

Metapatologi Abraham Maslow Menurut Perspektif Al-Quran

Ina Zainah Nasution^{1*}

Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara^{*1}

^{*1}email: lailawardati12@gmail.com

Abstract: *The hierarchical theory of multilevel needs, which was initiated by Abraham Maslow as the founder of Humanistic Psychology, is not yet fully understood. Above the need for self-actualization which occupies the last rung of the basic needs theory, Abraham Maslow stated his concept of metaneeds as the highest need. The theory of high needs (metaneeds) is an abstract need of the human soul which means being above the need for self-actualization. The concept of high needs is not as popular as the concept of basic needs. It even seems forgotten. This is because the Western view which is rooted in materialistic philosophy requires science to be in the empirical realm (sensory experience) and rejects belief in transcendental and unseen things. This is what makes the final concept of human needs initiated by Abraham Maslow like hanging and stopping until the concept of self-actualization alone. Therefore, it can be said that metaneeds (high needs, spiritual needs) are the missing rung in the unified whole concept of Abraham Maslow's ideas about motives and motivation. Maslow's metaneeds include truth, unity, harmony, justice, self-autonomy (independence), uniqueness, kindness, ease, simplicity, joy, and meaning in life in values (religion). If the need for things that are noble and abstract is not fulfilled, it can lead to metapatology or mental illness which in the language of the Koran is known as mental illness which has an impact on hardness and harshness of the heart.*

Keywords: *Abraham Maslow, Metaneeds, Metapathology, Humanistic Psychology*

Abstrak: *Teori hirarki kebutuhan bertingkat yang digagas oleh Abraham Maslow sebagai pendiri aliran Psikologi Humanistik ternyata belum paripurna dipahami. Di atas kebutuhan aktualisasi diri yang menempati anak tangga terakhir pada teori basic needs, Abraham Maslow*

Artikel Info

Received:

06 March 2020

Revised:

07 Mei 2020

Accepted:

16 September 2020

Published:

07 Oktober 2020

menyatakan konsepnya tentang *metaneeds* sebagai kebutuhan tertinggi. Teori kebutuhan tinggi (*metaneeds*) ini merupakan kebutuhan abstrak dari jiwa manusia yang berarti berada di atas kebutuhan aktualisasi diri. Konsep kebutuhan tinggi ini memang tidak sepopuler konsep *basic needs*. Bahkan terkesan dilupakan. Sebab pandangan Barat yang berakar pada filsafat materialistik mengharuskan ilmu berada pada ranah empiris (pengalaman indrawi) dan menolak keyakinan pada hal-hal transedental dan ghaib. Hal inilah yang menjadikan konsep final mengenai kebutuhan manusia yang digagas oleh Abraham Maslow seperti menggantung dan terhenti sampai pada konsep aktualisasi diri saja. Oleh karena itu, dapat dikatakan *metaneeds* (kebutuhan tinggi, kebutuhan ruhani) sebagai anak tangga yang hilang dalam kesatuan konsep yang utuh terhadap gagasan Abraham Maslow tentang motif-motif dan motivasi. *Metaneeds* Maslow antara lain meliputi kebenaran, kesatuan, kebajikan, keadilan, keindahan, keseimbangan dan kebutuhan, otonomi diri (kemandirian), keunikan, kemudahan, kesederhanaan, kegembiraan/semangat, dan kebermaknaan hidup dalam nilai-nilai (agama). Bila kebutuhan terhadap hal-hal yang mulia lagi abstrak ini tidak terpenuhi maka dapat menimbulkan *metapathology* atau penyakit jiwa yang dalam bahasa Al-Quran dikenal dengan penyakit hati yang berdampak pada kekerasan dan kekasaran hati.

Kata kunci: Abraham Maslow, Metaneeds, Metapathology, Psikologi Humanistik.

