

Konsep An-Nafs dan Ar-Ruh

Indah Sarimulia¹, Nur Lia², Retno Ayu Lestari³, Ramadhan Lubis⁴

^{1,2,3,4} Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: indah0301213103@uinsu.ac.id nur0301213156@uinsu.ac.id, retno0301213161@uinsu.ac.id
ramadanlubis@uinsu.ac.id

Abstrak

An-Nafs dan Ar-Ruh adalah konsep penting dalam filsafat Islam yang berkaitan dengan jiwa dan roh manusia. An-Nafs merujuk pada jiwa yang mencakup aspek psikologis, emosional, dan spiritual dari manusia. Dalam pandangan Islam an-nafs memiliki berbagai tingkatan mulai dari nafs al-ammarah (jiwa yang cenderung pada kejahatan) hingga nafs al-mutmainnah (jiwa yang tentram dan penuh kedamaian). Sementara itu, ar-ruh merujuk pada roh yang merupakan unsur yang diberikan oleh Tuhan kepada setiap makhluk hidup yang menjadi penghubung antara tubuh fisik dan kehidupan spiritual. Ar-ruh tidak dapat dilihat atau dijelaskan secara materi, tetapi diyakini menjadi sumber kehidupan bagi tubuh. Konsep ini memiliki peran sentral dalam pemahaman manusia dalam Islam yang mana keduanya saling berinteraksi untuk membentuk keadaan spiritual dan moral seseorang, oleh karena itu pemahaman tentang an-nafs dan ar-ruh penting dalam proses pengembangan diri serta mencapai tujuan hidup yang sesuai dengan ajaran agama.

Kata kunci: *an-nafs, ar-ruh, jiwa, roh, spiritual*

Abstract

An-Nafs and Ar-Ruh are important concepts in Islamic philosophy related to the human soul and spirit. An-Nafs refers to the soul which includes the psychological, emotional and spiritual aspects of humans. In the Islamic view, an-nafs has various levels, starting from nafs al-ammarah (a soul that tends to evil) to nafs al-mutmainnah (a soul that is serene and full of peace). Meanwhile, ar-ruh refers to the spirit which is an element given by God to every living creature which is the link between the physical body and spiritual life. Spirits cannot be seen or explained in material terms, but are believed to be the source of life for the body. This concept has a central role in human understanding in Islam where the two interact with each other to shape a person's spiritual and moral state, therefore understanding an-nafs and ar-ruh is important in the process of self-development and achieving life goals in accordance with religious teachings.

Keywords: *an-nafs, ar-ruh, soul, spirit, spiritual*

Article Info

Received date: 29 December 2024

Revised date: 30 December 2024

Accepted date: 15 January 2025

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sempurna yang keberadaannya menjadi tanda tanya besar bagi berbagai kalangan, terutama para ilmuwan dan filosof. Dua komponen yang sering kali menjadi bahan kajian bagi para filosof adalah an-nafs dan ar-ruh. Sebab manusia memiliki dua unsur yang saling bersinergi antara yang satu dengan lainnya dan telah diatur sedemikian rupa oleh dzat yang Maha Kuasa. Banyak ayat yang membahas mengenai an-nafs dan ar-ruh yang menandakan pentingnya dua hal tersebut untuk dikaji oleh orang-orang yang memiliki nalar yang tinggi atau sering disebut juga dengan ulul albab.

Diantara ayat yang membahas tentang an-nafs ialah surah al-Dzariat ayat 21 yaitu: “Dan tentang anfas kalian, apakah kalian tidak memperhatikan (untuk menganalisisnya).” seruwan Allah ini mengisyaratkan bahwa betapa pentingnya menganalisis diri pribadi manusia.

