

# **Konsep Jiwa Dalam Islam Dan Pengaruhnya Dalam Kepribadian Serta Prilaku Manusia**

Oleh : M.Arfaini Alif  
Email : [alifabqori2014@gmail.com](mailto:alifabqori2014@gmail.com)

This article attempts to explore Qur'anic notion on soul and its influence on human personality and their behavior as the classical Islamic Psychologist : Abu Zaid Al Balkhi, Ibnu Al Qayyim, and Ibnu Qudamah constructed in their books>Mashoolihu Al Abdaan Wa Al Anfus, Ighaatsatul Al Lahhafaan, and Mukhtashar Minhaj Al Qashidiin>.Using psychological approaches, it examines how the soul influences human personality and their behavior. The article examines how the soul influences human personality and their behavior. This paper concludes the following. First, the classical Islamic Psychologist view of the concept of soul can be understood by explaining his thought on the basic concept of human, psychical structure, and human behavioral motivation. Abu zaid said<sup>1</sup> Humans consist of the body and soul, then found both can experience good and bad conditions, healthy and sick conditions.. The psychical structure consists of al-nafs, al- qalb, al-ruh, al-‘aql. Then, human behavioral motivation is to complete their physical/biological needs and/or spiritual needs. Second, the soul influences and shapes human personality through integration process among those psychical dimensions.

**Keyword :** Psikologi Islam, Konseling Islam, Konsep Jiwa, Tazkiyatul Nafs.

---

<sup>1</sup> Abu Zaid Al Balkhi, Mashoolihul Abdaan WA Al Anfus, hlm. 27

## A. An Nafs dalam Perspektif Islam

Kata An Nafs merupakan bentuk tunggal dari anfus, Lafazh An Nafs dalam Al Qurán disebutkan pada 367 tempat, seluruhnya menunjukkan kepada sosok manusia yang hidup dan memiliki kehendak, keinginan, dan usaha atau aktivitas.

### a. Kata An Nafs dalam Al Qur'an

Secara Bahasa kata An Nafs memiliki 3 makna yang kesemuanya terdapat didalam Al Qur'an, antara lain :

1. Nafs memiliki makna ruh, Allah Subhanahu wa Ta'alaa berfirman :

وَمَنْ أَظْلَمُ مَنْ أَفْتَرَى عَلَى اللَّهِ كَذِبًا أَوْ قَالَ أُوحِيَ إِلَيَّ وَمَنْ يُوحِي إِلَيْهِ شَيْءًا ۝ وَمَنْ قَالَ سَأَنْزُلُ مِثْلَ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ وَلَوْ تَرَى إِذَا الظَّالِمُونَ فِي عَمَرَتِ الْمَوْتِ وَالْمَلَائِكَةُ بَاسِطُوا أَيْدِيهِمْ أَخْرَجُوا أَنفُسَكُمْ الْيَوْمَ بِخَرْزَنَ عَذَابَ الْهُوَنِ إِمَّا كُنْتُمْ تَفْلُونَ عَلَى اللَّهِ عَيْرَ الْحَقِّ وَكُنْتُمْ عَنْ عَائِلَتِهِ تَسْتَكِبِرُونَ

"Siapakah yang lebih zhalim daripada orang-orang yang mengada-adakan dusta terhadap Allah atau yang berkata, "Telah diwahyukan kepadaku," padahal tidak diwahyukan sesuatu pun kepadanya, dan orang yang berkata, "Aku akan menurunkan seperti apa yang diturunkan Allah." (Alangkah ngerinya) sekiranya engkau melihat pada waktu orang-orang zhalim (berada) dalam kesakitan sakratul maut, sedang para malaikat memukul dengan tangannya, (sambil berkata), "Keluarkanlah nyawamu." Pada hari ini kamu akan dibalas dengan azab yang sangat menghinakan, karena kamu mengatakan terhadap Allah (perkataan) yang tidak benar dan (karena) kamu menyombongkan diri terhadap ayat-ayat-Nya." (QS. Al-An'am, Ayat 93)

Berkata Imam Ibnu Katsir terkait **وَالْمَلَائِكَةُ بَاسِطُوا أَيْدِيهِمْ** "Dengan satu pukulan kepada mereka – orang kafir- sehingga kelurlah jiwa-jiwa meeka dari jasadnya", dan dalam ayat berikutnya beliau berkata mentafsirkan (‘أَخْرَجُوا أَنفُسَكُمْ') 'maka tatkala orang kfir meninggal, malaikat memberikan kabar kepadnya dengan azab, siksaan, rantai, jahim, dan hamim, serta murkanya Allah Subhanahu wa Ta'alaa, lalu ruhnya terpisah dari jasadnya..'"<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Ibnu Katsir, Abu Al Fida Isma'il Bin Umar, Tafsir Al Qur'an Al 'Azhim, Riyad : Daar Thayyibah, Juz.3, 1999, hlm. 302

2. Nafs memiliki makna Al Insan yang terdapat didalamnya terdapat jasad dan ruh.

Allah Subhanahu wa Ta'alaa berfirman :

مَا خَلَقْتُمْ وَلَا بَعْثَرْتُمْ إِلَّا كَفَسٌ ۝ وَحْدَةٌ إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ

"Menciptakan dan membangkitkan kamu (bagi Allah) hanyalah seperti (menciptakan dan membangkitkan) satu jiwa saja (mudah). Sesungguhnya Allah Maha Mendengar, Maha Melihat." (QS. Luqman, Ayat 28)

3. Nafs memiliki arti kemampuan berpikir atau biasa juga dikenal dengan process cognitive

وَحَدَّدُوا بِهَا وَسَيَقَنَتْهَا أَنفُسُهُمْ ظُلْمٌ وَغُلُوْمٌ فَانظُرْ كَيْفَ كَانَ عَقِبَةُ الْمُفْسِدِينَ

"Dan mereka mengingkarinya karena kezhaliman dan kesombongannya, padahal hati mereka meyakini (kebenaran)nya. Maka perhatikanlah bagaimana kesudahan orang-orang yang berbuat kerusakan." (QS. An-Naml, Ayat 14)

Dr. Malik Badri menandaskan, hal-hal yang disandarkan pada aktivitas jiwa itu bermacam-macam antara lain : kekuatan yang memiliki keutamaan seperti akal, pemahaman dan hafalan, dimana saat ini lebih dikenal dengan istilah proses kognitif.<sup>3</sup>

Selain tiga makna secara bahasa tersebut diatas, terdapat juga makna lain yang disebutkan dalam Al Qur'an terkait dengan An Nafs ini. Dan ini masuk pada poin ke 4 dan 5.

4. Nafs memiliki arti Al Qalb, Allah Subhanahu wa Ta'alaa berfirman :

وَأَذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجُهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْأَصَابِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغُفَّارِينَ

" Dan ingatlah Tuhanmu dalam hatimu dengan rendah hati dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, pada waktu pagi dan petang, dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lengah." (QS. Al-A'raf, Ayat 205)

فَالْأَوْنَاءُ إِنَّ يَسِيرُ فَقَدْ سَرَقَ أَخَّ لَهُ مِنْ قَبْلٍ فَأَسَرَّهَا يُوسُفُ فِي نَفْسِهِ...

