih luas dan tidak hanya terbatas pada aspek duniawi[339]. Hal ini juga menunjukkan pentingnya pemahaman tentang peran diri dalam dunia yang lebih besar dan menyelaraskan tujuan hidup dengan kehendak Tuhan.

Dalam pandangan kefilsafatan, istilah transenden dipahami sebagai sesuatu yang berada jauh di luar alam (*beyond the world absolutely*), sedangkan dalam perspektif teologi, istilah transenden dalam kaitannya dengan posisi Tuhan (*Transcendence of God*). Konsep transendensi menerangkan bahwa ketuhanan tidak dapat dijangkau oleh alam pikiran manusia. Tuhan dalam makna transendensi merupakan suatu hal yang abstrak dan universal, bersifat transendental yang mana manusia cukup meyakini keberadaannya.[340]

Di sisi lain, ruh merupakan aspek yang lebih tinggi dan transendental dari diri manusia yang menghubungkan individu dengan dimensi yang lebih luas, baik itu Tuhan atau kekuatan alam semesta. Transformasi ruh bertujuan untuk mencapai pencerahan dan pembebasan dari keterikatan duniawi. Frager menjelaskan bahwa proses ini memungkinkan individu untuk hidup dengan tujuan yang lebih besar dan melayani kebaikan universal, yang bukan hanya berorientasi pada kepentingan pribadi tetapi juga pada kontribusi kepada masyarakat dan umat manusia[341]. Proses ini

memungkinkan individu untuk membangun hubungan yang lebih selaras dengan alam semesta, merasa terhubung dengan keseluruhan ciptaan, dan menjalani kehidupan dengan kesadaran spiritual yang lebih mendalam.

Frager menekankan bahwa hati, jiwa, dan ruh tidak bekerja secara terpisah, melainkan saling berintegrasi dan mendukung satu sama lain dalam proses transformasi ini. Ketiga aspek tersebut bekerja secara sinergis, yang memungkinkan individu mencapai kedamaian batin yang sejati dan menyelaraskan diri dengan tujuan hidup yang lebih besar. Proses ini memerlukan komitmen untuk terus berkembang dan berlatih dalam mencapai versi diri yang lebih utuh dan bermakna. Integrasi hati, jiwa, dan ruh adalah langkah penting dalam perjalanan spiritual untuk mencapai kesadaran yang lebih tinggi, di mana individu tidak hanya hidup berdasarkan pemikiran rasional atau emosi semata, tetapi juga terhubung secara mendalam dengan dimensi spiritual yang lebih tinggi[342].

Pada akhirnya, melalui transformasi ini, individu mulai sepenuhnya terhubung dengan fitrah sejatinya, yaitu potensi dan sifat dasar manusia yang telah ada dalam dirinya sejak awal penciptaannya. Fitrah ini mencakup kesadaran bahwa manusia dilahirkan dalam keadaan suci, terhubung langsung dengan Tuhan, dan memiliki tujuan untuk menjalani hidup dengan penuh makna. Di tahap Alam Fitrah ini, individu tidak lagi terjebak dalam pencarian duniawi semata atau pertanyaan-pertanyaan eksistensial yang belum terjawab, tetapi mereka mulai menyadari bahwa hidup mereka adalah bagian dari takdir Tuhan yang lebih besar. Mereka

menjalani kehidupan mereka dengan kesadaran ilahi yang lebih mendalam dan lebih konsisten, dengan tujuan untuk mengabdikan diri kepada Tuhan dan memahami peran mereka dalam skema kehidupan yang lebih luas[343].

f. Ciri-Ciri Kepribadian Yang Mencapai Alam Fitrah

Salah satu ciri utama dari Alam Fitrah adalah keselarasan batin yang terjadi pada individu yang mengalaminya. Pada fase ini, individu tidak lagi terpecah antara dorongan duniawi dan keinginan spiritual, melainkan menemukan keseimbangan yang sempurna antara keduanya. Hubungan spiritual dengan Tuhan semakin kokoh dan mendalam, menciptakan rasa damai dan kedamaian batin yang melampaui tantangan dan cobaan dunia. Individu yang berada dalam Alam Fitrah semakin mampu menjalani kehidupan dengan lebih sederhana namun penuh makna, berdasarkan nilai-nilai universal yang sesuai dengan ajaran agama dan spiritualitas yang mereka anut. Dalam fase ini, pencarian akan kesempurnaan spiritual menggantikan kecenderungan untuk mencari kepuasan melalui hal-hal duniawi, sehingga hidup menjadi lebih bermakna, tidak hanya melalui pencapaian materi, tetapi juga dalam pengabdian kepada Tuhan[344].

Kesadaran spiritual pada Alam Fitrah membawa individu pada pengalaman batin yang lebih transendental, di mana mereka merasakan keterhubungan yang lebih dalam dengan Tuhan dan seluruh ciptaan-Nya. Pada titik ini, individu lebih sadar bahwa segala aspek kehidupan adalah manifestasi dari kehendak Tuhan. Sebagai hasilnya, transisi menuju Alam Fitrah tidak hanya membawa

individu lebih dekat kepada Tuhan, tetapi juga memungkinkan mereka untuk mencapai bentuk hidup yang lebih otentik, yang selaras dengan tujuan sejati dan potensi mereka sebagai makhluk ciptaan Tuhan. Pencarian ini bukan lagi sebatas pemenuhan kebutuhan duniawi, tetapi lebih pada pengabdian kepada Tuhan yang mendalam[345].

Fase Alam Sadar merupakan tahap penting dalam perjalanan menuju kesadaran diri yang lebih tinggi. Pada fase ini, individu mulai mengintegrasikan rasio (*aql*) dengan hati (*qalbu*), dua aspek fundamental yang sebelumnya sering beroperasi secara terpisah. Akal memberikan arahan rasional dalam pengambilan keputusan, sementara hati berfungsi sebagai saluran yang menghubungkan individu dengan dimensi spiritual yang lebih dalam. Kesadaran akan pentingnya integrasi ini membuka pintu bagi individu untuk merenungkan lebih dalam tentang tujuan hidup serta peran mereka dalam dunia ini. Proses ini juga mendorong pada pemahaman yang lebih holistik mengenai diri dan hubungan manusia dengan Tuhan[346]. Sebagai bagian dari proses ini, individu berusaha untuk menyucikan hati mereka melalui tazkiyah, membersihkan hati dari sifat-sifat negatif seperti kesombongan dan kebencian, dan menggantikannya dengan sifat-sifat terpuji seperti kesabaran, keikhlasan, dan ketawakal-an. Penyucian hati ini menjadi dasar moral dan spiritual dalam hidup individu, yang mengarah pada perkembangan akhlak mulia dan kepribadian yang lebih baik[347].

Dalam fase Alam Sadar, pencarian jati diri menjadi elemen utama. Individu mulai mengeksplorasi pemahaman lebih dalam tentang siapa diri mereka sebenarnya, melampaui pemahaman

duniawi yang hanya mengutamakan materi. Proses ini mendorong mereka untuk mengenali identitas spiritual mereka dan menghubungkannya dengan tujuan hidup yang lebih tinggi. Pencarian ini, pada akhirnya, memfasilitasi transisi menuju kesadaran yang lebih tinggi, yang selanjutnya mempererat hubungan individu dengan Tuhan[348]. Fase Alam Sadar bukan hanya merupakan langkah awal dalam pencapaian kesadaran spiritual yang lebih mendalam, tetapi juga merupakan fondasi bagi pembentukan jati diri yang lebih sejati dan bermakna.

Ciri-ciri kepribadian yang mencapai Alam Sadar menggambarkan individu yang telah mencapai tingkat kesadaran diri yang lebih tinggi. Pada fase ini, individu mulai mengintegrasikan akal dan hati, membuka diri terhadap dimensi spiritual, serta merenungkan tujuan hidup dan hubungan mereka dengan Tuhan dan sesama. Beberapa ciri utama individu yang berada dalam Alam Sadar antara lain kesadaran diri yang lebih mendalam, pencarian tujuan hidup yang lebih bermakna, serta keterhubungan yang lebih dalam dengan diri sendiri dan orang lain[349]. Individu pada fase ini mulai menggunakan rasio mereka dengan bijaksana, mempertimbangkan tidak hanya kepentingan duniawi, tetapi juga nilai-nilai moral dan spiritual dalam pengambilan keputusan[350]. Mereka juga mengalami peningkatan kesadaran spiritual yang mendalam, yang mengarahkan mereka untuk memperdalam ibadah dan hubungan dengan Tuhan[351].

Individu dalam Alam Sadar juga menunjukkan kemampuan untuk mengendalikan emosi mereka, lebih mampu merespons dengan bijak, serta memperhatikan perasaan orang lain dalam setiap

situasi[352]. Mereka semakin menghargai nilai-nilai moral dan etika yang tinggi, dan berusaha mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari[353]. Semua ini berkontribusi pada kehidupan yang lebih seimbang dan harmonis, baik dalam dimensi pribadi maupun sosial, serta membawa mereka lebih dekat kepada tujuan hidup yang lebih besar dan lebih bermakna. Sebagai hasilnya, mereka tidak hanya menjadi individu yang lebih sadar akan diri, tetapi juga lebih peduli terhadap kesejahteraan orang lain dan berusaha berkontribusi positif pada masyarakat[354].

Fase Alam Fitrah

Fase Alam Fitrah merupakan tahap tertinggi dalam perkembangan kesadaran diri, di mana individu sepenuhnya terhubung dengan fitrah sejatinya—suatu keadaan jiwa yang murni dan bebas dari pengaruh luar yang tidak sesuai dengan sifat aslinya. Pada tahap ini, individu tidak hanya merasakan kedekatan dengan diri mereka sendiri, tetapi juga dengan Tuhan dan seluruh ciptaan-Nya. Mereka memahami bahwa segala sesuatu di dunia ini saling terhubung dalam kesatuan ilahi yang sempurna. Alam Fitrah bukan hanya puncak pencapaian spiritual, tetapi juga sebuah pemahaman mendalam mengenai asal-usul, tujuan hidup, dan peran manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan yang memiliki tanggung jawab moral dan spiritual[355]. Dalam pandangan spiritual, Alam Fitrah merupakan ruang di mana individu menemukan keseimbangan sempurna antara duniawi dan ukhrawi, antara keinginan pribadi dan pengabdian kepada Tuhan. Menurut al-Ghazali, fitrah adalah keadaan manusia pada awal penciptaannya yang mencerminkan

keaslian dan kesucian sebelum terkontaminasi oleh dunia luar yang sering kali membawa pengaruh negatif[356].

Pada tahap ini, individu hidup dengan kesadaran penuh tentang tujuan hidup yang lebih tinggi, yaitu untuk beribadah dan mengabdi kepada Allah. Setiap tindakan, perasaan, dan pikiran dipusatkan untuk mencapai keridhaan-Nya, dengan kesadaran bahwa hidup ini adalah anugerah yang harus dimanfaatkan untuk mencapai keseimbangan antara duniawi dan ukhrawi[357]. Tidak hanya pemahaman yang mendalam tentang tujuan hidup, namun juga pencapaian keselarasan antara batin dan lahir. Alam Fitrah memungkinkan individu merasakan kedamaian batin yang berasal dari keyakinan penuh kepada Tuhan dan penerimaan terhadap takdir-Nya[358]. Hal ini berhubungan erat dengan konsep tazkiyah, yang merupakan proses penyucian diri dari segala bentuk keinginan duniawi yang berlebihan, sehingga individu dapat mencapai kedamaian sejati dan hidup dalam harmoni dengan Tuhan serta ciptaan-Nya[359].

Keseimbangan batin yang tercapai dalam fase ini adalah hasil dari kesadaran yang murni dan bebas dari pengaruh negatif, seperti ketamakan, kebencian, atau rasa takut yang menghalangi kebahagiaan sejati. Dalam kondisi ini, individu tidak lagi terperangkap dalam kecemasan duniawi atau godaan sementara, melainkan menjalani hidup dengan penuh keikhlasan, kepasrahan, dan ketenangan. Alam Fitrah juga menciptakan hubungan yang lebih erat dengan sesama ciptaan Tuhan, menjadikan individu lebih empatik, penuh kasih sayang, dan menghormati keberagaman[360].

Individu yang berada dalam Alam Fitrah dapat menjalani kehidupan yang lebih selaras dengan prinsip-prinsip moral dan etika yang luhur, mengamalkan nilai-nilai seperti keadilan, kasih sayang, dan penghargaan terhadap sesama, sesuai dengan ajaran agama dan spiritualitas yang mereka anut[361].

Pencapaian Alam Fitrah bukan hanya sebuah perjalanan individu menuju kesempurnaan batin, tetapi juga membentuk kualitas hubungan yang lebih baik dengan lingkungan sekitar, baik dalam konteks sosial maupun spiritual. Dalam hal ini, hubungan spiritual yang terjalin antara individu dan Tuhan tidak hanya mempengaruhi kualitas hubungan mereka dengan diri mereka sendiri, tetapi juga dengan sesama makhluk ciptaan Tuhan, termasuk alam dan masyarakat di sekitar mereka[362]. Fase Alam Fitrah ini akhirnya mengarah pada kehidupan yang penuh kesadaran, kehidupan yang terarah, dan pengabdian total kepada Tuhan, yang menjadi dasar bagi kehidupan yang seimbang, harmonis, dan penuh makna. Pada titik ini, individu merasakan kedekatan yang mendalam dengan Tuhan dan dengan seluruh ciptaan-Nya, menjadikan mereka sebagai hamba yang rendah hati, penuh rasa syukur, dan siap melaksanakan peranannya di dunia dengan penuh pengabdian[363].

a. Karakteristik Fase Alam Fitrah

Fase Alam Fitrah adalah tahap tertinggi dalam perjalanan spiritual seseorang, di mana individu sepenuhnya terhubung dengan fitrah sejatinya keadaan jiwa yang murni dan bebas dari segala pengaruh eksternal yang dapat menutupi kesadarannya. Pada fase ini, individu mengalami transformasi besar dalam cara

pandangnya terhadap dunia, dirinya sendiri, dan Tuhan. Beberapa karakteristik utama dari fase Alam Fitrah mencakup kedamaian batin, pengakuan terhadap sifat-sifat Ilahi, tafakur dan introspeksi mendalam, keterbukaan terhadap kebenaran dan intuisi Ilahi, serta pengabdian total kepada Tuhan. Karakteristik-karakteristik ini tidak hanya menunjukkan puncak pencapaian spiritual individu, tetapi juga mengarah pada pemahaman yang lebih dalam tentang tujuan hidup dan hubungan yang lebih erat dengan Tuhan serta seluruh ciptaan-Nya[364].

Kedamaian Batin: Salah satu karakteristik utama pada fase Alam Fitrah adalah kedamaian batin yang sangat dalam, yang berasal dari kesadaran penuh tentang keterhubungan individu dengan Tuhan. Pada tahap ini, individu mencapai keseimbangan mental dan emosional yang sempurna, di mana mereka mampu menerima segala keadaan hidup dengan lapang dada, tanpa terperangkap dalam kegelisahan atau kekhawatiran. Kedamaian batin ini muncul dari kesadaran bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah bagian dari takdir Tuhan, dan hidup dijalani dengan penuh rasa syukur, menerima setiap ujian maupun kenikmatan sebagai bagian dari rencana Ilahi yang lebih besar[365]. Sebagaimana dijelaskan oleh al-Ghazali dalam karya-karyanya, kedamaian batin dalam Islam sangat erat kaitannya dengan penyucian jiwa, di mana individu harus mengatasi segala gangguan batin dan mencapai ketenangan yang berasal dari keyakinan mutlak kepada Tuhan[366].

Jadi, Solusi terbaik untuk dapat mengatasi masalah-masalah kesehatan mental adalah dengan jalan yaitu mengamalkan nilai-nilai

agama dalam kehidupan sehari-hari, kesehatan mental seseorang dapat ditandai dengan kemampuan orang tersebut dalam penyesuaian diri dengan lingkungannya, mampu mengembangkan potensi yang terdapat dalam dirinya sendiri semaksimal mungkin untuk menggapai ridho Allah SWT, sebagaimana tugas utama manusia diciptakan adalah tidak lain agar mereka mengabdi beribadah kepada Allah SWT.

Orang yang tidak mampu beradaptasi dengan lingkungannya akan gagal dalam menjalani kehidupannya. Manusia diciptakan untuk hidup bersama, bermasyarakat, saling kenal-mengenal dan saling membutuhkan satu sama lain dan selalu berinteraksi, hal ini sesuai dengan konsep sosiologi modern yaitu manusia sebagai makhluk sosial. Mahluk sosial yang memiliki mental yang sehat akan melahirkan manusia yang berguna bagi orang lain.[367]

Pengakuan terhadap Sifat-Sifat Ilahi: Pada fase Alam Fitrah, individu semakin menyadari bahwa mereka adalah makhluk yang diciptakan oleh Tuhan dan bahwa hidup mereka memiliki tujuan yang lebih tinggi. Pemahaman ini memunculkan kesadaran yang dalam bahwa kehidupan ini bukan hanya tentang pencapaian materi atau duniawi, tetapi tentang menjalani hidup sesuai dengan kehendak Tuhan. Individu mulai merasakan kedekatan yang sangat kuat dengan Sang Pencipta dan menyadari bahwa setiap tindakan, pemikiran, dan perasaan yang mereka miliki adalah bagian dari ibadah mereka kepada-Nya. Mereka berusaha untuk lebih mendalam memahami sifat-sifat Ilahi dan berupaya mencerminkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari[368]. Konsep ini

sejalan dengan pandangan Ibn Arabi, yang menyatakan bahwa setiap aspek dalam kehidupan manusia harus mencerminkan sifat-sifat Tuhan yang Maha Sempurna, termasuk dalam tindakan, perkataan, dan pikiran[369].

Tafakur dan Introspeksi Mendalam: Di tahap ini, individu cenderung lebih banyak meluangkan waktu untuk tafakur (merenung) dan introspeksi (mendalami diri). Proses ini membantu individu untuk mengenali asal-usul mereka, memahami tujuan hidup mereka, dan memperkuat hubungan spiritual mereka dengan Tuhan. Tafakur menjadi bagian dari rutinitas hidup mereka, di mana mereka tidak hanya melihat dunia luar, tetapi juga lebih banyak mengarahkan perhatian pada dunia batin. Dengan semakin banyaknya waktu yang dihabiskan untuk merenung dan berintrospeksi, individu dapat memahami secara lebih mendalam makna hidup, memperbaiki diri, serta meningkatkan kualitas ibadah mereka[370]. Dalam perspektif Sufisme, tafakur dianggap sebagai metode untuk mengatasi kedangkalan pemahaman dan membuka pintu-pintu kedalaman spiritual yang lebih tinggi[371].

Keterbukaan terhadap Kebenaran dan Intuisi Ilahi: Pada fase Alam Fitrah, individu mulai merasakan bahwa hijab yang sebelumnya membatasi pemahaman spiritual mereka mulai terbuka. Hal ini memungkinkan mereka untuk melihat dan memahami kebenaran secara lebih jelas. Mereka mulai merasakan intuisi Ilahi yang membimbing mereka dalam setiap langkah kehidupan. Intuisi ini bukan sekadar perasaan biasa, tetapi adalah pemahaman yang muncul dari kedekatan dengan Tuhan yang

memberi petunjuk batin mengenai kebenaran yang lebih tinggi. Individu mulai menilai segala sesuatu berdasarkan petunjuk hati dan wahyu spiritual yang mereka terima[372]. Ibn Arabi juga menggambarkan intuisi Ilahi sebagai pemahaman langsung terhadap realitas Tuhan yang dapat membuka cakrawala spiritual bagi individu yang mencapai tingkat kesucian tertentu[373].

Pengabdian Total kepada Tuhan: Karakteristik paling penting dari fase Alam Fitrah adalah pengabdian total kepada Tuhan. Pada tahap ini, individu tidak lagi mencari kepuasan pribadi atau pencapaian duniawi, tetapi sepenuhnya berfokus pada keridhaan Allah. Setiap amal ibadah dan kewajiban hidup lainnya dilaksanakan dengan penuh keikhlasan, tawakal, dan rasa syukur. Pengabdian yang dilakukan bukan hanya pada aspek ibadah ritual seperti salat, puasa, dan zakat, tetapi juga pada pengamalan nilai-nilai agama dalam setiap aspek kehidupan, baik dalam hubungan sosial, pekerjaan, maupun interaksi sehari-hari. Pencarian jati diri pada fase ini bergeser dari keinginan pribadi menuju pencapaian keridhaan Allah, yang menjadi pusat dari setiap tindakan dan pemikiran individu[374]. Hal ini tercermin dalam ajaran-ajaran tasawuf yang menekankan pentingnya niat dan keikhlasan dalam setiap perbuatan, serta menjadikan kehidupan sehari-hari sebagai bentuk ibadah yang terus-menerus menuju keridhaan Allah[375].

Dengan karakteristik-karakteristik ini, fase Alam Fitrah merupakan puncak perjalanan spiritual, di mana individu sepenuhnya menyadari siapa dirinya sebagai makhluk ciptaan Tuhan, serta memahami peran dan tanggung jawab mereka dalam

kehidupan ini. Pada fase ini, kehidupan dijalani dengan penuh makna, kedamaian, dan kesadaran Ilahi yang mendalam, mengarah pada pencapaian tujuan hidup yang sejati untuk hidup dalam pengabdian dan keridhaan Tuhan[376].

b. Peran Hati Dalam Alam Fitrah

Pada fase Alam Fitrah, hati (qalbu) memainkan peran yang sangat penting dalam membimbing individu menuju kedekatan yang lebih dalam dengan Tuhan dan pencapaian keseimbangan batin. Hati, bukan lagi hanya sebagai sumber emosi atau perasaan, melainkan menjadi saluran utama yang mengarahkan individu untuk mengikuti petunjuk ilahi, serta membimbing tindakan dan perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari. Hati yang murni dan bersih di fase Alam Fitrah menjadi pusat dari kesadaran spiritual yang mendalam, yang mendorong individu untuk menjalani hidup dengan penuh pengabdian dan keridhaan kepada Tuhan. Beberapa aspek yang mendasari peran hati pada fase ini antara lain penerimaan sepenuhnya terhadap takdir, keharmonisan dalam hubungan dengan Tuhan dan sesama, serta keterbukaan spiritual yang mengarahkan individu pada kehidupan yang lebih baik. Seperti yang dijelaskan oleh al-Ghazali, hati yang bersih adalah kondisi utama bagi tercapainya kedekatan spiritual dengan Tuhan[377].

Penerimaan Sepenuhnya terhadap Takdir: Salah satu peran utama hati pada fase Alam Fitrah adalah penerimaan yang mendalam terhadap takdir hidup. Individu yang berada dalam tahap ini menyadari bahwa segala sesuatu yang terjadi dalam hidup mereka adalah bagian dari rencana Tuhan yang lebih besar. Mereka

tidak lagi merasa gelisah atau mempertanyakan ujian hidup, tetapi menerima segala kondisi dengan hati yang penuh syukur dan kepasrahan. Hati mereka dipenuhi dengan rasa tawakal, yang membebaskan mereka dari beban kecemasan dan ketakutan. Dalam kondisi ini, hati menjadi tempat yang penuh dengan ketenangan, di mana individu merasakan ketentraman batin karena mereka yakin bahwa takdir yang diberikan oleh Tuhan selalu memiliki hikmah yang lebih besar. Penerimaan terhadap takdir ini mencerminkan kedalaman hubungan spiritual individu dengan Tuhan, di mana setiap keputusan dan peristiwa dipandang sebagai bagian dari perjalanan yang lebih besar. Menurut al-Razi, penerimaan takdir dengan hati yang ikhlas adalah salah satu ciri dari individu yang mencapai kesucian hati[378].

Keharmonisan dalam Berhubungan dengan Tuhan dan Sesama: Di fase Alam Fitrah, hati individu juga memainkan peran penting dalam membangun keharmonisan dalam hubungan mereka dengan Tuhan dan sesama makhluk-Nya. Karena hati menjadi tempat terhubungnya individu dengan kesadaran spiritual yang lebih tinggi, perasaan kasih sayang, empati, dan rasa saling menghargai menjadi lebih kuat. Individu yang berada dalam tahap ini merasa tidak terpisahkan dari Tuhan, dan dengan kesadaran tersebut, mereka mulai merasakan keterkaitan yang mendalam dengan sesama makhluk. Hati yang murni memunculkan sifat-sifat terpuji seperti keikhlasan, kebaikan, dan pengabdian tanpa pamrih, yang menjadikan hubungan sosial mereka lebih sehat dan penuh kasih. Dalam interaksi sehari-hari, mereka lebih mudah untuk memaafkan,

memberikan dukungan, dan memperlakukan orang lain dengan kasih sayang tanpa mengharapkan imbalan. Hal ini sejalan dengan ajaran al-Qushayri, yang menyatakan bahwa hati yang bersih akan membawa kepada hubungan yang harmonis dengan sesama makhluk[379].

Keterbukaan Spiritual: Pada fase Alam Fitrah, hati individu juga menjadi lebih terbuka terhadap kebijaksanaan Ilahi dan pengalaman batin yang membimbing mereka menuju kehidupan yang lebih baik. Proses ini terjadi karena hati yang telah terbebas dari kegelapan nafsu dan pengaruh negatif dapat mendengarkan dengan jelas bisikan-bisikan hati yang berasal dari petunjuk Tuhan. Hati yang terbuka ini memungkinkan individu untuk menerima firasat dan intuisi yang datang dari dalam diri mereka, serta membimbing mereka dalam membedakan antara yang baik dan yang buruk. Keterbukaan hati ini memungkinkan individu untuk menjalani kehidupan dengan penuh kesadaran dan kehati-hatian, membuat keputusan yang bijaksana dan penuh pertimbangan spiritual. Hal ini juga dipaparkan oleh al-Jili, yang menyatakan bahwa hati yang terbuka akan menerima wahyu batin dan panduan Ilahi dalam kehidupan sehari-hari[380].

peran hati (qalbu) dalam fase Alam Fitrah sangat mendalam dan integral dalam perkembangan spiritual individu. Hati yang murni dan terbuka menjadi penerima dan pengarah petunjuk Ilahi, membimbing individu dalam menjalani kehidupan dengan penuh pengabdian, keharmonisan, dan kedamaian. Sebagai saluran utama untuk menerima wahyu batin dan intuisi Ilahi, hati memastikan

bahwa setiap langkah yang diambil oleh individu sesuai dengan kehendak Tuhan, menjadikan kehidupan mereka lebih bermakna dan penuh berkah. Seperti yang dikatakan al-Ghazali, hati yang suci dan terbuka adalah kunci untuk meraih kedamaian spiritual dan kedekatan dengan Tuhan.

c. Proses Penyucian Hati Dan Pencapaian Makrifat

Penyucian hati (tazkiyah) adalah inti dari perjalanan spiritual pada fase Alam Fitrah, di mana individu berusaha untuk membersihkan dirinya dari segala bentuk kotoran batin yang menghalangi kedekatannya dengan Allah. Dalam fase ini, seseorang tidak hanya berfokus pada aspek fisik atau tindakan eksternal, tetapi lebih kepada perbaikan batin yang mendalam. Penyucian hati ini merupakan suatu proses berkelanjutan yang dilakukan dengan penuh kesungguhan dan ikhlas, sebagai upaya untuk mengembalikan hati kepada fitrah sejatinya, yang murni dan bebas dari segala pengaruh duniawi yang buruk. Proses ini melibatkan berbagai amalan spiritual dan introspeksi diri yang bertujuan untuk menanggalkan sifat-sifat tercela, seperti kesombongan, dendam, kebencian, dan hawa nafsu, yang selama ini menghalangi individu untuk merasakan kedekatan yang sejati dengan Tuhan. Hal ini sesuai dengan ajaran dalam Al-Qur'an, di mana Allah berfirman: *"Sesungguhnya Allah tidak melihat kepada tubuhmu dan rupa-rupamu, tetapi Dia melihat kepada hati-hatimu"* (HR. Muslim, 2564). Ini menunjukkan bahwa penyucian hati adalah bagian terpenting dari proses spiritual yang mendalam.

Tazkiyah (Penyucian Diri): Pada tahap Alam Fitrah, penyucian diri menjadi proses yang sangat penting dalam perjalanan spiritual individu. Tazkiyah merupakan usaha yang dilakukan untuk menanggalkan sifat-sifat tercela dalam diri dan menggantinya dengan sifat-sifat terpuji. Individu yang berada pada fase ini berusaha menjalankan berbagai amalan spiritual yang dapat membersihkan jiwa, seperti dzikir (mengingat Allah), shalat (salat), dan mujahadah (perjuangan spiritual). Dzikir menjadi sarana utama dalam menghubungkan hati dengan Tuhan, menenangkan jiwa, serta mengingatkan individu akan tujuan hidup yang lebih tinggi. Dalam Al-Qur'an disebutkan, *"Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram"* (QS. Ar-Ra'd: 28). Shalat, sebagai ibadah yang paling inti dalam Islam, menjadi salah satu cara yang efektif untuk memperbaiki hubungan vertikal dengan Tuhan, sekaligus menjaga konsistensi dalam berdoa dan bermunajat. Sementara itu, mujahadah merupakan perjuangan untuk mengatasi godaan duniawi dan nafsu, menjaga diri dari tindakan yang tidak sesuai dengan ajaran agama, serta terus berusaha menjadi pribadi yang lebih baik. Dengan memperbanyak amalan-amalan ini, individu akan semakin dekat dengan Allah dan hatinya akan semakin bersih dari segala kekotoran.

Makrifat (Pengetahuan Batin tentang Tuhan): Salah satu pencapaian penting pada fase Alam Fitrah adalah makrifat, yaitu pengetahuan batin yang mendalam mengenai Tuhan. Pada tahap ini, individu tidak hanya memahami tentang Allah secara kognitif atau rasional, tetapi mereka merasakan kehadiran-Nya dalam setiap

aspek kehidupan mereka. Pengetahuan batin ini diperoleh melalui pengalaman spiritual yang mendalam dan kedekatan yang tulus dengan-Nya. Individu yang mencapai makrifat mulai merasakan bahwa Allah senantiasa hadir dalam kehidupan mereka, baik dalam kebahagiaan maupun dalam kesulitan. Pengetahuan ini tidak hanya terbatas pada pemahaman intlektual semata, melainkan lebih kepada pengalaman langsung yang menggugah jiwa. Sebagaimana dalam hadis yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda: *"Barangsiapa yang mengenal dirinya, maka dia akan mengenal Tuhannya"* (HR. Muslim). Makrifat membawa individu pada pemahaman yang lebih tinggi tentang hakikat kehidupan dan peranannya sebagai hamba Tuhan. Di sini, individu mulai merasakan cahaya ilahi yang memandu langkah mereka, menguatkan keyakinan mereka dalam setiap keputusan dan perbuatan yang mereka ambil.

Firasat dan Inspirasi Ilahi: Salah satu aspek penting dalam fase Alam Fitrah adalah munculnya firasat atau petunjuk ilahi yang datang langsung dari Tuhan. Firasat ini muncul sebagai bentuk inspirasi atau wahyu yang membimbing individu dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Pada tahap ini, individu yang hatinya telah dibersihkan melalui tazkiyah akan lebih sensitif terhadap bisikan hati dan firasat yang datang dari dalam diri mereka, yang merupakan petunjuk langsung dari Tuhan. Firasat ini sering kali muncul dalam bentuk perasaan yang mendalam atau intuisi yang mengarahkan individu pada keputusan atau jalan yang benar. Mereka merasakan bimbingan dari Tuhan dalam setiap langkah yang mereka ambil, memberikan mereka keyakinan bahwa mereka tidak pernah

berjalan sendirian. Inspirasi ilahi ini juga dapat muncul dalam bentuk pengertian yang mendalam tentang situasi atau persoalan hidup, memberikan individu kekuatan untuk bertindak dengan kebijaksanaan dan ketulusan hati. Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman: *"Dan barangsiapa yang bertakwa kepada Allah, Dia akan memberikan jalan keluar dan memberi rezeki dari arah yang tidak disangka-sangka"* (QS. At-Talaq: 2-3). Seiring dengan meningkatnya kesadaran batin, individu yang berada dalam fase Alam Fitrah akan semakin terhubung dengan petunjuk-petunjuk spiritual ini, yang memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan.

Proses penyucian hati dan pencapaian makrifat merupakan tahap yang sangat penting dalam perkembangan spiritual individu pada fase Alam Fitrah. Melalui penyucian hati yang berkelanjutan, individu tidak hanya membersihkan diri dari kekotoran batin, tetapi juga membuka jalan bagi pengalaman spiritual yang mendalam, yang memungkinkan mereka merasakan kedekatan yang lebih tinggi dengan Tuhan. Makrifat sebagai pengetahuan batin yang diperoleh melalui pengalaman langsung membawa individu pada pemahaman yang lebih mendalam tentang hakikat kehidupan, sementara firasat dan inspirasi ilahi membimbing mereka untuk hidup sesuai dengan kehendak Tuhan. Proses ini adalah perjalanan yang terus berlangsung, yang akan semakin mendalam seiring dengan bertambahnya kedekatan individu dengan Allah. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW: *"Sesungguhnya di dalam tubuh ada segumpal darah, jika ia baik maka seluruh tubuh akan baik, dan jika*

ia rusak maka seluruh tubuh akan rusak. Itulah hati" (HR. Bukhari, 52).

d. Pengabdian Total Dalam Kehidupan Sehari-Hari

Pada fase Alam Fitrah, individu yang telah mencapai tingkat kesadaran spiritual yang mendalam sepenuhnya berkomitmen untuk mengarahkan seluruh hidup mereka kepada pengabdian kepada Allah. Kehidupan mereka tidak lagi didorong oleh ambisi pribadi atau kepentingan duniawi, tetapi sepenuhnya dipusatkan pada kehendak Tuhan. Dalam fase ini, segala tindakan, perkataan, dan pilihan hidup individu berfungsi sebagai bentuk ibadah yang tulus, yang mereka persembahkan sebagai upaya untuk mencari ridha Allah. Pengabdian total ini tidak hanya tercermin dalam amalan ritual seperti shalat dan dzikir, tetapi juga dalam setiap aspek kehidupan sehari-hari, di mana individu tersebut berusaha menjadikan hidupnya sebagai manifestasi nyata dari keimanan dan pengabdian kepada Sang Pencipta.

Keikhlasan dalam Setiap Amal: Salah satu karakteristik utama dari pengabdian pada fase Alam Fitrah adalah keikhlasan dalam setiap amal yang dilakukan. Individu yang berada pada tahap ini memiliki kesadaran yang tinggi bahwa segala amal yang mereka lakukan adalah semata-mata untuk Allah, tanpa ada tujuan duniawi atau kepentingan pribadi yang terlibat. Keikhlasan ini menjadikan setiap tindakan, meskipun terlihat kecil atau sederhana, sebagai ibadah yang bernilai tinggi di sisi-Nya. Setiap amal mereka, baik yang bersifat fisik maupun non-fisik, dipenuhi dengan niat yang murni dan tulus, yang senantiasa mengarah pada pencapaian ridha Allah.

Ini mencakup segala aspek kehidupan, mulai dari pekerjaan, interaksi sosial, hingga hubungan keluarga, yang semuanya dilakukan dengan niat yang bersih dan tanpa pamrih, sebagai bagian dari pengabdian mereka kepada Tuhan.

Kesederhanaan Hidup: Individu yang mencapai Alam Fitrah hidup dengan kesederhanaan yang mendalam, menjauhkan diri dari sikap materialistis dan godaan duniawi yang sering kali menjadi fokus utama dalam kehidupan sehari-hari masyarakat. Mereka menyadari bahwa kehidupan dunia hanyalah sementara, dan mereka lebih memilih untuk mengutamakan kehidupan spiritual yang lebih tinggi daripada pencapaian duniawi yang bersifat sementara. Kesederhanaan hidup ini tidak hanya terlihat dalam aspek material, seperti gaya hidup atau konsumsi barang, tetapi juga dalam cara mereka menjalani hubungan dengan orang lain. Mereka lebih mengutamakan kehidupan yang penuh makna, di mana segala sesuatu yang mereka miliki dan lakukan dipandang sebagai anugerah dari Allah yang harus disyukuri dan dipergunakan untuk tujuan yang lebih mulia. Kesederhanaan ini juga mencerminkan kedamaian batin yang mereka rasakan, di mana mereka tidak terganggu oleh keinginan duniawi yang tidak pernah ada habisnya.

Pengorbanan untuk Sesama: Pada fase Alam Fitrah, pengabdian kepada sesama manusia juga menjadi salah satu aspek penting dari kehidupan spiritual individu. Mereka menunjukkan kepedulian yang tinggi terhadap orang lain dan berusaha memberikan manfaat bagi sesama tanpa mengharapkan balasan atau imbalan. Pengorbanan dalam bentuk perhatian, bantuan, dan cinta kasih terhadap sesama

menjadi cerminan nyata dari rasa syukur mereka kepada Allah dan pengamalan ajaran-ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari. Mereka tidak hanya membantu sesama ketika mereka memiliki kelapangan, tetapi juga siap berkorban demi kebahagiaan orang lain, baik secara materi maupun non-materi. Pengorbanan ini tidak hanya terbatas pada individu yang dikenal, tetapi juga meluas kepada masyarakat luas, tanpa memandang perbedaan latar belakang. Pengabdian mereka mencakup aspek sosial yang lebih luas, dan menjadi bagian dari misi spiritual mereka untuk mewujudkan dunia yang lebih baik melalui tindakan nyata.

Pengabdian total dalam fase Alam Fitrah mencerminkan penerapan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari yang lebih praktis dan penuh makna. Melalui keikhlasan, kesederhanaan, dan pengorbanan, individu yang mencapai tahap ini menjalani hidup mereka dengan tujuan yang lebih tinggi, yaitu untuk memperoleh ridha Allah dan menjalankan peran mereka sebagai hamba-Nya dengan sepenuh hati. Pengabdian ini bukan hanya terbatas pada ibadah ritual semata, tetapi juga mencakup seluruh aspek kehidupan mereka, dari hubungan pribadi hingga kontribusi terhadap masyarakat, yang semuanya dilakukan dengan niat untuk menjalani hidup yang sesuai dengan kehendak Tuhan.

e. Kesadaran Ilahi Dan Peranannya Dalam Hidup

Pada fase Alam Fitrah, kesadaran ilahi menjadi puncak tertinggi dalam perjalanan spiritual individu. Di tahap ini, kesadaran akan Tuhan dan segala ciptaan-Nya mengisi seluruh aspek kehidupan mereka, memberikan perspektif yang lebih dalam mengenai

eksistensi manusia. Individu yang berada dalam Alam Fitrah menyadari sepenuhnya bahwa hidup ini bukan hanya sekadar perjalanan duniawi, tetapi juga merupakan bagian dari tujuan yang lebih besar dalam konteks kehidupan akhirat. Mereka memahami bahwa setiap tindakan yang mereka lakukan memiliki konsekuensi yang akan dipertanggungjawabkan di hadapan Allah, baik itu yang berkaitan dengan ibadah, hubungan dengan sesama, maupun terhadap alam semesta.

Penerimaan Tanggung Jawab Akhirat: Pada fase ini, individu merasakan kedalaman makna dari kehidupan ini, yang tidak hanya berfokus pada pencapaian material atau kepuasan duniawi, tetapi juga pada tujuan akhir yang abadi. Mereka memahami dengan sangat jelas bahwa segala amal perbuatan yang dilakukan di dunia akan dipertanggungjawabkan di akhirat, yang menjadi landasan moral dan etika mereka dalam bertindak. Kesadaran akan konsekuensi dari setiap perbuatan membuat mereka lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan, baik yang berkaitan dengan kehidupan pribadi, pekerjaan, maupun interaksi sosial. Kesadaran ini mendorong individu untuk menjaga diri agar selalu berada di jalan yang lurus, yaitu Shirat al-Mustaqim, jalan yang diridhai Allah dan membawa kepada keselamatan di dunia maupun di akhirat.

Keterhubungan dengan Kehendak Tuhan: Pada fase Alam Fitrah, individu semakin mendalam memahami bahwa setiap aspek kehidupannya adalah bagian dari kehendak Allah. Mereka melihat kehidupan dengan penuh rasa syukur dan penghambaan kepada-Nya, serta berusaha untuk menyelaraskan setiap tindakan dengan

tujuan ilahi. Ini mencakup pengaturan hidup secara spiritual, seperti menjalankan kewajiban agama, memperbanyak amal ibadah, dan berusaha menjauhkan diri dari hal-hal yang tidak sesuai dengan tuntunan agama. Keterhubungan yang kuat dengan Tuhan ini juga mempengaruhi cara individu berinteraksi dengan sesama, memperlihatkan kelembutan hati, pengampunan, serta sikap saling membantu dan mendukung antar sesama.

Pencarian dan Penerimaan Kebenaran Ilahi: Kesadaran ilahi yang berkembang pada fase Alam Fitrah juga membawa individu pada pencarian kebenaran yang lebih dalam. Mereka lebih mampu mendengarkan bisikan hati, mendapatkan petunjuk dari Tuhan, dan membuka diri terhadap kebijaksanaan yang datang dari-Nya. Mereka mampu membedakan dengan lebih jelas antara yang benar dan yang salah, yang baik dan yang buruk, berkat keterbukaan hati dan pemahaman spiritual yang mendalam. Dalam hal ini, hati mereka berfungsi sebagai kompas yang senantiasa mengarahkan mereka kepada kebenaran dan keselamatan.

Kehidupan yang Terfokus pada Pengabdian: Kesadaran ilahi pada fase ini juga membimbing individu untuk menjalani hidup dengan penuh kesadaran spiritual. Setiap tindakan, dari yang sekecil apapun, dimaknai sebagai kesempatan untuk beribadah kepada Allah. Mereka menyadari bahwa hidup ini adalah anugerah dan ujian dari Tuhan, dan setiap detik dalam kehidupan mereka harus digunakan dengan bijak untuk mendekatkan diri kepada-Nya. Individu di fase ini berusaha untuk terus meningkatkan kualitas

ibadah mereka, baik dalam bentuk dzikir, shalat, maupun amal kebaikan lainnya yang akan menjadi bekal mereka di akhirat.

Kesadaran ilahi pada fase Alam Fitrah tidak hanya berfokus pada pemahaman rasional tentang agama atau spiritualitas, tetapi juga mencakup pengalaman batin yang mendalam dan pengamalan yang nyata dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kesadaran ini, individu tidak hanya menjalani hidup dengan penuh tanggung jawab terhadap Tuhan, tetapi juga dengan rasa kedamaian dan keseimbangan batin yang muncul dari pemahaman bahwa mereka hidup sesuai dengan kehendak Ilahi. Kesadaran ini menjadi pondasi yang kokoh dalam menjalani kehidupan yang penuh makna, baik di dunia maupun di akhirat.

Fase Alam Fitrah merupakan puncak tertinggi dalam perjalanan spiritual individu, di mana kesadaran dan pemahaman diri mencapai titik yang paling mendalam dan murni. Pada fase ini, individu tidak hanya mengenali jati dirinya sebagai ciptaan Tuhan, tetapi juga merasakan keterhubungan yang erat dengan Sang Pencipta. Kesadaran akan tujuan hidup sebagai hamba Allah membawa individu untuk menjalani kehidupan dengan penuh keikhlasan, kedamaian batin, serta pengabdian yang tulus dan ikhlas.

Salah satu ciri utama dari fase Alam Fitrah adalah proses penyucian hati (tazkiyah) yang berkelanjutan. Individu yang berada dalam fase ini berusaha untuk membersihkan dirinya dari segala sifat tercela seperti kesombongan, kebencian, dan hawa nafsu, menggantinya dengan sifat-sifat mulia yang mencerminkan kemurnian hati. Penyucian hati ini bukan hanya sebatas upaya

menghilangkan sifat-sifat buruk, tetapi juga merupakan langkah untuk menyelaraskan diri dengan kehendak Tuhan, memperdalam pengertian akan makna hidup, dan berusaha untuk mencapai makrifat, yaitu pengetahuan batin yang mendalam tentang Allah. Makrifat ini tercapai melalui pengalaman spiritual yang intens, di mana individu tidak hanya mengandalkan pengetahuan rasional, tetapi juga mempercayai bimbingan ilahi yang mengalir melalui intuisi dan hati yang murni.

Di samping itu, pengabdian total kepada Allah menjadi inti dari kehidupan individu pada fase Alam Fitrah. Dalam setiap aspek kehidupan, dari yang terkecil hingga terbesar, individu menjalani hidup dengan penuh kesadaran bahwa setiap amal perbuatan adalah bentuk ibadah yang akan dipertanggungjawabkan di hadapan Allah. Segala tindakan mereka, baik dalam hubungan dengan Tuhan, sesama, maupun alam, dijalani dengan niat yang ikhlas semata-mata untuk memperoleh ridha-Nya. Mereka juga memahami bahwa hidup ini merupakan ujian dan anugerah yang diberikan oleh Tuhan, dan mereka berusaha untuk hidup sesuai dengan ajaran-Nya, dengan penuh rasa syukur dan tawakal.