Selain nafs, Allah juga menganugerahi manusia dengan ruh. Kata ruh disebutkan dalam Al-Qur’an sebanyak 24 kali masing masing terdapat pada 19 surat yang tersebar dalam 21 ayat. dalam tiga ayat kata ruh berarti pertolongan atau rahmat Allah, 11 ayat yang berarti Jibril, 1 ayat yang bermakna wahyu atau Al-Qur’an, dalam 5 ayat lain ruh berhubungan dengan aspek atau dimensi psikis manusia. Ruh juga mempunyai dua makna. Pertama, ruh yang berkaitan dengan tubuh yang erat kaitannya dengan jantung ini, yang beredar bersama peredaran darah. Kalau darah sudah tidak lagi beredar, maka ruh tersebut pun akan hilang dari jasad. Dengan kata lain, ruh yang dimaksud terikat

dengan jasad. Kedua, ruh didefinisikan sama dengan hati, yaitu yang merasakan penderitaan atau kebahagiaan.

Penelitian ini dianggap penting untuk dilakukan untuk menggali lebih dalam mengenai an-nafs dan ar-ruh dari berbagai literatur yang tersedia. Sehingga penelitian ini berjudul langsung dengan dua komponen tersebut yakni “An-Nafs dan Ar-Ruh”. Harapannya dengan dilakukannya penelitian ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan keilmuan dari para pembaca.

METODE PENELITIAN

Penelitian mengenai konsep an-nafs (jiwa) dan ar-ruh (roh) dalam konteks Islam dilakukan melalui pendekatan filsafat untuk menggali konsep an-nafs dan ar-ruh dalam konteks metafisika yang mana pendekatan ini membuat peneliti bisa menganalisis hubungan antara jiwa, roh, dan tubuh dalam pemikiran Islam serta membandingkannya dengan pandangan filsafat serta agama, kemudian memanfaatkan studi literature untuk mengkaji dan menganalisis berbagai sumber primer maupun sekunder terkait an-nafs dan ar-ruh, seperti memanfaatkan kitab-kitab klasik, Al-Qur'an, Hadis, dan karya-karya para ulama filsuf Islam. Maka penelitian ini bertujuan untuk memahami pemahaman teoritis jiwa dan roh beserta perkembangannya dalam intelektual Islam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Al-Nafs dalam al Qur'an

Dalam menjelaskan makna al-nafs Ibn Manzur (630-711H) mengutip berbagai pendapat, diantaranya adalah pendapat Ibn Ishaq (85-151 H) yang mengatakan bahwa kata al-nafs mengandung dua pengertian; pertama nafas atau nyawa. Seperti dalam kalimat telah keluar nafs seseorang artinya nyawanya. Kedua, bermakna diri atau hakikat dirinya, seperti dalam kalimat “seseorang telah membunuh nafsunya”, berarti ia telah membunuh seluruh diri seseorang atau hakikat dirinya. Menurut Ibn Abd Bar (463 H), nafs bisa bermakna ruh dan bisa juga bermakna sesuatu yang membedakannya dari yang lain. Sedangkan menurut Ibn Abbas (68 H), dalam setiap diri manusia terdapat dua unsur nafs, yaitu nafs aqliyyah yang bisa membedakan sesuatu, dan nafs ruhiyyah yang menjadi unsur kehidupan (Fadil, 1997: 233).

Menurut M. Quraish Shihab, nafs dalam konteks pembicaraan al-Qur'an tentang manusia menunjuk kepada sisi dalam diri manusia yang memiliki potensi baik dan buruk, serta dapat mendorongnya untuk dapat melakukan kebaikan dan keburukan. Namun harus diingat, bahwa al-Qur'an dalam membicarakan sisi-dalam diri manusia juga menggunakan istilah lain, seperti al-„aql, al-qalb, al-ruh, dan al-fitrah. Masing-masing istilah itu memiliki penekanan makna yang menggambarkan sisi tertentu dari jiwa manusia itu. Sekaligus istilah-istilah itu merupakan suatu susunan yang proporsional dalam sistem stratifikasi psikis manusia. Dalam kaitan ini, maka al-nafs yang menjadi pokok kajian dalam tulisan ini adalah dalam pengertian aspek dan dimensi psikis manusia, yang meliputi nafsu, jiwa, diri atau hakikat diri dan daya-daya pendorong untuk berbuat baik dan buruk. Secara hierarkis, menurut Baharuddin, al-nafs dalam sistem organisasi jiwa menempati elemen dasar yang dapat mewadahi dan menampung dimensi-dimensi jiwa lainnya. Sedangkan secara proporsional, al-nafs merupakan dimensi jiwa yang menempati posisi di antara ruh dan jism (Shihab, 1996: 80-95). Ruh karena berasal dari Tuhan, maka ia mengajak al-nafs menuju Tuhan, sedangkan jism berasal dari benda (materi), maka ia cenderung mengarahkan nafs untuk menikmati kenikmatan yang bersifat material.

