

## BAB IV

### A N A L I S A

#### A. Pembinaan Nafsu Untuk Meminimalkan Gejolak Nafsu

Pada hakekatnya manusia dicipta terdiri dari dua unsur yaitu nafs (jiwa) dan fisik (jasmani). Manusia diikuti oleh pembawaannya (insting) yang penuh dengan pertentangan dan beraneka ragam, sulit dan tidak mudah untuk mengenalnya dengan pasti, karena bermacam warna yang tidak seragam.

Setiap makhluk hidup baik manusia maupun binatang di karuniai pembawaan asli yang disebut "nafsu". Dengan nafsu itulah kehidupan menjadi dinamis dan berjalan terus. Beberapa ahli berpendapat bahwa nafsu (insting) merupakan sebab atau pendorong timbulnya perbuatan, baik ucapan maupun sikap. Namun tidak semua sikap berpangkal pada insting (nafsu), melainkan diantaranya ada yang berdasarkan pada pengalaman, pandangan yang dinamakan "sebab gerak" yang diperoleh. Sebab gerak adalah terdiri dari sebagian yang instingtif, dan sebagian dari pengalaman. Namun gerak instingtif adalah faktor utama bagi kehidupan manusia.

Manusia sebagai makhluk yang sempurna dilengkapi dengan akal, tapi dibalik kesempurnaannya dalam diri manusia banyak terdapat kelemahan dan kekurangan juga terdapat kelebihan atau keistimewaan manusia yang tertanam pada diri manusia sebagai perimbangan dari sifat kekurangan dan kelemahan-kelemahan. Manusia sepanjang hidupnya tidak mungkin

terhindar dari syahwat (ambisi, hasrat), ghodhob (emosi, amarah), cinta kepada dunia dan berbagai perangai lainnya. Sifat inilah merupakan kesalahan yang dapat menjerumuskan manusia pada perbuatan yang tidak diridhoi Allah.

Suatu contoh : Ada orang yang dalam kehidupannya takut untuk berbuat jahat, apalagi berbuat yang tidak diridhoi dan dilarang Allah. Namun pada suatu saat seseorang mengajak ia berbuat kejahatan, pada mulanya ia menolak, tapi karena bujukan dari orang tersebut, maka ia terpengaruh oleh ajakan itu. Meskipun ia tahu bahwa perbuatan tersebut salah dan bertentangan dengan perasaan hatinya apalagi dengan perintah Allah, tetapi karena hatinya sudah tertutup dan teracuni oleh keinginan yang berlebih-lebihan yang seharusnya tidak ia turuti, maka ia tetap melakukan perbuatan tersebut meskipun di akhir nanti dapat mencelakakan dirinya sendiri, tiada yang dapat menolongnya selain dirinya sendiri.

Sebagaimana terdapat dalam Al Qur'an Surat Al-An'am, ayat 110, sebagai berikut :

وَنُقَلِّبُ أَفْئِدَتَهُمْ وَأَبْصَارَهُمْ كَمَا لَمْ يُؤْمِنُوا بِهِ  
أَوَّلَ مَرَّةٍ وَنَذَرُهُمْ فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ

Artinya ; "Kami bulak-balikkan hati dan pemandangan mereka sebagaimana mereka itu tiada mau beriman kepada Qur'an pada permulaannya dan kami biarkan mereka didalam kesesatan, sedang mereka itu bimbang".<sup>1</sup>

---

1

Prof. H. Mahmud Junus, Tarjamah Al-Qur'an Al-Karim, PT. Al Ma'arif, Bandung, 1988, Hal. 128

Manusia merupakan benda alam yang paling mulia, substansi manusia mempunyai aktifitas yang khas, yang tak ada pada lainnya didunia ini. Namun apabila manusia tidak melakukan tindakan yang khas pada substansinya, maka dia diibaratkan seekor kuda yang tidak diperlukan lagi sebagai kuda, tapi diperlukan sebagai keledai untuk memuat muatan, dalam keadaan begini maka lebih baik mati dari pada hidup. Oleh karena itu pembinaan nafsu ataupun karakter, bertujuan mencetak tingkah laku manusia yang baik, sehingga manusia mampu berperilaku terpuji, sempurna sesuai dengan substansinya sebagaimana manusia, yang bertujuan mengangkat manusia dari derajat yang paling tercela menuju pada derajat yang mulia, tetap stabil dan normal. Manusia yang paling mulia sudah pasti manusia yang dapat melaksanakan aktivitas khususnya sebagai manusia, juga dapat mempertahankan aktivitas tersebut selamanya.