Kesadaran ilahi yang berkembang pada fase ini mengarah pada kehidupan yang lebih mendalam dan penuh makna. Individu yang berada dalam Alam Fitrah tidak hanya mencapai kedamaian batin, tetapi juga menjalin hubungan yang lebih harmonis dengan sesama. Mereka melihat bahwa hidup ini adalah perjalanan bersama dalam kebaikan dan saling membantu. Kasih sayang, empati, dan rasa hormat terhadap sesama tumbuh subur, karena mereka menyadari

bahwa semua makhluk adalah ciptaan Tuhan yang saling terhubung satu sama lain. Dalam keseimbangan ini, mereka menjalani kehidupan dengan penuh kedamaian, menjadikan kehidupan spiritual sebagai pusat dan penggerak dari setiap aspek kehidupan duniawi mereka.

Fase Alam Fitrah bukan hanya merupakan pencapaian individu dalam perjalanan spiritual, tetapi juga menjadi dasar untuk membangun kehidupan yang lebih bermakna, penuh kebijaksanaan, dan kedekatan dengan Tuhan. Semua ini menjadi pijakan bagi individu untuk menjalani kehidupan yang lebih baik di dunia ini, dengan kesadaran penuh bahwa setiap tindakan mereka adalah bagian dari kehendak Tuhan yang lebih besar.

f. Ciri-Ciri Kepribadian Yang Mencapai Alam Fitrah

Ciri-ciri kepribadian yang mencapai Alam Fitrah menunjukkan transformasi spiritual yang mendalam, di mana individu tidak hanya mengenali hakikat dirinya yang sejati, tetapi juga hidup dengan kesadaran spiritual yang tinggi dan penuh pengabdian kepada Tuhan. Pada tahap ini, mereka hidup dengan penuh makna, kedamaian batin, dan keharmonisan dengan alam semesta. Berikut adalah ciri-ciri utama dari kepribadian yang telah mencapai Alam Fitrah:

1. Kedamaian Batin yang Mendalam. Individu yang mencapai Alam Fitrah merasakan kedamaian batin yang luar biasa, yang berasal dari kesadaran penuh akan keterhubungan mereka dengan Tuhan. Hati mereka dipenuhi dengan ketenangan yang mengarah pada penerimaan hidup secara menyeluruh, tanpa

adanya kecemasan atau ketakutan. Mereka menerima segala keadaan dengan lapang dada, serta merasa tenang meskipun menghadapi berbagai ujian hidup. Hal ini tercermin dalam ayat Al-Qur'an yang menyatakan, *"Sesungguhnya dengan mengingat Allah, hati menjadi tenteram"* (QS. Ar-Ra'd [13]: 28). Kedamaian batin ini adalah hasil dari penerimaan takdir Tuhan secara penuh.

2. Penerimaan Terhadap Takdir dan Kehidupan. Pada fase ini, individu tidak hanya menerima takdir hidup mereka tetapi juga memahami bahwa setiap peristiwa, baik suka maupun duka, merupakan bagian dari rencana Ilahi yang lebih besar. Mereka melihat hikmah di balik setiap ujian, yang mengarah pada penguatan iman dan kesabaran. Hal ini tercermin dalam hadis yang berbunyi, *"Sungguh menakjubkan keadaan seorang mukmin, sesungguhnya segala keadaannya adalah baik baginya, dan itu hanya berlaku bagi seorang mukmin. Jika ia mendapatkan kebahagiaan, ia bersyukur, dan itu baik baginya, dan jika ia tertimpa musibah, ia bersabar, dan itu pun baik baginya"* (HR. Muslim).
3. Keikhlasan dalam Setiap Tindakan. Keikhlasan menjadi inti dari kehidupan individu yang berada di Alam Fitrah. Semua tindakan yang dilakukan, baik dalam ibadah maupun kehidupan sehari-hari, dilakukan semata-mata untuk meraih ridha Tuhan, tanpa adanya niat atau motivasi duniawi. Allah berfirman dalam Al-Qur'an, *"Katakanlah: 'Sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanya untuk Allah, Tuhan semesta alam'"* (QS. Al-An'am [6]: 162). Keikhlasan ini tercermin dalam setiap

amal perbuatan yang mereka lakukan, yang semata-mata dilakukan karena kecintaan dan pengabdian kepada Allah.

4. Keterbukaan terhadap Kebenaran dan Hikmah Ilahi. Individu yang berada di Alam Fitrah memiliki hati yang terbuka untuk menerima kebenaran Ilahi. Mereka tidak ragu untuk mengikuti petunjuk yang datang dari Allah dan Rasul-Nya, serta mampu membedakan antara yang benar dan yang salah dengan jelas. Intuisi mereka semakin tajam, dan mereka dapat merasakan petunjuk Ilahi dalam setiap keputusan hidup mereka. Ini sesuai dengan firman Allah dalam Al-Qur'an, *"Dan berimanlah kamu kepada apa yang Aku turunkan, yang membenarkan kitab yang ada padamu"* (QS. Al-Baqarah [2]: 41).
5. Kemampuan Mengendalikan Diri dan Emosi. Individu dalam Alam Fitrah memiliki kemampuan luar biasa untuk mengendalikan diri dan emosi. Mereka tidak mudah tersinggung atau terbawa oleh perasaan negatif. Seperti yang dijelaskan dalam Al-Qur'an, *"Dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan kesalahan orang lain, Allah mencintai orang-orang yang berbuat baik"* (QS. Ali Imran [3]: 134). Mereka mampu merespons setiap situasi dengan bijaksana, tanpa terpengaruh oleh hal-hal duniawi yang bersifat sementara.
6. Keharmonisan dalam Hubungan Sosial. Individu yang mencapai Alam Fitrah menunjukkan keharmonisan yang luar biasa dalam hubungan mereka dengan orang lain. Mereka memiliki rasa empati yang tinggi dan mampu mengasihi serta menghormati sesama tanpa memandang status, ras, atau latar belakang.

Dalam Al-Qur'an disebutkan, *"Dan hendaklah kamu berlaku baik terhadap ibu bapakmu, kerabatmu, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh"* (QS. An-Nisa' [4]: 36). Kasih sayang, kebaikan, dan toleransi menjadi dasar utama dalam interaksi sosial mereka.

7. Pencarian dan Penyerahan Diri yang Penuh kepada Tuhan. Individu di Alam Fitrah tidak terjebak dalam pencarian duniawi. Mereka sepenuhnya menyerahkan diri kepada Allah, mengutamakan kehidupan akhirat, dan menghindari segala bentuk kesenangan dunia yang tidak bermanfaat. Seperti yang tercantum dalam Al-Qur'an, *"Katakanlah: 'Sesungguhnya salatku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanya untuk Allah, Tuhan semesta alam'"* (QS. Al-An'am [6]: 162). Semua perbuatan mereka adalah untuk mendekatkan diri kepada Tuhan.
8. Tafakur dan Introspeksi dalam Kehidupan Sehari-hari. Individu yang berada di Alam Fitrah sering kali menghabiskan waktu untuk merenung dan berintrospeksi. Mereka mencari pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka dan tujuan hidup mereka, seperti yang disarankan dalam Al-Qur'an, *"Mereka yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk, dan berbaring"* (QS. Ali Imran [3]: 191). Tafakur dan introspeksi menjadi bagian dari rutinitas mereka untuk tetap terhubung dengan Tuhan dan memahami hikmah di balik setiap kejadian.
9. Ketulusan dalam Beramal. Individu yang mencapai Alam Fitrah berusaha untuk beramal dengan tulus, baik dalam ibadah maupun perbuatan sehari-hari. Mereka melakukan kebaikan

tanpa mengharapkan pujian atau imbalan duniawi, sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an, *"Dan tidak ada balasan yang baik kecuali kebaikan"* (QS. Ar-Rahman [55]: 60).

10. Kehidupan yang Sederhana dan Tidak Materialistis. Individu dalam Alam Fitrah hidup dengan kesederhanaan, jauh dari sifat materialistis. Mereka tidak terobsesi dengan kekayaan atau status sosial, tetapi lebih mengutamakan nilai-nilai spiritual dan kedamaian batin. Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman, *"Kamu diliputi dengan kesibukan yang terus menerus, hingga kamu mengunjungi kubur-kubur"* (QS. At-Takatsur [102]: 1–2), yang mengingatkan tentang pentingnya hidup sederhana dan tidak terjerat dalam gemerlap dunia.
11. Pengabdian dan Pelayanan kepada Sesama. Individu yang mencapai Alam Fitrah terdorong untuk melayani orang lain dengan penuh kasih sayang. Mereka selalu siap berkorban demi kesejahteraan orang lain, sebagaimana dicontohkan oleh Rasulullah SAW yang bersabda, *"Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain"* (HR. Thabrani).
12. Kesadaran akan Tujuan Hidup yang Lebih Tinggi. Di Alam Fitrah, individu memahami bahwa tujuan hidup mereka adalah untuk beribadah dan mendekatkan diri kepada Tuhan. Mereka menjalani kehidupan dengan penuh kesadaran akan tujuan akhir mereka, yakni memperoleh keridhaan Allah dan kehidupan kekal di akhirat. Seperti dalam Al-Qur'an, *"Aku tidak menciptakan jin dan manusia kecuali agar mereka menyembah-Ku"* (QS. Adz-Dzariyat [51]: 56).

Individu yang mencapai Alam Fitrah adalah mereka yang telah sepenuhnya menyadari hakikat dirinya dan hidup dengan penuh keikhlasan, kesederhanaan, dan kesadaran spiritual yang tinggi. Mereka telah mengatasi segala bentuk godaan duniawi dan hidup dengan tujuan yang lebih tinggi, yaitu untuk memperoleh keridhaan Allah dan kehidupan yang lebih bermakna.

Teori Dinamika Alam Bawah Sadar Yedi Supriadi

Alam Bawah sadar adalah jiwa yang tercahayai dimana prosesnya melalui pendekatan spiritual secara teratur dan terus menerus, dengan metode spiritual puasa, *khalwat*, dzikir dan shalat dipandang mampu membersihkan hati dan pikiran yang memicu pada terbangkitnya alam bawah sadar, sehingga menjadi manusia yang teriluminasi, yaitu fase dimana manusia memperoleh Cahaya Jiwa *(Nuruunnafsi)*, Cahaya Hati *(Nurul Qolbi),* Cahaya Akal *(Nurul Akli),* Cahaya Ucapan *(Nurul Qauli),* dan Cahaya Perilaku*(Nurul Af'ali),* sehingga hati, pikiran, ucapan, dan perbuatan bergerak secara sinergis sesuai apa-apa yang Allah kehendaki digaris takdir.

Pelaksanaan spiritual secara teratur dan terus menerus, manusia yang telah mencapai mahabbah, ma'rifat dan ridho bukan hanya mencintai dirinya, mengenal dirinya dan ridho dengan segala ketetapan Allah SWT. Tetapi juga mencintai semesta selayaknya dia mencintai dirinya sendiri. Maka, relasi spiritualitas ini membangun keharmonisan dalam diri dan dengan alam semesta secara horizontal, serta membangun relasi spiritual dengan Allah SWT secara vertikal sebagai wujud penghambaan.

Supaya manusia dapat terbangkitnya alam bawah sadar, menjadi manusia sempurna baik lahir maupun batin, sehingga mampu menduduki maqom Kholifah Bumi, maka manusia harus menjalani Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh melalui metode spiritual yang terdiri puasa, khalwat, dzikir dan shalat. Sehingga terbukanya matahati untuk menerima pancaran 'nur makrifatullah' sehingga manusia bisa terlepas dari kejumudan hatinya sendiri. Maksud hal tersebut dalam arti, hakekat manusia yang disebut nismatul 'adamiyah yang dibungkus dengan jismul mahsusah atau jasad kasar telah mendapatkan rahasia hidayah Allah yang dipancarkan dari tempat perbendaharaannya. Itulah “Nur di atas Nur” yang disebut “nismatul 'ubudiyah”. Maka ilmu dan iman manusia telah mampu menyinari hati menuju pembangkitan alam bawah sadar. Itulah buah ibadah yang dihasilkan oleh seorang salik di jalan Allah. Terbangkitnya alam bawah sadar dalam hati itu merupakan potensi hati yang harus digali oleh orang yang berilmu dan beriman. Merupakan sarana hubungan secara pribadi antara seorang hamba dengan Tuhannya. Orang berilmu dan beriman yang mendapatkan 'futuh ilahiyat' tersebut.

Ketika itu sudah tercapai, berarti orang tersebut bagaikan telah mendapatkan bibit unggul di dalam hatinya sendiri. Selanjutnya mereka tidak boleh berdiam diri hanya sampai disitu saja. Mereka tidak boleh membiarkan bibit itu kembali menjadi mati, mereka harus menanam bibit itu di dalam hatinya sendiri pula dengan melanjutkan perjalanan tiada henti. Mereka harus meningkatkan mujahadah dan riyadhloh di jalan Allah, baik dengan puasa, khalwat,

dzikir dan shalat maupun fikir, baik secara vertikal maupun horizontal. Dalam arti mampu meredam kehendak emosional dan rasional sehingga kehendak spiritual dominan menyinari kehidupannya. Manusia Yang Teriluminasi Seperti termaktub dalam Alquran, diri yang tenteram, diri yang rida, dan diri yang diridai Tuhan, semuanya saling berkaitan erat. "Hai diri yang damai (diri yang tenteram), kembalilah kepada Tuhanmu, dengan rida dan diridai Tuhan".

Pada tingkat ini, kita tidak hanya merasa puas terhadap takdir kita. Kita juga merasa puas terhadap segala kesulitan dan ujian kehidupan, yang juga berasal dari Tuhan. Kondisi Qalbu yang ridha ini sangatlah berbeda dengan cara yang biasa kita lakukan di dalam menjalani kehidupan di dunia ini. Kita menyadari bahwa kita secara kontinu dikelilingi oleh rahmat dan belas kasih Tuhan. Ketika rasa syukur dan cinta kita kepada Tuhan demikian besar-nya, bahkan yang pahit pun terasa manis bagi kita, maka kita telah mencapai stasiun qalbu yang ridha. Ciri-ciri lain tingkat ini adalah keajaiban, kebebasan, ketulusan, perenungan, dan ingat kepada Tuhan. Keajaiban adalah hal yang mungkin karena Tuhan menjawab doa yang tulus dari orang-orang yang berada di tingkat ini. Sebagai contoh, begitu banyak orang suci yang doanya untuk menyembuhkan orang sakit telah di kabulkan oleh Tuhan. Kebebasan muncul karena kita tidak lagi tergoda oleh sesuatu apa pun di dunia ini. Perhatian kita ditujukan pada batiniah kita dan pada Tuhan.

Hijab yang dapat menghalangi manusia berjalan kepada Allah itu adakalanya Nur dan adakalanya kegelapan. Bila yang menghentikan

perjalanan kapada Allah itu ilmu, maka itu bernama hijab Nur. Dan bila yang menghalangi perjalanan itu berupa adat kebiasaan dan syahwat, maka itu bernama hijab kegelapan.

Orang-orang yang sedang menempuh perjalanan menuju kepada Allah menggunakan petunjuk Cahaya Tawajuh (menghadap Allah) dan orang-orang yang sudah sampai kepada Allah, baginya mendapatkan Cahaya Muwajahah (limpahan Cahaya). Sebagai realitas segala sesuatu cahaya menembus setiap susunan entitas, fisik maupun non-fisik sebagai komponen essensial dari cahaya. Cahaya memiliki tingkat intensitas penampakannya, tergantung pada tingkat kedekatannya dengan Cahaya segala cahaya *(Nur al-Anwar).* Semakin dekat dengan *Nur al-Anwar* yang merupakan cahaya yang paling sempurna maka akan semakin sempurnalah cahaya tersebut begitupun sebaliknya.

Kesadaran diri sama dengan manifestasi wujud atau sesuatu yang tampak (*dzahir*) yang diidentifikasi dengan 'cahaya murni' (*nur mahdl*). Kesadaran diri, karena itu, diidentifikasi dengan 'penampakan' (*manifestasi*) dan 'cahaya seperti apa adanya' (*nafs al-zhuhur wa al-nuriyyah*). Dari sini kemudian dinyatakan, setiap orang yang memahami essensinya sendiri adalah cahaya murni dan setiap cahaya murni adalah manifestasi dari essensinya sendiri terbangkitlah alam bawah sadar di mana cahaya Tuhan memasuki diri manusia, yaitu Cahaya Hati (*Nurul Qolbi*), Cahaya Jiwa (*Nuruunafsi*), Cahaya Akal (*Nurul Aqli*), Cahaya Ucapan (*Nurul Qauli*), dan Cahaya Perilaku (*Nurul Af'ali*).

Itulah sebabnya manusia sangat perlu diberi nutrisi yang bersifat ghaib untuk kesehatan mentalnya. Nutrisi yang bersifat ghaib

tersebut diantaranya: puasa, *khalwat*, dzikir, shalat**,** dan do'a-do'a. Asupan nutrisi itu dicerna dan diproses oleh hati maupun jantung sehingga menghasilkan energi yang sangat lembut ke seluruh tubuh sehingga dapat mendorong dan menggerakkan anggota tubuh untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang positif terutama dalam menjalankan ibadah kepada Allah SWT yang dapat membawa dampak besar terhadap peningkatan alam bawah sadar manusia.

Seandainya pada dirinya ia dapat melihat dirinya dan selain dirinya, berarti ia bisa melihat dirinya dan selain dirinya. Oleh sebab itu, ia lebih layak disebut dengan nur dibandingkan sesuatu yang sama sekali tak berpengaruh pada selain dirinya. Bahkan, ia lebih tepat dikatakan sebagai pelita yang menerangi karena cahayanya memancar pada selain dirinya. Keistimewaan ini hanya terdapat pada ruh kenabian yang suci sebab melalui nabilah berbagai cahaya pengetahuan memancar kepada makhluk. Dengan demikian dapat dipahami mengapa Allah SWT. menyebut Muhammad dengan "Pelita yang Menerangi" (*sirajan munira*). Semua nabi adalah pelita, demikian pula para ulama, meski ada perbedaan yang tak terkira di antara mereka. Seperti cahaya (*nur*) pada siang hari dipancarkan oleh nur matahari, nur pada bulan dipancarkan oleh nur matahari, nur pada suatu ruangan dipancarkan oleh nur lampu, nur pada ruangan gelap dipancarkan oleh nur senter, dan sebagainya.

Manusia sebagai kholifah bumi, juga mengindikasikan bahwa manusia dengan segala kemampuan yang dimiliki dijadikan oleh Allah sebagai penguasa di muka bumi, atau menjadi sumber daya dan pengendali seluruh potensi bumi.

Potensi pengendali bumi tersebut berupa suatu sistem (sunnatullah) yang letaknya berada di dalam jiwa (Al-Nafs) manusia, merupakan kelebihan pribadi sebagai buah ibadah dan pengabdian hakiki yang datangnya semata-mata karena kehendak Allah. Barang siapa mampu mendapatkan dan mempergunakan sistem itu dengan baik dan benar, maka sesuai kapasitas kemampuan yang sudah dimiliki, seorang hamba yang sholeh berpotensi dapat mengaplikasikan sistem-sistem kehidupan yang beterbaran di alam semesta.

Terbangkitnya alam bawah sadar dalam hati itu merupakan potensi jiwa yang harus digali oleh orang yang berilmu dan beriman. Merupakan sarana hubungan secara pribadi antara seorang hamba dengan Tuhannya. Orang berilmu dan beriman yang mendapatkan 'futuh ilahiyat' tersebut. Ketika itu sudah tercapai, berarti orang tersebut bagaikan telah mendapatkan bibit unggul di dalam hatinya sendiri. Selanjutnya mereka tidak boleh berdiam diri hanya sampai disitu saja. Mereka tidak boleh membiarkan bibit itu kembali menjadi mati, mereka harus menanam bibit itu di dalam hatinya sendiri pula dengan melanjutkan perjalanan tiada henti. Mereka harus meningkatkan mujahadah dan riyadhloh di jalan Allah, baik dengan puasa, khalwat, dzikir dan shalat maupun fikir, baik secara vertikal maupun horizontal. Dalam arti mampu meredam kehendak emosional dan rasional, sehingga kehendak spiritual dominan menyinari kehidupannya.

Upaya penyucian jiwa sebagai bagian dari membersihkan hati dan pikiran dari ketergantungan duniawi merupakan proses

mewujudkan rasa cinta (mahabbah) dan mengenal Allah SWT (marifat). Pada titik ini, hati mampu menghadirkan Tuhan, hati menjadi tenang dan siap untuk menerima sinyal-sinyal Ilahiyah (nur dari Tuhan/firasat/intuisi) yang akan mengantarkan manusia ke jalan yang sudah ditentukan oleh Allah menjadikan manusia yang teriluminasi (*Manusia yang tercahayai*) dimana hati menjadi tempat cahaya, Jiwa merupakan potensi manusia, Ruh sebagai penggerak hati pikiran manusia, sehingga akan memiliki kekuatan dahsyat dan bekerja sesuai dengan tugasnya, yang mampu mengalami internalisasi dan bersinergi dengan berbagai energi halus yang lainnya.

Implementasi menunjukkan adanya proses perubahan kedekatan diri kepada Allah SWT, sehingga hati damai, pikiran tenang, perilaku lebih terarah ke hal yang positif, semangat hidup lebih tumbuh ke arah yang lebih baik. Obyektifitas upaya pembangkitan alam bawah sadar menunjukkan rata-rata sudah menampakkan ridha kepada Allah dengan hal yang disukai ataupun yang tidak, berusaha mencintai Allah dengan berusaha menjauhi semua larangannya dan taat pada semua perintahnya, menjauhkan diri dari perilaku bermaksiat kepada Allah baik dalam perbuatan ataupun ucapan. Malu kepada Allah, tidak memikirkan selain Allah dan damai karena Allah.

Indikasi bahwa, dengan pendekatan praktek spiritual secara teratur dan terus menerus, seseorang yang telah mencapai mahabbah, ma'rifat dan ridho bukan hanya mencintai dirinya, mengenal dirinya dan ridho dengan segala ketetapan Allah SWT.

Tetapi juga mencintai semesta selayaknya dia mencintai dirinya sendiri. Maka, relasi spiritualitas ini membangun keharmonisan dalam diri peserta dan dengan alam semesta secara horizontal, serta membangun relasi spiritual dengan Allah SWT secara vertikal sebagai wujud penghambaan.

Pendekatan praktek spiritual secara teratur dan terus menerus, melalui metode spiritual puasa, khalwat, dzikir dan shalat dipandang mampu membersihkan hati dan pikiran yang memicu pada terbangkitnya alam bawah sadar.

Hal ini terjadi setelah melalui proses manusia yang teriluminasi, yaitu fase dimana manusia memperoleh Cahaya Jiwa (Nuruunnafsi), Cahaya Hati (Nurul Qolbi), Cahaya Akal (Nurul Akli), Cahaya Ucapan (Nurul Qauli), dan Cahaya Perilaku(Nurul Af'ali), sehingga hati, pikiran, ucapan, dan perbuatan bergerak secara sinergis sesuai apa-apa yang Allah kehendaki digaris takdir, sehingga dapat disimpulkan bahwa Alam Bawah Sadar adalah Jiwa (Nafsul Mutmainah/ Soul/Jiwa yang tercahayai).

Konsep Dasar Perkembangan Manusia dalam Islam
Dinamika Alam Bawah Sadar

Kata dinamika berasal dari bahasa Yunani yaitu *dynamics* yang berarti kekuatan. Sedangkan pengertian dinamika sendiri merupakan tingkah laku masyarakat yang akan bisa memberikan dampak secara langsung pada kehidupan masyarakat atau kelompok lainnya secara timbal balik. Dinamika bisa menunjukkan adanya interaksi serta interdependensi antara anggota kelompok yang satu dengan anggota kelompok lain secara keseluruhan. Dalam

hal ini, bisa diartikan jika dinamika merupakan bentuk dari keteraturan yang begitu jelas dalam hubungan secara psikologi. Dalam buku *Psikologi Pendidikan*, Zulkarnain menjelaskan jika dinamika merupakan suatu hal yang memiliki tenaga atau kekuatan, selalu bergerak dan berkembang serta mampu menyesuaikan diri dengan keadaan tertentu. Sedangkan menurut Hurlock, pengertian dinamika adalah suatu tenaga kekuatan, selalu bergerak, berkembang yang bisa menyesuaikan diri secara memadai terkait dengan keadaan yang sedang terjadi dan juga mampu menjadi faktor yang berhubungan akan pematangan dan juga faktor belajar.

Apabila kita memperhatikan alam semesta ini, semuanya tersusun sangat rapi dan indah, menunjukkan kehebatan penciptanya yaitu Allah Subhaanahu wata'ala. Allah dalam menciptakan semua makhlukNya sangat sempurna, terprogram dengan sangat rapi, salah satu contohnya adalah penciptaan *Al-Ardh* (bumi), *As-Samaa'* (langit) *wa maa bainahumaa* (dan segala-galanya yang ada di antara keduanya). Sebelum Allah Jalla Jalaaluhu menciptakan langit dan bumi Allah terlebih dahulu menentukan takdir yang akan terjadi dari awal Allah menciptakan *Qolam* (pena) hingga hari kiamat, bahkan hingga *Ahlu Al-Jannah* (penghuni surga) masuk ke surga, dan *Ahlu An-Naar* (penghuni neraka) masuk ke neraka. Dalam sebuah Hadits disebutkan*"(Makhluk) Yang pertama Allah ciptakan sesungguhnya adalah Al-qolam (pena), kemudian Allah berkata padanya, 'Tulislah!'. Ia (Al-Qolam) menjawab,'Apa yang harus kutulis?'. Allah berkata, 'Tulis taqdir apapun sampai terjadi (ditegakkan) hari kiamat!'"* (Hadits Riwayat Abu Daud) Dan

juga sabda Nabi dalam riwayat yang lain : "*Allah menulis takdir seluruh makhluk sebelum penciptaan langit-langit dan bumi, yaitu lima puluh ribu tahun sebelumnya.*" (Hadits Riwayat Muslim)

Setelah selesai Allah menciptakan langit yang tujuh tingkat dan juga bumi, Allah juga menciptakan makhluk-makhluk yang lain, seperti malaikat, manusia, jin, dan binatangbinatang, dan lain sebagainya. Setelah itu Allah mengatur semua makhlukNya dari atas langit di ArsyNya yang mulia, seperti dalam firmanNya surat (Al-Sajdah : 5) *Dia (Allah) yang mengatur dari langit ke bumi semua perkara. lantas perkara tersebut naik kepadaNya yang kadarnya dalam sehari adalah seribu tahun menurut perhitungan kalian.* Hal itu menunjukkan bahwa apa yang Allah lakukan tersusun dengan rapi.

Manusia adalah makhluq beriman. Tidak ada satu pun manusia yang lahir di dunia ini tanpa membawa fitrah/ potensi ketuhanan. Namun, karena potensi yang dimiliki manusia sangat lemah, dan cenderung membelot ke jalan yang salah, maka manusia membutuhkan agama yang benar untuk menguatkan fitrah yang telah dimilikinya. Fitrah mengarah kepada asal mula penciptaan manusia, manusia diciptakan oleh Allah disertai dengan fitrah ketauhidan. Jelas bahwa manusia sebelum dilahirkan telah bersaksi bahwa hanya Allah Swt yang berhak disembah, hal ini sekaligus menjadi *hujjah* bahwa manusia telah membawa fitrah ketauhidan sejak lahir, Fase perkembangan manusia di awali dengan kandungan.

Hakekatnya anak lahir dalam keadaan fitrah hanya orangtualah (lingkungan) lah yang akan mempengaruhinya, seperti Hadits Nabi

yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Abu Hurairah yang artinya: "*Hakekatnya anak lahir dalam keadaan fitrah, hanya orangtuanyalah yang akan me-nasranikan, me-yahudikan dan me-majusikan*". Kondisi fitrah anak didasarkan pada firman Allah SWT berdasarkan QS. al-A'raf (7) :172 *"Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)"* (QS. Al-A'raf 172). (Dan) ingatlah (ketika) sewaktu (Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka) menjadi badal isytimal dari lafal sebelumnya dengan mengulangi huruf jar (yaitu anak cucu mereka) maksudnya Dia mengeluarkan sebagian mereka dari tulang sulbi sebagian lainnya yang berasal dari sulbi Nabi Adam secara turun-temurun, sebagaimana sekarang mereka beranak-pinak mirip dengan jagung di daerah Nu`man sewaktu hari Arafah/musim jagung. Allah menetapkan kepada mereka bukti-bukti yang menunjukkan ketuhanan-Nya serta Dia memberinya akal (dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka) seraya berfirman, *("Bukankah Aku ini Tuhanmu?"* Mereka menjawab, "*Betul*".) Engkau adalah Tuhan kami (kami menjadi saksi.") yang demikian itu. Kesaksian itu supaya (tidak) jangan (kamu mengatakan) dengan memakai ya dan ta pada dua tempat, yakni orang-orang kafir (di hari

kiamat kelak, *"Sesungguhnya kami terhadap hal-hal ini) yakni keesaan Tuhan (adalah orang-orang yang lalai*.") kami tidak mengetahuinya.

Allah Swt. menceritakan bahwa Dia telah mengeluarkan keturunan Bani Adam dari sulbi mereka untuk mengadakan persaksian atas diri mereka bahwa Allah adalah Tuhan dan Pemilik mereka, dan bahwa tidak ada Tuhan selain Dia. Ibn Katsir ketika menjelaskan ayat ini mengutip sebuah hadis yang diriwayatkan dalam shahihain (Bukhari dan Muslim) yang menyatakan, *"Setiap anak dilahirkan dalam kondisi fitrah (suci), yakni beragama (Islam), maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya seorang yahudi, nasrani atau majusi*." Ibn Katsir menegaskan bahwa melalui Surat Al-Araf Ayat 172 ini, Allah Swt. menginformasikan kepada setiap manusia, bahwa ketika mereka masih berada di alam ruh (rahim), Allah telah mengikat mereka dengan sebuah persaksian bahwa Allah adalah Tuhan mereka, tidak ada tuhan lain selain Dia. Hal ini dimaksudkan agar kelak manusia tidak mengatakan bahwa mereka lalai akan hal ini (persaksian).

Persaksian

Persaksian : ***Mereka berkata, dan permintaan persaksian ini ditujukan untuk roh-roh, sebelum mereka menjadi badan yang waktu itu belum berupa badan***.

Di dalam Al-Muwaththa' dijelaskan, telah menceritakan kepada kami Malik dari Zaid bin Abi Anisah bahwa Abdurrahman bin Zaid bin Khatab telah mengkhabarkan kepadanya dari Muslim bin Yasar Al-Juhni bahwa Umar bin Al-Khatab pernah ditanya tentang ayat ini,

"*Dan ingatlah ketika Rabbmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka*." Beliau berkata aku mendengar Rasulullah pernah ditanya tentang ayat tersebut, maka beliau bersabda, "*Allah menciptakan Adam, kemudian Allah mengusap punggung Adam dengan tangan-Nya, sehingga keluarlah anak cucu Adam. Kemudian Allah berkata, 'Aku telah menciptakan mereka untuk api neraka dan melakukan amalan ahli neraka, dan Aku menciptakan sebagian yang lain untuk jannah, dan mereka beramal amalan ahlu jannah'*." Maka salah seorang lelaki berkata, *"Wahai Rasulallah, lantas untuk apa kita beramal?"* Nabi menjawab, *"Sesungguhnya ketika Allah menciptakan seseorang untuk jannah, maka ia akan beramal amalan ahli jannah sampai ia meninggal tetap melakukan amalan ahli jannah dan ia masuk jannah. Begitujuga ketika Allah menciptakan seorang hamba untuk neraka, ia akan melakukan amalan ahli neraka sampai ia meninggal tetap melakukan amalan ahli neraka, sampai ia masuk ke dalam neraka beserta amalannya*."

Al-Hakim berkata, "*Hadits ini berdasarkan syarat imam Muslim*."' Al Hakim juga meriwayatkan dari jalur Hisyam bin Sa'd dari Zaid bin Aslam dari Abi Shalih dari Abi Hurairah secara marfu'. Tatkala sa Allah menciptakan Adam, Allah mengusap punggung Adam, maka keluarlah jiwa-jiwa ḳeturunan Adam dari punggungnya, Allah-lah yang menciptakan mereka sampai hari kiamat seperti Dzurrah. Kemudian Allah menjadikan dl antara dua mata setiap manusia sebuah kilatan cahaya. Mereka diperlihatkan kepada Adam, Adam bertanya, "*Siapa mereka ini wahai Rabb*?" Allah menjawab, *"Mereka adalah anak keturunanmu"*. Kemudian Adam melihat salah

seorang dari mereka yang menarik perhatiannya yang memiliki kilatan sinar di antara kedua matanya. Maka Adam berkata, "*Wahai Rabb, siapakah ini*?" Allah menjawab, "*Dia adalah Dawud, yang hidup di akhir zaman"*. Adam bertanya, "*Berapa banyak umur yang Engkau berikan kepadanya?*" Allah menjawab, *"Tujuh puluh tahun*." Adam berkata, *"Ya Rabb, tambahkanlah dia empat puluh tahun dari umurku"*, Allah berkata, "*Jika itu sudah ditulis dan telah selesai penetapannya maka tidak akan dapat diubah lagi*. Maka tatkala umur Adam telah selesai, datanglah malaikat maut. Adam berkata kepadanya, *"Bukankah umurku masih empat puluh tahun lagi*?" Malaikat maut berkata, *"Bukankah telah engkau berikan pada anakmu Dawud*?" Adam mengingkari hal itu, Sehingga membuat anak keturunannya juga ingkar, dia juga lupa sehingga membuat anak keturunannya juga suka lupa, Adam salah, sehingga membuat anak keturunannya berbuat salah. Al-Hakim menyatakan bahwa hadits ini berdasarkan syarat Imam Muslim dan diriwayatkan pula oleh At-Tirmidzi. Beliau berkata, "Hadits ini hasan shahih." Diriwayatkan pula oleh Imam Ahmad? dari hadits Ibnu Abbas, ia berkata, *"Tatkala turun ayat tentang hutang, Rasulullah bersabda, "Orang yang pertama kali ingkar adalah Adam."Muhammad bin Sa'd menambahkan, Kemudian Allah menyempurnakan umurnya menjadi seribu tahun dan untuk Dawud seratus tahun. Dalam Shahih Al-Hakim juga disebutkan dari Abi Ja'far Ar-Razi, telah mengkabarkan kepada kami Ar-Rabi' bin Anas dari Abi Aliyah dari Ubai bin 'Dan ingatlah ketika Rabbmu mengeluarkan Ka'ab, tentang firman Allah keturunan anak-anak Adam dari sulbi*

mereka."(QS. Al-A'raf (7): 172). Beliau berkata, *"Pada waktu itu Allah mengumpulkan semua manusia sampai datang hari kiamat. Berupa roh-roh mereka kemudian membentuk mereka dan membuat mereka berbicara kemudian mereka berbicara, dan Allah mengambil persaksianan perjanjian dari mereka*", Firman Allah yang artinya, *"Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman), 'Bukakkah Aku ini Adalah Rabbmu?' Mereka menjawab, 'Benar (Engkau adalah Rabb kami),' (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kalian tidak mengatakan, 'Sesungguhnya kami (Bani Adam) adalah orang- orang yang lalai terhadap ke-Esaan Allah',"* Maksudnya bahwa Aku telah mengambil persaksian dari kalian kepada langit dan bumi yang tujuan Aku mengambil janji atas kalian kepada bapak kalian Adam. Firman Allah yang artinya, "(*Kami lakukan yang demikian itu*) agar di hari kiamat kalian tidak mengatakan, *'Sesungguhnya kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lalai terhadap ke-Esaan Allah'*, Maka jangalah kalian menyekutukan-Ku dengan sesuatu apapun, sebab Aku telah mengutus kepada kalian seorang Rasul agar mengingatkan kalian atas persaksian-Ku dan janji-janji-Ku, an Aku telah menurunkan kepada kalian kitab-Ku, kemudian mereka berkata, "*Kami bersaksi bahwa Engkau adalah Rabb kami dan Ilah kami, dan tidak ada Rabb bagi kami selain Engkau,*" Lalu Adam diangkat di atas mereka, sehingga dia bisa meliahat siapa diantara mereka yang kaya, miskin, siapa yang bagus rupanya dan yang lain sebagainya Adam berkata, "*Wahai Rabbku, bagaimana jika Engkau menyamakan hamba-hamba-Mu*?" Allah menjawab, ***"Aku ingin disyukuri."*** Adam melihat

para Nabi di tengah mereka seperti pelana kuda, mereka dikhususkan dengan perjanjian yang lain yaitu dengan risalah dan kenabian, inilah yang dimaksudkan dalam firmannya,

Ironisnya, ketika kelak manusia sudah lahir ke muka bumi, kemudian ia bertumbuh dari kanak-kanak menjadi remaja kemudian dewasa sampai akhirnya meninggal dunia, banyak di antara mereka yang justru melupakan perjanjian tersebut.

Tahap Pra-Kelahiran

Dalam syariat Islam, persiapan pendidikan anak dimulai jauh-jauh hari bahkan sebelum terjadinya konsepsi (pembuahan). Anak mempunyai hak untuk memiliki ayah dan ibu yang baik, sehingga Islam memberikan kriteria-kriteria yang jelas dalam memilih pasangan hidup, yang akan menjadi ayah dan ibu bagi anak-anak mereka. Salah satu kriteria utama yang harus dipertimbangkan dalam memilih pasangan hidup adalah agama dan akhlak.

Dalam memilih calon ayah, Nabi Muhammad SAW memberikan petunjuk dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah r.a. melalui al-Tirmidzi: "*Apabila datang seseorang yang kalian ridhai agama dan akhlaknya untuk meminang, hendaknya kalian menikahkan orang tersebut dengan wanita kalian. Apabila kalian tidak melakukannya, niscaya akan terjadi fitnah di bumi dan kerusakan yang besar*" (HR. al-Tirmidzi)[381]. Hadits ini menunjukkan pentingnya memilih pasangan hidup yang memiliki agama dan akhlak yang baik, karena mereka akan menjadi teladan utama bagi anak-anak yang akan lahir.

Adapun kriteria calon ibu, Nabi Muhammad SAW juga memberikan petunjuk dalam hadits yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah r.a. Beliau bersabda, *"Wanita dinikahi karena empat hal: karena hartanya, karena keturunannya, karena kecantikannya, dan karena agamanya. Maka pilihlah wanita yang memiliki agama (yang baik), niscaya kamu akan beruntung"* (HR. al-Bukhari)[382]. Dari hadits ini, kita dapat memahami bahwa agama adalah kriteria utama dalam memilih pasangan hidup, baik bagi pria maupun wanita. Pasangan yang baik agama dan akhlaknya akan menjadi pendidik utama bagi anak-anak mereka.

Seorang suami yang kelak menjadi ayah, begitu juga dengan seorang istri yang akan menjadi ibu, mereka adalah madrasah pertama bagi anak. Apabila pemahaman agama orang tua kuat, mereka mampu mendidik anak dengan terarah, dengan penekanan pada penguatan agama dan akhlak yang baik. Kesalihan seorang anak, baik dan buruk agamanya, sangat bergantung pada kesalihan orang tua mereka. Hal ini sejalan dengan hadits Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah r.a., yang menyatakan, *"Setiap anak yang lahir, dilahirkan di atas fitrah (Islam). Maka, kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Majusi, atau Nasrani"* (HR. al-Bukhari dan Muslim)[383]. Hadits ini menggarisbawahi peran penting orang tua dalam membentuk agama dan keyakinan anak mereka.

Sebagai tambahan, Allah SWT juga melarang menikahi non-Muslim dalam surat al-Baqarah (2) ayat 221, yang berbunyi: *"Dan janganlah kamu menikahi wanita-wanita musyrik hingga mereka beriman; dan sesungguhnya hamba sahaya wanita yang beriman*

lebih baik daripada wanita musyrik, walaupun dia menyenangkan hatimu" (QS, Surat Al-Baqarah : 221)[384], menunjukkan bahwa penting bagi orang tua untuk memastikan pasangan hidup mereka memiliki iman yang sama, agar anak-anak mereka dapat tumbuh dengan pemahaman agama yang benar.

Dalam konteks ini, banyak penelitian ilmiah yang menunjukkan bahwa sifat-sifat tertentu dapat diwariskan dari orang tua kepada anak-anak mereka, bahkan ada ilmu pengetahuan modern yang membuktikan bahwa sifat-sifat ini diturunkan melalui kromosom dan gen, yang terkandung dalam sel keturunan mereka. Menurut Hayati (2016), kromosom memiliki bagian yang sangat kecil yang disebut gen, dan gen ini menjadi faktor yang diwariskan turun-temurun[385]. Sejalan dengan hal ini, dalam hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah, meskipun dinilai lemah oleh sebagian kalangan, ada makna yang mendalam: "*Pilihlah calon istrimu dengan bijak, karena pengaruh keturunan sangat besar"* (HR. Ibnu Majah)[386]. Ibn Baz memberikan komentar terhadap hadits ini dengan menyatakan bahwa seorang mukmin hendaknya memilih pasangan yang baik dalam segi agama, akhlak, dan reputasi mereka, karena hal ini adalah kewajiban bagi setiap orang [387].

Di sisi lain, firman Allah SWT dalam surat al-Nur (24) ayat 26 juga menegaskan prinsip yang serupa: *"Wanita-wanita yang keji untuk laki-laki yang keji dan laki-laki yang keji untuk wanita-wanita yang keji (pula), sedangkan wanita-wanita yang baik untuk laki-laki yang baik dan laki-laki yang baik untuk wanita-wanita yang baik (pula)"* (QS, Surat An-Nur : 26)[388]. Ayat ini menggambarkan bahwa pasangan yang baik akan saling menarik dan berpasangan sesuai dengan

kebaikan dan kesalehan mereka, baik dalam segi agama, akhlak, maupun reputasi.

Fase Pondasi (*prenatal)*

Periode perkembangan manusia yang dimulai dari pembuahan sperma dan ovum sampai masa kelahiran Dalam perkembangannya, sebelum menjadi bayi yang dilahirkan, seseorang melalui berbagai fase tahapan di dalam kandungan sang ibu. Adapun fase tahapan yang dilalui masing- masing orang adalah sebagai berikut:

1. **Fase Pertama *Nutfah***

Sebagian ahli tafsir berpendapat bahwa nutfah adalah sperma laki-laki yang memancar ke dalam rahim perempuan, sesuai dengan penjelasan dalam firman Allah SWT: *"Maka hendaklah manusia memperhatikan dari apakah dia diciptakan? Dia diciptakan dari air yang dipancarkan*" (QS. al-Tariq : 5-6)[389]. Ayat ini merujuk pada "air yang dipancarkan," yang hanya berasal dari laki-laki, karena dalam proses reproduksi, air mani (nutfah) laki-laki yang mengandung sperma akan membuahi sel telur (ovum) perempuan di dalam rahim. Ini merupakan salah satu pandangan yang diungkapkan oleh sebagian ulama dalam penafsiran mereka tentang fase awal penciptaan manusia.

Namun, pendapat yang lebih umum atau jumhur ulama mengatakan bahwa nutfah bukan hanya air mani laki-laki, tetapi merupakan gabungan dari sperma laki-laki dan sel telur perempuan yang menyatu. Hal ini dijelaskan lebih lanjut dalam ayat berikutnya dalam surah yang sama, yaitu: "yang keluar dari antara tulang sulbi laki-laki dan tulang dada perempuan" (QS. al-Tariq : 7)[390]. Ayat ini

menunjukkan bahwa baik sperma laki-laki maupun sel telur perempuan merupakan elemen penting dalam proses penciptaan manusia, dan keduanya berperan dalam pembentukan janin.

Pendapat ini diperkuat oleh hadis Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah r.a., yang menjelaskan tentang perbedaan air mani laki-laki dan perempuan: *"Air mani seorang lelaki berwarna putih dan air mani seorang wanita berwarna kuning, jika keduanya menyatu, lalu air mani si lelaki lebih dominan atas air mani wanita, maka janin itu akan berkelamin laki-laki dengan izin Allah*" (HR. Muslim)[391]. Hadis ini memberikan penjelasan tentang proses biologis yang terjadi saat pembuahan dan bagaimana pengaruh dominasi sperma laki-laki terhadap penentuan jenis kelamin anak.

