

ISBN : 978-979-3812-24-3

PROCEEDING

SEMINAR NASIONAL PSIKOLOGI

**MEMBANGUN EPISTEMOLOGI ISLAM:
“Strategi dan Metodologi
Membangun Psikologi Islam”**



**Pascasarjana Magister Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta
Yogyakarta, 23 Juli 2011**

DAFTAR ISI

<i>Interconnected Link</i> Keilmuan Pengalaman UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Amin Abdullah	1
Motivasi Lillah Sebagai Salah Satu Fondasi Epistemologi Psikologi Islam Bagus Riyono	11
Hubungan Kecemasan Sosial dan Kematangan Emosi dengan Kematangan Seksual Remaja SMP di Kabupaten Bantul Yogyakarta Endang Sri Lestari	37
Pengaruh Pelatihan Relaksasi Religious untuk Mengurangi Gangguan Insomnia Setiyo Purwanto, Siti Zulaekah	49
Tayangan kekerasan dan pembentukan identitas diri remaja Purwadi	61
Perbedaan Motivasi Kerja Sebelum dan Sesudah Melaksanakan Ibadah Haji Muhammad Hidayat, Subandi	71
Spirituualitas, Pelaksanaan Ritual, dan <i>Subjective Well-Being</i> Fuad Hamsyah	83
Epistemologi Psikologi Islam Strategi dan Metodologi Pengembangan di Masa Depan Aliah B. Purwakania Hasan	102
Studi Eksplorasi Aspek-Aspek Kesehatan Mental pada Proses Pelaksanaan Ibadah Haji Wiji Widayati, Subandi	125
Mengembangkan Nilai Kerja Islami Sebagai Modal Wirausaha Sukses Erita Yullasesti Diahsari	174
Psikologi Islami Quo Vadis? Yadi Purwanto	181
Etos Islam: Kajian Psikologi AM. Diponegoro	194

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah S.W.T. karena atas taufik-Nya kami dapat menyelesaikan penyusunan prosiding makalah yang disampaikan pada Seminar Nasional dengan tema: "Membangun Epistemologi Psikologi Islami." Kami menyadari bahwa penerbitan prosiding ini sangat diantusias oleh para pemakalah yang sangat antusias dalam mengikuti kegiatan seminar nasional yang diselenggarakan pada tanggal 23 Juli 2011 di Kampus 1 Universitas Ahmad Dahlan.

Kami juga sangat bersyukur bahwa kegiatan seminar ini mendapatkan dukungan sepenuhnya dari universitas dan dekanat. Demikian pula dukungan kami peroleh dari pembicara utama: Prof. Dr. Amin Abdallah, Prof. Dr. Noeng Muhadjir dan Dr. Bagus Riyono, M.Sc., Psikolog. Prosiding ini memuat 12 makalah yang meliputi berbagai bidang minat psikologi.

Akhirnya kami menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi terhadap kegiatan seminar dan penyusunan prosiding ini. Demikian pengantar ini kami sampaikan. Semoga dengan sampainya makalah ini ke tangan para pembaca pada umumnya dan pemakalah pada khususnya, dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya. Kami sampaikan pula permohonan maaf atas kekurangan yang mungkin pembaca jumpai di prosiding ini. Akhir kata kami ucapkan selamat membaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 23 Juli 2011

Ketua Panitia

Dr. A.M. Diponegoro, M.Ag.

ETOS ISLAM: KAJIAN PSIKOLOGI

Dr. AM. Diponegoro, M.Ag
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan

Abstrak

Etos merupakan kajian baru yang muncul dalam beberapa disertasi psikologi. Misalnya etos kerja dan etos pendidikan yang merupakan bagian judul disertasi dan digunakan sebagai variable psikologi. Etos berasal dari bahasa Yunani dan kemudian masuk dalam bahasa Inggris dan Indonesia. Etos merupakan bagian dari emosi dan dikembangkan dari aspek kognisi manusia. Etos selalu dihubungkan dengan etika dan karakter. Etos Islam berhubungan dengan karakter Islam. Tulisan ini membahas asal-usul kata etos dan perkembangannya dalam tulisan-tulisan psikologi.