A. Pendahuluan

Ilmu Psikologi dalam beberapa dekade telah disibukkan dengan pendapat-pendapat tentang psikologi neurosa dan behavioral. Kajian-kajian tentang jiwa manusia dipenuhi dengan pembahasan tentang pribadi neurosa yang dibentuk dengan kecemasan-kecemasan masa kecil. Sedangkan psikologi behavioral berpendapat bahwa manusia bersifat pasif, ia dibentuk oleh lingkungannya semata. Maka adalah Abraham Maslow pada pertengahan abad ke-20 telah berhasil memberi warna baru bagi perkembangan aliran-aliran dalam Ilmu Psikologi. Gagasannya tentang hidup bermakna

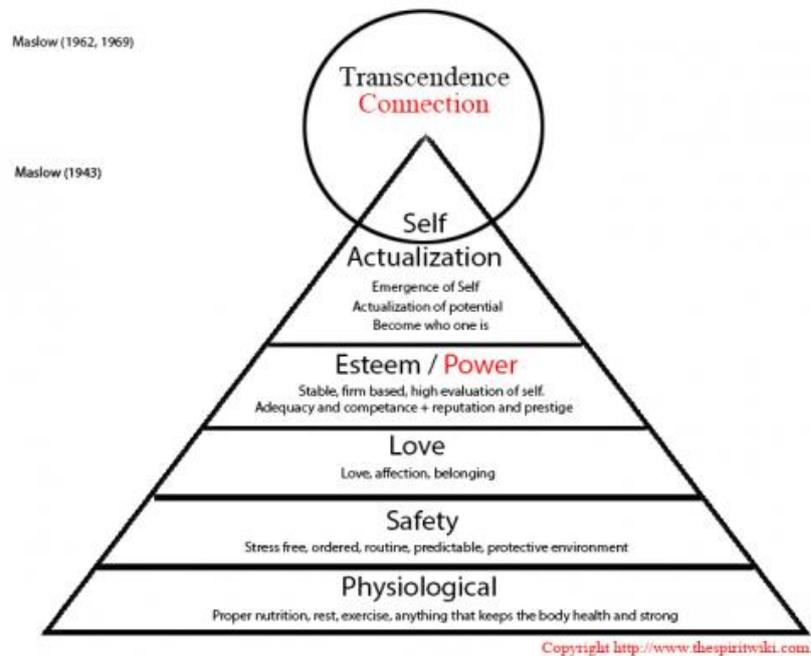
secara tidak langsung telah “menyeret” dunia Barat agar kembali kepada fitrah kemanusiaan. Hidup bermakna memberi ruang bagi manusia modern yang telah dipacu oleh mesin revolusi industri untuk menekuri arti bahagia yang sesungguhnya secara aktif. Abraham Maslow lebih humanis melihat manusia sebagai pribadi sehat yang terus bertumbuh.

Pribadi sehat memiliki kebutuhan-kebutuhan yang menuntut untuk dipenuhi. Kebutuhan-kebutuhan tersebut dimulai dari yang sangat mendasar (kebutuhan fisiologis) sampai kepada kebutuhan aktualisasi diri. Namun pada kenyataannya, manusia modern yang berupaya mengaktualisasikan dirinya sering sekali mengalami kelelahan psikis, stres bahkan sampai merasa hidup ini tidak bermakna. Pencapaian-pencapaian dalam dunia modern tidak memberi kepuasan bahkan sebaliknya menyisipkan kegalauan. Aktifitas yang pada awalnya merupakan bentuk pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri yang bertumpu pada materialisme, ternyata bukan memberi kepuasan jiwa malah berujung pada keresahan jiwa. Oleh karena itu menurut Maslow, ada satu kebutuhan lagi yang mengatasi kebutuhan aktualisasi diri yaitu apa yang dia sebut dengan *metaneeds*. Menurut Maslow, penemuannya tentang apa yang disebutnya *metaneeds*, B-value atau nilai-nilai intrinsik (hakiki) yang ada dalam diri manusia merupakan penemuannya yang paling penting. Konsep ini mencantumkan sejumlah karakter yang disebut sebagai nilai-nilai spiritual, atau nilai-nilai tertinggi atau nilai-nilai agama. (Maslow, 1964).

Metaneeds merupakan kebutuhan tingkat tinggi, yang hanya bisa terpuaskan apabila kebutuhan tingkat rendah sudah terpenuhi. *Metaneeds* bersifat transedental; meruhani. Kebutuhan yang muncul tidak karena kebutuhan fisik (deficiency lack) tapi karena panggilan jiwa yang menuntut untuk diisi oleh nilai-nilai kebenaran, kebaikan, kesederhanaan, kejujuran dan keindahan. *Metaneeds* disebut juga being motives atau motif-motif pertumbuhan. Sesuai dengan jiwa yang terus bertumbuh menuju pematangan dan pendewasaannya maka Jiwa harus kaya dengan berbagai makna dan nilai yang inmaterial. Motif-motif pertumbuhan pada manusia ini bersifat naluriah dan

inheren. Artinya motif-motif pertumbuhan ini harus terpuaskan apabila kesehatan jiwa seseorang ingin terpelihara dan perkembangan jiwa yang sehat ingin diperoleh secara maksimal. Jika kondisi ini diabaikan; motif pertumbuhan tidak terpuaskan, maka individu akan sakit secara psikologis. Penyakit yang muncul akibat tidak terpenuhinya motif-motif pertumbuhan itu disebut Metapatologi. (Schultz, 1993).

