

MAKNA HIDUP PERSPEKTIF VICTOR FRANKL: KAJIAN DIMENSI SPIRITAL DALAM LOGOTERAPI

Jarman Arroisi

Universitas Darussalam Gontor Ponorogo

Email: jarman@unida.gontor.ac.id

Rohmah Akhirul Mukharom

Universitas Darussalam Gontor Ponorogo

Email: rohmahmuhamarram@gmail.com

Abstract

This article aims to reveal the concept of logotherapy of Victor Frankl. This study uses descriptive analysis. First, the concept of logotherapy has three pillars in its philosophical foundation, the freedom of will, in this context every human being free to make choices to determine his own choice and destiny. The will to meaning, which every human being has the desire to have meaning in life. The meaning of life is an awareness of the possibility to realize what is being done at that time which then if successfully fulfilled will produce happiness. Second, in logotherapy, there is a noetic dimension which equivalent to the spiritual dimension, which tends toward the anthropological dimension rather than the theological dimension and does not contain religion. Third, the spiritual logotherapy dimension is different from Sufism. If Sufism spiritual affirms the sharia, then logotherapy departs from human existence. The implications of these differences give to a variety of happiness, both spiritual and physical.

Keywords: logotherapy; spiritual; Sufism; Victor Frankl

Abstrak

Artikel ini bertujuan mengungkap konsep logoterapi yang diformulasikan oleh Victor Frankl. Dengan menggunakan metode deskriptif analitis kajian ini menghasilkan beberapa kesimpulan: *pertama*, konsep logoterapi memiliki tiga landasan filosofis yaitu, kebebasan berkeinginan (*the freedom of will*). Dalam konteks ini setiap manusia bebas menentukan pilihan dan nasibnya sendiri. Keinginan akan makna (*the will to meaning*), yaitu manusia memiliki hasrat untuk memiliki makna hidup. Makna hidup adalah sebuah kesadaran untuk mengetahui apa yang dilakukan saat itu hingga

menghasilkan kebahagiaan. *Kedua*, di dalam logoterapi terdapat dimensi spiritual yang cenderung ke arah antropologis daripada kearah teologis serta tidak mengandung konotasi agama. *Ketiga*, dimensi spiritual logoterapi berbeda dengan dimenssi dalam tasawuf. Jika para sufi mengafirmasi spiritual pada syariat maka logoterapi berangkat dari *human exsistence*. Implikasi dari kedua perbedaan tersebut melahirkan ragam kebahagiaan baik kebahagiaan ruhani dan ragawi.

Kata Kunci: logoterapi; spiritual; tasawuf; Victor Frankl

Pendahuluan

Dampak dari perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dihasilkan oleh masyarakat modern saat ini diakui telah melahirkan kecenderungan pola hidup yang bersifat materialistik, skolaristik, dan rasionalistik. Akibatnya, pola hidup yang seperti itu menghasilkan berbagai bentuk ketidak nyamanan secara mental. Dalam bahasa lain juga diistilahkan dengan abad kecemasan (*the age of anxiety*) yang kemudian memberikan dampak berbagai problema psikologis bagi manusia itu sendiri.¹

Selain itu, masyarakat modern juga telah menunjukkan problem kemanusiaan yang disebabkan oleh beberapa perkembangan yaitu, *the post industrial society*, reduksionisme pada sistem nilai, pemerintahan hanya pada persoalan dunia, keterpurukan ilmu pengetahuan yang memiliki kecenderungan pada *the fragmented of knowledge*, kemudian muncullah problem kemanusiaan yang secara langsung terkait dengan krisis jati diri manusia dan identitas dimensi kemanusiaan. Kondisi modern saat ini menyebabkan problem setiap individu yang dihadapkan pada problem ini akan mengalami gangguan jiwa, di antaranya stres dan depresi.²

¹ Usman Abu Bakar, “Analisis Hubungan Sufisme, Psikoterapi Dan Kesehatan Spiritual,” *Madania* 20, no. 2 (2016): 161, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29300/madania.v20i2.165>.

² Ubaidillah Achmad, “KRITIK PSIKOLOGI SUFISTIK TERHADAP PSIKOLOGI MODERN: STUDI KOMPARATIF PEMIKIRAN AL-GHAZALI DAN DESCARTES (UPAYA MEMPERKUAT BANGUNAN

Dalam sebuah penelitian juga disampaikan bahwa *prevalence* gangguan kesehatan jiwa penduduk Indonesia sebanyak 18.5%, presentasi ini menunjukkan bahwa terdapat 18.5 dari setiap 100 penduduk Indonesia yang mengalami gangguan kejiwaan dengan berbagai tingkatan seperti resah, gelisah, cemas, depresi, stres dan sebagainya. Agar terhindar dari problem tersebut, sebagian besar mereka mencari cara untuk memulihkan kejiwaannya dengan mendatangi beberapa pusat pengobatan seperti herbal, alternatif, klinik, yoga dan psikolog.³ Dalam artikel *Republika.co.id*, London menyatakan bahwa pandemi Covid-19 menyebabkan krisis kesehatan mental. WHO juga melaporkan bahwa banyak orang tertekan karena dampak isolasi fisik yang menyebabkan kecemasan, kesedihan, panik, hampa, insomnia dan sering mengalami mimpi buruk.⁴

Salah satu upaya untuk mengatasi dan mengobati permasalahan kejiwaan manusia adalah dengan psikoterapi. Psikoterapi memiliki bermacam jenis yang berbeda, serta memiliki tujuan yang berbeda pula. Sehingga muncullah psikologi modern yaitu psikoanalisis,⁵ behaviorisme,⁶ humanisme,⁷ transpersonal⁸

KONSELING ISLAM)," *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 1 (2013): 2, <https://doi.org/10.21043/kr.v4i1.1071>.