Kata kunci: etos Islam; etika; emosi dan kognisi

Etos Islam saat ini banyak ditemukan dalam misi dan visi pendidikan Islam di barat (Negara-negara di benua Eropa dan Amerika). Salah satu contoh tentang *Islamic ethos* yang ada dalam visi dan misi salah satu sekolah adalah sebagai berikut:

the purpose of our school is to set the foundation for the building of an Islamic personality; to provide students with the highest standards of education which will enable them to develop their self-knowledge, self-esteem and self-confidence, to distinguish right from wrong and to respect the law, to encourage pupils to accept responsibility for their behaviour, show initiative and understanding how they can contribute to community life, to provide them with a broad general knowledge of public institutions and services and assist pupils to

acquire and appreciation of and respect for their own and other cultures in a way that promotes tolerance and harmony between different cultural traditions which will help them to become responsible and productive citizens who will confidently meet the challenges of the future.

Dalam retorika klasik etos didefinisikan sebagai suatu daya tarik yang meyakinkan berdasarkan karakter pembicara/penulis atau karakter yang diproyeksikan atau penulis. Menurut Aristoteles, komponen-komponen utama dari suatu ethos yang meyakinkan adalah *good will*, kebijakan praktis, dan kebaikan. Kata sifatnya adalah *ethical* atau *ethotic*.
Skeptis/disbeliever/doubter/cynic

Lebih jauh dia menjelaskan, *pathos* merupakan psikologi emosi, sedang etos lebih mengarah kepada karakter yang berhubungan dengan perilaku sosial, sehingga nantinya akan muncul etos kolektif, yaitu semangat untuk hidup secara kolektif. Ini tidak sekedar suatu cara untuk mengarahkan kredibilitas seseorang dengan audiens, tetapi lebih pada studi saksama dari apa yang para penduduk Athena memandang sebagai kualitas-kualitas dari individu yang dapat dipercaya. (Herrick, 2001).

Etos dapat dipelajari dan dikembangkan melalui pendidikan yang antara lain dengan memanipulasi sistem memori kognisi maupun afeksi yang ada pada manusia. Memori terkait dengan etos yang diperlukan adalah dilakukannya pengulangan atau repetisi nilai-nilai positif universal sehingga menjadi memori jangka panjang.

Etos biasanya tersusun dari sejumlah kata yang berkaitan dengan karakter dan spirit. Tidak cukup satu atau dua kata yang sudah tersimpan terlebih dahulu dalam memori, dan bersifat abstrak. Misalnya etos dalam pendidikan Islam, maka memahami secara komprehensif dalam memori jangka panjang manusia harus sudah tersedia sejumlah kata yang mungkin jumlahnya ratusan yang berhubungan

dengan pendidikan. Misalnya subyek didik, moral, budaya karena pendidikan selalu berkaitan dengan budaya tertentu.

Pendidikan Islam akan berbeda dengan pendidikan Kristen. Etos pendidikan Islam tentu juga akan berbeda dengan etos pendidikan Kristen, bada dan Hindu.

Berbicara tentang etos pendidikan tidak dapat melepaskan diri dari etos Islam. Sekolah-sekolah islam yang tersebar di Eropa dan Amerika Nampak menonjolkan etos islam dalam pendidikan mereka. Individu bila berbicara mengenai etos islam, maka ia menyertakan pembicaraannya dengan firman Allah dan hadith nabi Muhammad s a w.

Islamic ethos refers to ethical norms and moral values that govern the conduct and behavior of ethnic, national and religious groups and individuals belonging to these segments of the society. These norms and values are clearly defined in the Qur'an. These values also reflect the inherent character of the system from which they have stemmed out. We shall, therefore digress to focus on the inherent character of Islam before we focus on Islamic ethos Ayat al-qur'an dan hadith yang mendasari etos islam. Ayat dan hadith berikut ini oleh sementara ahli dianggap sebagai spirit dari etos islam. Berikut dikutip dari sumber aslinya.

