

## DIMENSI SPIRITUAL DALAM PSIKOLOGI MODERN (*Psikologi Transpersonal sebagai Pola Baru Psikologi Spiritual*)

*Septi Gumiandari*

### ABSTRACT

*The human need for spirituality and a meaningful life has been discussed widely by scholars and therapists as a solution to the spirituality crisis faced by modern society. Some Transpersonal Psychologists such as Frankl, Maslow, and Jung have shown the significance of the relationship between the human condition and the human spiritual dimension in the success of Human life. Frankl strongly believed that the spiritual aspect of human life is considered as a significant step towards developing more effective treatment (1975:104). Maslow stated that people who get meaningful life is the one who gets his/her peak experience (1966: 63). While Jung believed that the study of human personality is not only based on experimental-clinical processes but also spiritual obne (1938: 12). Because of these beliefs, many Muslim psychologists (Malik Badri:1995; Bastaman:1995; Allen Bergin:1994) have assumed that Transpersonal Psychology has similar concepts of spirituality to the Islamic Psychology's doctrine. They have strong evidence to argue that Transpersonal Psychology attempts to re-insert religion into Psychology. This paper, based on an Islmaic Perspective aims to analyze the position of Transpersonal Psychology within spirituality in Islamic perspective. It is hoped that such an exploration can synergize the relationship between Islam sciences which tends to utilize a more religious-metaphysical approach and Psychology that tends to utilize a more objective and scientific approach.*

### PENDAHULUAN

Tidak dipungkiri, bahwa perkembangan keilmuan modern telah begitu didominasi oleh paham sekularisme. Paham yang sedemikian lama mendominasi sejarah peradaban modern hingga akhirnya telah menghantarkan jurang pemisah yang dalam antara kegiatan ilmu dengan spiritualitas agama, dan pada gilirannya



arah penegakan kebenaran nilai-nilai netral dan reliabel tentang berbagai segmen dunia yang obyektif.<sup>4</sup>

Pengaruh tiga pilar utama pengembangan ilmu psikologi di atas begitu kuat dalam tradisi keilmuan (baca: psikologi modern). Lantaran dampak penggunaan metode ilmiah yang dipaksakan dalam psikologi pada gilirannya telah memperparah proses dehumanisasi (manusia semata-mata sebagai obyek eksperimen yang dapat dikendalikan). Kerangka keilmiah telah membatasi, bahkan mereduksi, proses analisis dan sintesis para psikolog mainstream akan konsepsi kepribadian manusia seutuhnya. Tingkah laku manusia sebagai objek telaah psikologi hanyalah dilihat lewat eksperimentasi yang kasat mata (objektif-empirik) sedangkan hal-hal yang tak tampak (metafisik) dinilai tidak ilmiah dan bukan merupakan representasi keilmuan mereka. *Wal-hasil*, tak dapat dihindari, Psikologi yang secara khusus menempatkan diri pada status sebagai “salah satu sumber otoritas” bagi aktifitas manusia karena obsesinya yang begitu besar terhadap problematika psikologis manusia, pada gilirannya, mengalami inkohereni dalam konsep-konsepnya, dan terasing dari arus utama kebudayaan.<sup>5</sup>

Hal tersebut tidak lain, karena para psikolog modern menafikan pentingnya dimensi spiritualitas, khususnya dalam memaknai fenomena perilaku unik manusia yang membutuhkan analisis khusus dari teori-teori psikologi yang berbasiskan spiritualitas agama. Seperti perilaku radikalisme beragama yang marak dewasa ini, bom bunuh diri yang populer dengan sebutan bom *syahid*, maraknya jamaah *zikir* dan *muhasabah*, dan sederet perilaku keagamaan lainnya. Karena boleh jadi dalam teori Psikologi modern, perilaku tersebut merupakan ekspresi patologis, sementara dalam perspektif spiritualitas agama diyakini sebagai perilaku yang mencerminkan aktualisasi atau realisasi diri.