Dalam al-Qur'an, kata al-nafs digunakan dalam berbagai bentuk dan aneka makna. Kata al-nafs ini dijumpai sebanyak 297 kali, masing-masing dalam bentuk mufrad (singular) sebanyak 140 kali. Sedangkan dalam bentuk jamak terdapat dua versi yaitu, nufus sebanyak 2 kali, dan anfus sebanyak 153 kali, dan dalam bentuk fi'il ada dua kali.⁸ Kata al-nafs dalam Al-Qur'an memiliki ragam makna, susunan kalimat, klasifikasi, dan objek ayat. Kata al-nafs yang digunakan untuk menunjukkan “diri Tuhan” seperti dalam ayat berikut: (QS. al-An'am/6:12), Artinya: “Katakanlah: siapakah pemilik langit dan bumi? Katakanlah: “milik Allah”. Allah mewajibkan atas diri-Nya untuk menganugerah rahmat...”.

Sebagian besar ayat-ayat lain menggunakan istilah al-nafs untuk menunjuk diri manusia. Dalam menunjuk diri manusia, istilah al-nafs juga memiliki aneka makna. Sekali ditujukan untuk totalitas manusia, seperti dalam (QS. al-Ma'idah/5: 32), Artinya: “Oleh karena itu kami tetapkan (suatu kaum bagi) Bani Israil bahwa barangsiapa yang membunuh seorang manusia, bukan karena

orang itu membunuh orang lain atau bukan karena membuat kerusakan di muka bumi, maka seakan-akan dia telah membunuh manusia seluruhnya. Dan barangsiapa yang memelihara kehidupan seorang manusia, maka seolah-olah telah memelihara kehidupan manusia seluruhnya.”.

Kata al-nafs dalam ayat tersebut menunjukkan totalitas manusia secara fisik dan psikis. Di kali lain kata al-nafs menunjuk kepada apa yang terdapat dalam diri manusia yang menghasilkan tingkah laku, seperti QS. al-Ra’d/13:11. Artinya:... Sesungguhnya Allah tidak merobah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merobah keadaan yang ada pada diri (nafs) mereka sendiri...

Al-nafs dalam pengertian pribadi dapat dilihat pada ayat berikut: QS: al-„An’am/6:93. Artinya: Katakanlah: "Apakah Aku akan mencari Tuhan selain Allah, padahal dia adalah Tuhan bagi segala sesuatu. dan tidaklah seorang membuat dosa melainkan kemudharatannya kembali kepada dirinya sendiri; dan seorang yang berdosa tidak akan memikul dosa orang lain. Kemudian kepada Tuhanmulah kamu kembali, dan akan diberitakan-Nya kepadamu apa yang kamu perselisihkan."

An-nafs berfungsi sebagai elemen dasar psikis manusia. Elemen berarti bagian fundamental, yaitu bagian pokok dari sesuatu (Baharuddin, 2004: 56). Jika ditinjau melalui pendekatan bahasa Arab maka paling tidak ada dua istilah yang cocok sebagai padanan kata Psikologi yaitu al-nafs dan al-Ruh. Tetapi dalam banyak literatur istilah yang paling sering digunakan adalah al-Nafs. Secara fungsional nafs dipersiapkan untuk dapat menampung dan mendorong manusia untuk melakukan perbuatan baik atau buruk. Dalam definisi yang agak longgar, nafs berarti jiwa atau sesuatu yang ada di dalam diri manusia. Sa’id Hawwa menjelaskan bahwa nafs berarti istilah yang meliputi kekuatan atau daya marah dan keinginan (syahwat) dalam diri manusia. Pada umumnya definisi ini digunakan oleh sufi, karena mereka memaknai bahwa al-nafs merupakan sumber dari sifat-sifat tercela dalam diri manusia (Hawwa, 2006: 42)