Pendapat Al-Ghazali; bahwa kecenderungan seseorang pada hikmat (pengetahuan), cinta kepada Allah Swt., berkeinginan untuk mengenal Allah (ma'rifatullah) dan beribadah kepada-Nya adalah seperti kecenderungan seseorang terhadap makan dan minum yang merupakan sifat-sifat jiwa, karena hal itu adalah perintah Tuhan. Tetapi kecenderungan pada nafsu dan syahwat adalah merupakan kecenderungan yang janggal, dan memang hal tersebut keluar dari garis kebiasaan (tabi'at). Hal itu menunjukkan bahwa kecenderungan pada kebaikan adalah merupakan fithrah (naluri) manusia, artinya merupakan kebiasaan yang tetap baginya.<sup>2</sup>

---

2

Hussein Bahreisj, Ajaran-ajaran Akhlak Imam Ghazali, PN. Al Ikhlas, Surabaya, 1981, hal.40

Apabila kita ikuti pandangan tersebut, ternyata seseorang pada suatu waktu tidak ada waktu untuk makan, minum, jika hal tersebut diumpamakan untuk tidak gemar melakukan kebaikan. Sebab adakalanya seseorang itu condong kepada kebaikan itu ketika didesak oleh sesuatu yang menyebabkan ia berbuat baik, begitu juga kehendak berbuat jahat.

Perbuatan-perbuatan yang dilakukan oleh manusia, apalagi perbuatan jahat, dianjurkan untuk merubah serta memperbaikinya, misalnya ; perbuatan yang berasal dari kebiasaan berbuat jahat dirubah membiasakan diri untuk berbuat kebaikan. Perubahan keadaan, terutama perubahan pada diri manusia sendiri dapat diadakan kesempurnaan dengan melalui jalan pendidikan ataupun melatih diri dengan membiasakan berbuat kebaikan. Meskipun merubah kebiasaan tersebut sangatlah sulit apalagi untuk menghilangkan nafsu yang lebih condong dan cenderung untuk berbuat buruk, namun yang mungkin dilakukan adalah mengurangi sekaligus menjinakkan nafsu, serta mengadakan beberapa latihan rohani menuju jalan kesempurnaan.

Untuk memperbaiki akhlak tersebut, menurut Al-Ghazali; "Seseorang yang inti jiwanya terdidik dan suci, maka ia harus berusaha selalu kearah jalan kesempurnaan."<sup>3</sup>

---

3

Hussein Bahreisj, Ibid, hal.41

Sikap dan perilaku manusia menjadi akhlak sangat erat sekali dengan adat kebiasaannya. Banyak sebab yang menjadikan adat kebiasaan, antara lain mungkin sebab kebiasaan yang sudah ada sejak nenek moyangnya, sehingga dia menerima sebagai sesuatu yang sudah ada kemudian melanjutkannya.

Disamping itu ada dua faktor penting yang melahirkan adat kebiasaan, yaitu; Pertama, karena adanya kecenderungan hati kepada perbuatan itu, dia merasa senang untuk melakukannya, dengan perkataan lain, dia tertarik oleh sikap dan perbuatannya itu. Kedua, diperturutkannya kecenderungan hati itu dengan prektek yang diulang-ulang, sehingga menjadi biasa.

Kedua faktor itulah yang sangat menentukan, sebab walaupun ada kecenderungan hati untuk melakukan, tetapi tidak ada kesempatan untuk memperbuatnya, umpamanya ada pencegah, ataupun halangan, maka kecenderungan hati untuk tidak diperturutkannya. Namun apabila perbuatan itu dilakukan meskipun sedikit, tetapi apabila dilakukan terus-menerus akan menjadi kebiasaan yang akan memberi pengaruh kepada perasaan hatinya, karena terbiasa. Kalau kebiasaan itu kepada kebaikan, maka hal itu sangat dianjurkan dan diperintahkan dalam agama Islam.

Oleh karena itu kebiasaan-kebiasaan berbuat baik itu seyogyanyalah harus kita biasakan sejak dini, karena akan mengakibatkan perkembangan yang baik pula pada akhirnya nanti.

Jika seseorang tidak memiliki sifat-sifat kesempurnaan dan kesucian, hendaknya sifat-sifat tersebut harus dituntun-nya. Maka sifat-sifat kerendahan yang merupakan penyakit jiwa tersebut harus dicarikan obatnya untuk mengobati penyakit itu. Sehingga penyakit bodoh (kebodohan) perlu diobati dengan jalan belajar, penyakit kikir diobati dengan sifat dermawan, penyakit sombong harus diobati dengan sifat rendah hati dan penyakit rakus harus diobati dengan menghilangkan nafsu tersebut. Adapun pahitnya obat serta bersabar dengan pengekangan nafsu-nafsu tersebut harus melalui perjuangan batin, sebagaimana juga keharusan untuk bersabar selama mengobati penyakit hati.

Orang yang memiliki akhlak yang pemberani dalam artian akhlak yang mulia, akan dapat menimbulkan sifat-sifat mulia suka menolong, cerdas, dapat mengendalikan nafsunya, suka menerima, penyantun, berhati tetap, sanggup menahan marah, dan memiliki perasaan kasih dan cinta.