The Spirit of Islamic ethos is best reflected in the following verses of the Qur'an and a Tradition of the Prophet(saws). a) Surah Baqarah: 2:177 (Righteousness Defined) "Righteous is not whether you turn your face towards East or West, but righteousness is to believe in Allah, the Last Day, the Angels, the Books and the Prophets, to spend wealth out of love for Him on relatives, orphans, helpless, needy travelers, those who ask for and on the redemption of captives, to establish Salah (prayers), to pay Zakah (charity, to fulfill promises when made to be steadfast in distress, in adversity and at the time of war. These people are truthful and are among the pious." b) Surah Al-Anam - 6: 151-153 O Muhammad say " Come I will recite what your Rabb has forbidden you: not to commit Shirk with Him, be kind to your parents, not to kill your children on the pretext that you cannot support them. We provide sustenance for you and for them - not to commit shameful deeds whether open or secret, not to kill any soul forbidden by Allah except for the requirements of Justice. These are the things which he enjoined you so that you may learn wisdom. Furthermore not to go near the property of orphans except to improve it, until he attains maturity. Give full measure and just weight - we never charge a soul with more than it can bear. Whenever you speak, be just, even it affects your own relatives. These are the things, which He has enjoined on you so that you may be mindful. Verily this My way, the Right Way, therefore follow it and do not follow other ways for they will lead you away from His way." c) The Prophet Muhammad firmly adhered to these value prescribed in the Qur'an. He even incorporated them in the oath (Bayat) that

people took oath of allegiance on his hand. According to Ubadah idn Samit they were asked to affirm that "We would abide by him under all circumstances, that in richness as well as in poverty we will spend in the way of Allah, and that we will enjoin goodness and forbid evil and that we will tell the truth for Allah with least regard to consequences." (Sayyed Sabiq op. cit. p xiv – vol. on Zakat and AKata-kata yang

Biopsikologi etos Islam

Individu yang akan membicarakan etos biasanya sudah tersedia dalam memori jangka panjang tersebut biasanya disimpan di hippocampus atau di sekitarnya yang menurut beberapa ahli melibatkan hormone serotonin. Hippocampus terletak di bagian otak sebelah dalam. Bentuknya seperti kuda laut, berbentuk C yang berlubang di tengahnya (looped). Pembedahan terhadap orang yang dianggap rusak di daerah hippocampus menunjukkan bahwa orang tersebut kehilangan memori jangka panjang setelah di lakukan pembedahan. Memori jangka panjang sebelum dilakukan pembedahan masih utuh. Artinya ia masih bisa mengingat hal-hal masa lalu yang tersimpan sampai waktu hippocampusnya diangkat.

Etos dapat ditambahkan di lingkungan masyarakat, jika pembawanya memulai dari diri sendiri. bila seorang pembicara memiliki karakter yang buruk: pernyataannya akan menghadapi skeptisisme atau keraguan atau ketidakpercayaan; ia akan menemui kesulitan untuk membangkitkan emosi yang cocok dengan situasi; dan kualitas pembicaraannya akan dipandang secara negative (Williams, 2009).

Secara etimologi kata etos berasal dari Yunani yang berarti kebiasaan atau karakter. Etos yang ditemukan dan etos yang disituasikan (Invented ethos and Situated Ethos) menurut Aristoteles, individu dapat menemukan suatu karakter yang cocok untuk satu keadaan, ini merupakan etos yang ditemukan atau invented ethos. Jika individu cukup beruntung dengan memperoleh reputasi dalam suatu komunitas, mereka dapat menggunakannya sebagai bukti etis. Ini merupakan etos yang disituasikan (Crowley dan Hawbee, 2004).

