

## **Interpretasi Cinta Perspektif Al-Qur'an dalam Bingkai Psikologi Humanistik**

### **Anggun Ama Saleha**

Institut Agama Islam Darussalam (IAID) Ciamis  
[ammaAnggun@gmail.com](mailto:ammaAnggun@gmail.com)

### **Otong Suhendar**

Institut Agama Islam Darussalam (IAID) Ciamis  
[suhendar85@iaid.ac.id](mailto:suhendar85@iaid.ac.id)

### **Titin Yuniartin**

Institut Agama Islam Darussalam (IAID) Ciamis  
[titin\\_yuniar80@iaid.ac.id](mailto:titin_yuniar80@iaid.ac.id)

### **Abstrak**

Melihat beberapa fenomena cinta yang terjadi di modern ini. Salah satunya yaitu bahwa cinta mejadi alasan manusia untuk tetap hidup. Bahkan tidak sedikit yang menganggap bahwa cinta menjadi alasan antara hidup dan mati, seolah cinta menjadi satu satunya sarana kebahagiaan setiap manusia. Yang mana pernyataan tersebut sudah disalahartikan oleh sebagian masyarakat, bahwa ketika mansia sudah mencapai cinta nya disitulah letak kebahagiaannya, begitu pula ketika manusia tidak mencapai cinta nya ia akan hilang dari kesadaran atas dirinya sendiri. Penulis akan mencoba meneliti persoalan mengenai cinta, dimana cinta sangat akan memberikan dampak besar terhadap manusia, seperti halnya gangguan dalam psikis manusia itu sendiri. Psikologi humanistik menjadi pilihan penulis untuk dijadikan pendekatan dalam tulisan ini, yang menurut nya pendekatan inilah yang akan memberikan sedikit jawaban atas keresahan-keresahan penulis dalam memecahkan persoalan mengenai cinta di era modern ini.

**Kata Kunci:** Cinta, Al-Qur'an, Psikologi Humanistik

### **Abstract**

*See some of the love phenomena that occur in modern times. One of them is that love is the reason humans live. In fact, quite a few people think that love is the reason between life and death, as if love is the only means of happiness for every human being. This statement has been misinterpreted by some people, that when a person has achieved his love that is where his happiness lies, likewise, when a person does not achieve his love he will lose consciousness of himself. The author will try to research the issue of love, where love will have a big impact on humans, such as disturbances in the human psyche itself. From an Islamic perspective, Allah commands every one of His servants to always*

*give love to whatever they do, one of which is when they have succeeded in obeying all the orders of His messenger, namely the Prophet Muhammad, then that is true love. Humanistic psychology was the author's choice to use as an approach in this article, according to him, this approach will provide some answers to the author's concerns in solving problems regarding love in this modern era.*

**Keywords:** *Love, Al-Qur'an, Humanistic Psychology*

## **A. Pendahuluan**

Cinta merupakan elemen penting bagi manusia. karena cinta menjadi landasan penting atas berlangsungnya kehidupan manusia di dunia ini. Cinta juga menjadi langkah akhir dari sebuah perjalanan spiritual untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan.<sup>1</sup> Namun, pada realitanya hal ini tentu tidak lagi menjadi landasan, dikarenakan terjadinya kegelisahan yang disebabkan oleh cinta itu sendiri terhadap apa yang ada di dunia, dengan cara yang berlebihan yang mana hal itu memicu beberapa persoalan yang bersifat negatif. Diantara persoalan itu ialah, takut akan kehilangan apa yang dicintai sehingga melakukan hal-hal yang negatif, selalu merasa kekhawatiran yang berlebihan kepada yang dicintai, melakukan hal negatif dikarenakan cinta yang tak sampai. Itu semua persoalan yang sudah sangat sering terjadi di era modern ini, sehingga cinta sudah tidak lagi menjadi elemen yang memiliki makna keindahan. Selain itu, dalam islam, mengatakan bahwa cinta yang seharusnya itu hanyalah cinta kepada Allah dan tidak ada lagi yang pantas untuk dicintai selain Allah Swt, bahkan disebutkan cinta itu bisa dibuktikan dengan mentaati semua ajaran Nabi Muhammad saw dengan kesesuaian yang sudah Allah tetapkan dalam al Qur'an.<sup>2</sup> Dari uraian diatas, maka permasalahan cinta selalu dan akan terus menjadi suatu persoalan yang sangat menarik untuk dikaji. Oleh karena itu, penelitian ini mengangkat topik konsep cinta perpektif al Qur'an yang dibaca melalui kaca mata psikologi humanistik.

