

BAB IV

KONTRIBUSI AL-BALKHI TERHADAP KESEHATAN MENTAL

ISLAM

Dalam bab ini penulis tentang kontribusi Al-Balkhi terhadap kesehatan mental khususnya, dan terhadap perkembangan psikologi pada umumnya. Penulis akan membagi kedalam 2 mata pembahasan, yaitu dalam bidang pendidikan dan kehidupan sosial.

A. Implementasi di Kancah Pendidikan

Psikologi Islam sebagai disiplin ilmu yang masih relatif baru dan terus berkembang. Dalam penamaannya pun masih menuai beberapa perbedaan. Baharudin (2005) misalkan, lebih menggunakan nama Psikologi Islami. Ia mengartikan Psikologi Islami sebagai sebuah aliran baru dalam dunia psikologi yang mendasarkan bangunan teori-teori dan konsepnya kepada Islam. Baharudin (2005) menyampaikan kegelisahan yang serupa, bahwa Psikologi Islam merupakan hasil kawin silang dengan Psikologi Barat.⁶⁹

Malik Badri dalam buku Dilemma Psikolog Muslim menjelaskan bahwa pada zaman modern ini, Psikologi Islam dan Psikolog Muslim berada dalam liang “biawak”. Kiasan ini sebagai bentuk dari gambaran umat Islam yang saat ini berbondong-bondong mengikuti cara hidup orang Kristen dan Yahudi. Sebagaimana dalam lingkup akademis khususnya

⁶⁹ Baharudin. 2005. Aktualisasi Psikologi Islami. Jogja: Pustaka Pelajar. h. 52.

psikologi, terdapat pengulangan tanpa pemikiran kembali terhadap teori Barat baik dalam disiplin ilmu atau praktek-praktek konseling kejiwaan. Teori dan terapan tersebut tertutup dengan sampul dan bingkai yang menarik, yaitu “ilmu pengetahuan”.⁷⁰

Maka kembali mengkaji terhadap tradisi keilmuan Islam tempo dulu merupakan salah satu cara untuk kembali menemukan citra Psikologi Islam yang sesuai dengan ajaran Islam, yang berpijak pada Al-Qur’an dan Sunnah⁷¹. Al-Qur’an menekankan terhadap hal-hal yang menjadi prinsip umum pada manusia sebagai makhluk individu maupun sosial.⁷²

Al-Ghazali berpendapat bahwa ilmu harus mengantarkan orang yang mempelajarinya kepada kebahagiaan dunia dan akhirat. Konsep yang dibawa Al-Gazali ini adalah maksud dari ilmu yang bermanfaat. Jika ilmu member kebahagiaan di dunia, tapi tidak dapat mengantarkan kepada kebahagiaan akhirat, maka yang demikian ini tidak termasuk ilmu yang bermanfaat.⁷³

Mencari ilmu dapat dilakukan dengan 2 pendekatan, yaitu *ta’lim insani* dan *ta’lim rabbani*. *Ta’lim insani* adalah belajar dengan bimbingan manusia. Sedangkan *ta’lim rabbani* adalah bimbingan dari Allah. *Ta’lim*

⁷⁰ Malik Badri. 2005. *Dilema Psikolog Muslim*. Terj. Siti Zainab Luxiati. Jakarta: Pustaka Firdaus. h. 11

⁷¹ Kewahyuan, otoritas dan keagungan rohani Nabi Muhammad SAW, tidak dibatasi ruang dan waktu serta tradisi yang berkembang pada zaman sebelumnya dan zaman ketika hidup. Karena gelar Nabi al-ummiy menjelaskan doktrin peradaban sebagai puncak utama kenabian. Lihat Aris Fauzan. 2018. Al-Nabiy A-Ummiy dalam telaah Historik-Semiotik. *Fokus: Jurnal Keislaman dan Kemasyarakatan*, Vol. 3 No. 01, Juni 2018

⁷² Aris Fauzan. 2016. Manusia dan Negara dalam Psiko Sufisme dan Filsafat. *Jurnal Al-Istinbath: Jurnal Hukum Islam*, Vol 1. No. 2

⁷³ Ihyaa Ulumiddin Jilid 3, Semarang; Taha Putra, hal 12

insani biasa dilakukan manusia pada umumnya, menggunakan alat-alat inderawi. Dalam aktifitas ini, seorang pendidik mengeksplor ilmu yang dimilikinya, sedangkan murid, menggali ilmu tersebut agar mendapatkan ilmu pengetahuan. Demikian Al-Gazali menganalogikan menuntut ilmu dengan proses belajar mengajar.⁷⁴

Kemudian *ta lim insani* juga dekat proses *tafakur*, Tafakur adalah proses belajar dengan mengamati kejadian alam dan peristiwa yang terjadi di dunia ini. Tafakur dapat dilakukan dengan hati yang bersih, dengan proses *tazkiyatun nafsi*.

