Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam
Volume 24, No. 2, September 2023 : 201-2015
DOI :
e-ISSN : 2580-5096
p-ISSN : 1412-4777

Tinjauan Neurosains Terhadap Konsep Nafs (Amarah, Lawwamah, Dan Muthmainnah) Menurut Al-Ghazali Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Islam

Us'an[1], Suyadi[2]
[1]Universitas Ahmad Dahan (UAD), usanhadi4@gmail.com
[2] Universitas Ahmad Dahan (UAD), suyadi@fai.uad.ac.id.

Abstrak

Salah satu bagian yang membahas tentang otak adalah sistem limbik. Bagian ini sebagai tempat duduk bagi semua nafsu manusia, tempat bermuaranya cinta, respek, dan kejujuran. Sistem limbik juga bagian penting dalam ingatan dan emosi. Nafs dalam pemikiran al-Ghazali memiliki hubungan dengan sistem limbik. Meskipun nafs sulit dijelaskan secara konkrit, namun diyakini sistem limbik pada otak manusia mempunyai hubungan dengan nafs tersebut. Dalam menjelaskan tentang nafs, imam al-Ghazali membaginya menjadi tiga; 1) nafs amarah, 2) lawwamah, dan 3) mathmainnah. Nafs bisa ditingkatkan ke nafs yang lebih baik, melalui jalan pendidikan yang disebut tazkiyah an-nafs. Penyucian jiwa perlu adanya bimbingan dari seorang guru (mursyid). Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*). Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa Sistem limbik dan nafs dalam pemikiran al-Ghazali memiliki hubungan satu sama lain, karena sistem limbik berfungsi mengatur emosi pada manusia, sementara nafs manifestasi dari emosi itu sendiri. Baik dan buruknya nafs tetap berpengaruh pada sistem limbik.

Kata kunci: Neurosains; al-Ghazali; Nafs; Pendidikan Islam.

Abstract

One part that discusses the brain is the limbic system. This section is a seat for all human passions, a place where love, respect, and honesty flow. The limbic system is also an important part of memory and emotion. Nafs in al-Ghazali's thought has a relationship with the limbic system. Although the nafs is difficult to explain concretely, it is believed that the limbic system in the human brain has a relationship with the nafs. In explaining the nafs, Imam al-Ghazali divides it into three; 1) anger nafs, 2) lawwamah, and 3) mathmainnah. The nafs can be upgraded to a better nafs, through an educational path called tazkiyah an-nafs. Purification of the soul needs guidance from a teacher (mursyid). This research is descriptive with a library research approach. The results of the study found that the limbic system and the nafs in al-Ghazali's mind have a relationship with each other, because the limbic system works based on humans, while the nafs is a manifestation of emotion itself. Good and bad nafs still affect the limbic system.

Keywords: *Neuroscience; al-Ghazali; Nafs; Islamic Education*.

Pendahuluan

Dalam dunia intelektual sekarang ini, hubungan antara agama dan sains telah menjadi tren intelektual baru dalam agama Islam. Banyak dari kalangan ilmuan sains maupun ilmuan muslim memasuki masa, pencerahan-pencerahan agama yang selama ini masih bersifat keimanan dapat dibuktikan dengan sains modern. Tentunya hal tersebut, melahirkan khazanah agama yang diterima oleh seluruh aspek intelektual modern sekarang (Nasruddin and Abdul Muiz, 2020). Salah satu keterkaitan agama dan sains, ialah otak dalam kajian neurosains dan nafs di dalam kajian agama Islam. Antara otak dan nafs, keduanya menjadi bagian sistem terpenting dalam diri manusia.

Terdapat kesamaan fungsi dalam tubuh manusia, yang dalam hal ini nafs yang berperan aktif baik dan buruknya perilaku manusia. Sedangkan otak terdapat satu pembahasan yang sama dengan nafs yakni pada sistem limbik. Otak adalah organ yang berpengaruh besar pada tubuh manusia dan merupakan organ kecil yang tersimpan di dalam batok kepala. Otak berfungsi sebagai pusat kendali diri, serta koordinasi seluruh aktivitas biologis, fisik, dan sosial dari seluruh tubuh. Otak diciptakan Allah dengan struktur anatomi yang luar biasa. Semuanya mempunyai peran penting dan fungsi masing-masing dan bekerja secara kolektif satu sama lain.

Secara anatomis, bongkahan otak dapat dibagi menjadi otak besar (cerebrum), otak kecil (cerebellum), batang otak (brain stem), dan sistem limbik. Otak besar berhubungan dengan pembelajaran, otak kecil bertanggung jawab dalam proses koordinasi dan keseimbangan, batang otak mengatur denyut jantung serta proses pernapasan yang sangat penting dalam kehidupan, dan sistem limbik lebih kepada pengaturan emosi dan memproses memori emosional. Dan ilmu yang membahas lengkap tentang otak ialah neurosains (Suyadi, 2020).

Tujuan dari ilmu neurosains adalah mempelajari dasar suatu biologis dari setiap perbuatan perilaku manusia. Artinya, tugas yang paling utama dari bidang ilmu neurosains adalah menjelaskan perilaku manusia dari sudut pandang aktivitas yang ada dalam otaknya (Awhinarto and Suyadi, 2020). Sementara dalam Islam, terdapat hubungan antara nafs dalam perspektif imam Al-Ghazali dengan sistem limbik pada manusia. Hal ini karena sistem limbik berfungsi dalam menghasilkan perasaan (Yastab, Pasiak and Wangko, 2014) seperti amarah, kesedihan, rasa takut, dorongan seks, jengkel, rasa malu, terkejut dan lain sebagainya. Meskipun nafs yang dijelaskan Imam Ghazali sulit diregulasi, dikarenakan sifatnya abstrak, namun diyakini sistem limbik pada otak manusia mempunyai hubungan dengan nafs tersebut. Dalam agama Islam, nafs dibahas lengkap oleh Al-Ghazali dalam beberapa karangannya termasuk salah satu kitabnya yang berjudul *ihya' ulumuddin*.

Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam
Volume 24, No. 2, September 2023 : 201-215
DOI :
e-ISSN : 2580-5096
p-ISSN : 1412-4777

Dalam pemikiran Al-Ghazali, manusia mempunyai identitas esensial yang tetap dan tidak berubah-ubah yaitu nafs. Imam Al-Ghazali menyebutkan nafs adalah jiwa yang substansi yang berdiri sendiri dan tidak bertempat. Selain kata nafs, ia juga menggunakan kata *al-qolb*, *al-ruh*, *al-'aql* (Shaleh, 2008). Nafs menurutnya terbagi menjadi tiga; 1) amarah (buruk), 2) lawaamah (sadar), 3) mutahmainnah (tenang). Nafs pada manusia ini, bisa ditingkatkan ke tingkat yang lebih baik, dengan jalan penyucian diri (*tazkiyaun nafs*). Penyucian ini dapat dilakukan melalui Pendidikan Islam dengan bimbingan guru. Atas dasar inilah penulis melakukan penelitian tentang hubungan sistem limbik dan nafs serta relevansinya pada Pendidikan Islam.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang didasarkan pada kajian pustaka. Penelitian ini bersifat deskriptif analisis yaitu penguraian secara teratur seluruh konsep kemudian pemberian pemahaman dan penjelasan dari hasil yang menjadi objek deskripsi. Sugiyono menyatakan metode diskriptif analisis adalah penelitian yang bersifat menggambarkan suatu fenomena, peristiwa, gejala, baik menggunakan data kuantitatif maupun data kualitatif (Sugiyono, 2015). Adapun dalam penelitian ini penulis mengambil dari berbagai sumber dan literatur-literatur seperti buku, jurnal ilmiah, dan instrumen pendukung lainnya.

Hasil dan Pembahasan

Sekelumit Tentang Neurosains

Secara etimologi, Neurosains diartikan sebagai ilmu neural (*neural science*), ranahnya mempelajari sistem saraf, terutama mempelajari neuron atau sel syaraf dengan pendekatan multidisipliner (Suntoro and Suyadi, 2020). Sedangkan secara terminologi, Taufiq Pasiak mengutip dari Ashbrook James mendefinisikan Neurosains adalah disiplin yang mempelajari sistem saraf secara keseluruhan meliputi struktur, fungsi, genetika, perkembangan evolusi, biokimia, fisiologi, farmakologi, informatika, komputasional, dan patologi susunan saraf. Objek telaah neurosains meliputi neurosains kognitif, neuropsikologi, neurosains sosial, neuroteologi, dan neurofilosofi. Neurosains menjelaskan hubungan jiwa-badan dari perspektif saraf, terutama otak (Nasruddin and Abdul Muiz, 2020).

Otak dikenal dengan organ tubuh yang berpengaruh besar dalam tubuh manusia. Otak sebagai pusat koordinasi yang setiap detiknya mengirimkan perintah ke seluruh tubuh melalui saraf-saraf yang terhubung ke seluruh bagian tubuh. Jika interaksi terhenti, menyebabkan ketidaknormalan dalam tubuh manusia. Ketidaknormalan itu, bisa jadi penyakit dan kecacatan. (Nasruddin and Abdul Muiz, 2020). Adapun otak

sendiri adalah organ yang berwarna putih yang tersimpan dalam batok tengkorak manusia dan merupakan perangkat keras esensi seorang sebagai manusia. Otak adalah sumber kecerdasan, karena itu otak manusia merupakan sumber banyak hal (Said and Rahayu, 2017).

Otak ini mempunyai kapasitas yang sangat mengagumkan. Pada saat lahir, seorang bayi memiliki sekitar 1 triliyun sel otak (neuron). Setiap sel otak memiliki ratusan dan ribuan cabang yang mirip dengan gurita berukuran mikro. Masing-masing cabang tersebut berisi jamur atau spina dendrit yang mengandung ribuan zat kimia. Inilah yang membawa pesan di antar selotak, semua informasi dalam setiap pikiran, setiap pengalaman belajar, dan setiap daya ingat yang dimiliki (Qowim, 2018). Secara anatomis, bongkahan otak dapat dibagi menjadi empat bagian yaitu: 1) otak besar, 2) otak kecil, 3) batang otak, 4) dan sistem limbik.

Korelasi Antara Nafs dan Sitem Limbik

Salah satu bagian penting yang membahas tentang otak adalah sistem limbik. Sistem limbik merupakan sistem yang terdiri dari subsistem yang berfungsi untuk mem-*back up* emosi manusia. Sistem limbik dibangun oleh sejumlah struktur, yaitu hipotalamus, amigdala, dan hippocampus (Yastab, Pasiak and Wangko, 2014). Struktur-struktur ini membentuk semacam batas antara bagian otak yang lebih tinggi dan yang lebih rendah, terletak di bawah korteks serebrum yang merupakan bagian penting dalam ingatan dan emosi. Dua struktur utamanya adalah amigdala dan hipocampus (Supradewi, 2010).