Ada banyak daya tarik yang mungkin berkaitan dengan psikologi indigenous secara khusus dan psikologi pada umumnya. Untuk penelitian yang muncul dari usaha yang diasumsikan atau diduga oleh banyak pemerhati psikologi islam untuk berfikir dan bekerja dalam pola psikologi barat. Ada banyak keluhan bahwa pemerhati psikologi islam menggunakan metodologi yang tidak cocok dengan etos islam. Ada juga protes yang melawan psikologi barat secara umum dan secara khusus, melawan materialism mereka dan larangan data introspektif. Keadaan-keadaan ini dipercaya telah mencedarisi perkembangan dari suatu psikologi indigenous islami

Dalam bahasa Yunani, kata-kata etos mengacu pada orientasi dasar atau disposisi dari individu terhadap kehidupan. Asal kata-kata etos berarti suatu tempat tinggal (Drane, 1998). Secara alami, ethos suatu budaya memerankan peran penting dalam pertumbuhan psikologi (terutama *indigenous psychology*). Sebagai contoh adalah India, seperti ethos diekspresikan secara tepat dalam kitab Rig Weda dalam rangkaian kata-kata berikut ini: "*Naturally, the ethos of a culture plays a seminal role in the growth of indigenous psychology. In case of India the ethos is expressed most appropriately in Rig Veda in the following words: let noble thoughts come to us from all directions* (Ganguly, 2003)"

Mirip dengan ungkapan ini adalah perkataan ulama: kalimah yang bijak itu merupakan barang hilangnya orang mukmin. Adapun *kalimat hikmah* itu *barang hilangnya orang iman* di mana dia menjumpai maka *orang iman* yang lebih berhak atas *kalimat* tersebut".

kalimat itu berdasarkan perkataan para ulama diantaranya Ibn Qayyim rahimahullah dalam satu kitabnya, akan tetapi ada yang memahaminya secara marfu. Tidak ditemukan 'yang shabih' dalil yang menguatkannya.

Memang ada hadits berbunyi :

الكلمة الحكمة صلاة المؤمن حينما وجدها فهو أحق بها

Artinya : "Adapun kalimat hikmah itu barang hilangnya orang iman di mana dia menjumpai maka orang iman yang lebih berhak atas kalimat tersebut".

Tapi hadits ini lemah sekali, diriwayatkan oleh Tirmidizi (5/51) no. 2687, beliau mengisyaratkan kelemahannya sebab Ibrahim ibn Al-Fadhl Al-Makhzumi dengan berkata, "Gharib... dan seterusnya". Ibn Majah (2/1395) no. 4169 – ini lafazhnya, dari Abu Hurairah radhiyallahu'anhu. Lihat Ibn Hibban dalam Adh-Dhu'afa (1/104 – biografi no. 15, Ibrahim ibn Al-Fadhl Al-Makhzumi).

Imam Al-Albani berkata, "Dha'if jiddan" (lemah sekali).

Ada juga hadits yang mirip :

احببوا على المؤمنين ضللتهم قالوا وما ضلالة المؤمن قال العلم

Artinya : "Simpanan apa yang hilang dari kaum mukmin". Para sahabat bertanya, "Apa gerangan yang hilang dan sedang dicari kaum mukmin?". Beliau menjawab, "Ilmu".

Hadits ini yang menganggap sebagai hadits maudhu (palsu), Diriwayatkan oleh Ad-Dailami (1/20), didalam sanadnya ada Ziad ibn Abi Hasan yang terbukti banyak meriwayatkan hadits-hadits palsu. Juga ada Bakr ibn Khunais seorang perawi dha'if. Lihat Silsilah Adh-Dha'ifah no. 821.

Ethos dapat pula berarti *spirit*, sebagaimana ungkapan Taji Farouki (2003): "*Instead, this method is often 'reduced to using a single term or verse to interpret another term or verse' rather than to determine the Qur'anic ethos or spirit*" (Farouki, 2006).

Metode ini tidak sering dipakai untuk penafsiran lain daripada kata etos seperti yang disebutkan di dalam Al-Qur'an), tetapi dalam paragraph yang lain ternyata Farouki (2006) membedakan antara arti *ethos* dan *spirit*.

Kata-kata lain yang digunakan oleh Farouki untuk memaknai etos sebagai

ethos. Bila dikaitkan dengan ajaran Islam, *etos* dapat pula dibagi dua: *pre Islamic ethos* dan *Islamic ethos* (Ehrlich, 2006).