Dari berbagai uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa seseorang tidak bisa berharap agar semua orang berperilaku baik. Sebagai manusia biasa seseorang bisa saja melakukan sebuah kesalahan, pada saat-saat tertentu dia juga dapat melakukan kebaikan. Karena itu, spiritual dan pendidikan seseorang memiliki peranan yang sangat strategis dalam mengarahkan tingkah laku manusia. Lebih dari sekedar itu, adalah merupakan tindakan yang kurang bijak manakala seseorang yang pernah sekali melakukan kesalahan, lalu dengan seketika memusuhinya. Timbang lah dahulu, mana lebih banyak antara kebaikan dan keburukan yang pernah dilakukan. Melalui pemahaman nafs secara komprehensif akan menjadikan seseorang lebih bijak memaklumi dan menempatkan manusia sebagai makhluk yang bisa benar bisa juga salah.

Keanekaragaman nafs

Al-Qur’an mengisyaratkan keanekaragaman nafs dari segi tingkatan-tingkatan. Tingkatan tersebut adalah al-nafs al-„ammarah, al-nafs al-lawwamah, dan al-nafs al-mutmainnah. Berdasarkan susunan kalimat dalam ayat yang menyebutkan istilah al-nafs al-„ammarah, dapat dipahami bahwa ada dua kemungkinan yang terjadi pada nafs. Kemungkinan pertama bahwa nafs mendorong kepada perbuatan rendah dan kemungkinan kedua nafs yang mendapat rahmat. Kemungkinan pertama bahwa nafs mendorong kepada perbuatan rendah ini yang disebut dengan nafsu, dan kedua nafs ada yang mendapat rahmat, ini yang disebut sufi dengan nafs marhamah.

Berdasarkan itu, maka al-nafs al-„ammarah dapat dipahami sebagai nafsu. Mengenai nafsu ini, Al-Qur’an juga menggunakan istilah lain yaitu, hawa, atau ahwa yang berarti hasrat (desire), hawa nafsu (lust), dan kecenderungan seseorang untuk bersikap. Istilah lain yang menunjukkan makna nafsu adalah syahwah yaitu kenikmatan duniawi, seperti kecenderungan senang kepada lawan jenis, sesama jenis, menumpuk-numpuk kekayaan, dan lain-lain. Dari sini dapat disimpulkan bahwa al-nafs al-„ammarah adalah nafsu biologis yang mendorong manusia untuk melakukan pemuasan kebutuhan biologisnya. Pada aspek ini, manusia sama persis seperti binatang, sehingga al-nafs al-„ammarah disebut juga dengan al-nafs al-hayawaniyyah.

Mengenai al-nafs al-lawwamah, secara eksplisit memang hanya disebutkan satu kali dalam al-Qur’an, yaitu ayat berikut: QS. Al-Qiyamah/75:2, Artinya: Dan Aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri). Namun demikian, pemahaman terhadap al nafs al- lawwamah tidak hanya terbatas pada ayat tersebut. Makna al-nafs allawwamah secara implisit ditemukan pada ayat-ayat lain. Secara bahasa kata lawwamah adalah bentuk musyabbahah bi ism al-fa’‘il (kata benda yang disejajarkan dengan bentuk isim fa’‘il). Asal kata mujarradnya adalah lawama yang terdiri dari huruf lam, waw, dan mim. Menurut Ibnu Zakariya, semua kata yang huruf aslinya terdiri dari lam, waw, mim mempunyai kemungkinan dua arti, yaitu: pertama al- atab artinya mencela dan kedua al -ibta’

artinya merasa tidak enak terhadap dirinya. Berdasarkan itu, maka al-nafs al-lawwamah berarti nafs yang mencela dirinya. Maksudnya nafs yang mencela dirinya karena melakukan perbuatan yang secara rasional tidak baik.