Cinta selalu berkaitan dengan keindahan dan kepemilikan, yang selalu identik dengan kebahagiaan, begitu pula dalam pandangan sufisme, cinta adalah anugrah dari Allah untuk hamba Nya. Namun, melihat era modern ini, cinta bahkan menjadi boomerang bagi siapa saja yang berani jatuh kepadanya. Isu-isu tentang kekerasan dalam percintaan sudah tidak menjadi hal yang asing, manusia mengatasmakan cinta hanya untuk meraih kebahagiaan, tanpa disadari itulah yang sebenar-benarnya kedzaliman. Allah telah menjelaskan dalam firman Nya Qur'an Surat at Taubah ayat 24, yang menjelaskan bahwa tidak

---

<sup>1</sup> Rakhmat Jalaluddin, *Meraih Cinta Ilahi Pencerahan Sufistik*, ed. Ilman F. Rakhmat (Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2000) hal 16.

<sup>2</sup> Rakhmat, *MERAIH CINTA ILAHI Pencerahan Sufistik*. Hal. 23.

ada cinta yang hakiki selain cinta hanya kepada Allah Swt, dan barang siapa cinta nya melebihi cinta kepada Allah maka Allah tidak akan memberikan petunjuk apapun baginya. Ibnu Qayyim al Jauziyyah mengatakan bahwa cinta itu awal dari segala nya, seorang hamba tidak akan bisa selamat dari adzab tanpa cinta nya Allah, maka hendaklah manusia berperilaku dengan cinta.<sup>3</sup> Dan ketika hamba itu sudah mencapai cinta Allah Swt itu lah cinta yang hakiki. Hal ini ditegaskan oleh Rabi'ah Al-Adawiyah dengan konsep *mahabbah* nya atau cinta ilahi.

Adapun penelitian terdahulu yang sudah lebih awal mengkaji mengenai konsep cinta perspektif al Qur'an telah dibahas oleh beberapa peneliti. Antara lain tulisan Al Faisal yang membahas konsep cinta dalam tafsir al-Maraghi. Faisal menjelaskan bahwa cinta menurut al-Maraghi manusia harus betul-betul mencintai Allah dengan sepenuhnya, dan mengakui bahwa ketika cinta Allah Swt sudah diraih maka seluruh apa yang ada di dunia akan mengikutinya.<sup>4</sup> Mujetaba Mustafa yang mengkaji konsep cinta dalam Al-Qur'an secara tematik. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *mahabbah* bukan hanya sebatas dimaknai dengan merindu atau memuji Nya, tetapi ia juga harus teraktualisasi dalam wujud sikap peduli sesama manusia.<sup>5</sup> Selanjutnya penelitian Lalu Abdurrahman yang membahas tentang cinta perspektif Rumi. Hasil penelitian dan pembahasannya menunjukkan bahwa psikologi cinta yang dipersembahkan oleh Rumi dapat diimplementasikan dalam permasalahan kejiwaan psikologis, dan mental manusia.<sup>6</sup>

Hasil penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terdapat persamaan, yaitu sama sama membahas mengenai konsep cinta perspektif al Qur'an. Namun, terdapat pula perbedaan diantara, salah satunya yaitu jika penelitian terdahulu membahas konsep cinta perspektif al Qur'an dengan menafsirkan ayat ayat al Qur'an menggunakan berbagai tafsiran, sedangkan penelitian sekarang akan membahas konsep cinta perspektif al Qur'an dengan menganalisis menggunakan Psikologi Humanistik.

Permasalahan utama dalam penelitian ini ialah terdapat beberapa persoalan mengenai cinta dalam pandangan psikologi, dengan rumusan masalah bagaimana al Qur'an menanggapi persoalan modern ini. Penelitian ini bertujuan untuk membahas sekaligus mencari jawaban atas keresahan peneliti dalam berbagai persoalan mengenai cinta.

