

## **Psikologi Tasawuf: Personaliti Sufi Menurut Kitab al-Hikam Ibnu Athaillah**

### **The Psychology of Sufism: Sufi Personality According to al- Hikam by Ibn Athaillah**

Saipul Anwar Nasution

Fakulti Ushuluddin. Program Studi Aqidah dan Falsafah Islam.  
Universitas Islam Negeri Medan. Indonesia.  
saipulanwarnasution6@gmail.com

<https://doi.org/10.22452/usuluddin.vol51no2.2>

#### **Abstract**

This article specifically analyzes the book al-Hikam regarding sufi personalities and their differences compared to personalities according to psychology. The focus of the psychological study aligns with sufism in terms of the soul and its behaviors, however sufism takes a step further by encompassing studies related to the essence of the spirit. From the epistemological perspective, psychology is centered on the investigation of mental problems including personality disorders and mental illnesses. Meanwhile, sufism solely discusses about the heart, the process of purifying the heart, recognizing Allah, and the development of human character and soul. The background of the article is to seek solutions to contemporary 'mental issues' where the psychotherapeutic methods utilized by psychologists have not been entirely successful in dealing with mental health problems. Hence, the knowledge of Sufism is considered as an alternative to psychotherapeutic methods. Additionally, an individual's personality also shapes their future. In psychology, personality refers to a person's character or behavior when coping with situations in life and finding solutions. The question addressed in this study is how an individual's personality influenced by sufi elements can empower their own personality. Moreover, the prominence of Ibn Athaillah and his magnum opus, al-Hikam which makes a substantial positive impact on the development of personality.

**Keywords:** Psychology; tasawuf; sufi personality; self-control; motivation

#### **Abstrak**

Artikel ini secara spesifik menganalisis kitab al-Hikam yang berkaitan personaliti sufi dan perbezaannya dengan personaliti menurut psikologi. Fokus kajian psikologi dilihat selari dengan tasawuf iaitu berkaitan jiwa dan tindak tanduknya, namun tasawuf selangkah ke hadapan di mana

melingkupi kajian berkenaan hakikat roh. Dari sudut epistemologinya, psikologi didasari proses mencari jawapan ke atas masalah mental seperti gangguan mental dan kecelaruan personaliti. Sementara itu, tasawuf hanya membincangkan tentang hati, proses menyucikan hati, mengenal Ilahi dan pembentukan akhlak serta jiwa manusia. Penulisan ini adalah untuk mencari solusi terhadap ‘masalah kejiwaan’ masa kini, di mana kaedah psikoterapi yang digunakan pakar psikologi belum mampu menyelesaikan masalah penyakit jiwa dengan sempurna. Oleh kerana itu, ilmu tasawuf dijadikan alternatif sebagai metode psikoterapi. Selain itu, faktor personaliti seseorang turut menentukan masa depannya. Personaliti dalam psikologi adalah perwatakan atau sikap seseorang dalam menjalani kehidupan dan menyelesaikan masalah. Persoalan yang dijawab dalam kajian ini ialah bagaimana personaliti seseorang jika dipengaruhi elemen sufi dapat memberi kekuatan terhadap personaliti diri. Seterusnya, ketokohan Ibnu Athaillah dan kitabnya al-Hikam yang terkenal memberikan nilai positif dalam pembentukan personaliti.

**Kata Kunci:** Psikologi; tasawuf; personaliti sufi; kawalan diri; motivasi

## **Pendahuluan**

Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah SWT yang dijadikan sebaik-baik ciptaan. Allah SWT menciptakan manusia dengan struktur dan anggota yang sempurna berperanan sebagai khalifahNya di muka bumi. Manusia terdiri daripada jasad dan jiwa, jasad bersifat konkrit sedangkan jiwa bersifat abstrak. Jiwa memiliki peranan penting dalam jasad manusia untuk menggerakkan dan melaksanakan aktiviti kehidupan seharian. Apabila jiwa manusia mengalami masalah, maka memberikan kesan kepada jasad di mana jasad akan tidak stabil dan menimbulkan masalah dalam tingkah laku manusia. Jiwa yang sihat akan menghasilkan tingkah laku yang waras dan manusiawi. Oleh itu, pembentukan jiwa yang sihat sangat penting dan menjadi faktor penentu dalam psikologi kehidupan manusia. Sebaliknya, jiwa yang bermasalah akan menimbulkan masalah tingkah laku sehingga mengganggu kesejahteraan masyarakat bahkan dapat merosakkan diri sendiri seperti penyakit jiwa (mental disorder) atau gangguan tingkah laku (personality disorder).

Banyak kes penyakit jiwa atau mental yang berlaku dalam kalangan masyarakat yang terjadi di Malaysia. Berdasarkan laporan dari Pusat Kecemerlangan Kesihatan Mental Kebangsaan, Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) telah melaporkan trend

peningkatan pesakit penyakit jiwa yang meningkat lima kali ganda sejak tahun 2020. Antara faktor penyebab berlaku peningkatan tersebut adalah disebabkan oleh gelombang Covid-19 sehingga menjejaskan kehidupan yang melibatkan ekonomi dan sosial masyarakat. Masalah Covid-19 mempengaruhi jiwa masyarakat dari sudut ekonomi seperti hilangnya sumber pendapatan, manakala dari sudut sosial pula terjejas oleh sebab pelaksanaan peraturan *stay at home* sehingga menjejaskan personaliti seseorang dalam bersosial.

Di samping itu, statistik KKM melaporkan bahawa satu pertiga rakyat Malaysia yang berumur 16 tahun ke atas mengalami penyakit jiwa antaranya disebabkan oleh ketidakmampuan mengawal teknologi komunikasi seperti internet dan telefon pintar. Malah, pada tahun 2019 laporan yang diterima KKM menemukan 2.3% orang dewasa dan 9.5% kanak-kanak (1 daripada 20 orang, 420.000) mengalami masalah jiwa dan trend ini akan meningkat pada tahun mendatang. Masalah penyakit jiwa ini dilihat semakin kritikal apabila individu yang tidak dapat mengawal jiwanya berupaya melakukan tindakan bunuh diri. Laporan KKM mendapati terdapat 1,142 kes bunuh diri 2021, meningkat 81% dari tahun 2020. United Nations Children's Fund (UNICEF) melaporkan 12.3% remaja (10-17 tahun) mengalami penyakit mental dan cenderung untuk bunuh diri. Membunuh diri yang merupakan perlakuan yang diharamkan dalam Islam ini menjadi solusi terakhir manusia kerana menghadapi penyakit jiwa dan gangguan personaliti yang tidak terkawal.

Penyakit mental merupakan fokus utama dalam penulisan ini, iaitu bagaimana personaliti seseorang dapat menghindarkan diri daripada penyakit tersebut. Faktor kestabilan jiwa atau personaliti yang sihat menjadi penentu penyakit mental. Kestabilan jiwa dan personaliti memainkan peranan penting dalam menghadapi masalah peribadi, ekonomi dan sosial. Tekanan daripada masyarakat dan dunia pekerjaan turut memberi sumbangan kepada peningkatan kes penyakit mental. Oleh kerana itu, psikoterapi dijadikan sebagai alat psikologi dengan memasukkan elemen tasawuf sebagai langkah penyembuhan. Maka, penulisan ini bertujuan untuk menganalisis personaliti seseorang dengan pendekatan psikologi dan tasawuf dengan harapan dapat mencegah daripada penyakit jiwa.

Salah satu cabang ilmu pengetahuan yang mengkaji kejiwaan adalah ilmu psikologi. Secara etimologi, psikologi membawa maksud ilmu tentang jiwa. Perkataan psikologi berasal daripada gabungan dua perkataan Yunani iaitu *psycho* (jiwa, rohani, spiritual) dan *logos* (ilmu). Fokus dalam kajian psikologi ialah fikiran dan perilaku. Cakupan yang lebih luas meliputi fenomena secara sadar dan tidak sadar termasuk perasaan dan fikiran. Terdapat enam pendekatan dalam teori psikologi iaitu pendekatan fikiran/kognitif, perilaku, humanistik, psikodinamik, sosial dan biologi<sup>1</sup>. Plato mengatakan hakikat manusia ialah jiwanya, sedangkan jasadnya hanya sebatas alat sahaja. Sedangkan menurut Aristotle jiwa dalam jasad manusia ialah fungsi tubuh atau sebagai *nafsani* umpama fungsi penglihatan dalam mata. Ilmu psikologi merupakan pembangunan daripada ilmu falsafah dan biologi yang bermula sejak abad 17.

Psikologi moden menggabungkan dua teori psikologi iaitu teori psikologi klasik yang merangkumi kajian tentang kejiwaan manusia dan psikologi moden yang memandang tingkah laku sebagai manifestasi jiwa. Teori klasik yang dipelopori oleh William James menyimpulkan bahawa psikologi berfokus pada jiwa atau mental manusia sebagai unsur subjektif yang tidak dapat dilihat pancaindera seperti perasaan, mimpi, fantasi, fobia dan sebagainya. Kemudian, pada awal abad 20, John Watson mengembangkan lagi teori tersebut dengan menekankan bahawa psikologi juga perlu memberi perhatian terhadap hal yang dapat dilihat oleh pancaindera seperti perilaku. Hal ini kerana perilaku merupakan hasil daripada keadaan jiwa seseorang. Oleh itu, terbentuk teori baru iaitu psikologi moden yang merupakan kajian ilmiah tentang jiwa dan perilaku manusia. Perilaku yang dapat dianalisis melalui pemerhatian seperti berjalan, makan, memandu dan memukul. Dalam bidang tasawuf, perilaku ini boleh dilihat seperti beribadah, melaksanakan ketaatan, *tazkiyah*, berzikir, tafakur, berinfak dan sebagainya. Pada masa kini, terdapat teori psikologi moden yang berkembang, iaitu psikologi positif di mana ilmu kejiwaan tidak hanya bertujuan untuk menyembuhkan penyakit jiwa, tetapi juga memberikan motivasi agar jiwa sentiasa positif.

---

<sup>1</sup> Jarvis, Matt, *Teori-Teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Prilaku Perasaan dan Pikiran Manusia* (Bandung: Nusa Damai, 2017), 10.

Wujudnya masalah dalam ilmu psikologi disebabkan oleh sistem psikoterapi yang diguna pakai tidak dapat menyelesaikan masalah jiwa secara sempurna. Oleh itu, keperluan untuk mencari alternatif baru sebagai kaedah penyembuhan penyakit mental. Munculnya psikologi positif sebagai cabang baru dalam ilmu psikologi. Subjek psikologi sering dikaitkan dengan pelbagai penyakit sehingga perspektif masyarakat sering menghubungkan psikologi berkait rapat dengan penyakit mental. Maka, pendekatan moden yang melahirkan psikologi positif menumpukan kajian pada naratif yang mampu menaikkan semangat positif manusia. Apabila manusia berjiwa positif, maka sudah pasti akan mengurangkan masalah penyakit jiwa.

Istilah psikologi positif diperkenalkan pertama kali oleh Abraham Maslow dalam bab terakhir bukunya “Motivation and Personality”. Menurut Abraham, psikologi mengalami kekurangan kerana kajian terhadap jiwa manusia kurang tepat dan berkembang dengan lambat. Kelemahan tersebut disebabkan oleh fokus psikologi pada sisi negatif manusia tanpa memberi perhatian yang cukup pada sisi positifnya. Psikologi terlalu banyak membicarakan kelemahan, kekurangan, gangguan, penyakit, dosa manusia dan kurang memberi perhatian pada aspek positif seperti potensi, personaliti, bakat, aspirasi dan sebagainya. Pada tahun 1988, Martin E. P. Seligman mengemukakan pendapatnya tentang peranan psikologi dalam kehidupan manusia untuk mencapai makna hidup dan kebahagiaan sejati. Sebagai respons, untuk mencapai makna hidup yang sempurna perlunya kepada membangunkan sebuah ilmu psikologi yang baru iaitu psikologi positif. Psikologi ini membicarakan emosi manusia tentang kesejahteraan dan kebahagiaan manusia. Psikologi positif menjadi alternatif pelengkap dalam diagnosis dan psikoterapi dengan mengambil gagasan daripada agama, tradisi dan aliran kepercayaan<sup>2</sup>.