Pada nafs lawwamah sifat rasional telah berfungsi. Ia telah menyadari kesalahannya dan mencela kesalahan itu, karena memang sifat dasarnya adalah cenderung kepada kebaikan. Namun daya tarik keburukan lebih kuat, sehingga nafs pada taraf ini masih mudah terkecoh dengan daya tarik keburukan tersebut. Walaupun pada akhirnya nanti, ia sendiri akan menyesali dan mencela dirinya. Dalam al-Qur'an hanya ada satu ayat saja yang menjelaskan nafs lawwamah, yaitu pada surat al-Qiyamah ayat 2 seperti yang telah dikutip di atas. Namun berdasarkan pemaknaan yang dijelaskan di atas, bahwa ia bersifat netral dan potensial untuk melakukan perbuatan baik dan buruk-, juga dipahami dari ayat ayat lain, seperti ayat berikut: QS.al-Syams/91:7-8. Artinya: Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya.

Dalam ayat tersebut, secara eksplisit dijelaskan bahwa nafs telah menerima ilham tentang keburukan dan kebaikan. Ilham dalam ayat tersebut menurut M.Quraish Shihab bermakna potensi. Dengan demikian sejak semula nafs telah memiliki potensi dasar untuk menerima dan melakukan perbuatan baik dan buruk. Ini secara potensial ia bersifat netral terhadap perbuatan baik dan buruk.

Berbeda dengan nafs ammarah yang cenderung agresif mendorong untuk memuaskan keinginan-keinginan rendah, dan menggerakkan pemiliknya untuk melakukan hal-hal yang negatif, maka nafs lawwamah telah memiliki sikap rasional dan mendorong untuk melakukan perbuatan baik. Namun daya tarik kejahatan lebih kuat kepadanya dibandingkan dengan daya tarik kebaikan. Jika suatu perbuatan tercela terlanjur dilakukan, maka ia mencela pelakunya dan menyesali perbuatannya itu. Disini jelas sikap rasional dan netral, namun cenderung kepada kebaikan sangatlah kentara.

Istilah al-mutmainnah berasal dari kata tamana yang berarti tenteram (Raharjo, 1996: 247).. Raghīb al Ashfahany menjelaskan bahwa ketika kata tamana dengan berbagai bentuknya dihubungkan dengan kata qalb atau nafs, maka maknanya adalah jiwa yang senantiasa terhindar dari keraguan dan perbuatan jahat. Pengertian ini mirip dengan pengertian dalam tasawuf yaitu jiwa yang tenang. Jiwa ini tenang karena beristirahat dalam keyakinan kepada Allah. Jika ditelaah kepada Al-Qur'an, maka kata al- mutmainnah dijumpai dalam al-Qur'an sebanyak 13 kali, dalam berbagai bentuk kata pecahannya (Baqi, 1996: 534-544). Berdasarkan konteks pembicaraannya, maka ayat-ayat tersebut dapat dikelompokkan kepada beberapa kelompok. Terdapat 7 kali kata al mutmainnah dihubungkan dengan kata qalb. Di antaranya ayat berikut (QS: al-Ra,d/13:28) Artinya: (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.

istilah "al-mutmainnah" merujuk pada keadaan jiwa yang tenang dan tenteram, yang berasal dari keyakinan dan keimanan kepada Allah. Dalam konteks tasawuf, jiwa yang mutmainnah terhindar dari keraguan dan perbuatan jahat, serta menemukan ketenangan melalui pengingat kepada Allah. Dalam Al-Qur'an, kata "al-mutmainnah" muncul dalam berbagai bentuk, terutama terkait dengan hati (qalb), yang menunjukkan bahwa ingatan dan penghambaan kepada Allah adalah kunci untuk mencapai ketenteraman jiwa. Ayat yang disebutkan (QS: al-Ra'd/13:28) menegaskan bahwa hati yang mengingat Allah akan merasakan ketenangan.

Ar Ruh

Ar Ruh Dalam Al Qur'an

Dalam bahasa Arab, kata ar-ruh (الروح) berasal dari kata raḥa yang berarti tenang atau beristirahat. Ar-Ruh sendiri dapat diartikan sebagai "jiwa" atau "roh", yaitu substansi non- material yang memberikan kehidupan pada tubuh manusia dan makhluk hidup lainnya. Secara umum, ar-ruh merujuk pada elemen yang memberi kehidupan dan kesadaran. Dalam istilah keagamaan atau filsafat Islam, ar-ruh seringkali dipahami sebagai entitas yang bersifat spiritual dan tidak tampak secara fisik. Dalam konteks ini, ar-ruh dianggap sebagai anugerah atau ciptaan Allah yang memberikan kehidupan pada tubuh. Kehadiran ar-ruh menjadikan makhluk hidup memiliki kesadaran dan kemampuan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. (Yusuf Dahlat, 2015:10)