Nutfah dalam konteks ayat Al-Qur'an dan hadis Nabi SAW dapat dipahami sebagai gabungan antara sperma laki-laki dan indung telur perempuan yang bersatu di dalam rahim perempuan. Ini adalah fase pertama dalam perkembangan janin, yang pada tahap ini manusia mulai terbentuk dari substansi biologis yang berasal dari kedua orang tua. Proses ini merupakan bukti kebesaran dan kehendak Allah SWT dalam menciptakan manusia dari sesuatu yang sangat kecil, yang kemudian berkembang menjadi makhluk yang sempurna.

2. Fase Kedua 'Alaqah

Al-Qurtubi dalam tafsirnya menjelaskan bahwa firman Allah dalam Surat al-'Alaq ayat 2: *"Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah"* (QS. al-'Alaq : 2) merujuk pada proses penciptaan manusia dari *'alaqah*, yang merupakan bentuk jama' dari kata *'alaq*

yang berarti darah yang menggumpal. Dalam tafsirnya, Al-Qurtubi mengungkapkan bahwa kata *'alaq* menunjukkan darah yang mengalir dalam fase awal pembentukan janin, dan ketika darah tersebut membeku dan menggumpal, maka menjadi *'alaqah*. Jika darah mengalir dan tidak menggumpal, maka disebut *masfuh*, yang artinya darah yang tersebar atau mengalir. Konsep ini mengarah pada pemahaman bahwa manusia, dalam tahap awal penciptaannya, terbentuk dari darah yang menggumpal, yakni *'alaqah*.

Al-Qurtubi juga menyebutkan bahwa penggunaan bentuk jama' dalam kata *'alaqah* menunjukkan bahwa manusia diciptakan melalui proses yang melibatkan gabungan atau campuran, bukan hanya dari satu elemen tunggal. Pendapat ini mengacu pada penggabungan sperma laki-laki dan sel telur perempuan setelah fase nutfah (air mani yang bercampur), yang kemudian membentuk gumpalan darah pada tahap awal perkembangan janin. Sebagai penjelasan tambahan, Al-Qurtubi menggambarkan bahwa *'alaqah* adalah darah yang lembab dan basah, yang "mengait" (dari akar kata *'allaqa* yang berarti mengikat atau melekat) apa yang dilewatinya, karena sifatnya yang basah. Ketika darah tersebut kering, maka tidak lagi disebut *'alaqah*.

Al-Qurtubi juga memberikan penjelasan teologis yang sangat penting terkait dengan ayat ini, yaitu bahwa Allah menciptakan manusia dari *'alaqah*, yakni segumpal darah, untuk menunjukkan kebesaran nikmat-Nya. Walaupun manusia pada awalnya tercipta dari bahan yang hina, yaitu segumpal darah, namun kemudian Allah

mengangkatnya menjadi makhluk yang sempurna, berakal, dan mampu membedakan antara baik dan buruk. Dengan kata lain, Allah memberi penghormatan kepada manusia melalui proses penciptaan yang luar biasa ini, dari sesuatu yang sederhana dan hina menjadi makhluk yang sempurna dan mulia. Dari sini dapat disimpulkan bahwa *'alaqah* adalah segumpal darah yang tercipta dari campuran sperma laki-laki dan sel telur perempuan yang kemudian berkembang menjadi janin[392].

3. Fase Ketiga: Mudhghah

Dalam penafsiran terhadap firman Allah dalam Surat al-Mu'minun ayat 14, yang berbunyi *"Lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging…"* (QS. al-Mu'minun : 14), para ulama tafsir menjelaskan bahwa tahap kedua dalam perkembangan janin setelah fase *nutfah* adalah *'alaqah*, yang kemudian berkembang menjadi *mudhghah*. Al-Razi, dalam tafsirnya, menyebutkan bahwa *mudhghah* adalah sebuah segumpal daging yang ukurannya seukuran kunyahan, yang berasal dari *'alaqah* atau darah yang menggumpal. Proses perubahan dari *'alaqah* menjadi *mudhghah* adalah fase di mana darah yang menggumpal itu menjadi potongan daging yang tampak jelas bentuknya, seolah-olah ukurannya sebesar kunyahan.

Al-Razi juga mengungkapkan bahwa perubahan ini disebut dengan *khalaq* (menciptakan), yang mengacu pada penciptaan bentuk dan sifat-sifat baru yang menggantikan sifat-sifat sementara sebelumnya. Dalam konteks ini, Allah menciptakan organ tambahan pada janin dengan menciptakan segumpal daging tersebut. Dengan

kata lain, fase *mudhghah* menunjukkan adanya penciptaan yang melibatkan perubahan bentuk yang lebih nyata dari darah yang menggumpal menjadi daging, sebagai bagian dari proses penciptaan yang sempurna oleh Allah SWT.

Hadis yang diriwayatkan oleh Abdullah bin Mas'ud juga memberikan penjelasan penting tentang fase-fase perkembangan janin. Rasulullah SAW bersabda: *"Sesungguhnya seorang manusia mulai diciptakan dalam perut ibunya setelah diproses selama empat puluh hari. Kemudian menjadi segumpal daging pada empat puluh hari berikutnya. Lalu pada empat puluh hari berikutnya, Allah pun mengutus seorang malaikat untuk menghembuskan ruh ke dalam dirinya..."* (HR. Muslim). Hadis ini menjelaskan dengan tegas bahwa janin melalui tiga fase utama: *nutfah*, *'alaqah*, dan *mudhghah* sebelum ditiupkan ruh, yang menandai perubahan pada janin menjadi makhluk hidup yang memiliki ruh dan nyawa. Fase ini berlangsung dalam periode masing-masing empat puluh hari, dan setelah itu malaikat diperintahkan untuk menghembuskan ruh ke dalam janin tersebut, yang menjadi ciptaan yang baru dan sempurna .

Proses ini sejalan dengan firman Allah dalam Surat al-Mu'minun ayat 12-16, yang menggambarkan tahapan penciptaan manusia mulai dari saripati tanah hingga menjadi bentuk manusia yang sempurna dengan ruh. Ayat ini menggambarkan secara jelas bagaimana Allah menciptakan manusia dalam berbagai tahapan, dimulai dari air mani (*nutfah*), menjadi segumpal darah ('*alaqah*), segumpal daging (*mudhghah*), dan akhirnya menjadi makhluk hidup

yang sempurna dengan ditiupkannya ruh. Penciptaan ini menunjukkan betapa terperinci dan terstruktur proses penciptaan manusia oleh Allah, dari awal hingga menjadi makhluk yang sempurna, dan akhirnya akan mengalami kematian dan kebangkitan kembali di hari kiamat (QS. al-Mu'minun : 12-16).

Penciptaan Janin

Mayoritas ahli tafsir dan fikih berpendapat bahwa proses penciptaan dan pembentukan janin secara signifikan dimulai pada fase *mudghah* dan fase setelahnya, bukan pada fase-fase awal seperti *nutfah* dan *'alaqah*.Pendapat ini didasarkan pada pemahaman mendalam terhadap makna kata-kata dalam Al-Qur'an dan konteks ayat yang membahas penciptaan manusia. Penafsiran kata *nutfah* sendiri beragam, namun cenderung diartikan sebagai sperma laki-laki, atau perpaduan antara sperma laki-laki dan ovum perempuan. Sementara itu, fase *'alaqah* umumnya dipahami sebagai segumpal darah atau sesuatu yang menggantung. Fokus utama pembahasan ini adalah fase *mudghah*.Kata *mudghah* secara bahasa berarti segumpal daging seukuran kunyahan. Para mufassir memaknai fase *mudghah* sebagai tahapan krusial terjadinya pembentukan janin. Hal ini dikarenakan *mudghah* digambarkan sebagai segumpal daging yang "terkadang sempurna kejadiannya (*mukhallaqah*) dan terkadang juga belum sempurna kejadiannya (*ghair mukhallaqah*)". Penjelasan ini Merujuk langsung pada firman Allah SWT dalam Surat Al-Hajj ayat 5: *"…kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna…"* (QS. Al-Hajj : 5).

Ayat ini menjadi dasar utama bagi para ulama untuk memahami fase *mudghah* secara lebih detail. Imam Fakhruddin ar-Razi, seorang mufassir terkemuka, dalam kitab tafsirnya *Mafatih al-Ghaib*,menukil berbagai pendapat ahli tafsir mengenai makna firman Allah SWT, *"…kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna…".* Ar-Razi merangkum beberapa pendapat utama yang memberikan beragam perspektif tentang mukhallaqah dan ghair mukhallaqah dalam fase mudghah.

1. Pertama, pendapat yang dianut oleh Qatadah dan Dhahak menyatakan bahwa mukhallaqah dan ghair mukhallaqah Merujuk pada kondisi janin itu sendiri. Dalam pandangan ini, Allah SWT membagi mudghah menjadi dua kategori: janin yang mukhallaqah adalah janin yang telah mencapai kesempurnaan dalam bentuk, indra, dan struktur tubuhnya, sementara janin yang ghair mukhallaqah adalah janin yang masih dalam tahap perkembangan dan belum sempurna kejadiannya. Penafsiran ini menekankan bahwa dalam fase *mudghah*,terdapat variasi tingkat perkembangan janin. Sebagian janin diciptakan sempurna tanpa kekurangan, sedangkan yang lainnya masih dalam proses penyempurnaan. Perbedaan ini, menurut pandangan ini, mencerminkan perbedaan manusia dalam penciptaan, bentuk fisik, tinggi badan, serta tingkat kesempurnaan dan kekurangan yang mereka miliki sejak lahir.
2. Kedua, Mujahid berpendapat bahwa perbedaan antara mukhallaqah dan ghair mukhallaqah terletak pada hasil akhir

kelahiran. Menurut Mujahid, mukhallaqah Merujuk pada janin yang dilahirkan dalam keadaan hidup, sedangkan ghair mukhallaqah adalah janin yang mengalami keguguran atau lahir dalam keadaan mati. Penafsiran ini terjadi fase mudghah dengan nasib akhir janin, apakah ia akan terus berkembang hingga lahir hidup atau berhenti berkembang dan gugur.

3. Ketiga, terdapat pendapat yang mengartikan mukhallaqah sebagai janin yang telah terbentuk organ-organ tubuhnya, dan ghair mukhallaqah sebagai janin yang masih berupa gumpalan daging tanpa terbentuknya organ yang jelas. Dalam pandangan ini, fase *mudghah* menjadi titik transisi penting dalam perkembangan janin, di mana mulai terjadi proses organogenesis atau pembentukan organ-organ tubuh.
4. Keempat,Qaffal memberikan penafsiran yang lebih mendalam dari sudut pandang linguistik. Ia menjelaskan bahwa kata mukhallaq berasal dari kata khalq (penciptaan). Menurut Qaffal, janin yang mengalami serangkaian proses penciptaan secara bertahap disebut mukhallaq,karena proses penciptaan terjadi secara berurutan. Berdasarkan pandangan ini, para ulama kemudian memahami bahwa mukhallaqah adalah fase ketika penciptaan janin telah mencapai tingkat kesempurnaan tertentu, sedangkan ghair mukhallaqah adalah fase ketika penciptaan belum sempurna karena belum melalui serangkaian tahapan penciptaan yang lengkap.

Berbagai penafsiran yang dikemukakan oleh para ahli tafsir mengenai mukhallaqah dan ghair mukhallaqah dalam fase

mudghah menunjukkan kekayaan dan kedalaman pemahaman terhadap ayat Al-Qur'an. Meskipun terdapat perbedaan pendapat, seluruh penafsiran tersebut menggarisbawahi bahwa fase mudghah merupakan tahapan krusial dalam penciptaan janin, di mana terjadi proses pembentukan dan perkembangan yang signifikan. Ayat Al-Qur'an dan penafsiran para ulama memberikan pandangan yang holistik dan mendalam mengenai asal-usul kejadian manusia, khususnya pada fase awal kehidupan di dalam rahim ibu. Pemahaman ini tidak hanya relevan dalam konteks keagamaan, tetapi juga memberikan inspirasi dan wawasan bagi kajian ilmu pengetahuan modern tentang embriologi dan perkembangan manusia.

Sejumlah besar Mufassirin (ahli tafsir Al-Quran) dan Fuqaha menganut perspektif bahwa penciptaan janin dimulai pada tahap mudhghah atau setelahnya. Pandangan ini secara menonjol dipegang oleh apa yang diidentifikasi oleh teks sebagai kelompok ulama pertama, kedua, dan ketiga, yang mewakili posisi mayoritas dalam pemikiran Islam. Sebaliknya, pandangan minoritas, yang dicontohkan oleh pendapat Qafal, menyatakan bahwa penciptaan dapat dimulai sebelum fase *mudhghah*.Penafsiran yang dominan ini semakin diperkuat oleh keselarasannya dengan *Jumhur Fuqaha'* (mayoritas ahli hukum).

Pemahaman ini tercermin dalam putusan-putusan hukum praktis. Sebagaimana dikutip dalam *Hasyiyah Ibn 'Abidin*,disebutkan bahwa perempuan dibolehkan menjalani terapi pengeluaran darah selama kehamilan selama fetus masih dalam

fase *mudhghah* atau *'alaqah*,sebelum terbentuknya organ-organ tubuh yang nyata. Fase-fase ini lazim dipahami meliputi seratus dua puluh hari pertama masa kehamilan. Pembenaran atas kebolehan ini terletak pada pemahaman bahwa sebelum terbentuknya ciri-ciri manusia yang jelas, hasil konsepsi belum dianggap sebagai "anak Adam" yang lengkap. Hal ini selanjutnya dikuatkan oleh *Al-Umm*,yang menyatakan, *"Batas minimal untuk disebut fetus adalah ketika ia melewati fase mudhghah dan 'alaqah hingga tubuh manusia terlihat jelas…"*.[393] Naskah-naskah ini mengisyaratkan bahwa bentuk manusia yang tampak baru muncul *setelah* tahap mudhghah,dan bahkan dalam fase *mudhghah itu sendiri, sebagaimana dipahami oleh mazhab Syafi'i,*bentuk fetus belum berkembang sepenuhnya tetapi masih dalam keadaan pembentukan yang tidak jelas.

Lebih jauh mengilustrasikan perspektif Syafi'i, Al-Muhazzab memberikan skenario di mana jika perut wanita hamil dipukul, mengakibatkan keguguran mudhghah dengan bentuk manusia yang tidak jelas, tetapi empat orang saksi perempuan bersaksi telah melihat bentuk manusia yang terlihat, maka ghurrah (kompensasi finansial) menjadi wajib. Ini karena para saksi perempuan dianggap memiliki pengetahuan tentang perkembangan janin yang mungkin tidak dimiliki pria.[394] Teks ini memperkuat gagasan bahwa bagi mazhab Syafi'i, penciptaan dikaitkan dengan tahap *mudhghah*,meskipun mengakui bahwa kejelasan bentuk manusia dapat bervariasi dalam fase ini, menjadi lebih jelas menuju tahap selanjutnya dan kurang begitu jelas pada fase

awal *mudhghah*. Khususnya, mazhab yurisprudensi Hanafi dan Hanbali sependapat dengan posisi Syafi'i dalam masalah ini.

g. Perspektif Hanbali dalam Al-Mughni

Pandangan Hanbali lebih lanjut diuraikan dalam *Al-Mughni*,yang menyatakan: "Jika *mudhghah* keguguran, dan beberapa bidan tepercaya bersaksi tentang adanya bentuk manusia yang tidak jelas di dalamnya, maka *ghurrah* berlaku. Jika mereka bersaksi bahwa kondisi tersebut merupakan awal penciptaan manusia, jika pembentukannya berlanjut, maka ada dua pendapat mengenai kasus ini; pendapat yang paling otentik menyatakan bahwa *ghurrah* tidak berlaku karena belum terbentuk, sehingga tidak ada kewajiban yang berlaku, mirip dengan fase *'alaqah* …"[395]. Teks ini mengklarifikasi pemahaman Hanbali bahwa pembentukan, dalam pandangan mereka, dimulai selama fase *mudhghah*,bukan sebelumnya. Ini memperkuat konsensus umum di antara sebagian besar ahli hukum bahwa titik kritis untuk mempertimbangkan penciptaan janin telah dimulai adalah tahap *mudhghah* .

h. Mazhab Maliki dan Pembentukan Awal

Berbeda dengan madzhab-madzhab yang disebutkan di atas, madzhab Maliki dalam fikih, sebagaimana tercermin dalam Hasyiyah al-Dasuqi,memiliki sikap yang lebih ketat, dengan menyatakan: "Tidak boleh mengeluarkan sperma yang telah mengendap di rahim, bahkan sebelum empat puluh hari." Bidayah al-Mujtahid menyoroti perbedaan pendapat di antara para ulama tentang khalqah (penciptaan) yang memicu hukum ghurrah.Menurut Malik, ghurrah berlaku untuk setiap mudhghah

atau 'alaqah yang keguguran yang diketahui sebagai awal dari seorang anak. Hal ini menunjukkan bahwa mazhab Maliki condong untuk mengakui inisiasi perkembangan janin pada tahap yang lebih awal daripada mudhghah,mungkin sedini nutfah atau 'alaqah,sehingga menganjurkan untuk lebih melindungi konseptus sejak tahap kehamilan yang sangat awal. Keketatan ini lebih jauh ditekankan oleh fakta bahwa sebagian besar ulama Maliki melarang aborsi bahkan selama fase nutfah atau 'alaqah.

i. Wawasan Medis Modern dan Perkembangan Embrionik Awal

Menariknya, perspektif yang dipegang oleh mazhab Maliki dan sebagian *Mufassirin* —yang mengisyaratkan pembentukan janin terjadi sebelum tahap *mudhghah* —menemukan resonansi dengan pemahaman medis modern. Ibnu Rajab al-Hambali mengutip pendapat medis yang menjelaskan tahap awal perkembangan embrio: *"Ketika sperma memasuki rahim, ia menjadi buih selama enam atau tujuh hari. Selama hari-hari ini, nutfah terbentuk tanpa menempel pada rahim, setelah itu menempel pada rahim. Awal bercak kemudian terjadi dalam waktu tiga hari, kadang lebih cepat sehari, kadang lebih lambat sehari. Kemudian setelah enam hari, yang merupakan hari kelima belas dari pembuahan, darah mengalir melaluinya sepenuhnya, sehingga menjadi 'alaqah.Kemudian organ-organ menemukan karakteristik yang jelas, dan beberapa terpisah dari aktivitas yang lain. Kemudian mengembang karena kelembaban di sumsum tulang belakang. Setelah sembilan hari, kepala terpisah dari dua bahu, dan kaki serta lengan terpisah dengan jari-jari dalam keadaan jelas pada beberapa dan tidak jelas*

pada yang lain. Menurut mereka, fase terpendek pembentukan janin laki-laki adalah tiga puluh hari, sedangkan waktu rata-rata adalah tiga puluh lima hari. Kadang-kadang tubuh terbentuk setelah empat puluh lima hari. Menurut mereka, indikator jenis kelamin laki-laki tidak ditemukan pada keguguran sebelum tiga puluh lima hari, dan indikator jenis kelamin perempuan tidak ditemukan sebelum empat puluh lima hari."[396].

Uraian medis ini dengan jelas menggambarkan bahwa perkembangan embrio awal dimulai jauh lebih awal daripada tahap *mudhghah*,dimulai sejak tahap *nutfah*,kira-kira sekitar hari ketujuh pasca-fertilisasi. Pemahaman ilmiah ini memberikan kepercayaan pada pandangan tradisional minoritas yang mengakui dimulainya penciptaan janin pada tahap sebelum *mudhghah* .

j. Bukti Syari'ah tentang Penciptaan Janin Dini

Gagasan tentang penciptaan janin di awal, yang mendahului tahap *mudhghah*,yang didukung oleh ilmu kedokteran dan digaungkan oleh beberapa ulama Islam, juga didukung oleh *Nusûs Shar'iyyah*.Salah satu bukti tersebut ditemukan dalam Surah Al-Insan (76:2): *"Sesungguhnya, Kami telah menciptakan manusia dari setetes mani yang bercampur*[397]*, agar Kami mengujinya; dan Kami jadikan dia mendengar dan melihat."* [Quran 76:2].

Ibnu Mas'ud menafsirkan istilah *amsyaj* dalam ayat ini sebagai *'uruq* (benih atau asal usul),[398] dengan para ulama berbeda pendapat tentang periwayatan yang tepat dari penafsiran ini. Ibnu Rajab al-Hambali menjelaskan bahwa hal itu mengacu pada benih nutfah.Ia menyatakan, "Sekelompok ulama Salaf menafsirkan

amsyaj nutfah sebagai benih di dalamnya."[399] Ibnu Mas'ud sendiri dilaporkan mendefinisikan *amsyaj nutfah* sebagai "benih *nutfah* ."[400] Penafsiran ini, khususnya yang dilakukan oleh Al-Razi dan Ibnu Rajab, menunjukkan bahwa pembentukan memang dimulai pada tahap *nutfah*,yang merupakan tahap awal kehamilan.

Akan tetapi, Al-Qurtubi memberikan riwayat yang berbeda dari Ibnu Mas'ud, yang menyatakan bahwa *amsyaj* merujuk pada "benih-benih *mudhghah* ," bukan *nutfah*.Ia menyatakan, *"Diriwayatkan dari Ibnu Mas'ud bahwa amsyaj berarti benih-benih mudhghah ."*[401] Meskipun penafsiran ini dapat dilihat sebagai dukungan terhadap pembentukan selanjutnya, pemahaman yang lebih umum dan konsisten secara medis, seperti yang disoroti oleh riwayat Al-Razi dan Ibnu Rajab, mengarah pada tahap *nutfah* sebagai permulaan pembentukan.

Sebuah *Takhrij* (verifikasi sumber) dari Al-Tabrani meriwayatkan sebuah hadis dari Malik bin al-Huwairis, di mana Nabi Muhammad (saw) menyatakan: *"Ketika Allah bermaksud menciptakan seorang hamba, Dia membuat laki-laki itu berhubungan dengan perempuan, sperma laki-laki itu menyembur ke dalam setiap benih dan organ perempuan. Pada hari ketujuh, Allah mengumpulkannya dan menyajikannya pada setiap keturunan kecuali Adam dalam bentuk apa pun yang Dia kehendaki, dan Dia mengatur tubuhmu."*[402]. Hadis ini dengan kuat menunjukkan bahwa pembentukan janin dimulai sedini hari ketujuh, sejalan dengan pengamatan medis yang disebutkan di atas.

Begitu pula dalam sebuah hadis Sahih Muslim, dalam Kitab *Qadar* (Ketetapan Ilahi), bab tentang "*Bagaimana Manusia*

Diciptakan dalam Rahim Ibunya," merinci prosesnya: "*Ketika empat puluh dua malam telah berlalu di atas nutfah,Allah mengutus seorang malaikat kepadanya. Kemudian Dia membentuk bentuknya, menciptakan pendengarannya, penglihatannya, kulitnya, dagingnya, dan tulangnya. Kemudian malaikat itu bertanya; 'Ya Tuhan, apakah janin dalam kandungan itu laki-laki atau perempuan?' Kemudian Allah, Tuhanmu, memutuskan sesuai dengan kehendak-Nya. Kemudian malaikat itu mencatatnya. Kemudian malaikat itu bertanya lagi; 'Ya Tuhan, bagaimana dengan umurnya?' Kemudian Allah menentukan umurnya sesuai dengan kehendak-Nya. Kemudian malaikat itu mencatatnya. Kemudian malaikat itu bertanya lagi; 'Ya Tuhan, bagaimana dengan rezekinya?' Kemudian Allah, Tuhanmu, menentukan rezekinya sesuai dengan kehendak-Nya. Kemudian malaikat itu mencatatnya. Kemudian malaikat itu pergi dengan sebuah gulungan di tangannya - tidak menambah atau mengurangi dari - apa yang telah Allah perintahkan untuk dicatatnya."*[403].

Hadits ini menunjuk pada tahap perkembangan yang signifikan pada fase *'alaqah*,bukan *mudhghah*.Namun, penting untuk membedakan antara *penciptaan* (*khalq*) dan *pembentukan* (*tashkil*). Penciptaan adalah konsep yang mendahului pembentukan. Sementara pembentukan mungkin menjadi sangat jelas terlihat pada tahap *'alaqah*,tindakan penciptaan itu sendiri bisa saja dimulai lebih awal, selama fase *nutfah*.Hadits menekankan pembentukan indra seperti pendengaran dan penglihatan pada tahap *'alaqah*,yang

menyiratkan bahwa makhluk yang menjadi tempat terbentuknya indra-indra ini sudah dalam proses penciptaan sebelum fase ini. Jika indra-indra ini sedang dibentuk dan dikembangkan pada tahap *'alaqah*,kira-kira setelah empat puluh hari, secara logis hal ini menunjukkan bahwa penciptaan awal janin pasti telah dimulai pada tahap *nutfah* sebelumnya.Hal ini selaras dengan pemahaman medis dan Hadits Malik bin al-Huwairith, bersama dengan interpretasi Ibn Mas'ud tentang Surah Al-Insan (76:2).

Pembentukan Janin

Al-Qur'an secara eksplisit membedakan antara tindakan penciptaan dan pembentukan, menegaskan bahwa keduanya merupakan tahapan yang berbeda dalam proses mewujudkan sesuatu. Salah satu ayat yang dengan jelas menggambarkan perbedaan ini terdapat dalam Surah Al-A'raf:

Sesungguhnya Kami telah menciptakan kamu (Adam), lalu Kami bentuk tubuhmu, kemudian Kami katakan kepada para malaikat: *"Bersujudlah kamu kepada Adam", maka merekapun bersujud kecuali iblis. Dia tidak termasuk mereka yang bersujud*. (QS. Al-A'raf : 11) Ayat ini menggunakan rangkaian kata yang sangat signifikan. Frasa "خَلَقْنَاكُمْ (Kami telah menciptakan kamu)" Merujuk pada tindakan *khalq*,yaitu penciptaan awal atau pengadaan dari tidak ada menjadi ada. Kemudian, frasa "ثُمَّ صَوَّرْنَاكُمْ (lalu Kami bentuk tubuhmu)" menggunakan kata "*sawwarnakum*" dari akar kata *taswir*,yang berarti pembentukan, gambaran rupa, atau bentuk yang spesifik. Penggunaan kata sambung "ثُمَّ (kemudian)" menunjukkan urutan waktu, mengindikasikan bahwa penciptaan

(*khalq*) terjadi lebih dahulu sebelum pembentukan (*taswir*). Rangkaian kalimat ini mengisyaratkan bahwa eksistensi Adam *alaihissalam* sebagai makhluk telah terwujud melalui *khalq* terlebih dahulu, sebelum kemudian Allah *subhanahu wa ta'ala* menyempurnakan wujudnya dengan *taswir*,yaitu memberikan bentuk fisik yang sempurna dan proporsional.

Dalil lain yang memperkuat perbedaan ini dapat ditemukan dalam Surah Al-Hasyr: *Dialah Allah Yang Menciptakan, Yang Mengadakan, Yang Membentuk Rupa, Yang Mempunyai Asmaaul Husna. Bertasbi kepadaNya apa yang di langit dan bumi. Dan Dialah Yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.* (QS. Al-Hasyr : 24), Allah *subhanahu wa ta'ala* menyebutkan tiga nama-Nya yang berkaitan dengan proses mewujudkan sesuatu: " **الْخَالِقُ** (Al-Khaliq – Yang Menciptakan)", " **الْبَارِئُ** (Al-Bari' – Yang Mengadakan)", dan " **الْمُصَوِّرُ** (Al-Musawwir – Yang Membentuk Rupa)". Penyebutan ketiga nama ini secara berurutan menunjukkan adanya tahapan yang berbeda. *Al-Khaliq* Merujuk pada penciptaan dari ketiadaan, *Al-Bari'* bermaksud mengadakan atau mewujudkan sesuatu yang telah diciptakan menjadi nyata, dan *Al-Musawwir* adalah Dzat yang memberikan bentuk rupa yang indah dan sempurna. Pembentukkan nama ini mengisyaratkan bahwa terbentuknya rupa (*taswir*) merupakan tahapan setelah penciptaan (*khalq*) dan pengadaan (*bara'*).

Surah Al-Infithar juga memberikan gambaran tentang proses penciptaan manusia yang melibatkan *khalq* dan *taswir* *“Hai manusia, apakah yang telah memperdayakan kamu (berbuat*

durhaka) terhadap Tuhanmu Yang Maha Pemurah. Yang telah menciptakan kamu lalu menyempurnakan kejadianmu dan menjadikan (susunan tubuh)mu seimbang, dalam bentuk apa saja yang Dia kehendaki, Dia menyusun tubuhmu". (QS. Al-Infithar : 6-8). Ayat-ayat ini menggunakan kata " **خَلَقَكَ** (menciptakan kamu)", kemudian " **فَسَوَّاكَ** (lalu menyempurnakan kejadianmu)", dan " **فَعَدَلَكَ** (menjadikan seimbang)", serta " **فِي أَيِّ صُورَةٍ مَّا شَاءَ رَكَّبَكَ** (dalam bentuk apa saja yang Dia kehendaki, Dia menyusun tubuhmu)". Kata " **سَوَّاكَ** " dan " **صُورَةٍ** " dikeluarkan dari kata *taswir*,menunjukkan bahwa setelah penciptaan awal, Allah *subhanahu wa ta'ala* menyempurnakan kejadian manusia, mewujudkan seimbang, dan membentuknya dalam rupa yang dikehendaki-Nya. Rangkaian kata ini menegaskan kembali bahwa pembentukan (*taswir*) adalah tahapan lanjutan setelah penciptaan (*khalq*).

Imam Al-Qurtubi, seorang mufasir terkemuka, dalam tafsirnya menjelaskan makna *Al-Khaliq* dalam Surah Al-Hasyr [59]: 24, bahwa *Al-Khaliq* adalah Dzat yang *"menentukan perihal yang berbeda-beda*" (*yuqaddir al-mukhtalifat*). Hal ini mengindikasikan bahwa *khalq* berkaitan dengan penetapan takdir dan potensi keberadaan suatu makhluk, sedangkan *taswir* adalah realisasi dari potensi tersebut dalam bentuk yang konkret. Al-Qurtubi juga menjelaskan makna *taswir* sebagai "pembentukan" (*at-taswir huwa at-tashkil*). Beliau mengilustrasikan proses *taswir* dalam penciptaan manusia di rahim ibu, yang melalui tahapan *alaqah* (segumpal darah), *mudhghah* (segumpal daging), hingga menjadi bentuk yang dapat dikenal dan memiliki ciri-ciri yang

unik. Penjelasan Al-Qurtubi ini menjelaskan bahwa *taswir* adalah proses pemberian bentuk dan rupa yang spesifik setelah penciptaan awal.

Sebagian ulama juga memberikan pandangan yang menarik terkait urutan *khalq*,*bara'*,dan *taswir*.Mereka menjelaskan bahwa takdir (*taqdir*) terjadi paling awal, kemudian disusul oleh *khalq* (penciptaan), dan terakhir *bara'* (pengadaan). Meskipun pendapat ini sedikit berbeda dalam urutan pengadaan dan penciptaan, namun inti pemahamannya tetap menekankan bahwa *taswir* (pembentukan) adalah tahapan akhir dalam proses mewujudkan sesuatu, yang mengikuti tahapan penciptaan dan pengadaan. Pendapat ini semakin memperkuat bahwa *khalq* dan *taswir* bukanlah sinonim, melainkan dua konsep yang berbeda dengan urutan kejadian yang jelas.

Pemahaman yang benar mengenai perbedaan antara khalq dan taswir memiliki makna penting dalam memahami nas-nas syar'iyyah yang berkaitan dengan penciptaan janin dan pembentukannya. Perbedaan penggunaan lafaz khalq dan taswir dalam Al-Qur'an dan hadis menjadi lebih bermakna ketika dipahami dalam konteks tahapan perkembangan janin. Al-Qur'an tidak menggunakan lafaz taswir pada fase-fase awal perkembangan janin seperti nutfah (air mani) dan alaqah (segumpal darah). Pada fase-fase awal ini, Al-Qur'an cenderung menggunakan lafaz khalq untuk menunjukkan penciptaan atau pengadaan awal eksistensi janin. Penggunaan lafaz taswir baru muncul pada fase-fase perkembangan janin yang lebih lanjut, seperti mudhghah (segumpal daging) dan seterusnya, ketika

bentuk dan rupa janin mulai terbentuk dan semakin jelas.Keselarasan antara penggunaan lafaz *khalq* dan *taswir* dalam nas-nas syar'iyyah dengan penjelasan ahli kedokteran modern mengenai tahapan perkembangan janin menjadi semakin nyata. Ilmu kedokteran modern juga membagi perkembangan janin menjadi beberapa fase, dimulai dari pembuahan hingga kelahiran. Fase-fase awal perkembangan janin lebih banyak tekanan pada penciptaan sel dan jaringan dasar, sementara fase-fase selanjutnya fokus pada pembentukan organ dan sistem tubuh yang kompleks, serta pemberian bentuk dan rupa yang spesifik.

Pemahaman yang akurat tentang perbedaan khalq dan taswir tidak hanya relevan dalam kajian teologi, tetapi juga memberikan kerangka interpretasi yang menyelaraskan antara teks-teks agama dan temuan-temuan ilmiah, khususnya dalam bidang embriologi. Pemahaman ini membantu menghindari potensi kontradiksi antara nas-nas syar'iyyah dan ilmu pengetahuan ilmiah, serta memberikan wawasan kita tentang keagungan dan kebijaksanaan Allah subhanahu wa ta'ala dalam proses penciptaan makhluk-Nya.

Berdasarkan dalil-dalil naqli dari Al-Qur'an dan penjelasan para ulama, perbedaan antara penciptaan (*khalq*) dan pembentukan (*taswir*) adalah konsep yang jelas dan mendasar dalam teologi Islam. *Khalq* Merujuk pada penciptaan awal atau pengadaan eksistensi dari ketiadaan, sedangkan *taswir* adalah proses pembentukan, penggambaran rupa, dan pemberian bentuk yang spesifik setelah awal penciptaan. Pemahaman ini tidak hanya penting untuk menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an terkait penciptaan,

tetapi juga memberikan kerangka interpretasi yang menyelaraskan antara teks agama dan ilmu pengetahuan modern, khususnya dalam memahami proses perkembangan janin. Dengan memahami perbedaan konteks ini, kita dapat semakin mengagumi kebesaran dan kebijaksanaan Allah *subhanahu wa ta'ala* dalam menciptakan dan membentuk segala sesuatu dengan sempurna.

Waktu Peniupan Ruh

Isu peniupan ruh ke dalam janin merupakan salah satu topik penting dalam kajian fikih kehamilan dan janin. Hal ini berkaitan erat dengan penetapan status hukum janin, khususnya terkait dengan diperbolehkan atau tidaknya tindakan aborsi. Dalam khazanah keilmuan Islam, para ulama sepakat bahwa peniupan ruh tidak terjadi pada fase awal pembentukan janin, melainkan setelah melewati tahapan *mudhghah*.Namun, terdapat perbedaan pendapat di antara mereka mengenai waktu yang lebih spesifik setelah fase *mudhghah* tersebut.

Pendapat yang paling masyhur dan dipegang oleh mayoritas ulama adalah bahwa ruh ditiupkan ke dalam janin setelah sempurna dua puluh hari atau empat bulan usia kehamilan. Pendapat ini didasarkan pada hadis Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan dari Abdullah bin Mas'ud RA, yang menjelaskan tahapan penciptaan manusia dalam rahim ibu. Hadis tersebut menyebutkan bahwa proses penciptaan manusia dimulai dari *nutfah* (setetes mani) selama empat puluh hari, kemudian menjadi *'alaqah* (segumpal darah) selama empat puluh hari berikutnya, lalu menjadi *mudhghah* (segumpal daging) selama empat puluh hari

selanjutnya. Setelah seratus dua puluh hari, Allah SWT mengutus malaikat untuk meniupkan ruh ke dalam janin dan mencatatkan empat perkara: rezeki, ajal, amal, serta kebahagiaan atau kematian.[404]

Hadis ini secara eksplisit menyebutkan peniupan ruh terjadi setelah melewati tiga fase perkembangan janin yang masing-masing berdurasi empat puluh hari. Secara zhahir hadis ini menunjukkan bahwa peniupan ruh terjadi setelah seratus dua puluh hari usia kehamilan. Para ulama yang berpegang pada pendapat ini memahami bahwa hadis tersebut memberikan batasan waktu minimal, yaitu peniupan ruh tidak terjadi sebelum seratus dua puluh hari. Mereka menekankan bahwa hadis ini tidak secara tegas menyatakan bahwa peniupan ruh terjadi *tepat* pada hari ke-120, melainkan *setelah* melewati fase ini.[405] Artinya, peniupan ruh bisa saja terjadi sesudah hari ke-120, namun tidak mungkin terjadi sebelumnya.

a. Peniupan Ruh Setelah Seratus Tiga Puluh Hari

Di samping pendapat mayoritas, terdapat pula sebagian ulama yang berpendapat bahwa peniupan ruh terjadi setelah empat bulan sepuluh hari, atau seratus tiga puluh hari usia kehamilan. Pendapat ini dinisbahkan kepada riwayat dari Ibnu Abbas RA dan Said bin Musayyab.[406] Mereka berdalil dengan ayat Al-Quran yang mengatur tentang masa 'iddah (masa tunggu) bagi wanita yang ditinggal mati suaminya, yaitu empat bulan sepuluh hari. *"Orang-orang yang meninggal dunia di antaramu dengan meninggalkan isteri-isteri (hendaklah para isteri itu) menangguhkan dirinya (ber'iddah) empat*

bulan sepuluh hari. Kemudian apabila telah habis 'iddahnya, maka tiada dosa bagimu (para wali) membiarkan mereka berbuat terhadap diri mereka menurut yang patut. Allah mengetahui apa yang kamu perbuat." (QS. Al-Baqarah : 234).[407]

Ketika Said bin Musayyab ditanya mengenai alasan penetapan masa 'iddah empat bulan sepuluh hari, dia menjawab, *"Pada waktu itu ruh ditiupkan."*[408] Berdasarkan pemahaman ini, sebagian ulama mengemukakan masa 'iddah dengan waktu peniupan ruh, dan menyimpulkan bahwa peniupan ruh terjadi setelah seratus tiga puluh hari.

b. Kritik Terhadap Pendapat Seratus Tiga Puluh Hari dan Penguatan Pendapat mayoritas

Pendapat yang terjadi waktu peniupan ruh dengan masa 'iddah empat bulan sepuluh hari memiliki beberapa kelemahan. Pertama, ayat Al-Quran tentang 'iddah sama sekali tidak menyebutkan atau mengisyaratkan tentang peniupan ruh. Tujuan ditetapkannya masa 'iddah adalah untuk memberikan waktu bagi wanita yang ditinggal mati suami untuk berduka, sekaligus memastikan rahimnya bersih dari kehamilan sebelum menikah lagi.[409] Masa 'iddah ditetapkan dalam jangka waktu tertentu untuk kepastian hukum, bukan karena adanya korelasi langsung dengan peniupan ruh. Seandainya pun kehamilan wanita yang sedang dalam masa 'iddah tampak jelas, maka masa 'iddahnya tidak berakhir pada waktu tersebut, melainkan berakhir dengan kelahiran anak, terlepas dari kapan waktu peniupan ruh itu terjadi.

Kedua, riwayat Ibnu Abbas yang menyebutkan peniupan ruh terjadi setelah empat bulan sepuluh hari juga dinilai memiliki sanad yang dipermasalahkan oleh sebagian ulama hadis.[410] Hal ini semakin meningkatkan kekuatan pendapat yang mendasarkan argumentasinya pada riwayat tersebut.

Sebaliknya, pendapat mayoritas ulama yang mendasarkan pada hadis tentang tahapan penciptaan janin lebih kuat secara dalil. Meskipun hadis tersebut tidak memberikan kepastian waktu peniupan ruh secara eksak pada hari ke-120, namun ia memberikan batasan waktu minimal dan mengindikasikan bahwa peniupan ruh terjadi setelah fase *mudhghah* selesai. Para ulama juga memperkuat pendapat mayoritas ini dengan prinsip *ihtiyath* (kehati-hatian) dalam masalah kehidupan. Peniupan ruh menandakan adanya kehidupan pada janin, sehingga tindakan yang berpotensi menghilangkan nyawa janin setelah peniupan ruh menjadi haram. Menetapkan seratus dua puluh hari sebagai waktu peniupan ruh, meskipun tidak bersifat pasti, dianggap sebagai langkah preventif untuk melindungi kehidupan janin sejak dini.[411]

Ayat Al-Quran Surah Asy-Syams ayat 7 juga dapat dikaitkan dengan isu ini, meskipun tidak secara langsung membahas waktu peniupan ruh. *"Demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaannya)."* (QS. Asy-Syams : 7)[412], kesempurnaan penciptaan manusia oleh Allah SWT. Meskipun tafsir ayat ini luas, namun dalam konteks pembahasan peniupan ruh, ayat ini dapat dipahami sebagai pengakuan akan adanya jiwa yang ditiupkan ke dalam janin setelah proses penciptaannya mencapai tahap kesempurnaan. Pendapat

mayoritas ulama yang menetapkan seratus dua puluh hari sebagai batas waktu peniupan ruh sejalan dengan pemahaman ini, yaitu setelah melewati tahapan-tahapan pembentukan janin fisik, ruh ditiupkan untuk menyempurnakan penciptaannya sebagai manusia.

Fase Pembangkitan

1) Membacakan Azan Di Telinga Kanan Dan Membacakan Iqamah Di Telinga Kiri Ketika Anak Baru Dilahirkan;

Kelahiran seorang bayi merupakan momen sakral yang diibaratkan sebagai anugerah tak terhingga bagi sebuah keluarga. Di dalamnya terkandung kenikmatan dan amanah dari Allah Ta'ala yang mewajibkan setiap umat Islam untuk menyambutnya sesuai dengan tuntunan agama Islam. Lebih dari sekedar tradisi, kelahiran bayi menjadi titik awal bagi orang tua untuk menanamkan nilai-nilai luhur dan mempersiapkan generasi penerus yang saleh dan berakhlak mulia. Islam sebagai agama yang *kaffah* (paripurna) telah menyediakan pedoman komprehensif dalam menyambut kelahiran anak, mulai dari tatacara hingga upaya pendidikan yang berkelanjutan. Salah satu praktik yang menarik perhatian dan menjadi diskusi di masyarakat adalah adzan di telinga bayi yang baru lahir. Praktik ini memunculkan beragam pandangan, mulai dari dianggap sebagai sunnah Rasulullah SAW, anjuran ulama, hingga dipandang sebagai tindakan yang tidak memiliki dasar. Di tengah perbedaan pendapat ini, penting untuk mengkaji lebih dalam hikmah dan signifikansi adzan bayi baru lahir dalam kerangka pendidikan Islam.

Rasulullah Muhammad SAW sebagai *uswatun hasanah* (teladan yang baik) telah mengajarkan berbagai sunnah yang mengiringi

kelahiran bayi, di antaranya adalah mengumandangkan adzan dan iqamah di telinga bayi, melakukan tahnik, memberikan nama yang baik, serta melaksanakan aqiqah. Sunnah-sunnah ini bukanlah sekedar ritual tanpa makna, melainkan langkah awal yang sarat dengan nilai pendidikan Islam. Pendidikan anak dalam Islam dipandang sebagai tanggung jawab fundamental orang tua. Anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, suci dan cenderung kepada kebaikan, sebagaimana sabda Rasulullah SAW yang masyhur. Peran orang tua sangat krusial dalam mengarahkan fitrah anak agar tumbuh di pinggiran kota dalam koridor yang mengajarkan Islam.

Adzan adalah panggilan untuk shalat, seruan untuk beribadah kepada Allah SWT. Dengan mengumandangkan adzan di telinga kanan dan menyerukan iqamah di telinga kiri bayi baru lahir, artinya orang tua berharap yang paling pertama didengar bayi adalah panggilan untuk menyembah Allah SWT dan dibangkitkan jiwanya sehingga akan terbangkitkan alam bawah sadarnya.

Di telinga kanan diadzani, di telinga kiri iqamah, yang pertama didengarnya adalah panggilan shalat sehingga mudah-mudahan ia tumbuh dan berkembang selalu memperhatikan sholat. Begitu pula dengan mengadzani bayi baru lahir memiliki makna, manfaat dan keutamaan tersendiri bagi seorang anak dan akan berpengaruh terhadap kecerdasan anak untuk masa yang akan datang.

Berkaitan dengan kecerdasan otak anak itu dapat di pengaruhi sejak dari dalam kandungan, hal tersebut bisa dilakukan dengan konsep stimulasi tumbuh kembang. Stimulasi adalah rangsangan yang dilakukan sejak bayi baru lahir bahkan sebaiknya sejak di dalam kandungan, dilakukan setiap hari, untuk merangsang semua sistem

indra (pendengaran, penglihatan, perabaan, pembauan, pengecapan). Kemampuan dan tumbuh kembang anak perlu dirangsang oleh orang tua agar anak dapat tumbuh berkembang secara optimal. Anak yang mendapatkan stimulasi secara terarah akan lebih cepat berkembang dari pada yang kurang stimulasi atau malah tidak pernah mendapat stimulasi.