³ Jarman Arroisi, "Spiritual Healing Dalam Tradisi Sufi," *Tsaqafah* 14, no. 2 (2018): 324, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21111/tsaqafah.v14i2.2459>.

⁴ Reiny Dwinanda, "WHO: Pandemi Covid-19 Sebabkan Krisis Kesehatan Mental" (*Republika.co.id*, 2020), <https://www.republika.co.id/berita/qab5a0414/who-pandemi-covid19-sebabkan-krisis-kesehatan-mental>.

⁵ Aliran tertua dalam bangunan psikologi modern, dipelopori oleh Sigmund Freud (1855-1939). Aliran ini menekankan analisis struktur kepribadian manusia yang stabil dan menetap. Dalam aliran ini, manusia memiliki tiga struktur kepribadian, *pertama*, aspek biologis, (struktur id), *kedua*, psikologis (struktur ego), dan sosiologis (struktur super ego). Lihat Duane P. Schultz and Sydney Ellen Schultz, *A History of Modern Psychology*, 11th ed. (USA: Cengage Learning, 2015), 286.

⁶ Aliran ini menekankan teorinya pada perubahan tingkah laku manusia, yang dipeopori oleh B.F Skinner meyakini bahwa tingkah laku seseorang oleh lingkungan sekitarnya. Lihat Schultz and Schultz, 368-78.

dengan aliran psikoterapinya untuk membantu mengatasi permasalahan kejiwaan manusia. Akan tetapi, perkembangan keilmuan modern saat ini telah didominasi oleh paham sekularisme, sehingga mendominasi peradaban yang menghantarkan pada jurang pemisah antara ilmu dan spiritual. Fenomena ini kemudian melahirkan sebuah pendekatan baru dalam arus psikologi dari segi spiritual dan agama. Sebagaimana dikutip oleh Achmad Mubarok, bahwa manusia tidak cukup dipahami dengan teori psikologi barat, karena Barat hanya mampu mengkaji masyarakatnya dengan kultur sekulernya.⁹

Oleh karena itu, muncullah gagasan baru dalam aliran psikologi modern yang mengakui adanya dimensi spiritual pada diri manusia. Logoterapi merupakan aliran psikoterapi yang berasal dari pengalaman hidup dan perenungan yang cukup panjang dan sangat dipengaruhi oleh pola didik spiritual semasa kecil hingga dewasa. Logoterapi mengakui adanya dimensi spiritual di samping ragawi dan kejiwaan dalam diri manusia dengan memahami makna hidup (*the meaning of life*) dan keinginan untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) merupakan motivasi utama guna meraih taraf kehidupan bermakna (*the meaning of life*).¹⁰

Secara etimologi logoterapi berasal dari bahasa Yunani yaitu “*logos*” yang berarti makna (*meaning*) dan juga rohani berarti (*spiritual*). Makna (*meaning*) berarti pula dengan makna atau tujuan hidup yang harus dicapai oleh manusia. Makna (*meaning*) bersifat unik, spesifik, temporal dan universal. Makna (*meaning*) tersebut

⁷ Psikologi humanistic adalah psikologi yang memfokuskan telaah pada kualitas-kualitas insani, yakni kemampuan abstraksi, aktualisasi diri, makna hidup dan pengembangan diri dan rasa estetika, sehingga manusia mampu mengantikan peran Tuhan. Lihat Schultz and Schultz, 337.

⁸ Aliran psikologi yang menempatkan agama (spiritualitas) pada wilayah kajianya. Septi Gumiandari, “DIMENSI SPIRITUAL DALAM PSIKOLOGI MODERN (Psikologi Transpersonal Sebagai Pola Baru Psikologi Spiritual),” in *Annual International Conference on Islamic Studies (AICIS XII)*, 2012, 1043.

⁹ Gumiandari, 1033–52.

¹⁰ Viktor E Frankl, *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy* (New York: World Publishing Company, 1969), 4–8.

harus ditemukan dalam dirinya sendiri. Kata “terapi” bermakna penyembuhan dan pengobatan.¹¹ Kehadiran logoterapi mendapatkan acungan jempol dari Malik Badri yang merupakan salah satu pencetus psikologi islam. Ia menulis dalam bukunya bahwa pengembangan psikoterapi barat yang mulai mengakui dimensi spiritual-transcendental dalam diri manusia.¹² Dengan ini memudahkan Islam untuk mulai maju menggaungkan psikoterapi berbasis Islam.