Dalam membina dan mengarahkan nafsu untuk menjadi nafsu muthmainnah yang diridhoi Allah, jalan yang ditempuh adalah dengan jalan menyucikan hati kita. Dalam penyucian hati itu seseorang harus melatih dan membiasakan diri untuk memperbanyak amal ibadah, dzikir, tasbih, tahlil dan masih banyak lagi cara yang harus ditempuh sesuai dengan yang ditentukan oleh nash Al Qur'an dan Hadits.

Disamping amal ibadah yang merupakan inti hubungan manusia dengan Tuhannya, karena hati yang dibebani dengan

akhlak-akhlak yang terpuji akan dikosongkan dari perangai-perangai buruk. Apabila hati mampu mengamalkan segala bentuk ibadah, baik yang wajib atau sunnah dan dikerjakan dengan khusu' dan ikhlas, serta menjalankan perangai-perangai yang terpuji dan menjauhi perangai tercela, niscaya manusia berhak menerima ridho Allah.

Dalam hal kemungkinan terjadinya perubahan kearah perbaikan dalam akhlak, karena akhlak merupakan perwujudan dari adanya nahu (jiwa). Kemungkinan perubahan itu (perangai manusia) dapat terjadi karena perubahan perangai pada binatang saja dapat terjadi, mengapa pada diri manusia tidak dapat terjadi ?. Meskipun sepanjang hidup manusia, manusia tidak mungkin terhindar dari syahwah (ambisi, hasrat) dan ghodhob (emosi, amarah), karena syahwah terdapat pada setiap manusia yang diciptakan untuk faedah tertentu. Dan hal ini tidak boleh tidak harus ada dalam setiap jiwa. Kalaupun syahwah untuk makan berhenti, niscaya manusia akan mati dan masih banyak lagi contoh-contoh syahwah yang tidak mungkin untuk dimusnahkan. Begitu pula dengan ghodhob (naluri ghodhob), maka niscaya manusia tidak lagi memiliki dorongan untuk menolak sesuatu yang akan membinasakannya.

Seseorang itu diharapkan bukan untuk kehilangan atau memusnahkan sama sekali (nafsu yang buruk), tapi seseorang itu diharapkan menariknya kearah yang baik dan sikap tengah-tengah, tidak berlebihan dan tidak pula berkurangan didalam merealisasikan sikap syahwah dan ghodhob.

Telah diuraikan diatas, bahwa akhlak yang baik bersumber pada kekuatan akal yang mampu menyeimbangkan antara emosi (ghodhob) dan ambisi (syahwah) dan mampu mengendalikannya sepenuhnya oleh akal dan syari'at.

Keseimbangan dan keserasian tersebut dapat dicapai melalui dua cara, yaitu ; pertama, melalui anugerah Ilahi dan kesempurnaan fitri, yaitu ketika seorang manusia dicipta dan dilahirkan dalam keadaan memiliki akalyang sempurna dan perangai yang baik, dengan kekuatan ambisi dan emosi yang terkendali, sedang seimbang serta bersesuaian dengan akal dan syari'at. Kedua, dengan memperoleh perangai-perangai melalui perjuangan melawan nafsu dan latihan-latihan rohani, (riyadhah) yakni memaksakan atas diri seseorang terhadap perbuatan-perbuatan tertentu yang merupakan buah dari suatu jenis perangai yang ingin dimiliki.

Telah kita ketahui bahwa berbagai perangai dan akhlak yang baik dapat diperoleh dengan jalan latihan-latihan rohani, yaitu pada mulanya memaksakan diri melakukan hal-hal yang timbulnya dari adanya akhlak yang baik, agar pada akhirnya nanti ia menjadi bagian dari tabiat yang mapan. Hal ini merupakan kererkaitan yang mengagumkan antara hati dab anggota tubuh atau nafsu dan fisik. Sebab sifat yang terdapat pada jiwa akan melimpah bekasnya pada anggota tubuh. Dan sebaliknya, setiap perbuatan yang dilakukan tubuh pasti ada pengaruhnya pada hati. Maka dalam hal ini terproses melingkar yang terus berputar dan berkesinambungan.



Setiap orang hidup sudah dinalurikan butuh mengembangkan karier nafsiahnya, yang hal ini tidak tampak pada binatang. Untuk mengembangkan pertumbuhan nafsiyah, maka cara yang terbaik ialah dengan senantiasa berpegang kepada pedoman "Berakhlaklah dengan Akhlak Allah", artinya kembali kepada tauhid, menyatukan pandangan kepada kebesaran Allah dengan bulat dan menumbuhkan sifat-sifatNya ke dalam seluruh gerak nafsiyah. Hal ini tidak mungkin tercapai tanpa kita mengenal Hukum-Hukum Allah yang telah diperkenalkan kepada kita melalui kodrat dan Irodahnya.