Cinta dalam Al-Qur'an memiliki dimensi yang lebih transenden dan suci dibanding cinta yang berdasarkan hasrat. Jika menilik kembali QS. at Taubah

---

<sup>3</sup> AlFaisal, "Konsep Cinta Menurut Al-Qur'an," *Skripsi Jurusan Tafsir Hadits Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta* (2003): 2,

<sup>4</sup> AlFaisal, "Konsep Cinta Menurut Al-Qur'an."

<sup>5</sup> Mujetaba Mustafa, "Konsep Mahabbah Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)," *Al-Asas IV*, no. 1 (2020): 41-53.

<sup>6</sup> Lalu Abdurrahman, "KONSEP PSIKOLOGI CINTA JALALUDDIN RUMI" (2020).

ayat 24, menyebutkan bahwa manusia sangat berkemungkinan mencintai apa saja yang mereka anggap berharga, karena cinta mempunyai hak tersendiri. Dalam ayat ini Allah tidak menyebutkan bahwa mencintai selain Nya adalah larangan, tetapi jika cinta itu melebihi cinta yang seharusnya yaitu cinta kepada Allah, maka itu sudah menjadi sebuah kesalahan, dan janji Allah itu nyata. Jelas, bagaimana posisi Al-Qur'an lebih menekankan cinta yang transenden.

## B. Kerangka Konseptual

### *Cinta dalam Islam*

Islam merupakan agama yang sangat kental dengan berbagai 'peraturan', tentunya peraturan yang mengacu pada hukum. Hampir semua hal diperbincangkan dalam islam. Salah satunya ialah perbincangan mengenai cinta. Perihal tentang cinta, tidak akan ada habis-habisnya untuk selalu diperbincangkan. Islam tidak melarang seorang untuk mencintai, justru Allah sengaja menciptakan rasa cinta untuk hamba Nya agar mereka selalu ingat bahwa ketika mereka telah mencapai cinta Allah Swt, maka dengan mudah mereka bisa meraih apa saja yang ada di dunia. Ketaatan terhadap semua ajaran Nabi Muhammad saw merupakan bukti bahwa hal itu merupakan syarat agar dicintai oleh Allah swt. Sebagaimana dalam firman Allah, dalam Qur'an surah Ali Imran ayat 31-32:

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ ٣١ قُلْ أَطِيعُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ فَإِنْ تَوَلَّوْا فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْكٰفِرِينَ

"Katakanlah: 'Jika kamu (benar-benar) mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mengasihi dan mengampuni dosa-dosamu". Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. Katakanlah: "Taatilah Allah dan Rasul-Nya; jika kamu berpaling, maka sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang kafir". (QS. ali Imran: 31-32).

Ayat di atas menjelaskan bahwa mencintai Allah tidak cukup hanya sekedar pengucapan saja. Islam telah menjelaskan bahwa segala hal selalu memiliki keterkaitan dengan yang namanya peraturan. Peraturan yang tentunya memiliki alasan tersendiri yang telah ditentukan oleh syariat agama islam. Hal ini membuktikan bahwa ketika seorang hamba selalu mentaati semua ajaran nabi, sudah tentu hal itu berkemungkinan besar menuntun mereka ke dalam pintu gerbang cinta yang hakiki.

Menjadikan cinta antar manusia sebagai cara pertama untuk menuju cinta nya Allah sangat lah salah, hal itu tidak disetujui oleh para pakar tasawuf. Bahkan, dari sekian banyak pakar tasawuf yang memperbincangkan mengenai cinta, tidak ada satu pun yang berpendapat bahwa cinta manusiawi adalah suatu

jalan menuju jalan cinta nya Allah swt.<sup>7</sup> Hal ini didukung dengan firman Allah dalam Qur’an surah al Baqarah ayat 165, yang berbunyi:

وَمِنَ النَّاسِ مَن يَتَّخِذُ مِن دُونِ اللَّهِ أَندَادًا يُحِبُّوهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ وَلَوْ يَرَى  
الَّذِينَ ظَلَمُوا إِذْ يَرُونَ الْعَذَابَ أَنَّ الْقُوَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا وَأَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعَذَابِ ١٦٥

”Dan di antara manusia ada orang-orang yang menyembah tandingan-tandingan selain Allah; mereka mencintainya sebagaimana mereka mencintai Allah. Adapun orang-orang yang beriman amat sangat cintanya kepada Allah. Dan jika seandainya orang-orang yang berbuat zalim itu mengetahui ketika mereka melihat siksa (pada hari kiamat), bahwa kekuatan itu kepunyaan Allah semuanya, dan bahwa Allah amat berat siksaan-Nya (niscaya mereka menyesal).”