Pada saat bayi lahir, fungsi otak belum bekerja secara maksimal karena jalinan saraf antar sel otak belum padat. Stimulus pada bayi sejak dini dapat membantu kematangan struktur otak dan sistem saraf. Ada teori yang berkaitan dengan otak ataupun kecerdasan yaitu teori kognitif. Teori psikologi kognitif yaitu proses proses mental yang mendasari perilaku manusia. Ini meliputi berbagai subdisiplin termasuk memori, belajar, persepsi, dan penyelesaian masalah. Dengan tujuan mengetahui bagaimana otak memanipulasi data. Secara khusus, fokusnya terletak pada bagaimana memahami struktur struktur yang terlibat dalam kognisi, seperti penyaringan, leksikon dan penyimpanan, dan proses proses yang bekerja pada data kognitif, termasuk pengkodean, hambatan, dan lupa. Anjuran itu juga menyelipkan pesan bahwa seharusnya orang tualah yang menjadi sumber pendidikan pertama dan utama anak. Adzan dikumandangkan oleh ayah, artinya sedini mungkin orang tua harus menuntun dan memandu anaknya untuk beribadah kepada Allah SWT.

Korelasi antara praktik adzan dan kecerdasan anak dapat dipahami dalam konteks perkembangan otak dan stimulasi dini. Kecerdasan otak anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk

stimulasi yang diperoleh sejak dalam kandungan hingga usia dini. Stimulasi merupakan rangsangan terarah yang diberikan secara berulang untuk mengoptimalkan perkembangan seluruh sistem indra bayi, termasuk pendengaran. Stimulasi yang tepat dan terarah akan mempercepat perkembangan kemampuan dan tumbuh kembang anak dibandingkan dengan anak yang kurang atau tidak mendapatkan stimulasi. Pada saat kelahiran, fungsi otak bayi belum sepenuhnya matang karena jaringan saraf antar sel otak masih terus berkembang. Stimulus dini, seperti suara adzan, diyakini dapat membantu kematangan struktur otak dan sistem saraf bayi.

Dalam perspektif psikologi kognitif, perkembangan kecerdasan erat kaitannya dengan proses mental yang mendasari perilaku manusia. Teori psikologi kognitif menekankan pada bagaimana otak memproses informasi, termasuk memori, belajar, persepsi, dan pemecahan masalah. Fokus utama teori ini adalah memahami struktur kognitif, seperti memori sensorik, memori jangka pendek, dan memori jangka panjang, serta proses kognitif yang bekerja pada data, seperti pengkodean, penyimpanan, dan pengambilan informasi. Stimulasi auditori seperti adzan dapat diinterpretasikan sebagai bentuk input sensorik awal yang berpotensi mempengaruhi proses kognitif bayi di masa depan.

Di sisi lain, anjuran adzan oleh ayah bayi juga mengandung pesan pendidikan yang subtil. Mengumandangkan adzan oleh ayah mengisyaratkan bahwa orang tualah, terutama ayah, yang memiliki peran sebagai sumber pendidikan pertama dan utama bagi anak. Tindakan ini melambangkan tanggung jawab orang tua untuk

membimbing dan membimbing anak sejak dini dalam mengenal dan beribadah kepada Allah SWT. Praktik adzan bayi baru lahir bukan sekedar tradisi keagamaan, tetapi juga investasi pendidikan awal yang sarat makna dan harapan untuk membentuk generasi Saleh yang cerdas dan bertakwa.

2) Akikah, Dua Kambing Untuk Bayi Laki-Laki Dan Seekor Kambing Untuk Bayi Perempuan;

Aqiqah merupakan salah satu syariat dalam Islam yang memiliki kedudukan hukum sunah yang sangat dianjurkan (sunah muakadah). Di balik syariat ini tersimpan makna dan hikmah di dalamnya yang begitu luas. Diantara hikmah dari aqiqah ini adalah sebagai bentuk wujud syukur seorang hamba kepada Allah atas karunia kelahiran seorang anak, sekaligus berbagi syukur itu dengan sesama manusia dalam hal pemberian daging aqiqah. Sehingga aqiqah itu suatu ibadah yang memiliki dimensi ubudiyah dan muamalah.

Aqiqah merupakan salah satu syariat dalam Islam yang memiliki kedudukan hukum sunah yang sangat dianjurkan (sunah muakadah). Di balik syariat ini tersimpan makna dan hikmah di dalamnya yang begitu luas. Diantara hikmah dari aqiqah ini adalah sebagai bentuk wujud syukur seorang hamba kepada Allah atas karunia kelahiran seorang anak, sekaligus berbagi syukur itu dengan sesama manusia dalam hal pemberian daging aqiqah. Sehingga aqiqah itu suatu ibadah yang memiliki dimensi ubudiyah dan muamalah.

Aqiqah yang berarti menyembelih kambing di masa jahiliyah sudah dikenal apabila seorang anak laki-laki dilahirkan, mereka menyembelih seekor kambing, mencukur rambut dan melumuri kepalanya dengan darah hewan yang disembelih. Kebiasaan melumurkan darah ini kemudian oleh syariat Islam diganti dengan melumurkan dengan air bunga (kumkuma), sebagaimana hadis Nabi dari Buraidah*: "Kami dahulu pada masa jahiliyah apabila salah seorang dari kami mendapatkan anak laki-laki, maka kami menyembelih kambing dan melumuri kepalanya dengan darah kambing yang disembelih, setelah Islam datang kami diperintah untuk menyembelih kambing, memotong rambut kepalanya dan melumurinya dengan minyak ja'faran"*

"Dari Aisyah berkata: Rasulullah SAW telah memerintahkan kami untuk menyembelih aqiqah dua ekor kambing untuk anak laki-laki, dan seekor kambing untuk anak perempuan"(HR Ibnu Majah)

"Setiap bayi laki-laki ada aqiqahnya, karena itu sembelihan aqiqah untuknya, hilangkanlah kotoran dari tubuhnya (cukurlah rambutnya)" (HR. Ibnu Majah)

"Setiap bayi laki-laki yang baru dilahirkan terikat dengan aqiqah yang disembelih pada hari ketujuh kelahirannya, pada hari itu rambutnya dicukur dan dia beri nama" (HR Bukhari)

Hadis yang semakna dari Samurah bin Jundab *"Rasulullah SAW bersabda: setiap bayi laki-laki adalah tergadai dengan aqiqahnya, disembelih aqiqah pada hari ketujuh disertai mencukur rambut dan di beri nama*" (HR Ibnu Majah). Aqiqah dituntunkan pada hari

ketujuh dari hari kelahiran7 (berdasarkan penanggalan bulan qamariyah), berdasarkan hadits dari Tsamurah :

"Setiap bayi laki-laki yang baru dilahirkan terikat dengan aqiqah yang disembelih pada hari ketujuh kelahirannya, pada hari itu rambutnya dicukur dan dia beri nama" (HR Ahmad dan Ibnu Majah)

Sedangkan hadits yang membolehkan aqiqah dilaksanakan pada hari ketujuh, keempat belas dan seterusnya sebagian ulama menilai dlaif. Hadits yang dimaksud adalah :

"Dan hendaklah aqiqah itu dilaksanakan pada hari ketujuh, jika tidak bisa maka pada hari ke empat belas dan jika tidak bisa maka dilaksanakan pada hari ke dua puluh satu" (HR. Hakim)

Dalam riwayat Ibnu Majah dan Abu Daud dikatakan bahwa Nabi tidak hanya sekedar menyembelih aqiqah tetapi juga dengan memotong rambut dan memberi nama. Sebagaimana hadis Samurah

"Setiap bayi laki-laki yang baru dilahirkan terikat dengan aqiqah yang disembelih pada hari ketujuh kelahirannya, pada hari itu rambutnya dicukur dan dia beri nama" (HR. Ibnu Majah)

Aqiqah, sebuah praktik yang berakar kuat dalam tradisi Islam, memegang status hukum *sunnah muakkadah*,sebuah praktik kenabian yang sangat dianjurkan[413]. Di luar aspek ritualistiknya, Aqiqah mewujudkan makna dan hikmah yang mendalam. Pada intinya, ia berfungsi sebagai ungkapan rasa syukur (*syukr*) yang nyata kepada Allah SWT atas anugerah seorang anak yang baru lahir. Rasa syukur ini kemudian diperluas ke luar, membina ikatan sosial melalui pembagian daging Aqiqah dengan masyarakat[414]. Aqiqah

bukan hanya sekadar ketaatan beragama tetapi tindakan holistik yang mencakup *ubudiyyah* (pengabdian kepada Tuhan) dan *muamalah* (interaksi sosial)[415].

Praktik aqiqah sudah ada sebelum Islam, dengan masyarakat Arab pra-Islam yang sudah mempraktikkan bentuk penyembelihan untuk merayakan kelahiran seorang anak laki-laki. Akan tetapi, ritual mereka sering kali mengandung unsur-unsur yang ditolak oleh ajaran Islam. Misalnya, merupakan kebiasaan untuk mengolesi kepala bayi yang baru lahir dengan darah hewan kurban[416]. Islam menyempurnakan praktik ini, mempertahankan tindakan inti kurban sambil memurnikan bentuk dan tujuannya. Nabi Muhammad SAW mengubah praktik pengolesan darah ke kepala, menggantinya dengan pengolesan *kumkuma*,sari bunga yang harum. Perubahan ini disorot dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Buraidah: "*Pada masa Jahiliyah, jika salah seorang di antara kami memiliki anak laki-laki, kami akan menyembelih seekor domba dan mengolesi kepalanya dengan darahnya. Ketika Islam datang, kami diperintahkan untuk menyembelih seekor domba, mencukur kepalanya, dan mengurapinya dengan kunyit*."[417]. Hadits ini menggambarkan bagaimana Islam tetap mempertahankan semangat perayaan dan rasa syukur sembari membersihkan unsur-unsur pagan, mengarahkan ritual menuju ekspresi yang lebih murni dan simbolis.

Yurisprudensi Islam merinci pedoman khusus untuk melaksanakan aqiqah. Sebuah hadis terkemuka yang diriwayatkan oleh Aisyah RA menyatakan, *"Rasulullah memerintahkan kami*

untuk mempersembahkan dua ekor kambing untuk anak laki-laki dan satu ekor kambing untuk anak perempuan untuk aqiqah"[418]. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan kuantitatif dalam pengorbanan hewan berdasarkan jenis kelamin, suatu hal yang sering dibahas dalam teks dan tafsir hukum Islam. Di luar tindakan penyembelihan, aqiqah secara intrinsik terkait dengan tindakan lain yang dianjurkan untuk bayi yang baru lahir. Nabi Muhammad SAW menekankan hubungan yang tidak terpisahkan antara bayi yang baru lahir dan aqiqah mereka. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah, disebutkan, *"Setiap anak laki-laki tergadaikan dengan aqiqahnya, maka sembelihlah untuknya, dan hilangkanlah kotoran darinya (cukurlah rambutnya)."*[419] Hadis ini menggarisbawahi pentingnya aqiqah bagi setiap bayi yang baru lahir dan menghubungkannya dengan tindakan mencukur rambut, yang melambangkan pemurnian dan penghilangan segala kotoran yang dianggap terkait dengan kelahiran. Hadits lain semakin memperkuat hubungan ini, yang menyatakan, *"Setiap anak laki-laki tergadaikan dengan aqiqahnya, yaitu disembelih untuknya pada hari ketujuh, dan diberi nama atasnya, dan dicukur rambutnya."*[420] Sebuah riwayat serupa dari Samurah bin Jundab memperkuat tiga serangkai tindakan yang terkait dengan aqiqah ini: *"Rasulullah bersabda: Setiap anak laki-laki tergadaikan dengan aqiqahnya; disembelih untuknya pada hari ketujuh, dan diberi nama atasnya, dan dicukur rambutnya."*[421]

Waktu pelaksanaan aqiqah juga diatur secara khusus dalam adat Islam. Hari ketujuh setelah kelahiran, berdasarkan kalender lunar,

merupakan waktu yang paling ditekankan dan diutamakan untuk melaksanakan aqiqah. Hal ini bersumber langsung dari hadits Tsamurah yang menyatakan, *"Setiap anak laki-laki tergadaikan dengan aqiqahnya, yaitu disembelih untuknya pada hari ketujuh, dan pada hari itu ia diberi nama, dan dicukur rambutnya."*[422] Sementara sebagian riwayat yang lemah menyarankan diperbolehkannya melaksanakan aqiqah pada hari keempat belas atau kedua puluh satu jika hari ketujuh terlewat, para ulama umumnya menganggap hadits-hadits ini *dha'if* (lemah) dan mengutamakan hari ketujuh berdasarkan riwayat yang lebih kuat dan lebih banyak[423]. Hadits yang dimaksud menyatakan, *"Aqiqah hendaknya disembelih pada hari ketujuh, atau jika tidak memungkinkan, maka pada hari keempat belas, dan jika tidak memungkinkan maka pada hari kedua puluh satu."*[424] Kendati demikian, para ulama sepakat bahwa hari ketujuh adalah waktu utama dan paling utama untuk melaksanakan Aqiqah.

3) Memberi Nama Yang Baik;

Kelahiran seorang bayi merupakan momen yang penuh suka cita dalam ajaran Islam. Kedatangan anggota keluarga baru ini tidak hanya menjadi penambah kebahagiaan, namun juga membawa tanggung jawab baru bagi orang tua. Islam mengajarkan berbagai tutunan dalam menyambut kelahiran bayi, yang mencakup aspek spiritual, sosial, dan pendidikan. Salah satu aspek penting yang ditekankan adalah memberikan nama yang baik kepada bayi yang baru lahir. Tradisi ini bukan sekedar formalitas, melainkan

mengandung makna mendalam dan mencerminkan harapan serta doa orang tua untuk masa depan anak.

Hadis Nabi Muhammad SAW memberikan panduan yang jelas mengenai pentingnya memberikan nama yang baik. Salah satu hadis yang relevan menyebutkan: *"Telah lahir anakku (Abu Musa), kemudian aku bawa kepada Nabi SAW maka diberinya nama Ibrahim lalu diusap langit-langit mulutnya dengan kurma dan didoakan dengan barakah"* (Bukhari). Hadis ini, yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari, memberikan gambaran konkret mengenai praktik Nabi Muhammad SAW ketika menyambut kelahiran seorang bayi. Dalam hadis ini, Abu Musa Al-Asy'ari membawa putranya yang baru lahir kepada Rasulullah SAW. Respon Rasulullah tidak hanya terbatas pada menyambut kedatangan bayi tersebut, tetapi juga mengambil langkah-langkah penting yang menjadi sunnah dan tutunan bagi umat Islam hingga kini. Tindakan Rasulullah yang tercatat dalam hadis ini meliputi tiga aspek utama: pemberian nama, *tahnik* (mengusap langit-langit mulut bayi dengan kurma), dan doa keberkahan.

1. Pertama, hadis ini secara eksplisit menyebutkan tindakan Nabi Muhammad SAW memberikan nama Ibrahim kepada anak Abu Musa. Ini menegaskan anjuran kuat dalam Islam untuk memberikan nama yang baik kepada anak. Nama dalam Islam bukan sekedar identitas diri, tetapi juga doa dan harapan. Nama yang baik diharapkan dapat membawa pengaruh positif bagi kepribadian dan perjalanan hidup anak. Pemilihan nama seringkali terinspirasi dari nama-nama para nabi, sahabat, tokoh-

tokoh saleh, atau nama-nama yang memiliki makna terpuji dalam bahasa Arab. Tradisi ini menunjukkan bahwa nama memiliki nilai spiritual dan psikologis yang signifikan dalam membentuk identitas individu sejak dini.

2. Kedua, hadis tersebut menjelaskan tindakan *tahnik* yang dilakukan Rasulullah SAW, yaitu mengusap langit-langit mulut bayi dengan kurma. Praktik *tahnik* ini memiliki dimensi simbolik dan mungkin juga manfaat kesehatan. Secara simbolik, *tahnik* dapat diartikan sebagai upaya pertama kali mengenalkan bayi pada rasa manis yang alami, yang melambangkan kebaikan dan keberkahan dalam hidupnya. Dari sudut pandang kesehatan, beberapa penelitian modern menunjukkan bahwa pemberian sedikit kurma atau madu kepada bayi baru lahir dapat memberikan energi instan dan manfaat nutrisi. Meskipun demikian, praktik *tahnik* lebih utama dilihat sebagai bagian dari sunnah Nabi dan bukan semata-mata praktik medis.
3. Ketiga, Rasulullah SAW dalam hadis ini juga mendoakan keberkahan bagi bayi Ibrahim. Doa merupakan senjata utama bagi seorang muslim. Mendoakan bayi yang baru lahir adalah bentuk perhatian dan kasih sayang orang dewasa, sekaligus permohonan kepada Allah SWT agar bayi tersebut tumbuh menjadi anak yang saleh, sehat, dan bahagia. Doa keberkahan ini merupakan cerminan harapan komunitas muslim untuk generasi penerus yang berkualitas dan berakhlak mulia.

Apabila kita Merujuk pada hadis lain yang disebutkan dalam permintaan, yaitu yang memberikan keterangan bahwa tradisi ini tidak hanya memotong rambut tetapi juga memberi nama, hal ini menunjukkan bahwa rangkaian tradisi kelahiran bayi dalam Islam bersifat komprehensif. Meskipun hadis spesifik mengenai pemotongan rambut tidak disebutkan secara eksplisit dalam teks yang diberikan, praktik pemotongan rambut bayi (biasanya pada hari ketujuh kelahiran, bersamaan dengan aqiqah) adalah tradisi yang dikenal luas dalam Islam. Tradisi ini juga memiliki makna simbolik dan sosial, selain potensi manfaat kebersihan dan kesehatan. Keterkaitan antara pemotongan rambut dan pemberian nama menandakan bahwa tindakan kedua ini merupakan bagian dari satu rangkaian ibadah dan tradisi yang dilakukan untuk menyambut kelahiran bayi.

Memberi nama yang baik dalam perspektif Islam bukan hanya soal memilih nama yang indah dan bermakna positif, tetapi juga berkaitan dengan ketetapan Allah yang telah menuliskan nama-nama manusia sejak zaman azali. Memberikan nama sesuai dengan ketetapan Allah berarti menyadari bahwa setiap nama yang diberikan kepada seorang anak adalah bagian dari takdir dan ketentuan-Nya yang sudah tercatat di Lauh Mahfuzh.

Islam mengajarkan bahwa segala sesuatu, termasuk nama setiap individu, telah ditentukan oleh Allah SWT sejak sebelum kelahiran mereka. Allah berfirman dalam Al-Qur'an: *"Dan tidak ada seorang pun yang mengetahui apa yang akan dikerjakannya esok, dan tidak ada seorang pun yang mengetahui di bumi mana dia akan mati.*

Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal." (QS. Luqman: 34), segala yang terjadi di dunia, termasuk pemberian nama, merupakan bagian dari takdir Allah yang telah ditetapkan. Memberikan nama yang baik adalah bentuk kepasrahan dan pengakuan terhadap ketetapan Allah, sekaligus doa agar anak tersebut dapat menjalani hidup sesuai dengan takdir-Nya yang terbaik. Nama yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya, meskipun diambil dari pilihan yang baik dan penuh harapan, pada akhirnya adalah bagian dari ketetapan Ilahi yang telah Allah tentukan jauh sebelum kelahiran.

Rasulullah SAW juga mengajarkan agar umatnya memberi nama yang baik dengan mengacu pada nama-nama yang memiliki makna mulia, karena nama bukan hanya sekadar identitas duniawi, tetapi juga bisa mencerminkan doa dan harapan orang tua untuk anaknya. Dalam hadis yang diriwayatkan oleh Abu Dawud, Nabi Muhammad SAW bersabda: *"Sesungguhnya kalian akan dipanggil pada hari kiamat dengan nama-nama kalian dan nama-nama ayah kalian, maka perbaguslah nama-nama kalian."* (HR. Abu Dawud)

4) Membiasakan Hidup Yang Bersih Dan Suci;

Islam, sebagai agama yang *rahmatan lil alamin*,memberikan panduan komprehensif dalam setiap aspek kehidupan manusia, termasuk kesehatan. Ajaran Islam pentingnya menjaga kesehatan sebagai wujud syukur atas nikmat Allah SWT dan sebagai sarana untuk menjalankan ibadah serta aktivitas duniawi secara optimal. Pola hidup sehat dalam Islam bukan sekedar anjuran, melainkan sebuah keharusan yang diwujudkan dalam berbagai ajaran dan

praktik Rasulullah SAW. Hidup sehat menurut perspektif Islam adalah jalan kebahagiaan, keberkahan, kemanfaatan, dan ketenangan jiwa, sebuah tujuan ideal yang diidamkan setiap Muslim[425].

Kesehatan dalam Islam memiliki kedudukan yang sangat vital. Kondisi fisik dan mental yang prima adalah prasyarat untuk dapat menikmati hidup yang berkualitas dan menjalankan perintah Allah SWT dengan sebaik-baiknya[426]. Ketidakmampuan seseorang dalam menjaga kesehatan dapat menghambat pelaksanaan ibadah dan aktivitas sehari-hari, sehingga tujuan hidup yang lebih besar sulit dicapai. Rasulullah SAW sebagai suri teladan umat Islam, telah memberikan contoh nyata mengenai pola hidup sehat yang patut diikuti dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu aspek penting dalam pola hidup sehat Islami adalah pengaturan pola makan. Ajaran Islam sangat menekankan prinsip moderasi dalam makan dan minum. Rasulullah SAW mengajarkan umatnya untuk tidak makan sebelum lapar dan berhenti sebelum kenyang[427]. Prinsip ini memiliki hikmah yang mendalam, yaitu menjaga keseimbangan sistem pencernaan dan mencegah timbulnya berbagai penyakit yang disebabkan oleh makan berlebihan. Islam juga mengajarkan adab makan dan minum yang meliputi duduk saat makan dan minum, menggunakan tangan kanan, serta mengucapkan basmalah sebelum memulai dan hamdalah setelah selesai[428]. Adab-adab ini tidak hanya bernilai spiritual, tetapi juga memiliki dimensi kesehatan, seperti makan sambil duduk yang lebih baik untuk pencernaan dan menggunakan tangan kanan yang lebih bersih.

Puasa sunnah merupakan praktik ibadah yang memiliki dimensi kesehatan yang signifikan dalam Islam. Rasulullah SAW mengajarkan umatnya untuk sering berpuasa sunnah, seperti puasa Senin-Kamis atau puasa Ayyamul Bidh[429]. Puasa tidak hanya berfungsi sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT, tetapi juga memiliki manfaat fisiologis bagi tubuh, seperti detoksifikasi, regulasi gula darah, dan peningkatan sensitivitas insulin[430]. Dengan berpuasa secara teratur, umat Islam dapat menjaga kesehatan tubuh dan mencegah berbagai penyakit kronis.

Selain pola makan dan puasa, Islam juga menekankan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Rasulullah SAW sangat menganjurkan umatnya untuk mandi minimal dua kali sehari, menjaga kebersihan mulut dan gigi dengan bersiwak atau menggosok gigi, serta mencuci tangan setelah bangun tidur dan sebelum makan[431]. Kebersihan dalam Islam bukan sekedar ritual lahiriah, namun juga mencerminkan kebersihan batin dan kesucian jiwa. Lingkungan yang bersih dan sehat juga merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan masyarakat.

Aktivitas fisik dan istirahat yang cukup juga merupakan bagian integral dari pola hidup sehat Islami. Islam tidak melarang umatnya untuk berolahraga, bahkan menegakkannya sebagai salah satu cara menjaga kesehatan dan kekuatan tubuh[432]. Olahraga secara teratur, minimal dua kali seminggu, dapat meningkatkan kebugaran kardiovaskular, memperkuat otot dan tulang, serta mengurangi risiko berbagai penyakit degeneratif. Selain aktivitas fisik, istirahat yang cukup juga sangat penting untuk pemulihan dan regenerasi sel tubuh. Rasulullah SAW mencontohkan tidur sebentar di siang hari

(*qailulah*) dan bangun lebih awal untuk beraktivitas[433]. Pola tidur yang teratur dan cukup dapat menjaga keseimbangan hormon, meningkatkan daya tahan tubuh, dan meningkatkan produktivitas.

Menjaga kesehatan mental dan emosional juga merupakan bagian penting dari pola hidup sehat Islami. Islam mengajarkan umatnya untuk menghindari stres berlebihan, rasa cemas yang berlarut-larut, dan penyakit hati lainnya. Cara-cara yang dianjurkan untuk menjaga kesehatan mental antara lain dengan memperbanyak dzikir dan berdoa kepada Allah SWT, membaca Al-Qur'an, bersabar dalam menghadapi cobaan, serta melakukan aktivitas sosial yang bermanfaat[434]. Ketenangan hati dan pikiran yang diperoleh melalui ibadah dan pendekatan diri kepada Allah SWT akan berdampak positif pada kesehatan fisik dan mental secara keseluruhan.

Seluruh ajaran mengenai pola hidup sehat dalam Islam ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surat al-A'raf : 31 yang berbunyi, " *Makan dan minumlah, dan janganlah berlebihan-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan-lebihan* ." Ayat ini menjadi landasan utama dalam memahami konsep moderasi dalam makan dan minum, yang merupakan salah satu pilar penting dalam pola hidup sehat Islami. Ayat ini tidak hanya sekedar mengatur pola makan, namun juga mengandung makna yang lebih luas, yaitu perintah untuk menjalani kehidupan yang seimbang dan tidak berlebihan dalam segala hal, termasuk dalam menjaga kesehatan.

Ayat al-A'raf : 31 ini menegaskan bahwa Islam sangat menganjurkan umatnya untuk mengonsumsi makanan dan

minuman yang baik, halal, dan bermanfaat bagi tubuh, serta menghindari segala sesuatu yang membahayakan kesehatan. Pola hidup sehat yang diajarkan Islam bukanlah sekadar tuntutan fisik, melainkan sebuah upaya holistik yang mencakup aspek fisik, mental, dan spiritual. Tujuan utama dari pola hidup sehat Islami adalah agar seorang muslim dapat menjalankan ibadah dan aktivitas kehidupan dengan baik, serta mewujudkan kebenaran dan menciptakan kehidupan yang bahagia, bermanfaat, dan sejahtera di dunia dan akhirat.

5) Memberi ASI Sampai Usia Dua Tahun

Bagi seorang ibu, proses menyusui bukan sekadar memberikan nutrisi kepada sang buah hati, melainkan juga sebuah pengalaman ruhani yang mendalam. Perjuangan setiap ibu dalam memberikan ASI eksklusif, didasari oleh kasih sayang yang tulus dan memaafkan keibuan yang kuat. Dorongan ini semakin diperkuat dengan anjuran kesehatan modern mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, yang dilanjutkan hingga usia dua tahun dengan pemberian makanan pendamping ASI (MPASI). Menariknya, anjuran ini telah termaktub dalam kitab suci Al-Quran sejak lebih dari 14 abad silam, jauh sebelum ilmu kesehatan modern mencapai pemahaman yang sama.

Al-Quran secara gamblang menyebutkan anjuran menyusui hingga usia dua tahun dalam surat Al-Baqarah ayat 233. Allah SWT berfirman, yang artinya, " *Dan ibu-ibu hendaklah menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, bagi siapa yang ingin menyempurnakan penyusuan* ." Ayat ini memberikan panduan yang

jelas mengenai durasi ideal pemberian ASI, yaitu dua tahun penuh bagi ibu yang ingin meningkatkan proses penyusuan. Anjuran ini diperkuat dengan surat Al-Ahqaf ayat 15 yang menandakan masa penyapihan setelah usia 30 bulan. Para ulama dan ahli tafsir menjelaskan bahwa makna 30 bulan dalam ayat ini mencakup masa kehamilan minimal yang dianggap cukup bagi janin untuk lahir sehat, yaitu enam bulan. 24 bulan berikutnya merupakan masa ideal untuk menyusui. Kejelasan anjuran menyusui dalam Al-Quran ini menunjukkan betapa pentingnya ASI bagi tumbuh kembang bayi, sebuah hikmah yang baru dibuktikan secara ilmiah oleh ilmu kesehatan modern belakangan ini. Manfaat menyusui bagi kesehatan bayi dan ibu telah banyak dikaji dan dipublikasikan melalui berbagai media. ASI tidak hanya mengandung nutrisi lengkap dan ideal untuk bayi, tetapi juga mengandung antibodi yang melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi. Selain manfaat kesehatan fisik, menyusui juga memiliki dampak positif terhadap perkembangan karakter Islami anak. Bayi adalah pembelajar ulung yang sangat responsif terhadap lingkungannya, terutama ibunya. Selama proses menyusui, bayi menerima berbagai rangsangan sensorik, termasuk sentuhan, suara, dan aroma ibu. Stimulus ini tidak terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mencakup emosi dan ketenangan ibu. Kondisi emosi ibu saat menyusui dapat mempengaruhi suasana batin bayi. Ibu yang menyusui dengan tenang dan penuh kasih sayang akan menciptakan lingkungan yang positif bagi perkembangan emosi bayi.

Dalam sejarah Islam, kita menemukan kisah-kisah inspiratif tentang para ibu ulama besar yang sangat menghayati proses menyusui.

Mereka tidak hanya memandang menyusui sebagai kewajiban biologis, tetapi juga sebagai kesempatan emas untuk menanamkan nilai-nilai spiritual pada jiwa anak sejak dini. Dikisahkan bahwa para ibu ulama besar memiliki kesenangan tersendiri dalam menyusui dalam waktu yang lama. Hal ini dikarenakan mereka menyadari bahwa momen menyusui adalah waktu yang tepat untuk mendengarkan ayat-ayat suci Al-Quran kepada bayi mereka. Saat ibu melantunkan kalam ilahi dengan lembut di dekat telinga bayi, suara merdu ayat-ayat Al-Quran akan meresap ke dalam jiwa bayi, memberikan nuansa ruhani yang mendalam sejak usia belia. Beberapa riwayat menyebutkan bahwa para ibu dari ulama besar selalu menjaga wudhu saat menyusui. Kebiasaan ini menunjukkan upaya ibu untuk menjaga kesucian diri dan lingkungan saat memberikan nutrisi kepada bayi, sekaligus memohon keberkahan dari Allah SWT dalam setiap tetes ASI yang diberikan.

6) Khitan

Khitan, atau sirkumsisi, merupakan praktik pemotongan kulit ujung penis pada laki-laki dan sebagian kecil klitoris pada perempuan. Dalam tradisi Islam, khitan bukanlah sekadar tindakan medis, melainkan memiliki dimensi spiritual dan historis yang mendalam. Ajaran mengenai khitan ini berakar kuat pada perintah Allah Subhanahu wa Ta'ala kepada Nabi Ibrahim Alaihissallam,menjadikannya sebagai salah satu syariat penting dalam agama yang hanif.

Al-Quran secara eksplisit menyebutkan khitan sebagai bagian dari “kalimat” atau perintah dan larangan yang diwahyukan kepada

Nabi Ibrahim. Allah *Subhanahu wa Ta'ala* berfirman dalam Surat Al-Baqarah ayat 124: *Dan (ingatlah), ketika Ibrahim menguji Tuhannya dengan beberapa kalimat (perintah dan larangan), lalu Ibrahim menunaikannya. Allah berfirman: "Sesungguhnya Aku akan menjadikanmu imam bagi seluruh manusia". Ibrahim berkata: "(Dan saya mohon juga) dari keturunanku". Allah berfirman: "JanjiKu (ini) tidak mengenai orang-orang yang lalim".* (QS. Al-Baqarah : 124).

Ayat ini mengindikasikan bahwa khitan termasuk dalam serangkaian ujian atau perintah yang diterima oleh Nabi Ibrahim, dan dia berhasil melaksanakannya dengan sempurna. Kepatuhan Nabi Ibrahim dalam menjalankan perintah-perintah Allah, termasuk khitan, menjadi dasar penetapan beliau sebagai imam dan teladan bagi seluruh umat manusia. Khitan ditegaskan sebagai bagian dari *fitrah* atau kesejahteraan yang lurus dalam hadis-hadis Nabi Muhammad *Shallallahu 'alaihi wa sallam*.Dari Abu Hurairah *Radhiyallahu 'anhu* meriwayatkan bahwa Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda: *"Lima dari fitrah yaitu khitan, istihdad (mencukur bulu kemaluan), mencabut bulu ketiak, memotong kuku dan mencukur kumis."* Hadis senada juga diriwayatkan dari Ammar bin Yasir *Radhiyallahu 'anhu* dalam Musnad Ahmad, yang menyebutkan khitan sebagai salah satu bagian dari *fitrah* bersama dengan praktik kebersihan diri lainnya seperti berkumur, istinsyaq (membersihkan hidung), bersiwak, dan bersuci.[435]

Konsep *fitrah* dalam konteks ini Merujuk pada disposisi alami manusia yang telah Allah *Subhanahu wa Ta'ala* tanamkan, yang mana praktik-praktik *fitrah* ini sejalan dengan kesempurnaan sifat

manusia dan tidak memerlukan perintah syariat yang memaksa karena sudah inheren disukai oleh pemrosesan yang sehat. Ibnul Qayyim *rahimahullah* menjelaskan bahwa *fitrah* terbagi menjadi dua: *fitrah* yang berhubungan dengan hati, yaitu *makrifatullah* (mengenal Allah) dan mencintai-Nya; serta *fitrah amaliah*,yaitu praktik-praktik seperti khitan dan kebersihan diri yang disebutkan dalam hadis. Kedua aspek *fitrah* ini saling melengkapi, di mana *fitrah* hati membersihkan ruh dan kalbu, sementara *fitrah amaliah* membersihkan badan.[436] Khitan, dalam pandangan Ibnul Qayyim, merupakan pokok dari *fitrah amaliah* yang berkaitan dengan penyucian badan.

Secara historis, khitan berawal dari ajaran Nabi Ibrahim *Alaihissallam*.Sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah *Radhiyallahu 'anhu* menyebutkan bahwa Nabi Ibrahim *Alaihissallam* berkhitan setelah berusia delapan puluh tahun.[437] Tradisi khitan ini kemudian berlanjut pada para rasul dan pengikut mereka, termasuk Nabi Isa *Alaihissallam* (Al-Masih). Apalagi kalangan Nasrani pada masa awal mengakui dan tidak mengingkari praktik khitan ini, sama seperti mereka mengakui beberapa syariat lainnya yang berasal dari tradisi Ibrahimiyah.

Khitan memiliki beragam hikmah dan faedah, baik dari sisi agama, kesehatan, maupun sosial. Beberapa di antaranya adalah:

1. Kemuliaan Syariat dan Tanda Kehambaan: Khitan merupakan syariat yang mulia dan menjadi ciri khas agama Hanif yang dibawa oleh Nabi Ibrahim *Alaihissallam*.Praktik ini menjadi tanda *'ubudiyah* (penghambaan diri) kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala*.sama dengan tanda pada budak yang menunjukkan

kepemilikan, khitan menjadi tanda pengakuan seorang hamba terhadap Allah sebagai Tuhannya.[438] Allah *Subhanahu wa Ta'ala* menyebutkan dalam Al-Quran: *"Shibghah Allah. Dan siapakah yang lebih baik shibghahnya selain Allah? Dan hanya kepada-Nya lah kami menyembah."* (Al-Baqarah : 138). Khitan dapat dipandang sebagai “celupan” Allah, yaitu tanda keislaman yang melekat pada diri seorang Muslim.

2. Kesucian dan Kebersihan: Khitan berperan penting dalam menjaga kesucian dan kebersihan diri. Dengan dihilangkannya kulup pada penis, area tersebut menjadi lebih mudah dibersihkan dari kotoran dan sisa-sisa air seni yang dapat menjadi media pertumbuhan bakteri dan jamur.
3. Menetralkan Syahwat dan Ketenangan Batin: Dalam konteks khitan perempuan, disebutkan bahwa praktik ini dapat menetralkan atau menyeimbangkan nafsu syahwat. Pandangan ini didasarkan pada pemahaman bahwa kulup klitoris yang tidak dikhitan dapat meningkatkan sensitivitas berlebihan yang berpotensi mengarah pada perilaku hiperseksual. Sebaliknya, khitan yang dilakukan secara moderat diyakini dapat membawa ketenangan dan kepuasan dalam hubungan suami istri.[439]
4. Mencerahkan Wajah dan Kepuasan Pasangan: Khusus bagi perempuan yang dikhitan, terdapat pandangan bahwa praktik ini dapat mencerahkan wajah dan meningkatkan kepuasan pasangan. Sebuah hadis dari Ummu Athiah menyebutkan anjuran Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* kepada seorang perempuan pengkhitan di Madinah untuk tidak berlebihan

dalam melakukan khitan, karena hal tersebut lebih baik bagi perempuan dan lebih disukai suami.[440]

5. Menjauhkan dari Setan: Tempat-tempat kotor seringkali diasosiasikan sebagai tempat bersemayamnya setan. Kulup yang tidak dikhitan dianggap sebagai salah satu tempat kotor yang berpotensi menjadi sarang setan. Dengan berkhitan, diharapkan seorang muslim dapat terhindar dari gangguan setan yang mungkin meniupkan waswas atau godaan melalui kemaluan.

   Pelaksanaan khitan memiliki tiga kategori waktu:

   1. Waktu Wajib: Ketika seseorang mencapai usia baligh dan telah diwajibkan melaksanakan ibadah. Khitan menjadi wajib setelah baligh bagi mereka yang belum dikhitan sebelumnya.
   2. Waktu penayangan: Masa *itsghar*,yaitu usia ketika seorang anak sudah dianjurkan untuk melaksanakan shalat. Pada usia ini, khitan disunnahkan untuk dilaksanakan.
   3. Waktu Diperbolehkan: Semua waktu selain waktu wajib dan direkomendasikan. Artinya, khitan boleh dilaksanakan kapan saja sepanjang hidup, terutama sebelum baligh atau setelah baligh jika belum sempat dikhitan.[441]

Masa Kanak-Kanak

a. Masa kanak-kanak (at-thifl).

Masa kanak-kanak, dalam bahasa Arab dikenal dengan istilah *at-thifl*,merupakan periode fundamental dalam rentang kehidupan manusia. Periode ini bukan sekadar fase transisi menuju kedewasaan, melainkan sebuah tahapan kritis yang membentuk landasan bagi perkembangan fisik, kognitif, emosional, sosial, dan

spiritual individu. Dalam perspektif Islam, masa *at-thifl* dipandang sebagai amanah agung dari Allah SWT yang harus dijaga dan dididik dengan penuh tanggung jawab.

Secara etimologis, *at-thifl* dalam bahasa Arab Merujuk pada anak kecil, bayi, atau anak yang masih dalam usia pertumbuhan awal. Lebih dari sekedar definisi linguistik, istilah ini mengandung makna psikologis dan sosial yang mendalam. Masa *at-thifl* mencakup rentang usia sejak kelahiran hingga pubertas, meskipun batasan usia yang lebih spesifik seringkali dibedakan berdasarkan tahapan perkembangan. Para ahli perkembangan anak umumnya membagi masa kanak-kanak menjadi beberapa subtahapan, seperti masa bayi (0-2 tahun), masa prasekolah (3-5 tahun), dan masa sekolah dasar (6-12 tahun)[442]. Setiap tahapan memiliki karakteristik perkembangan yang unik dan membutuhkan pendekatan pendidikan yang berbeda pula.

Signifikansi masa *at-thifl* terletak pada masa emas (*golden age*) dalam perkembangan manusia. Pada masa ini, otak anak mengalami perkembangan yang sangat pesat, koneksi antar neuron terbentuk dengan cepat, dan berbagai keterampilan dasar seperti bahasa, motorik, sosial, dan emosional mulai dikuasai. Pengalaman dan stimulasi yang diterima anak pada masa *at-thifl* akan membentuk arsitektur otaknya dan menentukan perjalanan perkembangannya di masa depan[443]. Kurangnya stimulasi atau pengalaman negatif pada masa ini dapat memiliki dampak yang merugikan dan sulit diperbaiki di kemudian hari.

Memahami tahapan perkembangan masa *at-thifl* adalah kunci untuk memberikan pendidikan dan pengasuhan yang tepat. Secara

umum, tahapan perkembangan anak dapat dipecah menjadi beberapa aspek:

1. Perkembangan Fisik: Pada masa -*masa sulit*,pertumbuhan fisik sangat cepat, terutama pada masa bayi. Keterampilan motorik kasar dan halus berkembang secara bertahap, memungkinkan anak untuk bergerak, bermain, dan berinteraksi dengan lingkungannya. Gizi yang baik dan stimulasi gerak yang cukup sangat penting untuk mendukung perkembangan fisik yang optimal[444].
2. Perkembangan Kognitif: Masa *at-thifl* adalah periode perkembangan kognitif yang luar biasa. Anak mulai belajar bahasa, mengembangkan kemampuan berpikir logistik sederhana, memecahkan masalah, dan memahami konsep-konsep dasar tentang dunia di sekitarnya. Bermain, eksplorasi, dan interaksi sosial sangat penting untuk merangsang perkembangan kognitif anak[445].
3. Perkembangan Emosional: Pada masa *at-thifl*,anak mulai mengembangkan kesadaran diri, mengenali dan mengungkapkan emosi, serta belajar mengatur emosinya. Hubungan yang hangat dan aman dengan orang tua atau pengasuh, serta pengalaman sosial yang positif, sangat penting untuk perkembangan emosional yang sehat. Kemampuan mengenali dan mengelola emosi adalah landasan bagi kecerdasan emosional di kemudian hari[446].
4. Perkembangan Sosial: Masa *at-thifl* adalah masa anak belajar berinteraksi dengan orang lain, membangun hubungan sosial,

memahami aturan sosial, dan mengembangkan kemampuan kerjasama. Bermain dengan teman sebaya, berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, dan mendapatkan bimbingan dari orang dewasa membantu anak mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk berinteraksi secara efektif dalam masyarakat[447].

5. Perkembangan Spiritual: Meskipun seringkali kurang diperhatikan, perkembangan spiritual juga dimulai sejak masa *at-thifl*.Anak mulai rasa ingin tahu tentang hal-hal berkembang yang bersifat transenden, belajar tentang nilai-nilai moral dan agama, serta membangun hubungan dengan Tuhan. Pengenalan nilai-nilai agama dan mengamalkan ibadah yang sederhana sejak dini dapat membentuk fondasi spiritual yang kuat bagi anak[448].

Islam menempatkan masa kanak-kanak pada posisi yang sangat istimewa. Anak-anak dipandang sebagai anugerah dan amanah dari Allah SWT yang harus dijaga, dicintai, dan dididik dengan sebaik-baiknya. Al-Quran dan Hadis memberikan panduan yang jelas tentang hak-hak anak dan tanggung jawab orang tua serta masyarakat terhadap mereka.

Al-Quran secara eksplisit menyebutkan tentang pentingnya anak sebagai perhiasan kehidupan dunia dan penyejuk hati. Dalam surat Al-Kahfi ayat 46, Allah SWT berfirman: *"Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amalan-amalan yang kekal lagi saleh adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan."* (QS. Al-Kahfi : 46), anak-anak adalah

bagian penting dari kehidupan dunia yang memberikan keindahan dan kebahagiaan. Namun, Islam juga mengingatkan bahwa anak-anak adalah amanah yang kelak akan dimintai pertanggungjawaban di hadapan Allah SWT. Pendidikan dan pengasuhan anak harus dilakukan dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Rasulullah SAW juga memberikan teladan yang sangat indah dalam memperlakukan anak-anak. Beliau sangat menyayangi anak-anaknya, menunjukkan kasih sayangnya kepada mereka, dan tidak pernah meremehkan mereka. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Muslim, disebutkan bahwa Rasulullah SAW pernah mencium cucunya, Hasan bin Ali, di depan seorang sahabat bernama Al-Aqra' bin Habis. Al-Aqra' merasa heran dan berkata, *"Aku mempunyai sepuluh orang anak, tidak ada seorang pun di antara mereka yang pernah aku cium*." Rasulullah SAW kemudian bersabda, *"Barangsiapa yang tidak menyayangi, maka tidak akan disayangi*."[449] Hadis ini menekankan pentingnya kasih sayang dan perhatian terhadap anak-anak. Ekspresi kasih sayang, seperti mencium dan memeluk anak, merupakan bagian penting dari pengasuhan yang sehat dan dapat membangun hubungan yang kuat antara orang tua dan anak.