Berangkat dari fenomena kekinian di atas perlu kiranya upaya untuk melahirkan sebuah pendekatan baru dalam aras psikologi kontemporer, yakni psikologi yang mengakomodasi fenomena kedirian manusia baik yang kasat mata (psikofisik) maupun tidak (spiritual-metafisik), psikologi yang berbasiskan budaya ketimuran dan sendi-sendi nilai spiritualitas agama. Hal ini selaras dengan preposisi Uichol Kim, sebagaimana dikutip oleh Achmad Mubarak, bahwa manusia tidak cukup dipahami dengan teori psikologi Barat, karena psikologi Barat hanya tepat untuk mengkaji manusia Barat sesuai dengan kultur sekulernya yang melatarbelakangi lahirnya ilmu itu. Untuk memahami manusia di belahan bumi lain harus digunakan pula basis kultur dimana manusia itu hidup. Karenanya, makalah ini akan mencoba mengeksplorasi pola baru dalam Psikologi Modern, yakni perkembangan kajian spiritualitas dalam diskursus Psikologi Transpersonal.

<sup>4</sup>Fuat Nashori. Pergeseran Ilmu Penge tahuan dalam *Swara Pembaharuan*, 21 September 1996.

<sup>5</sup>Allen E. Bergin. 1994. Psikoterapi Dan Nilai-nilai Religius, Terj, Darwin Ahmad dan Afifah Inayati dalam *Ulûm al-Qur'ân*, No, 4, Vol v. Jakarta: PT. Temprint, hlm. 5.



itu, terapi ala Freud digiring pada prinsip kesenangan dan prinsip realitas, tanpa memperhatikan norma-norma ketuhanan. Ia beranggapan, bahwa agama terlalu banyak mengadakan larangan-larangan kepada manusia, dan dianggap sebagai penghalang tersalurnya tekanan-tekanan psikologis. Oleh Freud, tekanan-tekanan yang mengendap di bawah sadar itu disalurkan lewat logika akal. Kumpul kebo misalnya, oleh Freud bisa diterima sebagai “katup pengaman” tersalurnya tekanan-tekanan seksual.<sup>8</sup>

Secara elaboratif dapat dikatakan pula, bahwa dalam pandangan psikoanalisa Freud, manusia hanyalah sebagai makhluk biologis semata. Manusia hidup, lahir dan berkembang hanyalah sebagai akibat bekerjanya daya-daya kosmik terhadap benda-benda inorganik. Pemikiran ini jelas sangat dipengaruhi pemikiran Charles Darwin bahwa manusia tak lebih dan tak kurang hanyalah binatang. Oleh karenanya, manusia menjadi tidak lagi berbeda dengan makhluk hewan yang bergerak hanya atas dasar instingnya saja yang bernama eros (instink hidup) dan tanatos (instink mati). Karena manusia hanyalah binatang yang bergerak atas dorongan insting : eros dan thanatos, maka nilai-nilai tidak lain hanyalah mekanisme pertahanan diri, reaksi-reaksi formasi dan sublimasi-sublimasi. Karenanya nilai tidak mempunyai dasar yang kokoh. Atau dengan kata lain, dalam pandangan Freud, manusia tidak memiliki nilai kebaikan dalam dirinya.<sup>9</sup> Ketika lahir, manusia hanya memiliki nafsu/libido/id dan sama sekali tidak memiliki dorongan-dorongan kebaikan atau hati nurani.