Etos Islam dapat dibagi-bagi lagi dan dinyatakan dengan istilah yang bermacam-macam. Misalnya etos jihad (dalam arti luas jihad tidak hanya mempertahankan diri dari gangguan musuh, tetapi juga mempertahankan kesejahteraan orang tua; etos belajar sebagaimana firman Allah: kobarkanlah orang-orang beriman untuk berperang; berlomba-lombalah untuk ampunan dari tuhanmu dan surga yang luasnya meliputi semua langit dan bumi. Disediakan untuk mereka yang beriman kepada Allah dan utasan-utassannya; tuntatlah ilmu dari buaian hingga liang kubur) kalimat-kalimat yang ditemukan dalam al-qur'an dan hadith yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan seperti: Allah mengangkat orang-orang yang beriman dan diberi ilmu beberapa derajat. Allah memberikan seseorang yang mendengar dari kami hadith kemudian ia menyampaikan pengetahuan tersebut. Maka banyak dari mereka yang diberi tahu lebih memahami daripada orang yang mendengar. Kalimat-kalimat yang keluar dari mulut nabi Muhammad dan firman Allah tersebut merupakan kalimat yang dapat memunculkan etos pendidikan yang islam yang tangguh.

Tatkala berbagai pemikiran diterima dari arah yang berbeda dan kelompok yang berbeda memiliki tradisi-tradisi yang panjang dan kaya baik dari agama dan filsafat, berabad-abad pengalaman migrasi, invasi, penguasa asing, dan meningkatnya sentuhan-sentuhan dengan pengaruh luar, maka budaya menampilkan diri sebagai budaya yang pluralistik .

When thoughts are welcomed from different directions and diverse groups of people have rich and long traditions of religion and philosophy, centuries of experience of migrations, invasions, and alien rule, and increasing exposure to foreign influences, the culture is rendered highly pluralistic.

(Ketika pemikiran-pemikiran datang dari berbagai arah dan grup masyarakat memiliki tradisi agama dan filsafat yang kaya dan panjang, pengalaman migrasi berabad-abad, invasi, penjajahan asing serta peningkatan pengaruh asing, maka budaya menjadi sangat pluralistik).

Migrasi, invasi dan aturan orang lain, dan meningkatkannya tekanan dari pengaruh luar. Ethos egalitarian dalam Al Qur'an ternyata menjadi isu sentral beberapa penulis muslim, sebagaimana ungkapan Kaltner J. yang menyatakan:

"The diverse cultural influences can be arranged into broad streams. They are the western influences with the Islamic wisdom enshrined in various religious texts and scriptures. And the folkways that reflect the confluence.

(Pengaruh keberagaman budaya dapat dibagi menjadi dua aliran luas. Mereka adalah pengaruh barat dan kebijaksanaan Islam yang diabadikan dalam teks-teks suci keagamaan. Dongeng mencerminkan pertemuan kedua hal tersebut).

Sejalan dengan pendapat Kaltner (2011) di atas, Misra dan Ajit (2002), menyatakan bahwa:

In case of India, the ethos is expressed most appropriately in Rg Veda in the following words: Let noble 'thoughts come to us from all directions' When thoughts are welcome from different directions and diverse groups of people having rich and long traditions of religion and philosophy, centuries of experiences of migrations, invasions, alien rule, and increasing exposure to foreign influences, the culture is rendered highly pluralistic. Naturally, the indigenous psychology has to be integrative in accommodating the various forces into a comprehensive framework" (Misra dan Mohanty, 2002).

(Berkaitan dengan India, makna etos yang paling tepat terdapat dalam Rg Veda dalam kata-kata berikut: Mari pikiran yang mulia datang kepada kita dari segala arah "Ketika pikiran disambut dari arah yang berbeda dan beragam dari kelompok orang yang memiliki tradisi lama dan kaya mengenai agama dan filsafat, pengalaman migrasi berabad-abad, invasi, aturan asing, dan meningkatkan pengaruh asing, budaya yang diberikan sangat pluralistik. Tentu, psikologi indigenous pribumi harus integratif dalam mengakomodasi berbagai kekuatan ke dalam kerjasama yang komprehensif.