Kehidupan ini adalah gerak maju yang senantiasa mengadakan hubungan dengan Hukum-Hukum Allah, sehingga menjadi kebiasaan, dengan demikian, maka kehidupan memperoleh arti yang hakiki. Konsepsi tauhid dalam Islam bermaksud menuntun orang untuk mengenal dan menyesuaikan penerapan nilai rendah dan nilai tinggi seorang pribadi dalam hidup ini, yang selaras dengan Kehendak Allah didalam mewujudkan ciptaannya. Artinya, dimana kita harus menempatkan nilai rendah sebagai hamba yang tahu menghamba, dan kapan pula kita dapat memperlihatkan nilai tinggi sebagai makhluk.

Nilai-nilai ajaran Al Qur'an dari segi akhlak pada dasarnya ialah, membersihkan kembali nafsani umat dengan menghapus dengan noda dosa, yang tidak dapat menghidupkan pribadi lagi (seperti syirik, munafik, dzalim, dll), dan mengisinya dengan nafs tauhid yang segar.

Menurut Al Ghazali dalam kitab "Keajaiban Hati", bahwa orang yang telah dikalahkan oleh kebathilan, ia menganggap

berat berjuang melawan nafsu jahat, melatih diri dan bekerja membersihkan pribadi dan mendidik budi pekerti. Nafsu orang itu tidak mengizinkan perbuatan-perbuatan tersebut, disebabkan sempitnya pandangan kekurangan dan kotor didalamnya, dia menyangka bahwa akhlak itu tidak mungkin diubahnya sebab tabiat itu tidak bisa berubah.<sup>4</sup>

Tabiat yang dimiliki oleh setiap orang itu berbeda dan bermacam-macam. Sebagian ada yang cepat menerima dan sebagian lagi lambat dalam menerima perubahan. Sedangkan adanya perbedaan-perbedaan tabiat itu mempunyai dua sebab, yaitu ;

1. Kekuatan bakat (naluri) pada asal tabiat dan meluasnya selama ujud. Kekuatan syahwat, amarah dan takabur itu ada pada manusia, tetapi yang sukar diurus dan sulit diubah ialah kekuatan syahwat, karena kekuatan syahwat ini lebih dulu adanya, sebagaimana proses kelahiran seorang bayi yang lahir dari rahim ibunya.
2. Budi pekerti itu dikukuhkan oleh banyaknya beramal yang sesuai dengan tuntunan budi pekerti, tunduk kepadanya dan juga dengan keyakinan bahwa adanya perbuatan itu baik dan mendapat keridhoan Allah.

Dapat diambil suatu kesimpulan bahwa akhlak yang baik dan mulia, ada kalanya memang telah ada dalam tabiat dan fithrah manusia. Dan ada kalanya ia tumbuh dengan kebiasaan untuk melakukan perbuatan-perbuatan baik. Ada kalanya semua itu berasal dari pengalaman yang telah diperolehnya dengan

---

<sup>4</sup>  
Nurhickmah, Imam Ghazali Keajaiban Hati, Tinta Mas, Bandung, 1965, Hal. 147.

melakukan kebiasaan perbuatan-perbuatan baik, mereka itulah teman-teman pendamping yang baik dan membawa kebaikan serta mendatangkan perbaikan pada jiwa manusia.

Dalam membina kualitas nafsaniah terdapat dua ciri pokok, sebagai berikut ;

#### 1. Kekayaan Nafsaniah

Kekayaan nafsaniah bukanlah kekayaan harta, melainkan ghinan nafs (kekayaan nafsaniah atau diri). Banyak aset nafsaniah dihimpun dari Al Qur'an, yaitu kejujuran, keadilan, keihlasan, sikap terbuka, cinta kebaikan dan cinta kebenaran, semua itu merupakan konsep abstrak yang bersifat subyektif. Islam meletakkan dasar pendidikan, agar akidah dipakai sebagai landasan utama untuk mengembangkan berbagai bentuk sikap, baik obyektif maupun subyektif.

#### 2. Kemampuan Nafsaniah

Hidup adalah ciptaan Allah yang merupakan suatu prinsip, yang memiliki potensi dan dapat menggerakkan diri sendiri dengan tujuan untuk menyempurnakan sang hidup. Hidup dapat menimbulkan aktus imanen (gerak dalam). Hidup imanen adalah swagerak yang tidak selalu bergerak dalam aktualitas, tetapi tetap bergerak dalam potensial. Kedua jenis kemampuan itulah yang mendukung gerakan manusia, baik potensial maupun aktual, nilai tingkah laku nafsaniah sehingga realisasinya. Potensi nafsaniah dapat berupa pikiran, perasaan, panca indera dan sebagainya. Potensi

nafsaniah dapat membentuk berbagai rangsangan, yang disebut nafsu.

### B. Ketenangan Jiwa Sebagai Kebutuhan Manusia

Ketenangan jiwa merupakan tujuan yang utama dalam hidup ini, karena ketenangan menjadi sumber utama untuk memperoleh hidup bahagia. Sedangkan ketenangan jiwa dan ketentraman hati dapat diperoleh melalui "iman", karena iman sebagai pengendali bagi manusia dalam mengikuti hawa nafsu dan gejolak nafsu.