Menurut penafsiran Ibnu Katsir, ayat di atas menceritakan bagaimana keadaan kaum kafir ketika mereka di dunia dan ketika kelak nanti di negeri akhirat, disebabkan karena mereka menjadikan sekutu-sekutu dan tandingan-tandingan yang mereka sembah lalu mereka mencintai sekutu mereka sama seperti ketika mereka mencintai Allah Swt. Padahal realitasnya, tidak ada penyembahan selain kepada Allah Swt, begitu pula dengan cinta. Yang berhak manusia cintai hanyalah Allah Swt, tiada lainnya.

### **Pengertian Mahabbah dalam al Qur’an**

Secara harfiah, *mahabbah* berasal dari kata *ahabba* – *yuhibbu* – *mahabbatan* yang memiliki makna mencintai secara dalam, cinta yang sangat dalam.<sup>8</sup> Bisa juga diartikan pada kata *al wadud* yang berarti kasih sayang atau menyayangi. Dengan pernyataan ini, menyatakan bahwa terkadang kata ini ditemukan dalam bentuk *tsulasi mazid* atau (kata berupa tiga huruf) dengan penjelasan huruf tambahan dalam kata asli yang terdiri dari dua huruf. Contoh, penambahan huruf *alif* dalam kata *hubb* yang terdiri dari dua huruf yaitu *ha* dan *ba*. Salah satu yang menjadi fungsi dalam kata ini ialah memerlukan objek. Dan ternyata bentuk kata seperti ini sering muncul dalam al Qur’an. Sementara dalam al Qur’an yang menggunakan kata *mahabbah* hanya terdapat satu kata yang tertera dalam surat Thaha ayat : 39.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, cinta berarti suka sekali, kasih sayang, lebih tepatnya, mencintai berarti menaruh hati kepada yang dicintai, dengan arti memberikan semua rasa kepada yang dicintai. Ada juga yang memaknai bahwa cinta adalah perasaan susah hati, maksudnya khawatir, takut

<sup>7</sup> Sihab M. Quraisy, *Jawabannya Adalah Cinta*, ed. SF Qamaruddin, PT. Lenter. (Tangerang, 2019).

<sup>8</sup> Dani Samdani, *Hakikat Mahabbah Dalam Perspektif Tafsir Al Sha’rawi*, ed. Zulfa (Sukabumi: Haura Utama, 2022).

dan lainnya; rasa rindu, sangat mengharapkan sesuatu, rasa sayang (rasa) berani, sangat tertarik hatinya. Dua pendapat mengenai pemaknaan cinta ini ternyata cenderung lebih bisa diartikan dalam arti emosional nya, dengan kesimpulan bahwa cinta dapat dimaknai sebagai perasaan yang muncul dari hati tanpa ingin mewujudkan rasa tindak-lanjut atas perasaan itu pada tataran sebagai wujud nyatanya.

Jika melihat makna cinta secara bahasa yang berarti kasih sayang, apabila ditinjau dari segi bahasa arab hampir identik dengan makna *al rahmah* yang berasal dari kata *rahima* – *yarhamu* – *rahmatan* yang berarti mengasihi atau kasih sayang.

### C. Metodologi Penelitian

Penelitian ini termasuk pada penelitian kualitatif, meminjam uraian Rukin “*penelitian kualitatif adalah riset yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif.*”<sup>9</sup> Penelitian ini, menekankan pada makna dan *interpretative reseach* yang lebih kepada studi pustaka atau *library reseach* yang didominasi buku-buku sebagai objek pengumpulan data penelitian, sebagai sumber yang akan digunakan. Data-data tersebut, senantiasa dielaborasi secara analitis dan kritis.

### D. Penafsiran Surah At-Taubah Ayat 24

قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسْكِنٌ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ

“Katakanlah: "jika bapa-bapa, anak-anak, saudara-saudara, isteri-isteri, kaum keluargamu, harta kekayaan yang kamu usahakan, perniagaan yang kamu khawatiri kerugiannya, dan tempat tinggal yang kamu sukai, adalah lebih kamu cintai dari Allah dan Rasul-Nya dan dari berjihad di jalan-Nya, maka tunggulah sampai Allah mendatangkan keputusan-Nya". Dan Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang yang fasik.” (QS. at Taubah: 24).