Psikologi positif dalam konteks psikologi Islam mengambil pendekatan akhlak mulia al-Farabi, al-Ghazali, Ibnu Athaillah dan sarjana lain yang dikenali dengan pendekatan psikologi tasawuf. Pendekatan psikologi tasawuf menjadi latar belakang utama dalam penulisan ini. Oleh itu, penulisan ini menggunakan psikologi tasawuf sebagai sumber utama dalam kerangka psikologi positif di mana ajaran tasawuf seperti *tazkiyatun nafs*, *ma'rifah*, *fana`*,

---

<sup>2</sup> Yeni Triwahyuningsih, *Children Well Being* (Yogyakarta: UGM Press, 2015), 21.

*husnuzan, muhsinin, mutma`innah, raja` dan khawf* dianggap membantu dalam pembentukan personaliti yang positif dalam psikologi positif.

Manusia yang memiliki kesejahteraan psikologi iaitu kesihatan mental yang baik akan membuahkan perilaku yang baik dan positif. Dalam bidang psikologi, ia dikenali dengan istilah keperibadian yang menarik (interesting personality) dan transpersonal psikologi. Individu yang memiliki kesejahteraan mental cenderung memiliki ciri seperti kemampuan mengatasi cabaran hidup, pengawalan emosi dan depresi, serta kemahiran dalam merangka strategi. Dalam konteks tasawuf, individu yang memiliki kesejahteraan mental atau keperibadian yang menarik dipandang mempunyai sifat seperti *muhsinin* (selalu berbuat kebaikan dan mencapai martabat ihsan), *uusnuzan* (bersangka baik atau optimis) dan *mutma`innah* (ketenangan dalam menghadapi cabaran). Selain itu, terdapat elemen *raja`* dan *khawf* iaitu berharap kepada Allah SWT dan takut menderhakainya.

Secara umumnya, masyarakat lebih mengenal Psikologi Agama berbanding Psikologi Tasawuf, walaupun hakikatnya kedua-duanya bermuara pada aspek tingkah laku seperti cara berfikir, bersikap, reaksi, ketaatan, amalan dan keyakinan. Seperti yang disimpulkan oleh Zakiah Darajat, psikologi agama memiliki epistemologi hampir sama dengan psikologi tasawuf<sup>3</sup>. Menurut beliau lagi, psikologi agama ialah satu cabang ilmu yang meneliti kesan atau pengaruh agama (motivasi) terhadap sikap dan tingkah laku manusia. Cara individu melakukan pekerjaan seperti cara berfikir, bersikap, reaksi dan berinteraksi tidak dapat dipisahkan daripada keyakinan beragama seseorang. Faktor luaran dalam beragama atau beribadah muncul disebabkan faktor dalaman jiwa (keyakinan) manusia. Jalaluddin Rahmat mendefinisikan psikologi agama sebagai cabang ilmu yang mengkaji tingkah laku manusia dalam hubungannya dengan pengaruh keyakinan atau agama seseorang. Maka, dapat difahami psikologi agama merupakan ilmu yang mengkaji tingkah laku seseorang berdasarkan keyakinan agama yang dianutinya.

Tasawuf adalah hasil daripada amalan agama seumpama buah yang tumbuh daripada sebatang pokok, tasawuf hakikatnya adalah usaha seorang sufi dalam menyucikan jiwa (*tazkiyyatun nafs*)

---

<sup>3</sup> Daradzat Zakiah, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 2015), 11.

dengan menjauhkan diri daripada pengaruh negatif dalam kehidupan dunia yang melalaikan. Menurut Muhammad Amin al-Kurdi, tasawuf ialah ilmu menerangkan tentang keadaan jiwa (*nafs*) secara mendalam seperti faktor kebaikan dan keburukan jiwa, sifat mahmudah dan mazmumah. Di samping itu, tasawuf melibatkan kaedah membersihkan dan mengisi jiwa tersebut dengan sifat terpuji melalui teknik suluk (riyadah dan mujahadah) dengan tujuan *taqarrub ila Allah*<sup>4</sup>.

Amalan tasawuf jika diamalkan dapat menjadi beberapa bahagian dalam kehidupan:

- i. Metafizik. Hal yang berlaku di luar alam nyata (konkrit), suatu alam ghaib, alam malaikat, masalah keimanan, *ilmu ladunni (mukasyafah)*, mencintai Allah (*mahabbah*).
- ii. Etika. Hal yang berkait dengan akhlak baik dan buruk, sifat mahmudah dan mazmumah, *hablu min Allah* dan *hablu min al-Nas*.
- iii. Psikologi. Masalah kejiwaan yang terjadi dalam hati sanubari sufi. Psikologi berorientasikan kepada kajian terhadap jiwa dan pesakit, bagaimana menyembuhkan dan memberikan jalan keluar pesakit yang mengalami gangguan jiwa. Sedangkan dalam tasawuf, orientasi lebih kepada metode Islah atau memperbaiki diri sendiri terlebih dahulu dengan meningkatkan kadar iman, *tawajjuh, muraqabah, tahalli, tajalli* dan *mujahadah*, seterusnya memperbaiki masyarakat sekitarnya.
- iv. Estetika. Ilmu yang mengkaji keindahan atau seni, maksudnya bagaimana membangunkan kewajipan dan syariat dalam agama bukan sebagai beban akan tetapi sebagai keasyikan dan kecintaan. Perasaan cinta diawali dengan *tafakur, tazakkir* dan *ma'rifah* kepada Allah SWT<sup>5</sup>.

---

<sup>4</sup> Al-Kurdi, Muhammad Amin, *Tanwirul Qulub fi Mu'amalatil 'Allamil Ghuyub* (tp: Maktabah Dar Ihya al-Kutub al-Arabiyah, tt), 406.

<sup>5</sup> Badruddin, Pengantar *Ilmu Tasawuf* (Serang: A-Empat, 2015), 3.

Dalam amalan psikologi, ahli psikologi memainkan peranan penting dalam merawat gangguan mental (*Mental Disorder*). *Mental disorder* merupakan gangguan kejiwaan yang dapat membawa kepada penyakit kejiwaan atau penyakit mental. Gangguan ini disebabkan oleh keadaan kesihatan yang tidak stabil termasuklah fikiran yang bercelaru, persepsi terganggu, emosi yang tidak stabil dan hubungan sosial yang tidak normal. Perkara ini apabila tidak ditangani lebih awal maka penyakit mental akan membawa kesan: i. Depresi (kesedihan, hilang minat, perasaan bersalah dan rendah diri, gangguan tidur serta nafsu makan dan kehilangan fokus), ii. Gangguan bipolar (hati sensitif, aktiviti berlebihan, hiperaktif, bercakap laju, kurang tidur dan pendirian berubah-ubah), iii. Skizofrenia (psikosis, pemikiran negatif, halusinasi, delusi), iv. Dementia (lemah berfikir, Alzheimer), v. Autisme (fungsi organ kanak-kanak yang terbantut disebabkan pematangan fungsi sistem saraf pusat). Menurut Rose Fazilah dan Haris gangguan mental seseorang dapat mempengaruhi hubungan interaksi diri sendiri dan lingkungan sosial sehingga mengubah aspek kognitif, emosi dan sosial. Orang yang mengalami gangguan mental menimbulkan pandangan buruk dalam kalangan masyarakat kerana memiliki keperibadian menyimpang<sup>6</sup>.

### **Personaliti dan Kesihatan Mental**

Keperibadian atau personaliti mempunyai pengaruh yang kuat terhadap prestasi otak dan kesihatan mental. Personaliti mempengaruhi cara seseorang bekerja dalam kerjayanya, proses pembelajaran di sekolah, menentukan perilaku dan hubungan sosialnya. Tidak hanya itu, personaliti juga mempengaruhi kesihatan fizikal dan memanjangkan usia. Individu yang memiliki personaliti menarik adalah mereka yang bijak mengawal cara berfikir, merasa dan bertindak dengan menggunakan potensi diri sepenuhnya. Sebaliknya individu yang tidak mampu mengawal personalitinya akan menimbulkan gangguan keperibadian (*personality disorder*). Gangguan jiwa jika tidak ditangani dengan baik akan memberikan kesan yang lebih teruk pada gangguan keperibadian atau personaliti. Gejala gangguan keperibadian (*personality disorder*) misalnya seperti: i. *Paranoid* (sentiasa curiga

---

<sup>6</sup> Rose Fazilah Ismail & Haris A. Wahab, "Persepsi Pesakit Mental Terhadap Stigma Masyarakat", *Jurnal Akademika* 85 no. 1 (2015), 13-24.



terhadap orang lain), ii. *Schizoid* (kurang berminat dalam interaksi dan hubungan sosial), iii. *Schizotypal* (kecemasan sosial yang berlebihan), iv. Antisosial, v. *Borderline Personality Disorder* (gangguan keperibadian tidak konsisten), vi. *Histrionic personality disorder* (menarik perhatian berlebihan), vii. Narsistik (merasa lebih hebat dari orang lain), viii. *Avoidant Personality Disorder* (inferior), ix. *Dependent Personality Disorder* (bergantung sepenuhnya pada orang lain), x. *Obsessive Compulsive Personality Disorder* (OCPD) iaitu bersungguh-sungguh berdisiplin terhadap pencapaian.

### **Personaliti dan Kesihatan Mental**

Keperibadian atau personaliti mempengaruhi dan membentuk identiti seseorang dan juga dapat mengubah lingkungannya. Personaliti yang menarik dapat memberi motivasi kepada kawan-kawan dan mendapat kerjasama dari masyarakat untuk membantunya bertindak positif. Sebaliknya, personaliti yang buruk dapat menimbulkan sikap negatif dan juga dijauhi kawan-kawan serta memberikan kesan negatif dalam kehidupan sosial.

Pembentukan personaliti yang menarik memerlukan beberapa proses atau faktor: i. Prnatal (bakat sejak kandungan), ii. Faktor keturunan, iii. Faktor naluri, iv. Faktor lingkungan sosial, v. Faktor alam sekitar (keadaan geografi dan cuaca mempengaruhi personaliti), vi. Faktor kejiwaan (faktor dalaman diri yang dipengaruhi faktor luaran), vii. Faktor pengalaman.

Salah satu faktor pembentukan personaliti ialah lingkungan sosial seperti motivasi agama daripada individu. Psikologi agama dalam Islam menghubungkan kesihatan mental dengan perilaku personaliti yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT. Kesihatan personaliti dan kesihatan spiritual merupakan dua dimensi yang saling mempengaruhi serta saling berkait. Personaliti yang sihat meningkatkan kualiti beragama begitu juga kualiti beragama meningkatkan kesihatan personaliti<sup>7</sup>. Seorang tokoh psikologi Islam Ibnu Tufail membahagikan personaliti kepada tiga: Personaliti yang mendapat petunjuk (hidayah) setelah bersosial, personaliti yang mampu hidup dan bertahan dalam suasana sosial dan agama, dan personaliti yang mampu mencapai hakikat.

---

<sup>7</sup> Musrifah, "Pembentukan Keperibadian Mental Sehat Perspektif Psikologi Islam", *Jurnal Ilmiah Madaniyah* 8, no.1 (2018), 95-124.

Menurut perspektif tasawuf, bagi mencapai keperibadian ketiga-tiga ini, memerlukan mujahadah bertahun-tahun bagi mencapai hakikat dan perkembangan akal ke tahap *kasyaf*<sup>8</sup>.