Dengan kata lain, manusia dalam perspektif Freud tidak memiliki kebebasan untuk menentukan tingkah lakunya sendiri. Manusia adalah organisme yang tingkah lakunya dideterminasi oleh sejumlah determinan dan determinan manusia berasal dalam diri manusia sendiri (faktor internal/id). Pandangan ini tentu saja sangat deterministik dan menafikan konsep fitrah yang ada pada diri manusia sejak ia dilahirkan. Sebagai makhluk yang berakal dan apalagi memiliki keyakinan agama, tentunya pandangan ini patut dikritik, karena manusia tidak mau dan tidak bisa disamakan begitu saja dengan hewan. Ada potensi lain yang harus dilihat melalui dimensi berbeda antara manusia dan hewan yang berinsting. Ada konsep fitrah pada manusia yang dinafikan begitu saja dalam teori Freud. Ia lupa bahwa ketika terjadi konsepsi manusia, maka dalam dirinya dilekatkan adanya kecenderungan untuk kembali kepada Tuhan, kembali kepada kebenaran sejati.<sup>10</sup> Pandangan ini dengan jelas menyuratkan bahwa ketika seseorang dilahirkan, ia tidak hanya dipenuhi dengan instink (id), tapi juga dipenuhi dengan nurani yang berfungsi untuk memanggil manusia untuk kembali kepada kebenaran. Disamping itu, akumulasi dari insting manusia yang mengarah pada suatu dorongan untuk

<sup>8</sup> *Ibid.*, Lihat pula Djamaludin Ancok dan Fuat Nashori Suroso. 1994. *Psikologi Islami; Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hlm. 70-71.

<sup>9</sup> Calvin S. Hall and Gardner Lindzey. *Theories of Personality...Ibid.*, hlm. 127.

<sup>10</sup> Lihat kritik Ahmad Syauqi Ibrahim atas pemikiran Freud dalam Nadlariyyah Freud fi nal-Ilâji bi al-Tahlili 'an Nafsî dalam majalah *al-Waj'u al-Islâmi*. Lihat pula Kees Berteens. 1979. *Memperkenalkan Psikoanalisa Sigmund Freud*. Jakarta: PT. Gramedia, hlm. 23.



dari penelitian hewan dalam aliran ini seringkali diaplikasikan untuk menelaah konsep manusia, padahal tingkah laku hewan itu sangat jauh berbeda dengan tingkah laku manusia, baik dilihat dari sisi asumsi maupun makna tingkah laku yang diperbuat. Teori strukturnya diasumsikan dari konsep manusia yang netral (kosong), tidak memiliki potensi bawaan apapun. Tingkah laku yang ada merupakan wujud dari kebiasaan-kebiasaan yang dibentuk oleh lingkungan.

Aliran Behaviorisme tentu saja sangat deterministik dan memiliki kecenderungan reduksionistis, yang menganggap manusia tidak memiliki jiwa, tak memiliki kemauan, dan kebebasan untuk menentukan tingkah lakunya sendiri. Perilaku manusia yang pada dasarnya unik dan majemuk dalam perspektif aliran ini tak ubahnya laksana benda mati, mesin yang bekerja karena menerima faktor-faktor penguat berupa ganjaran dan hukuman. Behaviorisme memandang perilaku manusia bukan dikendalikan oleh faktor dalam (alam bawah sadar) tetapi sepenuhnya dipengaruhi oleh lingkungan yang nampak, yang terukur, dapat diramal dan dapat dilukiskan. Menurut teori ini manusia disebut sebagai homo mechanicus, manusia mesin. Mesin adalah benda yang bekerja tanpa ada motif di belakangnya, sepenuhnya ditentukan oleh faktor obyektif (bahan bakar, kondisi mesin dsb). Manusia tidak dipersoalkan apakah baik atau tidak, tetapi ia sangat plastis, bisa dibentuk menjadi apa dan siapa sesuai dengan lingkungan yang dialami atau yang dipersiapkan untuknya.<sup>14</sup> *Wal-hasil*, kompleksitas dalam diri manusia dipandang secara simplisistis oleh aliran ini.

