

KONSEP PERILAKU DALAM PSIKOLOGI ISLAM TELAAH KOMPREHENSIF TERHADAP KONSTRUK AKHLAK, NAFS, DAN INTERVENSI PERUBAHANNYA

Dzihni mutawakkil Alalloh¹, Titin Nurhidayati²

¹ Magister, Pendidikan Agama Islam, Universitas Al-Falah As-Sunniyyah Kencong, Indonesia

² Magister, Pendidikan Agama Islam, Universitas Al-Falah As-Sunniyyah Kencong, Indonesia

Email : dzihnmutawakkil87@gmail.com¹; titinnurhidayati@uas.ac.id²

Received: Desember 2025

Accepted: Desember 2025

Published: Desember 2025

Abstract :

Islamic psychology provides a distinctive framework for understanding human behavior, which is fundamentally rooted in the inner condition of the self (nafs) and manifests as moral character (akhlak). The growing demand for spiritually integrated behavioral models motivates this study to conduct a systematic and comprehensive review of behavioral concepts within Islamic psychological literature, aiming to identify its core constructs and map the typology of behavior emphasized in this tradition. This study employs a Systematic Literature Review (SLR) or conceptual review method, analyzing and synthesizing classical interpretations of primary sources (the Qur'an and Hadith) by seminal scholars such as Al-Ghazali and Ibn Miskawayh, alongside contemporary academic studies. The synthesis reveals that behavior in Islam is classified into Akhlak Mahmudah (praiseworthy behavior) and Akhlak Mazmumah (blameworthy behavior), with their quality determined by the degree of purification of the nafs. Praiseworthy behavior encompasses both a vertical dimension (relationship with God, such as tawakkul) and a horizontal dimension (social relations, such as 'adl and sidq). Furthermore, behavioral formation and transformation in this tradition are centered on the spiritual processes of takhalli, tahalli, and tajalli. It is concluded that Islamic behavior represents a stable manifestation of the soul's condition, motivated by faith rather than merely shaped by environmental stimuli. These findings carry significant implications for the development of personality assessment instruments and the design of effective, holistic Islamic counseling strategies.

Keyword : Islamic Behavior; Akhlak; Islamic Psychology; Nafs; Spiritual Intervention

Abstrak :

Psikologi Islam menyediakan kerangka kerja yang unik untuk memahami perilaku manusia, yang secara fundamental bersumber dari kondisi batin (Nafs) dan bermanifestasi sebagai karakter (Akhlak). Tingginya kebutuhan akan model perilaku yang terintegrasi secara spiritual mendorong penelitian ini untuk melakukan telaaah sistematis dan komprehensif terhadap konsep perilaku dalam literatur Psikologi Islam, mengidentifikasi konstruksi utamanya, serta memetakan tipologi perilaku yang menjadi fokus. Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) atau Kajian Konseptual, menganalisis dan mensintesis interpretasi sumber primer (Al-Qur'an dan Hadis) oleh tokoh-tokoh klasik (seperti Al-Ghazali dan Ibnu Miskawaih) serta studi-studi kontemporer. Hasil sintesis menunjukkan bahwa perilaku dalam Islam diklasifikasikan menjadi Akhlak Mahmudah (perilaku terpuji) dan Akhlak Mazmumah (perilaku tercela), yang kualitasnya ditentukan oleh derajat pemurnian Nafs. Perilaku terpuji mencakup dimensi vertikal (hubungan dengan Tuhan, seperti Tawakkal) dan horizontal (hubungan sosial, seperti Adil dan Shiddiq). Selain itu, perubahan dan pembentukan perilaku dalam tradisi ini berpusat pada proses spiritual Takhalli, Tahalli, dan Tajalli. Disimpulkan bahwa perilaku Islami adalah manifestasi stabil dari keadaan jiwa yang termotivasi oleh keimanan, bukan sekadar respons lingkungan. Temuan ini memberikan

implikasi signifikan bagi pengembangan instrumen pengukuran kepribadian dan strategi Islamic Counseling yang efektif dan holistik.