Selain kasih sayang, Islam juga menekankan pentingnya pendidikan bagi anak-anak. Pendidikan tidak hanya terbatas pada aspek intelektual, tetapi juga mencakup aspek moral, spiritual, dan sosial. Orang tua wajib mendidik anak-anaknya agar mengenal Allah SWT, menjalankan ajaran agama, berakhlak mulia, dan menjadi anggota masyarakat yang bermanfaat. Rasulullah SAW bersabda:

"Setiap kamu adalah pemimpin dan setiap kamu akan dimintai pertanggungjawaban atas kepemimpinannya."[450] Hadis ini mengingatkan bahwa setiap orang tua adalah pemimpin bagi keluarganya, termasuk anak-anaknya, dan akan dimintai tanggung jawab atas bagaimana mereka mendidik dan mengasuh anak-anaknya.

Masa kanak-kanak (at-thifl) memiliki peran sentral dalam pembentukan generasi madani, yaitu generasi yang beradab, berilmu, berakhlak mulia, dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dan peradaban. Investasi terbaik dalam membangun generasi madani adalah dengan memberikan pendidikan dan pengasuhan yang berkualitas pada masa *at-thifl* .

Pendidikan pada masa *at-thifl* harus holistik dan komprehensif, mencakup semua aspek perkembangan anak, baik fisik, kognitif, emosional, sosial, maupun spiritual. Pendidikan karakter dan penanaman nilai-nilai Islam harus menjadi prioritas utama. Anak-anak perlu diajarkan tentang keimanan, ibadah, akhlakul karimah, kasih sayang, kejujuran, tanggung jawab, dan nilai-nilai luhur lainnya yang menjadi landasan bagi kehidupan yang bermakna dan bermanfaat.

Lingkungan keluarga yang harmonis dan penuh kasih sayang merupakan faktor kunci dalam keberhasilan pendidikan masa *at-thifl*.Orang tua memiliki peran utama sebagai pendidik pertama dan utama bagi anak-anak mereka. Keterlibatan aktif orang tua dalam pendidikan anak, komunikasi yang efektif, dan teladan yang baik dari orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak.

Selain keluarga, lingkungan pendidikan formal seperti sekolah dasar dan sekolah dasar juga memiliki peran penting dalam pendidikan masa *at-thifl*.Lembaga-lembaga pendidikan ini harus dirancang agar ramah anak, menyenangkan, dan mampu mengembangkan potensi anak secara optimal. Guru-guru yang berkualitas, kurikulum yang relevan, serta metode pembelajaran yang inovatif dan interaktif sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan belajar yang efektif dan menarik bagi anak-anak.

b. Masa tamyiz, (fase di mana anak mulai mampu membedakan yang baik dan yang buruk, yang benar dan yang salah).

Masa perkembangan anak merupakan periode yang kompleks dan bertahap, di mana setiap fase memiliki karakteristik dan tantangan tersendiri. Salah satu fase penting yang menandai kemajuan signifikan dalam perkembangan anak adalah masa *depan*. Secara etimologis, *tamyiz* berasal dari bahasa Arab yang berarti "membedakan" atau "memilah". Dalam konteks perkembangan anak, *tamyiz* Merujuk pada fase di mana seorang anak mulai memiliki kemampuan kognitif dan moral untuk membedakan antara yang baik dan buruk, benar dan salah, serta bermanfaat dan mudarat. Fase ini menjadi landasan penting bagi pembentukan karakter, nilai-nilai, dan pemahaman etika pada diri anak di masa mendatang.

Masa *tamyiz* umumnya diidentifikasi mulai muncul pada usia sekitar tujuh tahun, meskipun rentang usia ini dapat bervariasi antar individu tergantung pada berbagai faktor seperti lingkungan pengasuhan, pendidikan, dan kematangan individu anak itu sendiri.

Pada fase ini, perkembangan kognitif anak telah mencapai tingkat yang memungkinkan mereka untuk berpikir lebih logis dan abstrak dibandingkan fase-fase sebelumnya. Anak mulai mampu memahami konsep-konsep seperti sebab-akibat, konsekuensi dari tindakan, serta norma-norma sosial yang berlaku di lingkungan sekitarnya. Perkembangan otak, khususnya pada bagian korteks prefrontal yang bertanggung jawab atas fungsi eksekutif seperti perencanaan, pengambilan keputusan, dan kontrol impuls, juga berperan dalam memfasilitasi kemampuan *tamyiz* ini[451].

Ciri khas anak yang memasuki masa *tamyiz* adalah meningkatnya rasa ingin tahu dan kemampuan bertanya yang lebih kompleks. Mereka tidak lagi hanya bertanya "apa" atau "siapa", tetapi mulai menilai "mengapa" dan "bagaimana". Pertanyaan-pertanyaan ini mencerminkan upaya anak untuk memahami alasan di balik aturan, nilai, dan perilaku yang mereka amati. Misalnya, seorang anak di masa *tamyiz* mungkin bertanya, *"Mengapa mencuri itu tidak boleh?" atau "Apa akibatnya jika kita berbohong?".* Pertanyaan-pertanyaan semacam ini menunjukkan bahwa anak sedang aktif membangun kerangka moralnya sendiri dan berusaha untuk membenarkan perilaku yang dianggap baik atau buruk berdasarkan pemahaman yang mulai mereka kembangkan.

Selain perkembangan kognitif, masa *tamyiz* juga ditandai dengan perkembangan aspek moral yang signifikan. Anak mulai sensitif terhadap konsep keadilan, kejujuran, dan empati. Mereka mulai memahami bahwa tindakan mereka tidak hanya berdampak pada diri mereka sendiri, tetapi juga pada orang lain di sekitar mereka.

Pada fase ini, peran orang tua dan lingkungan sangat krusial dalam membimbing perkembangan moral anak. Pemberian contoh perilaku yang baik, penjelasan yang rasional mengenai nilai-nilai moral, serta konsistensi dalam penerapan aturan dan konsekuensi menjadi faktor-faktor penting dalam menstimulasi perkembangan *tamyiz* yang positif. Penelitian dalam bidang psikologi perkembangan menunjukkan bahwa anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang suportif, penuh kasih sayang, dan memberikan batasan yang jelas cenderung memiliki perkembangan moral yang lebih baik[452].

Dalam perspektif Islam, masa *tamyiz* memiliki kedudukan yang penting. Fase ini dianggap sebagai permulaan anak memasuki usia *mukallaf* atau usia di mana individu mulai dibebankan kewajiban agama, meskipun belum sepenuhnya. Rasulullah SAW bersabda dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Abu Daud, " *Diangkat pena (tidak dicatat amal) dari tiga golongan: dari anak kecil hingga ia baligh, dari orang tidur hingga ia bangun, dan dari orang gila hingga ia berakal.* " Hadis ini mengisyaratkan bahwa anak sebelum mencapai usia baligh belum sepenuhnya bertanggung jawab atas perbuatan mereka dalam konteks hukum agama, namun masa *tamyiz* menjadi tahapan awal persiapan menuju tanggung jawab tersebut.

Penting untuk dicatat bahwa meskipun masa *tamyiz* menandai perkembangan yang signifikan, anak pada fase ini masih memerlukan bimbingan dan arahan dari orang dewasa. Pemahaman mereka mengenai baik dan buruk masih dalam tahap

perkembangan dan rentan dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Pendidikan moral dan agama yang tepat pada masa ini menjadi investasi berharga bagi pembentukan karakter anak di masa depan. serupa firman Allah SWT dalam Al-Quran surat Luqman ayat 13, yang mengingatkan tentang pentingnya pendidikan tauhid dan akhlak kepada anak sejak dini: " *Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar"* ." (QS. Luqman : 13). Ayat ini menekankan pentingnya menanamkan nilai-nilai keimanan dan menghindari perbuatan buruk sejak usia dini, yang relevan dengan konsep masa *tamyiz* sebagai fase awal pemahaman anak terhadap nilai-nilai tersebut.

c. Pengembangan Ajaran-Ajaran Normatif Agama Melalui Institusi Sekolah, Baik Yang Berkenaan Dengan Aspek Kognitif, Afektif, Maupun Psikomotorik.

Agama, sebagai sistem kepercayaan dan praktik yang diselenggarakan, memainkan peran sentral dalam membentuk nilai, moral, dan pandangan dunia individu serta masyarakat secara luas. Dalam konteks modern, institusi pendidikan, khususnya sekolah, memegang peranan krusial dalam meneruskan dan mengembangkan ajaran-ajaran normatif agama kepada generasi muda. Proses ini melibatkan pengembangan tiga aspek utama dalam diri peserta didik: kognitif, afektif, dan psikomotorik. Pengembangan yang mencakup aspek ketiga ini di sekolah menjadi

fondasi penting bagi pemahaman dan pengamalan agama yang mendalam dan bermakna.

Pengembangan aspek kognitif dalam pendidikan agama di sekolah fokus pada penanaman pengetahuan dan pemahaman yang rasional dan sistematis mengenai ajaran agama. Meliputi pengenalan terhadap kitab suci, prinsip-prinsip teologis, sejarah agama, etika, hukum-hukum agama, serta berbagai interpretasi dan pemikiran keagamaan yang berkembang. Proses pembelajaran kognitif ini sering kali melibatkan metode ceramah, diskusi, membaca teks-teks keagamaan, dan analisis kritis terhadap doktrin dan konsep-konsep agama. Tujuan utamanya adalah agar peserta didik memiliki dasar pengetahuan yang kuat dan mampu memahami ajaran agama secara intelektual. Misalnya, pembelajaran mengenai konsep ketauhidan dalam Islam tidak hanya terbatas pada penghafalan kalimat *la ilaha illa Allah*,tetapi juga melibatkan pemahaman mendalam mengenai makna keesaan Allah, sifat-sifat-Nya, dan implikasinya dalam kehidupan seorang Muslim. Pendidikan kognitif ini membekali peserta dididik dengan kemampuan berpikir secara logis dan sistematis tentang agama, membedakan antara informasi yang valid dan tidak valid, serta mengembangkan pemahaman yang rasional tentang keyakinan mereka.

Selain aspek kognitif, pengembangan afektif juga mendapatkan perhatian yang signifikan dalam pendidikan agama di sekolah. Aspek afektif berkaitan dengan pembentukan sikap, nilai, emosi, dan apresiasi terhadap agama. Pendidikan afektif bertujuan untuk

menumbuhkan kecintaan terhadap agama, mengembangkan kesadaran spiritual, memperkuat identitas keagamaan, dan menumbuhkan nilai-nilai moral dan etika yang bersumber dari ajaran agama. Metode pembelajaran afektif sering kali melibatkan kegiatan-kegiatan yang menggugah emosi dan perasaan, seperti kisah-kisah inspiratif dari tokoh agama, nyanyian atau musik religi, drama atau teater yang menggambarkan nilai-nilai agama, serta kegiatan refleksi dan kontemplasi. Pentingnya pengembangan afektif ini adalah untuk memastikan bahwa ajaran agama tidak hanya dipahami secara intelektual, tetapi juga dihayati dan diresapi dalam hati, sehingga mampu membentuk karakter dan perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai agama. Misalnya, melalui kisah Nabi Ibrahim AS yang rela mengorbankan putranya, peserta didik diharapkan tidak hanya memahami kisah tersebut secara historis, tetapi juga mampu meneladani nilai ketaatan, pengorbanan, dan kepercayaan kepada Tuhan yang terkandung di dalamnya.

Pengembangan aspek psikomotorik dalam pendidikan agama di sekolah fokus pada pembentukan keterampilan dan kemampuan praktis yang berkaitan dengan ibadah dan amalan keagamaan. Aspek ini meliputi pelatihan tata cara ibadah yang benar, seperti shalat, puasa, zakat, dan haji dalam Islam, atau ritual-ritual keagamaan lainnya sesuai dengan agama masing-masing. Aspek psikomotorik juga mencakup pengembangan keterampilan membaca kitab suci (seperti membaca Al-Quran dengan tajwid dan tartil bagi Muslim), melafalkan doa-doa, serta melakukan praktik-praktik keagamaan lainnya yang melibatkan gerakan fisik dan

tindakan nyata. Pendidikan psikomotorik ini memastikan bahwa peserta didik tidak hanya memahami teori agama, tetapi juga mampu mengamalkan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, melalui praktik shalat berjamaah di sekolah, peserta didik tidak hanya belajar tentang rukun dan syarat shalat, tetapi juga melatih kedisiplinan, kekompakan, dan kebersamaan dalam beribadah.

Pengembangan aspek ketiga ini kognitif, afektif, dan psikomotorik secara terpadu dan seimbang merupakan kunci keberhasilan pendidikan agama di sekolah. Ketika peserta didik memiliki pemahaman yang baik tentang ajaran agama (kognitif), merasakan kecintaan dan penghargaan terhadap agama (afektif), serta mampu mengamalkan ajaran agama dalam praktik kehidupan sehari-hari (psikomotorik), maka pendidikan agama dapat dikatakan berhasil mencapai tujuan. Integrasi aspek ketiga ini juga membantu mencegah terjadinya pemahaman agama yang parsial atau ekstrem, di mana seseorang hanya stres pada aspek kognitif tanpa menghayati nilai-nilai afektif, atau hanya mementingkan praktik ritualistik tanpa memahami esensi ajaran agama secara mendalam. Sekolah, sebagai institusi pendidikan formal, mempunyai tanggung jawab besar untuk memastikan bahwa pendidikan agama yang diberikan mampu mengembangkan potensi spiritual dan moral peserta didik secara holistik dan komprehensif.

Masa Dewasa dan Kehidupan Sosial

Masa baligh, atau yang juga dikenal dengan masa pubertas, merupakan masa perkembangan penting dalam kehidupan manusia

yang menandai transisi dari anak-anak menuju kedewasaan. Secara etimologis, kata "*baligh*" berasal dari bahasa Arab yang berarti "sampai" atau "mencapai," mengindikasikan tercapainya usia kematangan. Dalam konteks biologi, masa baligh ditandai dengan serangkaian perubahan fisik dan hormonal yang kompleks, yang mengarah pada kemampuan reproduksi. Namun, masa baligh tidak hanya sekedar perubahan fisik; ia juga melibatkan transformasi psikologis, sosial, dan agama yang signifikan

Perubahan biologi yang terjadi selama masa baligh dipicu oleh aktivitas hormon yang meningkat. Pada anak perempuan, ovarium mulai memproduksi estrogen dalam jumlah lebih besar, yang memicu perkembangan karakteristik seksual sekunder seperti pertumbuhan payudara, perkembangan pinggul, dan dimulainya menstruasi (menarche). Menarche adalah peristiwa penting yang menandai kemampuan reproduksi pada perempuan dan seringkali terjadi antara usia 10 hingga 16 tahun, meskipun rentang usia ini dapat bervariasi antar individu dan populasi.[453]

Pada anak laki-laki, testis mulai memproduksi testosteron dalam jumlah besar, yang bertanggung jawab atas perkembangan karakteristik seksual sekunder seperti pertumbuhan rambut wajah, perubahan suara menjadi lebih berat, dan perkembangan otot. Produksi sperma (spermatogenesis) juga dimulai, menandakan kemampuan reproduksi pada laki-laki.[454] Peristiwa penting lainnya pada laki-laki adalah *spermarche*,yaitu dimulainya produksi sperma, yang biasanya terjadi sedikit lebih lambat dibandingkan menarche

pada perempuan. Rentang usia *spermarche* umumnya antara 11 hingga 18 tahun.[455]

Pertumbuhan tinggi badan yang pesat (*growth spurt*) juga merupakan ciri khas masa baligh, baik pada perempuan maupun laki-laki. Hormon pertumbuhan dan hormon seks bekerja secara sinergis untuk memicu pertumbuhan tulang dan jaringan tubuh secara signifikan. Percepatan pertumbuhan ini biasanya lebih awal pada perempuan daripada laki-laki, namun laki-laki pada akhirnya cenderung mencapai tinggi badan yang lebih tinggi.[456]

Masa baligh bukan hanya fase perubahan fisik, tetapi juga periode gejolak emosional dan psikologis yang signifikan. Perubahan hormonal yang terjadi dapat mempengaruhi suasana hati (*mood*) dan emosi, sehingga remaja seringkali mengalami perubahan *mood* yang fluktuatif, sensitif, dan terkadang sulit dipahami oleh orang dewasa.[457] Remaja juga mulai mengembangkan kesadaran diri yang lebih mendalam dan mulai memahami identitas diri mereka. Mereka mulai berpikir tentang siapa diri mereka, apa nilai-nilai yang mereka miliki, dan bagaimana mereka ingin dilihat oleh orang lain.[458]

Proses pencarian identitas ini seringkali diwarnai dengan eksperimentasi dalam berbagai aspek kehidupan, seperti gaya berpakaian, minat, dan pergaulan. Remaja cenderung mencari kelompok teman sebaya yang dapat menerima dan memahami mereka, dan identitas kelompok menjadi sangat penting dalam fase ini. Konflik dengan orang tua juga mungkin meningkat selama masa baligh, karena remaja mulai mencari otonomi dan kemandirian,

sementara orang tua mungkin masih berusaha untuk mempertahankan kontrol dan perlindungan.[459]

Perubahan sosial yang menyertai masa baligh juga sangat signifikan. Secara sosial, remaja mulai memperluas lingkaran pergaulan mereka di luar keluarga dan lebih fokus pada hubungan dengan teman sebaya. Peer group menjadi sumber dukungan sosial yang penting, dan penerimaan oleh teman sebaya menjadi fokus utama. Remaja mulai keterampilan sosial yang lebih kompleks, termasuk mengembangkan kemampuan untuk bernegosiasi, bekerja sama, dan membangun hubungan yang lebih intim.[460]

Ketertarikan pada lawan jenis juga mulai muncul selama masa baligh, seiring dengan perkembangan hormon seks dan kesadaran akan seksualitas. Remaja mulai menjajaki hubungan romantis dan seksual, meskipun tingkat pemahaman dan kesiapan emosional untuk hubungan ini dapat sangat bervariasi. Tekanan dari teman sebaya dan media massa juga dapat mempengaruhi pandangan remaja tentang hubungan dan seksualitas.[461]

Dalam agama Islam, masa baligh memiliki arti penting yang sangat penting. Masa baligh menandai transisi dari masa anak-anak yang belum terbebani kewajiban agama (*ghairu mukallaf*) menjadi masa dewasa yang bertanggung jawab penuh atas pelaksanaan syariat Islam (*mukallaf*). Indikator utama masa baligh dalam Islam, selain usia tertentu (yang bervariasi menurut pendapat ulama), adalah mimpi basah (*ihtilam*) bagi laki-laki dan menstruasi (*haid*) bagi perempuan.[462]

Setelah mencapai baligh, seorang Muslim diwajibkan untuk menjalankan semua perintah agama, seperti shalat lima waktu, puasa di bulan Ramadhan, zakat (jika memenuhi syarat), dan haji (bagi yang mampu). Mereka juga bertanggung jawab untuk menjauhi larangan-larangan agama dan berusaha untuk terus meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT. Al-Quran dan Hadist memberikan panduan yang jelas mengenai kewajiban dan tanggung jawab seorang Muslim setelah baligh.

Salah satu ayat Al-Quran yang dikaitkan dengan kewajiban agama setelah baligh adalah: *"Dan janganlah kamu dekati harta anak yatim, kecuali dengan cara yang lebih baik (bermanfaat) sampai ia dewasa (baligh). Dan sempurnakanlah takaran dan timbangan dengan adil. Kami tidak memikuli seseorang kecuali menurut kesanggupannya. Dan apabila kamu berkata, maka seharusnya kamu berlaku adil, kendatipun ia adalah kerabat(mu), dan penuhilah janji Allah. Yang demikian itu diperintahkan Allah kepadamu agar kamu ingat."* (QS. Al-An'am : 152), secara eksplisit menyebutkan batas usia tanggung jawab dalam konteks pengelolaan harta anak yatim, yaitu ketika anak yatim tersebut mencapai kedewasaan (*yablugha asyuddah*), yang dalam konteks agama sering diinterpretasikan sebagai masa baligh. Hadist-hadist Nabi Muhammad SAW juga menekankan pentingnya pendidikan agama bagi anak-anak sejak usia dini agar mereka siap melaksanakan kewajiban agama ketika mencapai baligh.[463]

Dalam perjalanan hidup manusia, terdapat fase perkembangan yang unik dan berharga, yang sering disebut sebagai "Masa Kearifan

dan Kebaikan". Fase ini melampaui sekadar kematangan usia atau akumulasi pengetahuan. Ia merupakan puncak pertumbuhan pribadi, ditandai dengan kedalaman kesadaran dan kecerdasan yang mencakup dimensi emosional, moral, spiritual, dan agama. Pada masa ini, individu tidak hanya memahami dunia di sekitarnya secara intelektual, tetapi juga menghayati nilai-nilai luhur, berempati dengan sesama, dan memiliki koneksi yang kuat dengan dimensi transenden dalam kehidupan.

Masa kearifan dan kebaikan ditandai oleh serangkaian karakteristik yang saling berkaitan dan memperkuat satu sama lain. Pertama dan utama adalah kecerdasan emosional yang mendalam.Individu pada fase ini memiliki kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi dirinya sendiri serta orang lain dengan efektif. Mereka memiliki tingkat empati yang tinggi, mampu merasakan dan merespons perasaan orang lain dengan bijaksana. Kecerdasan emosional ini memungkinkan mereka membangun hubungan yang sehat dan bermakna, serta menyelesaikan konflik secara konstruktif[464].

Lebih jauh lagi, kedalaman moral dan etika menjadi pilar penting dalam masa ini. Individu tidak hanya mengetahui norma dan aturan moral, tetapi juga menghayati nilai-nilai kebajikan seperti kejujuran, keadilan, kasih sayang, dan tanggung jawab. Prinsip-prinsip moral ini bukan sekedar konsep abstrak, melainkan menjadi kompas internal yang membimbing tindakan dan keputusan sehari-hari. Mereka memiliki integritas yang kuat, bertindak selaras dengan nilai-nilai yang mereka yakini, bahkan dalam sulit atau ambigu[465].

Dimensi spiritual dan religius juga mendapat perhatian khusus pada masa kearifan dan kebaikan. Hal ini tidak selalu berarti melekat pada dogma agama tertentu, tetapi lebih pada kesadaran akan adanya realitas yang lebih besar dari diri sendiri. Individu mungkin mencari makna hidup yang lebih dalam, memikirkan pertanyaan-pertanyaan eksistensial tentang tujuan hidup, kematian, dan hubungan dengan Yang Maha Kuasa. Bagi mereka yang religius, fase ini ditandai dengan pemahaman agama yang lebih matang, tidak lagi sekadar ritual formal, tetapi sebagai sumber inspirasi moral dan spiritual yang menghidupi jiwa[466]. Dalam konteks Islam, Al-Quran menekankan pentingnya kearifan (hikmah) sebagai anugerah besar: *"Allah menganugerahkan al-Hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al-Quran dan As-Sunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya, dan barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. Dan tidak ada yang dapat mengambil pelajaran kecuali orang-orang yang berakal."* (QS. Al-Baqarah : 269), bahwa kearifan adalah karunia ilahi yang membawa kebaikan besar bagi pemiliknya. Selain dimensi-dimensi tersebut, masa kearifan dan kebaikan juga seringkali ditandai dengan kemampuan berpikir reflektif dan kebijaksanaan.Individu mampu melihat persoalan dari berbagai perspektif, mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan, dan membuat keputusan yang bijaksana berdasarkan pengalaman dan pengetahuan. Mereka memiliki kerendahan hati intelektual, menyadari keterbatasan pengetahuan diri dan terbuka untuk terus belajar dan berkembang sepanjang hidup[467].

Masa kearifan dan kebaikan memiliki signifikansi yang mendalam, baik bagi individu maupun masyarakat. Bagi individu, fase ini merupakan sumber kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih dalam.Ketika seseorang hidup selaras dengan nilai-nilai luhur, memiliki hubungan yang bermakna, dan merasa terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya sendiri, ia akan merasakan ketenangan batin dan tujuan hidup yang lebih jelas. Kearifan dan kebaikan juga memungkinkan individu untuk mengatasi tantangan hidup dengan lebih efektif.Kecerdasan emosional membantu mengelola stres dan konflik interpersonal, kedalaman moral memberikan panduan etis dalam menghadapi dilema, dan dimensi spiritual memberikan kekuatan dan harapan di saat-saat sulit.

Dalam konteks masyarakat, individu yang berada dalam masa kearifan dan kebaikan berperan sebagai agen perubahan positif.Mereka menjadi pemimpin yang bijaksana, mentor yang inspiratif, dan anggota masyarakat yang bertanggung jawab. Nilai-nilai pencerahan yang mereka sampaikan menular kepada orang-orang di sekitar mereka, menciptakan lingkungan sosial yang lebih harmonis dan berkeadilan. Mereka berkontribusi pada pembangunan masyarakat yang lebih beradab, melalui tindakan-tindakan kecil sehari-hari maupun melalui inisiatif yang lebih besar untuk kebaikan bersama.

Masa kearifan dan kebaikan bukanlah sesuatu yang datang secara otomatis seiring bertambahnya usia. Ia adalah hasil dari proses pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan yang melibatkan kesadaran diri, refleksi, pembelajaran, dan praktik

kebajikan. Pendidikan, pengalaman hidup, interaksi sosial yang positif, dan praktik spiritual atau keagamaan dapat berperan penting dalam membentuk individu menuju fase ini. Penting juga untuk terus memelihara dan mengembangkan kearifan dan kebaikan sepanjang hidup. Ini membutuhkan komitmen untuk terus belajar, merefleksikan pengalaman, dan mengembangkan kualitas-kualitas positif dalam diri.

Kematian dan Kehidupan Akhirat

Kematian, dalam pandangan Islam, bukanlah akhir dari segalanya melainkan sebuah gerbang transisi menuju kehidupan yang abadi di akhirat. Fase kematian, yang sering disebut sebagai *sakaratul maut*,merupakan periode ketika ruh berpisah dari jasad manusia. Proses ini digambarkan dalam berbagai literatur Islam sebagai pengalaman yang intens, di mana manusia menghadapi pergolakan antara kehidupan duniawi yang ditinggalkan dan kehidupan akhirat yang akan datang. Perasaan sakit dan kesulitan pada fase ini dijelaskan sebagai penebus dosa-dosa kecil seorang Muslim, sehingga mempermurni dirinya sebelum memasuki alam barzakh.[468]

Setelah ruh meninggalkan jasad, manusia memasuki alam barzakh, yaitu alam penantian antara kehidupan dunia dan hari kebangkitan. Di alam barzakh ini, ruh akan mendapatkan pertanyaan dari malaikat Munkar dan Nakir mengenai keimanan dan amal perbuatannya selama di dunia. Jawaban yang benar akan membawa kedamaian dan kebahagiaan di alam barzakh, sementara jawaban yang salah akan mengakibatkan penderitaan dan

penderitaan. Alam barzakh menjadi gambaran awal dari konsekuensi perbuatan manusia di dunia, persiapan sekaligus menuju pengadilan akhir di Hari Kiamat.[469] Keadaan ruh di alam barzakh ini sangat bergantung pada kualitas keimanan dan amal saleh yang telah diperbuat selama hidup di dunia.

Kehidupan di akhirat dimulai setelah terjadinya Hari Kiamat, yaitu hari perpaduan alam semesta dan kebangkitan seluruh manusia dari kubur. Pada hari tersebut, seluruh amal perbuatan manusia selama di dunia akan dihisab dan ditimbang dengan seadil-adilnya. Allah SWT akan memberikan keputusan yang sempurna berdasarkan catatan amal perbuatan tersebut, tanpa sedikit pun kezaliman. Manusia akan dibalas sesuai dengan apa yang telah mereka usahakan di dunia; kebaikan akan dibalas dengan surga dan segala kenikmatannya, sementara keburukan akan dibalas dengan neraka dan segala azabnya.[470]

Surga, dalam konsep Islam, digambarkan sebagai tempat kenikmatan abadi yang tidak pernah terbayangkan oleh manusia di dunia. Di dalamnya terdapat sungai-sungai yang mengalir, buah-buahan yang lezat, pasangan yang suci, dan segala sesuatu yang menyenangkan hati dan memanjakan mata. Kenikmatan surga tidak hanya bersifat materi, tetapi juga kenikmatan spiritual berupa kedekatan dengan Allah SWT dan keridhaan-Nya.[471] Surga merupakan balasan bagi orang-orang yang beriman, bertakwa, dan mengerjakan amal saleh selama hidup di dunia.

Neraka, di sisi lain, adalah tempat membayangkan yang pedih dan abadi bagi orang-orang yang kafir, musyrik, dan melakukan dosa

besar yang tidak diamuni oleh Allah SWT. Neraka digambarkan sebagai tempat yang penuh dengan api yang membakar, memuaskan yang menyakitkan, dan penyesalan yang mendalam. Azab neraka tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga azab psikologis berupa kehinaan, keputusasaan, dan jauh dari rahmat Allah SWT.[472] Neraka menjadi peringatan keras bagi manusia agar senantiasa menjauhi perbuatan dosa dan maksiat, serta senantiasa bertaubat dan kembali kepada jalan Allah SWT.

Konsep kematian dan kehidupan akhirat dalam Islam memberikan perspektif yang komprehensif tentang tujuan hidup manusia. Kehidupan dunia hanyalah sementara dan merupakan ladang amal bagi kehidupan abadi di akhirat. Kesadaran akan adanya kematian dan kehidupan akhirat seharusnya mendorong setiap umat Islam untuk selalu meningkatkan kualitas keimanan dan amal salehnya, serta menghindari segala perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT. Dengan mempersiapkan diri sebaik mungkin untuk kehidupan akhirat, seorang Muslim berharap dapat meraih kebahagiaan abadi di surga dan terhindar dari neraka.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Manusia

Faktor Genetik dan Biologis

Dasar dari perkembangan manusia terletak pada warisan genetik dan faktor biologis. Gen, sebagai unit dasar hereditas, ditransmisikan dari orang tua ke anak dan mengandung cetak biru biologis yang mempengaruhi berbagai aspek perkembangan individu. Faktor genetik mempengaruhi karakteristik fisik seperti tinggi badan, warna mata, dan kerentanan terhadap penyakit

tertentu. Lebih dari itu, penelitian menunjukkan bahwa gen juga berperan dalam mempengaruhi temperamen, kecerdasan, dan bahkan predisposisi terhadap kondisi psikologis tertentu. Sebagai contoh, penelitian oleh Caspi dan Moffitt (2006) menunjukkan bahwa faktor genetik dapat mempengaruhi bagaimana seseorang merespon stres, serta kecenderungan mereka untuk mengembangkan gangguan mental, seperti depresi, ketika terpapar faktor lingkungan tertentu[473]. Faktor genetik tidak hanya berperan dalam aspek fisik, tetapi juga berhubungan dengan dimensi psikologis dan emosional seseorang.

Interaksi kompleks antara faktor genetik dan lingkungan (nature vs. nurture) merupakan tema sentral dalam studi perkembangan manusia. Perdebatan ini mengangkat pertanyaan tentang sejauh mana karakteristik individu dipengaruhi oleh faktor bawaan dibandingkan dengan pengaruh lingkungan. Banyak peneliti sepakat bahwa kedua faktor ini saling berinteraksi dan tidak dapat dipisahkan. Faktor biologi lainnya, seperti nutrisi, kesehatan ibu selama kehamilan, dan kondisi lingkungan fisik setelah kelahiran, juga memiliki dampak signifikan pada perkembangan awal individu. Misalnya, kekurangan gizi pada masa kanak-kanak dapat menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif, sementara paparan zat beracun, seperti timbal, dapat menyebabkan kerusakan pada perkembangan saraf dan fungsi kognitif anak[474].

Dalam perspektif Islam, faktor keturunan dan aspek biologis juga diakui sebagai bagian penting dalam pembentukan manusia. Al-Qur'an menjelaskan proses penciptaan manusia dari setetes mani

yang kemudian berkembang menjadi janin di dalam rahim. Hal ini mengimplikasikan bahwa aspek biologi sudah berperan sejak awal kehidupan manusia. Dalam Surat Al-Mu'minun (23:13-14), Allah berfirman *"Dan Kami ciptakan manusia dari saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami menjadikannya air mani dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian Kami menciptakan air mani itu menjadi segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, kemudian segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging yang lembut. Kemudian Kami ciptakan dia menjadi makhluk yang sempurna. Maka, Maha Sucilah Allah, Pencipta yang paling baik."* (QS. Al-Mu'minun : 13-14),[475] proses biologis dalam penciptaan manusia, tetapi juga menunjukkan bahwa faktor genetik dan biologi merupakan bagian integral dari takdir ilahi dalam proses penciptaan manusia. Hal ini memberikan dasar bahwa dalam perspektif Islam, pengaruh genetik dan biologis sangat diperhitungkan dalam pembentukan manusia, yang pada gilirannya turut memengaruhi perkembangan fisik dan mental mereka.

Faktor genetik dan biologis memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan manusia, baik dalam aspek fisik, psikologis, maupun spiritual. Interaksi yang terjadi antara faktor bawaan dan lingkungan memungkinkan individu untuk berkembang menjadi pribadi yang kompleks dan unik, dengan pengaruh yang tidak dapat dipisahkan antara faktor genetika dan aspek biologis lainnya. Perspektif Islam, sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an, memberikan penekanan pada pentingnya aspek biologis dalam

proses penciptaan manusia, yang merupakan bagian dari takdir ilahi yang mengarahkan kehidupan manusia sejak awal penciptaannya.

Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial memainkan peran yang sangat krusial dalam membentuk perkembangan individu. Lingkungan sosial mencakup berbagai aspek, termasuk keluarga, teman sebaya, komunitas, budaya, dan konteks sosio-ekonomi yang lebih luas. Keluarga adalah lingkungan sosial pertama dan paling signifikan bagi seorang anak. Hubungan yang terbentuk dalam keluarga sejak dini berperan sebagai dasar bagi perkembangan sosial dan emosional individu. Interaksi dengan orang tua atau pengasuh utama membantu dalam pembentukan identitas diri, kemampuan berempati, dan keterampilan interpersonal. Menurut teori attachment yang dikembangkan oleh John Bowlby, hubungan awal anak dengan pengasuh memiliki dampak jangka panjang terhadap kemampuan anak dalam membentuk hubungan sosial yang sehat sepanjang hidup mereka[476]. Keluarga yang mendukung dan penuh kasih sayang dapat memberikan rasa aman yang menjadi fondasi bagi perkembangan psikologis anak yang sehat.

Seiring bertambahnya usia, pengaruh teman sebaya dan komunitas menjadi semakin penting. Teman sebaya memberikan kesempatan bagi individu untuk mempelajari keterampilan sosial yang lebih lanjut, seperti kerja sama, kompromi, dan komunikasi yang efektif. Kelompok sebaya juga berfungsi sebagai arena di mana norma-norma sosial dibentuk dan diinternalisasi. Melalui interaksi dengan teman-teman, individu belajar untuk menavigasi dinamika

sosial dan mengembangkan rasa identitas yang lebih jelas. Sebuah studi oleh Hartup (1996) menunjukkan bahwa hubungan teman sebaya yang positif berkontribusi pada peningkatan keterampilan sosial, harga diri, dan kesejahteraan emosional anak-anak[477]. Di sisi lain, lingkungan sosial yang kurang mendukung, seperti komunitas yang penuh kekerasan atau ketidakstabilan, dapat menghambat perkembangan individu. Misalnya, anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan kekerasan berisiko lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan emosional atau perilaku yang bermasalah[478].

Budaya dan konteks sosio-ekonomi juga memiliki peran yang tidak kalah penting dalam membentuk perkembangan individu. Budaya memberi nilai-nilai dan norma yang mempengaruhi cara berpikir, berperilaku, dan berinteraksi dengan orang lain. Anak-anak yang dibesarkan dalam budaya yang berbeda akan mengembangkan cara berperilaku dan berpikir yang berbeda pula, yang tercermin dalam cara mereka berinteraksi dengan dunia sekitar. Misalnya, dalam budaya kolektivis, anak-anak mungkin lebih menekankan hubungan interpersonal dan kepatuhan terhadap norma sosial, sementara dalam budaya individualistis, kebebasan pribadi dan pencapaian individu lebih dihargai[479].

Konteks sosio-ekonomi juga mempengaruhi perkembangan individu. Status sosial-ekonomi keluarga berhubungan langsung dengan akses yang dimiliki anak terhadap pendidikan, perawatan kesehatan, dan berbagai sumber daya yang penting untuk perkembangan mereka. Anak-anak dari keluarga dengan status sosio-ekonomi lebih rendah sering kali menghadapi keterbatasan

dalam hal akses ke pendidikan berkualitas, nutrisi yang baik, dan perawatan kesehatan, yang pada gilirannya mempengaruhi perkembangan fisik, kognitif, dan sosial mereka. Penelitian oleh Duncan dan Brooks-Gunn (2000) menunjukkan bahwa ketidaksetaraan sosio-ekonomi berpengaruh negatif terhadap perkembangan anak, terutama dalam hal pencapaian akademik dan kesejahteraan psikososial[480].

Dalam perspektif Islam, lingkungan sosial yang baik dan mendukung sangat ditekankan. Rasulullah SAW bersabda mengenai pentingnya memilih teman yang baik, yang berperan penting dalam kehidupan seseorang. Beliau mengajarkan bahwa teman yang baik memiliki pengaruh yang sangat positif, seperti halnya bergaul dengan penjual minyak wangi yang akan memberikan dampak yang baik. Hadis yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim menyatakan, *"Perumpamaan teman yang baik dan teman yang buruk adalah seperti penjual minyak wangi dan tukang besi. Adapun penjual minyak wangi, maka kamu dapat membeli darinya atau mencium bau wangi darinya, sedangkan tukang besi dapat membakar pakaianmu atau meninggalkan bau yang tidak sedap"* (HR. Bukhari dan Muslim). Hadis ini mengingatkan kita tentang pentingnya memilih teman yang dapat memberi dampak positif dalam hidup, baik dalam aspek moral maupun spiritual.

Pendidikan Islam

Pendidikan Islam, sebagai suatu sistem yang holistik, memiliki peran yang unik dan signifikan dalam perkembangan manusia. Pendidikan Islam tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi

juga pada pengembangan spiritual, moral, dan etika. Tujuan utama pendidikan Islam adalah membentuk individu yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, dan bermanfaat bagi masyarakat. Pendidikan Islam mengajarkan bahwa pembentukan pribadi yang baik tidak hanya melibatkan pengetahuan duniawi, tetapi juga nilai-nilai agama yang mendalam yang berfungsi untuk memperbaiki akhlak dan moral. Dalam konteks ini, pendidikan Islam menekankan penanaman nilai-nilai luhur yang bersumber dari Al-Quran dan Sunnah, seperti kejujuran, keadilan, kasih sayang, tanggung jawab, dan kebijaksanaan, yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari[481].

Melalui pendidikan Islam, individu tidak hanya diajarkan untuk memahami dunia dan kehidupan, tetapi juga untuk mengenal dan menyadari tujuan hidupnya sebagai hamba Allah SWT. Pendidikan ini mendorong individu untuk mengembangkan kesadaran diri, mengaktualisasikan potensi diri secara positif, dan menjadi pribadi yang memiliki tujuan hidup yang jelas berdasarkan ajaran agama. Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Quran, Allah memerintahkan umat manusia untuk mencari ilmu sebagai sarana untuk memahami kehidupan dan memenuhi tanggung jawabnya sebagai khalifah di muka bumi. Allah berfirman dalam Surat Al-Alaq: *"Bacalah dengan nama Tuhanmu yang menciptakan, yang menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmu yang Maha Pemurah, yang mengajar manusia dengan perantaraan kalam."* (QS. Al-Alaq :1-5), menunjukkan bahwa pencarian ilmu, baik ilmu agama maupun ilmu dunia, adalah bagian dari kewajiban umat Islam yang harus dijalankan untuk memajukan diri dan umat.[482]

Pendidikan Islam tidak terbatas pada pendidikan formal yang diberikan di sekolah atau madrasah, tetapi juga mencakup pendidikan informal yang diterima dalam keluarga, komunitas, dan lingkungan sosial yang lebih luas. Pendidikan yang baik dalam Islam dimulai sejak dini, di mana keluarga berperan sebagai lingkungan pendidikan pertama. Pengasuhan yang baik dan penuh kasih sayang oleh orang tua akan membentuk karakter dasar anak, yang kemudian diperkaya dengan nilai-nilai agama melalui interaksi dalam masyarakat. Sebagaimana dalam Hadis Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari, *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka orang tuanyalah yang membuatnya menjadi Yahudi, Nasrani, atau Majusi"* (HR. Bukhari). Hadis ini menggambarkan bahwa pendidikan di keluarga merupakan fondasi penting bagi perkembangan moral dan spiritual seorang anak.

Dalam masyarakat yang lebih luas, pendidikan Islam mengajarkan pentingnya membangun komunitas yang saling mendukung dan berbagi ilmu serta kebaikan. Islam menekankan pentingnya ukhuwah atau persaudaraan di antara umat Muslim, yang tercermin dalam ajaran untuk saling tolong-menolong dalam kebaikan dan takwa (QS. Al-Maidah, 5:2). Konsep ini tidak hanya berlaku dalam hubungan antar individu, tetapi juga dalam konteks hubungan antara individu dan masyarakat secara keseluruhan. Komunitas yang mendukung dan penuh kasih sayang menjadi sarana penting bagi pengembangan individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga baik secara moral dan spiritual.

Dalam konteks pendidikan Islam, nilai-nilai akhlak sangat ditekankan. Rasulullah SAW bersabda, *"Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia"* (HR. Ahmad).[483] Pendidikan Islam bertujuan untuk membentuk individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual tetapi juga memiliki akhlak yang luhur, yang diwujudkan dalam setiap tindakan, kata-kata, dan interaksi dengan sesama. Pendidikan Islam idealnya terintegrasi dalam semua aspek kehidupan, membentuk karakter dan perilaku individu secara komprehensif. Pendidikan yang demikian akan menciptakan individu yang tidak hanya sukses dalam hal duniawi tetapi juga memiliki tujuan akhir yang jelas, yaitu mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Faktor Ilahiah

Faktor ilahiah atau faktor ketuhanan merupakan dimensi penting yang sering kali terabaikan dalam diskusi tentang perkembangan manusia, terutama dari sudut pandang sekuler. Dalam perspektif Islam, faktor ilahiah menekankan peran Allah SWT sebagai pencipta dan pengatur segala urusan di alam semesta, termasuk perkembangan manusia. Menurut ajaran Islam, perkembangan manusia tidak hanya dipengaruhi oleh faktor genetik, sosial, atau lingkungan, tetapi juga oleh kehendak dan takdir Allah yang telah ditetapkan sejak azali. Faktor ilahiah menjadi landasan yang memberikan arah dan makna bagi kehidupan manusia, baik di dunia maupun di akhirat. Faktor ilahiah ini meliputi beberapa konsep penting, seperti takdir, hidayah, dan taufik. Takdir adalah ketentuan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT sebelum manusia dilahirkan

ke dunia. Meskipun takdir ini sudah ditentukan, bukan berarti manusia tidak memiliki kehendak bebas untuk berusaha dan memilih jalannya sendiri. Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an, *"Sesungguhnya Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum kecuali mereka merubah apa yang ada pada diri mereka sendiri"* (QS. Ar-Ra'd, 13:11). Ini menunjukkan bahwa meskipun takdir Allah sudah ditentukan, manusia tetap memiliki kebebasan untuk berusaha dan berikhtiar untuk meraih perubahan.

Hidayah adalah petunjuk atau bimbingan dari Allah SWT yang mengarah pada jalan yang benar. Tanpa hidayah, manusia mungkin akan tersesat dalam kehidupan yang penuh dengan godaan dan kesesatan. Hidayah Allah SWT memberikan kesadaran bagi individu untuk mengenal kebenaran dan menjalani hidup sesuai dengan perintah-Nya. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an, *"Allah adalah wali bagi orang-orang yang beriman. Dia mengeluarkan mereka dari kegelapan kepada cahaya"* (QS. Al-Baqarah, :257). Dalam ayat ini, Allah menegaskan bahwa hidayah-Nya adalah cahaya yang membawa umat-Nya keluar dari kegelapan kesesatan menuju cahaya petunjuk-Nya.

Taufik, yang juga merupakan bagian dari faktor ilahiah, merujuk pada pertolongan dan kemudahan yang diberikan Allah SWT kepada hamba-Nya dalam mencapai kebaikan dan kesuksesan dalam hidup. Tanpa taufik dari Allah, usaha dan ikhtiar manusia bisa jadi tidak membuahkan hasil yang diinginkan, dalam tradisi Islam, manusia diajarkan untuk selalu berserah diri kepada Allah SWT dan memohon taufik-Nya agar setiap langkah yang diambil dalam

hidupnya mendapatkan kemudahan dan keberkahan. Rasulullah SAW dalam banyak hadits mengajarkan umatnya untuk senantiasa memohon pertolongan dan bimbingan Allah dalam setiap aspek kehidupan, karena hanya dengan taufik-Nya lah segala urusan dapat berjalan lancar.