Kajian penelitian empirik terkait logoterapi sudah mulai berkembang dari kalangan yang mengungkap adanya dimensi sufistik dalam logoterapi, misalnya penelitian yang dilakukan oleh Gumiandari (2013) yang menelaah tentang dimensi spiritual dalam psikologi modern yaitu pada psikologi transpersonal yang ternyata serupa dengan tasawuf tapi tidak sama. Kemudian, Haryanto (2014) menelaah tentang logoterapi dalam Islam yang kemudian memperkenalkan zikir sebagai terapi. Serta Ryandi (2016) mengungkap dimensi spiritual dalam psikologi transpersonal dalam analisis kritis kajian tasawuf. Kemudian, Arroisi (2018) mengungkap tentang *spiritual healing* yang sudah ada sejak zaman ulama tasawuf.

Sebagai seorang ilmuwan muslim dalam proses islamisasi maka seharusnya menguasai psikoterapi barat dari segi metode yang kemudian dimasukkan nilai-nilai Islam sesuai yang disarankan oleh Al-Faruqi dalam buku *Islamization of Knowledge*.¹³ Hal inilah yang menjadi latar belakang dari penelitian ini, yaitu untuk mengungkap konsep logoterapi menurut Victor Frankl yang ditelaah dari perspektif tasawuf karena logoterapi merupakan corak psikoterapi yang mengakui dimensi spiritual untuk mencapai taraf

¹¹ Edith Weisskopf-Jelson, “Logotherapy and Existential Analysis,” *Psychotherapy and Psychosomatics* 6, no. 3 (1958): 347, <https://doi.org/10.1159/000285343>.

¹² Malik Badri, *Al-Tafakkur Min Al-Musyababah Ila Al-Syubud: Dirasah Nafsyyah Islamiyyah*, 1st ed. (Kairo: Dar al-Wafa', 1991), 10.

¹³ Ismail Raji Al-Faruqi, *Islamisasi Pengetahuan*, trans. Mahyuddin (Bandung: Bandung Pustaka, 1984), 103–18.

kehidupan yang bermakna dan didambakan. Dari penelitian ini, diharapkan psikolog muslim dapat memberikan andil terhadap pengembangan psikologi Islam dengan menganalisis kritis serta mengintegrasikan model psikoterapi barat dan Islam. Karena sampai saat ini banyak kalangan yang belum mengakui psikologi Islam karena selain menginduk kepada Barat, terapi dalam Islam belum mapan dan belum bisa diakui keabsahannya. Adapun salah satu cara untuk mengintegrasikan ilmu dan agama maka dimulai dengan membandingkan dua bidang keilmuan tersebut yang kemudian dikritisi dari segi kelebihan dan kekurangannya.

Pembahasan

Penelitian ini, menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*) deskriprif-analisis untuk mengungkap bagaimana konsep makna hidup menurut Victor Frankl dalam logoterapi? dan bagaimana dimensi spiritual dalam logoterapi ditelaah dari perspektif tasawuf? Kemudian hasil analisis yang dilakukan peneliti, pembahasan mengenai dimensi spiritual dan makna hidup menurut Victor Frankl sangat erat dengan pemikirannya yang terakumulasi dalam logoterapi. Setiap sistem dan metode psikoterapi berlandaskan pada filsafat manusia yang khas. Setiap model psikoterapi seperti psikoanalisa, behaviorisme, berusaha mengembalikan kebebasan manusia begitu pula logoterapi, sehingga semangat untuk mencapai kebebasan dengan upaya mencapai hidup bermakna menjadi dasar filsafat manusia dalam logoterapi. Filsafat logoterapi lahir dari kondisi yang suram. Tidak memiliki nilai kemanusiaan dikarenakan suasana Perang Dunia II yang telah menjadikan manusia berada di titik terendah tidak berarti dan tidak dihargai. Intuisi Negara dan ideologi juga meruntuhkan martabat manusia. Ini terlihat pada karya filsuf semasa Frankl seperti Albert Camus dan Jean Paul yang merasa frustasi dengan masa depan manusia. Frankl pun merasa berada pada titik keabsurdan dunia dan ia berusaha melampaunya dengan filsafat logoterapinya.

Logoterapi merupakan salah satu corak psikoterapi yang mengakui adanya dimensi ragawi, kejiwaan dan spiritual yang menjadikan makna hidup sebagai *term* sentralnya dan dikelompokkan ke dalam aliran psikologi eksistensial atau psikologi humanistik. Adapun makna spiritual dalam logoterapi tidak bermakna dengan supranatural atau metafisika, ia berhubungan dengan aspirasi manusia untuk tampil bermakna. Dalam kutipannya disebutkan:

“In addition to meaning ‘Logos’ here means ‘Spirit’ but again without any primaly religious connotation. Here ‘logos’ means the humanness of human being plus the meaning of being human. In fact Logos in Greek means not only meaning but also spirit, spiritual issues such as man’s aspiration for a meaningful existence as well as the frustration of this aspiration, are both dealth with logotherapy in spiritual terms.”¹⁴