Apabila jiwa manusia dalam keadaan sehat, bersih, lurus maka seharusnya manusia tersebut berusaha untuk menjaganya, mengupayakan agar jiwa bertambah kuat dan menjadi lebih bersih dan jernih. Tetapi apabila jiwa tersebut dalam keadaan kurang sempurna dan kurang jernih, maka seyogyanya lah manusia berusaha agar jiwa dapat menyanggah sifat-sifat yang baik dan berperilaku muthmainnah.

Kepribadian sangat menentukan untuk berbuat, jika kepribadiannya utuh dan jiwanya sehat maka ia menghadapi semua masalah tersebut dengan tenang. Kepribadian yang kuat bila didalamnya terkandung unsur-unsur agama dan keimanan yang cukup, teguh, maka bila menghadapi sebuah masalah, permasalahan itu dihadapinya dengan lapang dada. Namun lain halnya dengan orang yang jiwanya mudah guncang dan jauh dari agama, akan mewujudkan suatu perbuatan yang tidak baik serta akan menimbulkan perangai mudah tersinggung, sebagai pelim-

pahan perasaan kecewa, marah ataupun sakit hati. Unsur-unsur terpenting yang membantu pertumbuhan dan perkembangan jiwa manusia adalah iman, yang direalisasikan dalam bentuk menjalankan ajaran agama. Iman merupakan pengendali dari ucapan, sikap, tindakan serta perbuatan. Tanpa adanya kendali tersebut akan mengakibatkan seseorang mudah terdorong melakukan hal-hal yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain serta menimbulkan penyesalan dan kecemasan yang akan menyebabkan, terganggunya jiwa seseorang (kejiwaan).

Iman sebagai pengendali tingkah laku dan timbulnya motif, karena tingkah laku dilatarbelakangi oleh adanya motif. Motif adalah sesuatu yang abstrak, yaitu suatu dorongan dan hasrat untuk bertingkah laku dalam meraih tujuan tertentu. Jadi tingkah laku yang bermotifasi adalah tingkah laku yang dilatarbelakangi oleh adanya kebutuhan dan diarahkan pada pencapaian suatu tujuan, agar kebutuhan terpenuhi dan suatu hasrat terpuaskan.

Apabila didalam diri seseorang sudah tertanam keimanan maka akan menghasilkan suatu ketenangan batin (jiwa), dimana ketenangan jiwa dapat menghasilkan suatu kebahagiaan dalam diri seseorang. Sedangkan kebahagiaan itu menurut Aristoteles terdapat beberapa tingkatan, yaitu ; pertama, yang dinamakan kebahagiaan itu adalah dimana tingkatan manusia mengarahkan kehendak dan upayanya menuju kemaslahatan dirinya di dunia inderawi, termasuk perkara-perkara jiwa, tubuh,

maupun keadaan jiwa yang berkaitan erat dengannya. Hal ini merupakan suatu kondisi dimana manusia kiranya dipengaruhi hawa nafsu, namun dalam batas kewajaran dan tidak berlebihan. Kedua, pada tingkat ini manusia mengalihkan dan mengarahkan kehendaknya untuk membuat sebaik-baiknya jiwa dan tubuhnya tanpa terpengaruh hawa nafsu atau memperhatikan harta benda kecuali dalam keadaan terpaksa.

Setelah manusia mencapai tingkat kedua, maka tingkatan yang terakhir adalah tingkatan kebajikan, pada tingkatan ini orang melangkah menuju kebajikan Illahi murni. Di dalam tingkatan ini orang tidak merindukan sesuatu yang akan datang, tidak mengharapkan nasib baik dan keberuntungan jiwa, bahkan kebutuhan tubuhnya. Dalam tingkatan ini manusia berupaya menumpahkan seluruh kemampuan dirinya untuk mencapai tingkatan kebajikan yang paling tinggi, yaitu menghabiskan seluruh waktunya untuk persoalan-persoalan Illahi, menekuni dan mendalami tanpa menuntut balasan apapun. Seluruh perbuatannya merupakan kebaikan mutlak dan seluruh perbuatannya bersifat Illahi.<sup>5</sup>

Orang yang beriman dapat mencapai ketenangan jiwa dan perasaan bahagia karena itu menjalani kehidupan sesuai dengan fithrah kemanusiaannya yang telah ditanamkan Allah dalam jiwa manusia. Namun kadang kala fithrah manusia di-

---

5

Ibn Maskawaih, Menuju Kesempurnaan Akhlak, Mizan, Bandung, 1994, Hal. 97

tutupi oleh keinginan-keinginan nafsunya, yang dapat menyekatkan dirinya sendiri, tanpa adanya upaya untuk menghalau keinginan-keinginan yang dapat menjerumuskan dirinya. Dengan jalan memperbanyak ibadah, terutama sholat, karena sholat dapat menjadikan penyejuk hati dan sumber kebahagiaan bagi jiwa. Hal itu tidak dapat kita pungkiri, dan berbagai ibadah lainnya dapat pula dapat menimbulkan perasaan amat menyenangkan. Semua itu mengingat bahwa sesuatu yang telah menjadi kebiasaan, dapat menimbulkan keajaiban-keajaiban yang luar biasa dan akan lebih mengherankan.