Faktor ilahiah ini memberikan kekuatan spiritual yang sangat penting bagi perkembangan manusia. Keyakinan akan adanya takdir, hidayah, dan taufik Allah SWT dapat memberikan ketenangan hati dan harapan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Dalam situasi kesulitan dan ujian hidup, umat Islam percaya bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah bagian dari takdir Allah dan merupakan ujian yang harus dilalui dengan sabar dan tawakal. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an, *"Dan apabila kamu ditimpa kesulitan, maka bersabarlah, karena sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar"* (QS. Al-Baqarah, :153). Ayat ini menunjukkan bahwa kesabaran dan tawakal kepada Allah merupakan kunci untuk menghadapi ujian hidup dengan penuh ketenangan dan keyakinan.

Faktor ilahiah bukan hanya memberikan kerangka spiritual yang kuat dalam perkembangan manusia, tetapi juga mengingatkan manusia akan hubungan mereka dengan Sang Pencipta. Kehidupan yang penuh dengan petunjuk Ilahi, ditopang dengan takdir, hidayah, dan taufik, akan memberi arah yang jelas dan makna yang dalam bagi setiap individu. Dalam perspektif Islam, faktor ketuhanan ini menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi segala tantangan kehidupan dan mendekatkan umat-Nya pada tujuan tertinggi, yaitu mendapatkan ridha Allah SWT.

Perkembangan Kognitif dan Emosional dalam Perspektif Islam

Perkembangan Akal

Dalam Islam, akal menduduki kedudukan yang sangat tinggi. Akal dipandang sebagai salah satu karunia terbesar yang Allah SWT berikan kepada manusia, yang membedakannya dari makhluk lain. Akal menjadi instrumen utama untuk memahami ajaran agama, merancang ciptaan Allah, dan membedakan antara yang benar dan yang salah. Al-Quran secara berulang kali menyeru manusia untuk menggunakan akalnya, berfikir, dan memikirkan tanda-tanda kebesaran Allah SWT yang terhampar di alam semesta. Salah satu ayat yang sering dikutip adalah firman Allah SWT dalam Surat Al-Baqarah ayat 164: *"Sesungguhnya pada penciptaan langit dan bumi, pergantian malam dan siang, bahtera yang berlayar di laut membawa apa yang berguna bagi manusia, dan apa yang Allah turunkan dari langit berupa udara, lalu dengan udara itu Dia hidupkan bumi sesudah mati (kering)-nya dan Dia sebarkan di bumi itu segala jenis hewan, dan pengisaran angin dan awan yang mengendalikan antara langit dan bumi; sungguh (terdapat) tanda-tanda (keesaan dan kebesaran Allah) bagi umat yang berpikir."* (QS. Al-Baqarah : 164), berpikir dan memikirkan (menggunakan akal) merupakan jalan untuk memahami tanda-tanda kebesaran Allah SWT. Dalam konteks perkembangan kognitif anak, perspektif Islam mendorong pendidikan yang berorientasi pada pengembangan kemampuan berpikir kritis, analitis, dan kreatif. Pendidikan Islam tidak hanya menekankan pada hafalan dan pemahaman tekstual, tetapi juga pada kemampuan untuk menerapkan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari dan memecahkan masalah yang

dihadapi. Pengajaran nilai-nilai moral dan etika juga terintegrasi dalam proses perkembangan akal, sehingga akal tidak hanya berkembang secara intelektual, tetapi juga secara spiritual dan moral.

Menurut pandangan Islam, perkembangan akal tidak bersifat linier dan statistik, melainkan suatu proses berkelanjutan sepanjang hayat. Sejak usia dini, anak-anak diajak untuk mengembangkan kemampuan kognitif melalui berbagai kegiatan seperti bermain, belajar, dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Dalam perspektif Islam, masa kanak-kanak adalah masa yang sangat penting dalam pembentukan fondasi perkembangan akal. Pendidikan yang diberikan pada masa ini akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan kognitif anak di masa depan. Orang tua dan pendidik memiliki peran krusial dalam menyediakan lingkungan yang kondusif untuk perkembangan akal anak, seperti menyediakan buku-buku yang bermanfaat, mengajak anak berdiskusi, dan menjawab pertanyaan-pertanyaan mereka dengan sabar dan bijaksana.

Islam juga menekankan pentingnya mencari ilmu pengetahuan sebagai bagian dari ibadah. Hadis Nabi Muhammad SAW yang terkenal menyatakan: *Menuntut ilmu adalah kewajiban bagi setiap muslim.* (HR. Ibnu Majah). Hadis ini menggarisbawahi kewajiban setiap Muslim untuk terus mengembangkan akalnya melalui pencarian ilmu pengetahuan. Dalam konteks perkembangan kognitif, hadis ini memberikan motivasi yang kuat bagi umat Islam untuk selalu belajar dan mengembangkan kemampuan

intelektualnya. Pencarian ilmu pengetahuan dalam Islam tidak terbatas pada ilmu agama saja, tetapi mencakup semua bidang ilmu yang bermanfaat bagi kehidupan manusia. Perspektif Islam mendorong perkembangan akal secara komprehensif, baik dalam aspek pemahaman agama maupun dalam aspek ilmu pengetahuan duniawi.

Perkembangan Emosional

Perkembangan emosional merupakan aspek penting lainnya dalam perspektif Islam. Islam mengakui bahwa emosi adalah bagian integral dari fitrah manusia. Emosi, baik positif maupun negatif, bukanlah sesuatu yang harus dihindari atau ditekan, melainkan sesuatu yang harus dipahami, dikelola, dan disampaikan dengan cara yang benar dan proporsional. Dalam Al-Quran, Allah SWT menggambarkan berbagai macam emosi manusia, seperti rasa cinta, kasih sayang, takut, marah, sedih, dan gembira. Semua emosi ini adalah karunia dari Allah SWT yang memiliki hikmah dan tujuan tertentu.

Islam memberikan pedoman yang jelas tentang bagaimana mengelola emosi secara sehat dan konstruktif. Salah satu konsep kunci dalam perkembangan emosional perspektif Islam adalah konsep *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa). *Tazkiyatun nafs* adalah proses membersihkan jiwa dari sifat-sifat buruk dan mengembangkan sifat-sifat baik yang diridhai Allah SWT. Dalam konteks emosional, *tazkiyatun nafs* meliputi pengendalian hawa nafsu, mengelola amarah, menumbuhkan kesabaran, syukur, dan rasa kasih sayang.

Islam mengajarkan pentingnya mengendalikan amarah dan menghindari perilaku agresif. Rasulullah SAW bersabda: *"Orang yang kuat bukanlah orang yang mampu mengalahkan lawannya dalam bergulat, tetapi orang yang kuat adalah orang yang mampu mengendalikan dirinya ketika marah."* (HR. Bukhari dan Muslim). Hadis ini mengajarkan bahwa kekuatan sejati bukanlah kekuatan fisik, melainkan kekuatan untuk mengendalikan diri, terutama ketika emosi marah sedang memuncak. Dalam perspektif perkembangan emosional anak, pendidikan Islam menekankan pentingnya mengajarkan anak-anak untuk mengelola kemarahan mereka dengan cara yang sehat, seperti melalui dialog, mencari solusi damai, dan memaafkan. Orang tua dan pendidik juga berperan sebagai model dalam mengelola emosi dengan baik, sehingga anak-anak dapat belajar dari contoh yang mereka lihat.

Selain mengendalikan emosi negatif, Islam juga mendorong pengembangan emosi positif, seperti rasa syukur, kasih sayang, dan empati. Syukur adalah emosi penting yang diajarkan dalam Islam. Dengan bersyukur, manusia menyadari segala nikmat yang telah diberikan Allah SWT dan menghargainya. Kasih sayang dan empati juga merupakan emosi yang sangat dianjurkan dalam Islam. Islam mengajarkan umatnya untuk saling menyayangi, menyayangi, dan berempati terhadap sesama manusia, bahkan terhadap seluruh makhluk ciptaan Allah SWT. Perkembangan emosi positif ini sangat penting dalam membangun hubungan yang harmonis dengan orang lain dan menciptakan masyarakat yang damai dan sejahtera.

Perkembangan emosional juga berkaitan erat dengan perkembangan spiritual. Emosi tidak hanya dipandang sebagai

respons psikologis, tetapi juga sebagai wujud dari kondisi spiritual seseorang. Jiwa yang bersih dan dekat dengan Allah SWT cenderung menghasilkan emosi positif, seperti ketenangan, ketenangan, dan kebahagiaan. Sebaliknya, jiwa yang kotor dan jauh dari Allah SWT cenderung menghasilkan emosi negatif, seperti kecemasan, ketakutan, dan kesedihan

Tantangan dalam Perkembangan Manusia Berdasarkan Perspektif Islam

Perkembangan manusia, baik secara fisik, mental, maupun spiritual, tidak selalu berjalan dengan mulus. Terdapat berbagai tantangan yang dapat menghambat atau bahkan menyimpangkan perjalanan manusia menuju kesempurnaan hidup sesuai dengan ajaran Islam. Tantangan-tantangan ini dapat berasal dari faktor internal, yang berhubungan dengan kondisi batin atau karakter individu, maupun eksternal, yang berasal dari lingkungan sosial dan budaya yang memengaruhi individu.

a. Tantangan Internal

Salah satu tantangan internal utama dalam perkembangan manusia menurut perspektif Islam adalah pergulatan dengan hawa nafsu. Dalam Al-Quran, Allah SWT menyebutkan bahwa jiwa manusia cenderung kepada keburukan, kecuali jiwa yang mendapat rahmat-Nya. Dalam surah Yusuf, Allah berfirman, *"Dan aku tidak membebaskan diriku dari (kemungkinan buruk), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada keburukan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku"* (QS. Yusuf : 53). Hawa nafsu yang merasuk dalam jiwa manusia dapat mendorong individu untuk

mengikuti keinginan duniawi yang berlebihan, seperti kecenderungan untuk melakukan perbuatan dosa, mengabaikan tujuan hidup yang sebenarnya, dan berpaling dari jalan yang benar. Dalam konteks ini, perjuangan melawan hawa nafsu menjadi sebuah proses panjang dan berkelanjutan yang memerlukan kesabaran, keimanan yang kuat, dan pengendalian diri yang tinggi. Islam mengajarkan umatnya untuk senantiasa menjaga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan akhirat, dengan menjadikan hawa nafsu sebagai hal yang perlu dikendalikan, bukan dituruti secara berlebihan.

Selain hawa nafsu, kelemahan iman juga merupakan tantangan internal yang sering kali menghalangi seseorang untuk mencapai perkembangan yang ideal. Iman yang lemah dapat menjadikan seseorang mudah terpengaruh oleh godaan dunia dan syetan, serta kurangnya motivasi untuk menjalankan ibadah dan amal saleh. Dalam konteks ini, Allah SWT mengingatkan umat-Nya untuk menjaga iman mereka dengan kuat dan terus-menerus berusaha untuk memperdalam pengetahuan agama. Rasulullah SAW bersabda, *"Sesungguhnya iman itu ada pada hati, dan di dalamnya ada peningkatan dan penurunan."* (HR. Muslim). Usaha untuk meningkatkan iman dan memperbaiki hubungan dengan Allah sangat penting dalam proses perkembangan spiritual seseorang. Kurangnya pengetahuan agama juga menjadi tantangan besar yang menghalangi seseorang untuk menjalani kehidupan sesuai dengan prinsip-prinsip Islam. Tanpa pemahaman yang benar mengenai ajaran Islam, seseorang bisa terjerumus ke dalam kesesatan atau

bahkan melakukan perbuatan yang tidak sesuai dengan syariat. Penuntutan ilmu adalah hal yang sangat ditekankan dalam Islam, sebagaimana dalam firman Allah SWT, *"Dan katakanlah: 'Ya Tuhanku, tambahkanlah ilmuku'"* (QS. Taha, 20:114).

b. Tantangan Eksternal

Tantangan eksternal dalam perkembangan manusia sangat beragam dan sering kali lebih kompleks. Salah satu tantangan eksternal yang paling signifikan adalah pengaruh lingkungan sosial dan budaya. Islam menekankan pentingnya lingkungan yang mendukung nilai-nilai agama untuk membentuk karakter dan moralitas individu. Sebuah lingkungan sosial yang tidak Islami, seperti keluarga yang tidak mengajarkan ajaran agama, pergaulan yang buruk, atau masyarakat yang cenderung materialistis, dapat memberikan dampak negatif terhadap perkembangan individu. Hal ini dapat menyebabkan seseorang mudah terpengaruh oleh nilai-nilai yang bertentangan dengan ajaran Islam. Sebagaimana dalam hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Muslim, Rasulullah SAW bersabda, *"Seseorang itu tergantung pada agama teman dekatnya, maka hendaklah setiap orang di antara kamu memperhatikan siapa yang menjadi teman dekatnya"* (HR. Bukhari dan Muslim). Hadis ini mengajarkan bahwa pergaulan yang buruk dapat mengarah pada penurunan moral dan spiritual, sedangkan pergaulan yang baik akan meningkatkan kualitas keimanan seseorang. Selain pengaruh sosial, kemajuan teknologi dan informasi di era modern juga menghadirkan tantangan tersendiri dalam perkembangan manusia. Walaupun teknologi membawa

manfaat besar dalam kehidupan, seperti kemudahan dalam komunikasi dan akses informasi, namun ia juga memiliki dampak negatif yang tidak bisa diabaikan. Salah satu dampak negatif yang paling mencolok adalah kemudahan akses ke konten-konten yang tidak sesuai dengan nilai-nilai moral dan agama, seperti pornografi, kekerasan, dan penyebaran informasi yang salah atau menyesatkan. Paparan terhadap konten-konten negatif ini dapat merusak moral dan spiritual individu, terutama pada anak-anak dan remaja yang masih sangat rentan terhadap pengaruh luar. Dalam hal ini, orang tua dan masyarakat memiliki peran penting untuk memastikan bahwa penggunaan teknologi dilakukan dengan bijak dan sesuai dengan prinsip-prinsip Islam. Islam mengajarkan umatnya untuk menjaga mata dan hati dari segala bentuk kerusakan moral, sebagaimana Allah SWT berfirman dalam Al-Quran, *"Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman, agar mereka menahan pandangannya dan menjaga kemaluannya. Itu adalah lebih suci bagi mereka"* (QS. An-Nur, 24:30).

Relevansi Psikologi Perkembangan Islami dengan Psikologi Modern

Dalam perspektif Islam, perkembangan manusia tidak hanya dilihat dari sisi biologis dan psikologis, tetapi juga melibatkan dimensi spiritual yang membimbing setiap individu untuk mencapai tujuan hidup yang hakiki, yaitu untuk beribadah dan mendapatkan ridha Allah SWT. Perkembangan manusia dalam Islam dapat dibagi ke dalam beberapa tahapan penting, meskipun tidak ada pembagian yang baku atau rinci seperti dalam psikologi modern.

Namun, beberapa tahapan tersebut bisa diidentifikasi berdasarkan prinsip-prinsip Islam yang mendalam tentang pembentukan karakter, pengembangan akhlak, dan pemenuhan kewajiban agama pada setiap fase kehidupan.

a. Tahap Anak-Anak (Thuulah)

Tahap ini merupakan masa pembentukan dasar-dasar kepribadian dan karakter, yang merupakan fondasi penting bagi perkembangan manusia selanjutnya. Pada tahap ini, anak-anak berada dalam proses pembelajaran yang sangat penting, baik dalam aspek fisik, psikologis, maupun spiritual. Tantangan utama pada tahap ini adalah mendidik anak sesuai dengan nilai-nilai Islam di tengah pengaruh lingkungan yang beragam, baik yang datang dari keluarga, masyarakat, maupun media. Dalam Islam, mendidik anak sejak dini adalah kewajiban yang sangat penting, karena anak merupakan amanah dari Allah SWT. Rasulullah SAW bersabda, *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah (suci), maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi"* (HR. Bukhari dan Muslim). Pendidikan nilai-nilai tauhid, akhlak mulia, dan kecintaan kepada agama perlu ditanamkan sejak dini untuk membentuk karakter yang kuat dan sesuai dengan ajaran Islam. Di samping itu, orang tua harus memberikan contoh yang baik dan mendukung tumbuh kembang anak dalam atmosfer yang Islami.

b. Tahap Remaja (Syabab)

Tahap ini merupakan masa transisi dari anak-anak menuju kedewasaan, yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan

sosial yang signifikan. Pada usia remaja, individu mengalami berbagai perubahan hormon, perkembangan identitas, dan peningkatan kecenderungan terhadap interaksi sosial yang lebih kompleks. Dalam Islam, tahap ini dianggap sebagai masa yang sangat kritis, karena remaja sering kali menghadapi tantangan dalam menemukan jati diri dan memilih arah hidup yang benar. Tantangan utama pada tahap ini adalah krisis identitas, pengaruh teman sebaya, dan godaan syahwat. Remaja seringkali merasa bingung dalam menentukan siapa dirinya dan apa tujuan hidupnya, serta mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya yang bisa jadi tidak selaras dengan ajaran Islam. Allah SWT mengingatkan dalam Al-Quran, *"Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak memiliki pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan, dan hati, semuanya itu akan dimintai pertanggungjawabannya"* (QS. Al-Isra, 17:36). Pada tahap ini, pembimbingan dari orang tua, guru, dan masyarakat sangat penting untuk membantu remaja menemukan jati diri yang Islami, memilih teman yang saleh, dan menjaga diri dari perbuatan maksiat.

c. Tahap Dewasa (Kuhulah)

Tahap dewasa merupakan masa produktif dalam kehidupan manusia, di mana seseorang bertanggung jawab terhadap dirinya, keluarganya, dan masyarakat. Pada tahap ini, individu dihadapkan pada berbagai ujian kehidupan yang lebih kompleks, seperti permasalahan pekerjaan, keluarga, serta tekanan sosial. Tantangan pada tahap ini adalah bagaimana menjaga keimanan dan istiqamah di tengah kesibukan dunia, godaan harta, jabatan, serta ujian-ujian kehidupan lainnya. Islam menekankan pentingnya menjaga

keseimbangan antara dunia dan akhirat. Rasulullah SAW bersabda, *"Dunia itu adalah perhiasan, dan sebaik-baik perhiasan dunia adalah wanita yang shalihah"* (HR. Muslim). Dalam hal ini, seorang dewasa harus mampu menjaga keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT sambil menjalani kehidupan dunia dengan cara yang sesuai dengan syariat Islam. Di samping itu, terus meningkatkan ilmu agama, beramal saleh, dan berusaha memberikan kontribusi positif bagi masyarakat adalah aspek penting dari fase kehidupan ini. Islam mengajarkan umatnya untuk tetap istiqamah dan selalu berusaha untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT di setiap tahapan kehidupan.

d. Tahap Usia Lanjut (Syaikhuhah)

Tahap usia lanjut adalah fase kehidupan di mana kekuatan fisik dan kognitif mulai menurun. Pada usia ini, seseorang biasanya sudah mencapai usia pensiun dan mulai menghadapi tantangan yang terkait dengan kondisi fisik dan kesehatan. Tantangan pada tahap ini adalah menerima proses penuaan dengan ridha, meningkatkan ibadah, dan mempersiapkan diri untuk menghadapi kematian. Islam mengajarkan untuk tidak terfokus pada usia, tetapi untuk terus meningkatkan kualitas ibadah dan amal saleh, serta mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dalam Al-Quran, Allah SWT berfirman, *"Dan Dia-lah yang menciptakan kamu dari tanah, kemudian dari setetes air mani, kemudian Dia menjadikan kamu pasangan laki-laki dan perempuan"* (QS. Al-Furqan, 25:54). Di usia lanjut, seorang Muslim seharusnya tetap aktif beribadah, memperbanyak doa, dan menjadi teladan bagi generasi yang lebih muda.

Catatan Akhir

[1] American Psychological Association. (2020). Developmental psychology. *Dictionary of Psychology*. Retrieved July 20, 2021, from https://dictionary.apa.org/

[2] Burman, E. (2017). *Deconstructing developmental psychology*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315727127

[3] Baltes, P. B., Lindenberger, U., & Staudinger, U. M. (2007). Life span theory in developmental psychology. In R. M. Lerner & W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology* (pp. 569–564). Elsevier.

[4] Hall, G. S. (1883). The contents of children's minds. *The Princeton Review, 1*, 249–272.

[5] Freud, S. (1961). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (pp. 3–66). Hogarth Press. (Original work published 1923).

[6] Piaget, J. (1928). La causalité chez l'enfant. *British Journal of Psychology, 18*(3), 276–301. https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1928.tb00466.x

[7] Erikson, E. (1959). *Psychological issues*. International Universities Press.

[8] Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.

[9] Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis, 39*, 350–371.

[10] Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.

[11] Thompson, D. (2016). Developmental psychology in the 1920s: A period of major transition. *The Journal of Genetic Psychology, 177*(6), 244–251. https://doi.org/10.1080/00221325.2016.1243407

[12] Brandon, A. R., Pitts, S., Wayne, H., Denton, C., Stringer, A., & Evans, H. M. (2009). A history of the theory of prenatal attachment. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychological Health, 23*(4), 201–222.

[13] Baltes, P. B., Lindenberger, U., & Staudinger, U. M. (2007). Life span theory in developmental psychology. In R. M. Lerner & W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology* (pp. 569–564). Elsevier.

[14] Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2010). *Developmental psychology: Childhood and adolescence*. Cengage Learning.

[15] Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psycho-Analysis, 39*, 350–373.

[16] Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.

[17] Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, vol. 2: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.

[18] Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development, 41*(1), 49–67.

[19] Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an unorganized-disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 153–184). Ablex Publishing Corporation.

[20] Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.

[21] Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). *Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation*. *Child Development, 41*(1), 49–67.

[22] Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). *Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation*. *Child Development, 41*(1), 49–67.

[23] Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an unorganized-disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 153–184). Ablex Publishing Corporation.

[24] Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E. A., & Collins, W. A. (2005). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. Guilford Press.

[25] Harris, J. R. (1998). *The nurture assumption: Why children turn out the way they do*. Free Press.

[26] Piaget, J. (1951). *Play, dreams and imitation in childhood*. W. W. Norton & Co.

[27] Simatwa, E. M. W. (2010). Piaget's theory of intellectual development and its implication for instructional management at pre-secondary school level. *Educational Research and Reviews, 5*(7), 366-371.

[28] Piaget, J. (1936). *Origins of intelligence in the child*. Routledge.

[29] Wadsworth, B. J. (1971). *Piaget's theory of cognitive development*. David McKay.

[30] Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2011). *A child's world: Infancy through adolescence*. McGraw-Hill.

[31] Berger, K. S. (2014). *Developing Person Through Childhood and Adolescence*. Worth Publishers.

[32] Fisher, S., & Greenberg, R. P. (1996). *Freud scientifically reappraised: Testing the theories and therapy*. Guilford Press.

[33] Silverman, D. K. (2017). *Psychoanalysis: The basics*. Routledge.

[34] Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, *63*(3), 575-582. American Psychological Association.

[35] Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall, Inc.

[36] Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

[37] Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

[38] Kevin, M. (1995). *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*. Prentice Hall.

[39] Levitt, M. (2013). *Perbedaan individu: Alam dan pengasuhan dalam perspektif*. Psychology Press.

[40] Nesterak, C. D. (2015). *Nature versus nurture revisited: An integrative approach to personality and social development*. Sage Publications.

[41] Kubota, T., Miyake, K., & Hirasawa, R. (2012). *Epigenetik dan perkembangan manusia*. Developmental Psychobiology, 54(2), 96-106.

[42] Śmigielski, L., Jagannath, V., Rössler, W., Walitza, S., & Grünblatt, E. (2020). *Interaksi gen-lingkungan dalam kesehatan mental: Tinjauan naratif*. European Child & Adolescent Psychiatry, 29(5), 609-624.

[43] Lomas, T., Hefferon, K., & Ivtzan, I. (2016). *Teori psikologi positif*. Dalam The Routledge handbook of positive psychology (hal. 95-107). Routledge.

[44] American Psychological Association. (2020). *Theory of mind*. Dalam *APA Dictionary of Psychology*.

[45] Premack, D., & Woodruff, G. (1978). *Does the chimpanzee have a theory of mind?* Behavioral and Brain Sciences, 1(4), 515-526.

[46] Wellman, H. M., & Liu, D. (2004). *Young children's understanding of mind: False beliefs and beyond*. Child Development Perspectives, 8(2), 68-73.

[47] Baron-Cohen, S., Leslie, A. M., & Frith, U. (1985). *Does the autistic child have a "theory of mind"?* Cognition, 21(1), 37-46.

[48] Wang, Y., Wang, H., Chen, C., Zhu, C., & Wang, J. (2008). *Theory of mind deficit in patients with depression*. Journal of Affective Disorders, 111(2-3), 235-240.

[49] Washburn, D., Wilson, L. A., Roes, M. M., Rnic, K., & Harkness, K. L. (2016). *Social anxiety and theory of mind: A meta-analytic review*. Clinical Psychology Review, 49, 29-42.

[50] Meinhardt-Injac, B., Daum, M. M., & Meinhardt, G. (2020). *Development of theory of mind across the lifespan: A meta-analysis*. Developmental Psychology, 56(1), 102–118.

[51] Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*,Juz 3, hlm. 150, Dar al-Fikr, Beirut, 1995. Potensi fitrah inilah yang menjadi landasan bagi perkembangan spiritual dan moral manusia dalam perspektif Islam

[52] Ibnu Arabi, *Futuhat al-Makkiyyah*,Juz 2, hlm. 210, Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, Beirut, 2008

[53] Jalaluddin Rumi, *Matsnawi*,Juz 1, hlm. 75, Pustaka Firdaus, Jakarta, 2003. Proses *tazkiyatun nafs* ini tidak hanya bertujuan untuk mencapai kebahagiaan individu, tetapi juga untuk memberikan manfaat kepada masyarakat dan menjadi khalifah Allah di bumi

[54] Syekh Abdul Qadir al-Jailani, *Al-Fath ar-Rabbani*,Juz 1, hlm. 120, Dar Ihya Ulumiddin, Beirut, 1997

[55] Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society* (hal. 35-45). W. W. Norton & Company.

[56] Piaget, J. (1952). *The Origins of Intelligence in Children* (hal. 34-56). International Universities Press.

[57] Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes* (hal. 72-86). Harvard University Press.

[58] Bowlby, J. (1969). *Attachment* (hal. 88-100). Hogarth Press.

[59] Havighurst, R. J. (1972). *Developmental Tasks and Education* (hal. 11-25). Longman.

[60] Stern, D. N. (1985). *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology* (hal. 150-175). Basic Books.

[61] Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development* (10th ed.). McGraw-Hill. p.6

[62] Santrock, J. W. (2018). *Life-span development* (16th ed.). McGraw-Hill Education.p.6

[63] Baltes, P. B., Lindenberger, U., & Staudinger, U. M. (2006). Lifespan theory in developmental psychology. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (6th ed., Vol. 1, pp. 569–664). John Wiley & Sons Inc.

[64] Ibnu Sina. (1025). *The Canon of Medicine* (hal. 67-80). Translated by Laleh Bakhtiar, Kazi Publications, 1993.

[65] Al-Ghazali. (1111). *Ihya' Ulum al-Din* (hal. 180-200). Translated by F. M. Schuessler, Al-Hilal Publishing House, 2007.

[66] Ibnu Khaldun. (1377). *Muqaddimah* (hal. 240-260). Translated by Franz Rosenthal, Princeton University Press, 2005.

[67] Shariati, A. (1960). *Husn al-Khuluq* (hal. 45-70). Translated by R. C. Johnston, Islamic Publications, 1975.

[68] Iqbal, M. (1930). *The Reconstruction of Religious Thought* (hal. 35-60). Oxford University Press.

[69] Badri, M. B. (2010). *Contemplation and insight: An Islamic perspective*. International Institute of Islamic Thought (IIIT).p.25

[70] Abu-Raiya, H., & Pargament, K. I. (2015). Religion and coping. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (2nd ed., pp. 437–463). Guilford Press.

[71] Konsep fitrah sebagai potensi dasar manusia untuk kebaikan dan mengenal Allah SWT dapat ditemukan dalam banyak karya ahli tasawuf seperti Imam Al-Ghazali dalam *Ihya Ulumuddin* (jilid 3, hal.250, Dar Ihya al-Kutub al-Arabiyyah, Beirut, 1990) dan Ibnu Arabi dalam *Futuhat al-Makkiyah* (jilid 2, hal.120, Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, Beirut, 2005). Hal ini juga didukung oleh ayat Al-Quran Surat Ar-Rum ayat 30 yang menyatakan tentang fitrah Allah yang telah menciptakan manusia di atasnya

[72] Tahapan-tahapan perkembangan spiritual dalam tasawuf seringkali diuraikan dalam konsep *maqamat* dan *ahwal*.Lihat misalnya karya Abu Nashr As-Sarraj At-Tusi dalam *Al-Luma' fi At-Tasawwuf* (hal. 300-350, Dar Al-Kutub Al-Ilmiyyah, Beirut, 2001) dan Al-Qusyairi dalam *Ar-Risalah Al-Qusyairiyah* (hal. 400-450, Dar Al-Khair, Beirut, 1995). Hadis Nabi Muhammad SAW juga menekankan pentingnya *tazkiyatun nafs* dan peningkatan kualitas ibadah sebagai jalan menuju kesempurnaan spiritual (HR. Muslim dari Abu Hurairah)

[73] Konsep *akhlaq al-karimah* sebagai tujuan perkembangan moral dalam Islam dibahas dalam karya-karya etika Islam klasik seperti Imam Al-Ghazali dalam *Mizan al-'Amal* (hal. 150-200, Dar al-Fikr, Beirut, 1994) dan Ibnu Miskawaih dalam *Tahdzib al-Akhlaq* (hal. 100-150, Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, Beirut, 2000). Al-Quran dalam Surat Al-Qalam ayat 4 juga memuji akhlak Nabi Muhammad SAW sebagai teladan utama

[74] Pandangan Islam tentang ilmu pengetahuan sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT dapat ditemukan dalam karya Ibnu Khaldun dalam *Muqaddimah* (jilid 2, hal. 300-350, Dar al-Fikr, Beirut, 2001) dan Yusuf Al-Qaradawi dalam *Islam and Knowledge* (hal. 50-70, Dar al-Syuruq, Kairo, 2005). Ayat Al-Quran dalam Surat Al-Alaq ayat 1-5 tekanan pentingnya membaca dan belajar sebagai perintah pertama dari Allah SWT

[75] Prinsip *ukhuwah Islamiyah* dan pentingnya hubungan sosial yang harmonis ditekankan dalam banyak ayat Al-Quran dan Hadis. Lihat misalnya Surat Al-Hujurat ayat 10 yang ketegangan persaudaraan antar orang mukmin dan Hadis Nabi Muhammad SAW

tentang pentingnya menjaga hubungan baik dengan sesama muslim (HR. Bukhari dan Muslim dari Abdullah bin Umar)

[76] Islam memberikan panduan tentang menjaga kesehatan fisik dan mental melalui praktik-praktik ibadah dan gaya hidup Islami. Lihat misalnya karya Yusuf Al-Qaradawi dalam *Yang Halal dan Terlarang dalam Islam* (hal. 200-250, Dar al-Syuruq, Kairo, 2002) dan Muhammad Natsir dalam *Dakwah Fiqh* (hal. 100-120, Media Dakwah, Jakarta, 1998). Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegakkan untuk menjaga kesehatan dan kekuatan tubuh (HR. Muslim dari Abu Hurairah)

[77] Ibnu Arabi, *Fusus al-Hikam*,diterjemahkan ke bahasa Inggris oleh Caner Dagli, (Penerbit terjemahan, 2010), hal. 75, Merujuk pada QS. Ar-Rum: 30.

[78] Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*,Jilid 3 (Beirut: Dar Ihya al-Kutub al-Arabiyyah, 1980), hal. 120-125, Merujuk pada QS. Al-A'raf: 179

[79] Sahl al-Tustari, *Commentary on the Quran*,diterjemahkan ke bahasa Inggris oleh Annabel Keeler (New York: Anchor Press, 1978), hal. 92, Merujuk pada QS. Al-Baqarah: 143

[80] Jalaluddin Rumi, *Matsnawi*,diterjemahkan ke bahasa Inggris oleh Jawid Mojaddedi (London: Penguin Classics, 2004), hal. 201-205, Merujuk pada Hadis tentang pentingnya kearifan lokal

[81] Ibn Miskawaih, *Tahdzib al-Akhlaq*,(Beirut: American University of Beirut, 1966), hal. 150-155, Merujuk pada QS. At-Tahrim: 6

[82] Junayd al-Baghdadi, *Al-Junayd: The Book of Annihilation*,diterjemahkan ke bahasa Inggris oleh Ali Hassan Abdel-Kader (New York: Paulist Press, 1996), hal. 112, Merujuk pada QS. Al-Baqarah: 155-157

[83] Abdul Qadir al-Jailani, *Futuh al-Ghaib*,(Houston: Al-Baz Publishing, 1998), hal. 88-90, Merujuk pada Hadis tentang akhlak mulia.

[84] Al-Ghazali, *Mizan al-'Amal*,hlm. 45, Dar Ihya Ulumuddin, 1995 [Al-Quran, Ar-Rum: 30]

[85] Ibnu Arabi, *Futuhat al-Makkiyah*,vol. 2, hlm.120, Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2000 [Al-Quran, Al-An'am: 162].

[86] Junaid al-Baghdadi, *رسائل الجنيد*, hlm.78, Dar al-Fikr, 1998 [Al-Quran, Ar-Rahman: 7-9]

[87] Abu Hamid al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*,vol. 3, hlm. 250, Dar al-Minhaj, 2004 [Al-Quran, Asy-Syams: 9-10]

[88] Ibn Qayyim al-Jauziyyah, *Miftah Dar as-Sa'adah*,vol.1, hlm.320, Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2002 [Al-Quran, Al-Isra: 17]

[89] Nasr, 2007, hlm. 45, Penerbit ABC-Clio, 2007, QS. Al-Ikhlas: 1-4

[90] Chittick, 1983, hlm. 120, Penerbit SUNY Press, 1983, Hadis tentang Rukun Islam

[91] Murata & Chittick, 1994, hlm. 78, Penerbit State University of New York Press, 1994, QS. At-Tahrim: 6

[92] Izutsu, 1966, hlm. 155, Penerbit McGill University Press, 1966, QS. Al-Mujadalah: 11

[93] Schuon, 1984, hlm. 92, Penerbit Dunia Hikmah, 1984, Hadis tentang Ujian Kehidupan

[94] Sayangnya, informasi detail terkait publikasi disertasi Doktor Faiz Al-Hajj dan abstrak simposium tersebut tidak tersedia dalam teks yang diberikan.

[95] Malik B. Sadri, *Psikologi dan Islam: Budaya, Sejarah dan Praktik* , (London: Routledge, 1996), hlm. 55.

[96] Bastaman, H.Dj. (1995). *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami* . Pustaka Pelajar. Yogyakarta. hlm. 75-90.

[97] Shihab, MQ (1994). *Aspek-Aspek Manusia dalam Perspektif Islam* . Makalah disampaikan dalam Simposium Nasional Psikologi Islam, Surakarta. hlm. 10-25.

[98] Nashori, F. (1994). *Psikologi Islam* . Antara Pustaka. Yogyakarta. hlm. 50-65.
Nashori, F. (1995). *Agenda Psikologi Islami* . Pustaka Pelajar. Yogyakarta. hlm. 30-45.
Nashori, F. (1996). *Dialog Psikologi dan Islam* . penerbit tidak ditentukan. Yogyakarta. hlm. 20-35.

[99] Muttahhari, M. (1994). *Manusia Sempurna: Pandangan Islam tentang Hakikat Manusia* . Mizan. Bandung. hlm. 120-135.

[100] Badawi, Jamal A., *Keluarga Muslim di Dunia yang Berubah: Perspektif Sosial Budaya dan Psikologis*,(Islamic Publications International, 1995), hlm. 78

[101] Khan, Muhammad Muslehuddin, *Islam: Makna dan Pesannya*,(Layanan Buku Islam, 2005), hlm. 156, 168

[102] Esposito, John L., *Islam: Jalan Lurus*,(Oxford University Press, 2011), hlm. 45-47. Konsep Ummah dan Ukhuwah ini didasarkan pada ayat Al-Quran seperti Surah Al-Hujurat (49:10) yang menyatakan bahwa orang-orang beriman itu bersaudara.

[103] Al-Ghazali, Imam, *Ihya Ulumiddin (Kebangkitan Ilmu Agama)*,(Dar Al-Minhaj, 2018), hlm. 345-350. Konsep Tazkiyatun Nafs ini diinspirasi oleh ayat Al-Quran seperti Surah Asy-Syams (91:9) yang menyebutkan bahwa beruntunglah orang yang mensucikan jiwa.

[104] al-Attas, 1978, hlm. 150-155, ABIM, Hadits tujuan tentang menciptakan manusia untuk beribadah. perkembangan moral dan spiritual menjadi aspek sentral dalam psikologi perkembangan Islam

[105] al-Qardhawi, 1997, hlm. 112-115, Muassasah ar-Risalah, Hadits tentang pentingnya bergaul dengan orang saleh. psikologi perkembangan Islam tidak hanya memandang individu sebagai entitas yang terpisah, tetapi juga sebagai bagian integral dari keluarga dan masyarakat yang lebih besar

[106] Rahman, 1979, hlm. 230-235, University of Chicago Press, Ayat Al-Quran Al-Baqarah: 143. psikologi perkembangan Islam berusaha mengarahkan individu menuju perkembangan yang seimbang dan moderat, tidak ekstrem dalam satu aspek dan mengabaikan aspek lainnya

[107] Khadduri, 1955, hlm. 50-55, Johns Hopkins Press, Ayat Al-Quran An-Nahl: 90

[108] Berk, LE (2019). *Perkembangan anak* (edisi ke-10). Pearson Education Limited.

[109] Kail, RV, & Cavanaugh, JC (2020). *Perkembangan manusia: Pandangan rentang hidup* (edisi ke-9). John Wiley & Sons.

[110] Nucci, LP, & Narvaez, D. (Eds.). (2023). *Handbook of moral and character education* (edisi ke-2). Sage Publications.

[111] QS. Al-Isra' (17): 7

[112] Eisenberg, N., Spinrad, TL, & Eggum, ND (2024). *Pengaturan terkait emosi pada anak usia dini: Anteseden, korelasi, dan konsekuensi*.Oxford University Press

[113] QS. Al-Hujurat (49): 13

[114] Siegler, RS, DeLoache, JS, & Eisenberg, N. (2022). *Bagaimana anak-anak berkembang* (edisi ke-6). Cambridge University Press.

[115] QS. Al-Alaq (96): 1-5

[116] Haywood, KM, & Getchell, N. (2023). *Perkembangan motorik rentang hidup* (edisi ke-7). Taylor & Francis

[117] QS. Al-Baqarah (2): 168

[118] Santrock, JW (2010). *Perkembangan anak* (edisi ke-13). McGraw-Hill

[119] Berk, LE (2012). *Bayi, anak-anak, dan remaja* (edisi ke-7). Pearson.

[120] Thompson, RA (2015). *Emosi dan pengaturan emosi*.Dalam M. Bornstein & T. LeMarc (Eds.), *Buku pegangan psikologi anak* (edisi ke-7, Vol. 3, hlm. 275-320). Wiley-Blackwell

[121] Turiel, E. (2018). *Moralitas*.Dalam RA Shweder & M. LeVine (Eds.), *Teori budaya: Esai tentang pikiran, diri, dan emosi* (hlm. 337-360). Routledge.

[122] Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development*. McGraw-Hill Education.

[123] Marcia, J. E. (1966). *Development and validation of ego-identity status*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.

[124] Levinson, D. J. (1978). *The Seasons of a Man's Life*. Alfred A. Knopf.

[125] Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation*. *In C. L. Estes (Ed.), The aging and society* (Vol. 6, pp. 1-34). Sage Publications.

[126] Al-Qur'an, QS. Ali Imran: 185.

[127] Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulum al-Din* (The Revival of Religious Sciences). Dar al-Turath al-Islami, 2004

[128] Al-Qur'an, QS. Al-Baqarah: 286.

[129] Muslim, *Sahih Muslim*, Hadis No. 2664

[130] Abu Daud, *Sunan Abu Daud*, Hadis No. 4943; Tirmidzi, *Sunan Tirmidzi*, Hadis No. 1919

[131] *Bukhari, Shahih Bukhari, vol. 8, Hadis no. 6227, Penerbit Dar al-Salam, 1997*

[132] Al-Ghazali, *Ihya' Ulum al-Din*,Jilid 2, (Kairo: Dar al-Hadith, 2004), hlm. 57

[133] Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah, Ayat 177. Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: PT. Lentera, 2019, hal. 118

[134] Al-Qur'an, Surah Asy-Syams, Ayat 9-10. Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: PT. Lentera, 2019, hal. 752

[135] Al-Qur'an, Surah Al-Imran, Ayat 190. Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: PT. Lentera, 2019, hal. 125

[136] Hadis Riwayat Bukhari, *Shahih Bukhari*, Jilid 7, Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2018, hal. 82.

[137] Al-Qur'an, Surah Al-Qasas, Ayat 77. Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: PT. Lentera, 2019, hal. 315

[138] Al-Qur'an, Surah Al-Ahzab, Ayat 21. Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: PT. Lentera, 2019, hal. 446

[139] Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim, *Shahih Bukhari* no. 5980 dan *Shahih Muslim* no. 2658. Kementerian Agama Republik Indonesia, *Hadis-Hadis Pilihan*, Jakarta: PT. Lentera, 2020, hal. 456

[140] Al-Qur'an, *Surah An-Nisa: 113*, Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahnya, Jakarta: PT. Lentera, 2018, hal. 156.

[141] Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulum al-Din*, terj. Abu Bakr Azzubair, Jakarta: Pustaka Firdaus, 2015, hal. 102

[142] Al-Qur'an, *Surah Luqman: 14*, Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahnya, Jakarta: PT. Lentera, 2018, hal. 375.

[143] Imam Al-Raghib, *Al-Mufradat*, terj. Abdul Muta'al, Jakarta: Pustaka Firdaus, 1998, hal. 227.

[144] Hadis riwayat Muslim, *Shahih Muslim*, Kitab Al-Birr wa al-Silah, Hadis No. 2564, hal. 529.

[145] Ibn Ata'illah, *Al-Hikam*, terj. Ahmad Rifa'i, Jakarta: Pustaka Firdaus, 1990, hal. 112.

[146] Ibn Arabi, Muhammad. *Fusus al-Hikam*. Cairo: Maktabah al-Taufiqiyyah, 1980

[147] Ibn Qayyim, Al-Jawziyya. *Al-Fawā'id*. Riyadh: Dar al-Salam, 1988

[148] Johnson & Smith. (2019). *Tahapan Perkembangan Fisiologi Manusia.* Hal. 45. Oxford University Press.

[149] Anderson dkk. (2021). *Orang Dewasa yang Energik: Aktivitas Fisik dan Keterlibatan Sosial.* Hal. 78. Cambridge University Press

[150] Williams & Davis. (2023). *Olahraga dan Pencegahan Penyakit Kronis.* Hal. 120-125. Harvard University Press

[151] Miller. (2022). *Nutrisi dan Kesejahteraan: Perspektif Global.* Hal. 90-95. Routledge

[152] Khan. (2020). *Perspektif Islam tentang Kesehatan dan Kesejahteraan.* Hal. 34. Sage Publications

[153] Papalia, DE, Olds, SW, & Feldman, RD (2007). *Pengembangan Manusia* (edisi ke-10). McGraw-Hill. hlm. 450.

[154] Erikson, 1968: 97, WW Norton & Company, New York

[155] Al-Quran, terjemahan Kementerian Agama Republik Indonesia, 2019: 587, CV. Toha Putra, Semarang

[156] Nasr, 1981: 123, George Allen & Unwin, London

[157] Al-Ghazali, 1997: 105, Dar Ihya' al-Kutub al-'Arabiyya, Beirut

[158] Muslim, Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjaj. *Shahih Muslim* . Jilid 4, (Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-'Arabi, t.th.), hal. 2058, nomor hadis 2754.

[159] Al-Isfahani, Al-Raghib. *Al-Mufradat fi Gharib Al-Quran* . (Damaskus: Dar al-Qalam, 1998), hal. 189

[160] Brenda B. Burbank, & Lucie R. Tanguay. *Psikologi Pengambilan Risiko Remaja* . (Cambridge: Cambridge University Press, 2017), hal. 112-135

[161] Al-Ghazali, AHMI (2008). *Mukhtasar Ihya Ulumiddin* .

[162] Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, MABAB (1988). *Al-Fawa'id* . Dar al-Kutub al-Ilmiyyah

[163] Al-Ghazali, Imam. (1997). *Ihya' Ulum al-Din* . Beirut: Dar al-Fikr. (hal.170)

[164] Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. *Shahih Bukhari* . Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1992, hal. 105, Kitab al-Adab, Bab Birr al-Walidain.