Kata Kunci : Perilaku Islami, Akhlak, Psikologi Islam, Nafs, Intervensi Spiritual

PENDAHULUAN

Perilaku manusia merupakan objek kajian fundamental dalam psikologi, karena melalui perilakulah dinamika batin, kognisi, dan nilai-nilai individu termanifestasikan secara nyata (Latif, Dockrat-Boda, & Rassool, 2024). Sejak awal perkembangannya, psikologi modern telah mengajukan berbagai teori untuk menjelaskan asal-usul dan mekanisme perilaku, mulai dari behaviorisme klasik yang memandang perilaku sebagai hasil pembelajaran stimulus respon, hingga kognitivisme yang menekankan peran proses mental dan skema kognitif dalam menentukan tindakan manusia. Perkembangan mutakhir seperti psikologi positif mulai memasukkan dimensi makna dan kebajikan, namun masih beroperasi dalam kerangka sekuler yang memisahkan aspek spiritual dari struktur ontologis manusia (Nanekaran, Dolaq, Khademi, & Shaygannejad, 2023).

Sejumlah kritik kontemporer menunjukkan bahwa model-model tersebut, meskipun efektif menjelaskan perubahan perilaku jangka pendek, memiliki keterbatasan serius dalam menghasilkan transformasi perilaku yang stabil dan berkelanjutan (Rosalina, 2023). Teori *behavior modification*, misalnya, sering kali menghasilkan kepatuhan eksternal tanpa perubahan internal, sehingga perilaku mudah kembali pada pola lama (*relapse*). Sementara itu, pendekatan kognitif-perilaku (CBT) lebih berhasil dalam restrukturisasi pikiran, namun belum sepenuhnya mampu menjelaskan mengapa individu dengan pemahaman kognitif yang baik tetap terjebak dalam perilaku destruktif (Wandira, Saleh, & Fuadi, 2023). Kondisi ini menandakan adanya kekosongan teoretis dalam menjelaskan hubungan antara perilaku, makna hidup, dan transformasi batin terdalam manusia (Utami, 2024).

Dalam konteks inilah dimensi spiritual mulai mendapatkan perhatian sebagai faktor signifikan dalam perubahan perilaku (Masduki, 2024). Berbagai studi tentang religious coping, spiritual well-being, dan faith-based intervention menunjukkan bahwa spiritualitas berperan penting dalam regulasi emosi, resiliensi psikologis, dan pembentukan makna (Khan, 2024). Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih memposisikan agama sebagai variabel tambahan (*auxiliary variable*), bukan sebagai kerangka ontologis dan epistemologis utama dalam memahami perilaku manusia (Wandira et al., 2023).

Berbeda secara fundamental dari paradigma psikologi Barat, Psikologi Islam memandang perilaku (akhlak) sebagai refleksi langsung dari kualitas jiwa (nafs) yang berakar pada iman (Wardana, 2025). Dalam kerangka Islam, manusia bukan sekadar makhluk biologis atau kognitif, melainkan entitas psikospiritual yang terdiri dari jasad, 'aql, qalb, dan nafs. Al-Qur'an dan Hadis secara konsisten menegaskan bahwa baik dan buruknya perilaku manusia bergantung pada kondisi batinnya, sebagaimana ditegaskan dalam hadis:

“Ketahuilah, dalam jasad terdapat segumpal daging; jika ia baik, maka baiklah seluruh jasad, dan jika ia rusak, maka rusaklah seluruh jasad.” Pernyataan ini secara eksplisit menempatkan dimensi batin sebagai determinan utama perilaku (Afandi, 2021).

Tradisi intelektual Islam klasik mengembangkan gagasan ini secara sistematis. Ibnu Miskawaih dalam *Tahdzīb al-Akhlāq* memandang akhlak sebagai malakah (disposisi permanen) yang terbentuk melalui latihan jiwa dan pembiasaan moral (Syafii & Azhari, 2025). Sementara itu, Al-Ghazali dalam *Ihyā’ ‘Ulūm al-Dīn* mengelaborasi teori jiwa (nafs) dengan membaginya ke dalam tingkatan *nafs al-ammārah*, *nafs al-lawwāmah*, dan *nafs al-muṭma’innah* yang masing-masing menghasilkan corak perilaku berbeda (Wandira et al., 2023). Dalam kerangka ini, perilaku tercela (akhlak mazmumah) dipahami sebagai manifestasi dominasi nafs yang belum tersucikan, sedangkan perilaku terpuji (akhlak mahmudah) merupakan buah dari jiwa yang telah mencapai keseimbangan spiritual (Syafii & Azhari, 2025).