Orang yang beriman seharusnya segera bertaubat, ingat kepada Allah Swt., meninggalkan semua larangan yang telah dilarang Allah, menyabarkan dirinya dan tidak menuruti keinginan-keinginan hawa nafsu.

Satu kenyataan yang tidak dapat dipungkiri, bahwa adanya panca indera dan akal budi, manusia mempunyai kemampuan terbatas yang hanya dapat menjangkau beberapa pengetahuan, yang sedikit dan rendah sekali. Bahkan pada masa sekarang dalam menjalani kehidupan tanpa adanya ketenangan spiritual yang dapat mengontrol manusia dalam mengarungi kehidupan, karena apabila kita mengabaikan spiritual (agama) maka kita akan mudah terpengaruh oleh keinginan-keinginan yang tidak baik. Hidup manusia dipenuhi dengan perasaan emosi yang saling bertentangan dan selalu diganggu keresahan. Sebagaimana terdapat dalam Al Qur'an Surat Asy-Syans : 7-10.

Artinya : "Demi diri (manusia) yang menyempurnakan-Nya (Allah). Lalu diilhamkan (Allah) kepadanya mana yang buruknya dan mana yang baiknya. Sesungguhnya telah menanglah orang yang membersihkan (jiwanya). Dan merugilah orang yang mengotorkannya".<sup>6</sup>

Jiwa sebagai kekuatan yang dapat menyaksikan diri sendiri dan mengetahui alasan-alasan mengapa ia sampai melakukan perbuatan buruk, sedangkan kekuatan jiwa yang sadar adalah jiwa yang menerima inspirasi. Kekuatan nafsu amarah dan lebih tunduk serta takluk kepada kehendak tubuh lahir, yang bersifat hawaniah dan suka tunduk kepada kehendak syetan. Sedangkan nafsu muthmainnah lebih cenderung untuk menuruti bisikan Illahi atau ilham Illahi. Kekuatan nafsu muthmainnah merupakan suatu daya yang selalu ingin membawa manusia menuju kesempurnaan jiwa dan kebersihannya yang hakiki.

Ketenangan jiwa itu akan timbul dan terdapat pada jiwa seseorang apabila dalam diri seseorang tertanam iman. Karena iman dapat mengantarkan manusia memiliki kepribadian yang kuat dan jiwa merasa tenang dan tentram dalam melaksanakan aktivitas kehidupan.

Menurut Endang Syaifuddin Anshori : bahwa iman itu mempunyai dua pengertian, yaitu :

---

6

Prof. H. Mahmud Junus, Op Cit, Hal. 535



1. Iman sebagai institusi, yaitu iman yang merupakan bagian (paling pokok) dari pada agama sendiri, yang mempunyai arti : sesuatu yang diakui sebagai kebenaran, seperti rukun iman yang enam dalam agama Islam. Hal ini merupakan suatu bentuk kepercayaan tertinggi.
2. Iman sebagai arti sikap jiwa. Iman yang merupakan anak kunci pembuka pintu pustaka kebenaran tersebut ialah : Iman dalam arti yang kedua ini, yaitu sikap jiwa mempunyai dan menerima sesuatu sebagai kebenaran : yaitu sikap jiwa "Sami'na wa atho'na": mendengar dan mengatakan "ya" serta mentaati sabda Illahi penuh kedirian, memusatkan segala pengabdian hanya kepada-Nya, menyerahkan diri, hidup dan mati semata-mata kepada-Nya.<sup>7</sup>

Apabila kita melihat perkembangan jiwa manusia, maka al nafs muthmainnah sebagai tingkat terakhir dari kebahagiaan, disebut juga tingkat tertinggi pada perkembangan rohani. Pada tingkat inilah manusia mencapai dan berada dalam suasana batin, dimana manusia merasakan kebahagiaan diliputi rasa aman dan tentram, bebas dari rasa takut serta duka cita.

Iman dan amal saleh menyajikan program jangkauan yang ideal bagi pembinaan pribadi, karena jalurnya terbuka secara vertikal dan horisontal yang tidak terpisahkan. Pengembangan pribadi akan tetap berada di ruang lingkup

---

7

H. Endang Saifuddin Anshori, M.A. Ilmu Filsafat Dan Agama, Bina Ilmu, Surabaya, 1981, Hal. 143

aktualita cipta dan bina Illahi. Aktualita dan bina Illahi tidak hanya menyentuh masalah perkembangan pribadi manusia, namun mencakup seluruh alam seisinya. Aktualita cipta dan bina Illahi perlu diantisipasi secara terus menerus, agar kita tidak melawan kehendak-Nya.