Konsep psikologi tasawuf dalam al-Hikam mengandungi beberapa objektif. Objektif atau unsur kejiwaan sufi yang akan diteliti dalam penulisan ini adalah keperibadian atau personaliti sufi. Menurut etimologinya, personaliti adalah sifat hakiki yang tercermin pada sikap seseorang atau suatu bangsa yang membezakannya dengan orang atau bangsa lain. Dalam bahasa Inggeris disebut *personality* maksudnya *character, nature and person* (keperibadian, tokoh, sifat, watak dan oknum). Dalam bahasa psikologi, personaliti atau keperibadian atau *psyche* mencakupi keseluruhan fikiran, perasaan dan tingkah laku. Kata *personality* berasal daripada bahasa Latin *persona*, maknanya topeng yang digunakan para aktor dalam aktiviti lakonannya. Pada mulanya personaliti didefinisikan secara negatif iaitu orang yang berperibadi palsu maksudnya bertopengkan peribadi yang baik tapi menyimpan perilaku yang sebaliknya. Kemudian definisi ini berkembang di mana persona adalah orang yang mahir melakonkan topeng dan lakonannya sesuai watak tertentu. Sehingga ertinya secara meluas adalah tingkah laku yang ditonjolkan dalam lingkungan sosial dan imej tentang diri yang diinginkan agar dapat diterima lingkungan sosial<sup>9</sup>. John J Honigmann mengatakan bahawa personaliti menunjukkan perbuatan-perbuatan, fikiran dan perasaan yang khusus yang kadangkala memiliki pola berubah mengikut keadaan. Sebahagian ahli falsafah mengatakan personaliti mencerminkan intipati seseorang. Personaliti juga organisasi dinamik dalam diri individu berupa sistem *psikofis* yang menghasilkan pola perwatakan seseorang dalam perilaku, fikiran dan perasaan. Sementara itu, Jung membahagikannya kepada dua unsur iaitu unsur alam sedar dan alam tidak sedar. Alam sedar berfungsi menyesuaikan diri dengan dunia luar sedangkan alam tidak sedar menyesuaikan diri dalam diri peribadi dan keduanya saling melengkapi.

---

<sup>8</sup> Khaidzir Ismail, *Psikologi Islam: Falsafah, Teori dan Aplikasi* (Bangi: Penerbit UKM, 2017), 140-155.

<sup>9</sup> Gregory Feist, Tomi-Ann Roberts and Jess Feist, *Theories of Personality* (New York: McGraw Hill Companies, 2000), 6-7.

Teori personaliti sangat banyak diantaranya ialah teori psikoanalisis yang membincangkan berkenaan alam sadar, alam tidak sadar dan pra-sadar. Terdapat juga teori yang dikembangkan oleh McCrae dan Costa yang disebut *Big Five Personality*. Lima personaliti yang besar itu adalah: i. *Neuroticism* (Emosi negatif) atau individu yang berperibadi negatif, selalu pesimis dan ragu, dalam ilmu tasawuf disebut *su'u al-zan* di mana lawannya ialah *husnu al-zan*, ii. *Extrovert* (keperibadian yang terbuka, mudah mesra dan ramah), iii. *Agreeableness/Self Control* (individu yang berkeperibadian rendah hati, tinggi kesabaran, simpati dan bekerjasama. Dalam tasawuf termasuk kategori orang yang *mutma'innah*, iv. *Conscientiousness* (individu yang memiliki hati nurani, rajin dan berhati-hati serta sentiasa berbuat baik) dikenali sebagai *muhsinin*, v. *Openness to Experience* (orang yang berkeperibadian terbuka, imajinatif dan kreatif)<sup>10</sup>.

Maka dalam kajian ini personaliti sufi yang akan dianalisis adalah *husnuzan* (optimis), *muhsinin* (kreatif), *mutma'innah* (Kawalan diri) serta *raja'* dan *khawf*. *Husnu al-zan* iaitu berbaik sangka kepada Allah SWT atas ketetapan qadak dan qadarnya dalam kenikmatan dan kesengsaraan. Ibnu Athaillah menyebutkan kata-katanya dalam ucapan ke49/50:

*“Jika kamu tidak biasa berprasangka baik kepada Allah melalui kebaikan sifat-sifatNya maka berbaik sangkalah melalui segala kebaikan yang telah diperbuatNya kepadamu. Bukankah selama ini Allah senantiasa selalu memberimu kebaikan dan anugerahNya”.*

Berprasangka baik merupakan sifat sejati sufi walau apapun yang dihadapinya dalam kehidupan. Jika dia menerima kenikmatan seperti harta benda, pangkat, anak-anak, maka dia berkata “alhamdulillah”. Sebaliknya apabila menerima ujian kesengsaraan atau kesulitan seperti kematian, kekurangan harta benda, sakit dan bencana maka dia mengatakan “inna lillahi wa inna ilaihi raji’un”. Sangka baik merupakan naluri nilai positif disebabkan adanya

---

<sup>10</sup> Timothy, A. Judge, Joyce E. Bono, Remus Ilies & Megan W. Gerhardt, “Personality and Leadership: A Qualitative and Quantitative Review,” *Journal of Applied Psychology* 87, no.4 (2002), 765–780.

*positif thinking* iaitu selalu memandang hidup ini indah dan mudah serta memiliki semangat bekerja yang tinggi.

Berprasangka baik dalam ilmu psikologi adalah keperibadian yang optimis. Menurut Segerestrom, optimis adalah cara berfikir yang positif dan realistik dalam memandang suatu masalah dengan berusaha mencapai hal terbaik (hikmah) walaupun dalam keadaan situasi terburuk (musibah). Menurut beliau, optimis atau berprasangka baik membantu meningkatkan kesihatan jiwa, perasaan yang baik, menyelesaikan masalah dengan sistematik dan meningkatkan kecergasan fizikal.

Sementara menurut Lopez dan Snyder optimis atau berprasangka baik adalah suatu harapan yang ada pada individu di mana sesuatu akan berjalan menuju ke arah kebaikan. Perasaan optimis membawa individu pada tujuan yang diinginkan, percaya pada diri dan kemampuannya. Sikap optimis menyebabkan individu mampu menyelesaikan masalah dengan cepat kerana percaya akan kemampuan yang dimiliki serta nasib yang baik.

Di samping itu, personaliti sufi seperti sifat *muhsinin* dalam psikologi disebut sebagai kreativiti. *Muhsinin* ialah manusia yang berkeperibadian kreatif. Drevdal menjelaskan kreativiti adalah kemampuan individu untuk menghasilkan komposisi, produk atau gagasan yang baru. Bentuk kreativiti dapat berupa produk seni (nasyid atau qari), kesusasteraan atau produk ilmiah (penulisan) serta bantuan kepada masyarakat (kesolehan sosial). Dengan demikian dapat dijelaskan *muhsinin* atau Muslim yang kreatif adalah keupayaan istimewa yang ditunjukkan dalam menciptakan sesuatu yang baru berdasarkan bahan, informasi serta data yang ada menjadi sesuatu yang bermakna dan bermanfaat dalam menemukan cara menyelesaikan masalah. Maka, psikologi tasawuf menganalisis bagaimana faktor keyakinan agama membawa kepada perilaku sufi yang bersifat *muhsinin* atau berimpak sosial (kesolehan sosial)<sup>11</sup>.

Banyak sifat dalam personaliti terutama personaliti seorang sufi, maka dalam kajian ini hanya difokuskan kepada beberapa sifat atau perwatakan sahaja iaitu *husnu al-zan*, *muhsinin*, kreativiti, *raja`* dan *khawf*. Jika dibandingkan dengan psikologi, elemen perwatakan tersebut termasuk dalam optimis, kreativiti, kawalan

---

<sup>11</sup> Nur Ghufroon dan Suminta, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 102.

diri dan motivasi. Semua sifat atau ciri itu merupakan elemen utama dalam pembentukan personaliti seseorang.

### **Pengertian Personaliti**

Perilaku manusia berbeza-beza bergantung kepada karakter sendiri yang disebut sebagai personaliti. Apa yang mendorong perilaku seseorang, ada kalanya dapat dijangka ataupun tidak. Adakah terdapat kekuatan tersembunyi atau pengaruh alam bawah sadar yang mengawal perilaku manusia? Apakah yang menyebabkan gangguan mental? Adakah faktor keturunan seperti kekerasan fizikal dialami semasa kanak-kanak membentuk personaliti rendah diri seseorang ketika dewasa? Setiap individu memiliki keunikan dan variasi yang membezakan mereka daripada yang lain, sebagaimana halnya haiwan darat, laut, dan udara yang mempunyai ciri-ciri yang berbeza.<sup>12</sup>

Psikologi dalam personaliti merupakan bahagian dari ilmu psikologi, di mana personaliti seseorang dipengaruhi lingkungannya sendiri yang disebut paradigma. Teori psikologi personaliti melahirkan konsep dinamik pengaturan tingkah laku, pola tingkah laku, model tingkah laku dan perubahan tingkah laku. Psikologi personaliti mengkaji individu secara spesifik, siapa dia, apa yang dimilikinya dan apa yang dilakukannya. Personaliti ialah bahagian daripada jiwa yang membangunkan eksistensialisme dengan kesatuan dalam fungsi. Ahli psikologi percaya bahawa setiap peribadi memiliki paradigma yang berbeza dipengaruhi oleh pola fikir tentang personaliti. Para pakar psikologi menggunakan kerangka berfikir dari aspek psikologi untuk memahami manusia sebagai individu.

Definisi personaliti setiap pakar psikologi berbeza-beza berdasarkan paradigma masing-masing. Namun, semua ahli bersepakat istilah personaliti berasal dari perkataan ‘persona’ ertinya topeng. Maksudnya merujuk kepada para pelakon teater atau drama Rumawi kuno yang memainkan lakonan palsu atau penampilan palsu daripada skrip yang diarahkan produser. Maka, para pelakon mesti memainkan perilaku yang diinginkan produser dan ianya menjadi personaliti pelakon tersebut secara sementara. Kemudian, istilah personaliti berkembang dan menjadi unik

---

<sup>12</sup> Erni Susilawati, “Psikologi Sufistik: Studi atas Pemikiran Sachiko Murata dalam buku *The Tao of Islam*”, *Jurnal Al Banjari* 14, no.1 (2016), 60-75.

berdasarkan kajian paradigma masing-masing. Allport meneliti asal usul istilah personaliti daripada bahasa Yunani hingga Inggeris, sehingga beliau mengeluarkan 49 definisi personaliti yang digunakan dalam teologi, falsafah, hukum, sosiologi dan psikologi. Pada tahun 1960, ia menawarkan definisi ke-50 iaitu "*Personality is the dynamic organization within the individual of those psychophysical systems that determine his unique adjustments to the environment*", terjemahannya personaliti ialah organisasi dinamik daripada sistem psikofizikal individu yang menentukan kaedah khusus untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, namun definisi ini kembali diubah pada tahun 1961 di mana fasa kata terakhir menjadi "yang menentukan perwatakan, perilaku dan fikirannya". Dalam definisi terakhir, Allport melihat personaliti individu berkembang bukan saja menyesuaikan diri dengan lingkungan, malah lingkungannya juga berubah disebabkan personaliti seseorang. Menurut Hilgard dan Marquis, personaliti adalah nilai sebagai rangsangan sosial iaitu kemampuan menampilkan diri secara berkesan. Menurut Stern personaliti ialah kehidupan seseorang secara keseluruhan, individu unik, usaha mencapai tujuan, kemampuan bertahan, keterbukaan diri dan kemampuan memperolehi pengalaman. Guilford mengatakan personaliti adalah pola personaliti yang unik daripada seseorang. Definisi lain ialah personaliti merupakan seluruh perwatakan seseorang atau sifat umum kebanyakan orang yang mengakibatkan pola tetap dalam merespon situasi. Definisi yang lebih dekat dalam konteks sufi adalah yang dikemukakan Phares iaitu pola khas dari fikiran, perasaan dan tingkah laku yang membezakan seseorang dengan orang lain, ciri ini kekal konsisten tanpa mengira waktu dan situasi. Definisi lain yang sesuai juga seperti pandangan Maddy/Burt, personaliti adalah seluruh perwatakan dan kecenderungan yang stabil, yang menentukan persamaan dan perbezaan tingkah laku psikologi (berfikir, merasa, bergerak) daripada seseorang dalam waktu yang panjang dan tidak dapat difahami secara sederhana sebagai hasil tekanan sosial dan tekanan biologi saat itu. Berdasarkan definisi personality, maka dapat dirincikan beberapa ciri personaliti:

- i. Personaliti bersifat umum, merujuk kepada sifat umum seseorang seperti fikiran, kegiatan dan perasaannya.
- ii. Personaliti bersifat khusus, merujuk kepada sifat khusus seseorang yang lebih daripada orang lain, misalnya bakat, cap jari dan tandatangan.
- iii. Personaliti bersifat jangka panjang, menggambarkan sifat individu secara konsisten dan tetap dalam masa yang lama serta tidak mudah berubah. Sifat ini akan berubah secara bertahap atau ketika bertindak balas terhadap kejadian yang luar biasa.
- iv. Personaliti bersifat kesatuan, menggambarkan sifat sebagai unit tunggal misalnya kesatuan pekerja, tentera dan sebagainya.
- v. Personaliti berfungsi baik atau pun buruk.