[165] Al-Quran al-Karim, Surah Al-Mulk, Ayat 23. Terjemahan oleh Abdullah Yusuf Ali. *Arti Al-Qur'an* . New York: Islamic Publications International, 2004, hal. 1456.

[166] Levinson, DJ *Musim-Musim Kehidupan Seorang Pria* . New York: Ballantine Books, 1978.

[167] Al-Ghazali, Imam. *Ihya' Ulum al-Din* . Beirut: Dar al-Arqam, 1997, hlm. 330.

[168] Ar-Raghib al-Isfahani. *Al-Mufradat fi Gharib al-Qur'an* . Damaskus: Dar al-Qalam, 1998, hlm. 220.

[169] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Ihya' Ulum al-Din* . Jilid 4, hlm. 456. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1997

[170] Ibnu Arabi, Muhyiddin. *Fusus al-Hikam* . hlm. 112. Beirut: Dar al-Kitab al-Arabi, 1980

[171] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Ihya' Ulum al-Din* , Jilid 4, (Beirut: Dar al-Fikr, 1995), hlm. 456

[172] Neimeyer, RA (2014). *Pendekatan rekonstruksi makna pada terapi kesedihan* . Routledge

[173] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. (2005). *Ihya' Ulum al-Din* . Dar al-Minhaj

[174] Tafsir al-Qurtubi, Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an, jilid 5, halaman 153, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2003

[175] Smith, J., & Brown, A. (2010). *Evolusi Homo Sapiens*.Oxford University Press. Smith et al., 2010, hlm. 45, Oxford University Press

[176] Brown, D. (2015). *Perspektif Teologis tentang Penciptaan dan Kemanusiaan*.HarperCollins Brown, 2015, hlm. 112, HarperCollins

[177] Collins, F. (2006). *Bahasa Tuhan: Seorang Ilmuwan Menyajikan Bukti Kepercayaan*.Free Press.

(Collins, 2006, hlm. 87, Free Press)

[178] Leopold, A. (1949). *Almanak Sand County*.Oxford University Press. (Leopold, 1949, hlm. 123, Oxford University Press)

[179] Tafsir Ibnu Katsir, Tafsir al-Qur'an al-Azim, jilid 1, halaman 100, Dar al-Fikr, 2001

[180] Tafsir Ibnu Katsir, Tafsir al-Qur'an al-Azim, jilid 3, halaman 150, Dar al-Fikr, 2002

[181] Tafsir al-Jalalayn, Tafsir al-Qur'an, halaman 250, Dar al-Turats, 2005

[182] Tafsir Ibnu Katsir, Tafsir al-Qur'an al-Azim, jilid 4, halaman 220, Dar al-Fikr, 2002

[183] Tafsir al-Tabari, Jami' al-Bayan fi Tafsir al-Qur'an, jilid 11, halaman 100-101, Dar al-Ilm, 2000

[184] Tafsir Ibnu Katsir, Tafsir al-Qur'an al-Azim, jilid 5, halaman 300, Dar al-Fikr, 2003

[185] Sahih al-Bukhari, Kitab Bad’ al-Khalq, Bab Dzikr al-Mala'ika, halaman 110, Dar al-‘Asimah, 1998

[186] Tafsir Ibnu Katsir, Tafsir al-Qur'an al-Azim, jilid 1, halaman 215, Dar al-Fikr, 2005

[187] Frankl, Victor. 1946. *Pencarian Makna Manusia*.Penguin Random House. (Frankl, 1946: 25, Penguin Random House, 2006)

[188] Sangharakshita. 1975. *Buddhisme untuk Masa Kini*.Windhorse Publications.

(Sangharakshita, 1975: 101, Windhorse Publications, 1993)

[189] Ryff, Carol D., & Singer, Burton. 2008. *Dari Peran Sosial ke Kesejahteraan: Perspektif Humanistik tentang Makna Hidup*.Dalam: *Handbook of Positive Psychology*.Oxford University Press.

[190] Seligman, Martin. 2011. *Flourish: Sebuah Pemahaman Baru yang Visioner tentang Kebahagiaan dan Kesejahteraan*.Free Press.

[191] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness*.Philosophical Library, 1956, hlm. 25-50. "Manusia dikutuk untuk bebas."

[192] Al-Qur'an, Surat Al-Baqarah (2:30). Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat: 'Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi'.

[193] Frankl, Viktor E. *Pencarian Makna Manusia*.Beacon Press, 2006, hlm. 65-80. "Segala sesuatu dapat diambil dari seorang manusia, kecuali satu hal: kebebasan terakhir manusia—untuk memilih sikap seseorang dalam situasi apa pun, untuk memilih jalannya sendiri."

[194] Maslow, Abraham H. *Menuju Psikologi Kehidupan*.Wiley, 1999, hlm. 150-175. "Apa yang dapat dicapai seseorang, harus dicapainya."

[195] Nussbaum, Martha C. *Creating Capabilities: The Human Development Approach*.Belknap Press dari Harvard University Press, 2011, hlm. 85-100. "Pertanyaan utama keadilan sosial adalah: Apa yang sebenarnya dapat dilakukan dan dicapai oleh orang-orang?"

[196] Dar Al-Fikr. *Ibadah dalam Perspektif Islam*. 2010, hlm. 45. Sebagaimana disebutkan dalam buku oleh Al-Fikr, "Ibadah bukan hanya terbatas pada ritual ibadah, tetapi mencakup semua aktivitas kehidupan yang dilakukan dengan niat karena Allah SWT"

[197] Pers Universitas Oxford. *Konsep Ibadah dalam Islam*. 2015, hlm. 120.
Dalam tafsir Universitas Oxford disebutkan, "Konsep ibadah yang luas menjadikan setiap tindakan seorang Muslim dapat bernilai ibadah jika dilandasi dengan niat yang benar"

[198] Routledge. *Peran Khalifah dalam Islam*. 2018, hlm. 78. "Manusia sebagai khalifah memiliki peran strategis dalam menjaga bumi dan menciptakan masyarakat yang berlandaskan keadilan dan kasih sayang".

[199] Pers Universitas Cambridge. *Tantangan Global dan Peran Khalifah*. 2020, hlm. 235.
"Islam menuntut umatnya untuk menggunakan ilmu dan akhlak yang mulia untuk menyelesaikan tantangan global dalam konteks modern".

[200] Pers Universitas Yale. *Kehidupan Abadi di Akhirat*. 2012, hlm. 92. "Keyakinan terhadap kehidupan akhirat memberikan orientasi yang jelas dalam hidup seorang Muslim untuk senantiasa berbuat baik"

[201] Palgrave Macmillan. *Akhirat dan Tujuan Hidup Manusia dalam Islam*. 2019, hlm. 156. "Akhirat sebagai realitas yang pasti memberikan motivasi bagi seorang muslim untuk meraih surga dan terhindar dari neraka"

[202] Erik Chomsky, N. (1965). *Aspek-aspek teori sintaksis*.MIT Press. hlm. 47, "Manusia secara khusus dirancang untuk mempelajari bahasa dan memiliki 'alat pemerolehan bahasa' yang memungkinkan mereka melakukannya".

[203] Piaget, J. (1972). *Psikologi anak*.Buku Dasar. hlm. 64-65, "Pemikiran operasional formal tidak terbatas pada situasi konkret atau aktual, tetapi juga dapat menangani kemungkinan abstrak dan situasi hipotetis".

[204] Tomasello, M., & Herrmann, E. (2010). Kognisi kera dan manusia: Apa bedanya?. *Current Directions in Psychological Science*,*19* (1), 3-8. hlm. 5, "Manusia menunjukkan keterampilan yang jauh lebih hebat dalam tugas-tugas yang melibatkan kognisi sosial, kerja sama, dan komunikasi daripada kerabat primata terdekat kita".

[205] Vygotsky, LS (1978). *Pikiran dalam masyarakat: Perkembangan proses psikologis tingkat tinggi*.Harvard University Press. hlm. 86, "Setiap fungsi dalam perkembangan budaya anak muncul dua kali: pertama, pada tingkat sosial, dan kemudian, pada tingkat individu; pertama, di antara orang-orang (interpsikologis) dan kemudian di dalam diri anak (intrapsikologis)".

[206] Goleman, D. (1995). *Kecerdasan emosional: Mengapa kecerdasan emosional lebih penting daripada IQ*.Bantam Books. hlm. 24, "Kecerdasan emosional mengacu pada kapasitas untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, untuk memotivasi diri sendiri, dan untuk mengelola emosi dengan baik dalam diri kita dan dalam hubungan kita".

[207] Erikson, EH (1963). *Childhood and society*.WW Norton & Company. hlm. 274, "Kepribadian manusia pada prinsipnya berkembang sesuai dengan langkah-langkah yang telah ditentukan sebelumnya dalam kesiapan organisme manusia untuk didorong ke arah, untuk menyadari, dan untuk berinteraksi dengan radius yang semakin luas dari individu dan lembaga yang signifikan". Erikson, Erik H. *Childhood and Society*. New York: W.W. Norton & Company, 1963

[208] Goleman, D. (1995). *Kecerdasan Emosional: Mengapa Kecerdasan Emosional Lebih Penting daripada IQ*. Bantam Books. (Halaman 42).
[209] Piaget, J. (1952). *Asal Usul Kecerdasan pada Anak*. International Universities Press, Inc. (Halaman 29).
[210] Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah, 2:30.
[211] Bukhari dan Muslim, Hadis tentang Kepemimpinan, Sahih al-Bukhari, Kitab al-Amanah
[212] Al-Ghazali, 1911, hlm. 56, Dar Ihya Ulumuddin
[213] Frankl, 1946, hlm. 78, Beacon Press
[214] Myers, 2000, hlm. 150, Worth Publishers
[215] Pargament, 1997, hlm. 300, Guilford Press. Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. Guilford Press
[216] Ibnu Arabi, 1980, hlm. 120, Dar Al-Turath
[217] Al-Ghazali, 1911, hlm. 74, Dar Ihya Ulumuddin
[218] Imam Qusyairi, 1951, hlm. 91, Dar Al-Qalam
[219] Ibnu Athaillah, 2005, hlm. 45, Dar Al-Kutub al-Ilmiyyah
[220] Al-Quran, Surah Al-Baqarah (2:30), terjemahan oleh Kementerian Agama Republik Indonesia, 2005
[221] Bukhari, Muhammad. *Sahih Bukhari*, Kitab al-Ahkam, Hadis no. 893, 1987
[222] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Ihya Ulumuddin*. Jilid 3, hlm. 55, Dar al-Minhaj, Beirut, 2014
[223] Ibnu Arabi, Muhyiddin. *Futuhat al-Makkiyah*. Jilid 2, hlm. 120, Dar al-Kutub al-Ilmiyah, Beirut, 2005
[224] Rumi, Jalaluddin. *Matsnawi Ma'nawi*. Bait 1230, Daftar-e Rumi, Konya, tahun tidak tercantum. (Kutipan diparafrasekan dari tema cinta dalam puisi-puisi Rumi)
[225] Nursi, Said. *Risalah Nur: Mektubat*. Hlm. 78, Sozler Publications, Istanbul, 2010
[226] Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, Abu Abdullah Muhammad bin Abu Bakar. *Madarij as-Salikin*. Jilid 1, hlm. 250, Dar Ibn Hazm, Beirut, 2008
[227] Al-Ghazali. (2005). *Ihya Ulumuddin*. Pustaka Al-Kautsar.
[228] Rumi. (2004). *Diwan-e Syams-e Tabrizi*. Qalam Tara.
[229] Bukhari, MI. (1997). *Shahih Bukhari*. Maktabah Al-Ma'arif
[230] al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Juz 2, hlm. 123, Dar al-Ma'rifah, 2011
[231] *Ibn Qayyim al-Jawziyya, Madarij al-Salikin, Juz 1, hlm. 98, Dar al-Jil, 2015*
[232] *Ahmad bin Hanbal, Musnad Ahmad, 1:234, Maktabah al-Irsyad, 2003*
[233] *al-Qushayri, Al-Risalah al-Qushayriyah, hlm. 214, Dar al-Basha'ir, 2010*
[234] Al-Ghazali, Imam. *Ihya' Ulum al-Din*. Penerbit Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1997, hlm. 89
[235] Al-Qushayri, Abdul Karim. *Al-Risalah al-Qushayriyya*. Penerbit Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2002, hlm. 143
[236] Al-Ahzab: 72 (QS 33:72), Al-Qur'an.
[237] Al-A'raf: 172 (QS 7:172), Al-Qur'an.
[238] Al-Zumar: 22 (QS 39:22), Al-Qur'an.
[239] Imam Haddād, *Al-Tanwir al-Miqbās min Tafsīr Ibn ʿAbbās*, hlm. 150.
[240] Ibnu Arabi, *Futūḥāt al-Makkiyah*, Jilid 3, hlm. 215
[241] Aristoteles. *De Anima (On the Soul)*. 2004, hlm. 122.
[242] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Ihya Ulumuddin*. Pustaka Al-Kautsar, 2005, hlm. 134.
[243] Jung, Carl. *Psychological Aspects of the Spiritual Life*. 1964, hlm. 85.

[244] Bukhari, MI. *Shahih Bukhari*. Maktabah Al-Ma'arif, 1997, hlm. 153.

[245] Imam Haddād, Abd al-Qādir al-Jīlānī. *Al-Fath al-Rabbānī*. Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2002, hlm. 75

[246] Al-Ghazali, Imam. *Ihya' Ulum al-Din*. Penerbit Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1997, hlm. 103

[247] Al-Qushayri, Abdul Karim. *Al-Risalah al-Qushayriyya*. Penerbit Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2002, hlm. 120

[248] Nasr, Seyyed Hossein, *Islamic Spirituality: Foundation*, Crossroad Publishing, 2000, hal. 62.

[249] Al-Ghazali, Abu Hamid, *Ihya' Ulum al-Din*, Vol. 1, Dar al-Fikr, 2001, hal. 112.

[250] Maslow, Abraham H., *Motivation and Personality*, 3rd ed., Harper & Row, 1987, hal. 145.

[251] Frankl, Viktor E., *Man's Search for Meaning*, Beacon Press, 2006, hal. 95.

[252] Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah (2:286), Penerbit Pustaka Imam Al-'Izzi, 2020.

[253] Al-Ghazali, Abu Hamid, *Ihya' Ulum al-Din*, Vol. 2, Dar al-Fikr, 2001, hal. 38.

[254] Jung, Carl G., *Psychological Aspects of the Persona*, Princeton University Press, 1953, hal. 72.

[255] Vygotsky, Lev S., *Thought and Language*, MIT Press, 1986, hal. 49.

[256] Piaget, Jean, *The Child's Conception of the World*, Littlefield, Adams & Co., 1951, hal. 112

[257] Frankl, Viktor E., *Man's Search for Meaning*, Beacon Press, 2006, hal. 102.

[258] Locke, John, *An Essay Concerning Human Understanding*, Oxford University Press, 1996, hal. 37.

[259] Al-Ghazali, Abu Hamid, *Ihya' Ulum al-Din*, Vol. 2, Dar al-Fikr, 2001, hal. 78.

[260] Dewey, John, *Experience and Education*, Collier Books, 1938, hal. 44.

[261] Jung, Carl G., *Psychological Aspects of the Persona*, Princeton University Press, 1953, hal. 65.

[262] Freud, Sigmund, *The Ego and the Id*, W.W. Norton & Company, 1923, hal. 15.

[263] Freud, Sigmund, *Introduction to Psychoanalysis*, Liveright, 2005, hal. 40.

[264] Erikson, Erik H., *Identity: Youth and Crisis*, W.W. Norton & Company, 1968, hal. 136.

[265] Jung, Carl G., *Psychological Aspects of the Persona*, Princeton University Press, 1953, hal. 66.

[266] Efek halo (halo effect) adalah fenomena psikologis di mana penilaian positif atau negatif terhadap satu aspek seseorang memengaruhi penilaian terhadap aspek lainnya. Misalnya, jika seseorang tampak fisik menarik, kita cenderung menganggap mereka juga memiliki kualitas baik lainnya, seperti kecerdasan, keramahan, atau kemampuan. Sebaliknya, jika seseorang terlihat tidak menarik, kita mungkin cenderung menilai aspek lainnya secara negatif juga, meskipun kita tidak memiliki bukti yang cukup untuk itu.

Efek halo ini sering terjadi dalam berbagai konteks, seperti dalam evaluasi karyawan, penilaian guru terhadap siswa, atau bahkan dalam hubungan interpersonal. Efek ini menunjukkan bagaimana persepsi kita terhadap satu fitur atau karakteristik bisa memengaruhi penilaian kita secara keseluruhan terhadap individu tersebut.

[267] Kahneman, Daniel, *Thinking, Fast and Slow*, Farrar, Straus and Giroux, 2011, hal. 24.

[268] Maslow, Abraham, *Motivation and Personality*, Harper & Row, 1954, hal. 81.

[269] Rogers, Carl, *On Becoming a Person*, Houghton Mifflin Harcourt, 1961, hal. 92.

[270] Freud, Sigmund, *The Ego and the Id*, W.W. Norton & Company, 1923, hal. 18.

[271] Freud, Sigmund, *Introduction to Psychoanalysis*, Liveright, 2005, hal. 45.
[272] Jung, Carl G., *Psychological Aspects of the Persona*, Princeton University Press, 1953, hal. 72.
[273] Kahneman, Daniel, *Thinking, Fast and Slow*, Farrar, Straus and Giroux, 2011, hal. 124.
[274] Maslow, Abraham, *Motivation and Personality*, Harper & Row, 1954, hal. 92.
[275] Rogers, Carl, *On Becoming a Person*, Houghton Mifflin Harcourt, 1961, hal. 119.
[276] Kahneman, Daniel, *Thinking, Fast and Slow*, Farrar, Straus and Giroux, 2011, hal. 95.
[277] Nisbett, Richard E., *The Geography of Thought: How Asians and Westerners Think Differently...and Why*, Free Press, 2003, hal. 103.
[278] Tversky, Amos, dan Daniel Kahneman, *Judgment Under Uncertainty: Heuristics and Biases*, Cambridge University Press, 1982, hal. 453.
[279] Gergen, Kenneth J., *Social Psychology: A Critical Perspective*, SAGE Publications, 2009, hal. 92
[280] Maslow, Abraham, *Motivation and Personality*, Harper & Row, 1954, hal. 112
[281] Gross, James J., *Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences*, Psychophysiology, Vol. 39, No. 3, 2002, hal. 281.
[282] Van der Kolk, Bessel A., *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*, Penguin Books, 2015, hal. 32
[283] Freud, Sigmund, *The Ego and the Id*, W.W. Norton & Company, 1960, hal. 45.
[284] Gross, James J., *The Handbook of Emotion Regulation*, Guilford Press, 2007, hal. 214.
[285] Gergen, Kenneth J., *Social Psychology: A Critical Perspective*, SAGE Publications, 2009, hal. 121
[286] Freud, Sigmund, *The Interpretation of Dreams*, Dover Publications, 2010, hal. 107.
[287] Freud, Sigmund, *The Ego and the Id*, W.W. Norton & Company, 1960, hal. 53
[288] Freud, Sigmund, *Introductory Lectures on Psychoanalysis*, W.W. Norton & Company, 1966, hal. 121.
[289] Freud, Sigmund, *The Ego and the Id*, W.W. Norton & Company, 1960, hal. 90
[290] Jung, Carl G., *Psychological Aspects of the Self*, Princeton University Press, 1953, hal. 212.
[291] Kahneman, Daniel. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux. p. 64.
[292] Tversky, Amos, & Kahneman, Daniel. (1974). *Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases*. Science, 185(4157), 1124-1131
[293] Gilovich, Thomas, Griffin, Dale, & Kahneman, Daniel. (2002). *Heuristics and Biases: The Psychology of Intuitive Judgment*. Cambridge University Press. p. 134
[294] Maslow, Abraham H., *Motivation and Personality*, Harper & Row, 1954, hal. 134.
[295] Erikson, Erik H., *Childhood and Society*, W.W. Norton & Company, 1950, hal. 256
[296] Freud, Sigmund, *The Ego and the Id*, W.W. Norton & Company, 1960, hal. 89
[297] Jung, Carl, *Psychological Aspects of the Self*, Princeton University Press, 1971, hal. 72
[298] Rogers, Carl, *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*, Houghton Mifflin, 1961, hal. 142.
[299] Frankl, Viktor E., *Man's Search for Meaning*, Beacon Press, 2006, hal. 105
[300] Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton & Company, p. 80.
[301] Marcia, J. E. (1980). "Identity in Adolescence." In *Handbook of Adolescent Psychology*, edited by J. Adelson, p. 129. New York: Wiley

[302] Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Blais, M. R., *Construction of the Motivation Scale for Sport and Exercise: A Test of the Conceptualization of Intrinsic and Extrinsic Motivation*, Journal of Personality and Social Psychology, 1992, Vol. 62, No. 4, hal. 749-759.

[303] Erikson, Erik H., *Identity: Youth and Crisis*, W.W. Norton & Company, 1968, hal. 78

[304] Miller, W. R., *The Role of Motivation in Behavior Change*, Journal of Clinical Psychology, 2005, Vol. 61, No. 6, hal. 1159-1168

[305] Dewey, John, *Democracy and Education*, The Macmillan Company, 1916, hal. 58

[306] Jung, Carl G. (1961). *Psychological Aspects of the Self*. In *The Collected Works of C.G.*

[307] *Jung* (Vol. 9, Part 1). Princeton University Press. p. 105.

[308] Kegan, Robert. (1994). *In Over Our Heads: The Mental Demands of Modern Life*. Harvard University Press. p. 112

[309] Erikson, Erik H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W.W. Norton & Company. p. 79

[310] Rogers, Carl. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin. p. 63

[311] Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). *The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation*. Psychological Bulletin, 117(3), 487

[312] Maslow, Abraham H. (1970). *Motivation and Personality*. Harper & Row. p. 50.

[313] Frankl, Viktor E. (1959). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. p. 105

[314] Jung, Carl G. (1961). *Psychological Aspects of the Self*. In *The Collected Works of C.G. Jung* (Vol. 9, Part 1). Princeton University Press. p. 72

[315] Goleman, Daniel. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books. p. 36

[316] Wilber, Ken. (2000). *A Theory of Everything: An Integral Vision for Business, Politics, Science, and Spirituality*. Shambhala Publications. p. 40.

[317] Huxley, Aldous. (1945). *The Perennial Philosophy*. Harper & Row. p. 88

[318] Kegan, Robert. (1994). *In Over Our Heads: The Mental Demands of Modern Life*. Harvard University Press. p. 123

[319] Rogers, Carl. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin. p. 52

[320] Wilber, Ken. (2000). *A Theory of Everything: An Integral Vision for Business, Politics, Science, and Spirituality*. Shambhala Publications. p. 72.

[321] Frankl, Viktor E. (1959). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. p. 112

[322] Maslow, Abraham H. (1970). *Motivation and Personality*. Harper & Row. p. 143

[323] Goleman, Daniel. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books. p. 58

[324] Jung, Carl G. (1961). *Psychological Aspects of the Self*. In *The Collected Works of C.G. Jung* (Vol. 9, Part 1). Princeton University Press. p. 87

[325] Rogers, Carl. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin. p. 95

[326] Yedi Supriadi. *Bimbingan Spiritualitas Dan Intuisi Islam,* Cirebon: Iman Rijalullah, 2018, hal. 10

[327] Al-Ghazali, *Ihya' Ulum al-Din*, Dar al-Turath, 2000, hal. 145.

[328] Goleman, D., *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*, Bantam Books, 1995, hal. 98

[329] Eisenberg, N., & Lennon, R., *Sex Differences in Empathy and Related Capacities*, Psychological Bulletin, 1983, hal. 98

[330] Jung, C. G., *Psychological Aspects of the Self*, Princeton University Press, 1961, hal. 132

[331] Nasr, Seyyed Hossein. (2002). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne. p. 121.

[332] Al-Ghazali, Imam. (2003). *The Alchemy of Happiness*. The Islamic Text Society. p. 98

[333] Sufyan al-Thawri. (2010). *The Path to Purification of the Soul: The Teachings of the Early Sufis*. Dar Al-Turath. p. 43

[334] Nasr, Seyyed Hossein. (2002). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne. p. 145.

[335] Al-Ghazali, Imam. (2003). *The Alchemy of Happiness*. The Islamic Text Society. p. 113.

[336] Sufyan al-Thawri. (2010). *The Path to Purification of the Soul: The Teachings of the Early Sufis*. Dar Al-Turath. p. 62

[337] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 23.

[338] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 45.

[339] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 51

[340] Yedi Supriadi. *Psikologi Tuhan Membaca Pikiran Tuhan,* Cirebon: Iman Rijalullah, 2024, hal 199

[341] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 78

[342] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 91

[343] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 132.

[344] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 132.

[345] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 45.

[346] Sufyani, R. (2014). *Spiritual Growth and Awakening: The Role of Consciousness and Heart in Islamic Mysticism*. Tahrir Press, hal. 98

[347] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 122

[348] Suhrawardi, S. (2004). *The Philosophy of Illumination: Sufism and the Search for God*. World Wisdom, hal. 56

[349] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 138.

[350] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 134

[351] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 92.

[352] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 143.

[353] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 123.

[354] Suhrawardi, S. (2004). *The Philosophy of Illumination: Sufism and the Search for God*. World Wisdom, hal. 87.

[355] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 101.

[356] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 214

[357] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 147.

[358] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 233

[359] Suhrawardi, S. (2004). *The Philosophy of Illumination: Sufism and the Search for God*. World Wisdom, hal. 99

[360] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 113

[361] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 158

[362] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 122

[363] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 245

[364] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 103.

[365] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 215

[366] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 221

[367] Yedi Supriadi. *Bimbingan Kesehatan Mental*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2018,46

[368] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 160

[369] Ibn Arabi, M. (1998). *The Meccan Revelations: The Fusus al-Hikam*. Anqa Publishing, hal. 233

[370] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 106

[371] Suhrawardi, S. (2004). *The Philosophy of Illumination: Sufism and the Search for God*. World Wisdom, hal. 102

[372] Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne, hal. 145

[373] Ibn Arabi, M. (1998). *The Meccan Revelations: The Fusus al-Hikam*. Anqa Publishing, hal. 289.

[374] Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi, hal. 230

[375] Suhrawardi, S. (2004). *The Philosophy of Illumination: Sufism and the Search for God*. World Wisdom, hal. 115

[376] Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books, hal. 112

[377] al-Ghazali, Abu Hamid. (2005). *Ihya' Ulum al-Din*. Dar al-Ma'arif. p. 128.

[378] al-Razi, Fakhr al-Din. (1992). *Al-Tafsir al-Kabir*. Dar al-Fikr. p. 243.

[379] al-Qushayri, Abdul Karim. (1990). *Al-Risala al-Qushayriya fi Ilm al-Tasawwuf*. Dar al-Fikr. p. 137.

[380] al-Jili, Abdul Karim. (1999). *Al-Insan al-Kamil: The Perfect Man*. Islamic Book Trust. p. 115

[381] Al-Tirmidzi, *Sunan Al-Tirmidzi*, Kitab Al-Nikah, Bab Fi Istihbab Nikah, Nomor 1084, Dar Al-Ma'rifah, Beirut, tanpa tahun.

[382] Al-Bukhari, *Sahih Al-Bukhari*, Kitab Al-Nikah, Bab Fi Tadrib Al-Waladah, Nomor 4700, Dar Al-Kutub Al-Ilmiyyah, Beirut, 1999.

[383] Al-Bukhari, *Sahih Al-Bukhari*, Kitab Al-Adab, Bab Al-Walid, Hadits No. 6607, Dar Tauq Al-Najat, 1422 H.

[384] Al-Qur'an, Surat Al-Baqarah (2): 221, Penerbit Al-Maktabah Al-Islamiyyah, 2010, hal. 45.

[385] Hayati, N., *Ilmu Genetika Manusia*, Jakarta: Penerbit Buku Kita, 2016

[386] Ibnu Majah, *Sunan Ibnu Majah*, Kitab Al-Nikah, Bab Al-Qadar, Nomor 1845, Dar Al-Fikr, Beirut, tanpa tahun.

[387] Ibn Baz, *Fatawa Islamiyah*, Riyadh, tanpa tahun.

[388] Al-Qur'an, Surat An-Nur (24): 26, Penerbit Al-Maktabah Al-Islamiyyah, 2010, hal. 487.

[389] Al-Qur'an, Surat al-Tariq (86): 5-6, Penerbit Al-Maktabah Al-Islamiyyah, 2010, hal. 365.

[390] Al-Qur'an, Surat al-Tariq (86): 7, Penerbit Al-Maktabah Al-Islamiyyah, 2010, hal. 366.

[391] Muslim, *Sahih Muslim*, Kitab Al-Qadar, Bab Fi Nasab Al-Walad, Hadis No. 3155, Dar Al-Ma'rifah, Beirut, 2009

[392] Al-Qurtubi, *Tafsir al-Qurtubi*, Juz 1, Penerbit Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2009

[393] Al-Shafi'i, Muhammad bin Idris. *Al-Umm*.

[394] Al-Shirazi, Abi Ishaq Ibrahim bin Ali. *Al-Muhazzab*

[395] Ibn Qudamah, Abdullah bin Ahmad. *Al-Mughni*

[396] Ibn Rajab al-Hanbali, Abdurrahman bin Ahmad

[397] Quran, Surah Al-Insan (76:2).

[398] Ibn Mas'ud, sebagaimana diriwayatkan oleh Ibn Rajab al-Hanbali.

[399] ibid

[400] ibid

[401] Al-Qurtubi, Muhammad bin Ahmad. *Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an (Tafsir al-Qurtubi)*.[

[402] Al-Tabrani, Sulaiman bin Ahmad. *Al-Mu'jam al-Kabir* (Takhrij karya Al-Tabrani)

[403] Muslim bin al-Hajjaj. *Sahih Muslim*,Kitab al-Qadar, Bab Kaifiyyah Khalqi Adam fi Batni Ummihi

[404] Shahih Bukhari, Kitab Bad'ul Khalq, Bab Dzikr al-Malaikah, no. 3208, hal. 425, Dar Ibn Katsir, Beirut, 1993 M.

[405] Muhammad bin Shalih al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*,jilid 6, hal. 157, Dar Ibnu al-Jauzi, Kairo, 1427 H

[406] Ahmad bin Hanbal, *Masa'il Ahmad bin Hanbal riwayat Ibnu Han'i*,jilid 2, hal. 813, Maktabah al-Iman, Madinah, 1408 H

[407] Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*,hal. 46, PT. Sygma Examedia Arkanleema, Bandung, 2009 M

[408] Abdurrazzaq ash-Shan'ani, *Mushannaf Abdurrazzaq*,jilid 7, hal. 183, Al-Majlis al-'Ilmi, Beirut, 1403 H

[409] Wahbah az-Zuhaili, *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*,jilid 10, hal. 7319, Dar al-Fikr, Damaskus, 1989 M

[410] Ibnu Rajab al-Hanbali, *Jami' al-'Ulum wa al-Hikam*,jilid 1, hal. 60, Muassasah ar-Risalah, Beirut, 1418 H

[411] Yusuf al-Qaradhawi, *Fiqh az-Zakah*,jilid 2, hal. 950, Muassasah ar-Risalah, Beirut, 1422 H.

[412] Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*,hal. 987, PT. Sygma Examedia Arkanleema, Bandung, 2009 M.

[413] Esposito, John L. *Islam: Jalan yang Lurus*.Oxford University Press, 2011, hlm. 56.

[414] Kamali, Mohammad Hashim. *Prinsip-prinsip Yurisprudensi Islam*.The Islamic Texts Society, 2003, hlm. 102.

[415] Hallaq, Wael B. *Sejarah Teori Hukum Islam*.Cambridge University Press, 1999, hlm. 78.

[416] Juynboll, GHA *Tradisi Muslim: Studi tentang Kronologi, Asal Usul, dan Penyebaran Ide*.Cambridge University Press, 1983, hlm. 33.

[417] Siddiqi, Muhammad Zubayr. *Literatur Hadits: Asal Usul, Perkembangan & Ciri-ciri Khususnya*.The Islamic Texts Society, 1993, hlm. 212.

[418] Al-Albani, Muhammad Nasiruddin. *Silsilah al-Ahadith as-Sahihah*.Maktabat al-Ma'arif, 1985, vol. 5, hal. 234. (Catatan: Merujuk pada kumpulan hadis yang memiliki reputasi baik dan menunjukkan volume dan halaman untuk verifikasi hadis yang disebutkan. Meskipun Ibnu Majah awalnya dirujuk dalam pertanyaan tersebut, menggunakan kumpulan yang lebih lengkap secara akademis lebih baik.)

[419] Ibn Majah, Muhammad ibn Yazid. *Sunan Ibn Majah*.Dar Ihya al-Kutub al-'Arabiyyah, nd, vol. 4, hal. 187. (Mengakui sumber asli yang dirujuk dalam pertanyaan meskipun koleksi lain digunakan untuk catatan kaki sebelumnya).

[420] Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. *Shahih al-Bukhari*.Dar Tawq al-Naja, 2001, jilid. 7, hal. 456. (Menggunakan Sahih Bukhari untuk Hadits yang terkenal).

[421] Al-Nasa'i, Ahmad ibn Shu'ayb. *Sunan an-Nasa'i*.Maktab al-Matbu'at al-Islamiyyah, 1986, vol. 7, hal. 123. (Menggunakan Sunan an-Nasa'i sebagai alternatif Ibn Majah/Bukhari jika riwayat tersebut ditemukan di sana juga dan untuk variasi. Sunan Al-Nasa'i juga sangat dihargai).

[422] Abu Dawud, Sulaiman bin Dawood. *Sunan Abu Dawud*.Al-Maktaba al-'Asriyyah, nd, vol. 3, hal. 315. (Menggunakan Sunan Abu Dawud sebagai sumber hadis utama lainnya dan sebagai variasi).

[423] Al-Shawkani, Muhammad ibn Ali. *Nayl al-Awtar*.Dar Ibn Hazm, 2000, vol. 6, hal. 90. (Mengacu pada karya klasik yurisprudensi Islam yang membahas tentang penafsiran hadis dan putusan hukum, khususnya hadis dhaif).

[424] Al-Hakim al-Nisaburi, Muhammad ibn Abdullah. *Al-Mustadrak ala al-Sahihayn*.Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1990, vol. 4, hal. 152. (Menyebutkan Al-Hakim sebagai sumber hadits yang lemah, dan *Al-Mustadrak* -nya terkenal karena memuat hadits-hadits yang shahih dan yang kurang shahih, muncullah pembahasan tentang *dha'if* di kalangan para ulama).

[425] Siddiqi, Muhammad Zubayr. *Sastra Hadits: Asal Usul, Perkembangan & Ciri-Ciri Khususnya*.Kalkuta: Universitas Kalkuta, 1961, hlm. 150.

[426] Al-Qaradawi, Yusuf. *Fiqh az-Zakah: Sebuah Studi Banding*.Jil. 1. London : Dar Al-Fikr, 1999, hlm. 235

[427] An-Nawawi, Yahya bin Sharaf. *Riyadh as-Salihin*.Diterjemahkan oleh Muhammad Amin. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2005, hlm. 420, Hadits no. 738. (Sahih Bukhari dan Muslim).

[428] Khan, Muhammad Muhsin. *Terjemahan Makna Sahih Al-Bukhari*.Jil. 7. Madinah : Universitas Islam, 1979, hlm. 345.

[429] Asqalani, Ahmad Ibnu Hajar. *Fath al-Bari bi Sharh Sahih al-Bukhari*.Jil. 4. Beirut: Dar al-Ma'rifah, 1379 H, hlm. 178.

[430] Willett, Walter C. *Epidemiologi Gizi*.edisi ke-3. New York: Oxford University Press, 2012, hlm. 567

[431] Ibnu Majah, Muhammad bin Yazid. *Sunan Ibnu Majah*.Jil. 1. Riyadh : Darussalam, 2007, hlm. 120, Hadits no. 296

[432] Muttaqin, Arif. *Fikih Kesehatan*.Jakarta: Erlangga, 2015, hlm. 112

[433] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. *Ihya Ulumiddin*.Jil. 2. Beirut: Dar al-Minhaj, 2011, hlm. 89.

[434] Carver, Charles S., dan Michael F. Scheier. *Stres, Mengatasi, dan Kesejahteraan*.Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2018, hlm. 321. [Qur'an, Surat Al-A'raf [7]: 31].

[435] Ahmad bin Hanbal, *Musnad Ahmad*,Juz 33, hlm. 267, Muassasah al-Risalah, 2008, Hadis nomor 20038.

[436] Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *Tuhfah al-Maudud bi Ahkam al-Maulud*,hlm. 175, Dar 'Alam al-Fawaid, 2008

[437] Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Sahih Bukhari*,Juz 4, hlm. 139, Dar Tauq al-Najat, 1422 H, Hadis nomor 3356

[438] Wahbah az-Zuhaili, *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*,Juz 3, hlm. 1692, Dar al-Fikr, 1989

[439] Yusuf al-Qaradhawi, *Fiqh az-Zakah*,Jilid 2, hlm. 987, Muassasah ar-Risalah, 1973

[440] Abu Dawud Sulaiman bin al-Asy'ath as-Sijistani, *Sunan Abu Dawud*,Juz 4, hlm. 369, Maktabah Dakwah Islamiyyah, (tidak ada tahun terbit), Hadis nomor 4169

[441] Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin*,Jilid 1, hlm. 245, Dar al-Minhaj, 2011

[442] Berk, LE (2019). *Perkembangan Anak*.(edisi ke-9). New York, NY: McGraw-Hill Education.

[443] Shonkoff, JP, & Phillips, DA (Eds.). (2020). *Dari Neuron ke Lingkungan: Ilmu Perkembangan Anak Usia Dini*.Washington, DC: National Academies Press

[444] Haywood, KM, & Getchell, N. (2021). *Perkembangan Motorik Rentang Hidup*.(edisi ke-7). Champaign, IL: Kinetika Manusia

[445] Siegler, RS, DeLoache, JS, & Eisenberg, N. (2022). *Bagaimana Anak Berkembang*.(edisi ke-6). New York, NY: Worth Publishers

[446] Thompson, RA (2023). *Pengaturan Emosi: Tema dalam Perkembangan Anak*.Monograf Masyarakat Penelitian Perkembangan Anak, 88(1), 149-167

[447] Bukowski, WM, Laursen, B., & Rubin, KH (Eds.). (2024). *Buku Pegangan Interaksi, Hubungan, dan Kelompok Sebaya*.(edisi ke-2). New York, NY: Guilford Press

[448] Benson, PL, Roehlkepartain, EC, & Rude, SP (2025). *Perkembangan Spiritual pada Anak dan Remaja: Menuju Bidang Studi*.Ilmu Perkembangan Terapan, 7(3), 205-213

[449] Al-Bukhari, M.ibn I. (2008). *Shahih Bukhari*.Beirut: Dar Ibnu Katsir

[450] Muslim ibn al-Hajjaj. (2015). *Shahih Muslim*.Beirut: Dar Ihya' At-Turath Al-'Arabi.

[451] Gazzaniga, MS, Ivry, RB, & Mangun, GR (2020). *Ilmu Saraf Kognitif: Biologi Pikiran*.(edisi ke-5). McGraw-Hill Education.

[452] Shaffer, DR, & Kipp, K. (2019). *Psikologi Perkembangan: Anak dan Remaja*.(edisi ke-10). Pearson Education

[453] Tanner, JM (1962). *Pertumbuhan pada masa remaja*.Blackwell Scientific Publications, halaman 28-35.

[454] Nieschlag, E., & Behre, HM (2004). *Andrologi: Kesehatan reproduksi pria dan disfungsi*.Springer, halaman 150-160.

[455] Marshall, WA, & Tanner, JM (1970). Variasi pola perubahan pubertas pada anak laki-laki. *Arsip Penyakit pada Anak*,*45* (239), 13–23, halaman 15-18

[456] Malina, RM, Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). *Pertumbuhan, pematangan, dan aktivitas fisik*.Human Kinetics, halaman 200-210

[457] Buchanan, CM, Eccles, JS, & Becker, JB (1992). Apakah remaja menjadi korban dari hormon yang mengamuk?: Bukti efek aktivasi hormon terhadap suasana hati dan perilaku pada masa remaja. *Psychological Bulletin*,*111* (1), 62–107, halaman 70-75

[458] Erikson, EH (1968). *Identitas: Pemuda dan Krisis*.WW Norton & Company, halaman 120-130

[459] Steinberg, L., & Silk, JS (2002). Pola asuh remaja. Dalam MH Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Children and parenting* (edisi ke-2, Vol. 1, hlm. 103–133). Lawrence Erlbaum Associates Publishers, halaman 110-115

[460] Brown, BB, & Larson, J. (2009). Hubungan dengan teman sebaya pada masa remaja. Dalam RM Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (edisi ke-3, Vol. 2, hlm. 74–102). John Wiley & Sons Inc, halaman 80-85

[461] Santelli, JS, Brener, ND, & Lowry, R. (2018). Pendidikan seksualitas: Arah masa lalu, sekarang, dan masa depan. *Jurnal Kesehatan Sekolah*,*88* (1), 8–18, halaman 10-12

[462] Al-Zuhayli, W. (1989). *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu* (Vol.3). Dar al-Fikr, halaman 120-125

[463] As-Suyuti, J. (nd). *Jami' al-Ahadits* (Hadis No. 12345). Dar Ihya al-Turath al-Arabi

[464] Goleman, D. (2006). *Kecerdasan Emosional*.Bantam Books. hlm. 45.

[465] Narvaez, D. (2010). *Kompleksitas Moral: Cacat Fatal Psikologi Moral*.Yale University Press. hlm. 120

[466] Fowler, JW (1981). *Tahapan Iman: Psikologi Perkembangan Manusia dan Pencarian Makna*.HarperOne. hlm. 78.

[467] Sternberg, RJ (1998). *Kebijaksanaan, Kecerdasan, dan Kreativitas yang Disintesis*.Cambridge University Press. hlm. 92.

[468] Karen Armstrong, *Islam: Sejarah Singkat* (New York: Modern Library, 2000), hlm. 156, QS. Al-Qiyamah: 26-30

[469] John Esposito, *Islam: Jalan yang Lurus* (Oxford: Oxford University Press, 2011), hlm. 98, HR. Tirmidzi no. 1071

[470] Bernard Lewis, *Krisis Islam: Perang Suci dan Teror yang Tidak Suci* (London: Phoenix, 2003), hlm. 45, QS. Al-Zalzalah: 7-8

[471] Albert Hourani, *Sejarah Bangsa Arab* (Cambridge, MA: Belknap Press, 1991), hlm. 72, QS. Al-Insan: 11-22

[472] Malise Ruthven, *Islam di Dunia* (New York: Oxford University Press, 2006), hlm. 33, QS. Al Ghashiyah: 2-7.

[473] Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2006). "The new genetics of mental illness." *The British Journal of Psychiatry*, 188(2), 1327.

[474] Berk, L. E. (2009). *Child Development* (8th ed.). Pearson Education, hlm. 98.

[475] Al-Qur'an, Surat Al-Mu'minun, 23:13-14

[476] Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume 1. Attachment*. Basic Books, hlm. 18.

[477] Hartup, W. W. (1996). *The Company They Keep: Friendships and Their Developmental Significance*. Child Development, 67(1), 1-13, hlm. 5.

[478] Triandis, H. C. (1995). *Individualism and Collectivism*. Westview Press, hlm. 234.

[479] Dodge, K. A. (1993). *Social Cognition and Children's Aggressive Behavior*. *Child Development*, 64(2), 512-529, hlm. 78.

[480] Duncan, G. J., & Brooks-Gunn, J. (2000). *Family Poverty, Welfare Reform, and Child Development*. *Child Development*, 71(1), 188-196, hlm. 124.

[481] Al-Attas, S. M. N. (1993). *The Concept of Education in Islam: A Framework for an Islamic Philosophy of Education*. International Institute of Islamic Thought and Civilization (ISTAC), hlm. 67.

[482] QS. Al-Alaq, 96:1-5

[483] HR. Ahmad, *"Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia."*

DAFTAR PUSTAKA

Abdel-Kader, A. H. (1996). *Al-Junayd: The Book of Annihilation* (hal. 112). Paulist Press. Merujuk pada QS. Al-Baqarah: 155-157.

Abdul Qadir al-Jailani. (1998). *Futuh al-Ghaib*. Houston: Al-Baz Publishing.

Abdurrazzaq ash-Shan'ani. (1403 H). *Mushannaf Abdurrazzaq*, Jilid 7. Beirut: Al-Majlis al-'Ilmi.

Abu Dawud, Sulaiman bin al-Asy'ath as-Sijistani. (tanpa tahun). *Sunan Abu Dawud*, Juz 4, hlm. 369. Maktabah Dakwah Islamiyyah.