Victor Emil Frankl adalah pendiri logoterapi, ia merupakan seorang tokoh psikologi dari Austria. Pemikirannya muncul ketika ia menjadi penghuni camp Nazi, yang darinya ia memperoleh teori makna hidup. Viktor Emil Frankl dilahirkan di Wina, ibukota Austria, yang terkenal sebagai induk budaya Eropa tempat kelahiran tokoh-tokoh masyhur pada tanggal 26 Maret 1905 dari keluarga Yahudi. Ia merupakan anak kedua dari pasangan Gabriel Frankl dan Elsa Frankl. Nilai-nilai kepercayaan atau spiritual Yudaisme telah ditanamkan sejak dini oleh keluarganya dan sangat berpengaruh kuat pada diri Frankl, khususnya persoalan mengenai makna hidup.¹⁵ Victor E. Frankl (1905-1997) kemudian menjadi professor di bidang neurologi dan psikiatri di University of Vienna Medical School dan guru besar di bidang logoterapi pada U.S

¹⁴ Frankl, *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, 18.

¹⁵ Alex Pattakos and Stephen R. Covey, *Prisoners of Our Thoughts: Viktor Frankl's Principles for Discovering Meaning in Life and Work* (Oakland: Berrett-Koehler Publishers, 2010), 30,
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.

International University. Sekaligus pendiri mazhab ketiga psikoterapi dari Wina yaitu aliran logoterapi.¹⁶

Teori yang mendasari konsep logoterapi tersebut yaitu eksistensialisme yang merupakan sebuah teknik psikoterapi ekstensial untuk mengungkapkan keberadaan makna dasar dalam kehidupan manusia sehari-hari untuk mencapai kehidupan yang lebih baik menggunakan stoicisisme yaitu sikap sabar, tabah dan tenang. Sikap tersebut harus dimiliki dalam diri manusia sehingga mampu untuk menunjukkan keteguhan hati dan memposisikan diri dengan kebermaknaan hidup dalam segala kondisi. Konsep ini lahir dari pengalaman pribadi Frankl di kamp konsentrasi Nazi di Wina saat Perang Dunia II berlangsung ia mempelajari makna dari kehidupan yang dialami oleh tawanan.¹⁷

Sistem dan metode yang berlandaskan pada filsafat manusia mampu mengembalikan kebebasan manusia. Menjadikan landasan logoterapi dalam memandang eksistensi manusia. Bahwa manusia adalah makhluk bebas yang berusaha merubah kehidupannya berdasarkan keinginannya demi mewujudkan makna hidup yang dimilikinya untuk menjadi kenyataan. Makna hidup merupakan hal sangat penting dan berharga karena terkait dengan alasan dan tujuan dari kehidupan itu sendiri. Makna hidup bersifat objektif, berada di luar manusia dan menantang untuk meraihnya. Manusia menurut logoterapi memiliki kebebasan menentukan sikap dan kondisi psikologisnya, karena merupakan kesatuan utuh dimensi ragawi, kejiwaan dan spiritual.¹⁸

Tiga konsep utama logoterapi yaitu, *pertama*, makna pada setiap situasi hidup, baik penderitaan maupun kebahagiaan, *kedua*, kebebasan berkehendak, dan *ketiga*, manusia memiliki kemampuan dalam mengambil sikap terhadap penderitaan dan peristiwa tragis

¹⁶ Pattakos and Covey, 7.

¹⁷ Anumol Tomy, "Logotherapy: A Means of Finding Meaning to Life," *Journal of Psychiatric Nursing* 3, no. 1 (2014): 3–4.

¹⁸ Frankl, *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, 32.

yang terjadi. Ketiga konsep tersebut berkaitan dengan eksistensi manusia yang ditandai dengan rohani (*spirituality*), kebebasan (*freedom*) dan tanggungjawab (*responsibility*).¹⁹

Penyebab utama gangguan kejiwaan yang diderita seseorang menurut Victor Frankl adalah kegagalannya dalam memperoleh arti kehidupan. Inilah yang kemudian menjadikan landasan filosofisnya yaitu *pertama*, kebebasan berkeinginan, (*the freedom of will*), yang artinya setiap manusia bebas untuk menentukan pilihan dan berpotensi untuk mampu menentukan nasibnya sendiri dengan batasan kebebasan itu sendiri. *Kedua*, keinginan akan makna hidup (*the will to meaning*), yaitu setiap manusia memiliki hasrat akan makna hidup sehingga upaya mencari makna hidup menjadi motivator utama hidupnya. Makna dan nilai menurut Frankl berada di luar diri manusia dan dengan kebebasan manusialah yang menentukannya. Makna hidup adalah hal yang harus dicapai bukan hanya sekedar motivator. *Ketiga*, makna hidup (*the meaning of life*), menurut Frankl makna hidup adalah sebuah makna tersendiri dalam situasi yang konkret. Sebuah kesadaran akan adanya suatu kemungkinan yang dilatarbelakangi oleh realitas dalam kalimat yang sederhana. Manusia bertanggungjawab untuk mewujudkan berbagai potensi makna hidup yang sebenarnya, karena harus ditemukan di dunia dan bukan di dalam batin atau jiwa manusia.²⁰

Makna hidup menurut Frankl adalah makna yang tersembunyi dalam setiap situasi yang dihadapi seseorang sepanjang hidupnya. Makna hidup adalah sebuah kesadaran akan kemungkinan untuk menyadari hal yang dilakukan saat itu, yang kemudian jika berhasil dipenuhi maka akan menghasilkan penghayatan bahagia.²¹ Karakteristik makna hidup bersifat unik personal, khusus, spesifik, dan berbeda dengan orang lain serta berubah dari waktu ke waktu, ia dapat ditemukan dalam

¹⁹ Frankl, 17.