Ar-Ruh sering kali dibahas dalam konteks ajaran Islam, baik dalam Al-Qur'an maupun hadis-hadis Nabi Muhammad SAW. Misalnya, dalam Surah Al-Isra (17:85), disebutkan bahwa ar-ruh adalah urusan Allah yang tidak dapat dijangkau oleh pengetahuan manusia sepenuhnya. Ruh memiliki makna

banyak, di antaranya kegembiraan, Al-Qur'an, perintah, wahyu, Jibril, Isa, jiwa, dan lain-lain (Ibn Manzur, 1993: 522-523). Sedangkan Menurut al-Qusyairi, ruh, adalah jiwa, dan badan adalah satu komponen (jumlah) yang membentuk manusia, yang sebagiannya tunduk kepada sebagian yang lain (Al-Imam al-Qusyairi, t.th. 57).

Menurut Imam Al Ghazali berpendapat bahwa ruh itu mempunyai dua pengertian ruh jasmaniah dan ruh ruhaniah. Pertama ruh jasmaniah adalah zat halus yang berpusat di ruangan jantung dan hati serta menjalar pada semua urat nadi dan dapat merasakan berbagai perasaan atau kegiatan-kegiatan hidup kejiwaan. Sedangkan ruh ruhaniah ini dapat mengenal dirinya sendiri dan mengenal Rab Nya serta berperikemanusiaan.

Kata ar ruh dalam al qur'an disebutkan sebanyak 24 kali, masing-masing terdapat dalam 19 surah yang tersebar dalam 21 ayat. Menurut Amin Abdul Samad mengatakan, bahwasanya kata ar ruh di dalam 3 ayat mempunyai makna pertolongan atau Rahmat Allah, 11 ayat bermakna Jibril dan dalam 1 ayat bermakna wahyu atau al qur'an. Selain itu 5 ayat lain, ruh mempunyai makna yang berhubungan dengan aspek psikis dan ruh yang ada pada manusia. (Amin Abdul Samad, 2009: 15)

Tidak ada kata ar ruh di dalam al-Qur'an yang secara eksplisit menunjuk pada arti ruh itu sendiri, ataupun jiwa. Ketika Allah menyebut ar ruh, yang dimaksudkan justru malaikat Jibril, kekuatan dari-Nya, atau al-Qur'an. Ini menunjukkan bahwa kata al ruh digunakan pada sesuatu yang lebih utama dari sekadar dipahami secara sederhana sebagai hembusan nafas, atau substansi yang mewujudkan proses hidup tubuh manusia. Al ruh (dalam makna ruh Tuhan, al-Qur'an atau malaikat Jibril) adalah hakekat yang menjadi sumber kehidupan manusia yang sempurna, asal segala kehidupan, yang memancarkan sinaran petunjuk kepada jiwa yang berkelana dalam kehidupan fisik manusia. Semua kata al-ruh merupakan ungkapan transenden Tuhan, bahkan beberapa ayat, ketika Allah Swt menyebut kata al ruh mengaitkannya dengan diri-Nya, ini menunjukkan bahwa ruh memiliki unsur ketuhanan di dalamnya. Berbeda dengan kata al-nafs, Allah Swt menyebutkannya dengan sangat plural, hingga mengklasifikasikan berdasarkan kualitasnya, kehidupan baik maupun kehidupan buruk. Sebab itu jiwa memiliki unsur ketuhanan sekaligus memiliki unsur syaitaniyah. Dua ranah kehidupan dalam diri manusia yang selalu bertarung sepanjang hidupnya. Siapa pemenang, dialah yang akan menentukan pilihan dan mengendalikan tindakan. (Khaerul Asfar, 2019: 12)

Karakteristik Ar Ruh

Berikut adalah karakteristik ar ruh berdasarkan ajaran islam:

- 1) Ruh berasal dari Tuhan, dan bukan berasal dari tanah/bumi
- 2) Ruh adalah unik, tak sama dengan akal budi, jasmani dan jiwa manusia.
- 3) Ruh yang berasal dari Allah itu merupakan sarana pokok untuk munajat kehadirat-Nya.
- 4) Ruh tetap hidup sekalipun seseorang tidur/tidak sadar
- 5) Ruh dapat menjadi kotor dengan dosa dan noda, tapi dapat pula dibersihkan dan menjadi suci dengan taubat dan menggantinya dengan taubat dan mneggantinya dengan amal- amal sholeh.
- 6) Ruh karena sangat lembut dan halusnya mengambil "wujud" serupa "wadah"-nya, paralel dengan zat cair, gas, dan cahaya yang "bentuk"-nya serupa tempat ia berada.
- 7) Tasawuf mengikutsertakan ruh seseorang beribadah kepada Allah SWT
- 8) Tasawuf melatih untuk menyebut kalimat Allah tidak saja sampai pada taraf kesadaran lahiriah, tapi juga tembus ke dalam alam rohaniah. Kalimat Allah yang termuat dalam ruh itu pada gilirannya dapat membuat ruh itu sendiri ke alam ketuhanan (Sitorus, 2014: 113- 115).

Arruh Sebagai Dimensi Spiritual Psikis Manusia

Dimensi Merujuk pada aspek psikis yang memiliki tingkat dan nilai tertentu dalam struktur "organisasi" jiwa manusia. Sementara itu, dimensi spiritual mengacu pada sisi jiwa yang memuat sifat-sifat ketuhanan (Ilahiyah) dan memiliki kekuatan untuk mempengaruhi serta menggerakkan dimensi-dimensi lainnya guna merefleksikan sifat-sifat Tuhan dalam dirinya. Pemilihan sifat-sifat Tuhan ini mencerminkan adanya potensi lahir dan batin yang tertanam dalam dimensi-dimensi psikis manusia, yang kemudian memerlukan proses aktualisasi.

Dimensi psikis manusia yang bersumber secara langsung dari Allah ini adalah dimensi al- ruh. Dimensi al-ruh ini membawa sifat-sifat dan daya-daya yang dimiliki oleh sumbernya, yaitu Allah. Perwujudan dari sifat-sifat dan daya-daya itu pada gilirannya memberikan potensi secara internal di dalam dirinya untuk menjadi khalifah Allah, atau wakil Allah. Khalifah Allah dapat berarti mewujudkan sifat-sifat Allah secara nyata dalam kehidupannya di bumi untuk mengelola dan

memanfaatkan bumi Allah. Tegasnya bahwa dimensi al-ruh merupakan daya potensialitas internal dalam diri manusia yang akan mewujudkan secara aktual sebagai khalifah Allah.

Dalam Alquran dijelaskan kata al-ruh berhubungan dengan aspek atau dimensi psikis manusia. Berikut dijelaskan bahwa Allah “meniup”- kan ruh-Nya ke dalam jiwa dan jasad manusia. Sebagaimana yang terdapat dalam Alquran Surah al-Hijir, ayat: 29. Berikut ini. “Maka apabila aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniupkan kedalamnya ruh (ciptaan)- Ku, Maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud”. Dimaksud dengan sujud di sini bukan menyembah, tetapi sebagai penghormatan dengan cara membungkuk.

Menurut psikologi transpersonal, ada dua hal penting dalam diri manusia, yaitu potensi-potensi luhur batin manusia (*human highest potentials*) dan fenomena kesadaran manusia (*human states of consciousness*). Yang menjadi perhatian bagi psikologi transpersonal yaitu dalam wilayah aspek ruhaniah. Telaahnya berbeda dengan psikologi humanistik, bahwa psikologi humanistik lebih menekankan pada pemanfaatan potensi-potensi luhur manusia untuk meningkatkan kualitas hubungan antar manusia. Sedangkan psikologi transpersonal menekankan pada pengalaman subjektif spiritual transcendental. (M.Syamsu Hadi, 2007:179)