Perlu Etos kolektif atau etos yang mendasari kehidupan berjamah, dan berorganisasi.

Disamping itu diperlukan ethos yang menekankan pentingnya disiplin dan mempromosikan kepercayaan, suatu perasaan berharga dan menghormati satu sama lain. Etos islam dapat dijadikan rujukan atau referensi.

...there must be an ethos which emphasizes the importance of developing self discipline and promotes confidence, a feeling of self worth and respect for each other

Ethos disini dapat berarti spirit yang dikaitkan dengan karakter.

Menurut Geertz, budaya juga mencakup etos—suatu dimensi yang secara luas diabaikan dalam literatur multikultural konseling. Etos adalah afektif (berhubungan erat dengan emosi), estetis, dan dimensi moral dari kehidupan manusia yang menyifati atau membuat karakter, budaya dan anggota anggotanya.

It is 'the tone, character and quality of their life, its moral and aesthetic style and mood; it is the underlying attitude towards themselves and their world that life reflects (Hoshmand, 2006). Western approaches in favor of approaches that are congruent with the local ethos, and what are credible ways of addressing human problems. Indigenous approaches, however, need to be qualified by judicious adoption and judgment. The question remains as to whether it is always more effective to follow indigenous healing practice than to adopt western psychotherapy and counseling in non western context (Hoshmand, 2006).

(Inilah 'nada, karakter dan kualitas hidup mereka, moral dan gaya estetika serta suasana hati, inilah sikap yang mendasari diri dan cerminan dunia mereka. Barat melakukan pendekatan yang kongruen dengan etos lokal, dan cara yang kredibel untuk mengatasi permasalahan manusia. Namun, pendekatan adat, harus memenuhi syarat sesuai adopsi kebijaksanaan dan penghakiman. Pertanyaannya adalah apakah mengikuti praktek penyembuhan selalu lebih efektif daripada mengadopsi adat dari psikoterapi dan konseling barat dalam konteks non-Barat).

He commented on the importance of understanding the cosmology and ethos of other cultures (Hosmamd, 2006). Brownell warned that the tendency to overstate the impact of personal behavior on health could feed the victim-blaming ethos that is already strong in western societies (Mark, 2011). Ewald Hering dkk continue to propagate the scientific ethos of modern psychology. The literature so far has provided evidence of Asian family business as a provider for meeting the needs of local Asians as well as showing sustainable progress in maintaining an Asian cultural ethos in business functions.

(Hosmamd mengomentari pentingnya pemahaman pada kosmologi dan etos budaya lain. Brownell mengingatkan bahwa tendensi berpengaruh terhadap perilaku dan kesehatan individu korban pengadaaan etos yang sudah tertanam kuat pada masyarakat barat. Ewald Hering dkk. melanjutkan untuk menyebarkan etos ilmiah pada psikologi modern. Referensi itu demikian jauh telah menyajikan bukti-bukti usaha keluarga Asia sebagai penyedia kebutuhan untuk pertemuan lokal Asia, demikian juga kemajuan yang terlihat dalam memelihara kelestarian budaya etos Asia dalam fungsi-fungsinya).

Spirit yang sering dikaitkan dengan etos adalah merupakan bagian dari emosi. Emosi dapat diartikan sebagai aktivitas badaniah secara ekstrnal, baik berupa reaksi menyenangkan maupun tidak menyenangkan terhadap peristiwa atau suatu kondisi mental tertentu. Reaksi menyenangkan terkait dengan emosi positif, sedangkan reaksi tidak menyenangkan terkait dengan emosi negatif (Shohov dan Bluck, 2004). Emosi positif dan negatif ini dipengaruhi oleh budaya (Kitayama dan Cohen, 2001).

Etos dan emosi: Tinjauan psikologis

Etos sebagaimana dipaparkan di atas sangat condong terhadap emosi atau perasaan manusia. Perasaan (*feeling*) dan emosi (*emotion*) merupakan bagian integral dari pengalaman manusia. Istilah perasaan mengarah pada macam-macam emosi dalam aktivitas keseharian (Diener, 2000). Selanjutnya Tellegan *et al.* menyatakan bahwa setiap pengalaman emosional akan berkaitan dengan afektif

atau *feeling tone*, yang dapat bervariasi antara sangat menyenangkan sampai dengan sangat tidak menyenangkan. Afek dengan demikian berkaitan dengan emosi (Lewis, 2010).