²⁰ Frankl, 51.

²¹ Viktor E Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy* (New York: Simon & Schuster, 1984), 88.

pengalaman hidup sehari-hari, juga memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan yang dilakukan untuk menantang individu bertanggungjawab melaksanakannya. Masing-masing manusia memiliki makna hidup yang khas dengan penghayatan yang berbeda sehingga terapis tidak memberikan terapi makna hidup tertentu pada kliennya, terapis hanya membantu klien untuk menemukan arti hidup dan menyadari tanggungjawab dari setiap tujuan hidup mereka.²² Dengan ini, kesakitan kesedihan menjadi hal biasa, karena makna hidup itulah yang memelihara hidupnya. Inilah yang menuntun manusia untuk bersikap optimis dalam menghadapi penderitaan dalam hidup. Banyak manusia mengalami kasus gangguan kejiwaan dikarenakan tidak mampu menemukan makna hidupnya.

Motivasi utama seseorang adalah perjuangannya untuk menemukan makna hidupnya. Menurut Bastaman (2007), keinginan untuk mencari makna hidup menurut Frankl berbeda dengan prinsip kesenangan (*pleasure principle*) yaitu keinginan untuk mencari kesenangan dan merupakan dasar dari aliran psikoanalisis yang dipelopori oleh Freud dan berbeda pula dengan keinginan untuk mencari kekuasaan (*will to power*) yaitu dasar dari aliran psikologi Adler yang pusat perhatiannya adalah perjuangan untuk mencari keunggulan (*striving fo superiority*). Pada dasarnya Frankl adalah pengikut Sigmund Freud dan Adler, tetapi ia keluar dari ajaran gurunya karena telah menemukan sebuah pendekatan baru dari pengalamannya yang jauh berbeda selama di *camp* Nazi sehingga menemukan konsep logoterapi.

Dalam karya Frankl, *The Doctor and Soul*, ia menerangkan bahwa logoterapi membimbing manusia untuk melakukan kegiatan yang mengandung nilai untuk mencapai makna hidup. Pertama, berkarya untuk menemukan makna hidup, atau disebut sebagai nilai-nilai kreatif (*creative values*). Kedua, berusaha mengalami dan menghayati segala sesuatu yang terjadi dalam hidup disebut sebagai

²² Frankl, 113.

nilai-nilai penghayatan (*experiential values*). Ketiga, menerima segala bentuk kejadian dan musibah yang terjadi dalam hidup kesakitan, kematian, dan menyingkapinya dengan tabah. Sikap ini disebut nilai-nilai bersikap (*attitude values*). Nilai ini dihadapkan pada klien untuk membantu menemukan dan mencapai makna hidupnya sehingga ia mampu memilih dan menentukan tujuan hidupnya.²³

Kebahagiaan menurut logoterapi merupakan keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk hidup bermakna. Jika seseorang telah berhasil mencapainya maka ia akan merasakan kebahagiaan. Selain itu, ia tidak akan merasakan kehampaan dan merasakan hidup tak bermakna. Karena hakikatnya, gangguan kejiwaan adalah akibat dari hidup yang tak bermakna. Oleh karenanya, hidup bermakna menjadi motivasi utama dalam diri manusia untuk mencari, menemukan, memenuhi tujuan hidup dan arti hidup. Keinginan jauh berbeda dengan kesenangan karena keinginan kekuasaan konteksnya lebih kepada sebatas kesenangan bukan kebahagiaan hakiki yang menjadi inti dari makna hidup. Frankl juga menekankan bahwa kematian tidak membuat hidup itu bermakna karena semua tergantung kepada kemampuan manusia untuk mewujudkannya.²⁴

Ketegangan batin ditimbulkan saat manusia berupaya untuk mencari makna hidup, akan tetapi hal tersebut menjadi prasyarat yang sangat dibutuhkan dalam tercapainya kesehatan mental. Karena menurut Frankl cara yang paling efektif untuk manusia bertahan hidup adalah kesadaran memiliki makna hidup. Kesehatan mental seseorang juga berdasarkan pada tingkatan ketegangan tertentu yang baru dan telah dicapainya. Keseimbangan sangat dibutuhkan manusia untuk mencapai kondisi tanpa tekanan atau dalam ilmu biologi disebut homoestatis. Untuk menghilangkan tekanan hidup dibutuhkan upaya untuk mencari makna hidup yang potensial dan terpenuhi. Dalam bahasa Frankl

²³ Viktor E Frankl, *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*, Paperback (New York: Bantam Books, 1971), 22.