Selanjutnya, *ta'lim rabbani* yaitu tahapan manusia belajar melalui bimbingan Allah. Sesuai dengan hal itu, salah satu hadist nabi menyebutkan; $\text{مَنْ يُرِدِ اللَّهُ بِهِ خَيْرًا يُفَقِّهْهُ فِي الدِّينِ}$ artinya: “Barangsiapa yang Allah menghendaki kebaikan baginya, maka Allah akan fahamkan dia dalam agamanya.”

Agar proses mendapatkan ilmu efektif dan mendapat hasil yang optimal, berikut beberapa syarat yang dikemukakan al-Gazali yang harus dipenuhi oleh setiap manusia, antara lain:

1. Mendahulukan jiwa yang bersih, membersihkan jiwa dari perangai dan akhlaq yang kotor
2. Mengurangi kesenangan duniawi, agar terpusat pada ilmu pengetahuan yang bermanfaat.

⁷⁴ Darmiah, 2014. *Konsep Belajar Menurut Islam...* hal.10

3. Sederhana dalam mengkonsumsi makanan.
4. Belajar atau mencari ilmu hingga tuntas.
5. Bersifat rendah hati, tidak meremehkan orang lain termasuk kepada guru.
6. Mengenal nilai-nilai pragmatis bagi ilmu pengetahuan, yaitu ilmu yang bermanfaat, membahagiakan, mensejahterakan dan memberi keselamatan dunia dan akhirat.

Kemudian dalam pendekatan akhlaqi, al-Gazali setelah melihat adanya kemunduran moral dan penyimpangan tingkah laku dan penyakit hati serta kejiwaan yang melanda orang-orang di zamannya.⁷⁵ Selaras dengan Miskawaih, akhlaq mengalami perubahan. Dengan demikian, akhlaq dapat diproses dan diubah melalui proses belajar. Karena menurutnya, akhlaq yang baik disebabkan oleh kekuatan akal, kesempurnaan hikmah, kekuatan emosi dan ketaatan terhadap akal dan syariat.⁷⁶

Pendapat Al-Gazali ini selaras dengan pendapat Prof. Naquib al-Attas yang mengedepankan *ta'dib* yang bertujuan untuk membentuk manusia yang beradab (*insan adaby*). Oleh karenanya, hasil dari belajar dalam perspektif Islam akan melahirkan "*insan kamil*" yang mampu mengemban tugasnya sebagai *khal fatullah f al-Ar i* dengan baik. Yang dapat memahami dan meletakkan ilmu pada tempatnya, menghormati ilmu

⁷⁵ Netti Hartati, Zahrotun Nihayah, Abdul Rahman, Abdul Mujib. 2004. *Islam dan Psikologi*. Jakarta: Grafindo Persada. hal. 58.

⁷⁶ Netti Hartati, dkk. 2004. *Islam dan Psikologi*. Hal. 58

dan para ulama. Singkat kata, belajar dengan konsep Islami akan mengembalikan manusia kepada konsep awal penciptaan (اِيصَال الْمَرْءِ إِلَى مَا (خَلَقَ لِأَجْلِهِ

Ciri khas Psikologi Islam saat ini selaras dengan konsep yang dibawa al-Balkhi tentang struktur dan tugas manusia di bumi dengan memperhatikan konsep awal penciptaan, dan meletakkan Tuhan sebagai pusat tertinggi.

Hasil karya al-Balkhi dapat dikatakan sebagai cermin dari corak keilmuan dan penemuan di awal era kepenulisan medis Islam. Dalam ilmu kedokteran dan psikologi, telah mencapai lompatan kualitatif di tangan al-Balkhi dibandingkan dengan zaman sebelumnya. Dengan model integrasi antara unsur material dan spiritual.

Kontribusi al-Balkhi dalam Psikologi Islam sebagaimana telah banyak diteliti oleh berbagai ilmuwan di dunia adalah sebagai bentuk aktualisasi konsep Psikologi Islam yang sebenarnya. Sebagai upaya untuk mengadakan pendekatan kejiwaan yang Islami dalam mengatasi kehampaan pratek penyembuhan kejiwaan.