Sistem limbik juga menyimpan banyak informasi yang tidak tersentuh oleh indra atau yang lazim juga disebut dengan istilah "otak emosional" atau alam bawah sadar. Taupik Fasiak seperti dikutip Suyadi mengistilahkan sistem limbik ini sebagai tempat duduk bagi semua nafsu manusia, tempat bermuaranya cinta, respek, dan kejujuran (Suyadi, 2020). Selanjutnya, bagian-bagian terpenting dari sistem limbik terbagi menjadi empat yaitu: amigdala, ganglia basalis, hippocampus, thalamus, dan hipotalamus. Adapun fungsi dari masing-masing bagian sistem limbik tersebut dapat dipaparkan sebagai berikut:

Tabel I. Fungsi Sistem Limbik Pada Otak Manusia

No	Bagian	Fungsi
1	Amigdala	Mengontrol gairah, mengontrol respon terhadap ketakutan, mengontrol tanggapan mosional, dan mengontrol sekresi hormonal
2	Ganglia Basalis	Menyelaraskan perasaan dan gerakan, mengubah dan memperlancar perilaku motorik halus, menekan perilaku motorik yang tidak diinginkan, mengatur

Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam
Volume 24, No. 2, September 2023 : 201-215
DOI :
e-ISSN : 2580-5096
p-ISSN : 1412-4777

		kecepatan tanbeban (idle speed) atau tingkat kecemasan tubuh, menguatkan motivasi, dan mengentarai rasa senang dan sukacita
3	Hippocampus	Menyimpan memori baru, pembentukan fakta baru, kenangan, navigasi ruangan, dan pembentukan memori kerja
4	Talamus	Menyampaikan pesan masuk ke bagian-bagian otak manusia
5	Hipotalamus	Pusat sistem hormon tubuh, mengekspresikan emosi, mengatur suhu tubuh, haus, lapar, tekanan osmotik, dorongan seks, keseimbangan kimiawi, tidur, bangun, dan mengatur kelenjar pitiutari (kelenjar utama otak).

Stimulus negatif yang langsung mengenai sistem limbik dapat mengakibatkan gangguan seperti jantung, hipertensi, maupun saluran pencernaan. Ketika seseorang marah, maka jantung akan berdetak lebih cepat dan tekanan darah meningkat. Hal ini disebabkan stimulus emosi negatif dari luar langsung masuk ke sistem limbik tanpa dikontrol cortex prefrontal (otak rasional). Inilah sebabnya mengapa seseorang yang sedang marah kadang perilakunya tidak rasional (Suyadi, 2020) Dan masih banyak contoh yang lain. Dalam pemikiran Al-Ghazali, terdapat keterkaitan antara nafs dengan sistem limbik. Meskipun nafs masih bersifat abstrak, namun diyakini salah satu bagian yang membahas nafs terdapat pada sistem limbik.

Sistem limbik berfungsi mengatur emosi manusia, sementara nafs menifestasi dari emosi itu sendiri, sehingga keduanya saling berhubungan satu sama lain. Berkaitan dengan nafs ini, Imam Al-Ghazali menyebutkan nafs adalah identitas esensial yang tetap yang merupakan subjek yang mengetahui, berdiri sendiri (tidak bertempat), dan bersifat tetap (Cholik, 2015). Hal ini menunjukkan inti manusia bukanlah fisik atau fungsi fisiknya, melainkan substansi imaterialnya. Sebab fisik adalah sesuatu yang mempunyai tempat, sedangkan fungsi fisik adalah sesuatu yang tidak berdiri sendiri. Maka bagi al-Ghazali, seluruh anggota badan, baik zahir maupun batin (internal dan eksternal), hanyalah atribut saja yang mana ketika badan mati seluruh anggota badan, baik zahir maupun batin akan ikut mati tanpa diikuti kematian atau kehancuran jiwa (nafs) (Cholik, 2015).

Imam al-Ghazali menjelaskan nafs (jiwa) setidaknya mempunyai dua makna yaitu makna pertama adalah kumpulan energi kemarahan, syahwat, dan sifat-sifat tercela lainnya. Makna kedua adalah rahasia Rabbani yang merupakan salah satu dari makna ruh dan hati. Bersamaan dengan kata hati dan ruh, kata jiwa juga digunakan untuk menunjukkan kepada rahasia Rabbani. Ia merupakan hakikat manusia yang

membedakan dari binatang. Makna ketiga, sebelum mencapai tingkatan yang kedua ini, jiwa miliki dua tingkatan sesuai dengan sifat-sifatnya. Nafs tersebut dikenal dengan nafs lawwamah yang ada di antara keduanya nafs itu. Ia tidak merhidoi kejahatan sehingga tidak condong kepadanya, tetapi juga tidak bisa menjadi tenang sehingga tidak condong kepada kebaikan, yaitu zikir kepada Allah (Al-Ghazali, 2010). Ketiga nafs tersebut, dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Nafs Amarah (jiwa yang buruk)

Kepribadian amarah adalah kepribadian yang cenderung kepada tabiat jasad dan mengejar prinsip-prinsip kenikmatan. Ia menarik hati manusia untuk melakukan perbuatan-perbuatan rendah sesuai dengan naluri primitifnya. Sehingga nafs amarah merupakan tempat dan sumber kejelekan dan tingkah laku tercela (Hartati *et al.*, 2004). Imam Al-Ghazali menjelaskan amarah mencakup syahwat dan sifat-siafat yang tercela. Hal itulah yang disebut sabda Rasulullah Saw. "*Musuhmu yang paling jahat adalah nafsu yang berada di dalam rongga tubuhmu*." Nafsu inilah yang harus dibasmi dan disuruh untuk mematahkannya (Ghazali, 2007).