Proses terjadinya personaliti disebabkan beberapa faktor: Pertama adanya proses interaksi dalam diri sendiri serta pengaruh luar. Kedua perubahan dan kematangan fizik atau genetik dari masa kanak-kanak, remaja dan dewasa membentuk pola perilaku sehingga menjadi personaliti. Ketiga ialah faktor lingkungan juga memberikan kesan pembentukan personaliti seperti pendidikan agama, tahap ekonomi dan keterlibatan sosial.

Berdasarkan aspek tingkah laku maka para ahli psikologi meletakkan paradigma personaliti sebagai dimensi yang merumuskan makna personaliti. Terdapat empat paradigma dalam kajian personaliti, paradigma psikoanalisis dan paradigma eksperimen menjadi personaliti, kognitif dan behaviourisme:

#### **i. Paradigma Psikoanalisis (Klinik)**

Paradigma ini dibangunkan melalui teknik klinik dengan tanggapan dasar bahawa manusia berasal daripada haiwan dan manusia merupakan bahagian dari sistem tenaga. Ahli psikoterapi memandang masalah manusia sebagai sebahagian daripada masalah biologi sehingga usaha penyembuhan jiwa manusia dilakukan melalui medi-klinik. Kunci utama dalam paradigma psikoanalisis adalah mengenali naluri seksual dan agresif (dorongan biologi memerlukan kepuasan). Teori ini dipelopori oleh Sigmund Freud,

C.G. Jung, A.Adler, Anna Freud, Karen Horney, Eric Fromm dan Sullivan.

## **ii. Paradigma Personaliti (Sifat)/Fungsionalism**

Paradigma ini didasarkan kepada eksperimen di mana personaliti seseorang dianalisis sejauh berkait dengan fungsi dalam lingkungan sosial. Paradigma ini lebih banyak membincangkan ramalan tingkah laku bukan perubahan tingkah laku (psikoanalisis). Paradigma ini dipelopori William James, Murray, A. Maslow, R. Cattell, Eysenk, Allport.

## **iii. Paradigma Kognitif/Gestalt**

Paradigma ini merupakan gabungan daripada pengamatan deria, fikiran, pola, konfigurasi dan pengalaman membentuk sesuatu persepsi. Sebagai contoh pengamatan terhadap kereta yang diam tetapi nampak bergerak apabila disebelahnya terdapat kereta api yang bergerak cepat. Maka, paradigma ini memandang fikiran, motivasi, perasaan, ingatan, pengalaman bekerja dalam satu gabungan untuk membentuk persepsi dan pengalaman baru. Paradigma ini diilhamkan Kurt Lewin, George Kelly, C.Rogers, Mischel dan Bandura.

## **iv. Paradigma Behaviourisme/Conditioning**

Paradigma behaviourisme/*conditioning* berpendapat bahawa manusia adalah mesin. Personaliti seseorang bukan disebabkan masa lalu (paradigma psikoanalisis) atau paradigma personaliti dan kognitif (sebab-akibat) tetapi akibat wujudnya proses belajar terhadap lingkungannya. Tingkah laku lama dipelajari dan kemudian tingkah laku baru terhasil daripada interaksi lingkungan. Oleh itu, dapat diketahui faktor pendorong seseorang berubah mengikut lingkungan, yang dikenali sebagai *reinforcement* (penguatan terhadap tingkah laku agar individu dapat dipacu supaya mengulangi tingkah laku tersebut. Contohnya memberikan hadiah dan pujian kepada pelajar untuk meningkatkan semangat belajar mereka.)<sup>13</sup>. Paradigma ini dipelopori oleh E.I.Thorndike dan John Watson.

---

<sup>13</sup> Alwisol, *Psikologi Keperibadian* (Malang: UMM Press, 2015), 6-8.



## Personaliti Sufi

Istilah sufi adalah sebutan untuk orang yang mendalami dan mengikuti ajaran tasawuf atau sufisme. Pendapat lain mengatakan bahawa sufi merupakan orang yang bersih roh atau batinnya, merujuk kepada asal kata *al-shafa*. Tokoh sufi mempunyai murid sebagai ahli yang juga mengamalkan konsep dan ajaran gurunya. Kaum sufi ada yang mengamalkan wirid dan zikir yang lebih dikenali sebagai kumpulan tarekat. Amalan zikir dan wirid tersebut diijazahkan secara sanad turun temurun daripada guru yang mengajarnya sehingga zaman sekarang seperti tarekat Naqshabandiah, tarekat Ahmadiyah dan sebagainya. Namun demikian, istilah sufi tidak hanya difokuskan kepada kumpulan tasawuf tetapi juga kepada individu atau perseorangan yang mengamalkan dan menempuh jalan hidup tasawuf yang sekarang ini dikenali sebagai tasawuf moden.

Oleh sebab itu, personaliti sufi maksudnya sifat, pemikiran, perasaan orang yang mengamalkan ajaran tasawuf serta cara bertingkah laku dalam masyarakat. Personaliti sufi secara ekstrinsik adalah tingkah laku yang menunjukkan pengamalan lahiriah seperti budaya pakaian (jubah, serban, tasbih). Pada sebahagian tarekat budaya pakaian menunjukkan perbezaan tingkat mursyid dan murid. Untuk mengenal mursyid yang hakiki, Abdullah Daghestani mengatakan perlu sempurna pakaian dan penampilan luarannya. Seandainya rupa dan pakaian luar masih tidak sempurna (sunnah Nabi SAW dan syariah) maka, masih terdapat kecacatan pada hatinya. Maksudnya keyakinan batiniah terhadap syiar lahiriah Islam belum kukuh. Sementara personaliti intrinsik wujud dalam hatinya tiga unsur iaitu menghormati semua makhluk Allah SWT termasuk bangsa non-Muslim dan makhluk lain, perasaan kasih sayang pada semua makhluk dengan memberi kepada mereka apa yang dia berikan kepada dirinya dan murid-muridnya. Ketiga ialah unsur perasaan rendah diri daripada yang lain. Jangan ada perasaan megah dan ingin kemasyhuran kerana hanya Allah SWT yang Maha Tinggi. Seandainya mursyid merasa lebih tinggi, maka dirinya umpama syaitan yang menggagap lebih tinggi daripada nabi Adam AS<sup>14</sup>.

---

<sup>14</sup> "Sheikh Hisham Kabbani", laman sesawang Hisham Kabbani, accessed on December 10 2023, [www.hishamkabbani.com/](http://www.hishamkabbani.com/).

Personaliti sufi atau tasawuf menurut Muzakkir adalah gerakan moral. Seorang sufi yang beridentiti dengan ajaran tasawuf hendaklah menyempurnakan akhlaknya dengan pembersihan hati melalui metode *takhalli*, *tahalli* dan *tajalli*. Kemudian, menurut beliau lagi pada fasa seterusnya personaliti sufi akan memasuki tahap tasawuf *akhlaki* iaitu manusia yang bermoral. Personaliti sufi menurut beliau adalah sempurnanya keperluan rohani dengan amal soleh (soleh-personal) dan terpenuhi keperluan kebendaan dengan amal infak (soleh-sosial). Dengan demikian, beliau berpendapat bahawa personaliti sufi memiliki dua perwatakan iaitu intrinsik dan ekstrinsik. Perwatakan intrinsik dengan mengamalkan perintah Ilahi sedangkan ekstrinsik dengan cara membantu dan menyempurnakan keperluan orang lain<sup>15</sup>. Di samping itu juga, tasawuf mempunyai relevan terhadap permasalahan manusia moden dengan penerapan nilai tasawuf akhlak yang menekankan aktiviti tingkah laku manusia kepada personaliti mulia dengan amalan ibadah sehingga mencapai sifat *mutma`innah*.

Menurut Haidar Bagir, personaliti sufi bukan *asceticism* (sifat yang menolak kehidupan dunia untuk menyucikan diri) kerana *asceticism* akan membawa kepada pola hidup fakir. Personaliti sufi mengamalkan pola hidup zuhud. Zuhud bermaksud meninggalkan rasa cinta berlebihan terhadap benda keduniaan, hidup dengan berinfak kepada siapa sahaja. Dengan kata lain tidak terbelenggu dengan kekayaan yang dimiliki, namun menerapkan sifat dermawan yang sentiasa memberi kepada orang lain. Kaya tidak semestinya jauh daripada sufi, dan miskin juga bukan identiti personaliti sufi. Personaliti sufi adalah membiarkan tanganmu memberi pada orang lain dan menyibukkan diri mengingat Allah SWT. Dengan kata lain personaliti sufi mesti memiliki kreativiti (muhsinin), berkreativiti mengumpulkan harta dan memberikannya kepada orang lain. Dengan demikian sufi juga berkreativiti mengumpulkan ladang ganjaran di akhirat<sup>16</sup>.

Personaliti sufi bukan sahaja baik dari sudut dimensi Ilahiah, bahkan terbaik memberikan manfaat dalam dimensi insaniah. Dimensi ilahiah seorang sufi menyucikan dirinya dari sifat tercela, unsur ketamakan dan melakukan amalan *taqarub* dalam skala mikro

---

<sup>15</sup> Muzakkir, Azhari Akmal, *Menuju Arah Baru Studi Tasawuf Di Indonesia* (Medan: Perdana Publishing, 2016), 11.

<sup>16</sup> Bagir Haidar, *Buku Saku Tasawuf* (Bandung: Pt. Mizan Pustaka, 2005), 113-120.

dan makro. Skala mikro mendisiplinkan diri dengan amalan ibadah, sedangkan skala makro memberikan kebaikan kepada umat.

Berdasarkan teori Maslow (Meta Need) terdapat keperluan paling tinggi pada manusia: iaitu aktualisasi diri atau imej eksklusif. Maka seorang sufi mesti memiliki “*Eternal Verities*” atau nilai B iaitu: Kejujuran, kebaikan, keindahan, keutuhan, perasaan hidup, keunikan, kesempurnaan, kelengkapan, keadilan, kesederhanaan, memerlukan sedikit usaha, kejenaan dan berdikari. Maka, seorang sufi yang berpersonaliti jujur dan baik maksudnya bersifat *muhsinin* kepada orang lain, sedangkan nilai sempurna adalah *husnu al-zan* sentiasa baik sangka, memiliki semangat maju dalam kehidupan, segala masalah dan cabaran dapat dihadapi dengan kepercayaan diri. Sehingga personaliti akan tumbuh sempurna bersama identiti sufi. Nilai hiburannya bersandarkan ketenangan mengharungi kehidupan (*mutma`innah*) dan tidak cemas.