"Mereka berkata, "Jika dia mencuri, maka sungguh sebelum itu saudaranya pun pernah pula mencuri." Maka Yusuf menyembunyikan (kejengkelan) dalam hatinya dan tidak ditampakkannya kepada mereka. Dia berkata (dalam hatinya)..." (QS. Yusuf, Ayat 77)

<sup>3</sup> Abu Zaid Al Balkhi, Mashoolihul Abdaan wa Al Anfus, Riyad : Markaz Al Malik Faishal Lil Buhust Wa Ad Diroosat Al Islaamiyah, 1424 H, Hlm. 27

Al Imam Ibnu Al Qooyim dalam kitabnya menyebutkan tentang penyakit hati yang pada dasarnya merupakan gangguan-gangguan kejiwaan menurut katagori Abu Zaid Al Balkhi sebagaimana yang dijelaskan oleh Dr. Malik Badri.

Berkata Imam Ibnu Al Qooyim pada bagian ke dua dari penyakit hati :

والنوع الثاني: مرض مؤلم له في الحال، كالهم والغم والحزن والغثيان، وهذا المرض قد يزول بأدوية طبيعية، كإزالة أسبابه، أو باللداواة بما يضاد تلك الأسباب، ويدفع موجبها مع قيامها، وهذا كما أن القلب قد يتأنم بما يتأنم به البدن ويشفى بما يشفى به البدن فكذلك البدن يتأنم كثيراً بما يتأنم به القلب، ويشفى ما يشفيه.

Kedua, penyakit hati yang menimbulkan sakit seketika, seperti: Sedih, gundah, resah dan marah. Penyakit ini terkadang bisa hilang dengan obat-obat alamiah. Seperti dengan menghilangkan sebab-sebabnya, atau mengobatinya dengan sesuatu yang berlawanan dengan sebab-sebab yang dimaksud atau dengan sesuatu yang bisa menyehatkannya. Dan, sebagaimana hati terkadang merasa sakit dengan sakit yang dirasa-kan oleh badan, demikian pula badan, ia sering merasa sakit dengan sakit yang dirasakan oleh hati, ia menjadi malang karena kemalangan yang dirasakan oleh hati.<sup>4</sup>

Adapun dalam Mashoolihu Al Abdaan wa Al Anfus Taqdiim wa Diroosatun, Malik Badri berkata :

الأعراض النفسية تحت أربعة أصناف: ألا وهي الغضب، ثم الحزف، و الغرع، ثم الحزن و الجزع رابعه  
الوسوس.

Gejala gangguan kejiwaan ada 4 yaitu : Marah (agresif), Takut (Phobia), Sedih (depresi), dan was-was (Obsessif)<sup>5</sup>

Mencermati dua tulisan diatas, antara apa yang diungkapkan Ibnu Al Qayyim terkait penyakit hati dan apa yang telah disampaikan jauh hari sebelumnya oleh Abu Zaid Al Balkhi terkait gejala gangguan jiwa, maka kita akan mendapatkan titik temu yang sama, yakni PENYAKIT-PENYAKIT HATI itu juga pada dasarnya adalah GANGGUAN KEJIWAAN.

5. Nafs menandakan sesuatu yang baik dan buruk dalam diri manusia. baik itu emosi maupun prilaku atau akhlaq, diantaranya yang dilekatkan pada NAFS terkait dengan emosi antara lain : amarah, ketakutan dan kecemasan yang berlebihan, kesedihan berkepanjangan dan depresi, serta was was terus menerus, demikian

<sup>4</sup> Ibnu Al Qayyim, Muhammad Bin Abu Bakar, Ighaatsatullahaaafan Fii Mashooysi As Syaithoon, Daar'Alami AL Fawaaid, Jilid 1, Hlm. 26

<sup>5</sup> Abu Zaid Al Balkhi, Mashoolihu Al Abdaan wa Al Anfus, hlm. 19

juga berbagai prilaku, baik prilaku positif maupun negatif seperti : menjaga diri, dermawan murung, gemar melakukan prilaku negatif

Para pembaca ketahuilah, sesungguhnya sebagian besar ayat Al Qur'an terkait dengan an nafs banyak masuk katagori pada poin 5 ini. diantaranya fiman Allah Subhanahu wa Ta'alaa :

وَلَقَدْ حَلَقَنَا أَلِّإِنْسَنَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسِّعُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

"Dan sungguh, Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya." (QS. Qaf : 16)

Para ulama ahli kejiwaan Islam klasik dikitab-kitab mereka juga membahas tak jauh dari an nafs pada area poin 5 ini, Satu diantaranya adalah Ibnu Qudamah, Ia menyebutkan AN NAFS dan terkait erat dengan PRILAKU, maka kita simak apa yg disampaikan oleh Ibnu Qudamah :

قد عرفت أن الاعتدال في الأخلاق هو الصحة في النفس، والميل عن الاعتدال سقم ومرض

Sungguh Anda telah mengetahui bahwa bersikap moderat dalam peprilaku merupakan tanda kesehatan jiwa, dan melenceng dari sikap moderat merupakan tanda adanya penyakit.<sup>6</sup>

Dengan demikian, dari pemaparan diatas terkait dengan unsur nafs atau jiwa dalam diri manusia, maka kita dapat menyimpulkan beberapa poin berikut :

1. An Nafs memiliki makna umum meliputi : Ruh, Qalbu, diri manusia (ruh dan jasad), kemampuan berfikir serta berbagai hal yg disandarkan padanya, baik itu hal-hal yang positif maupun negatif seperti: emosi dan prilaku manusia
2. Penyakit-penyakit qalbu (hati) masuk katagori marodhun an nafs (Gejala - gejala gangguan kejiwaan atau dinamakan الأعراض النفسية).
3. Berbagai gejala kejiwaan atau الأعراض النفسية menyebabkan prilaku bermasalah seperti : al huznu wal jaz'u (depresi), al waswas al qohri (ocd), al khouf wal faz'u (anxiety), al ghodob (marah) dan lain-lain.
4. Qolbu yang sehat akan menghantarkan an nafs pada kondisi muthmainnah

## b. Penggunaan Kata An Nafs dalam Al Qur'an

<sup>6</sup> Al Maqdisi, Ahmad Bin Abdurrahmaan Bin Qudaamah, Mukhtashor Minhaj Al Qooshidiin, Daar AL Bayaan : Beirut, 1978, hlm. 154.