Menariknya, kerangka etika Islam klasik ini memiliki resonansi konseptual dengan beberapa teori psikologi modern, meskipun berangkat dari epistemologi yang berbeda. Konsep malakah memiliki kesamaan dengan teori habit formation dan trait stability, sementara proses penyucian jiwa sejalan dengan gagasan self-regulation dan character development. Namun, perbedaan mendasarnya terletak pada orientasi final: psikologi modern umumnya berhenti pada kesejahteraan subjektif (*well-being*), sedangkan Psikologi Islam mengarahkan perubahan perilaku pada keselarasan dengan kehendak Ilahi dan kesucian batin.

Meskipun demikian, kajian Psikologi Islam kontemporer masih menghadapi problem fragmentasi teoretis. Sebagian penelitian bersifat normatif-teologis dan berhenti pada penjelasan tekstual tanpa operasionalisasi psikologis (Latif et al., 2024). Sebaliknya, penelitian empiris sering kali mengadopsi instrumen psikologi Barat dengan menambahkan variabel religius secara parsial, tanpa membangun model konseptual yang berakar pada teori jiwa Islam. Akibatnya, belum terdapat kerangka perubahan perilaku yang secara sistematis menjelaskan bagaimana transformasi batin terjadi dan bagaimana perubahan tersebut termanifestasi dalam perilaku nyata.

Kesenjangan ini menimbulkan urgensi akademik yang signifikan. Tanpa model konseptual yang kokoh, Psikologi Islam berisiko kehilangan distingsi ilmiahnya dan tereduksi menjadi sekadar adaptasi kultural dari teori Barat. Di sisi lain, kegagalan psikologi arus utama dalam menjawab krisis moral dan spiritual masyarakat modern membuka ruang epistemik bagi kontribusi Psikologi Islam sebagai paradigma alternatif.

Menjawab tantangan tersebut, penelitian ini mengajukan kebaruan konseptual melalui formulasi Model Transformasi T-3 (Takhalli, Tahalli, Tajalli) sebagai mekanisme perubahan perilaku dalam Psikologi Islam. Model ini disarikan dari sintesis kritis antara literatur klasik Islam dan teori perubahan perilaku modern. Takhalli merepresentasikan proses dekonstruksi dorongan destruktif dan pengendalian impuls, sejalan dengan konsep unlearning dalam

psikologi. Tahalli menggambarkan internalisasi nilai dan pembentukan kebiasaan moral melalui latihan berulang, yang paralel dengan teori learning dan habit formation. Adapun Tajalli menandai fase aktualisasi, di mana perilaku terpuji muncul secara spontan dan konsisten sebagai ekspresi jiwa yang telah tersucikan, melampaui sekadar kontrol diri kognitif.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dengan membangun kerangka perilaku psikospiritual yang integratif, kontribusi metodologis melalui pendekatan *systematic synthesis* antara teks klasik dan riset kontemporer, serta kontribusi praktis sebagai dasar pengembangan konseling Islam dan instrumen psikometrika berbasis nilai. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konstruksi perilaku (akhlak) dalam Psikologi Islam, merumuskan model perubahan perilaku berbasis transformasi jiwa yang sistematis dan operasional, serta menegaskan relevansinya dalam diskursus psikologi modern sebagai pendekatan alternatif yang holistik dan berkelanjutan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan Kajian Literatur Sistematis *Systematic Literature Review* (SLR) dengan orientasi analisis konseptual mendalam (Alifah et al., 2023). Pendekatan ini dipilih karena tujuan utama penelitian bukanlah pengumpulan data empiris lapangan, melainkan membangun model konseptual teoretis mengenai perilaku (*akhlak*) dan sumber internalnya (*nafs*) dalam kerangka Psikologi Islam. Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada eksplorasi, evaluasi kritis, dan sintesis sistematis terhadap literatur yang telah ada untuk menghasilkan kerangka teoretis yang koheren, komprehensif, dan dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah.

Desain penelitian yang digunakan adalah Analisis Konseptual Sistematis, yaitu desain yang mengombinasikan prinsip *systematic review* dengan analisis tematik filosofis. Desain ini memungkinkan integrasi antara teks normatif Islam, karya klasik etika Islam, dan kajian psikologi Islam kontemporer, sehingga menghasilkan pemahaman perilaku yang tidak hanya normatif, tetapi juga analitis dan operasional.