Konsep manusia dalam pandangan aliran ini, diyakini hanya dapat diamati dan diukur melalui pendekatan terhadap persoalan fisik dan teknis semata. Manusia hanya dianggap sebagai obyek yang cukup diamati, tak perlu diwawancarai untuk memperoleh informasi tentang dirinya, perasaan-perasaannya serta hasrat dan keinginannya diingkari. Totalitas, kompleksitas dan keunikan manusia dipandang sebagai suatu yang sederhana oleh aliran behaviorisme.<sup>15</sup> Totalitas manusia pada hakekatnya mempunyai bagian-bagian dari 'yang dapat dipelajari secara kuantitatif dan bersifat lebih eksak' sampai ke 'yang hanya dapat dipelajari secara kualitatif dan bersifat non-eksak.' Aliran psikologi ini pada dasarnya baru mempelajari satu sisi atau sebagian saja dari totalitas manusia yang kompleks tersebut dan mengabaikan sisi atau bagian yang lain. Aliran Behaviorisme hanya menyorot segi-segi indrawi saja dari manusia secara kuantitatif dan menganggap bahwa itulah kenyataan yang sebenarnya. Padahal masih banyak segi-segi non-indrawi yang ada pada diri manusia yang hanya dapat didekati secara kualitatif.

<sup>14</sup>Lihat pandangan John Broades Watson dalam Calvin S. Hall & Gardner Lindzey. 1993. *Teori-teori Sifat dan Behavioristik*. Yogyakarta: Kanisius, hlm. 78. Arthur Reber. 1985. *Dictionary of Psychology*. New York: Penguin Books, hlm. 173.

<sup>15</sup>Berkeley Rice, BF. Skinner: The Most Important Influence On Modern Psychology, dalam Solomon Roger B. 1969. *Contemporary Issues in Psychology*. Berkeley California: McCutchan Publishing Company, hlm. 173-178. Lihat pula David M. Wulff. 1997. *Psychology of Religion, Classic and Contemporary*. New York: John Wiley & Sons, Inc., hlm. 34.



Pandangan yang menunjukkan harkat kemanusiaan yang digambarkan oleh psikologi Humanistik ini sangatlah wajar, *human* dan masuk akal. Manusia ditempatkan sebagai penentu utama semua peristiwa yang menyangkut masalah manusia dan kemanusiaan.<sup>19</sup>

Pandangan di atas mengangkat derajat manusia ke tempat yang paling tinggi; ia seakan-akan *Causa prima* yang unik, pemilik akal budi yang sangat sehat, serta memiliki pula kebebasan penuh untuk berbuat apa yang dianggap baik bagi dirinya. Manusia dalam gambaran psikologi humanistik adalah bukan makhluk pasif yang tanpa daya diombang-ambing dan ditarik kian kemari oleh situasi dan kondisi lingkungan, melainkan sebagai makhluk yang benar-benar berdaulat dan dinamis, sekurang-kurangnya berdaulat atas dirinya sendiri, dalam mengatasi problematika kehidupan yang mengitarinya. Sehingga tak mengherankan bila gambaran positif manusia yang diartikulasikan oleh aliran psikologi ini dalam beberapa hal parallel dengan gambaran manusia menurut ajaran agama Islam<sup>20</sup>

Namun demikian, konsep 'optimisme psikologi Humanistik atas potensi manusia' ini bila ditelaah lebih dalam akan ditemui begitu banyak kejanggalan, perbedaan dan ketidaksesuaian dengan Spiritualitas Islam. Psikologi Humanistik dalam memandang manusia terlalu *antroposentrisme*. Pandangan bahwa manusia dengan pola dasar yang baik dan berpotensi tidak terbatas<sup>21</sup> itu akan berarti memberi peluang pada manusia menganggap dirinya sebagai sang penentu tunggal yang paling berdaulat dan omnipotence. Psikologi Humanistik bahkan terlampau optimistic terhadap upaya pengembangan sumber daya manusia, sehingga kemudian disadari bahwa manusia dipandang sebagai penentu tunggal yang serta memasukan nilai-nilai dalam psikologi. Tapi nilai-nilai itu bersifat relative dan diserahkan pada diri manusia sendiri. mampu melakukan *play-God* (peran Tuhan).<sup>22</sup>