²⁴ Frankl, 12.

menyebutnya noodinamik, yaitu eksistensi atau kehidupan yang terletak di antara dua kutub yaitu ketegangan. Kutub akan makna yang harus dipenuhi manusia dan kutub yang mewakili orang yang harus memenuhi makna tersebut. Sehingga, jika pasien ingin memperkuat kesehatan mental mereka, mereka tidak boleh ragu untuk menciptakan sejumlah ketegangan yang kemudian meninjau kembali makna hidupnya.²⁵

Untuk mencapai tingkatan bermakna terdapat proses-proses penemuan makna hidup, yaitu: *pertama*, mengalami pengalaman tragis. *Kedua*, adanya penghayatan tak bermakna. *Ketiga*, penemuan makna dan tujuan hidup. *Keempat*, keterikatan diri. *Kelima*, kegiatan terarah untuk pemenuhan makna hidup. *Keenam*, pengubahan sikap. *Ketujuh*, hidup bermakna. *Kedelapan*, kebahagiaan (*happines*).²⁶

Selain untuk mengatasi permasalahan kejiwaan manusia, tujuan utama logoterapi adalah meraih hidup bermakna. Hal ini diperoleh dengan jalan menyadari, memahami, dan merealisasikan segala potensi dan sumber daya spiritual yang dimiliki setiap individu manusia. Itu dikembangkan dengan cara menjalani kehidupan mental yang sehat, (*mental health*), dan tujuan akhirnya adalah mengembangkan keimanan dan penyelematan rohani (*spiritual salvation*). Meskipun keduanya berbeda dimensi akan tetapi keduanya mungkin berkaitan. Psikologis dan spiritual jiwa dan ruh manusia tak terpisahkan. Dengan demikian, logoterapi mengakui peran agama dalam kesehatan mental meskipun tidak merupakan hubungan langsung.²⁷

Selain itu, logoterapi mampu menjadikan manusia memahami dan menyadari potensi dan sumber daya rohaniah dalam dirinya secara universal terlepas dari keyakinan dan agama yang dianutnya, sehingga mampu memanfaatkan daya tersebut

²⁵ Bastaman, *Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup Dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), 7.

²⁶ Bastaman, 39.

²⁷ Bastaman, 70.

untuk bangkit dan mampu menghadapi serta mengatasi berbagai kendala dalam situasi hidup dan dialaminya. Frankl juga memperkenalkan logoterapi sebagai psikoterapi yang menembus hingga dimensi spiritual (*dimensi noetic*) untuk menangani kesedihan pada penderita gangguan psikis. Logoterapi berfokus pada dimensi yang berisi akan keinginan, gagasan, cita-cita, kreativitas, imajinasi, keimanan, cinta, dan perjuangan untuk mencapai tujuan dengan komitmen dan tanggungjawab.²⁸

Manusia adalah individu yang bertanggungjawab untuk mewujudkan potensi makna hidupnya. Makna hidup ditemukan di dalam dunia bukan dalam batin manusia. Sehingga Frankl membuat istilah transendensi diri (*the self transcendence of human existence*) yang harus ditemukan dengan orang lain yang dijumpai. Semakin besar kemampuan orang untuk melupakan dirinya, dengan berserah diri maka semakin ia mampu untuk mengaktualisasikan diri dan mampu mencapai makna hidupnya.²⁹ Sehingga Frankl memiliki pandangan tentang karakterik eksistensi manusia, yaitu: *pertama*, spiritualitas yakni sesuatu dalam diri manusia yang tidak dapat direduksi ataupun diterangkan dalam istilah dunia material, ia adalah ruh sebuah inti kemanusiaan, sumber aktivitas manusia. *Kedua*, kebebasan (*freedom*) yakni kebebasan manusia untuk mengambil sikap tentang perasaan dan instingnya. Tidak dapat dipungkiri bahwa lingkunganlah yang membentuk seseorang dan bergantung pada sikap manusia. *Ketiga*, tanggungjawab (*responsibility*), selain memiliki kebebasan dalam bertindak logoterapi juga memperingatkan manusia untuk bertanggungjawab atas segala kebebasannya dalam memilih. Dalam kutipannya ‘*Live as if you were living for the second time and had acted as wrongly the first time as you are about to act now.*’³⁰

Dalam konsep ini dapat ditemukan dimensi spiritual dalam proses psikoterapi ini, yaitu dimensi spiritual menurut Frankl

²⁸ Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, 159.

²⁹ Frankl, 50.

³⁰ Frankl, 64.

dinamakan “*dimensi noetic*” yaitu dimensi yang cenderung antropologis daripada teologis. Dimensi ini terletak di alam tak sadar tapi tidak ada hubungannya dengan insting primer yang terletak pada alam tak sadar seperti yang diungkapkan oleh aliran psikoanalisa. Dimensi spiritual tersebut tidak mengandung konotasi agama, akan tetapi merupakan sumber dari kualitas-kualitas insani.³¹ Frankl mengintegrasikan dimensi spiritual dalam sistem psikofisik manusia. Ia memanfaatkan daya keruhanian tersebut untuk keperluan terapi. Logoterapi tidak mengandung konotasi agama, bahkan cenderung sekuler menunjukkan dimensi lain di atas alam sadar yang menjadi kualitas insani. Alam bawah sadar ini benar-benar dapat dialami manusia tapi sebagian besar belum teraktualisasikan.