Bagan hirarki kebutuhan Abraham Maslow dari teori awal sampai akhir (1969)



Sumber: <https://thespiritwiki.lightningpath.org>

B. Beberapa Motif Pertumbuhan dan Bentuk-Bentuk Metapatologi

Di bawah ini akan dicantumkan beberapa motif pertumbuhan (metaneeds) dan bentuk-bentuk matapatologi yang mungkin muncul:

NO.	MOTIF PERTUMBUHAN	METAPATOLOGI
1.	Truth (Kebenaran)	Skeptisme (keragu-raguan)
2.	Unity/wholeness (kesatuan)	Pecah pribadi, munafik
3.	Goodness (Kebajikan)	Kebencian, egoisme, bakhil
4.	Justice (Keadilan)	Ketidak adilan, tirani (zalim), sinisme,

		mementingkan diri sendiri, kriminal, kejam, anarkhis.
5.	Beauty (keindahan)	Kekasaran, vulgar, kejelekan, kesuraman.
6.	Perfection and Necessity (Kesempurnaan dan keseimbangan berdasar kebutuhan)	Ketidak seimbangan menimbulkan kelemahan
7.	Self-Autonomy (kemandirian)	Lemah, tidak merdeka, bergantung pada orang lain.
8.	Liveliness (Semangat hidup)	Hampa, kosong, tidak bergairah, bunuh diri
9.	Simplicity (Kesederhanaan)	Kebingungan, keruwetan, kehilangan orientasi.
10.	Uniqueness (Keunikan)	Kehilangan jati diri/individualitas

C. Metapatologi dalam Perspektif Al-Quran

Al-Quran sangat mengedepankan kehidupan ruhani. Bahkan kesehatan fisik tidak ada artinya sama sekali tanpa dibarengi kesehatan mental (jiwa). Literatur Al-Quran secara khusus menyebutkan orang-orang yang mengalami ketidak seimbangan jiwa karena tidak memberi tempat bagi jiwanya berkembang secara nilai-nilai kebaikan ruhani ini disebut orang yang berjiwa keras dan kasar sebagaimana diisaratkan di dalam QS. Az-Zumar: 22.

أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ ۗ فَوَيْلٌ لِّلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ
مِّن ذِكْرِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ

“Maka Apakah orang-orang yang dibukakan Allah hatinya untuk (menerima) agama Islam lalu ia mendapat cahaya dari Tuhannya (sama dengan orang yang membatu hatinya)? Maka kecelakaan yang besarlah bagi mereka yang telah membatu hatinya untuk mengingat Allah. Mereka itu dalam kesesatan yang nyata”. (QS. Az-Zumar: 22).

Sedangkan induk dari segala penyakit ruhani menurut Al-Quran adalah menolak kebenaran/kekafiran. Sebab orang-orang yang tahu akan kebenaran, tapi menolak

kebenaran tersebut maka sepanjang hidupnya akan mengalami gangguan pertentangan dalam jiwanya. QS. Al-Baqarah: 10.

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

“Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.” (QS. Al-Baqarah: 10).

Secara lebih spesifik, Al-Quran juga membahas apa yang disebut Abraham Maslow sebagai motif pertumbuhan yang merupakan homestatis (keseimbangan) bagi jiwa sebagaimana diuraikan dalam ayat-ayat berikut:

1. Kebenaran Menghilangkan Keraguan (dalam QS. Al-‘Imran: 60)

الْحَقُّ مِنْ رَبِّكَ فَلَا تَكُنْ مِنَ الْمُمْتَرِينَ

“(Apa yang telah Kami ceritakan itu), itulah yang benar, yang datang dari Tuhanmu, karena itu janganlah kamu termasuk orang-orang yang ragu-ragu.” (QS. Al-‘Imran: 60).