Nafs Al-Amarah ini pula yang lebih dekat dengan setan, karena berada pada kesadaran ruhaniyah dalam diri manusia pada tingkat paling bawah dan sebagai tempat kejelekan tingkah laku tercela. Dalam kondisi ini, sifat dan karakter kehewanannya yang lebih ditampakkan ketimbang menampakkan sifat malakiyah (Nofitayanti, 2020). Barangsiapa yang berkepribadian ini, sesungguhnya ia tidak lagi memiliki identitas manusia, karena gerak dan tingkahnya sudah dikendalikan hawa nafsunya sendiri. Apabila sudah demikian akan timbul sifat tercela yang akan menghalangi dirinya mendekatkan diri kepada Allah (Atho'illah, 2005). Nafs Al-Amarah ini yang digambarkan dalam Al-Quran dalam surat Yusuf ayat 53:

وَمَا اُبَرِّئُ نَفْسِيْۚ اِنَّ النَّفْسَ لَاَمَّارَةٌۢ بِالسُّوْۤءِ اِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّيْۗ اِنَّ رَبِّيْ غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ

Artinya: "Dan aku tidak (menyatakan) diriku bebas (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun, Maha Penyayang." (Q.S Yusuf ayat 53)

Keberadaannya nafsu amarah ini, ditentukan oleh dua daya yang selalu mendoronganya yaitu: 1) daya syahwat yang selalu menginginkan birahi, kesukaan diri, ingin tahu campur tangan urusan orang lain, dan sebagainya, 2) daya *ghadab* yang selalu menginginan tama' serakah, mencekal, berkelahi, ingin menguasai yang lain, keras kepala, sombong nagkuh, dan sebagainya. Orientasi keperibadian amarah adalah megikuti sifat-sifat binatang (Hartati *et al.*, 2004).

Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam
Volume 24, No. 2, September 2023 : 201-215
DOI :
e-ISSN : 2580-5096
p-ISSN : 1412-4777

2. Nafs Lawwamah

Kepribadian nafs amarah dapat meranjak ke kepribadian yang lebih baik apabila telah diberi rahmat oleh Allah. Pendakian kepribadian amarah menuju kepribadian yang lebih baik hanya dapat mencapai satu tingkat yang disebut nafs lawwamah. Imam Ghazali meyebutkan sebelum mencapai derajat ini dia mempunyai derajat yakni selalu menyuruh kepada kejahatan. Dia dalam keadaan tidak menyuruh untuk berbuat kebaikan serta tidak menyalakan kepada kejahatan. Tidak rela dengan kejahatan serta tidak dapat tenang dengan kebaikan (Ghazali, 2007).

Ketika nafs dalam keadaan sakit ia membutuhkan pengobatan. Sakit yang diderita oleh nafs adalah nikmat maksiat dan syahwat. Keadaan itulah yang membuat seseorang hamba jauh dari Allah Swt. Agar sembuh, ia harus diobati. Ketika nafsu diobati dengan membersihkannya dari segala dosa dan keinginan syahwatnya, ia akan merasakan kedekatan dan kelembutan Allah karena dia menutupi maksiatnya dari makhluk (Atho'illah, 2011). Saat itulah kepribadian amarah meranjak ke kepribadian lawwamah, karena telah memperoleh cahaya qolbu, ia bangkit untuk memperbaiki dirinya. Buya Hamka meyebut nafs selalu medorong berbuat sesuatu yang munkar, di luar pertimbangan akal yang tenang. Bilamana Langkah telah terdorong, tibalah penyesalan diri. Itulah yang dinamai nafs lawwamah (Hamka, 2015). Itulah yang disebutkan dalam Al-Qur'an orang-orang yang mendapatkan keberuntungan:

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا

Artinya: "Demi jiwa dan penyempurnaan (ciptaannya), maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya, sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya." (Q.S as-Syam ayat 7-10).

Namun, dalam upayanya itu, kadang tumbuh perbuatan yang buruk yang disebabkan oleh watak *zhulumaniayah* (gelap-nya), kemudian dia diingatkan oleh nur ilahi, sehingga ia mencela perbuatannya dan selanjutnya ia bertaubat dan beristigfhar atas kesalahnnya. nafs *lawwamah* ini memiliki sikap rasional dan mendorong untuk berbuat baik. Namun daya tarik kejahatan lebih kuat kepadanya dibandingkan dengan daya tarik kebaikan (Siraj, 2018). Dengan kata lain, jika seseorang mengetahui dirinya selalu mengikuti nafsunya, lalu ia menyesali dosa-dosanya, lalu bertobat kepada Allah itulah yang disebut dengan nafsu lawwamah. Firman Allah Swt:

وَلَآ اُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ

Artinya: "Dan aku bersumpah demi jiwa yang selalu menyesali (dirinya sendiri)." (Q.S al-Qiyamah ayat 2)

Demikian pentingnya, sampai dijadikan sumpah oleh Allah, artinya saat nafs telah sadar saat itu ia sedang berada di persimpangan jalan menjadi orang yang baik, atau menjadi orang yang celaka. Ibnu Qayyim Al-Jauziy membagi keperibadian lawwamah menjadi dua bagian, yaitu: 1) Kepribadian *Lawwamah malumah*, yaitu keperibadian *lawwamah* yang bodoh dan zalim, 2) keperibadian *lawwamah ghayr* malumah, yaitu keperibadian yang mencela atas perbuatannya yang buruk dan berusaha untuk memperbaikinya (Hartati *et al.*, 2004).