Lafazh An Nafs dalam Al Qurán disebutkan pada 367 tempat, seluruhnya menunjukkan kepada sosok manusia yang hidup, berkembang semakin banyak jumlahnya, melakukan aktivitas atau usaha, memiliki kehendak dan keinginan atau dorongan, serta memiliki emosi<sup>7</sup>, lafazah Nafs didalam Al Qur'an tersebut diantaranya menunjukkan :

1. Menunjukkan sosok manusia secara umum, ini terdapat dibeberapa tempat, antara lain :

وَأَنْجُوا يَوْمًا لَا يَجِدُونَ نَفْسًا عَنْ نَفْسٍ شَيْئًا وَلَا يُفْبِلُ مِنْهَا شَفَعَةً وَلَا يُؤْخَذُ مِنْهَا عَدْلٌ وَلَا هُمْ يُنَصَّرُونَ

Dan jagalah dirimu dari (azab) hari (kiamat, yang pada hari itu) seseorang tidak dapat membela orang lain, walau sedikitpun; dan (begitu pula) tidak diterima syafa'at dan tebusan dari padanya, dan tidaklah mereka akan ditolong.(QS. Al Baqarah : 48)

2. Menunjukkan sosok manusia secara khusus/personal, antara lain :

- a) Nabi Muhammad ﷺ. Allah Subhanahu wa Ta'alaa berfirman

فَلَعِلَّكُمْ يُخْجِعُونَ نَفْسَكُمْ عَلَى آءَاتِنَا إِنْ لَمْ يُؤْمِنُوا بِهَا أَخْدِيثٌ أَسَفًا

Maka (apakah) barangkali kamu akan membunuh dirimu karena bersedih hati setelah mereka berpaling, sekiranya mereka tidak beriman kepada keterangan ini (Al-Quran).(QS. Al Kahfi : 6)

- b) Bani Israail, terdapat dalam surat Ali Imraan ayat 93, Allah Subhanahu wa Ta'alaa berfirman

كُلُّ الْطَّعَامِ كَانَ حَلَالًا لِّيَتَّقِيَ إِسْرَائِيلَ إِلَّا مَا حَرَمَ إِسْرَائِيلُ عَلَى نَفْسِهِ مِنْ قَبْلِ أَنْ تُنَزَّلَ الْشُّورَىٰ فَلَمْ يَأْتُوا بِالشُّورَىٰ فَأَتَتُوهُمْ إِنْ كُنْتُمْ صَدِيقِيْنَ

Semua makanan adalah halal bagi Bani Israil melainkan makanan yang diharamkan oleh Israil (Ya'qub) untuk dirinya sendiri sebelum Taurat diturunkan. Katakanlah: "(Jika kamu mengatakan ada makanan yang diharamkan sebelum turun Taurat), maka bawalah Taurat itu, lalu bacalah dia jika kamu orang-orang yang benar". (QS. Ali Imran : 93)

3. Menunjukkan Dzat Allah, terdapat dalam surat Thaha ayat 41 dan surat Al Anám ayat 12, Allah Subhanahu wa Ta'alaa berfirman :

وَأَنْظَنَّنَا لِنَفْسِي

Dan Aku telah memilihmu untuk diri-Ku. (QS. Thaha : 41)

<sup>7</sup> Ma'ruf. Z, Ilmu An Nafs Al Islaami, Beirut : Daar Al Marifah, 1989, hlm. 14

- Menunjukkan apa yang tersembunyi dalam diri manusia, seperti terdapat dalam surat Qaf ayat 16 dan surat Al Isra ayat 25

وَلَقَدْ خَلَقْنَا لِلنَّاسِ مَا تُوَسِّعُهُ وَلَمْ يَعْلَمْ مَا تُخْسِنُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya. (QS. Qof : 16)

- Menunjukkan ashlul basyar atau asal manusia – Adam ‘alaihissalam -, terdapat dalam surat Al Áraf ayat 189 dan An Nisaa ayat 1

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تَنْفِسٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا

Dialah Yang menciptakan kamu dari diri yang satu dan dari padanya Dia menciptakan isterinya, agar dia merasa senang kepadanya. (QS. Al Araf : 189)

#### c. Macam-macam An Nafs

Islam memiliki pandangan sendiri mengani perilaku manusia yang berbeda dengan konsep psikoanalisis. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan struktur kejiwaan yang ada dalam diri manusia menurut Islam dan Psikoanalisis. Dalam Islam struktur jiwa ( Nafs ) ada lima yaitu, Nafs Sawiyyah Mullahhamah, Nafs Ammarah Bissu'i, Nafs Lawwamah, dan Nafs Muthmainnah Radhiyah

##### 1. Nafs Sawiyyah Mullahamah

Penjelasan mengenai Nafs Sawiyyah Mullahamah ini didasari pada apa yang Allah Ta'aa firman :

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا - فَأَهْمَمَهَا فُجُورُهَا وَتَقْوَاهَا

“dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya.”(QS. Asy Syams : 7 – 8)

Berdasarkan pendapat dari beberapa pakar tafsir diketahui bahwa ilham yang dimaksud pada ayat di atas adalah fitrah yang di terima manusia melalui Allah SWT. oleh karena itu, manusia memang diciptakan dengan fitrah dan dari fitrah itu kemudian manusia bisa memilih untuk menyalurkan fitrah itu pada jalan ketakwaan atau jalan kefasikan. Pilihan inilah yang kemudian akan di hisab Allah di hari perhitungan nanti, jika memilih jalan taqwa Allah telah menyediakan surga sebagai balasan, dan jika memilih jalan kefasikan Allah juga telah menyediakan neraka sebagai balasan.

## 2. Nafs Ammarah Bissu'I

Nafs Ammarah Bissu'i memiliki pengertian diri manusia yang selalu cenderung melakukan perbuatan buruk. Kondisi seperti ini terjadi pada manusia bukan karena sifat manusia pada dasarnya adalah buruk, tetapi karena manusia tidak mampu menghadapi godaan setan, sehingga manusia tersebut cenderung untuk melakukan perbuatan yang buruk. Dalam hal ini, ketika Nafs Ammarah Bissu'i ada dalam diri manusia, maka manusia tersebut telah memilih jalan kefasikan. Ia telah menyalahgunakan fitrah yang diberikan Allah kepadanya, di mana secara fitrah manusia itu akan selalu melakukan kebaikan atau perbuatan-perbuatan yang baik

وَمَا أَبْرَئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَا مَارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي عَفُورٌ رَّحِيمٌ

Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahanatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhan. Sesungguhnya Tuhan Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang. (QS. Yusuf : 53)

## 3. Nafs Lawwamah

Nafs Lawwamah berarti diri manusia yang selalu menyesali dan ragu. Dalam hal ini manusia memiliki kemampuan untuk bisa merenungkan kejadian yang telah dialaminya pada masa lampau. Jika penyesalan ini ada pada orang beriman, maka hal ini akan dijadikan sebagai introspeksi diri untuk menjadi manusia yang lebih baik lagi dalam beribadah kepada Allah Ta'ala. penyesalan yang dialaminya membangkitkan fitrah untuk bisa menempatkan diri dan mengaktualisasikan diri sesuai dengan yang digariskan oleh Allah Ta'ala

لُكِيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ ، وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتَيْتَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَمَنِيَ عَلَى اللَّهِ

“Orang yang cerdas adalah yang mempersiapkan dirinya dan bekerja untuk hari esok (setelah kematian), dan orang yang lemah adalah yang selalu mengikuti hawa nafsunya dan hanya berangan-angan kepada Allah (bahwa Allah akan merahmatinya, mengampuninya dll) “<sup>8</sup>.