Proses penelitian dilaksanakan melalui empat tahapan utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, ekstraksi data, dan sintesis konseptual. Pada tahap perencanaan, peneliti merumuskan pertanyaan penelitian serta menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi literatur. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan pencarian literatur secara sistematis pada basis data akademik bereputasi seperti Scopus, ScienceDirect, dan Google Scholar, menggunakan kata kunci utama: *Islamic Psychology, Islamic Behavior, Akhlak, Nafs, dan Tazkiyatun Nafs*.

Sumber data diklasifikasikan ke dalam dua kategori utama. Sumber klasik (primer) meliputi Al-Qur'an, Hadis, serta karya-karya fundamental Al-Ghazali dan Ibnu Miskawaih yang membahas struktur jiwa dan pembentukan akhlak. Sumber modern (sekunder) terdiri atas artikel jurnal *peer-reviewed*, buku akademik, dan bab buku yang diterbitkan sejak tahun 1990 hingga saat ini.

Pembatasan ini bertujuan menjaga relevansi konteks psikologi modern tanpa mengabaikan fondasi konseptual Islam klasik.

Literatur yang lolos seleksi kemudian dianalisis menggunakan Sintesis Konseptual Tematik. Analisis diawali dengan koding terbuka untuk mengidentifikasi konsep-konsep kunci yang berulang misalnya *tawakal*, *sabar*, *ikhlas*, *riya'*, *kibr*. Tahap berikutnya adalah pengembangan kategori, seperti pemetaan akhlak mahmudah dan akhlak mazmumah serta dimensi vertikal dan horizontal perilaku. Tahap akhir berupa sintesis model, yaitu integrasi seluruh kategori untuk membangun Model Konseptual Perilaku Islami yang menjelaskan hubungan sistematis antara *nafs* sebagai sumber internal, *akhlak* sebagai manifestasi karakter, dan *tazkiyatun nafs* sebagai mekanisme perubahan perilaku.

Keabsahan dan rigor penelitian dijaga melalui triangulasi sumber dan konseptual, dengan membandingkan temuan antara teks normatif, literatur klasik, dan penelitian kontemporer. Pendekatan ini memastikan bahwa model yang dihasilkan memiliki konsistensi internal sekaligus relevansi eksternal dalam diskursus psikologi modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses *Systematic Literature Review* menghasilkan sejumlah literatur yang sangat relevan dan berkualitas tinggi setelah melalui prosedur penyaringan yang ketat. Dari keseluruhan sumber yang teridentifikasi pada tahap pencarian awal, hanya penelitian yang memenuhi kriteria konseptual, metodologis, dan epistemologis yang telah ditetapkan yang dimasukkan dalam analisis akhir.

Literatur yang terpilih merefleksikan dua tradisi keilmuan utama, yaitu khazanah keilmuan Islam klasik yang memberikan landasan ontologis bagi konsep *nafs* dan *akhlak*, serta kajian Psikologi Islam kontemporer yang berupaya mengoperasionalkan konsep-konsep tersebut dalam kerangka ilmiah modern. Temuan ini menunjukkan bahwa diskursus mengenai perilaku dalam Psikologi Islam bersifat transhistoris dan memperlihatkan kesinambungan teoretis yang kuat.

Table 1. Distribusi Literatur Berdasarkan Jenis dan Periode.

Source Category	Number	Main Characteristics
Classical (Primary)	10	Normative and ethical Islamic texts (<i>nafs</i> , <i>akhlak</i> , <i>tazkiyah</i>)
Modern (Secondary)	35	Peer-reviewed journals and academic books
Total	45	Conceptual database of the study

Konstruksi Perilaku dalam Psikologi Islam

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa perilaku (*akhlak*) dalam Psikologi Islam tidak dipahami sebagai tindakan yang netral secara moral, melainkan sebagai manifestasi langsung dari kondisi jiwa (*nafs*). Seluruh literatur yang dianalisis secara konsisten menegaskan bahwa perilaku manusia merefleksikan kualitas batin yang mendasarinya.

Secara konseptual, perilaku diklasifikasikan ke dalam dua konstruk besar, yaitu akhlak mahmudah (perilaku terpuji) dan akhlak mazmumah (perilaku tercela). Klasifikasi ini tidak hanya bersifat etik-normatif, tetapi juga psikologis, karena masing-masing jenis akhlak berkorelasi dengan dominasi tingkat nafs tertentu.