3. Keperibadian *Muthmainnah* (nafs *al-Mutahmainnah*)

Kepribadian muthmainnah adalah kepribadian yang telah diberi kesempurnaan nur qolbu oleh Allah Swt. nafs al-Mutahmainnah merupakan hakikat manusia yang membedakan dengan makhluk Tuhan yang lain. Menurut Imam Ghazali kepribadian ini selalu dihiasi dengan zikir kepada Allah dan dihapusnya darinya pengaruh syahwat dan sifat-sifat tercela. Apabila menyebut Allah hati menjadi tenang. Inilah yang dinamakan jiwa yang tenang (Ghazali, 2007). Begitu tenangnya keperibadian ini sehingga Allah swt memanggilnya.

يٰٓاَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَىِٕنَّةُ ارْجِعِيْٓ اِلٰى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً فَادْخُلِيْ فِيْ عِبٰدِيْ ۙ وَادْخُلِيْ جَنَّتِيْ

Artinya: "Wahai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku."(Q.S al-Fajr 27-30)

Sebagai komponen yang bernatur kepada sang ilahi nafs ini selalu cenderung kepada ketenangan dalam beribadah, mencintai, bertaubat, bertawakkal, dan mencari Ridha Allah. Orientasi keperibadian ini adalah teosentris. Kepribadian muthmainnah merupakan keperibadian atas sadar atau supra kesadaran manusia. Dikatakan demikian sebab kepribadian ini merasa tenang dalam menerima apapun yang terjadi padanya. Buya Hamka dalam Tafsirnya Al-Azhar meyebutkan nafs ini mempunyai dua sayap. Sayap pertama syukur Ketika mendapat kekayaan, bukan menepuk dada. Dan sabar ketika rezeki hanya sekadar lepas makan, bukan mengeluh. Jiwa ini yang menerima segala kabar gembira (basyirah) ataupun kabar yang menakutkan (nadziran) yang telah menyerah penuh dan tawakkal kepada tuhannya, telah tenang, karena telah mecapai yakin kepada Tuhannya (Hamka, 2015).

Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam
Volume 24, No. 2, September 2023 : 201-215
DOI :
e-ISSN : 2580-5096
p-ISSN : 1412-4777

Berkaitan dengan tawakkal Ibnu Qoyyim Al-Jauzi meyebutkan tawakkal berarti selalu meminta pertolongan kepada Allah Swt. dan berpasrah kepada-Nya (Makmudi *et al.*, 2018). Sementara al-Ghazali menyatakan daya qolbu yang mendominasi keperibadian mutahmainnah mampu mencapai pengetahuan (ma'rifat) melalui daya cita rasa (dawq) dan *kasyf* (terbukanya tabir misteri yang menghalangi penglihatan batin manusia) (Hartati *et al.*, 2004). Dengan kekuatan dan kesucian daya qalbu maka manusia mampu memperoleh (pengetahuan) wahyu dan ilham dari Tuhan. Wahyu diberikan kepada para nabi, sedang ilham diberikan kepada manusia suci biasa. Kebenaran pengetahuan ini bersifat supra-rasional, sehingga bisa jadi ia tidak mampu diterima oleh akal.

Oleh karena itu, orang yang memperbaiki dirinya dengan jalan penyucian hati seperti taubat, sabar, tawakkal, dan lain sebagainya memiliki otak yang baik. Hal ini juga dikarenakan memperbaiki diri dari emosi yang tidak baik (amarah) memberikan pengaruh secara signifikan terhadap sistem limbik manusia. Atas dasar itulah nafs akan mencapai puncaknya bilamana terdapat tiga ciri pokok pada manusia yaitu; 1) jiwa yang beriman kepada Allah, 2) jiwa yang sabar, 3) dan jiwa yang berpasrah diri kepada Allah (tawakkal).

Relevansi Pendidikan Agama Islam dalam Mengembangkan Nafs dan sistem limbik Melalui Peran Pendidik

Sebagaimana pemaparan di atas, nafs amarah secara substansi dapat diubah menjadi nafs muthmainnah. Imam Al-Ghazali berpendapat bahwa adanya perubahan (nafs) bagi seseorang bersifat mungkin, misalnya dari sifat kasar menjadi sifat belas kasihan, dan lain sebagainya (Al-Ghazali, 2010). Menghilangkan nafsu amarah sungguhlah tidak mungkin, namun untuk meminimalisirnya sungguh menjadi hal yang mungkin dengan jalan menjinakkan nafsu tersebut. Hal itu tentunya dapat dilalui melalui jalan pendidikan khususnya Pendidikan Islam.

Pendidikan Islam adalah usaha yang dilakukan untuk mengembangkan seluruh potensi manusia baik lahir maupun batin agar terbentuk pribadi muslim seutuhnya. Berdasarkan pengertian ini dapat diketahui pertolongan yang diberikan kepada manusia ada dua bentuk yaitu: perawatan fisik, kedua pertolongan dalam pembentukan rohani. Perawatan dalam bentuk fisik dapat dilakukan dengan memberinya makanan yang bergizi, memeriksa Kesehatan, menyediakan tempat tinggal yang layak, pakaian yang pantas, dan lain sebagainya. Sementara ditinjau dari segi rohani manusia, maka yang terpenting adalah Pendidikan terhadap seluruh potensi yang telah diberikan Allah kepadanya (Daulay, 2014).