## 4. Nafs Muthmainnah Radhiyah

Ketika manusia telah ridha dengan keadaan dirinya, ridha dengan keadaan yang mengantarkan ia merasa bahagia dan tenang, maka pada saat itu ia telah berada dalam Nafs Muthmainnah Radhiyah ( diri manusia yang dipenuhi dengan

<sup>8</sup> HR. At Tirmidzi, no. 2459, dan Ibnu Majah, no. 4260, serta Ahmad, no. 17164

ketenangan hidup). Keridhaan adalah suatu kebahagiaan yang menyelimuti manusia, sehingga ketika manusia itu telah ridha maka ia tidak akan mengalami kegelisahan. Hal itulah yang menyebabkan Allah menjadikan keridaan ini sebagai tujuan akhir dari suatu usaha yang dilakukan manusia, dan balasan mereka yang ridha adalah kembali kepada Allah Ta'ala dalam keadaan bahagia dan akan digolongkan ke dalam golongan orang yang beriman, hal ini sebagaimana disebutkan dalam surat Al fajr ayat 27 sampai 30

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَةُ (27) ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً (28) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَادْخُلِي جَنَّتِي (30)

“Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku, masuklah ke dalam syurga-Ku.” (QS. Al-Fajr: 27-30)

B. Jiwa Dan Hubungannya Dengan Hati, Akal, Dan Ruh Serta Pembentukan Prilaku Manusia

Terdapat empat kata yang sangat melekat dalam diri manusia, kata-kata tersebut memiliki karakteristik yang khusus dan sifat-sifat tertentu yang meleka didalamnya. Empat kta yang dimaksud adalah An Nafs (jiwa), Al Qolb (hati), Al 'Aql (akal), dan Ar Ruh (ruh). Para ahli kejiwaan Islam memilki perbedaan pendapat terkait makna kata dan kandungannya, hubungan antara satu dengan lainnya. :

Apakah lafazh-lafazh ini sesungguhnya perbedaan makna satu sama lainnya ?

Atau kata-kata tersebut hanyalah sinonim kata yang menunjukkan kesamaan makna ?

Ataukah kata-kata tersebut memilki persamaan pada satu sisi dan memiliki perbedaan pada sisi lainnya ?

a. Al Qolbu (hati)

1. Kata Al Qolbu dalam Al Qur'an

Penyebutan lafazh Al Qolbu lebih sedikit jika dibandingkan dengan penyebutan kata An Nafs, Dalam al-Quran terdapat kurang lebih 168 kata qalb yang muncul secara variatif. Dalam bentuk kata benda, kata qalb ada yang diungkapkan dalam mashdar (kata kerja yang dibendakan), maf'ul (kata objek) dan fā'il (kata subjek) baik mufrad (bentuk tunggal) maupun jama' (plural). Sedangkan dalam bentuk kata kerja, kata qalb diungkapkan dalam kata kerja madhi (kata kerja bentuk lampau) dan kata kerja mudhor (kata kerja bentuk sekarang dan akan datang. Dari

168 kata qalb dan derivasinya tersebut terdapat 132 kata qalb yang di artikan sebagai hati atau Nurani.

Al Qolbu berasal dari Bahasa arab yang berarti jantung secara fisik, namun secara harfiah qolbu memiliki arti hati yang halus, sebagaimana yang dideskripsikan oleh imam Al Ghazali " Hati sebagai sesuatu yang halus dan immateri dimana jasmani bergantung padanya, sesuatu yang halus tersebut menjadi hakikat manusia, berfungsi untuk merasai, mengenal, dan mengetahui perkara atau ilmu. <sup>9</sup>

## 2. Fungsi Al Qolbu

### a) Fungsi Kecerdasan Spiritual

قَالَتْ أُلْأَعْرَابُ إِمَانًا قُلْ مَّتُّؤْمِنُو وَلَكِنْ قُلُّوْنَا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَنُ فِي قُلُوبِكُمْ وَإِنْ تُطِيعُوْا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا يَلِتْكُمْ مِنْ أَعْمَلِكُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَفُورٌ رَّحِيمٌ

"Orang-orang Arab Badui itu berkata: "Kami telah beriman". Katakanlah: "Kamu belum beriman, tapi Katakanlah 'kami telah tunduk', karena iman itu belum masuk ke dalam hatimu; dan jika kamu taat kepada Allah dan Rasul-Nya, Dia tidak akan mengurangi sedikitpun pahala amalanmu; Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang." (QS. Al Hujuraat : 14)

### b) Kecerdasan Emosional

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَرْدَأُوا إِعْنَانًا مَعَ إِعْنَاهُمْ وَلَلَّهُ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلَيْهِمَا حَكِيمًا

" Dia-lah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada). dan kepunyaan Allah-lah tentara langit dan bumi dan adalah Allah Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana," (QS. Al Fath :4)

### c) Kecerdasan Kognitif

وَلَقَدْ ذَرَانَا لِهَنَّمَ كَثِيرًا مِنْ أَجْنِينَ وَأَلْأَنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبَصِّرُونَ بِهَا وَهُمْ أَدَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَمَا لَأَنْعَمْتَ بَنْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ

Dan Sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk

<sup>9</sup> Anas Ahmad Karzun, Manhaj Islam Fii Tazkiyat An nafs, Universitas Ummul Quro, hlm, 23 lihat juga Akhmad Sodiq dalam bukunya Prophetic Character Building halaman 42. Ia memaparkan pandangan Al Ghazali tentang pembagian hati, pertama adalah daging berbentuk buah sanubari terletak disebelah kiri dada, dan dikenal dengan organ jantung. Kedua adalah hati maknaw. Sebagaimana yang telah dinukil diatas.

memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. mereka Itulah orang-orang yang lalai.( QS. Al-'Araf : 179)

Dengan demikian Qolbu pada dasarnya memiliki peran yang tak jauh berbeda dengan akal dalam hal fungsi kognitif, yakni berfikir, mencerna, dan memahami sebuah informasi, bahkan hatipun menjadi penyebab berbagai permasalahan kejiwaan dan prilaku menyimpang

### 3. Macam-macam Al Qolbu

Hati memiliki peran yang sangat penting. Baik buruknya seseorang sangat tergantung pada hatinya. Jika hatinya lurus, maka perlakunya juga baik, begitu juga sebaliknya. Oleh karena itu, sepantasnya seseorang selalu memperhatikan dan memperbaiki hatinya, jika dia menginginkan kebaikan untuk dirinya dan orang lain.

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْعَفٌ إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ . أَلَا وَهِيَ الْفَلْبُ

“Ingatlah bahwa di dalam jasad itu ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati (jantung)”<sup>10</sup>

Hati manusia itu bermacam-macam. Ada qalbun salîm (hati yang selamat; sehat); qalbun mayyit (hati yang mati); dan qalbun marîdh (hati yang sakit).<sup>11</sup>

### b. Al Aqlu.

#### 1. Al Aqlu dalam Al Qur'an

Kata 'aql berarti "ikatan, batasan, atau menahan/mengekang". Binatang unta yang telah diikat dan dijadikan sebagai tebusan atas suatu tindakan melanggar hukum (diyat) disebut juga 'aql. Lalu kemudian kata itu digunakan untuk menyebut daya ruhaniah manusia yang difungsikannya sebagai alat menimba ilmu dan mempertimbangkan sesuatu yang akan diperbuatnya. Alquran tidak menggunakan kata itu dalam bentuk kata benda melainkan dalam bentuk kata kerjanya sebanyak 50 kali, yang maknanya mengacu kepada upaya fungsionalisasi

<sup>10</sup> HR. Bukhari no. 52 dan Muslim no. 1599.

<sup>11</sup> Ibnu Al Qayyim, Muhammad Bin Abu Bakar, Ighaatsatullahaaafan Fii Mashoooyidi As Syaithoon, hlm. 10

hati dalam menerima atau menangkap sesuatu dengan menggunakan pertimbangan dan pemikiran yang jernih.