Adanya aktualita cipta dan bina Illahi bagi manusia diperlukan adanya suatu petunjuk (hidayah). Hidayah maksudnya ialah petunjuk (sesuatu) yang dikaruniakan Tuhan kepada makhluk-Nya, sehingga dengan petunjuk tersebut ibarat berjalan dimalam gelap gulita, laksana cahaya kilat melintas menerangi jalan yang ditempuh. Syekh Muhammad Abduh menerangkan lebih lanjut mengenai hidayah. Hidayah itu terdapat empat macam, yaitu ;

#### 1. Hidayah Tabiat

Semenjak dilahirkan, manusia telah dikaruniai oleh Allah, berupa hidayah tabiat itu, yang disebut instink (naluri). Bayi yang belum dapat menyatakan kehendaknya dengan perkataan (lisan), belum dapat berpikir. Misalnya naluri untuk makan dan minum, sampai besar dan dewasa pun naluri ini akan tetap berlangsung terus. Naluri manusia melakukan sesuatu secara langsung atau spontan tanpa pikiran lebih dahulu, karena telah menjadi kebiasaan.

#### 2. Hidayah Indera

Indera artinya alat perasa, hidayah indera disebut juga dengan "hidayah hawas" ialah alat badani yang mudah merasa dan bergerak (peka) terhadap rangsangan dari luar,

umpama rangsangan bunyi, cahaya dan lain-lain. Hidayah ini ditemui pada makhluk insani dan hewani. Pada makhluk hewani, hidayah indera ini sejak dari lahirnya sudah sempurna dan kuat bila dibandingkan dengan indera yang diberikan kepada insan. Indera insani mengalami proses pertumbuhan, dengan percobaan-percobaan dan pengalaman-pengalaman dari masa ke masa. Manusia mempunyai lima macam indera yang di sebut "pancaindera", yaitu ; penglihatan, penciuman, perasa lidah, perasa tubuh dan pendengar.

### 3. Hidayah Akal.

Hidayah akal hanya dianugerahkan Tuhan kepada manusia dan tidak diberikan kepada hewan. Dengan hidayah akal manusia dapat membedakan antara yang baik dan yang tidak baik, yang benar dan yang salah, yang halal dan yang haram. Dengan akal itu manusia tahu harga diri, prestise, malu dan sebagainya. Sedangkan hewan tidak mempunyai sifat-sifat itu. Hidayah akal menguasai hidayah tabiat dan hidayah indera, dengan hidayah akal manusia dapat membenarkan kesalahan-kesalahan hidayah indera dan tabiat.

### 4. Hidayah Ad-Dien

Hidayah ad-dien (agama) merupakan pusat semua hidayah, juga hidayah akal. Dengan hidayah akal dapat dicapai suatu kebenaran, tetapi belum tentu merupakan kebenaran yang hakiki dan sejati. Tetapi kebenaran yang hakiki dan sejati hanya ditentukan oleh ukuran-ukuran yang lebih

tinggi, yaitu hidayah ad-dien (petunjuk agama). Dengan hidayah agama itulah manusia dapat mencapai kebahagiaan yang sejati dan abadi.

Hidayah tabi'at, hidayah indera dan hidayah akal adalah untuk prasarana hidup dalam mencapai pemenuhan kebutuhan jasmaniah, namun hidayah agama untuk mencapai pemenuhan kebutuhan rohani (hidup rohaniah).<sup>8</sup>

Kenyataan dalam kehidupan, tidak semua problema kehidupan dapat diatasi dan dipecahkan oleh tabi'at, oleh indera dan oleh akal. Namun masih banyak permasalahan-permasalahan yang pemecahannya dengan agama. Karena agama merupakan faktor mutlak bagi kehidupan manusia.

Dari pernyataan-pernyataan diatas, maka jelaslah bahwa secara naluri atau pembawaan aslinya (fithrah manusia), manusia memerlukan adanya agama. Agama sebagai pedoman serta petunjuk dalam hidup. Pada umumnya orang merasa tidak puas disebabkan karena jiwanya kosong, hampa tidak mampu menguasai dirinya, karena tidak adanya suatu kekuatan atau pegangan yang dapat mengendalikan dirinya. Oleh karena itu semua yang diperolehnya senantiasa diterima dengan perasaan tidak puas.

Rasa tidak puas tersebut akan berakhir apabila telah terdapat suatu kekuatan didalam hati yang dapat mengendali-

---

8  
H. Isngadi, BA., Islamologi Populer, Bina Ilmu, Surabaya, 1984, Hal. 45-46.

kan. Disinilah letak pentingnya pengaalaman-pengalaman agama bagi setiap individu dan masyarakat, karena dengan ajaran agama manusia dapat mengendalikan nafsunya sehingga menjadikan seorang yang taat, sabar, tahan uji, berbudi, pemaaf serta bijaksana. Ajaran agama akan dapat menuntun manusia, bagaimana mengatasi problem mental yang dihadapi.