Aktualisasi diri membentuk manusia hebat, di mana menurut Maslow mempunyai 16 ciri. Dalam perspektif tasawuf, 16 ciri tersebut merupakan akhlak mulia yang lahir daripada tingkah laku seorang sufi. Buya Hamka mengatakan tujuan tasawuf adalah upaya pembersihan diri daripada penyakit zahir serta batin sehingga melahirkan akhlak dan budi pekerti. Al-Ghazali mengatakan akhlak sebagai satu perilaku (personaliti atau tabiat) yang berakar umbi dalam jiwa seseorang sehingga timbul perbuatan (akhlak) mulia dengan mudah, ringan, tanpa paksaan, tanpa perlu difikirkan atau dirancang. Menurut beliau akhlak atau personaliti tasawuf adalah secara automatik dan tanpa perlu dirancang. Maka, personaliti dalam tasawuf lebih dikenal secara umum dengan istilah akhlak. Akhlak berasal daripada kata *akhlaqa*, *yukhliq*, *akhlaqan*. Akhlak diertikan sebagai perbuatan, personaliti, tabiat, budi pekerti, adat kebiasaan, maruah dan peradaban baik.

Personaliti sufi bermakna akhlak mulia seorang sufi seperti sabar, syukur, tawakal, bertaubat, *husnu al-zan*, *muhsinin*, *mutma`innah* dan sebagainya. Dalam perspektif al-Ghazali semua akhlak mulia diperolehi setelah proses *riyadah* dan *mujahadah* dalam tingkatan *maqamat*. Menurut al-Ghazali, *maqamat* memiliki lapan tingkatan: taubat, sabar, zuhud, tawakal, mahabbah, reda dan makrifat. Sedangkan al-Sarraj Tusi menyebutkan tujuh tingkatan iaitu taubat, warak, zuhud, fakir, sabar, reda dan tawakal. Sementara

al-Kalabazi menambahkan tiga lagi jadi sepuluh tingkatan iaitu tawaduk, takwa dan reda<sup>17</sup>.

Berdasarkan teori Maslow, maka *maqamat* dalam perspektif tasawuf merupakan aktualisasi diri sufi. Ciri pertama Maslow ialah persepsi yang efisien, merupakan bahagian daripada sifat makrifat di mana ahli sufi dapat mengetahui sesuatu yang tersirat daripada yang tersurat. Penerimaan akan diri dan orang lain merupakan gambaran mahabbah, reda dan sabar. Ciri yang dikemukakan Maslow yang ketiga iaitu kesederhanaan ialah personaliti tawaduk dan zuhud seorang sufi. Bahkan Maslow meletakkan pengalaman puncak sebagai ciri yang kelapan dalam tasawuf merupakan pengalaman mistik sufi yang dikenali sebagai makrifat. Maka, jika diteliti lebih lanjut kesemua 16 ciri teori Maslow adalah proses *maqamat* dalam suluk *ila Allah*.

Hal (ahwal) sebagai kesinambungan daripada *maqamat* iaitu suasana atau keadaan mental atau kejiwaan seorang sufi sebagai anugerah daripada Allah SWT. *Maqamat* merupakan proses usaha manusia, sedangkan hal (ahwal) ialah anugerah Tuhan. Hal datang dan pergi secara sementara dan tidak mutlak. Abu Nasr al-Tusi menyebutkan ada sembilan unsur hal iaitu: *muraqabah*, mahabbah, *khawf*, *raja'*, *shawq* (asyik/rindu), *Uns* (akrab/dekat dengan Tuhan), *tama'ninah*, musyahadah dan yakin. Ketika *ahwal* memasuki seseorang, maka seorang sufi merasakan pengalaman batin atau pengalaman sufistik/mistik. Dalam pandangan Zoehner, pengalaman sufistik roh terbahagi kepada tiga: pengalaman sufistik alami seperti seseorang yang terlibat dadah/anestetik atau yoga; kedua pengalaman sufistik roh/jiwa atau dikenal sebagai hal atau *ahwal*; ketiga pengalaman sufistik ketuhanan merupakan tahap tertinggi *taqarub*. Pengalaman sufistik ini meliputi beberapa pengalaman: makrifat menurut al-Ghazali dan Zu al-Nun al-Misri iaitu mengetahui rahsia Tuhan melalui hati sehingga dapat melihat Tuhan. *Fana'*, *baqa'* dan *ittihad* (Abu Yazid Bustami) iaitu bersatunya rohani dan batin manusia dengan zat Allah SWT. *Hulul* (Hallaj) iaitu Tuhan bersatu dengan manusia secara rohaniah. *Wahdatul wujud* (Ibnu Arabi) iaitu bersatunya manusia dengan zat Allah SWT secara zahir dan batin<sup>18</sup>.

---

<sup>17</sup> Tualeka Hamzah, *Akhlaq Tasawuf* (Surabaya: UINSA Press, 2013), 34-36.

<sup>18</sup> Nata, Abuddin, *Akhlaq Tasawuf dan Karakter Mulia* (Jakarta: Rajawali Press, 2017), 239-246.

Dalam konteks teori Maslow iaitu aktualisasi diri, dapat dikatakan keadaan hal seorang sufi di mana personalitinya mengalami *aktualisasi nafsani*. Di mana jiwa seorang sufi mengalami kristalisasi dan fitrah jiwa sehingga jiwa kembali kepada asal ketika mengikat perjanjian (musyahadah) di alam roh iaitu jiwa yang bersih daripada segala penyakit yang negatif seperti sifat *haiwaniyah*. Maka, akan muncul sifat mulia atau personaliti sempurna atau *insan kamil* di mana jasadnya di bumi namun batinnya di langit. Aktualisasi *nafsani* mengalami pasang surut berdasarkan ujian dan anugerah Tuhan sehingga seorang sufi memiliki personaliti yang berakhlak mulia seperti sabar, mahabbah, *husnuzan*, *muhsinin* dan *mutmainnah* dan sebagainya.

Personaliti psikologi berbeza dengan personaliti sufi atau tasawuf. Personaliti psikologi dibentuk oleh masa lalu, pemikiran, sifat, keperluan berasimilasi tempat kerja dan tingkah laku yang berulang-ulang. Sementara, faktor yang menentukan personaliti sufi ialah hidayah daripada Allah SWT, kemudian sufi membentuk perwatakannya berdasarkan perintah Allah SWT sehingga melahirkan akhlak yang mulia dan memberikan kebaikan kepada orang lain.

Berdasarkan perspektif lingkungan, teori yang dikemukakan Allport bahawa personaliti mampu merubah lingkungan begitu juga lingkungan turut berubah hasil daripada aktiviti dan kesan personaliti. Prinsip ini sesuai dengan personaliti sufi di mana sufi memiliki sifat istiqamah dan *husnu al-zan*, dan sifat ini perlu kekal konsisten untuk memiliki personaliti positif kepada lingkungan. Sifat sufi yang *muhsinin* di mana selalu berbuat baik kepada lingkungan sehingga masyarakat bersimpati dan membantunya seperti mana masyarakat Mekah berubah daripada Jahiliah kepada Islam kerana pengaruh personaliti Nabi SAW. Kekuatan motivasi dalam personaliti sufi lebih kuat jika dibandingkan personaliti psikologi kerana mereka membentuk personaliti secara konsisten sebagai pola hidup yang bermatlamatkan akhirat.

Personaliti sufi mengenal konsep *raja'* dan *khawf* yang dalam psikologi lebih dikenali sebagai motivasi intrinsik. Motivasi sufi dalam berbuat baik kepada masyarakat bukan sekadar merubah lingkungan menjadi budaya saling membantu, namun juga mengharapkan ganjaran yang besar. Jika dibandingkan motivasi intrinsik yang mengharapkan penerimaan dalam masyarakat dan

aktualisasi diri, namun personaliti sufi memiliki perspektif perbuatan baik adalah kewajiban secara vertikal (Tuhan) dan horizontal (hamba). Dengan demikian, ada kalanya seorang sufi tidak melakukan perkara mazmumah seperti rasuah untuk kepentingan peribadi kerana digerakkan motivasi *khawf* (takut) akan musibah dari Allah SWT. Maka, perlu dipelajari sejauh mana intensiti motivasi dalam personaliti sufi berbanding dengan motivasi personaliti secara psikologi.

### **Personaliti Sufi al-Hikam**

Al-Hikam merupakan kata jamak daripada hikmah, manakala daripada hikmah menjadi al-Hakim yang membawa maksud bijaksana. Berdasarkan makna ini terbukti bahawa Ibnu Athaillah telah melahirkan Moderasi Agama Perspektif Tasawuf. Melalui karya al-Hikam, beliau mengajak kepada pembaca dan umat Muslim kepada kesederhanaan dalam beriktikad, beramal dan bermuamalah. Bijaksana dalam dimensi keadilan terhadap hubungan dengan Tuhan dan hubungan dengan *nafساني* serta amal ibadah.

Al-Hikam ditulis dalam tiga bahagian pokok fikiran iaitu: aforisme risalah dan munajat (doa). Aforisme atau pengalaman spiritual merupakan bahagian utama dan merupakan isi daripada seluruh bahagian lainnya. Berdasarkan definisinya, aforisme ialah gaya bahasa sastera yang mengandungi pernyataan padat dan ringkas tentang sikap hidup atau kebenaran umum (seperti peribahasa “alah bisa tegal biasa”).

*Aphorism* atau aforisme atau disebut juga kata mutiara (wisdom word). Aforisme berasal daripada bahasa Yunani *aphorismos* menunjukkan makna yang berkembang, perbezaan dan definisi. Aforisme merupakan doktrin atau kebenaran atau ekspresi singkat, sesuatu pernyataan yang mudah diingat dan dapat diturunkan secara turun temurun dari generasi ke generasi. Hippocrates ialah orang pertama menulis aforisme atau kata mutiara. Beliau seorang doktor perubatan yang menggunakan aforisme untuk menggambarkan barang perubatan seperti kata-katanya “*Via trita via tuta*” (jalan yang sudah licin kerana ditapaki adalah jalan yang sudah aman).

Aforisme berbeza dengan aksiom. Aforisme adalah kata mutiara berasal daripada pengalaman dan kebiasaan. Sementara

aksiom ialah kebenaran yang telah dibuktikan. Aforisme dibangun berdasar pemahaman dan pengalaman dan diluahkan dengan pernyataan yang padat dengan konotasi yang menarik seperti takwil dalam pentafsiran al-Quran. Sehingga aforisme ialah ungkapan yang padat digambarkan seperti nuklear yang memiliki bom muatan makna.

Salah seorang *aforist* yang kontroversi ialah Nietzsche. Penganut ateis ini menampilkan syairnya dalam aforisme yang pendek dan padat sehingga adakala tidak dapat difahami dan perlu mengkorelasikan antara aforisme satu dan aforisme lainnya. Aforisme Nietzsche menggambarkan ekspresi kekecewaan terhadap hidup, kegagalan rumah tangga dan penyakit yang dihidapinya.

Antara aforismenya dalam magnum opusnya *Thus Spoke Zarathustra*: “*Blind Faith can be more dangerous than a lie*”, Keyakinan yang buta lebih berbahaya daripada sebuah kebohongan. Aforisme yang lain disebutkannya “*It easier to mend a bad conscience than to overcome a ruined reputation*” lebih mudah memperbaiki hati nurani yang buruk daripada mengatasi reputasi yang buruk.