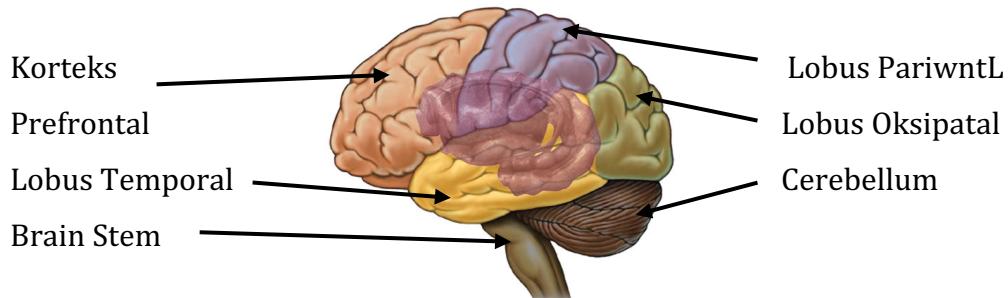
Aql merupakan alat untuk berpikir, mencerna sesuatu, menyerap pengetahuan, ia anugerah yang Allah berikan kepada manusia yang tidak diberikan kepada makhluk lainnya.

Lafazh Al Aqlu didalam Al Qurán bukanlah sebagai sebuah nama tersendiri, lafazh Aqlu di dalam Al Qurán disebutkan secara eksplisit sebagai sebuah fungsi yang menunjukkan unsur berfikir pada diri manusia<sup>12</sup>, kendati demikian hal ini bukan berarti menihilkan peran dan fungsi otak sebagai alat berfikir.

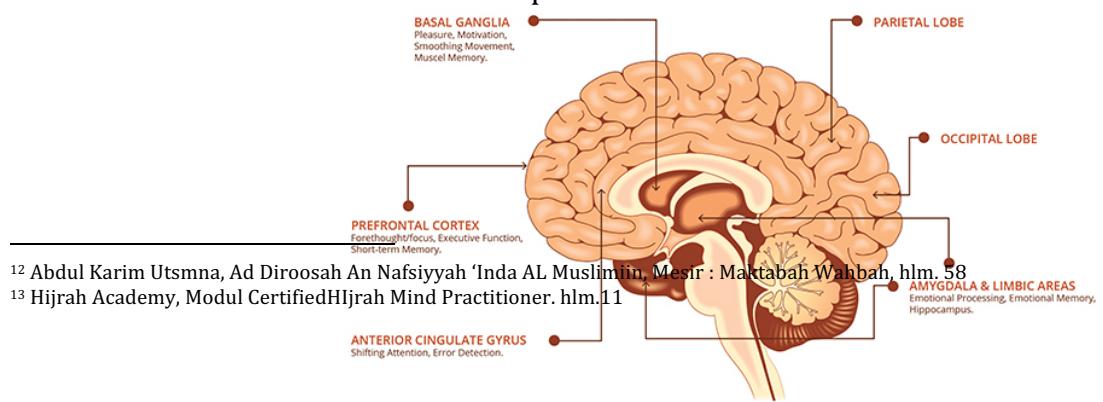
## 2. Antara Al 'Aqlu dan Otak

Meskipun sebuah otak manusia terlihat seperti sebuah jeli, namun otak tersebut terdiri dari berbagai macam bagian, dimana setiap bagian memiliki fungsi yang berbeda untuk mengintrol aspek yang berbeda pula dalam kehidupan kita. Secara umum kita telah mengetahui fungsi dari berbagai bagian otak yang berbeda tersebut, namun kita juga mengetahui bahwa ketika ada satu bagian yang rusak, maka bagian otak yang lain akan mengambil alih berbagi tugas bagian otak yang rusak tersebut<sup>13</sup>.

Gambar 1  
Tampilan Sisi Luar Otak Manusia



Gambar 2  
Tampilan Sisi Dalam Otak Manusia



<sup>12</sup> Abdul Karim Utsumna, Ad Diroosah An Nafsiyyah 'Inda AL Muslimiin, Mesir : Makkah Wahbah, hlm. 58

<sup>13</sup> Hijrah Academy, Modul CertifiedHijrah Mind Practitioner. hlm.11

### Bagian-bagian Sisi Luar Otak Manusia

- 1) Korteks Prefrontal : Bagian yang mengatur kepribadian kita. Mengandung neuron yang paling sensitive terhadap zat dopamine sehingga bagian ini terbilang cukup penting
- 2) Lobus Temporal : Lobus temporal bertugas untuk menyimpan memori visual, memproses input sensoris, memahami Bahasa, dan menyimpan memori yang baru
- 3) Lobus Pariental : Mengintegrasikan informasi sensoris termasuk pemahaman secara spasial, navigasi, dan juga sentuhan. Bagian ini penting dalam pemrosesan Bahasa.
- 4) Lobus Oksipital : Memproses informasi visual yang diterima dari mata dan berfungsi penting bagi pembentukan persepsi kita terhadap warna dan pergerakan.
- 5) Cerebellum : bagian ini penting dalam mengontrol pergerakan dan koordinasi bagian tubuh, presisi, serta pengaturan yang akurat. Bagian ini menerima input dari sistem sensoris yang ada ditulang belakang dan bagian otak yang lain untuk kemudian menyatukan berbagai input ini dalam menyempurnakan aktivitas motorik kita.
- 6) Brain Stem : Mengatur berbagai fungsi adsar tubuh yang meliputi detak jantung, pernapasan, dan makan. Bagian ini juga penting dalam menjaga kesadaran dan mengatur siklus tidur.
- 7) Basal Ganglia : Integrasikan pikiran, perasaan, dan gerakan, yang terlibat dengan kesenangan.
- 8) Anterior Cingulate Gyrus : Pergeseran Perhatian.
- 9) Amygdala & Limbic Areas : Atur nada emosi, terlibat dengan suasana hati dan ikatan.

### 3. Fungsi Al 'Aqlu dalam Al QUR'an

Islam tidak memadamkan dan melemahkan kekuatan akal, bahkan Islam menganjurkan untuk memaksimalkan potensi akal yang dimiliki manusia,

sehingga mereka dapat hidup bahagia dunia dan akhirat melalui pemaksimalan potensi tersebut. Berikut ini beberapa fungsi dan tugas akal sebagai panduan kita untuk mampu memaksimalkannya dalam kehidupan sehari-hari :

- a) Ilmu Pengetahuan/kognisi, Al Aqlu memiliki makna Robato, yang berarti mengikat dan menghubungkan antara sebab dan musababnya

أَفَتَطْمَعُونَ أَنْ يُؤْمِنُوا لَكُمْ وَقَدْ كَانَ فَرِيقٌ مِنْهُمْ يَسْمَعُونَ كَلَامَ اللَّهِ ثُمَّ يُخْرِفُونَهُ مِنْ بَعْدِ مَا عَفَلُوهُ وَهُمْ يَعْلَمُونَ ﴿٧٥﴾

Apakah kamu masih mengharapkan mereka akan percaya kepadamu, padahal se golongan dari mereka mendengar firman Allah, lalu mereka mengubahnya setelah mereka memahaminya, sedang mereka mengetahui?. Yang dimaksud ialah nenek-moyang mereka yang menyimpan Taurat, lalu Taurat itu dirobah-robah mereka; di antaranya sifat-sifat Nabi Muhammad SAW yang tersebut dalam Taurat itu.(QS. AL Baqarah : 75)

- b) Pembeda antara yang benar dan salah, akal berfungsi menghantarkan kita menjadi manusia yang sempurna, dapat membedakan benar dan salah, berbeda dengan makhluk lainnya.