Optimisme psikologi Humanistik dalam memandang manusia, tentu saja akan berdampak pada penekanan dan pendewaan masalah kuantitatif manusia itu sendiri, dimana ia mencoba menafikan keterpenjaraannya oleh dualisme subjek-objek. Dari sini timbullah sifat arogansi kebermanusiaan sebagai penentu tunggal atas diri dan lingkungannya. Dan meskipun psikologi Humanistik sudah mulai memperhatikan kesadaran diri dan kemauan bebas manusia yang mutlak serta memasukan nilai-nilai dalam psikologi, tapi nilai-nilai yang diakomodasi oleh psikologi ini bersifat sangat relatif dan diserahkan pada diri manusia sendiri. Akibatnya, pertanyaan tentang akan dibawa kemana hari depan umat manusia ini, sangatlah tergantung pada keinginan dan

<sup>19</sup>Uichol Kim and John W. Berry. 1993. *Indigenous Psychology*. USA: Sage Publication Inc. Lihat pula Viktor E. Frankl. 1977. *Man's Search For Meaning*, London Hodder and Stoughton, Ltd. p.155.

<sup>20</sup>Lihat Imam al-Ghazali, *Mishkat al-Anwar*, Ed. Abu al-a'la al-'afifi (tt), 44.

<sup>21</sup>Frankl, *The Will to Meaning...Ibid.*, 15. Lihat pula Roberto M.D. Assagioli. 1994. *The act of Will*. London: Aquarian Press.

<sup>22</sup>Hanna Djumhana Bastaman. 1993. Dari Anthroposentris ke antropo-religious-sentris; Telaah Kritis terhadap Psikologi Humanistik dalam *Kalam* nomor 5 Volume III 1993, h. 27-36.







manusia dengan makhluk-makhluk lainnya.<sup>34</sup> Dimensi ini bukan terletak dalam alam tak sadar dalam artian konvensional-psikoanalisis, melainkan bertempat di atas sadar, dalam artian *supraconsciousness*, yang merupakan kelanjutan dari alam sadar (*the consciousness*), menurut istilah psikoanalisis.<sup>35</sup> Dimensi spiritual ini, dalam perspektif salah satu tokoh aliran psikologi transpersonal, Viktor E. Frankl, mengejawantah ke alam sadar dan benar-benar dapat dialami dan disadari manusia, meskipun bagi sebagian besar masih belum teraktualisasi atau masih merupakan potensialitas yang tidak disadari. Namun sekalipun dimensi ini semula “terletak” di alam tak sadar, tetapi tidak sama dan tidak ada hubungannya dengan insting-insting primer yang juga “tersimpan” dalam alam tak sadar. Sebuah pandangan yang cukup revolusioner mengenai manusia dan kesadarannya.<sup>36</sup>

Mengenai potensi spiritual ini, Barry McWaters mengemukakan 8 tingkatan kesadaran manusia, yaitu fisik, emosi, intelek, integrasi pribadi, intuisi, psikis, mistik, dan integrasi transpersonal dengan penjelasan dan metode-metodenya untuk pengembangan diri secara personal dan transpersonal. Dari pandangan ini nyata bahwa psikologi transpersonal berusaha memperluas bidang telaah psikologi dari kawasan ragawi dan kejiwaan menjadi kawasan raga-jiwa-ruhani. Dengan perkataan lain, psikologi transpersonal memperluas konsep kesatuan psikofisik manusia menjadi kesatuan psikofisik-spiritual.

Pandangan spiritual yang dieksplorasi oleh aliran transpersonal ini memang terlihat serupa dengan pandangan Islam mengenai manusia yang memiliki unsur ruh/spiritual disamping raga dan jiwanya. Tetapi sayangnya, Ruh sebagai salah satu unsur dari Tri determinan manusia yang sejauh ini dianut oleh aliran transpersonal sebagai penentu corak kepribadian, ternyata bukanlah ruh yang dimaksud dalam artian Islam. Sedangkan ruh dalam perspektif Islam adalah ruh yang dikurniakan Tuhan kepada manusia bukan sembarang ruh, melainkan ruh yang suci dan sangat luhur: “*Ruhku, Ruh (ciptaan) Ilahi.*”<sup>37</sup>

<sup>34</sup>Viktor E. Frankl. 1973. *The Doctor and The Soul*, Penguin Books, Hazell Watson & Viney Ltd. Great Britain, hlm. 18.