Dalam diri individu terjadi nafsio dinamika, seperti kebutuhan, motif, perasaan, perhatian dan pengambilan keputusan. Semua proses sifat ini tertutup sebagai dasar pembentukan suatu sikap yang akhirnya menimbulkan tindakan yang bersifat terbuka, hal inilah yang disebut tingkah laku. Suatu sikap yang mengandung aspek evaluatif dalam mewarnai tingkah laku yang memiliki komponen utama, yaitu :

1. Komponen Kognisi, yaitu aspek intelektual yang berkaitan dengan apa yang diketahui manusia. Misalnya orang yang melihat ramainya lalu lintas jalan, hal ini menimbulkan manusia membayangkan bahaya. Nafslah alat utama untuk pengetahuan bukan alat indera. Nafs menafsirkan pengalaman indera secara aktif, ia mencipta, mengkoordinasikan, menafsirkan dan mencari makna. Banyak penalaran kita didasarkan pada pengetahuan yang sepenggal-penggal, pembinaannya perlu didukung oleh kesadaran beriman yang rasional. Aspek kognitif ini tidak dapat bergeser dari penghayatan nafsilogis seseorang.
2. Komponen Afektif, yaitu komponen yang berhubungan dengan bidang emosional seseorang. Setelah orang mengadakan

evaluasi kognitif, maka komponen afektif menampilkan penilaian emosional, yang dapat bersifat positif atau negatif, dan menimbulkan perilaku hati-hati atau ceroboh, sikap senang atau benci dan perasaan takut atau berani. Dalam proses evaluasi dapat menimbulkan konflik yang akan terbawa dalam tingkah laku. Reaksi afektif yang membentuk sikap seseorang berpangkal pada struktur kognisinya. Sikap terhadap obyek banyak ditentukan oleh daya nalar, pengalaman yang berhubungan dengan obyek tersebut. Evaluasi afektif dapat menimbulkan bermacam-macam kebutuhan, misalnya :

- a. Kebutuhan berprestasi
  - b. Kebutuhan akan kasih sayang
  - c. Kebutuhan berkuasa
  - d. Kebutuhan rasa aman
  - e. Kebutuhan akan penghargaan, dan lain-lain.
3. Komponen Konasi atau Nafsio Motor, yaitu aspek "valisio-nal" (mengenai kemauan) yang berhubungan dengan kebiasaan dan kemauan bertindak.
- a. Kebiasaan adalah aspek perilaku yang menetap, berlangsung secara otomatis tanpa direncanakan. Setiap orang mempunyai kebiasaan yang berlainan dalam menanggapi stimulasi tertentu.
  - b. Kemauan berkaitan dengan tindakan untuk mencapai kemajuan.

Komponen konasi adalah komponen yang menentukan kesiapan jawaban berupa tingkah laku terhadap obyek. Dengan evaluasi konatif situasi yang semula labil menjadi stabil kembali. Dengan adanya keseimbangan ini, obyek yang dilihat akan sesuai dengan penghayatannya, dimana unsur nilai dan norma dirinya dapat menerima secara rasional dan emosional. Jadi selain rasional, emosipun merupakan sumber informasi tentang suatu keberhasilan, keduanya saling berhubungan. Dalam menentukan sikap, komponen konasi merupakan aspek penggerak reformasi, karena informasi yang diterima menentukan perasaan dan kemauan untuk bertindak. Ketiga komponen tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan merupakan interaksi yang kompleks. Kekuatan iman berfungsi mengkoordinasi ketiga komponen itu dalam interaksi yang harmonis, sehingga tingkah laku seseorang ditandai oleh adanya iman.<sup>9</sup>

Prinsip dari tingkah laku manusia beriman adalah konfigurasi motif, sifat dan nilai yang sesuai dengan kehendak Illahi. Disinilah faktor kesadaran beriman dan kesadaran rasional adalah penting gunanya dalam menentukan tingkah laku. Mengamati perilaku manusia yang kompleks itu sulit diperoleh dasar yang kuat untuk menyusun teori yang

---

9

Sukanto Mm., A, Dardiri Hasyim, Nafsiologi Refleksi Analisis Tentang Diri dan Tingkah Laku Manusia, Risalah Gusti, Surabaya, 1995, Hal. 159.

bermanfaat mengenai tingkah laku manusia. Is harus dihadapkan pada Tuhannya melalui sarana pembinaan terpadu.

Iman adalah tonggak dan landasan bagi hidup, peningkatan terhadap iman adalah suatu keberadaan dalam kekosongan tanggung jawab. Dalam keadaan begini yang ada ialah kebebasan yang tak terkendali yang dikuasai oleh hawa nafsu, yaitu suatu keinginan nafsaniah yang hanya mengejar kepentingan diri sendiri. Iman atau keimanan seseorang sangat penting dalam kehidupan, karena dengan adanya iman maka seseorang itu akan merasa tenang dan tenag jiwanya. Apabila ketenangan jiwanya tercapai maka ia mampu mengendalikan nafsunya dalam menjalankan aktifitas kehidupan.