إِنَّ شَرَّ الدُّوَّارِ إِنْدَ اللَّهِ الصُّمُ الْبُكُمُ الْدِّينُ لَا يَعْقِلُونَ ﴿٢٢﴾

Sesungguhnya binatang (makhluk) yang seburuk-buruknya pada sisi Allah ialah; orang-orang yang pekak dan tuli [604] yang tidak mengerti apa-apapun. Maksudnya: manusia yang paling buruk di sisi Allah ialah yang tidak mau mendengar, menuturkan dan memahami kebenaran.

- c) Alat untuk menggapai, dengan kemampuan akal yang dimaksimalkan maka seseorang akan tercegah dari kebinasaan dan akhir kehidupan yang buruk

وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقَلُ مَا كُنَّا فِي أَصْلِحِ السَّعَيْرِ

Dan mereka berkata: "Sekiranya kami mendengarkan atau memikirkan (peringatan itu) niscaya tidaklah kami termasuk penghuni-penghuni neraka yang menyala-nyala". (QS. AL Mulk : 10)

- d) Alat untuk berfikir

يُبَثِّ لَكُمْ بِهِ الرَّزْعُ وَالرِّئْسُونَ وَالنَّجْيلُ وَالْأَعْنَابُ وَمِنْ كُلِّ الشَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, korma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkan. (QS. An-Nahl : 11)

- e) Alat untuk memahami sebuah makna dan maksud tertentu

وَتَلَكَ الْأَنْتَالُ نَصْرٌ لَهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعُلَمَوْنَ ﴿٤٢﴾

Dan perumpamaan-perumpamaan ini Kami buat untuk manusia; dan tiada yang memahaminya kecuali orang-orang yang berilmu. (QS. Al Ankabut : 23)

Dalam al-Khawatir, Syekh Muhammad Mutawalli al-Sya'rawi mengatakan, “Pikiran adalah alat ukur yang digunakan manusia untuk memilih sesuatu yang dinilai lebih baik dan lebih menjamin masa depan diri dan keluarga.”

- f) Akal digunakan untuk berfikir dan mentadabburkan ayat-ayat Allah Ta'alaa
- 1) Memikirkan dan mentadabburi Al Qur'an, ini terdapat pada beberapa surat dalam Al Qur'an, antara lain : surat Shaad ayat 29, surat An Nisaa ayat 82, surat Muhammad ayat 24, surat Hud ayat ayat 13, dasn surat At Thur ayat 34.
  - 2) Memikirkan dan mentadabburi alam semesta, ini terdapat dalam surat Ali Imran ayat 191, surat AlGhasiyah ayat 17 smpai 20, surat Al Mulk ayat 3 sampai 4.
  - 3) Memikirkan dan mentadabburi syariatnya, ini terdapat dalam surat Al Baqarah ayat 179 dan 184.
  - 4) Memikirkan dan mentadabburi umat-umat yang telah binasa pada masa lalu, ini terdapat dalam surat Al An'am ayat 6 dan 1.

c. Ar Ruh

Penyebutan kata AR RUUH di dalam Al Qurán sedikit, kata ini memilki maknda dan bentuk yang bermacam-macam dalam penggunaannya, antara lain :

1. Apa yang Allah Ta'alaa berikan kepada manusia, ruh manusia merupakan kepunyaan dan milik Allah Ta'alaa,

ثُمَّ سُوَّهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْدَةَ ۖ قَلِيلًا مَا تَشْكُرُونَ

Kemudian Dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalamnya roh (ciptaan)-Nya dan Dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati; (tetapi) kamu sedikit sekali bersyukur. (QS. As Sajdah : 9)

2. Penciptaan Nabi Isa Álaihissalaam, Ibunda Nabi Isa diberikan dan ditiupkan langsung Ruh milik Allah Subhanahu wa Ta'alaa kedalam kandungannya tanpa

ada proses layaknya tercipta manusia, ini merupakan bagian dari mukjizat yang Allah berikan dan tetapkan untuk hambanya.

فَأَخْدَتْ مِنْ دُونِهِ حِجَابًا ۝ فَأَرْسَلْنَا إِلَيْهَا رُوْحًا فَتَمَثَّلَ لَهَا بَشَرًا سَوِيًّا ۝ ﴿١٧﴾

Maka ia mengadakan tabir (yang melindunginya) dari mereka; lalu Kami mengutus roh Kami kepadanya, maka ia menjelma di hadapannya (dalam bentuk) manusia yang sempurna. Maksudnya: Jibril a.s. (QS. Maryam : 17)

3. Isyarat yang ditujukan untuk AL Qurán, penyebutan ini dimaksudkan karena AL Quran tak ubahnya seperti Ruh, Ruh menghidupkan jasad, dan Al Qurán menghidupkan hati dan dan ruh-ruh, memberika kebaikan didunia dan agama, Ruh ini merupakan anugrah yang Allah berikan kepada Nabi-Nya dan orang-orang yang beriman.

وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِنْ أَمْرِنَا ۖ مَا كُنْتَ تَدْرِي مَا الْكِتَابُ وَلَا الْإِيمَانُ وَلِكُنْ جَعْلَنَاهُ نُورًا ۖ هُدِيَ بِهِ مَنْ نَشَاءَ مِنْ عِبَادِنَا ۖ ۖ وَإِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ

Dan demikianlah Kami wahyukan kepadamu wahyu (Al-Qur'an) dengan perintah Kami. Sebelumnya kamu tidaklah mengetahui apakah Al Kitab (Al-Qur'an) dan tidak pula mengetahui apakah iman itu, tetapi Kami menjadikan Al-Qur'an itu cahaya, yang Kami tunjuki dengan dia siapa yang kami kehendaki di antara hamba-hamba Kami. Dan sesungguhnya kamu benar-benar memberi petunjuk kepada jalan yang lurus. (QS. Asyuuro : 52)

4. Isyarat yang ditujukan Jibril yang membawa wahyu Allah Subhanahu wa Taálaa.

رَفِيعُ الدَّرَجَاتِ دُوْلُعْشِ يُلْقِي الرُّوحَ مِنْ أَمْرِهِ ۖ عَلَىٰ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ لِيُنذِرَ يَوْمَ الْثَّلَاقِ ۖ

.Dialah) Yang Maha Tinggi derajat-Nya, Yang mempunyai 'Arsy, Yang mengutus Jibril dengan (membawa) perintah-Nya kepada siapa yang dikehendaki-Nya di antara hamba-hamba-Nya, supaya dia memperingatkan (manusia) tentang hari pertemuan (hari kiamat). (QS. AL Mukmin : 15)

#### d. Pembentukan Perilaku Manusia

Dalam KBBI perilaku diartkan sebagai tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan.

Secara umum perilaku dapat diartikan segala perbuatan atau tindakan yang dilakukan oleh makhluk hidup. Dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku

manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.