2. Kesatuan Kata dan Perbuatan Menghilangkan Kemunafikan Menuju Integritas

يُخَدِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَمَا يَخْدَعُونَ إِلَّا أَنفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُونَ فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

“Mereka hendak menipu Allah dan orang-orang yang beriman, padahal mereka hanya menipu dirinya sendiri sedang mereka tidak sadar. Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.” (QS. Al-Baqarah: 9-10).

Orang-orang munafik (pretender), sangat manis dalam ucapan, namun sangat menyimpan kebencian dan kedengkian dalam hatinya. Orang-orang munafik diragukan integritas pribadinya, dan dijauhi baik oleh kawan maupun lawan. dalam dunia politik

biasa menjadi penghianat, dalam pertemanan hanya menabur kebencian, kedengkian dan permusuhan. QS. Al-Baqarah: 14.

وَإِذَا لَقُوا الَّذِينَ ءَامَنُوا قَالُوا ءَامَنَّا وَإِذَا خَلَوْا إِلَىٰ شَيَاطِينِهِمْ قَالُوا إِنَّا مَعَكُمْ
إِنَّمَا نَحْنُ مُسْتَهْزِءُونَ

“Dan bila mereka berjumpa dengan orang-orang yang beriman, mereka mengatakan: "Kami telah beriman". Dan bila mereka kembali kepada syaitan-syaitan mereka, mereka mengatakan: "Sesungguhnya kami sependirian dengan kamu, kami hanyalah berolok-olok". (QS. Al-Baqarah: 14).

إِذَا جَاءَكَ الْمُنَافِقُونَ قَالُوا نَشْهَدُ إِنَّكَ لَرَسُولُ اللَّهِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ إِنَّكَ لَرَسُولُهُ
وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ لَكَاذِبُونَ

“Apabila orang-orang munafik datang kepadamu, mereka berkata: "Kami mengakui, bahwa sesungguhnya kamu benar-benar Rasul Allah". Dan Allah mengetahui bahwa sesungguhnya kamu benar-benar Rasul-Nya; dan Allah mengetahui bahwa sesungguhnya orang-orang munafik itu benar-benar orang pendusta.” (QS. Al-Munafiqun: 1).

3. Kebajikan Menghilangkan Kebencian dan Mementingkan Diri Sendiri

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحِلُّوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا
الْقَلَائِدَ وَلَا ءَامِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا
حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شُرَٰكُؤُكُمْ أَن صَدُّوا عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ
أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا
اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu

orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keridhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, maka bolehlah berburu. Dan janganlah sekali-kali kebencian (mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya.” (QS. Al-Maidah: 2).

لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ

“Kamu sekali-kali tidak sampai kepada kebajikan (yang sempurna), sebelum kamu menafkahkan sebahagian harta yang kamu cintai. Dan apa saja yang kamu nafkahkan maka sesungguhnya Allah mengetahuinya.” (QS. Al-Imran: 92).

4. Keadilan Menghilangkan Penindasan, Tirani, Kezaliman, Tindak Kriminal dan Anarkhisme.

Berlaku adil terhadap orang lain (QS. Al-Maidah: 8)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شُرَكَاءُ قَوْمٍ عَلَىٰ أَلَّا تَعْدِلُوا أَعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman hendaklah kamu jadi orang-orang yang selalu menegakkan (kebenaran) karena Allah, menjadi saksi dengan adil. Dan janganlah sekali-kali kebencianmu terhadap sesuatu kaum, mendorong kamu untuk berlaku tidak adil. Berlaku adillah, karena adil itu lebih dekat kepada takwa. Dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (QS. Al-Maidah: 8).

Adil terhadap diri sendiri dan kerabat (QS. An-Nisa’: 135)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلّٰهِ وَلَوْ عَلَىٰ أَنفُسِكُمْ أَوِ
الْوَالِدِينَ وَالْأَقْرَبِينَ ۚ إِن يَكُنْ غَنِيًّا أَوْ فَقِيرًا فَاللّٰهُ أَوْلَىٰ بِهِمَا ۗ فَلَا تَتَّبِعُوا الْهَوَىٰ
أَن تَعْدِلُوا ۗ وَإِن تَلَوْا أَوْ تُعْرَضُوا فَإِنَّ اللّٰهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا

“Wahai orang-orang yang beriman, jadilah kamu orang yang benar-benar penegak keadilan, menjadi saksi karena Allah biarpun terhadap dirimu sendiri atau ibu bapa dan kaum kerabatmu. Jika ia kaya ataupun miskin, maka Allah lebih tahu kemaslahatannya. Maka janganlah kamu mengikuti hawa nafsu karena ingin menyimpang dari kebenaran. Dan jika kamu memutar balikkan (kata-kata) atau enggan menjadi saksi, maka sesungguhnya Allah adalah Maha Mengetahui segala apa yang kamu kerjakan.” (QS. An-Nisa’: 135).