<sup>35</sup>Bastaman, “*Dari Antropo-sentris ke Antropo-Religious-Sentris...Ibid.*”, hlm. 82-83. Lihat pula Frankl, 1997. *Man’s Search For Meaning: An Introduction To Logotherapy*. London: Eight Impression, Hodder and Stoughton, Ltd., hlm. 159.

<sup>36</sup>Lihat Frankl, *The Doctor and The Soul...Ibid.*, hlm. 18.

<sup>37</sup>“*Apabila Aku sempurnakan kejadiannya, dan Kutiupkan ke dalamnya daripada ruh-Ku, lalu meniaraplah mereka suduj kepadanya (Adam).*” QS. al-Hijr, 29. Para mufassir berbeda pendapat dalam menafsirkan kata *ruh* dalam ayat tersebut. Para mufassir aliran sunni menafsirkannya dengan makna ruh ciptaanku dan ada pula yang menafsirkannya dengan makna ruhku (Allah). Argumentasi yang pertama berangkat dari pandangan bahwa manusia dan Tuhan tidak mungkin dapat dipersamakan, karenanya ruh yang ditiupkan Tuhan pada manusia adalah ruh yang diciptakan-Nya. Sedang bagi para mufassir aliran Tasawuf-falsafi memaknainya sebagai ruh Tuhan langsung kepada manusia. Mereka berpendapat bahwa manusia adalah wujud utuh manifestasi Ilahi, citra Tuhan dan sekaligus mata rantai yang menyatukan Tuhan dengan alam semesta. Realitas manusia itu sendiri adalah dari Allah. Tiada ciptaan lain yang memiliki sifat-sifat yang diperlukan untuk menjadi cermin sifat-sifat Ilahi yang







tidak masuk dalam kategori sains, baik sebagai obyek kajian maupun landasan paradigmatiknya. Karena itu, keluar dari hegemoni paradigma rasionalisme-positivistik sebagaimana yang selama ini dianut oleh psikologi modern menjadi sesuatu yang *urgent*. Psikologi modern telah terbukti tidak memadai untuk memahami fenomena kejiwaan manusia yang berdimensi vertikal. Asumsi yang dikedepankan disini adalah bahwa untuk memahami fenomena perilaku manusia beragama di belahan bumi lain harus digunakan basis kultur dimana manusia itu hidup. Perilaku umat Islam sebagai contoh praktisnya, tidak sepatutnya dinilai dengan kaca mata teori Psikologi Barat yang sekuler, karena keduanya memiliki *frame* yang berbeda dalam melihat realitas. Dalam kerangka pikir inilah, konsep atau teori Psikologi yang berperspektif spiritualitas agama (baca: Islam) Islam harus segera tampil untuk menjadi acuan normatif bagi umat Islam. Konsep ini diharapkan dalam menutupi celah-celah kekosongan yang ada dalam psikologi modern. Melalui perspektif spiritualitas Islam, orientasi Psikologi modern barat yang antroposentris dapat diberi tekanan yang khusus terhadap faktor Tuhan. Dan karenanya, sebagai disiplin ilmu yang kaya dengan doktrin-doktrin metafisis, kosmologis, dan psikologis serta psiko-terapi religius, Islam dapat menjadi sumber nilai bagi pengembangan teori Psikologi modern. Upaya ini sangat strategis dalam rangka menawarkan solusi alternatif bagi berbagai kompleksitas permasalahan dan dinamika kepribadian masyarakat modern dewasa ini yang membutuhkan pendekatan baru, yakni pendekatan psikologi yang berbasiskan spiritualitas agama.