Terdapat lafal *ahabba*, mengandung makna yang memerlukan objek, artinya terdapat penambahan huruf pada awal kata yaitu huruf *alif*, khusus dalam kata ini bermakna “lebih dicintai”. Dalam tafsiran ibnu katsir, mengatakan bahwa Allah Swt. telah memerintahkna kepada Rasul-Nya untuk memperingatkan seluruh umat manusia yang lebih mengutamakan keluarga dan kerabatnya, usaha yang diperoleh dan harta benda yang mereka miliki daripada

---

<sup>9</sup> Rukin, *Metode Penelitian Kualitatif* (Takalar: Yayasan ahmar Cendekia, 2019), 6.

Allah Swt., Rasul-Nya dan daripada jihadnya kepada Allah Swt., maka Allah Swt. tidak akan memberikan petunjuk bagi mereka.<sup>10</sup>

Dalam hal ini, bisa dipahami bahwa mencintai dunia, membuat manusia lupa akan hakikat kehidupan mereka yang sesungguhnya. Cinta dunia hanya akan menjadikan manusia budak dunia. Dunia akan sangat mudah menguasai diri manusia, karena dunia yakin bahwa manusia itu sudah mencintai dunia dan seisinya tanpa mengingat bahwa Allah lah Sang Pemilik Cinta. Dunia ini fana, cinta dunia itu induk dari segala dosa.<sup>11</sup>

Sebelum jauh membincang pelbagai zikir dalam penafsiran QS. Ar-Ra'du [13]: 28 dalam literatur tafsir *bi al-ma'sur* hingga *isyari*, terdapat laku-laku Nabi Muhammad yang mengilustrasikan praktik zikir. Berdasarkan analisis Faghfoory, mencermati penempaan laku spiritual kenabian yang ditiru oleh masyarakat muslim pada masanya, telah dipraktikkan bahkan sebelum Nabi menerima wahyu; yakni seperti berkhalwat setiap bulan Ramadhan di Gua Hira. Selain itu, praktik spiritual nabi juga seringkali dihadirkan dalam bentuk mengingat (zikir) kepada Tuhan yang senantiasa melibatkan hati.<sup>12</sup> Tak ayal, selain ritual yang melibatkan hati, praktik penempaan spiritualitas semacam itu, kerap diterjemahkan dalam laku kontemplasi (*fikr*) dan laku-laku praktis yang dilandaskan pula pada semangat kesalehan Qur'ani.

### **E. Relevansi Pemahaman Cinta Perspektif Al-Qur'an dengan Psikologi Humanistik**

Makna cinta seringkali kita kaitkan sebagai sebuah hal yang menyenangkan. Melihat eksistensinya menjadi hal yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan manusia. Cinta tidak selalu memberikan hal yang positif, terdapat 2 respon terhadap cinta. Apabila cinta itu didasari atas rasa kepemilikan tidak akan memiliki makna yang abadi, tetapi apabila cinta itu didasari atas izin Allah, maka itu lah cinta yang abadi. Dalam hal ini, Muhammad Iqbal Ph. D mengatakan cinta yang ideal itu jika sudah memenuhi 5 komponen. *Pertama* keikhlasan dan ketakwaan, ikhlas dalam menerima satu sama lain dan cinta akan sempurna jika dilandasi oleh ketaatan kepada Allah swt dan mengikuti semua ajaran nabi Muhammad saw. *Kedua* pernikahan, bisa dikatakan cinta yang ideal ketika mereka sudah bisa memenuhi syarat keagamaan, tentunya dalam syariat agama islam yaitu pernikahan, karena cinta jika tidak

---

<sup>10</sup> Alu Syaikh, *Lubabut Tafsir.....*, jilid 4, hlm 149

<sup>11</sup> Qamaruddin Shaleh, *Asbabun Nuzul Latar Belakang Turunnya Ayat Ayat Al Qur'an* (Bandung: CV Diponegoro, 1982).