وَلَا تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّىٰ يَبْلُغَ أَشُدَّهُ ۗ وَأَوْفُوا بِالْكَيْلِ
وَالْمِيزَانِ ۗ بِالْقِسْطِ ۗ لَّا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ وَإِذَا قُلْتُمْ فَاعْدِلُوا ۗ وَلَوْ كَانَ ذَا
قُرْبَىٰ ۗ وَبِعَهْدِ اللّٰهِ أَوْفُوا ذَٰلِكُمْ وَصَلِّ لَكُمْ بِهِ ۗ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

“Dan janganlah kamu dekati harta anak yatim, kecuali dengan cara yang lebih bermanfaat, hingga sampai ia dewasa. Dan sempurnakanlah takaran dan timbangan dengan adil. Kami tidak memikulkan beban kepada seseorang melainkan sekedar kesanggupannya. Dan apabila kamu berkata, maka hendaklah kamu berlaku adil, kendatipun ia adalah kerabat (mu), dan penuhilah janji Allah. Yang demikian itu diperintahkan Allah kepadamu agar kamu ingat.” (QS. Al-An’am).

5. Keindahan Menghilangkan Kesuraman, Kekasaran Verbal, dan Kata-Kata Kotor.

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللّٰهِ لِنْتَ لَهُمْ ۗ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَأَنفَضُوا مِنْ حَوْلِكَ ۗ
فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ۗ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللّٰهِ ۗ إِنَّ
اللّٰهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

“Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.” (QS. Al-‘Imran: 159).

قُلْ لَا يَسْتَوِي الْحَبِيثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ أَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْحَبِيثِ فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولِي
الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Katakanlah: "Tidak sama yang buruk dengan yang baik, meskipun banyaknya yang buruk itu menarik hatimu, maka bertakwalah kepada Allah hai orang-orang berakal, agar kamu mendapat keberuntungan". (QS. Al-Ma'idah: 100).

Termasuk banyak ayat-ayat yang menyentuh tentang surga dan keindahannya, tentang penciptaan dan keseimbangan di alam sehingga menjadi harrmoni keindahan yang damai di alam. Telah mampu pula melembutkan hati orang-orang yang tidak percaya dan berhati kasar. Demikian pula sastra yang indah dari bahasa Al-Quran menjadi salah satu peredam kekerasan hati serta kekasaran verbal.

6. Semangat Hidup Menghilangkan Rasa Hampa dan Tidak Berarti

يَبْنَئِ أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْتِئُ سُوا مِنْ رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا
يَأْتِئُ س مِنْ رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمَ الْكَافِرُونَ^{٨٧}

“Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”. (QS. Yusuf: 87).

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَي

الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا
وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ۝٢٨٦

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir". (QS. Al-Baqarah: 286).

7. Kemandirian Menghilangkan Kelemahan dan Ketergantungan Pada Orang Lain Secara Berlebihan. Q. S.13, A.11

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ ۗ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ ۗ مِنْ وَالٍ ۝

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.” (QS. Ar-Ra’d: 11).

Kemandirian ekonomi harus dikejar dan diperjuangkan setelah beribadah mahdah. Hal ini terdapat dalam Alquran Surat Al-Jumu’ah: 10.

فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ ۗ وَاذْكُرُوا اللَّهَ
كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝

“Apabila telah ditunaikan shalat, maka bertebaranlah kamu di muka bumi; dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyak-banyak supaya kamu beruntung.” (QS. Al-Jumu’ah: 10).

8. Keseimbangan Kebutuhan Hidup Menjadi Harmoni Yang Mendukung Kestabilan Jiwa dan Sumber Kekuatan dalam Berjuang.

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ
كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

٧٧

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.” (QS. Al-Qasas: 77).

9. Kesederhanaan Dalam Tindakan, Gaya Hidup dan Emosi Dapat Menghilangkan Keruwetan Hidup, Kebingungan, Kecemasan Serta Ketakutan Yang Berlebihan.

وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا
أُكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرَّمَانَ مُمْتَشِبَهَا وَغَيْرَ مُتَشَبِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ
وَعَاتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ١٤١

“Dan Dialah yang menjadikan kebun-kebon yang berjunjung dan yang tidak berjunjung, pohon korma, tanam-tanaman yang bermacam-macam buahnya, zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya) dan tidak sama (rasanya). Makanlah dari buahnya (yang bermacam-macam itu) bila dia berbuah, dan tunaikanlah haknya di hari memetik hasilnya (dengan disedekahkan kepada fakir miskin); dan janganlah kamu berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.” (QS. Al-An’am: 141).

Sederhana dalam berbuat. Hal ini dalam Alquran Surat Al-Isra: 29.

وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسِطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا
مَّحْسُورًا ٢٩

“Dan janganlah kamu jadikan tanganmu terbelenggu pada lehermu dan janganlah kamu terlalu mengulurkannya karena itu kamu menjadi tercela dan menyesal.” (QS. Isra: 29).

Sederhana dalam gaya hidup dan bicara. Hal ini dalam Alquran Surat Al-Isra: 19.

وَأَقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ
الْحَمِيرِ ١٩

“Dan sederhanalah kamu dalam berjalan dan lunakkanlah suaramu. Sesungguhnya seburuk-buruk suara ialah suara keledai.” (QS. Al-Isra: 19).

Sederhana dalam emosi marah. Hal ini dalam Alquran Surat Al-‘Imran: 134

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ
وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ١٣٤

“(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.” (QS. Al-‘Imran: 134).

Sederhana dalam emosi mencintai dan membenci. Hal ini dalam Alquran Surat Al-Baqarah: 216.

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ
لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ٢١٦

“Diwajibkan atas kamu berperang, padahal berperang itu adalah sesuatu yang kamu benci. Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.” (QS. Al-Baqarah: 216).

10. Keunikan Mencegah Keseragaman, Kehilangan Rasa Diri dan Individualitas

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن تَطِيعُوا فَرِيقًا مِّنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ يَرُدُّكُمْ بَعْدَ
إِيمَانِكُمْ كَافِرِينَ ۝

“Hai orang-orang yang beriman, jika kamu mengikuti sebahagian dari orang-orang yang diberi Al Kitab, niscaya mereka akan mengembalikan kamu menjadi orang kafir sesudah kamu beriman.” (QS. Al-‘Imran: 100).

D. Kesimpulan

Metapatologi berarti penyakit ruhani. Istilah ini merupakan gagasan Abraham Harold Maslow di akhir-akhir hayat kehidupannya. Gagasan tentang adanya kebutuhan tinggi (transedental) yang harus dipenuhi untuk kestabilan pribadi sehat ini secara tidak langsung menarik Barat untuk kembali ke pangkuan agama yang selama ini diabaikan karena agama dianggap tidak logis dan *irrational*. Pribadi sehat harus memenuhi tiga kebutuhan yaitu: kebutuhan fisiologis (biologis), kebutuhan aktualisasi diri dan kebutuhan tinggi (metaneeds).

Metaneeds atau kebutuhan tinggi yang dalam tulisan ini kemudian lebih sering disebut motif pertumbuhan bila tidak terpenuhi akan menjadi gangguan mental. Motif pertumbuhan itu antara lain: truth (kebenaran), unity (kesatuan), goodness (kebajikan), justice (keadilan), beauty (rasa keindahan), perfection and necessity (keseimbangan dan kebutuhan), self-autonomi (kemandirian), liveliness (semangat), simplicity (sederhana), dan uniqueness (keunikan individu).

Poin-poin tentang motif pertumbuhan dan metapatologi Abraham Maslow yang menarik kembali manusia modern pada kesadaran beragama ini, tentu saja harus

disambut baik dan diberi tempat dalam perspektif Al-Quran sebagai referensi paripurna seorang muslim yang menuntun jiwa mencapai kebahagiaan jasmani dan ruhani.

E. Daftar Pustaka

Al-Quran dan Terjemah

Abraham H. Maslow, Motivasi dan Kepribadian 1, Binaman Pressindo Jakarta, 1993

Religions, values and peak-experiences, Maslow, Abraham.H, Ohio State University, 1964

Schultz, Duane, Psikologi Pertumbuhan, Kanisius, Yogya, 1993

<https://thespiritwiki.lightningpath.org>