Tabel 2. Klasifikasi Akhlak Berdasarkan Kondisi Nafs

Jenis Akhlak	Kondisi Nafs Dominan	Karakter Psikologis
Akhlak Mahmudah	Nafs al-Muṭma'innah	Stabilitas emosi, kontrol diri, orientasi makna
Akhlak Mazmumah	Nafs al-Ammārah	Impulsivitas, egosentrisme, distorsi niat

Dimensi Perilaku: Vertikal dan Horizontal

Analisis tematik mengungkap bahwa akhlak dalam Psikologi Islam memiliki dua dimensi utama yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan, yaitu dimensi transendental (vertikal) dan dimensi sosial-etik (horizontal).

Dimensi vertikal berkaitan dengan relasi individu dengan Tuhan dan berfungsi sebagai fondasi psikologis terdalam dari perilaku. Literatur menunjukkan bahwa kualitas hubungan spiritual menentukan orientasi niat dan kestabilan afeksi individu. Sementara itu, dimensi horizontal merepresentasikan implikasi sosial dari kondisi batin tersebut dalam interaksi antar-manusia.

Tabel 3. Dimensi Akhlak dan Variabel Utama

Dimensi	Variabel Akhlak	Fungsi Psikologis
Vertikal (Transendental)	Tawakal, Sabar, Syukur	Regulasi emosi, resiliensi spiritual
Horizontal (Sosial-Etis)	Adil, Shiddiq, Ikhlas	Integritas moral, prososialitas

Identifikasi Akhlak Mazmumah sebagai Gangguan Internal

Hasil kajian menunjukkan bahwa perilaku tercela (*akhlak mazmumah*) secara konsisten dipahami dalam literatur sebagai bentuk gangguan internal jiwa (*amrād al-qalb*), bukan sekadar penyimpangan sosial. Konsep seperti *hasad*, *kibr*, dan *riya'* muncul berulang kali sebagai indikator dominasi *nafs al-ammārah* yang belum mengalami proses penyucian.

Literatur modern Psikologi Islam mengaitkan kondisi ini dengan fenomena psikologis seperti distorsi kognitif, kebutuhan validasi eksternal berlebihan, dan lemahnya regulasi diri. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa perubahan perilaku destruktif tidak dapat dicapai hanya melalui kontrol eksternal, tetapi membutuhkan intervensi pada level batin.

Tabel 4. Akhlak Mazmumah dan Dampak Psikologis

Akhlak Mazmumah	Manifestasi Perilaku	Dampak Psikologis
-----------------	----------------------	-------------------

Akhlak Mazmumah	Manifestasi Perilaku	Dampak Psikologis
Hasad	Iri, kompetisi destruktif	Ketidakpuasan kronis
Kibr	Superioritas, penolakan kritik	Distorsi self-concept
Riya'	Pencitraan manipulatif	Ketergantungan validasi sosial

Mekanisme Perubahan Perilaku: Model Transformasi T-3

Salah satu temuan utama penelitian ini adalah pola mekanisme perubahan perilaku yang konsisten dalam literatur klasik dan kontemporer, yang kemudian disintesis menjadi Model Transformasi T-3 (Takhalli, Tahalli, Tajalli). Model ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku dalam Psikologi Islam bersifat bertahap, internal, dan transformasional.

Takhalli merepresentasikan fase dekonstruksi perilaku destruktif dan pengendalian dorongan nafsani. *Tahalli* menunjukkan proses internalisasi nilai melalui latihan berulang dan pembiasaan moral. *Tajalli* menandai fase aktualisasi, di mana perilaku terpuji muncul secara spontan sebagai ekspresi jiwa yang telah tersucikan.

Tabel 5. Model Transformasi Perilaku T-3

Tahap	Fokus Utama	Hasil Psikologis
Takhalli	Eliminasi akhlak mazmumah	Kesadaran diri dan kontrol impuls
Tahalli	Internalisasi akhlak mahmudah	Pembentukan kebiasaan moral
Tajalli	Aktualisasi jiwa yang jernih	Stabilitas perilaku (malakah)

Sintesis Model Konseptual Perilaku Islami

Berdasarkan keseluruhan hasil analisis, penelitian ini menghasilkan sebuah Model Konseptual Perilaku Islami yang menegaskan hubungan sistematis antara *nafs* sebagai sumber internal, *akhlak* sebagai manifestasi karakter, dan *tazkiyatun nafs* sebagai mekanisme perubahan perilaku. Model ini menunjukkan bahwa perilaku yang stabil dan konsisten (*malakah*) hanya dapat dicapai apabila perubahan terjadi pada level jiwa, bukan semata pada level kognitif atau lingkungan. Temuan ini memperkuat posisi Psikologi Islam sebagai paradigma psiko-spiritual integratif dalam memahami perilaku manusia.