Kesemua 264 aforisme dalam al-Hikam memberikan inspirasi dan kejutan esoterik (esoteric shock). Al-Hikam ditulis dengan bersandarkan kepada al-Quran dan hadis dengan pengaruh *balaghah* sastera al-Quran yang memiliki kinayah, majaz, takwil dan sebagainya. Bagi pembaca al-Hikam memiliki yang meminati tasawuf akan mengalami kejutan batin atau esoterik sehingga menggugah hati, menggeletik nurani dan selalu merasakan kesilapan salik yang ditempuh selama ini. Kejutan esoterik tersebut tidak dapat dirasakan oleh aliran non-tasawuf kerana berbeza landasan yang dilalui. Tokoh tasawuf ini menyalakan pelita penerang bagi salik, menunjukkan segala arah di setiap persimpangan agar manusia selamat menempuhnya.

Ketinggian al-Hikam sehingga menjadi rujukan spiritual bukan saja terletak pada naratif mistik akan tetapi pada fenomena aforisme sasteranya. Sepertimana kebiasaan para sufi menggunakan bahasa hati (*shatiyyah*) dan menggunakan simbol serta istilah khusus untuk meledakkan nuklear esoteris mereka. Perkataan yang digunakan mengandungi makna kabur atau ambiguiti yang memerlukan penelitian serta analisis.

Teknik persembahan al-Hikam tidak sistematis dan jelas mengandung makna ambiguiti oleh sebab memahami al-Hikam dalam konteks personaliti sufi dengan menelusuri naratif yang menarik di dalamnya secara acak. Narasi (kata latinnya *Narre* = memberitahu) dalam al-Hikam mengandung penceritaan proses suluk secara umum (yang berlaku kepada siapa saja) dan terdapat penceritaan proses suluk secara khusus (yang dialami oleh sufi tertentu saja yang telah melalui maqam). Tujuan penceritaan adalah menggugah fikiran pembaca untuk merenungi isi dalam tekstual. Hal ini supaya pengetahuan pembaca berkembang dan mengalami perluasan. Ungkapan dalam al-Hikam hanya mempersembahkan penceritaan ambiguiti dan pembacalah yang menterjemahkan melalui pemahaman al-Quran dan hadis. Di samping itu, al-Hikam mengandung penceritaan artistik di mana perkataannya mengandung makna yang tersirat<sup>19</sup>. Maka, personaliti sufi dilihat dalam al-Hikam hendaklah melalui beberapa sudut pandang multidimensi dengan melihat tekstual al-Hikam dan syarahan yang terkandung dalam al-Hikam. Hal ini menjadi sebuah wacana dalam konteks personaliti sufi, perwatakan sufi boleh dirumuskan memiliki beberapa sifat iaitu:

#### **i. Husnu al-Zan**

*Husnu al-zan* berasal daripada bahasa Arab dan telah mengalami translinguistik terdiri daripada dua kata *husn* dan *al-zan* yang bermaksud baik dan prasangka. Ibnu Faris menjelaskan perkataan *zan* terdapat dalam surah al-Baqarah ayat 46 dan 249:

الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

(Orang-orang yang kembali kepada-Nya), iaitu di akhirat dan bahawa Dia akan membalas segala perbuatan mereka.

Dalam ayat lain disebutkan: “Kemudian apabila Talut keluar bersama-sama tenteranya, berkatalah ia”: “Sesungguhnya Allah akan menguji kamu dengan sebatang sungai, oleh itu sesiapa di antara kamu yang meminum airnya maka bukanlah ia dari

---

<sup>19</sup> Gorys Keraf, *Diksi dan Gaya Bahasa* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2009), 20.



*pengikutku, dan sesiapa yang tidak merasai airnya maka sesungguhnya ia dari pengikutku, kecuali orang yang mencedok satu cedokan dengan tangannya". (Setelah diingatkan demikian) mereka meminum juga dari sungai itu (dengan sepuas-puasnya), kecuali sebahagian kecil dari mereka. Setelah Talut bersama-sama orang-orang yang beriman menyeberangi sungai itu, berkatalah orang-orang yang meminum (sepuas-puasnya): "Kami pada hari ini tidak terdaya menentang Jalut dan tenteranya". Berkata pula orang-orang yang yakin bahawa mereka akan menemui Allah: "Berapa banyak (yang pernah terjadi), golongan yang sedikit berjaya menewaskan golongan yang banyak dengan izin Allah; dan Allah (sentiasa) bersama-sama orang-orang yang sabar".*

Kedua ayat tersebut menggunakan perkataan *zan* untuk menunjukkan makna yakin. Ibnu Manzur dalam Lisan al-Arab mengatakan bahawa kata *zan* seringkali diertikan dengan ilmu dan yakin. *Zan* secara terminologi adalah pemerhatian atas sesuatu, apabila pemerhatian itu kuat tandanya, maka dinamakan *zan* dan setara dengan ilmu.

Ibnul Qayyim al-Jawziyah mendefinisikan *husnu al-zan* dengan sikap yang timbul kerana keyakinan kuat kepada Tuhan sehingga dapat membawa manusia kepada ketaatan dan kepatuhan kepada Allah SWT disertai usaha yang gigih meninggalkan laranganNya. *Husnu al-zan* digunakan untuk mencari kemanfaatan dan menghindari kemudaratan atau hal yang menghalang tujuan kebaikan. Secara ringkasnya, *husnu al-zan* diertikan sebagai cara pandang seseorang yang melihat sesuatu di luar dirinya dengan perspektif positif atau optimis. Seseorang yang berperilaku *husnu al-zan* akan menghadapi dan mempertimbangkan segala sesuatu dengan fikiran jernih, hati bersih dan prasangka yang belum pasti kebenarannya.

## ii. *Muhsinin*

Perkataan *muhsinin* adalah bentuk jamak dari *muhsin*. Asal katanya berasal daripada *ihsan-hasuna yahsunu-hasanan*. *Ihsan* berasal daripada *fi'il thulasi mazid ahsana* (أحسن) yang maknanya adalah berbuat baik, melakukan secara baik, atau mengetahui dengan baik. Jika mengikut *wazan fi'il thulasi mujarrad* (kata kerja dasar) *hasuna*, maka ertinya adalah baik atau bagus. Dalam al-Quran, kata ini digunakan sebanyak 166 kali iaitu menggunakan

pelbagai bentuk kata seperti *husna*, *hasanah*, *hasanat*, *ahsana* (fi'il), *ahsanu* (isim tafdil), *husnan*, *muhsinin*, *ahsin* (fi'il amar) dan lain sebagainya.

Dalam al-Quran surah al-Baqarah ayat 245, Allah SWT menyebutkan perkataan *qardhan hasanan*. Menurut Quraish Shihab kata *hasan* (ihsan) didampirkan dengan *qardhan* makna pinjaman yang baik iaitu orang yang mengorbankan hartanya dengan jalan infak. Perkataan *hasan/ihsan* bukan hanya berkonotasi akhirat, namun turut merujuk kepada perkara kebendaan. Perbuatan yang baik seperti berinfak kepada ahli keluarga yang sangat memerlukan dan memberi pinjaman dengan niat semata-mata kerana Allah

Ihsan menurut Hughes “*to confer favours or to perform an action in a perfect manner*” maksudnya untuk memberikan bantuan, atau melakukan tindakan dengan cara yang sempurna. Perkataan *istihsan* merupakan bentuk masdar yang mempunyai erti dalam istinbat hukum iaitu berpaling daripada dalil syariat yang sudah ditetapkan atas suatu peristiwa atau perilaku menuju ke hukum yang lainnya dengan syarat adanya pertimbangan lebih baik atau lebih penting untuk kemaslahatan umat. Hughes mengatakan “*approving or a term used the exegesis of the Quran and Hadisto rejection of qiyas and the admission of the law expediency (pengakuan hukum kemanfaatan)*”<sup>20</sup>.

*Muhsin* bermaksud orang yang baik hati, akhlak dan amalnya, baik perjalanan hidupnya serta sentiasa berbuat kebajikan pada orang lain. *Muhsin* menurut Buya Hamka ialah orang yang sentiasa meningkatkan kualiti diri, kualiti iman dan kualiti manfaat kehidupan. Kualiti ini berkait hubungan dengan Allah SWT, peribadi dan orang sekeliling. Harali mengatakan *muhsin* ialah orang yang mengoptimumkan amal perbuatan yang baik. Sedangkan dalam kalangan bangsa Arab, perkataan *muhsin* merupakan sebutan untuk seseorang yang dermawan, berbuat kebaikan kepada orang miskin, orang sakit, membangun masjid, sekolah dan pembangunan masyarakat lainnya. Dengan demikian *muhsin* atau *muhsinin* merupakan orang yang berbuat baik kepada diri, masyarakat dan Allah SWT.

---

<sup>20</sup> Hughes, Thomas P, *A Dictionary of Islam* (London: W.H Allen & Co, 2020), 55.

### iii. *Mutma`innah*

Personaliti sufi yang ingin dikaji dari kitab al-Hikam adalah sifat *mutma`innah*. Dalam Lisan al-Arab, perkataan *mutma`innah* berasal daripada *tamana* atau *ta`mana* dengan tambahan huruf hamzah sebagai *ziyadah*, menjadi kata *itma`anna* ertinya menenangkan atau mendiamkan sesuatu. Apabila dihubungkan dengan *qalibun* ertinya tenang, jika disandarkan pada tempat maksudnya berdiam diri. Dalam tafsir al-Maraghi, *mutma`innah* bermaksud ketenangan jiwa setelah berlakunya proses pergolakan. ertinya ketetapan atau kepastian sehingga tenang setelah menerima kegoncangan akibat paksaan. Sedangkan Ibnu Abbas mendefinisikan jiwa yang *mutma`innah* ialah jiwa yang beriman, tidak ada rasa takut dan duka hati, jiwa yang ikhlas. Mujahid pula mengatakan *mutma`innah* ialah jiwa yang reda dengan ketentuan Allah SWT. Sementara itu Ibnu Athaillah mengertikan *mutma`innah* dengan jiwa yang *'arifin*. Ada juga ulama yang mendefinisikan *mutma`innah* dengan jiwa yang disinari akal, kemampuan menempatkan sesuatu pada sewajarnya atas dasar iman. Dengan kata lain menerima ujian yang datang, menghadapi kesenangan dan kesusahan kerana reda pada ketentuan Ilahi. Personaliti sufi yang *mutma`innah* memiliki keperibadian yang tenang iaitu adanya keimanan, keyakinan, keikhlasan, tawakal, taubat, sabar, bijaksana, tawaduk, tenang dan cinta kepada Allah SWT dan Rasulnya<sup>21</sup>.

Personaliti *mutma`innah* dikaitkan dengan nafsu yang telah terkawal. Nafsu *mutma`innah* ialah jiwa yang tenang, jiwa yang bersih dan mendapat *'ayn al-basirah* dan *haq al-basirah*. Jiwa yang telah diisi dengan cahaya kebenaran Ilahi, tidak dipengaruhi kemewahan dunia dan sepenuhnya menghambakan diri kepada Allah SWT. Nafsu *mutma`innah* diertikan sebagai nafsu yang suka beramal soleh dan berbuat kebajikan kepada makhluk lain. Nafsu ini penuh dengan sifat terpuji dan jauh daripada sifat tercela. Personaliti sufi *mutma`innah* ertinya telah mencapai taraf tertinggi dalam *maqam* para sufi, orang yang dekat dengan Tuhan. Kesimpulannya *mutma`innah* ibarat kuda liar yang telah dijinakkan pemiliknya, tidak meronta-ronta kerana dorongan hawa nafsunya.

Ibnu Athaillah menyebutnya dalam aforisme 100/111:

---

<sup>21</sup> Abdul Mujib, *Keperibadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2006), 86-90.