Berkaitan dengan tujuan Pendidikan Islam beberapa tokoh menyebutkan: *Pertama*, Kiai Ahmad Dahlan menyatakan pembentukan kepribadian sebagai target penting dari tujuan-tujuan pendidikan. Tidak seorang pun dapat mencapai kebesaran di dunia ini maupun di akhirat kecuali mereka berkepribadian baik. Seorang yang berkepribadian baik adalah orang yang mengamalkan ajaran Al-Qur`an dan Hadis (Sutarman, 2020).

Kedua, Ibnu khaldum merumuskan tujuan Pendidikan Islam mencakup dua hal yaitu: 1) Tujuan yang berorientasi *ukhrowi* yaitu membentuk seseorang hamba agar melakukan kewajiban-kewajibannya kepada Allah, 2) Tujuan yang berorientasi duniawi yaitu membentuk manusia yang mampu menghadapi segala bentuk kehidupan yang lebih layak dan bermanfaat bagi orang lain.

Ketiga, Imam Al-Ghazali merumuskan bahwa tujuan Pendidikan Islam tercermin dalam dua segi yaitu: 1) Insan purna yang bertujuan mendekatkan diri kepada Allah, 2) Insan purna yang bertujuan mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. (Zubaidi, 2012). Pendidikan yang perlu diberikan kepada manusia adalah pendidikan yang berkaitan dengan nafs. Nafs ini perlu dididik agar dapat mengendalikan tarikan hawa nafsu yang negatif yang merusak kehidupan manusia. Nafs yang telah melenceng dari relnya harus dikembalikan dan dikendalikan sehingga tetap berjalan di jalan yang lurus. Pendidikan nafs ini dapat dilakukan dengan penyucian jiwa (*tazkiyat an-nafs*) Tazkiyah secara bahasa berarti suci, berkembang dan bertambah. Secara istilah menurut al-Tabari penyucian jiwa (*tazkiyat an-nafs*) adalah memperbaiki jiwa dan mensucikannya melalui jalan ilmu yang bermanfaat dan beramal salih, mengerjakan segala yang diperintah Allah dan Rasul-Nya dan meninggalkan segala yang dilarang. (Zulfatmi, 2021).

Tazkiyatun al nafs dapat dilakukan dengan menghilangkan sifat syirik, riya, sombong, dan sifat-sifat tercela lainnya, untuk selanjutnya mengisi dengan nilai-nilai ketauhidan serta sifat-sifat positif seperti ikhlas, sabar, syukur, takut dan mengharap kepada Allah, tawakkal dan rida dan lain-lain. Kemudian langkah selanjutnya dengan ta'lim, tarbiyah, atau ta'dib, setelah pesan spiritual didapatkan lalu diaplikasikan dengan pembiasaan-pembiasaan yang baik. Karena itu pendidikan islami idealnya haruslah merupakan suatu proses penciptaan situasi dan kondisi yang betul-betul kondusif bagi pengembangan fakultas ruhiyah manusia (al-Aql, al-Qalb, dan al-Nafs), agar tidak terperangkap oleh jeratan dan ikatan-ikatan materi (Pohan, 2020).

Namun, upaya dalam *tazkiyatun nafs* tersebut diperlukan peran dari seorang guru (mursyid) untuk membimbing dan mengarahkan manusia mana jalan yang harus dilakukan dan mana yang harus ditinggalkan. Menjadi pendidik, bukan hal yang mudah, tetapi memiliki peran penting bukan sekadar mengajar, tetapi

Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam
Volume 24, No. 2, September 2023 : 201-215
DOI :
e-ISSN : 2580-5096
p-ISSN : 1412-4777

membimbing, mengarahkan dengan penuh keikhlasan, tanpa menginginkan sesuatu kecuali keridoan Allah.

Tabel II. Sifat Pendidik Menurut Imam al-Ghazali (Yusuf, 2016).

No	Sifat Seorang Pendidik
1	Sabar dalam menanggapi pertanyaan peserta didik, sehingga peserta didik merasa diperhatikan
2	Senantiasa bersifat kasih tanpa pilih kasih. Maksudnya, guru hendaknya menyayangi peserta didik tanpa membedakan yang lain
3	Duduk dengan sopan, tidak riya' atau pamer. Maksudnya, guru harus senantiasa menjadi contoh bagi peserta didiknya dalam berbagai hal termasuk duduk dengan sopan
4	Tidak takabur, maksudnya guru hendaknya jangan menyombongkan diri, karena hakikatnya ilmu itu dari Allah
5	Bersikap tawadhu' maksudnya, guru hendaknya memiliki sikap rendah diri dan tidak sombong dalam pertemuan
6	Sikap dan pembicaraan hendaknya tertuju pada topik persoalan. Maksudnya, guru dalam mengajar hendaknya tertuju pada topik persoalan dan tidak ngelantur
7	Memiliki sifat bersahabat dengan peserta didik. Maksudnya, guru harus mengetahui sifat peserta didik
8	Menyantuni dan tidak membentuk orang bodoh, maksudnya, guru hendaknya menyantuni anak didik dan menjadikan anak didik untuk belajar dengan baik
9	Membimbing dan mendidik peserta didik yang bodoh dengan cara yang sebaik-baiknya
10	Berani berkata tidak tahu terhadap masalah yang Anda persoalkan
11	Menyampaikan hujjah yang benar, maksudnya, seorang guru harus menyampaikan materi dengan benar dan tidak menyesatkan peserta didik

Persyaratan-persyaratan tersebut merupakan kesatuan yang tidak dapat dipisahkan satu sama lainnya. Maka ketika guru (mursyid) telah menjalankan tugasnya dengan maksimal, akan berimplikasi kepada perubahan sikap murid terutama perilakunya, baik yang hubungannya dengan manusia dan hubungannya dengan Allah. Dengan begitu, konsep pendidikan Islam perlu dikembangkan dan diarahkan kepada kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lainnya (Agustian, 2001).