Secara biologis perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan yang dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Menurut Drs. Sunaryo M.Kes perilaku adalah aktivitas yang timbul karena adanya stimulus dan respon serta dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Jadi, Psikologi Perilaku mempelajari bagaimana mengembangkan perilaku hidup organisme dalam menanggapi kondisi tertentu.

### 1. Allah Ta'alaa Memberikan Petunjuk dan Bimbingan Kepada Manusia

Allah Ta'alaa memberikan petunjuk kepada siapa yang Ia kehendaki, Ia juga memberikan anugrah dan kekuatan untuk manusia melakukan hal-hal yang positif dari berbagai prilaku yang dihadirkannya, tentu ini sangat memengaruhi berbagai prilaku dan tindakan manusia, sebagai sebuah contoh atas apa yang dialami oleh Nabi Yusuf 'Alaihissalam, tatkala Ia ditawari berbuat maksiat dengan istri pembesar mesir kala itu, namun Allah Ta'alaa memberikan dan menganugrahkan petunjuk dan kekuatan Iman sehingga apa yang diingini oleh sang istri tersebut ditolak. Demikian juga apa yang dialami oleh berbagai sahabat nabi radhiyallahu 'anhuma, bagaimana kekuatan iman dan petunjuk Allah Ta'alaa merubah secara drastis perilaku jahiliyyah mereka.

إِنَّكَ لَا تَهْدِي مَنْ أَحْبَبْتَ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

"Sesungguhnya engkau (Muhammad) tidak akan dapat memberi hidayah (petunjuk) kepada orang yang kamu kasih, tetapi Allah memberi hidayah kepada orang yang Dia kehendaki, dan Allah lebih mengetahui orang-orang yang mau menerima petunjuk". (Al Qashash : 56)

### 2. Antara Al Aql, Al Qalbu, An Nafs serta Pembentukan Kepribadian

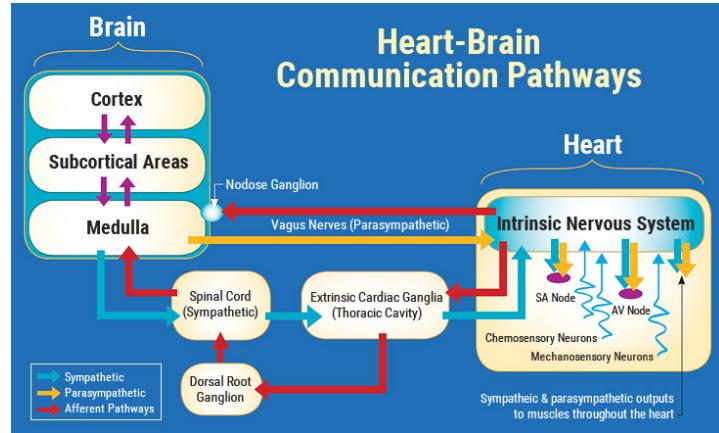
Sesungguhnya gabungan antara unsur jasad dan ruh, menurut Adbul Mujib membentuk substansi nafsan, dimana substansi ini terdiri dari tiga bagian, yakni Al Qalbu, yang berhubungan dengan rasa atau emosi, al - aql yang berhubungan dengan cipta dan kognisi, dan al nafs yang berhubungan dengan karsa atau konasi. Ketiga potensi tersebut merupakan substansi nafsyang dapat membentuk keperibadian manusia.<sup>14</sup>

#### Keterhubungan antara hati (Jantung) dan otak

---

<sup>14</sup> Abdul Mujib, Konsepsi Dasar Kepribadian Islam, Majalah Tazkiyah, Volume 3, Desember, 2003, hlm. 32

Gambar 3  
Keterhubungan Antara Hati (Jantung) dan Otak<sup>15</sup>



Sesungguhnya, usaha untuk meneliti dan mendalami qolbu (jantung/heart) mulai banyak setelah memasuki abad ke-21 ini. DR. Armour dari Institute Of Heart Math mengatakan jantung memiliki sebuah sistem yang khusus dalam pengolahan informasi yang datang dari seluruh tubuh, dan keberhasilan setiap pencangkokan jantung sangat bergantung dari sistem syaraf dari jantung donor dan kemampuannya untuk beradaptasi dengan pasien. Lebih jauh mereka mengatakan jantung dan otak mempertahankan dialog dua arah yang terus-menerus, masing-masing memperngaruhi fungsi yang lain. Sinyal-sinyal dari jantung yang dikirim ke otak dapat mempengaruhi persepsi, pengolahan emosi dan fungsi-fungsi kognitif yang lebih tinggi lainnya. Sistem ini dan sirkuit dipandang oleh peneliti neurocardiologi sebagai "OTAK JANTUNG"<sup>16</sup>

Berikut ini adalah temuan temua dari Institute Of Heart Math :

- a) Jantung memancarkan area-area electromagnetic yang berubah menurut kondisi emosi
- b) Area magnetic jantung dapat diukur sampai beberapa kali dari tubuh
- c) Emosi positif memberi keuntungan bagi tubuh
- d) Orang dapat merubah sistem imun dengan merubah enrgi positif
- e) Emosi negatif dapat membuat sistem syaraf terganggu. Dan emosi positif sebaliknya

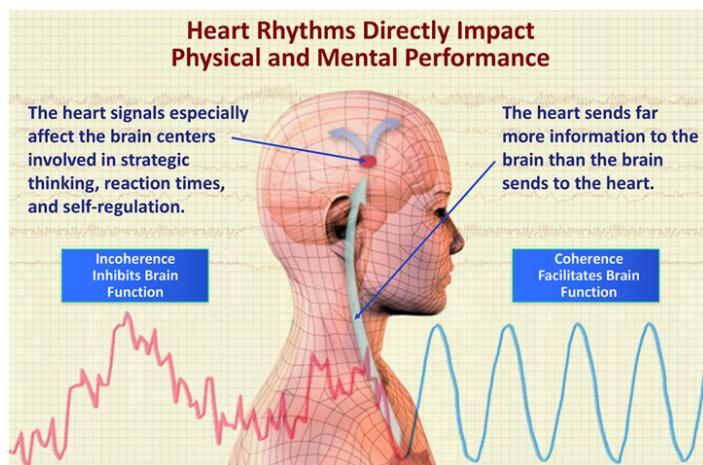
<sup>15</sup> Gambar diambil dari <https://www.google.com/search?q=heart+mind+connect>

<sup>16</sup> Yon Nofiar, Qolbu Quotient, Griya Ilmu : Jakarta, hlm, 93

- f) Jantung memiliki suatu sistem saraf yang memiliki short time memory maupun long time memory, dan sinyal sinyal itu dikirim ke otak dan dapat mempengaruhi emosional seseorang
- g) Dalam pertumbuhan janin, pembentukan jantung dimulai sebelum otak
- h) Gelombang otak seorang ibu bisa sinkron dengan jantung janin
- i) Jantung lebih banyak memberikan informasi ke otak, dibanding sebaliknya
- j) Emosi-emosi yang positif membantu otak dalam hal kreatifitas dan pemecahan masalah yang inovatif
- k) Emosi-emosi yang positif dapat meningkatkan kemampuan otak untuk membuat keputusan