Tasawuf Islam mengajarkan metode dan teknik-teknik munajat dan shalat khusyuk guna meningkatkan derajat ruh mencapai taraf al- nafs al-muthmainnah/lebih tinggi lagi. Sehingga diharapkan manusia dapat mengembangkan diri mencapai kualitas insan kamil. Adapun ruh diciptakan jauh sebelum manusia dilahirkan, berfungsi semasa hidup dan setelah meninggal ruh akan pindah ke alam baqa untuk mempertanggungjawabkan perbuatannya ke dalam hadirat Ilahi. Jadi ruh itu ada dalam diri manusia, tapi tak kasat mata (invisible) karena sangat halus, ghaib serta dimensinya yang jauh lebih tinggi dari alam pikiran, serta tahapannya pun di atas alam sadar. Ruh dengan demikian merupakan salah satu dimensi yang ada pada manusia di samping dimensi ragawi dan dimensi kejiwaan, yang ada sebelum dan sesudah masa kehidupan manusia.

SIMPULAN

Nafs adalah elemen psikis manusia yang memiliki potensi untuk berbuat baik atau buruk. Dalam Al-Qur’an, nafs memiliki berbagai tingkatan, yaitu: Nafs al-Ammarah: nafsu yang cenderung mendorong kepada perbuatan buruk. Nafs al-Lawwamah: jiwa yang mencela diri ketika melakukan kesalahan, tetapi masih mudah tergoda oleh keburukan. Nafs al-Mutmainnah: jiwa yang tenang dan tenteram dalam ketaatan kepada Allah.

Ruh adalah dimensi spiritual yang berasal dari Allah dan merupakan unsur ilahiah dalam diri manusia. Ruh memiliki sifat yang halus, ghaib, dan bersifat abadi. Sebagai unsur ilahi, ruh mengarahkan manusia untuk mendekatkan diri kepada Allah melalui amal ibadah, seperti tasawuf yang melatih ruh mencapai tingkat spiritual tertinggi. Dalam Al-Qur’an, ruh disebut sebagai nafas kehidupan yang ditiupkan Allah ke dalam jasad manusia (QS. Al-Hijr: 29). Ruh juga menjadi sarana utama untuk berkomunikasi dengan Allah dan mencerminkan potensi manusia sebagai khalifah di bumi.

Ruh dan nafs menunjukkan dualitas manusia: ruh mengarahkan manusia kepada hal-hal ilahiah, sementara nafs dapat condong kepada materialitas. Keseimbangan keduanya menentukan tingkat kesalehan dan kualitas spiritual seseorang. Manusia sebagai makhluk yang memiliki ruh dan nafs perlu berusaha mencapai keseimbangan spiritual dan material melalui ibadah, pengendalian diri, dan pendidikan untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan memenuhi tujuan penciptaannya sebagai khalifah di bumi.

REFERENSI

- Amin Abdul Samad. (2009). *Memahami Shalat Khusyuk*,. Jakarta: Pustaka Alvabet
- Baharuddin. (2004). *Paradigma Psikologi Islami: Studi Tentang Elemen Psikologi Dalam Alquran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baqi, Muhammad Fua’ad Abdul. (t.t.). *Mu’jam Al-Mufah{ras Li al-Faz al-Qur’an al- Karim*. Bandung: Diponegoro.
- Ibn Fadil Jamal al Din Muhammad ibn Mukrim ibn Manzur al Afriqi al Misri, (1997). *Lisan al „Arab*, juz.6. Beirut : Dar Sadir“.
- Hawwa, Sa’id. (2006). *Pendidikan Spritual*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Hady M. Samsul, (2007), *Islam Spiritual Corak Biru Keresasian Eksistensi*, Malang; UIN

Malang

Khaerul. 2019. Konsep jiwa perspektif Al Qur'an. Jurnal kajian Alqur'an dan tafsir. Vol. 4. No.2

M. Dawam Raharjo. (1996). Eksiklopedi Al-Qur'an, Tafsir sosial Berdasarkan Konsepkonsep Kunci. Jakarta: Paramadina

Sitorus, Masganti, (2014) Psikologi Agama, Medan; Perdana Publishing,

Yusuf Dalhat. (2015). Konsep Al-Ruh (Jiwa) Dalam Islam. Jurnal Pendidikan dan Penelitian.Vol. 3 No. 8