Pembahasan

Pembahasan ini bertujuan untuk menafsirkan temuan penelitian secara kritis dengan menempatkannya dalam konteks teori Psikologi Islam dan diskursus psikologi modern. Berdasarkan hasil *Systematic Literature Review*, penelitian ini menegaskan bahwa perilaku (*akhlak*) dalam Islam tidak dapat dipahami secara parsial atau netral nilai, melainkan sebagai ekspresi langsung dari kondisi internal jiwa (*nafs*) yang dimediasi oleh iman. Temuan ini memiliki implikasi teoretis yang signifikan karena menantang asumsi dasar psikologi arus utama yang cenderung memisahkan dimensi perilaku dari struktur ontologis manusia.

Perilaku sebagai Manifestasi Jiwa: Konvergensi dan Divergensi dengan

Psikologi Modern

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku terpuji (*akhlak mahmudah*) dan perilaku tercela (*akhlak mazmumah*) berkorelasi langsung dengan dominasi jenis *nafs*. Temuan ini memperkuat pandangan Al-Ghazali dan Ibnu Miskawaih bahwa perilaku bukan sekadar respons situasional, melainkan *malakah* disposisi batin yang relatif stabil. Dalam psikologi modern, gagasan ini memiliki titik temu dengan teori *trait stability* dan *character strengths*, namun berbeda secara fundamental dalam orientasi ontologisnya.

Psikologi Barat umumnya memahami stabilitas perilaku sebagai hasil internalisasi kebiasaan atau penguatan lingkungan, sedangkan Psikologi Islam menempatkan kualitas batin (*qalb* dan *nafs*) sebagai determinan utama. Dengan demikian, perilaku dalam Islam bukan hanya hasil belajar, tetapi juga refleksi kondisi spiritual. Perbedaan ini menjelaskan mengapa banyak intervensi perilaku konvensional berhasil mengubah tindakan secara eksternal, namun gagal menciptakan transformasi internal yang berkelanjutan.

Dimensi Vertikal dan Horizontal: Fondasi Psiko Spiritual Perilaku

Temuan mengenai dua dimensi akhlak vertikal (transendental) dan horizontal (sosial-etik) menunjukkan bahwa perilaku dalam Psikologi Islam memiliki struktur hierarkis. Dimensi vertikal berfungsi sebagai fondasi psikologis terdalam yang mengarahkan niat dan regulasi emosi, sedangkan dimensi horizontal merupakan manifestasi sosial dari kualitas batin tersebut.

Hal ini memperluas pemahaman psikologi sosial dan moral modern yang umumnya menempatkan empati, keadilan, dan prososialitas sebagai konstruksi interpersonal semata. Dalam Psikologi Islam, perilaku sosial yang sehat tidak mungkin tercapai tanpa fondasi spiritual yang kuat. Dengan kata lain, kegagalan dalam relasi vertikal berimplikasi langsung pada disfungsi perilaku horizontal. Temuan ini memberikan argumen kuat bahwa pendekatan perubahan perilaku yang mengabaikan dimensi transendental berpotensi menghasilkan perubahan yang rapuh dan tidak konsisten.

Akhlak Mazmumah sebagai Gangguan Internal: Reinterpretasi Perilaku Maladaptif

Salah satu temuan penting penelitian ini adalah pemaknaan *akhlak mazmumah* sebagai bentuk gangguan internal jiwa (*amrād al-qalb*), bukan sekadar pelanggaran norma sosial. Perspektif ini memiliki implikasi klinis yang signifikan. Dalam psikologi modern, perilaku maladaptif sering dipahami sebagai hasil distorsi kognitif atau pengondisian negatif, sedangkan Psikologi Islam menelusuri akar masalah pada orientasi batin dan niat yang menyimpang.