Konsep logoterapi ini sangat berbeda dengan konsep spiritual dalam pandangan sufi. Al-Ghazali seorang sufi klasik abad ke 5 Hijriah dalam karyanya yang fenomenal *Ihya' Ulumuddin* memaparkan empat bagian tentang dimensi spiritual manusia, yaitu: *pertama*, *Rubu' al-Thadat* yaitu mendahulukan ibadah terhadap Allah sebagai tujuan utama dalam hidup. *Kedua*, *Rubu' al-Mu'amalat* ini sangat erat dengan kehidupan sosial yaitu hubungan manusia dengan makhluk Allah di bumi ini. *Ketiga*, *Rubu' al-Muhlikat*, ini menguraikan sifat buruk dan tercela yang mengakibatkan timbulnya penyakit hati atau jiwa yang kemudian mengganggu ketenangan hidup dan mampu membawanya ke neraka. *Keempat*, *Rubu' al-Munjiyyat* yaitu pengobatan jiwa dengan melakukan akhlak terpuji dan perbuatan baik sehingga mampu memperoleh kebahagiaan, ketenangan, keselamatan dan surga.³² Dimensi inilah yang menjaga hubungan manusia dengan sang pencipta dan alam yang diciptakan sehingga itulah yang menjadi pondasi dalam bersikap.

³¹ Frankl, *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*, 18.

³² Imam Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum Al-Din*, vol. 1 (Beirut: Dar al-Fikr, n.d.), 1–6.

Jika al-Ghazali memaparkan tentang dimensi spiritual, Hakim Tirmidzi memaparkan tentang pengalaman spiritual. Hakim Tirmidzi seorang sufi klasik abad ke 3 Hijriah menjelaskan bahwa pengalaman spiritual harus mendasar pada tiga hal. *Pertama, al-haqq* yaitu sebuah wilayah *zabir* tentang syariat ilmu halal dan haram (*fiqh*). Hakim Tirmidzi menyebutkan pondasi utama sebuah pengalaman spiritual adalah wilayah eksternal praktiknya. *Kedua, al-adl* yaitu merujuk pada ilmu tasawuf yang berada pada wilayah batin dan pengetahuan hati. *Ketiga, al-sidq* merujuk pada kerja intelektual yang sesungguhnya. Ini memiliki karakteristik keseimbangan pikiran terdalam, perkataan dan perbuatan. Sebuah transendentalitas pengalaman spiritual relegiusitas pada pengalaman syariat dari aspek anggota badan, hati, dan intelektual.³³

Sebuah pengalaman spiritual jika tidak diafirmasikan pada syariat tidaklah benar, dikarenakan pengalaman transenden akan hadirnya setan pun dapat disebut pengalaman spiritual yang bersifat transenden. Seorang sufi juga memiliki kapasitas yang lemah untuk menfilter suara spiritualnya. Pengalaman tanpa syariat seorang sufi mampu menyebabkan pengalaman spiritual yang besifat individual, egois, dan narsis, sehingga pengalaman tersebut harus bersifat *al-faqr* yaitu rasa kebergantungan, keberhutungan yang sangat akan Tuhan.³⁴ Menurut Syed Muhammad Naquib al-Attas, oleh Ryandi kondisi ini berujung pada penghambaan dan penyerahan total kepada Allah sesuai dengan aturan syariat. Tidak hanya berada pada *spectrum* muamalat kepada Allah, tetapi juga kepada sesama manusia dan alam semesta sebagai ciptaan Allah.³⁵

³³ Abdurrahim Al-Sayih, *Al-Suluk Inda Al-Hakim Al-Tirmidzi Wa Masadiruhu Min Al-Sunnah* (Kairo: Dar al-Salam, 1988), 75.

³⁴ Hakim Tirmidzi, *Khatm Al-Auliya'* (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1999), 349.

³⁵ Ryandi, "Pengalaman Spiritual Menurut Psikologi Transpersonal (Kajian Kritis Ilmu Tasawuf)," *Kalimah: Jurnal Studi Agama Dan Pemikiran Islam* 14, no. 2 (2016): 144, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21111/klm.v14i2.609>.

Pengalaman spiritual sufi terjadi pada fakultas batin manusia. Pengalaman sufi tersebut didasari oleh pengalaman keagamaan, sehingga standar kebenaran dan kepalsuan spiritualitas tersbut yang diafirmasi oleh seorang sufi yang telah mengalaminya. Karena elemen-elemen tersebut tidak lagi murni (*saintifik*) melainkan berlandaskan wahyu (*quasi saintifik*).³⁶ Makna hidup dalam konteks sufi merupakan sebuah perjuangan yang harus dilakukan seumur hidup dengan istiqamah, kerinduan dan kecintaan yang tulus terhadap Allah Swt., tanpa mengabaikan keseimbangan hati dan tingkah laku sehingga mampu mencapai keseimbangan dalam beribadah secara vertikal dan horizontal. Esensi ini telah diteladankan oleh Rasulullah Saw., melalui sebuah *thariqah*. *Thariqah* adalah sebuah jalan sebagai media untuk menuju hakikat yang menghantarkan individu pada ma'rifah. Dan hanya dapat ditempuh menggunakan wahyu dan petunjuk Allah yaitu agama.³⁷