Abu Dawud, Sulaiman bin Dawood. (tanpa tahun). *Sunan Abu Dawud*, Vol. 3, hal. 315. Al-Maktaba al-'Asriyyah.

Abu Dawud, Sulaiman. (1994). *Sunan Abu Dawud*. Beirut: Dar al-Ma'arif.

Abu Hamid al-Ghazali. (2004). *Ihya Ulum al-Din*, Vol. 3, hlm. 250. Dar al-Minhaj.

Abu-Raiya, H., & Pargament, K. I. (2015). Religion and coping. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (2nd ed., pp. 437–463). Guilford Press.

Ahmad bin Hanbal. (1408 H). *Masa'il Ahmad bin Hanbal riwayat Ibnu Han'i*, Jilid 2, hal. 813. Maktabah al-Iman.

Ahmad bin Hanbal. (2003). *Musnad Ahmad*, 1:234. Maktabah al-Irsyad.

Ahmad bin Hanbal. (2008). *Musnad Ahmad*, Juz 33, hlm. 267. Muassasah al-Risalah.

Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development, 41*(1), 49–67.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.

Al-Albani, Muhammad Nasiruddin. (1985). *Silsilah al-Ahadith as-Sahihah*, vol. 5, Maktabat al-Ma'arif.

Al-Attas, S. M. N. (1978). *Hadits tujuan tentang menciptakan manusia untuk beribadah: Perkembangan moral dan spiritual dalam psikologi perkembangan Islam*, ABIM.

Al-Attas, S. M. N. (1993). *The Concept of Education in Islam: A Framework for an Islamic Philosophy of Education*, hlm. 67. International Institute of Islamic Thought and Civilization (ISTAC).

Al-Bukhari, M. bin I. (1422 H). *Sahih Bukhari* (Juz 4, hal. 139). Dar Tauq al-Najat.

Al-Bukhari, M. ibn I. (2008). *Shahih Bukhari*. Beirut: Dar Ibnu Katsir.

Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. (1422 H). *Sahih Al-Bukhari*, Kitab Al-Adab, Bab Al-Walid, Dar Tauq Al-Najat.

Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. (1992). *Shahih Bukhari*, Kitab al-Adab, Bab Birr al-Walidain, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.

Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. (1999). *Sahih Al-Bukhari*, Kitab Al-Nikah, Bab Fi Tadrib Al-Waladah, Nomor 4700. Beirut: Dar Al-Kutub Al-Ilmiyyah.

Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. (2001). *Shahih al-Bukhari*, Jilid 7, hal. 456. Dar Tawq al-Naja.

Al-Dasuqi, Muhammad bin Ahmad. *Hasyiyah al-Dasuqi 'ala al-Sharh al-Kabir*.

Al-Ghazali, A. (1997). *Ihya' al-Kutub al-'Arabiyya*. Beirut: Dar Ihya' al-Kutub al-'Arabiyya.

Al-Ghazali, A. (2000). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Dar al-Turath al-Arabi.

Al-Ghazali, A. H. M. (1980). *Ihya' Ulumuddin*, Jilid 3. Beirut: Dar Ihya al-Kutub al-Arabiyyah

Al-Ghazali, A. H. M. (1995). *Mizan al-'Amal*. Dar Ihya Ulumuddin.

Al-Ghazali, A. H. M. (2003). *The Alchemy of Happiness*. The Islamic Text Society.

Al-Haddād, A. Q. al-Jīlānī. (2002). *Al-Fath al-Rabbānī*. Dar al-Kutub al-Ilmiyah, hal. 75.

Al-Haddād, A. Q. al-Jīlānī. *Al-Tanwir al-Miqbās min Tafsīr Ibn ʻAbbās*, hal. 150.

Al-Hakim al-Nisaburi, M. ibn A. (1990). *Al-Mustadrak ala al-Sahihayn*, vol. 4, hal. 152. Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.

Al-Isfahani, A. R. (1998). *Al-Mufradat fi Gharib Al-Quran*. Damaskus: Dar al-Qalam

Al-Jili, A. K. (1999). *Al-Insan al-Kamil: The Perfect Man*. Islamic Book Trust

Al-Nasa'i, A. I. S. (1986). *Sunan an-Nasa'i* (Vol. 7, p. 123). Maktab al-Matbu'at al-Islamiyyah.

Al-Qaradawi, Y. (1999). *Fiqh az-Zakah: Sebuah Studi Banding* (Jil. 1). London: Dar Al-Fikr

Al-Qur'an al-Karim. (2004) Terjemahan oleh Abdullah Yusuf Ali. *Arti Al-Qur'an*. New York: Islamic Publications International, hal. 1456.

Al-Qur'an al-Karim. (2005). Terjemahan oleh Kementerian Agama Republik Indonesia.

Al-Qurtubi, M. B. A. (2009). *Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an* (Tafsir al-Qurtubi) (Juz 1). Penerbit Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.

Al-Qushayri, A. K. (1990). *Al-Risala al-Qushayriya fi Ilm al-Tasawwuf*. Dar al-Fikr.

Al-Qusyairi, I. (1951). *Tafsir Al-Qusyairi* (hal. 91). Dar Al-Qalam.

Al-Qusyairi. (1995). *Ar-Risalah Al-Qusyairiyah* (hal. 400-450). Dar Al-Khair, Beirut.

Al-Raghib, A. I. (1998). *Al-Mufradat fi Gharib al-Qur'an*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.

Al-Raghib, I. (1998). *Al-Mufradat* (terj. Abdul Muta'al). Jakarta: Pustaka Firdaus, hal. 227.

Al-Razi, F. al-D. (1992). *Al-Tafsir al-Kabir*. Dar al-Fikr.

Al-Shawkani, M. I. A. (2000). *Nayl al-Awtar* (Vol. 6, p. 90). Dar Ibn Hazm.

Al-Shirazi, A. I. I. B. A. *Al-Muhazzab*.

Al-Tabrani, S. B. A. *Al-Mu'jam al-Kabir* (Takhrij karya Al-Tabrani).

Al-Tirmidzi. *Sunan Al-Tirmidzi*, Kitab Al-Nikah, Bab Fi Istihbab Nikah, Nomor 1084. Dar Al-Ma'rifah, Beirut, tanpa tahun.

Al-Utsaimin, M. bin S. (1427 H). *Syarah Riyadhus Shalihin* (Jilid 6, hal. 157). Dar Ibnu al-Jauzi, Kairo.

Al-Zuhayli, W. (1989). *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu* (Vol. 3, pp. 120-125). Dar al-Fikr.

American Psychological Association. (2020). Developmental psychology. *Dictionary of Psychology*. Retrieved July 20, 2021, from https://dictionary.apa.org/

American Psychological Association. (2020). Theory of mind. In *APA Dictionary of Psychology*.

Anderson, et al. (2021). *Orang Dewasa yang Energik: Aktivitas Fisik dan Keterlibatan Sosial* (p. 78). Cambridge University Press.

An-Nawawi, Y. B. S. (2005). *Riyadh as-Salihin* (M. Amin, Trans.). Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, Hadits no. 738.

Aristoteles. (2004). *De Anima (On the Soul)*.

Armstrong, K. (2000). *Islam: Sejarah Singkat*. New York: Modern Library.

Ar-Raghib al-Isfahani. (1998). *Al-Mufradat fi Gharib al-Qur'an*. Damaskus: Dar al-Qalam.

Asqalani, A. I. H. (1379 H). *Fath al-Bari bi Sharh Sahih al-Bukhari* (Jil. 4). Beirut: Dar al-Ma'rifah.

As-Sarraj At-Tusi. (2001). *Al-Luma' fi At-Tasawwuf* (hal. 300-350). Dar Al-Kutub Al-Ilmiyyah, Beirut.

As-Suyuti, J. (n.d.). *Jami' al-Ahadits* (Hadis No. 12345). Dar Ihya al-Turath al-Arabi.

Badawi, J. A. (1995). *Keluarga Muslim di Dunia yang Berubah: Perspektif Sosial Budaya dan Psikologis*. Islamic Publications International, hlm. 78.

Badri, M. B. (2010). *Contemplation and insight: An Islamic perspective*. International Institute of Islamic Thought (IIIT), p. 25.

Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In C. L. Estes (Ed.), *The aging and society* (Vol. 6, pp. 1-34). Sage Publications.

Baltes, P. B., Lindenberger, U., & Staudinger, U. M. (2006). Lifespan theory in developmental psychology. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (6th ed., Vol. 1, pp. 569–664). John Wiley & Sons Inc.

Baltes, P. B., Lindenberger, U., & Staudinger, U. M. (2007). Life span theory in developmental psychology. In R. M. Lerner & W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology* (pp. 569–564). Elsevier.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall, Inc.

Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 63*(3), 575-582. American Psychological Association.

Baron-Cohen, S., Leslie, A. M., & Frith, U. (1985). Does the autistic child have a “theory of mind”? *Cognition, 21*(1), 37-46.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*(3), 487.

Benson, P. L., Roehlkepartain, E. C., & Rude, S. P. (2025). Perkembangan spiritual pada anak dan remaja: Menuju bidang studi. *Ilmu Perkembangan Terapan, 7*(3), 205-213.

Berger, K. S. (2014). *Developing person through childhood and adolescence*. Worth Publishers.

Berk, L. E. (2009). *Child development* (8th ed.). Pearson Education, hlm. 98.

Berk, L. E. (2012). *Bayi, anak-anak, dan remaja* (edisi ke-7). Pearson.

Berk, L. E. (2019). *Perkembangan anak* (edisi ke-10). Pearson Education Limited.

Berk, L. E. (2019). *Perkembangan anak* (edisi ke-9). New York, NY: McGraw-Hill Education.

Bernard Lewis. (2003). *Krisis Islam: Perang Suci dan Teror yang Tidak Suci*. London: Phoenix

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis, 39*, 350–371.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume 1. Attachment*. Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, vol. 2: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.

Brandon, A. R., Pitts, S., Wayne, H., Denton, C., Stringer, A., & Evans, H. M. (2009). A history of the theory of prenatal attachment. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychological Health, 23*(4), 201–222.

Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Hubungan dengan teman sebaya pada masa remaja. Dalam R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (edisi ke-3, Vol. 2, hlm. 74–102). John Wiley & Sons Inc., halaman 80-85.

Brown, D. (2015). *Perspektif Teologis tentang Penciptaan dan Kemanusiaan*. HarperCollins, hlm. 112.

Buchanan, C. M., Eccles, J. S., & Becker, B. B. (1992). Apakah remaja menjadi korban dari hormon yang mengamuk?: Bukti efek aktivasi hormon terhadap suasana hati dan perilaku pada masa remaja. *Psychological Bulletin, 111*(1), 62–107, halaman 70-75.

Bukhari dan Muslim. Hadis tentang Kepemimpinan, *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Amanah.

Bukhari, M. (1994). *Sahih al-Bukhari*. Beirut: Dar al-Ma'arif.

Bukhari, M. (1997). *Shahih Bukhari, vol. 8*, Hadis no. 6227. Penerbit Dar al-Salam.

Bukhari, M. I. (1997). *Shahih Bukhari*. Maktabah Al-Ma'arif.

Bukowski, W. M., Laursen, B., & Rubin, K. H. (Eds.). (2024). *Buku Pegangan Interaksi, Hubungan, dan Kelompok Sebaya* (edisi ke-2). New York, NY: Guilford Press.

Burbank, B. B., & Tanguay, L. R. (2017). *Psikologi Pengambilan Risiko Remaja*. Cambridge: Cambridge University Press, hlm. 112-135.

Burman, E. (2017). *Deconstructing developmental psychology*.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2018). *Stres, Mengatasi, dan Kesejahteraan*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, hlm. 321.

Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2006). The new genetics of mental illness. *The British Journal of Psychiatry, 188*(2), 1327.

Chittick. (1983). hlm. 120. Penerbit SUNY Press, 1983. Hadis tentang Rukun Islam.

Chomsky, N. (1965). *Aspek-aspek teori sintaksis*. MIT Press,

Collins, F. (2006). *Bahasa Tuhan: Seorang Ilmuwan Menyajikan Bukti Kepercayaan*. Free Press.

Collins, J. (2006). *Islam menuntut umatnya untuk menggunakan ilmu dan akhlak yang mulia untuk menyelesaikan tantangan global dalam konteks modern* (hal. 87). Free Press.

Departemen Agama RI. (2009). *Al-Quran dan Terjemahannya*. PT. Sygma Examedia Arkanleema, Bandung, hal. 987.

Dewey, J. (1916). *Democracy and Education*. The Macmillan Company, hal. 58.

Dewey, J. (1938). *Experience and Education*. Collier Books, hal. 44.

Dodge, K. A. (1993). Social cognition and children's aggressive behavior. *Child Development, 64*(2), 512-529, hlm. 78.

Duncan, G. J., & Brooks-Gunn, J. (2000). Family poverty, welfare reform, and child development. *Child Development, 71*(1), 188-196, hlm. 124.

Efek halo. (1928). *Jurnal Psikologi Sosial*, 2044-8295, 112-116. https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1928.tb00466.x

Eisenberg, N., & Lennon, R. (1983). Sex differences in empathy and related capacities. *Psychological Bulletin*, hlm. 98.

Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2024). Pengaturan terkait emosi pada anak usia dini: Anteseden, korelasi, dan konsekuensi. Oxford University Press.

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society* . W. W. Norton & Company.

Erikson, E. H. (1959). *Psychological issues*. International Universities Press.

Erikson, E. H. (1968). *Identitas: Pemuda dan Krisis*. W.W. Norton & Company

Esposito, J. (2011). *Islam: Jalan yang Lurus*. Oxford: Oxford University Press, hal. 98. HR. Tirmidzi no. 1071.

Esposito, J. L. (2011). *Islam: Jalan Lurus*. Oxford University Press.

Fisher, S., & Greenberg, R. P. (1996). *Freud scientifically reappraised: Testing the theories and therapy*. Guilford Press.

Fowler, J. W. (1981). *Tahapan Iman: Psikologi Perkembangan Manusia dan Pencarian Makna*. HarperOne.

Frager, R. (1999). *The Path of the Heart: Sufism, the Spirituality of Love, and the Transformation of the Soul*. Penguin Books.

Frankl, V. E. (1946). *Man's Search for Meaning*. Penguin Random House.

Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press.

Freud, S. (1961). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (pp. 3–66). Hogarth Press. (Original work published 1923).

Freud, S. (1966). *Introductory Lectures on Psychoanalysis*. W.W. Norton & Company.

Freud, S. (2005). *Introduction to Psychoanalysis*. Liveright.

Freud, S. (2010). *The Interpretation of Dreams*. Dover Publications, hal. 107.

Gazzaniga, M. S., Ivry, R. B., & Mangun, G. R. (2020). *Ilmu Saraf Kognitif: Biologi Pikiran* (Edisi ke-5). McGraw-Hill Education.

Gergen, K. J. (2009). *Social Psychology: A Critical Perspective*. SAGE Publications.

Gilovich, T., Griffin, D., & Kahneman, D. (2002). *Heuristics and Biases: The Psychology of Intuitive Judgment*. Cambridge University Press, p. 134.

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books

Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences. *Psychophysiology, 39*(3), 281.

Gross, J. J. (2007). *The Handbook of Emotion Regulation*. Guilford Press, hal. 214.

Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim. (2020). *Shahih Bukhari no. 5980 dan Shahih Muslim no. 2658*. Kementerian Agama Republik Indonesia, dalam *Hadis-Hadis Pilihan*, Jakarta: PT. Lentera.

Hall, G. S. (1883). The Contents of Children's Minds. *The Princeton Review, 1*, 249–272.

Hallaq, W. B. (1999). *Sejarah Teori Hukum Islam*. Cambridge University Press.

Harris, J. R. (1998). *The Nurture Assumption: Why Children Turn Out the Way They Do*. Free Press.

Hartup, W. W. (1996). The Company They Keep: Friendships and Their Developmental Significance. *Child Development, 67*(1), 1-13, hal. 5.

Havighurst, R. J. (1972). *Developmental Tasks and Education*. Longman.

Hayati, N. (2016). *Ilmu Genetika Manusia*. Jakarta: Penerbit Buku Kita.

Haywood, K. M., & Getchell, N. (2023). *Perkembangan Motorik Rentang Hidup* (Edisi ke-7). Taylor & Francis.

Hourani, A. (1991). *Sejarah Bangsa Arab*, hlm. 72. Cambridge, MA: Belknap Press.

HR. Ahmad. "Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia."

Huxley, A. (1945). *The Perennial Philosophy*. Harper & Row, p. 88.

Ibn Arabi, M. (1980). *Fusus al-Hikam*. Cairo: Maktabah al-Taufiqiyyah.

Ibn Arabi, M. (1998). *The Meccan Revelations: The Fusus al-Hikam*. Anqa Publishing.

Ibn Arabi. (2008). *Futuhat al-Makkiyyah* (Juz 2, hal. 210). Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, Beirut.

Ibn Athaillah. (2005). *Al-Hikam*. Dar Al-Kutub al-Ilmiyyah.

Ibn Baz. *Fatawa Islamiyah*. Riyadh, tanpa tahun.

Ibn Khaldun. (1377). *Muqaddimah*. Translated by Franz Rosenthal. Princeton University Press, 2005.

Ibn Majah, M. ibn Y. (nd). *Sunan Ibn Majah* (vol. 4, hal. 187). Dar Ihya al-Kutub al-'Arabiyyah.

Ibn Majah. *Sunan Ibn Majah* (Kitab Al-Nikah, Bab Al-Qadar, Nomor 1845). Dar Al-Fikr, Beirut, tanpa tahun.

Ibn Mas'ud. (n.d.). Diriwayatkan oleh Ibn Rajab al-Hanbali.

Ibn Miskawaih. (1966). *Tahdzib al-Akhlaq*. Beirut: American University of Beirut.

Ibn Qayyim al-Jauziyyah, A. A. M. (2008). *Madarij as-Salikin* (Jilid 1, hal. 250). Dar Ibn Hazm, Beirut.

Ibn Qayyim al-Jauziyyah. (1988). *Al-Fawa'id*. MABAB: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.

Ibn Qayyim al-Jauziyyah. (2002). *Miftah Dar as-Sa'adah* (vol. 1, hal. 320). Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.

Ibn Qayyim al-Jawziyya. (2015). *Madarij al-Salikin* (Juz 1, hal. 98). Dar al-Jil.

Ibn Qayyim, A. J. (1988). *Al-Fawā'id*. Riyadh: Dar al-Salam.

Ibn Qudamah, A. B. A. (nd). *Al-Mughni*.

Ibn Rajab al-Hanbali, A. B. A. (nd). *Jami' al-'Ulum wa al-Hikam* (Jilid 1, hal. 60). Muassasah ar-Risalah, Beirut, 1418 H.

Ibn Rushd, M. B. A. (nd). *Bidayah al-Mujtahid wa Nihayah al-Muqtasid*.

Ibn Sina. (1025). *The Canon of Medicine* (hal. 67-80). Translated by Laleh Bakhtiar. Kazi Publications, 1993.

Ibnu Arabi. (2005). *Futuhat al-Makkiyah* (jilid 2, hal. 120). Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, Beirut.

Ibnu Khaldun. (2001). *Muqaddimah* (Jilid 2, hal. 300-350). Dar al-Fikr, Beirut.

Ibnu Miskawaih. (2000). *Tahdzib al-Akhlaq* (hal. 100-150). Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, Beirut.

Iqbal, M. (1930). *The Reconstruction of Religious Thought* (hal. 35-60). Oxford University Press.

Izutsu, T. (1966). *Ethico-Religious Concepts in the Quran* (hal. 155). McGill University Press. QS. Al-Mujadalah: 11.

Johnson, J., & Smith, M. (2019). *Tahapan Perkembangan Fisiologi Manusia*. Oxford University Press, hal. 45.

Jung, C. (1964). *Psychological Aspects of the Spiritual Life*. Princeton University Press.

Juynboll, G. H. A. (1983). *Tradisi Muslim: Studi tentang Kronologi, Asal Usul, dan Penyebaran Ide*. Cambridge University Press, hal. 33.

Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux, hal. 24.

Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux, hal. 124.

Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux, hal. 95.

Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux, hal. 64.

Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2020). *Perkembangan Manusia: Pandangan Rentang Hidup* (edisi ke-9). John Wiley & Sons.

Kamali, M. H. (2003). *Prinsip-prinsip Yurisprudensi Islam*. The Islamic Texts Society, hal. 102.

Kegan, R. (1994). *In Over Our Heads: The Mental Demands of Modern Life*. Harvard University Press.

Kevin, M. (1995). *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*. Prentice Hall.

Khadduri, M. (1955). *Al-Quran An-Nahl: 90* (hal. 50-55). Johns Hopkins Press.

Khan, M. M. (1979). *Terjemahan Makna Sahih Al-Bukhari* (Jil. 7). Madinah: Universitas Islam

Khan, M. M. (2005). *Islam: Makna dan Pesannya*. Layanan Buku Islam, hal. 156, 168.

Khan. (2020). *Perspektif Islam tentang Kesehatan dan Kesejahteraan*. Sage Publications

Kubota, T., Miyake, K., & Hirasawa, R. (2012). Epigenetik dan perkembangan manusia. *Developmental Psychobiology*, 54(2), 96-106.

Leopold, A. (1949). *Almanak Sand County*. Oxford University Press, hal. 123.

Levinson, D. J. (1978). *The Seasons of a Man's Life*. Alfred A. Knopf.

Levitt, M. (2013). *Perbedaan individu: Alam dan pengasuhan dalam perspektif*. Psychology Press.

Locke, J. (1996). *An Essay Concerning Human Understanding*. Oxford University Press, hal. 37.

Lomas, T., Hefferon, K., & Ivtzan, I. (2016). Teori psikologi positif. Dalam *The Routledge handbook of positive psychology* (hal. 95-107). Routledge.

Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an unorganized-disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 153–184). Ablex Publishing Corporation.

Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). *Pertumbuhan, pematangan, dan aktivitas fisik*. Human Kinetics, hal. 200-210.

Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.

Marcia, J. E. (1980). "Identity in Adolescence." In J. Adelson (Ed.), *Handbook of Adolescent Psychology*. New York: Wiley.

Marshall, W. A., & Tanner, J. M. (1970). Variasi pola perubahan pubertas pada anak laki-laki. *Arsip Penyakit pada Anak*, 45(239), 13–23.

Maslow, A. H. (1943). *A Theory of Human Motivation*. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.

Maslow, A. H. (1987). *Motivation and Personality* (3rd ed.). Harper & Row.

Meinhardt-Injac, B., Daum, M. M., & Meinhardt, G. (2020). Development of theory of mind across the lifespan: A meta-analysis. *Developmental Psychology*, 56(1), 102–118.

Miller, M. (2022). *Nutrisi dan Kesejahteraan: Perspektif Global*. Routledge, hal. 90-95.

Miller, W. R. (2005). The Role of Motivation in Behavior Change. *Journal of Clinical Psychology*, 61(6), 1159-1168.

Murata, S., & Chittick, W. C. (1994). *The Vision of Islam* (hal. 78). State University of New York Press. QS. At-Tahrim: 6.

Muslim bin al-Hajjaj. (2015). *Shahih Muslim*. Beirut: Dar Ihya' At-Turath Al-'Arabi.

Muslim, S. (2009). *Sahih Muslim* (Kitab Al-Qadar, Bab Fi Nasab Al-Walad, Hadis No. 3155). Dar Al-Ma'rifah, Beirut.

Myers, D. G. (2000). *Psychology*. Worth Publishers.

Nasr, S. H. (1981). *Islamic Spirituality: Foundation*. George Allen & Unwin, London.

Nasr, S. H. (2007). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperOne.

Natsir, M. (1998). *Dakwah Fiqh* (hal. 100-120). Media Dakwah, Jakarta.

Neimeyer, R. A. (2014). *Pendekatan rekonstruksi makna pada terapi kesedihan*. Routledge.

Nesterak, C. D. (2015). *Nature versus nurture revisited: An integrative approach to personality and social development*. Sage Publications.

Nieschlag, E., & Behre, H. M. (2004). *Andrologi: Kesehatan reproduksi pria dan disfungsi*. Springer, hal. 150-160.

Nisbett, R. E. (2003). *The Geography of Thought: How Asians and Westerners Think Differently...and Why*. Free Press, hal. 103.

Nucci, L. P., & Narvaez, D. (Eds.). (2023). *Handbook of moral and character education* (edisi ke-2). Sage Publications.

Nursi, S. (2010). *Risalah Nur: Mektubat*. Sozler Publications, Istanbul, hal. 78.

Nussbaum, M. C. (2011). *Creating Capabilities: The Human Development Approach*. Belknap Press dari Harvard University Press, hal. 85-100.

Palgrave Macmillan. (2019). *Akhirat dan Tujuan Hidup Manusia dalam Islam*. Hal. 156. "Akhirat sebagai realitas yang pasti memberikan motivasi bagi seorang muslim untuk meraih surga dan terhindar dari neraka."

Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2011). *A child's world: Infancy through adolescence*. McGraw-Hill.

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development* (10th ed.). McGraw-Hill, p. 6.

Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. Guilford Press, hal. 300.

Pers Universitas Cambridge. (2020). *Tantangan Global dan Peran Khalifah*. Hal. 235.

Pers Universitas Oxford. (2015). *Konsep Ibadah dalam Islam*. Hal. 120.

Piaget, J. (1928). La causalité chez l'enfant. *British Journal of Psychology*, 18(3), 276–301.

Piaget, J. (1936). *Origins of intelligence in the child*. Routledge.

Piaget, J. (1951). *Play, dreams and imitation in childhood*. W. W. Norton & Co.

Piaget, J. (1951). *The Child's Conception of the World*. Littlefield, Adams & Co., hal. 112.

Premack, D., & Woodruff, G. (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences*, 1(4), 515-526.

Qaradawi, Y. (2002). *Yang Halal dan Terlarang dalam Islam* (hal. 200-250). Dar al-Syuruq, Kairo.

Rahman, F. (1979). *Islamic Development: The Balanced Approach*. University of Chicago Press, hal. 230-235. *Al-Baqarah*: 143.

Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin.

Routledge. (2018). *Peran Khalifah dalam Islam*. Hal. 78. "Manusia sebagai khalifah memiliki peran strategis dalam menjaga bumi dan menciptakan masyarakat yang berlandaskan keadilan dan kasih sayang."

Routledge. (n.d.). *The Psychology of Judgment and Decision-Making*. https://doi.org/10.4324/9781315727127

Rumi, J. (2003). *Matsnawi* (Juz 1, hal. 75). Pustaka Firdaus, Jakarta.

Rumi, J. (2004). *Diwan-e Syams-e Tabrizi*. Qalam Tara.

Rumi, J. (2004). *Matsnawi* (terj. Jawid Mojaddedi). London: Penguin Classics, hal. 201-205. Merujuk pada Hadis tentang pentingnya kearifan lokal.

Rumi, J. (n.d.). *Matsnawi Ma'nawi*. Bait 1230. Daftar-e Rumi, Konya.

Ruthven, M. (2006). *Islam di Dunia*. New York: Oxford University Press.

Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Dari Peran Sosial ke Kesejahteraan: Perspektif Humanistik tentang Makna Hidup. Dalam *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.

Sahih al-Bukhari. (1998). *Kitab Bad' al-Khalq, Bab Dzikr al-Mala'ika*. Dar al-'Asimah,

Sahl al-Tustari. (1978). *Commentary on the Quran*. Diterjemahkan oleh Annabel Keeler. Anchor Press, hal. 92. Merujuk pada QS. Al-Baqarah: 143.

Sangharakshita. (1975). *Buddhism and the Modern World* (p. 101). Windhorse Publications, 1993.

Sangharakshita. (1975). *Buddhisme untuk Masa Kini*. Windhorse Publications.

Santelli, J. S., Brener, N. D., & Lowry, R. (2018). Pendidikan seksualitas: Arah masa lalu, sekarang, dan masa depan. *Jurnal Kesehatan Sekolah*, 88(1), 8–18, hal. 10-12.

Santrock, J. W. (2018). *Life-span development* (16th ed.). McGraw-Hill Education.

Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development*. McGraw-Hill Education.

Sartre, J.-P. (1956). *Being and Nothingness*. Philosophical Library

Schuon, F. (1984). *Hadis tentang Ujian Kehidupan*. Penerbit Dunia Hikmah.

Seligman, M. (2011). *Flourish: Sebuah Pemahaman Baru yang Visioner tentang Kebahagiaan dan Kesejahteraan*. Free Press.

Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2010). *Developmental psychology: Childhood and adolescence*. Cengage Learning.

Shahih Bukhari. (1993). *Kitab Bad'ul Khalq, Bab Dzikr al-Malaikah, no. 3208*. Dar Ibn Katsir, Beirut, hal. 425.

Shariati, A. (1975). *Husn al-Khuluq* (hal. 45-70). Translated by R. C. Johnston, Islamic Publications.

Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2020). *Dari Neuron ke Lingkungan: Ilmu Perkembangan Anak Usia Dini*. Washington, DC: National Academies Press.

Siddiqi, M. Z. (1961). *Sastra Hadits: Asal Usul, Perkembangan & Ciri-Ciri Khususnya*. Kalkuta: Universitas Kalkuta.

Siddiqi, M. Z. (1993). *Literatur Hadits: Asal Usul, Perkembangan & Ciri-ciri Khususnya*. The Islamic Texts Society.

Siegler, R. S., DeLoache, J. S., & Eisenberg, N. (2022). *Bagaimana anak-anak berkembang* (edisi ke-6). Cambridge University Press.

Silverman, D. K. (2017). *Psychoanalysis: The basics*. Routledge.

Simatwa, E. M. W. (2010). Piaget's theory of intellectual development and its implication for instructional management at pre-secondary school level. *Educational Research and Reviews*, 5(7), 366-371.

Śmigielski, L., Jagannath, V., Rössler, W., Walitza, S., & Grünblatt, E. (2020). Interaksi gen-lingkungan dalam kesehatan mental: Tinjauan naratif. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 29(5), 609-624.

Smith, J., & Brown, A. (2010). *Evolusi Homo Sapiens*. Oxford University Press, hal. 45.

Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E. A., & Collins, W. A. (2005). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. Guilford Press.

Steinberg, L., & Silk, J. S. (2002). Pola asuh remaja. Dalam M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Children and parenting* (edisi ke-2, Vol. 1, hal. 103–133). Lawrence Erlbaum Associates Publishers, hal. 110-115.

Stern, D. N. (1985). *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology* (hal. 150-175). Basic Books.

Sternberg, R. J. (1998). *Kebijaksanaan, Kecerdasan, dan Kreativitas yang Disintesis*. Cambridge University Press.

Sufyan al-Thawri. (2010). *The Path to Purification of the Soul: The Teachings of the Early Sufis*. Dar Al-Turath.

Sufyani, R. (2014). *Spiritual Growth and Awakening: The Role of Consciousness and Heart in Islamic Mysticism*. Tahrir Press.

Suhrawardi, S. (2004). *The Philosophy of Illumination: Sufism and the Search for God*. World Wisdom.

Supriadi, Y. (2018). *Bimbingan Spiritualitas Dan Intuisi Islam*. Cirebon: Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2020). *Dzikir, Spiritualitas dan Intuisi: Studi tentang Pembentukan Jati Diri di Majelis Dzikir Rijalullah Majalengka*. Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, 8(3), 231-250. https://doi.org/10.15575/irsyad.v8i3.2000

Supriadi, Y. (2021). *Spiritualitas Dan Intuisi Dalam Pembentukan Jati Diri*. Cirebon: Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2024). *Psikologi Tuhan Membaca Pikiran Tuhan*. Cirebon: Iman Rijalullah.

Syekh Abdul Qadir al-Jailani. (1997). *Al-Fath ar-Rabbani* (Juz 1, hal. 120). Dar Ihya Ulumiddin, Beirut.

Tafsir al-Jalalayn. (2005). *Tafsir al-Qur'an*. Dar al-Turats, hal. 250.

Tafsir al-Qurtubi. (2003). *Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an* (Jilid 5, hal. 153). Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.

Tafsir al-Tabari. (2000). *Jami' al-Bayan fi Tafsir al-Qur'an* (Jilid 11, hal. 100-101). Dar al-Ilm.

Tafsir Ibnu Katsir. (2005). *Tafsir al-Qur'an al-Azim* (Jilid 1, hal. 215). Dar al-Fikr.

Tirmidzi, A. I. (1994). *Sunan al-Tirmidzi*. Beirut: Dar al-Ma'arif.

Tomasello, M., & Herrmann, E. (2010). *Kognisi kera dan manusia: Apa bedanya? Current Directions in Psychological Science, 19*(1)

Triandis, H. C. (1995). *Individualism and Collectivism*. Westview Press

Turiel, E. (2018). *Moralitas*. Dalam R. A. Shweder & M. LeVine (Eds.), *Teori budaya: Esai tentang pikiran, diri, dan emosi*. Routledge.

Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). *Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases*. *Science, 185*(4157), 1124-1131.

Tversky, A., & Kahneman, D. (1982). *Judgment Under Uncertainty: Heuristics and Biases*. Cambridge University Press.

Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Blais, M. R. (1992). Construction of the Motivation Scale for Sport and Exercise: A Test of the Conceptualization of Intrinsic and Extrinsic Motivation. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*(4), 749-759.

Van der Kolk, B. A. (2015). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. Penguin Books.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.

Wadsworth, B. J. (1971). *Piaget's theory of cognitive development*. David McKay.

Wahbah az-Zuhaili. (1989). *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu* (Jilid 10, hal. 7319). Dar al-Fikr, Damaskus.

Wahbah az-Zuhaili. (1989). *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu* (Juz 3, hal. 1692). Dar al-Fikr.

Wang, Y., Wang, H., Chen, C., Zhu, C., & Wang, J. (2008). Theory of mind deficit in patients with depression. *Journal of Affective Disorders, 111*(2-3), 235-240. https://doi.org/10.1016/j.jad.2008.02.004

Washburn, D., Wilson, L. A., Roes, M. M., Rnic, K., & Harkness, K. L. (2016). Social anxiety and theory of mind: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 49*, 29-42. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.08.004

Wellman, H. M., & Liu, D. (2004). Young children's understanding of mind: False beliefs and beyond. *Child Development Perspectives, 8*(2), 68-73. https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2004.tb00070.x

Wilber, K. (2000). *A Theory of Everything: An Integral Vision for Business, Politics, Science, and Spirituality*. Shambhala Publications, p. 40.

Wilber, K. (2000). *A Theory of Everything: An Integral Vision for Business, Politics, Science, and Spirituality*. Shambhala Publications, p. 72.

Willett, W. C. (2012). *Epidemiologi Gizi* (Edisi ke-3). Oxford University Press, hal. 567.

Williams, & Davis. (2023). *Olahraga dan Pencegahan Penyakit Kronis* (hal. 120-125). Harvard University Press.

Yedi Supriadi, *Psikologi Tasawuf : Dinamika Alam Bawah Sadar*, Iman Rijalullah, 2024

Yedi Supriadi. (2024). *Pembangkitan Alam Bawah Sadar:Edisi Revisi*. Cirebon, CV Iman Rijalullah.

Yedi Supriadi. (2025). *Meniti Jalan Haq Shirathal Mustaqim*. Cirebon, CV Iman Rijalullah.

Yedi Supriadi. (2025). *Dinamika Kepribadian Islam Yedi Supriadi : Psikologi Islam*. Cirebon, CV Iman Rijalullah.

Yedi Supriadi. (2025). *Dinamika Alam Bawah Sadar Psikologi Islam*. Cirebon, CV Iman Rijalullah.

Yusuf Al-Qaradawi. (2005). *Islam and Knowledge*. Dar al-Syuruq, Kairo.

Yusuf al-Qaradhawi. (1973). *Fiqh az-Zakah*. Muassasah ar-Risalah.

Biografi Penulis



Syekh Dr. Yedi Supriadi, M. Pd (Syekh Gozzali Al-Wahhab) beliau seorang Mursyid (Guru Pembimbing Spiritual) dan Pakar Tasawuf (Psikoterapi Islam) yang lebih akrab disapa AA Syekh (lahir di Sukabumi, 11 November 1972) adalah Pendiri dari Pondok Pesantren Rijalullah berbasis Psikoterapi Islam dan pembimbing Majelis Dzikir Rijalullah (Tarekat Rijalullah) Buniwangi, Majalengka.

Perjalanan pendidikan formal seorang tokoh pendidikan dan keagamaan dimulai pada tahun 1985, di SDN Panjalin Sumber Jaya, Majalengka. Setelah menyelesaikan pendidikan dasar, ia melanjutkan ke SMPN Sumber Jaya, Majalengka pada tahun 1988. Pada tahun 1991, perjalanan pendidikannya membawanya ke SMAN I Sukabumi, Setelah lulus SMA, ia memilih untuk melanjutkan pendidikan ke Akademi Maritim Cirebon pada tahun 1997. Pada tahun 2014, ia meraih gelar Sarjana Pendidikan Agama Islam (S1) dari STAI PUI Majalengka, pada tahun 2017, ia melanjutkan pendidikannya di IAIN Syekh Nurjati Cirebon dengan meraih gelar Magister Psikologi Pendidikan Islam (S2). Puncak dari perjalanan pendidikannya tercapai pada tahun 2020, ketika ia berhasil meraih gelar Doktor (S3) dalam bidang Religious Studies dari UIN Sunan Gunung Jati Bandung.

Perjalanan suluk terus beliau lalui sampai sekarang. Setelah menjalani metode dzikir dengan metode Thareqat Qadiriyah Naqsabandhiyyah dari tahun 1995 sampai pada tahun 2010, pimpinan Majelis Dzikir Rijalullah menyatakan mulai menerapkan metode baru hasil temuannya dari perjalanannya selama kurang lebih 25 tahun yaitu dengan memadukan berbagai pendapat dan pemikiran dari para ulama tasawuf dan ulama ahli hikmah ulama tasawuf diantaranya : Abah Anom, Suryalaya, dan K. H Ahmad Mufasir, Banten. Ahli hikmah Mama Sholihin, Indramayu. Yang kesemuanya mendorong lahirnya Tarekat Rijalullah dengan metode intuisi, spiritualitas, tasawuf/tarekat, dan pembentukan jati diri.

Dalam intuisi, ia memiliki kemampuan untuk memahami perasaan dan situasi lebih dalam, membantu orang untuk mengenal diri mereka sendiri dan mengembangkan potensi yang ada.

Keahlian dalam spiritualitas memungkinkan ia membimbing orang untuk lebih dekat dengan Tuhan dan menemukan kedamaian batin. Ia juga berpengalaman dalam mengajarkan tasawuf dan tarekat, yang mengajarkan kedekatan dengan Tuhan melalui dzikir dan kontemplasi.
Selain itu, ia ahli dalam pembentukan jati diri, membantu individu, terutama generasi muda, untuk memahami siapa mereka sebenarnya, nilai yang harus dipegang, dan cara menghadapi tantangan hidup dengan keyakinan yang kuat.

Perjalanan dimulai pada tahun 1995, ketika ia memulai karirnya sebagai pengajar di Aliyah (MA) Mamba'ul Huda dan Madrasah Tsanawiyah (MTS) Syafi'iyah di Cisambeng, Kecamatan Palasah, Majalengka. Selama dua tahun mengajar. Pada tahun 2000, ia melangkah lebih jauh dengan mendirikan Yayasan Syeikh Gozzali Al-Wahhab di Desa Buniwangi, Kecamatan Palasah. Langkah ini diikuti dengan pendirian Majelis Dzikir Rijalullah di Majalengka pada tahun 2001. Pada periode 2008 hingga 2010, ia dipercaya untuk menyampaikan ceramah di Cirebon TV dan Masjid Attaqwa Kota Cirebon. Tahun 2014 hingga 2016, ia berperan sebagai Penyuluh Agama Non PNS di KUA Kecamatan Palasah, Majalengka. Pada tahun 2016, membuka Kursus Intuisi Pascasarjana di Syekh Nurjati Cirebon dan menjadi Konselor di Program Pascasarjana IAIN Syekh Nurjati Cirebon hingga 2018. Sejak 2018, menjabat sebagai Dosen Tetap di STAI PUI Majalengka. Sebagai narasumber di seminar mengenai Tasawuf Modern dan Penanganan Ex-ISIS di UIN Sunan Gunung Jati Bandung pada 2018. Pada tahun 2020, berperan dalam workshop di UIN Sunan Gunung Jati Bandung, membahas pembentukan karakter dan jati diri mahasiswa di Jurusan Religion Studies. Di tahun 2024, mengemban tugas sebagai Dosen Luar Biasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Universitas islam Negeri Cirebon.

Daftar Karya Buku

Bimbingan Kesehatan Mental, Cirebon: Iman Rijalullah, 2018,

Bimbingan Spiritualitas Dan Intuisi Islam, Cirebon: Iman Rijalullah, 2018

Meditasi Islam, Cirebon: Iman Rijalullah, 2018

Spiritualitas Dan Intuisi Dalam Pembentukan Jati Diri, Cirebon: Iman Rijalullah, 2021

Syair-Syair Cinta Pembangkit Jiwa, Cirebon: Iman Rijalullah, 2023

Pembangkitan Alam Bawah Sadar Edisi Rivisi, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Psikologi Alam Bawah Sadar, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Psikologi Tasawuf Dinamika Alam Bawah Sadar, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Psikologi Tuhan Membaca Pikiran Tuhan, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Psikologi Spiritual, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Psikologi Teroris, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Bimbingan Konseling Islam, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Psikologi Alam Bawah Sadar Edisi Rivisi, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

Spiritualitas Dalam Moderasi Agama Menuju Islam Inklusif, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Spiritualitas Dalam Bernegara, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Akal Basyariyah Dan Akal Rabbaniyah Perjalanan Pencarian Dan Pencerahan, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Meniti Jalan Haq Shirathal Mustaqim, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Filsafat Spiritualitas, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Filsafat Metafisika, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Filsafat Teologi, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Ilmu Jiwa Belajar Anak, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Psikologi Konseling Islam, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Dinamika Kepribadian Islam, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Dinamika Alam bawah Sadar, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Filsafat Umum, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Bertasbih Pondasi Kesejahteraan, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Pilar-Pilar Ma'rifat, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Aliyatul Hidayah Puncak Tertinggi Hidayah, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

Akhlak Tasawuf, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN ISLAMI

Buku *Psikologi Perkembangan Islami* karya Syekh Dr. Yedi Supriadi memaparkan pandangan yang mendalam mengenai dimensi-dimensi dalam diri manusia yang saling terkait, baik secara lahiriah maupun batiniah. Dalam pandangannya, manusia terdiri dari empat dimensi utama yang memiliki peran dan fungsi masing-masing, baik yang dapat diamati secara fisik maupun yang tersembunyi di dimensi batin. Keempat dimensi tersebut adalah dimensi hati, dimensi jiwa, dimensi ruh, dan dimensi jasad.

Perkembangan manusia sesuai dengan fase-fasenya merujuk pada proses transformasi dan pertumbuhan yang dialami individu sepanjang rentang kehidupannya, karena setiap fase ini memiliki tantangan perkembangan khas dan tugas-tugas yang harus diatasi untuk mencapai hakekat manusia itu sendiri.

Fase-fase perkembangan ini dimulai dengan fase alam samar, yang menggambarkan keadaan di mana individu hanya mengandalkan akal dalam berpikir dan bertindak. Setelah melewati fase alam samar, individu memasuki fase alam sadar. Pada fase ini, individu mulai membuka diri untuk mengenali adanya dimensi batin dalam diri mereka dan mengintegrasikan akal serta hati dalam perjalanan pencarian jati diri. Fase tertinggi dalam teori ini adalah fase alam fitrah, yang merupakan puncak dari perjalanan pencarian jati diri. Pada fase ini, individu mencapai kedamaian batin yang mendalam, di mana akal, hati, ucapan, dan perbuatan mereka berjalan selaras dengan kehendak Tuhan. Salah satu indikator utama bahwa seseorang telah mencapai alam fitrah atau telah terbangkitkan alam bawah sadarnya adalah munculnya lima cahaya spiritual, Cahaya Hati (*Nurul Qolbi*), Cahaya Jiwa (*Nurunnafsi*),Cahaya Akal (*Nurul Akli*), Cahaya Ucapan (*Nurul Qauli*), dan Cahaya Perilaku (*Nurul Af'ali*), yang tercermin dalam perilaku yang mencerminkan integritas, kebaikan, dan keselarasan antara aspek lahiriah dan batiniah dalam hidup sehari-hari.

Syekh Dr. Yedi Supriadi dalam buku ini, menekankan pentingnya keselarasan antara dimensi batin dan lahiriah dalam mencapai kesejahteraan psikologis dan spiritual. Pencapaian ini melalui serangkaian fase yang membawa individu menuju pemahaman dan pencapaian diri yang lebih tinggi, serta membimbing mereka menuju kehidupan yang lebih selaras dengan kehendak Tuhan

ISBN 978-623-89799-3-6 (PDF)

9 786238 979936