Konsep seperti *riya'* dan *kibr* dapat dipahami sebagai bentuk ketergantungan patologis pada validasi eksternal dan distorsi konsep diri. Dengan demikian, pendekatan Psikologi Islam tidak meniadakan temuan psikologi modern, tetapi memperdalamnya dengan menambahkan lapisan spiritual sebagai faktor etiologis utama. Hal ini menegaskan bahwa intervensi perilaku destruktif memerlukan proses penyucian jiwa, bukan sekadar restrukturisasi kognitif.

Model Transformasi T-3: Kontribusi Teoretis terhadap Ilmu Perubahan Perilaku

Pembahasan terhadap Model Transformasi T-3 (Takhalli, Tahalli, Tajalli) menunjukkan bahwa perubahan perilaku dalam Psikologi Islam bersifat transformasional, bertahap, dan internal. Model ini memiliki kesetaraan struktural dengan beberapa teori perubahan perilaku modern seperti *stages of change* dan *self-regulation theory* namun melampaui pendekatan tersebut dengan menempatkan perubahan spiritual sebagai inti proses.

Takhalli sejalan dengan konsep unlearning dan pengendalian impuls, tahalli paralel dengan pembentukan kebiasaan dan internalisasi nilai, sedangkan tajalli melampaui kerangka psikologi konvensional dengan menggambarkan kondisi aktualisasi moral yang bersifat spontan dan konsisten. Pada tahap ini, perilaku tidak lagi dikendalikan oleh usaha kognitif, melainkan muncul sebagai ekspresi alami dari jiwa yang telah tersucikan. Inilah kontribusi unik Psikologi Islam yang belum banyak dibahas dalam literatur psikologi global.

Implikasi Teoretis dan Praktis

Secara teoretis, hasil penelitian ini menegaskan bahwa Psikologi Islam memiliki kerangka perilaku yang koheren dan kompetitif secara ilmiah. Model yang dihasilkan mampu menjelaskan fenomena yang kurang terjawab oleh psikologi arus utama, khususnya terkait stabilitas perilaku dan makna moral.

Secara praktis, temuan ini memiliki implikasi langsung bagi pengembangan Islamic counseling dan psychotherapy, di mana perubahan perilaku harus diawali dengan diagnosis kondisi nafs klien. Selain itu, temuan ini menyediakan dasar konseptual yang kuat untuk pengembangan instrumen psikometrika Islam, dengan indikator perilaku yang berakar pada kualitas batin, bukan hanya manifestasi eksternal.

Posisi Penelitian dalam Diskursus Ilmiah

Dengan demikian, penelitian ini menempatkan Psikologi Islam bukan sebagai pelengkap psikologi Barat, melainkan sebagai paradigma alternatif yang memiliki fondasi epistemologis sendiri. Sintesis antara literatur klasik dan kajian kontemporer yang dihasilkan dalam penelitian ini memperkuat posisi Psikologi Islam sebagai disiplin ilmiah yang mampu berkontribusi secara bermakna dalam memahami dan mengintervensi perilaku manusia secara holistik.

The result of data analysis is explained correctly in the article. The discussion part logically explains the findings, associated with the relevant sources.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa perilaku (akhlak) dalam Psikologi Islam merupakan ekspresi langsung dari kondisi internal jiwa (nafs) yang terstruktur secara spiritual, moral, dan psikologis. Berdasarkan sintesis sistematis atas literatur klasik dan kontemporer, perilaku manusia tidak dipahami sebagai respons mekanistik terhadap stimulus eksternal, melainkan sebagai manifestasi dari kualitas jiwa yang relatif stabil. Akhlak terpuji berakar

pada jiwa yang tersucikan, sedangkan akhlak tercela bersumber dari gangguan internal (amrād al-qalb), sehingga perubahan perilaku yang berkelanjutan hanya dapat dicapai melalui transformasi internal, bukan sekadar modifikasi eksternal.

Temuan utama penelitian ini adalah formulasi Model Transformasi T-3 (takhalli-tahalli-tajalli) sebagai kerangka konseptual perubahan perilaku yang sistematis dan bertahap. Model ini menegaskan bahwa perubahan perilaku dalam Islam melibatkan proses dekonstruksi dorongan destruktif (takhalli), internalisasi nilai Ilahiyah melalui pembiasaan dan pengendalian diri (tahalli), hingga aktualisasi perilaku terpuji yang bersifat otomatis dan stabil (tajalli). Dengan demikian, model ini memperluas teori perubahan perilaku modern dengan menempatkan dimensi spiritual sebagai determinan utama pembentukan karakter, melampaui pendekatan behavioristik maupun kognitivistik yang bersifat parsial.