Dalam neurologis terdapat empat bukti yang memperkuat dugaan adanya potensi spiritual dalam otak yaitu potensi untuk membentuk kesadaran sejati manusia tanpa pengaruh pancaindera dan dunia luar. Keempat bukti itu: 1) Osilasi 40 Hz yang ditemukan Danis Pare dan Rudolpho. Dengan alat MEG (Magneto Encephalograph) ditemukan Gerakan-gerakan syaraf akan berlangsung secara terpadu pada tingkatan frekuensi 40 Hz, 2) alam bawah sadar kognitif yang ditemukan oleh Joseph de Loux, 3) God Spot pada daerah temporal yang ditemukan Ramachendran, 4) Somatic Marker yang ditemukan Antonio Damasio (Suyadi, 2020).

Otak spiritual ini adalah tempat terjadinya kontak manusia dengan tuhannya melalui alam pikiran hanya akan berperan jika otak rasional dan pancaindra telah difungsikan secara optimal. Dengan demikian seorang pencari ilmu tidak akan mendapatkan hidayah dari Tuhan jika ia tidak memaksimalkan fungsi otak rasional dan pancainderanya. Kesadaran diri sesungguhnya merupakan fungsi internal dari otak manusia. Tanpa rangsangan dari luar sekalipun kesadaran diri tetap dalam konteks ini, sistem Pendidikan harus membuka kesempatan lebar bagi pemenuhan rasa rindu untuk menemukan nilai dan makna dari apa yang diperbuat dan dialami, sehingga anak didik dapat memandang kehidupan dalam konteks yang lebih bermakna (Suyadi, 2020). Dalam mengembangkan otak spiritual dapat dilakukan degan beberapa cara yaitu:

1. Terapi jiwa dan raga

   Manusia terdiri atas dua entitas asasi, yakni jiwa dan raga. Jiwa adalah ruh atau nyawa yang ditiupkan Allah ketika manusia berada dalam kandungan. Sedangkan raga atau jasmani tempat bersemayamnya ruh atau jiwa tersebut. Hati merupakan sumber kehidupan dalam diri manusia. Jika sumbernya buruk (hatinya penuh penyakit) maka rusaklah seluruh jasad manusia. Ia menjadi manusia yang bengis, jahat, dan tidak mengenal belas kasihan. Sebaliknya, orang yang sehat hatinya senantiasa dalam keadaan sehat, sejahtera, dan bahagia.

2. Menumbuhkan rasa beragama

   Rasa beragama bukanlah pengetahuan mengenai, juga bukan ilmu tentang agama. Rasa agama yang dimaksud pengamalan spiritual atau pengalaman rasa, hati, atau semacam emosi mengenai keberagamaan yang dianutnya. Orang yang mempunyai kecerdasan spiritual tinggi dapat merasakan kehadiran Tuhan dengan segenap kekuatannya. Mungkin hal ini mirip dengan ikhsan, yaitu seolah-olah dapat melihat Allah atau selalu merasa diawasi oleh Allah.

3. Mengembangkan motivasi religius

   Semua perbuatan mausia tidak semata-mata menari harta atau kebutuhan hidup di dunia. Tujuan diciptakannya manusia, bahkan jin hanyalah untuk

Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam
Volume 24, No. 2, September 2023 : 201-215
DOI :
e-ISSN : 2580-5096
p-ISSN : 1412-4777

beribadah kepadanya. Hal ini menunjukkan bahwa semua perbuatan manusia, apa pun bentuknya dan berdasarkan kecerdasan apa pun, hendaknya diorentasikan kepada Allah. Ibadah bukan semata-mata ritual suci atau ibadah salat, zakat, haji, dan sebagainya. Bekerja sesuai dengan profesi masing-masing juga termasuk dalam katagori ibadah (Suyadi, 2021).

Simpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sistem limbik pada manusia berfungsi mengatur emosi pada mausia. Dalam agama Islam terdapat kaitannya antara sistem limbik dengan nafs pada metafisikanya Al-Ghazali yaitu nafs amarah, *lawwamah*, dan *mutahmainah*. Nafs amarah yang dikenal dengan nafs buruk dapat ditingkatkan menjadi nafs yang lebih baik melalui jalan Pendidikan Islam. Pendidikan Islam mutlak diperlukan, karena berfungsi untuk mengembangkan seluruh potensi manusia baik lahir maupun batin agar terbentuk pribadi muslim seutuhnya. Manusia seutuhnya adalah yang baik hubungan dengan Allah dan juga sesama manusia. Pendidikan nafs dapat dilakukan dengan penyucian jiwa atau yang disebut (*tazkiyat an-nafs*) melaui bimbingan para guru mursyid. Apabila pendidikan *tazkiyatun nafs* ini dilakukan dengan baik kemudian diamalkan dalam kehidupan sehari-hari, maka otak spiritual pada sistem limbik ada semakin baik. Mengembangkan otak spiritual ini dapat dilalui dengan tiga jalan; 1) terapi jiwa dan raga, 2) menumbuhkan rasa beragama, 3) mengembangkan motivasi religius.