مَتَى أَوْحَشَكَ مِنْ خَلْقِهِ فَأَعْلَمَ أَنَّهُ يُرِيدُ أَنْ يَفْتَحَ لَكَ بَابَ الْإِنْسِي

بِهِ

Apabila Allah telah membosankan kamu daripada makhluk, maka ketahuilah bahawa Allah akan membukakan untukmu pintu ketenangan dan senang kepada Allah.

*Unsu* bermakna keramah-tamahan, kesenangan dan ketenangan. Apabila salik telah merasa bosan pada makhluk oleh kerana sering dikecewakan dan segala keinginan yang diharapkan tidak tercapai. Maka, dia akan kembali kepada Allah SWT walaupun dengan keadaan terpaksa kerana hanya Allah SWT yang dapat membantunya. Allah SWT membiarkan makhluknya menyandarkan permintaan pada makhluk lain sehingga suatu saat ketika merasa hampa dan kecewa, akan terbukalah pintu ketenangan dan kesenangan salik. Kekecewaan dan kesedihan ialah jiwa yang negatif kerana perasaan tersakiti, jiwa yang sakit akan membawa kepada jasad yang tidak bahagia. Hubungan dengan manusia sering menimbulkan kesedihan daripada kebahagiaan kerana hubungan tersebut didasarkan atas kepentingan tertentu dan duniawi. Apabila manusia sudah buntu fikiran dan kehendaknya, maka dia akan kembali kepada Tuhan. Ketika Tuhan menerima dan memeluknya dengan kasih sayangNya, maka salik merasa tenang dan bahagia.

Personaliti sufi yang *mutma`innah* mesti menyandarkan seluruh hajat dan kehidupan pada Allah SWT, kerana hanya Allah SWT saja yang mampu menunaikan segala hajatnya. Hati ialah milik Allah SWT (*muqallibul qulub*), maka segala keperluan dan kebahagiaannya disempurnakan Allah SWT. Orang yang menjadikan hatinya hanya bersandar kepada Allah SWT disebut syeikh sebagai 'arifin.

#### iv. *Raja` dan Khawf*

Perkataan *raja`* dan *khawf* seringkali digabungkan sebagai satu kata kerana memiliki makna yang berkait rapat. Kedua kata tersebut merupakan frasa kordinatif yang saling melengkapi dan difahami sebagai satu kesatuan. Walaupun demikian jika dipisahkan dan

difahami sebagai satu komponen masih tetap berdiri sendiri. Dalam personaliti sufi *raja`* dan *khawf* seringkali dipelajari dan diamalkan sebagai frasa subordinatif yang tidak dapat dipisahkan. *Raja`* dan *khawf* menjadi perwatakan seorang Mukmin untuk menyempurnakan ibadahnya. *Raja`* pada hati sufi akan meningkatkan semangat beribadah dan ketaatan, sementara *khawf* akan menghindarkannya daripada maksiat dan pekerjaan yang sia-sia. *Raja`* dan *khawf* menjadi simbol kesempurnaan iman seseorang sehingga pada akhir kematiannya seperti sabda Nabi SAW.

Dari Anas bin Malik r.a berkata: “Nabi SAW datang kepada seorang pemuda yang hendak meninggal, maka beliau berkata”: “Bagaimana keadaanmu?” Pemuda itu menjawab: “Demi Allah ya Rasulullah, sungguh saya sangat berharap kepada (rahmat) Allah dan saya sangat takut akan (seksa Allah) atas dosa-dosa saya.” Maka Rasulullah SAW berkata: “Tidaklah dua perkara tersebut ada pada hati seorang hamba yang dalam keadaan seperti ini, kecuali Allah akan memberikan apa yang diharapkannya dan akan Allah amankan ia dari apa yang ditakutkannya.” (Hadis riwayat Imam Tirmizi, Imam Ibnu Majah dan Imam Abdullah bin Imam Ahmad).

*Raja`* berasal daripada perkataan *raja-`a* bukan daripada perkataan *raja-`a*. *Raja`* yang diakhiri dengan hamzah atau alif bermaksud mengharap atau pengharapan. Sementara *raja`a* dengan huruf ain dibelakangnya bermaksud telah kembali. Maka, dalam penelitian ini, *raja`* bermaksud mengharapkan sesuatu yang dihatikan atau yang diidamkan dari Allah SWT. *Raja`* berdasarkan istilah adalah sifat tamak terhadap rahmat Allah SWT secara mutlak yang diiringi dengan ketaatan. Mengharapkan kebaikan dari Allah SWT seperti keutamaan, ihsan, reda, kebaikan dunia akhirat serta syurganya. *Raja`* disandarkan hanya kepada Allah SWT kerana hanya Allah SWT satu-satunya sumber pengharapan dan kepastian.

Empat perwatakan personaliti sufi di atas dalam psikologi memiliki definisi yang hampir sama dalam elemen sifat personaliti seperti di bawah ini:

### **i. Optimis**

Menurut Kamus Dewan Bahasa dan Pustaka, optimis ialah individu yang selalu menaruh harapan baik terhadap sesuatu. Optimis juga keyakinan atas segala sesuatu dari segi positif dan menyenangkan, sentiasa berfikir dan berharap kebaikan dalam semua aspek kehidupan. Optimis menjadi faktor penting dalam aspek personaliti sufi supaya dapat menentukan tujuan hidup dengan persiapan diri yang sempurna serta bijaksana dalam mengawal masalah situasi.

Optimis adalah cara seseorang berfikir secara positif dan realistik dalam memandang suatu masalah. Makna yang lebih mendekati dalam aspek tasawuf adalah *husnu al-zan*. Berfikir positif maksudnya berusaha mencapai hasil maksimum yang terbaik daripada keadaan yang terburuk. Optimis meningkatkan kesihatan, memiliki sikap atau perasaan yang positif, menyelesaikan masalah dengan cara logik dan tepat sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri. Personaliti sufi yang optimis membawanya lebih cepat kepada tujuan, keyakinan diri bertambah, di samping itu berupaya mengatasi masalah dan cabaran kehidupan kerana yakin dengan kemampuan diri dan takdir Ilahi.

Optimis menurut Seligman adalah suatu pandangan menyeluruh, melihat hal yang baik, berfikir positif dan mudah memberikan makna pada dirinya. Personaliti yang optimis menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya, amal ibadah meningkat dari tahun sebelumnya, tidak takut pada kegagalan, berusaha bangkit kembali apabila gagal. Optimis juga menemukan inspirasi baru, bertenaga tinggi dan mampu bekerja keras<sup>22</sup>.

Walaupun begitu, optimis yang berlebihan dapat memberi kesan buruk sehingga menjadi musibah kepada seseorang. Umpamanya individu yang optimis dalam pergaulan sosial yang bebas sehingga mengakibatkan jangkitan penyakit AIDS, kanser, penyalahgunaan ubat terlarang dan sebagainya. Keyakinan optimis ini adalah optimis negatif yang dipanggil optimis defensif (*defensive optimis*) dan gejala itu menjadi tidak teratur. Optimis hendaklah berdasarkan kemampuan diri dan kemampuan mengubah situasi di mana optimis bersifat konstruktif memperbaiki kelemahan

---

<sup>22</sup> Seligman ME, Steen TA, Park N, dan Peterson C. Positive, "Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions", *American Psychologist Journal* 60, no.5 (2005), 410-421.

diri dan meningkatkan kualiti diri (the optimistic belief that you can control your fate through active self-care and self-improvement usually leads to constructive behaviors).

## **ii. Kreativiti**

Kreativiti adalah kemampuan individu untuk mencipta sesuatu inovasi demi kebaikan orang lain. Dengan kata lain berupaya untuk memberikan manfaat pada orang lain. Kreativiti didefinisikan juga sebagai proses berfikir yang melibatkan penghasilan gagasan (konsep) baharu yang mempunyai hubungan dengan gagasan asal.

Menurut Solso, kreativiti ialah aktiviti kognitif yang menghasilkan cara pandang terhadap suatu masalah atau situasi. Drevdal menjelaskan kreativiti sebagai kemampuan seseorang untuk menghasilkan ciptaan, produk, gagasan yang baru dan belum dilakukan orang lain. Kreativiti berupa kegiatan imaginatif atau sintesis pemikiran yang hasilnya mencakupi pembentukan pola, informasi dan ciptaan baharu. Bentuk kreativiti dapat dilihat melalui produk seni, kesusasteraan, produk ilmiah, proses atau metodologi yang baharu<sup>23</sup>.

Salah satu aspek kreativiti yang ada pada individu adalah berfikir. Salah satu teknik berfikir yang menjadi penghalang kreativiti adalah teknik berfikir tertib atau sistematik yang menghalang pemecahan masalah secara bebas. Teknik berfikir tertib menyebabkan orang tersebut berperilaku mengikuti corak kebiasaan lama.

## **iii. Kawalan Diri (Self-Control)**

Kawalan diri diertikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat menghasilkan kesan positif. Kawalan diri merupakan potensi dalam diri individu yang perlu dikembangkan seterusnya memberi kegunaan yang optimum dalam proses kehidupan. Kawalan diri juga dapat digunakan sebagai intervensi yang bersifat mencegah (menahan kemarahan berlebihan) serta dapat mengurangkan kesan psikologi negatif dalam lingkungan sosial.

Kawalan diri juga didefinisikan sebagai kemahiran individu dalam membaca situasi diri dan lingkungannya. Di samping itu, kemampuan mengawal dan mengelola faktor perilaku sesuai situasi

---

<sup>23</sup> Ghufron, *Teori-teori Psikologi*, 102-103.

dan keadaan untuk menampilkan imej diri, menarik perhatian, menyesuaikan perilaku pada perilaku orang lain dan menyenangkan orang lain. Sementara Calhoun dan Acocella mendefinisikan kawalan diri sebagai pengaturan proses fizikal, psikologi dan personaliti sebagai proses pembentukan dirinya sendiri. Alasan kawalan diri menurut mereka adalah pertama, individu yang hidup berkumpul berkeperluan untuk memuaskan keinginannya, oleh itu perlunya pengawalan sikap negatif yang tidak disukai masyarakat agar dapat mewujudkan rasa aman dalam lingkungan. Kedua ialah faktor masyarakat di mana mendorong individu secara tetap agar menyusun standard terbaik bagi dirinya. Ketika proses kawalan terjadi, masyarakat mengawal sikap negatif agar dalam proses mencapai standard tersebut tidak melakukan hal yang menyimpang<sup>24</sup>.

Dalam agama Islam *mutma`innah* adalah ketenangan setelah melalui kegoncangan. Sama seperti pengertian kawalan diri iaitu proses individu mengendalikan emosi (kegoncangan jiwa). Pengendalian emosi ini bererti mengarahkan tenaga emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat di peringkat sosial.

Dalam psikologi, kawalan diri memiliki dua unsur, pertama kawalan diri internal dan eksternal. Kawalan diri internal terhadap emosi yang negatif yang boleh membawa perpecahan pada orang lain dan mengakibatkan penderaan atau permusuhan. Apabila berhasil mengawal dirinya, maka individu tersebut memberikan penghargaan pada diri sendiri sesuai standard yang ditetapkan. Berfikir panjang sebelum bertindak merupakan alat kawalan diri sendiri. Kawalan diri eksternal dengan menjaga keperibadian diri dari anasir negatif yang merugikan masa depan dan perancangan kehidupan. Apabila kawalan diri ini berhasil, maka masyarakat akan memberikan ganjaran atau penghargaan seperti mudah menerima lapangan pekerjaan atau mudah diterima di masyarakat.