B. Hubungan Kesehatan Jiwa Dengan Kehidupan Sosial.

Tidak adanya ketenangan dalam hidup, tidak adanya perhatian terhadap kemanusiaan dan tidak adanya tujuan hidup yang bersifat

spiritual, terus menerus menggelisahkan hidup manusia modern. Walaupun kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan sangat pesat, manun jawaban terhadap eksistensi manusia masih belum terpenuhi.

Dibalik kehidupan yang sejahtera, diam-diam manusia merintih. Dan merasakan kegelisahan yang hebat. Dengan kata lain, manusia telah menghancurkan kemanusiaannya sendiri. Manusia diciptakan untuk dapat merasakan kedamaian dalam penyerahan diri kepada Allah, Dzat Yang Maha tinggi dan Penguasa seluruh umat manusia. Dengan bahasa yang ringan, dapat ditemukan bahwa asal-muasal hiruk pikuk problematika manusia adalah kecintaan terhadap dunia, harta benda, reputasi pengalaman yang hebat dan mempesona. Bahkan dalam lingkup dunia kabel, sebatas dengan keindahan *feed* instagram dan *instastory*.

Terdapat dua kemungkinan yang menyebabkan carut marut kehidupan manusia, *pertama* tujuan hidup yang salah dan yang *kedua*, hati yang sakit. Dalam keadaan seperti ini, siapakah yang mampu menolong manusia memecahkan masalahnya?. Jumlah orang yang menderita gangguan kejiwaan saat ini begitu tinggi. Pembunuhan yang mengalami gangguan psikopat, pemerkosaan terhadap anak dibawah umur, schizopenia dan kecemasan yang melanda setiap orang tanpa memandang tingkatan usia.⁷⁷

Lebih menakutkan lagi, fakta bahwa orang yang dimintai bantuan untuk menyelesaikan masalah kejiwaan ini, ternyata sama sakitnya dengan

⁷⁷ Muhyidin Abdul Syakur dalam muqaddimah buku Malik Badri. 2005. *Dilema Psikolog Muslim*. Terj. Siti Zainab Luxiati. Jakarta: Pustaka Firdaus

mereka yang memerlukan bantuan. Terkadang konsultan kejiwaan lebih sakit dari kondisi pasien atau *client*nya itu sendiri. Maka wajib hukumnya bagi setiap konsultan, terapis, psikolog, konselor, mursyid untuk selesai pada dirinya, sebelum membantu penyembuhan terhadap orang lain.

كما قاله البلخي: أن الإنسان يقبل من غيره أكثر مما يقبل من نفسه،
وذلك أن رؤية في كل الأحوال مغلوب بهواه، وأحدهما ممتزج بالأخر^{٧٨}

Dengan terjemahan lepas, sebagaimana yang dikatakan al-Balkhi bahwa setiap manusia memiliki kecenderungan untuk menerima masukan dari orang lain. Mengapa demikian?. Karena manusia pada diri sendiri tertutupi oleh hawa nafsunya sendiri.

Selanjutnya al-Balkhi menambahkan bahwa ketika seseorang merasa tidak sehat jiwanya, maka ia akan sibuk dengan dirinya sendiri. Merasakan apa yang tengah menjadi gejala dalam diri. Sehingga bantuan dari dokter dianggap perlu.

أن الإنسان في وقت احتياج عارض من الأعراض النفسانية به مشغول بما يقاسيه / من ذلك العارض، مقهور على عزمه ورأيه، ومفتقر إلى من يلي عليه تدبير أمره، وإصلاح فسده، وحاله في ذلك شبيهة بحال الطبيب الذي يعتل علة جسده فيشتغل بها عن التطيب لنفسه، ويفتقر إلى طبيب آخر يقوم بمداواته ومعالجته^{٧٩}

⁷⁸ Al-Balkhi. 2005. *Ma li u al-Abd n wa al-Anfus ...* h. 516.

⁷⁹ Al-Balkhi. 2005. *Ma li u al-Abd n wa al-Anfus ...* h. 517.

Pemeliharaan dan pengobatan baik dalam hal badan atau jiwa karya al-Balkhi ini, memiliki tujuan akhir konsep kebahagiaan yang haqiqi.

فإنه متى لزم هذا المذهب فيهما (البدن والنفس) ودامت راحته، وحصلت الخط الأوفر من سلامة نفسه وحفظ عليها صحتها واستكمال بذلك السعادة الدنيوية، لأن كمال هذه السعادة إنما هي في صحة البدن والنفس وراحتهما.⁸⁰

⁸⁰ Al-Balkhi. 2005. *Ma li u al-Abd n wa al-Anfus ...* h. 514.