Daftar Rujukan

Agustian, A. G. (2001) "*Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spritual: ESQ*." Jakarta: PT Arga Tilanta.

Al-Ghazali, I. terjemah A. M. A.-Q. (2010) *Mukkhtashar Ihya' Ulumuddin*. II. Depok: Keira Publishing.

Atho'illah, S. I. (2005) *Mathul Hikam: Hakikat Ma'rifat*. Surabaya: Bintang Usaha Jaya.

Atho'illah, S. I. (2011) *Mengaji Tujul Arus: Rujukan Utama Mendidik Jiwa*. Jakarta: Zaman.

Awhinarto and Suyadi (2020) "*Otak Karakter Dalam Pendidikan Islam: Analisis Kritis Pendidikan Karakter Islam Berbasis Neurosains*." Jurnal Pendidikan Karakter, Tahun X, N, p. 144.

Cholik, A. A. (2015) "*Relasi Akal dan Hati menurut al-Ghazali*." Journal KALIMAH, Vol. 13, N, p. 29.

Daulay, H. P. (2014) *Pendidikan Islam dalam Perspektif Filsafat*. 1st edn. Jakarta: Kencana.

Ghazali, I. (2007) *Rigkasan Ihya' Ulumuddin: Upaya Menghidupkan Ilmu Agama*. Surabaya: Bintang Usaha Jaya.

Hamka, B. (2015) *Tafsir Al-Azhar*. Jakarta: GEMA INSANI.

Hartati, N. *et al.* (2004) *Islam dan Psikologi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Makmudi *et al.* (2018) '*Pendidikan Jiwa Perspektif Ibn Qayyim Al-Jauziyyah*', *Ta'dibuna*, Vol. 7, No, p. 59.

Nasruddin, M. and Abdul Muiz (2020) 'T*injauan Kritis Neurosains Terhadap Konsep Qalb Menurut Al_Ghaza*', *Syifa al-Qulub*, Vol 4 No., p. 71.

Nofitayanti, U. S. (2020) '*Larangan Mengikuti Hawa Nafsu Dalam Kajian Tematik Digital Quran*', *Zad Al-Mufassirin: Jurnal ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 2 No., p. 122. doi: 10.55759/zam.v2i2.40.

Pohan, K. (2020) '*Aksiologi Pendidikan Islam: Pembentukan Kepribadian Muslim Dalam Persfektif Filsafat Pendidikan Islam*', *JIHAFAS*, Vol. 3, No, p. 68.

Qowim, A. N. (2018) '*Tafsir Tarbawi: Tinjauan Al-Quran Tentang Term Kecerdasan*', *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, Volume 1 N, p. 115.

Said, A. and Rahayu, D. R. (2017) *Renovasi Belajar Berbasis Neurosains: Pelajaran Sulit jadi Mudah*. Jakarta: PRENADA.

Shaleh, M. (2008) *Bertaobat sambil Berobat: Rahasia Ibadah untuk Mencegah dan Menyembuhkan Berbagai Penyakit*. Jakarta: PT MIzan Publika.

Siraj, F. M. (2018) '*Relevansi Konsep Jiwa Al-Ghazali Dalam Pembentukan Mentalitas Yang Berakhlak*', *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 9 No., p. 32.

Sugiyono (2015) *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Desertasi*. Yogyakarta: ALFABETA.

Suntoro, R. and Suyadi (2020) '*Konsep Akal Bertingkat Al-Farabi Dalam Perspektif Neurosains Dan Relevansinya Dengan Pembelajaran Sains Di Madrasah*', *Risâlah*, Vol. 6, No, p. 294.

Supradewi, R. (2010) 'Otak , Musik, Dan Proses Belajar', *Buletin Psikologi*, Volume 18, p. 61.

Sutarman (2020) *Model Pendidikan Nilai-Nilai Karakter Di Sekolah*. Yogyakarta: Tunas Gemilang Press.

Suyadi (2020) Pendidikan Islam dan Neurosains: Menelusuri Jejak Akal dan Otak dalam Al-Qur'an hingg Pengembangan Neurosains dalam Pendidikan Islam. Jakarta: Kencana.

Suyadi (2021) "*Pengembangan Kecerdasan Majemuk Dalam Pendidikan Anak Usia Dini: Khazanah Islam dan Neurosains*." Yogyakarta: UAD Press.

Yastab, R. A., Pasiak, T. and Wangko, S. (2014) "*Hubungan Kinerja Otak Dan Spiritualitas Manusia Diukur Dengan Menggunakan Indonesia Spiritual Health Assessment Pada*

Pemuka Agama Di Kabupaten Halmahera Tengah." *Jurnal e-Biomedik (eBM*, Volume 2, p. 424.

Yusuf, M. (2016) *Strategi Pembelajaran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Meningkatkan Akhlakul Karimah Pesrta Didik Di Sma Bosowa Internasional School Makassar.* Universitas Islam Negeri Alaluddin Makasar.

Zubaidi (2012) *Isu-isu Baru dalam Diskursus: Filsafat Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Zulfatmi (2021) 'Al-Nafs Dalam Al-Qur'an (Analisis Terma al-Nafs sebagai Dimensi Psikis Manusia)', *Jurnal MUDARRISUNA*, Vol. 10 No, p. 21.