Berndt berpendapat bahawa kawalan diri pada seseorang mengalami fasa perkembangan dari peringkat kanak-kanak, remaja hingga dewasa. Pada peringkat kanak-kanak usia 2 tahun ke atas, terdapat bukti bahawa memberi hadiah yang besar seperti makanan atau mainan kegemaran dapat mengajarkan kanak-kanak untuk menanggung kepuasan dan membuat pilihan di antara kegemaran yang kecil dan besar. Pada usia empat tahun, kawalan diri menjadi

---

<sup>24</sup> Nur Ghufroon dan Suminta, *Teori-teori Psikologi*, 21-23.



sifat keperibadian dengan implementasi yang panjang. Contohnya, dapat mengawal ucapan dan tindakan, membuat pilihan yang lebih bijak, dan menahan diri dari godaan. Seiring bertambahnya usia remaja, mereka belajar untuk beradaptasi dengan rakan sebaya dan berusaha mengawal diri agar memelihara hubungan sosial yang baik dan tidak menimbulkan kebencian dalam lingkungannya tanpa perlu bimbingan dan pengawasan daripada orang tua. Proses kawalan diri remaja juga berkait rapat dengan kematangan emosi dan perkembangan kognitif, membolehkan mereka mempertimbangkan situasi secara lebih matang dan menyelesaikan masalah dengan efektif. Pada akhirnya, kawalan diri mencapai puncaknya pada dewasa di mana seseorang dapat mengatasi cabaran dan bersedia menerima peranan dalam masyarakat dengan matang.

### **Kesimpulan**

Menurut Phares pola fikir dalam personaliti psikologi bersifat khas umpama perasaan dan tingkah laku yang membezakan seseorang dengan orang lain dan tidak berubah sesuai dengan waktu serta situasi. Konsep personaliti yang disampaikan Phares sama seperti personaliti sufi di mana mereka memiliki kelainan daripada umat Islam biasa, amalan dan perilaku lebih khusus serta memiliki sifat yang tenang dalam kehidupannya. Pola fikir dan pola laku itu berlangsung lama bahkan menjadi kekal apabila sufi semakin larut dalam *makrifatullah*.

Persamaan personaliti berdasarkan psikologi dan tasawuf yang sama-sama memiliki lima ciri iaitu: bersifat umum, bersifat khusus, jangka masa lama, organisasi/persatuan serta fungsi baik dan buruk. Maka, berdasarkan ciri tersebut personaliti sufi dalam tasawuf memiliki sifat umum di mana ahli tasawuf memiliki persepsi yang mengutamakan kehidupan akhirat lebih daripada kehidupan dunia. Aplikasi tindakan mereka dapat dilihat dalam aktiviti seharian yang lebih menitikberatkan amalan akhirat seperti solat fardu, solat sunat, zikir, wirid, tilawah dan puasa sunat. Pola emosinya (perasaan) mencintai akhirat, mencintai Allah SWT, Rasulullah SAW dan agama Islam serta mengurangkan kecintaan terhadap aktiviti keduniaan. Pola fikir dan emosi mereka melihat bahawa sesuatu yang sementara dapat diakhirkan sedangkan akhirat diutamakan kerana kekal abadi.

Sifat khususnya, psikologi personaliti memiliki keistimewaan daripada orang lain. Dalam hal ini, setengah kaum sufi lebih mesra dan ramah berbanding orang non-sufi kerana mereka memandang semua manusia adalah makhluk Allah SWT yang sama dan dilarang menyombongkan diri. Seterusnya ciri kedua, kaum sufi memiliki amalan wirid yang diijazahkan mursyid dalam tarekat. Ciri ketiga iaitu jangka masa lama di mana personaliti sufi tetap berada di jalur tasawuf bersama kumpulannya kerana mereka telah merasakan intuisi dan kemanisan iman serta *makrifatullah*. Sufi yang telah memiliki *warid makrifah* telah merasakan kenikmatan, kebahagiaan sehingga sangat sukar untuk kembali ke dunia lamanya. Bahkan, sufi yang telah lama dalam *makrifah* akan ke tingkatan *fana`* dan *mahabbah* yang semakin dalam. Ciri keempat, personaliti dalam psikologi bersifat kesatuan dan persatuan di mana kaum sufi memiliki kesatuan dalam perkumpulan tarekat dengan sistem organisasi mursyid seperti khalifah, imam dan murid. Sesetengah tarekat memiliki 28 lebih tingkatan dalam kesatuannya berdasarkan wirid yang diamalkan. Fungsi baik dan buruk dalam personaliti psikologi dalam hal ini berkaitan dengan tasawuf personaliti sufi lebih positif kerana meningkatkan iman, amal soleh dan taqwa. Fungsi negatifnya hampir tidak ada dalam kes negatif, jika ada mungkin dalam bentuk ransangan mengejar ekonomi atau bekerja yang semakin menurun.

Persamaan lainnya konsep personaliti antara psikologi dan tasawuf adalah paradigma yang merumuskan makna personaliti. Daripada empat paradigma iaitu psikoanalisis, personaliti, kognitif dan behaviourisme yang lebih sesuai dengan tasawuf ialah paradigma personaliti (sifat), kognitif dan behaviourisme sahaja. Paradigma personaliti (sifat) meletakkan personaliti melalui secara berfungsi pada lingkungannya. Jenis personaliti ini dapat diramalkan tingkah lakunya berdasarkan bidang dan situasi. Misalnya seorang yang suka berkomunikasi, maka apabila ditempatkan di sekolah dapat diramalkan sikap dan personalitinya. Maka, personaliti sufi melalui wirid yang diamalkan dapat diketahui tingkatannya dalam ajaran tasawuf. Sifat personaliti sufi memiliki ciri tenang, mencintai masjid, mencintai majlis ta'lim dan zikir, pola laku sufi menggambarkan kelembutan dan kasih sayang.

Personaliti dalam psikologi dan tasawuf sama-sama memiliki pengaruh kuat meningkatkan keupayaan otak dan kesihatan mental.

Individu yang memiliki personaliti sihat bijak mengolah cara berfikir, merasa dan berperilaku mulia. Sementara individu yang tidak memiliki kesihatan dalam personalitinya menyebabkan gangguan mental (mental disorder) dan gangguan keperibadian (personality disorder). Sikap personaliti sufi seperti *husnu al-zan* atau optimis dapat menghindarkan gangguan mental seperti kecemasan, kesepian, kebosanan dan kekosongan jiwa. Sementara personaliti sufi yang *muhsinin* atau kreativiti menghindarkan gangguan keperibadian seperti paranoid (curiga), *schizoid* (kurang minat interaksi), antisosial, narsistik. Sementara sikap personaliti *mutma`innah* atau kawalan diri dapat menyembuhkan penyakit stres, trauma, psikomatik, histeria, inferior, kebergantungan dan bercita-cita tinggi (terlalu idealis).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijalankan melalui pendekatana keperpustakaan tentang Psikologi Tasawuf: Personaliti Sufi Analisis Kitab al-Hikam Ibnu Athaillah, maka berdasarkan fokus masalah dalam penulisan ini, penulis menemukan beberapa kesimpulan sebagai berikut: psikologi tasawuf dalam hal ini turut membantu penyembuhan gangguan mental atau *mental disorder* dengan menggunakan dalil agama. Jiwa manusia ialah anugerah dan hak Allah SWT, maka rawatan yang lebih berhasil adalah dengan formula daripada Allah SWT sendiri. *Mental disorder* seperti stres, paranoid, depresi, bipolar, dementia, autisme dan sebagainya dapat dirawat dengan pengamalan wirid yang sesuai dengan penyakit jiwa seseorang agar penyembuhan jiwa lebih berkesan.

Kitab al-Hikam adalah salah satu rujukan tasawuf di dunia dan menjadi kitab wajib di pondok. Melalui tulisan Ibnu Athaillah, al-Hikam merupakan simbol kesederhanaan agama dalam tasawuf kerana ajarannya membincangkan tingkatan rohani tertinggi untuk para salik *nihayah* seperti *mahabbah*, *fana`*, *makrifah*. Di samping itu, ajarannya juga memberikan tuntunan kepada para salik *bidayah* seperti wirid, *warid*, *kasab* dan *tajrid* serta maksiat/dosa yang masih menyelubungi para sufi/*salik*. Kitab al-Hikam mengandungi muatan aforisme, risalah, tazkirah dan doa. Al Hikam juga berisi tentang tatacara berhubungan dengan Tuhan, serta sifat yang wajib ada dalam siri sufi sehingga membentuk personaliti.

## Rujukan

- A. Bernstein Douglas and W Nash Peggy. *Essentials of Psychology*. New York: Hongton Mifflin Compeny, 2008.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press, 2015.
- Anjum, Ovamir. "Sufism Without Mysticism: Ibnu Qayyim Al Gawziyyah Objectives in Madarij Salikin." *Oriente Moderno* XC, no. 1 (2010): 153-180.
- Ansari, Muhammad Abdul Haq. *Sufism and Shari'ah: A Study of Shaykh Ahmad Sirhindi Effort to Reform Sufism*. Leicester: The Islamic Foundation, 2000.
- Athaillah, Ibn. *Al-Hikam*. Tunisia: Darul Imam ibn Arafah, 2021.
- \_\_\_\_\_. Laman seswang Pejalan Rohani. Diakses pada Mei, 2023. <https://pejalanrohani.com>
- Badrudin. *Pengantar Ilmu Tasawuf*. Serang: A-Empat, 2015.
- Bagir, Haidar. *Buku Saku Tasawuf*. Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2005.
- Batson, D. Ahmad, N. *Altruism: Myth or Reality*. California: Wayback Machine, 2008.
- Colman, Andrew M. *Companion Encyclopedia of Psychology*. London: Routledge, 2022.
- Daradjat, Zakiah. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang, 2010.
- \_\_\_\_\_. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang, 2011.
- E.R. Hilgard. *Introduction to Psychology*. New York: Harcourt Brace, 2012.
- Eliky, Ibrahim. *Terapi Berfikir Positif*. Jakarta: Zaman, 2015.
- Elizabeth A, Minton, & Lynn, R. Kahle. *Belief System, Religion and Behavioral Economics*. New York: Business Expert Press LLC, 2014.
- Al-Hanbali, Ibnu Rajab. *Jaami' Al 'Ulum wa Al Hikam*. Jakarta: Darul Haq, 2015.
- Hughes, Thomas Patrick. *A Dictionary Islam*. London: W. H. Allen & Co, 2020.
- Ibnu 'Athaillah. *Al Hikam 'Athoiyyah*. Ed. Fijar Hammadi. Tunisia: Dar Imamir Ibnu Arafah, 2021.
- Gregory Feist, Tomi-Ann Roberts and Jess Feist. *Theories of Personality*. New York: Mc Graw Hill Companies, 2000.
- Jasmianto. *Kontekstualisasi Sufisme Ibnu Athaillah dalam Kitab Al-Hikam: Relevansinya Terhadap Pendidikan Andragogi*

- Perspektif Hermeneutika*. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2019.
- Khaidzir Ismail. *Psikologi Islam: Falsafah, Teori dan Aplikasi*. Bangi: Penerbit UKM, 2017.
- Ghufron, M. Nur dan Suminta, Rini Risnawita. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Mazlan Ibrahim, Abur Hamdi Usman, Muhammad Fahrur Razi. "Psikoterapi al-Ghazali: Kajian Terhadap Maqomat dalam Kitab Ihya Ulumuddin." *Jurnal Islamiyyat* 44 (2022): 85-95.
- Muzakkir, Azhari Akmal. *Menuju Arah Baru Studi Tasawuf Di Indonesia*. Medan: Perdana Publishing, 2016.
- Nata, Abuddin. *Ahlak Tasawuf dan Karakter Mulia*. Jakarta: Rajawali Press, 2017.
- Rose Fazilah I, Haris A. Wahab. *Persepsi Pesakit Mental Terhadap Stigma Masyarakat*. Bangi: Penerbit UKM, 2015.
- Sajari, Dimiyati. "Keotentikan Ajaran Tasawuf." *Dialog Journal*, 38, no. 2 (2015): 145-156.