<sup>12</sup> Dalam analisis Faghfoory, argumentasi tentang keterlibatan zikir dalam laku spiritual kenabian dilandaskan pada hadits yang artinya: "For every thing there is a polish, and the polish of the heart is remembrance of God, Majestic and Glorious He is." Mohammad H. Faghfoory, "The First Sufi: Prophet Muhammad In The Firmanent Of Islamic Spirituality," in *Sufism and Social Integration Connecting Hearts*, 2015, 4.

didasari oleh pernikahan itu bukan cinta namanya, tetapi hanya hasrat yang telah memenuhi isi kepala dan hati seseorang. Hal ini didukung oleh H. Subhan Nurdin, yang mengatakan bahwa cinta sejati ialah fitrah, dan fitrah itu berasal dari pernikahan dan bukan cinta yang terbentuk karena hawa nafsu belaka. *Ketiga* komunikasi terbuka, komunikasi verbal dan non verbal merupakan hal kunci utama dalam suatu hubungan. *Keempat* keintiman, cinta dalam hubungan seksual dan maupun sikap saling menghargai dan saling menghormati. *Kelima* keterikatan, keterkaitan antara satu sama lain membuat cinta itu tumbuh diikuti rasa ketergantungan dan saling membutuhkan.<sup>13</sup>

Menurut Maslow, dalam teori humanistik nya menegaskan bahwa kesatuan organisme selalu bertingkah laku sebagai kesatuan yang utuh bukan suatu komponen yang berbeda. Maslow menciptakan teori ini untuk menghindarkan pendapat freud dan waston. Dimana manusia akan berkembang menjadi pribadi yang utuh jika dia berhasil mewujudkan kemampuan atau bakatnya dengan sebaik-baiknya. Dan freud berpendapat bahwa manusia yang sehat ialah mereka yang bisa dan mampu menyesuaikan dirinya dengan cara yang baik. Berbeda dengan pendapat yang diutarakan maslow, mengatakan bahwa bukan adaptasi lah yang menyelamatkan diri manusia melainkan realisasi potensi atau kemampuan manusia itu sendiri. Orang yang hanya dalam hidupnya hanya bisa mencapai tingkat rata-rata kehidupan sesuai dengan syarat-syarat lingkungan mereka, tidak akan bisa menikmati kepuasan orang berani, yang ketika telah mengalami frustrasi ia memberanikan diri untuk mencari tingkatan kehidupan yang lebih tinggi.<sup>14</sup>

## **F. Sintesis Makna Cinta dalam Al-Qur'an dan Psikologi Humanistik**

Berangkat dari persoalan yang peneliti angkat, bahwa sebelum tulisan ini ditulis belum ada satu pun seorang peneliti yang membahas cinta menggunakan pandangan psikologi humanistik. Maka dari itu, peneliti mencoba untuk memberikan pandangan yang baru terhadap pembahasan mengenai cinta, yaitu merelasikan persoalan cinta di era modern ini menggunakan pendekatan psikologi humanistik.

Psikologi humanistik merupakan suatu pendekatan ilmu yang membahas tentang kepribadian diri manusia, apa saja yang terjadi pada manusia yang berhubungan dengan semua rasa yang manusia rasakan. Teori ini mencoba melihat kehidupan manusia dengan cara berpegang pada perspektif optimistic tentang sifat ilmiah yang ada pada diri manusia. Teori ini pun selain berpegang pada hal tersebut, teori ini lebih berfokus terhadap kemampuan

---

<sup>13</sup> Said Ramadhan Al-Buthi Syekh Muhammad, *Makna Cinta Dalam Al Qur'an*, ed. Khalimatu Nisa (Mojokerto, 2022). Hal. 19.

<sup>14</sup> M. A. W Brouwer Dkk, *Kepribadian Dan Perubahannya* (jakarta: PT. Gramedia, 1982).hlm 47.

manusia untuk berfikir secara rasional dan sadar dalam mengendalikan hasrat atau keinginan biologisnya.