Penelitian-penelitian yang menggunakan unsur afektif manusia (misalnya afek positif dan afek negative) sering menggunakan istilah emosi (Sander, David, dan Scherer, 2009). Sarafino (2006) mengartikan emosi sebagai perasaan subjektif yang mempengaruhi dan dipengaruhi oleh pikiran, perilaku dan fisiologis (*Emotion is a subjective feeling that affects and is affected by our thoughts, behavior, and physiology*). Sebagian emosi bersifat positif (seperti senang, kasih sayang) dan sebagian yang lain adalah negatif (seperti marah, takut, sedih), terlihat bahwa Sarafino tidak membedakan antara afek dan emosi.

Menurut Allah dalam Al-Quran, rahmat, kesenangan di dunia dan di akhirat, kerelaan Allah adalah harapan tertinggi manusia, tetapi bentuk emosi-emosi negative yang lain seperti kecemasan, ketakutan, juga perlu diperhatikan dan diarahkan. Misalnya rasa takut diarahkan untuk membuat individu takut kepada siksa Allah sehingga individu dibuat takut untuk melakukan pelanggaran-pelanggaran terhadap larangan-larangan Allah.

Allah sendiri menjelaskan bahwa adanya larangan dan perintah itu untuk kebaikan atau kesejahteraan manusia itu sendiri. Manusia tidak perlu menghilangkan rasa takutnya atau rasa cemasnya. Hanya perlu petunjuk atau ilham dari Allah agar rasa takutnya kepada aturan atau mendukung perintah dan larangan Allah. Nabi Muhammad s a w banyak membaca doa: *ya muqallibal qulub; thabbit qalbi 'alaa dinik* yang artinya: wahai tuhan yang membolak-balikkan hati, tetapkanlah hatiku pada agamamu (aturanMu). Artinya : bahwa hati yang merupakan gudang segala emosi ini menjadi terarah kepada aturan-aturan yang sudah ditetapkan Allah. Baik emosi senang; susah, gembira; cemas; merasa beruntung; merasa menang; dan bentuk bentuk emosi lain, baik positif maupun negative.

Nabi Muhammad mengajarkan doa lain yang mirip dan sering beliau baca yaitu *Allahumma alhainii rusydii rusydii, wa a'idznil min syarri nafsi:* ya Allah ilhamkanlah petunjukku dan lindungilah diriku dari kejahatan diriku, juga

ketakutan yang menyenangkan, seperti emosi taqwa kepada Allah. takut dalam pengertian ini bukanlah takut cemas (*anxiety*), tetapi takut yang dapat memelihara (*wiqayah*) manusia dari tindakan yang tak patut. Cemas pun dalam keadaan tertentu perlu dimunculkan. Cemas bila doa tidak terima karena banyak melakukan pelanggaran dan tidak mau melakukan amar ma'ruf dan nahi munkar. Cemas kalau ternyata amal soleh yang diandalkan ternyata tidak dibungkus rahmat Allah. Dalam hal ini, Al-quran tak henti-bentinya memotivasi manusia agar memperoleh dan mengembangkan emosi positif dan negative secara proporsional (Gade, 2004). Allah berfirman bahwa segala sesuatu ia ciptakan dengan ukuran tertentu. Intensitas reaksi emosi positif maupun negative dalam menghadapi sesuatu yang diharapkan atau kegagalan bervariasi tergantung keimanan manusia atau secara singkat di bawah kondisi-kondisi yang berbeda (Sala, Pedro, dan Urbán, 2009).