Secara implikatif, penelitian ini berkontribusi pada penguatan landasan teoretis Psikologi Islam sebagai paradigma ilmiah yang holistik dan aplikatif. Kerangka konseptual yang dihasilkan relevan untuk pengembangan praktik konseling dan psikoterapi Islam berbasis tazkiyatun nafs, serta menyediakan dasar konseptual bagi penyusunan instrumen psikometrik Islami yang valid dan kontekstual. Selain itu, dari sisi metodologis, penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan Systematic Literature Review dengan analisis konseptual-sistematis efektif digunakan untuk menjembatani khazanah klasik Islam dan kebutuhan ilmiah kontemporer, sekaligus membuka ruang bagi penelitian empiris lanjutan untuk menguji model yang diusulkan

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. K. (2021). Nafs Mutmainah sebagai Dasar dalam Menciptakan Kesejahteraan Spiritual. *El-Buhuth: Borneo Journal of Islamic Studies*, pp. 169–181. UINSI Samarinda. <https://doi.org/10.21093/el-buhuth.v3i2.3523>
- Alifah, H. N., Virgianti, U., Imam, M., Sarin, Z., Studi, P., Guru, P., ... Kudus, U. M. (2023). *Systematic Literature Review : Pengaruh Media Pembelajaran Digital pada Pembelajaran Tematik Terhadap Hasil Belajar Siswa SD*. 1(3).
- Khan, S. (2024). Spirit of the Mind. *Spirit of the Mind*, pp. 1–68. BRILL. https://doi.org/10.1163/9789004719033_002
- Latif, J., Dockrat-Boda, S., & Rassool, G. H. (2024). 87Ruqyah-ash-Shar'iah as a spiritual intervention. *Integrating Spiritual Interventions in Islamic Psychology*, pp. 87–125. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003344827-5>
- Masduki, Y. (2024). Integration of Positive Psychology and the Concept of Tazkiyatun Nafs in Character Education. *Journal of Research in Islamic Education*, Vol. 6, pp. 154–166. Institut Agama Islam Ma arif NU (IAIMNU) Metro Lampung. <https://doi.org/10.25217/jrie.v6i2.6834>
- Nanekaran, Z. M., Dolaq, A. A. S., Khademi, A., & Shaygannejad, A. (2023). Comparing the Effects of Islamic Spiritual Therapy and Stress Inoculation Training on Distress Tolerance and Anxiety of Patients With Stomach Cancer. *Health Spiritual Med Ethics*, Vol. 10, pp. 219–228. Negah Scientific

- Publisher. <https://doi.org/10.32598/hsmej.10.4.497.1>
- Rosalina, T. (2023). THE SOUL (AL-NAFS) IN THE PERSPECTIVE OF ISLAMIC THOUGHT. *Archipelago Journal of Southeast Asia Islamic Studies*, Vol. 1, pp. 46–53. Institut Agama Islam Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas. <https://doi.org/10.37567/archipelago.v1i1.1695>
- Syafii, M. H., & Azhari, H. (2025). Interaction Between Spiritual Development and Psychological Growth: Implications for Islamic Educational Psychology in Islamic Students. *Journal of Islamic Education and Ethics*, Vol. 3, pp. 29–48. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. <https://doi.org/10.18196/jjee.v3i1.69>
- Utami, A. P. (2024). Tazkiyatun Nafs Menurut Said Hawwa dan Implikasinya dalam Pembentukan Akhlak Mulia. *Bandung Conference Series: Islamic Education*, Vol. 4, pp. 460–468. Universitas Islam Bandung (Unisba). <https://doi.org/10.29313/bcsied.v4i2.13198>
- Wandira, A., Saleh, M., & Fuadi, A. (2023). Konsep Tazkiyat Al-Nafs Al-Ghazali Sebagai Metode Dalam Pendidikan Akhlak. *Khazanah : Journal of Islamic Studies*, pp. 39–52. CV. Pusdikra Mitra Jaya. <https://doi.org/10.51178/khazanah.v2i1.1178>
- Wardana, W. A. (2025). Integration of Islamic Spiritual Values in Tazkiyatun Nafs for the Recovery of Narcotic Addiction Clients. *Al-Wa'iyah*, Vol. 1, pp. 52–68. STAI As-Sunnah. <https://doi.org/10.51590/wai.v1i2.14>