Maslow menyatakan bahwa manusia memiliki kodratnya sendiri yang hakiki, suatu kerangka struktur psikologis yang dapat dipandang dan dibicarakan secara analog dengan struktur fisiknya, yakni bahwa ia memiliki kebutuhan-kebutuhan, kapasitas-kebutuhan dan kecenderungan-kecenderungan yang bersifat genetik, beberapa diantaranya merupakan sifat-sifat khas dari seluruh spesies manusia, melintas semua batas kebudayaan, dan beberapa lainnya adalah unik untuk masing-masing individu. Kebutuhan-kebutuhan ini pada dasarnya baik atau netral dan bukan jahat.<sup>15</sup>

Humanistik memandang manusia sebagai makhluk yang bebas dalam menentukan perkembangan dirinya menjadi manusia yang sehat mental bila ia mendapat kesempatan, sehingga ia dapat berperilaku optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Manusia dianggap sebagai makhluk bermartabat dan bertanggung jawab yang memiliki beberapa potensi-potensi yang perlu diusahakan pengaktualisasiannya. Tujuan terakhirnya adalah agar individu dapat mengembangkan kemanusiaannya secara penuh.<sup>16</sup>

Dalam ranah psikologi humanistik, cinta berperan sebagai kebutuhan manusia. Yang mana hal ini ditunjukkan pada teori Maslow yang mengatakan bahwa kebutuhan manusia diantaranya ialah merasa dimiliki dan cinta menjadi tujuan yang dominan. Kemudian menurut Maslow kebutuhan ini sangat diperlukan bagi kehidupan manusia dalam melawan kesendirian, pengasingan dan ditolaknyanya dalam lingkungan. Kemudian cinta menjadi salah satu cara agar manusia bisa memenuhi kebutuhan nya.<sup>17</sup>

## G. Kesimpulan

Makna cinta dalam Al Qur'an akan selalu tertuju pada Allah Swt dan para utusan Nya, yang merupakan sudah menjadi suatu hal yang tidak bisa diganggu gugat. Berbeda dengan ketika mencoba memaknai cinta tersebut menggunakan pendekatan psikologi humanistik, yang mana dalam pandangan tersebut menjelaskan mengenai perilaku manusia yang didasari atas kesadaran diri mereka. Tak heran jika semua persoalan mengenai cinta dapat berhubungan dengan psikologi humanistik, karena manusia terlibat dalam komunikasi interpersonal akan merasakan dirinya diperlakukan sebagai manusia atau subjek bukan sekedar objek saja.

---

<sup>15</sup> Calvin S. Hall dan Gardner Lindzey, *Teori-teori Holistik (Organismik – Fenomenologis)*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 108.

<sup>16</sup> Hartati, dkk, *Islam dan Psikologi*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2004), hlm. 7-8.

<sup>17</sup> Zikrun, "Teori Humanistik Abraham Maslow Dalam Perspektif Islam" (2018).

### **Daftar Pustaka**

- Abdurrahman, Lalu. "KONSEP PSIKOLOGI CINTA JALALUDDIN RUMI" (2020).
- AlFaisal. "Konsep Cinta Menurut Al-Qur'an." *Skripsi Jurusan Tafsir Hadits Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta* (2003): 2.
- Dkk, M. A. W Brouwer. *Kepribadian Dan Perubahannya*. Jakarta: PT. Gramedia, 1982.
- Faghfoory, Mohammad H. "The First Sufi: Prophet Muhammad In The Firmament Of Islamic Spirituality." In *Sufism and Social Integration Connecting Hearts*, 2015.
- Mustafa, Mujetaba. "Konsep Mahabbah Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)." *Al-Asas* IV, no. 1 (2020): 41–53.
- Rakhmat, Jalaluddin. *MERAIH CINTA ILAHI Pencerahan Sufistik*. Edited by Ilman F. Rakhmat. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2000.
- Rukin. *Metode Penelitian Kualitatif*. Takalar: Yayasan ahmar Cendekia, 2019.
- samdani, Dani. *Hakikat Mahabbah Dalam Perspektif Tafsir Al Sha'rawi*. Edited by Zulfa. Sukabumi: Haura Utama, 2022.
- Shaleh, Qamaruddin. *Asbabun Nuzul Latar Belakang Turunnya Ayat Ayat Al Qur'an*. Bandung: CV Diponegoro, 1982.
- Sihab M. Quraisy. *Jawabannya Adalah Cinta*. Edited by SF Qamaruddin. PT. Lenter. Tangerang, 2019.
- Syaikh, Alu. *Lubabut Tafsir*, n.d.
- Syekh Muhammad Said Ramadhan Al-Buthi. *Makna Cinta Dalam Al Qur'an*. Edited by Khalimatu Nisa. Mojokerto, 2022.
- Zikrun. "Teori Humanistik Abraham Maslow Dalam Perspektif Islam" (2018).