Gambar 4

Pengaruh Hati (Jantung) Terhadap Mental<sup>17</sup>



### 3. Antara Akal, Hati, Jiwa, Bisikan-bisikan, dan Pembentukan Kepribadian

Dalam hal bisikan yang ada di dalam hati, al Ghazali menunjukkan ciri-cirinya sebagai berikut : bahwa setiap bisikan/lintasan batin atau dikenal juga dengan istilah khatir yang mendorong kepada kebaikan, maka ia datang dari malaikat, sedangkan lintasan batin yang condong pada hal negative pasti berasal dari setan.<sup>18</sup> Selanjutnya bisikan/lintasan batin atau khatir yang dilakukan oleh setan kepada manusia dikenal dengan sebutan was-was. Dan kesediaan hati menerima ajakan setan ini disebut dengan ighwaa (kesesatan) dan khidzlaan(kehinaan).<sup>19</sup>

<sup>17</sup> Gambar diambil dari <https://www.google.com/search?q=heart+math+institute+heart+coherence>

<sup>18</sup> Ahmad Shodiq, Prophetic Character Building, Jakarta : Kencana, edisi pertama, 2018. hlm. 63

<sup>19</sup> Ahmad Shodiq, Prophetic Character Building, hlm. 64

إِنَّ لِلشَّيْطَانِ لَهُ بَابٌ  
وَلِلْمَلَكِ لَهُ فَأَمَا لَهُ الشَّيْطَانُ  
فَإِيَّاعًا بِالشَّيْطَانِ  
بِالشَّيْطَانِ  
وَتَكَذِّبُتِ بِالْحَقِّ وَأَنَّا لَهُ الْمَلَكُ فَإِيَّاعًا بِالْخَيْرِ وَتَصْدِيقُ  
بِالْحَقِّ فَمَنْ وَجَدَ ذَلِكَ فَلِيَعْلَمْ أَنَّهُ مِنَ اللَّهِ فَلِيَحْمِدِ اللَّهُ وَمَنْ وَجَدَ  
الْأُخْرَى فَلِيَعْوَذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ثُمَّ قَرَأَ الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُمْ بِالْفَحْشَاءِ

Sesungguhnya syaitan memiliki langkah untuk manusia demikian juga malaikat, Adapun langkah syetan ialah berupa kekuatan untuk kembali kepada keburukan dan pendustaan kepada kebenaran, dan Adapun langkah malaikat Kembali kepada kebaikan dan membenarkan yang hak, maka apabila seseorang mendapatkan hal demikian maka sesungguhnya itu adalah dari Allah, maka pujiyah ia, maka jika didapati hal lain dari setan, maka berlindunglah kepada Allah dari godaan setan yang terkutut, Kemudian Nabi Shallahu 'alaihi wa sallamm membaca firman Allah Ta'ala, yang artinya: "Setan menjanjikan kemiskinan kepada kamu dan menyuruh mengerjakan pekerjaan keji". (QS. Al-Baqarah :268).<sup>20</sup>

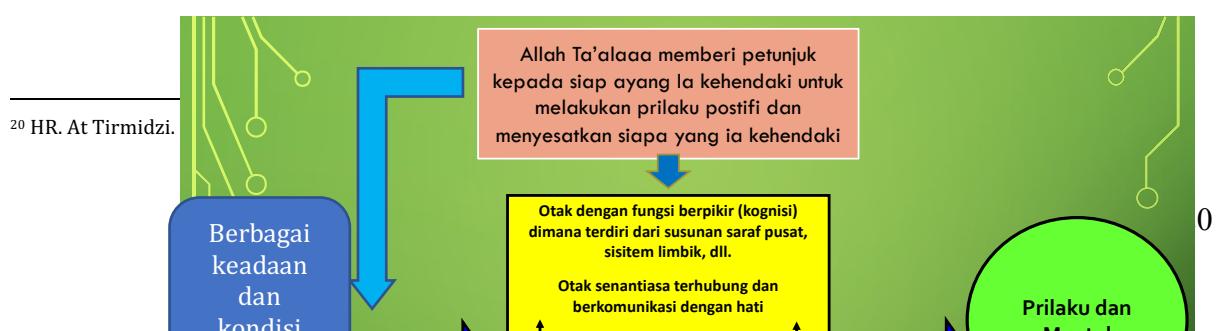
Al Imam Ibnu AL Qayyim berkata : "Apabila engkau ingin mengambil faidah dari Al Qur'an maka hendaklah kamu kumpulkan hatimu dan pendengaranmu tatkala membacanya, pasang telingamu dan hadirkanlah hatimu untuk Allah Ta'alaa dzat yang berbicara didalam Al Qur'an melalui lisan Rasul-Nya."

إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرًا لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى الْسَّمْعَ وَمُوْ شَهِيدٌ

Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat peringatan bagi orang-orang yang mempunyai akal atau yang menggunakan pendengarannya, sedang dia menyaksikannya. (QS. Qof : 37)

Prilaku manusia dipengaruhi oleh jiwa didalamnya, bahkan jika jiwa yang buruk tersebut diikuti sesuai hawa nafsunya dan tidak dapat dikontrol, tentu yang akan hadir dalam hidupnya adalah perilaku-perilakunya dan tindakan-tindakan negative.

DIAGRAM 1  
PEMBENTUKAN PRILAKU MANUSIA



## DAFTAR PUSTAKA

Al Qur'an dan Terjemah Departemen Agama RI.  
Ensiklopedi Hadits on line, <https://www.dorar.net/hadith>

Al Balkhi, Abu Zaid, Mashoolihul Abdaan Wa Al Anfus, Riyadh : Markaz Al Malik FAsihal Lil BUhuts WA Ad DIraasaat Al Islaamiyyah, 1424 H

Ibnu Katsir, Abu Al Fida Isma'il Bin Umar, Tafsir Al Qur'an Al 'Azhim, Riyadh : Daar Thayyibah, Juz.3, 1999

Ibnu Al Qayyim, Muhamad Bin Abu Bakar, Ighaatsatullahaaafan Fii Mashooyidi As Syaithoon, Daar'Alami Al Fawaaid, Jilid 1.

Al Maqdisi, Ahmad Bin Abdurrahmaan Bin Qudaamah, Mukhtashor MinhaQooshidiin, Daar AL Bayaan : Beirut, 1978

Ma'ruf. Z, Ilmu An Nafs Al Islaami, Beirut : Daar Al Marifah, 1989.

Najati, Muhammad 'Utsman, Madkhal Ilaa 'Ilmi An Nafs Al Islaami, Mesir : Daar As Syuruuq, Cet. 1, 2001 M.

Najati, Muhammad 'Utsmann, Al QUr'an wa 'Ilmi An Nafs , Mesir : Daar As Syuruuq, Cet. 7, 2001 M.

Anas Ahmad Karzun, Manhaj Islam Fii Tazkiyati An nafs,Makah : Universitas Ummul Quro,

Sodiq. Akhmad, Prophetic Character Building, Jakarta : Kencana, Edisi Pertama, 2018  
Hijrah Academy, Modul Certified HIjrah Mind Practitioner.

Mujid, Abdul, Konsepsi Dasar Kepribadian Islam, Majalah Tazkiyah, Volume 3, Desember, 2003

Yon Nofiar, Qolbu Quotient, Jakarta : Griya Ilmu.

Gambar diambil dari  
<https://www.google.com/search?q=heart+math+institute+heart+coherence>

Gambar diambil dari <https://www.google.com/search?q=heart+mind+connect>