Kesimpulan

Etos walaupun banyak bermuatan emosi, tetapi pada awalnya tumbuh berdasarkan kognisi individu. Etos islam ditambahkan berdasarkan ajaran islam. Aturan tersebut dapat berupa perintah dan larangan atau teladan dari kisah-kisah yang harus diikuti. Perintah solat, puasa, zakat, berjuang menegakkan aturan Allah dan doa serta larangan-larangan Allah yang tersebar di dalam al-Qur'an dan sunnah nabi Muhammad s a w merupakan ajaran-ajaran yang dapat memunculkan etos islam.

Daftar Pustaka

- Sharon Crowley and Debra Hawhee, *Ancient Rhetorics for Contemporary Students, Third Edition, 316-329* (CUP, 2004)
- Drane, J. F. (, 1988), *Becoming a good doctor: The place of virtue and character in medical ethics* Kansas City, MO: Sheed & Ward hlm. 169.

- Ganguly, A. P., (2003), *Netaji Subhas confronted the Indian ethos, 1900-1921: Yogi Sri Aurobindo's 'Terrorism', poet Tagore's 'Universalism', and Mahatma Gandhi's 'Experimental non-violence Dehra Dun, itaranchal, India: Vedantic Res. Publ hlm. 46.*
- Taji-Farouki, S. (2006). *Modern Muslim Intellectuals and the Qur'an* (Oxford [u.a.]: Oxford Univ Pr.
- Irving, T. B., Ahmad, K., dan Ahsan, M. M., (1979). *The Qur'an : Basic teachings : an anthology of selected passages from the Qur'an, translated into contemporary English with an introduction to the message of the Qur'an* Leicester Leicestershire
- Ehrlich, C. S., *Saul in story and tradition* (Tubingen: Mohr Siebeck 2006), hlm. 269.
- Kaltner, J. *Introducing the Qur'an: For today's reader* (Minneapolis: Fortress Press 2011), hlm.
- Misra, Girishwar and Ajit K. Mohanty (2002). *Perspectives on Indigenous Psychology* (New Delhi: Concept Pub. Co
- Yang, Guoshu (2003). *Progress in Asian Social Psychology: Conceptual and Empirical Contributions* (Westport, Conn. [u.a.]: Praeger
- Hoshmand, Lisa Tsoi (2006). *Culture, Psychotherapy, and Counseling: Critical and Integrative Perspective* Thousand Oaks, Calif: Sage Publications
- Marks, David F., (2011). *Health Psychology: Theory, Research and Practice* (Los Angeles, Calif. ; London: Sage
- Jackson, Paul, and Manfusa Shams, (, 2006) *Developments in Work and Organizational Psychology: Implications for International Business*. International business and management series, 20 (Amsterdam [u.a.]: Elsevier
- Shohov, Serge P., dan Susan Bluck (2004). *Advances in Psychology Research, Vol.30* New York, N.Y.: Nova
- Kitayama, Shinobu, dan Dov Cohen (2001) *Handbook of Cultural Psychology* New York: Guilford

Diener, E., (2000). Subjective Well-being. The Science of Happiness and Proposal for a national index *American psychologist*, 55: 2000), hlm. 34-43.

Lewis, Michael (2010) *Handbook of Emotions* New York, NY [u.a.]: Guilford

Humphrey, Ronald H (2008). *Affect and Emotion: New Directions in Management : Theory and Research* Charlotte, NC: Information Age Pub

Sander, David, dan Klaus R. Scherer (2009). *The Oxford Companion to Emotion and the Affective Sciences* Oxford: Oxford University Press

Sarafino, Edward P (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (Hoboken, NJ: John Wiley

Winfield, A. J., Judith A. Rees, dan Ian Smith (2009). *Pharmaceutical Practice* Edinburgh: Churchill Livingstone/Elsevier

Wierzbicka, Anna, (1999). *Emotions Across Languages and Cultures: Diversity and Universals* (Cambridge [u.a.]: Cambridge Univ. Press [u.a.].

Monferrer Sala, Juan Pedro, dan Angel Urbán (2009). *Sacred text: explorations in lexicography* Frankfurt am Main: Peter Lang

Gade, Anna M., (2004). *Perfection Makes Practice: Learning, Emotion, and the Recited Qur'ân in Indonesia* Honolulu: University of Hawai'i Press