Konsep manusia dalam pandangan sufi terdiri dari jasmani dan ruhani atau jiwa. Jiwa yang mampu membedakan manusia dengan makhluk Allah lainnya. Dengan jiwa manusia mampu berfikir, memilih dan bersikap. Jiwa bukan bersifat materi akan tetapi metafisik. Al-Ghazali mengikuti pendapat Ibnu Sina, al-Farabi dan Aristoteles tentang definisi jiwa yaitu, *pertama*, jiwa tumbuhan sebagai kesempurnaan pertama bagi fisik alamiah yang bersifat mekanistik ia membutuhkan makan, tumbuh dan berkembang biak. *Kedua*, jiwa hewan yang juga bersifat mekanistik ia mempersepsikan hal parsial dan bergerak menggunakan hasrat. *Ketiga*, jiwa manusia ia melakukan berbagai aksi perbuatan

³⁶ Alparslan Acikgenc, *Islamic Science: Toward Definition* (Kuala Lumpur: ISTAC, 1996), 63.

³⁷ Rudy Haryanto, “DZIKIR: PSIKOTERAPI DALAM PERSPEKTIF ISLAM,” *Al-Ihkam* 9, no. 2 (2014): 347, <https://doi.org/https://doi.org/10.19105/al-lhkam.v9i2.475>.

menggunakan ikhtiar akal dan menyimpulkan ide dan mempersepsikannya.³⁸

Untuk merujuk pengertian tentang jiwa al-Ghazali menggunakan empat istilah yang masing-masing memiliki makna secara fisik dan metafisik yaitu, pertama, *al-qalb*, secara jasmani (*al-qalb al-jasmani*) merupakan jantung bagian organ tubuh yang berfungsi untuk memompa darah ia berada dalam dada sebelah kiri terletak juga pada beberapa makhluk hidup lainnya, *al-nafs* dan *al-aql*. Makna kedua inilah jiwa yang bersifat halus (*latifah*) merupakan hakikat manusia untuk mengenal Allah. Kedua, *al-rub*, bermakna *jism* yang *latif* dan bersumber pada *al-qalb al-jasmani*, ia merupakan sumber kehidupan yang memancar ke seluruh tubuh melalui urat nadi dalam kehidupan manusia untuk mengenal, merasa, dan berfikir. Ia juga disebut sebagai ruh yang terbit dari panas gerak *qalb*. Sedangkan, secara metafisik ia merupakan spiritualitas yang terpancar dari sinar Allah yang memiliki daya gerak dan berfikir.

Ketiga, *al-nafs* ia merupakan kekuatan hawa nafsu yang terdapat dalam diri manusia sebagai sumber potensi timbulnya akhlak tercela. Sedangkan makna *al-nafs* secara spiritual adalah jiwa ruhani yang bersifat *latif*, *rabbaniyah*, dan *ruhaniyyah*, inilah yang menjadikan hakikat diri manusia. *al-Nafs* sendiri memiliki tingkatan tingkatan yaitu *al-nafs al-ammarah* yaitu jiwa yang mendorong hawa nafsu manusia untuk berbuat keburukan. *Al-Nafs al-lawwamah* adalah jiwa yang menyalahkan dan menyadari dirinya sendiri saat ia lalai dalam mengingat Allah dan beribadah kepadaNya.³⁹ *Al-Nafs al-muthamainnah* merupakan puncak ketenangan dan ketentraman diri manusia ia mampu melewati goncangan yang disebabkan oleh hawa nafsu, sehingga dengan tercapainya *al-nafs al-muthmainnah* manusia mampu mendapatkan kebahagiaan hakiki dan tidak mengalami gangguan kejiwaan yang disebabkan oleh kefanaan hidup. Hakim Tirmidzi juga menyatakan bahwa untuk mencapai

³⁸ Al-Ghazali, *Kimiya' Al-Sa'adah* (Kairo: Maktabah Al-Qur'an, 1987), 22–25.

³⁹ Al-Ghazali, *Ihya' Ulum Al-Din*, vol. 3 (Semarang: Karya Putra, n.d.), 3–5.

jiwa yang tenang seseorang harus mampu melewati *maqamat qalb*; untuk mencapai tingkatan hati terdalam yang terdiri dari *sadr*, *qalb*, *fuad*, dan *lubb* yang akan mengantarkan makrifah. Dan jika telah mencapai pada tingkatan yang terdalam maka individu akan mampu merasakan jiwa yang tenang yang kemudian akan terhindar dari gangguan kejiwaan.⁴⁰

Terdapat pula enam tingkat sistem kosmologi sufi. Tingkat terendah disebut *alam nasut*, yaitu organisme yang bekerja pada wilayah psikologis persepsi indra, kesadaran dan emosi, (*psychical world*). Yang kedua adalah *malakut* (*subtle world*) sebuah dunia imajinal tingkat pertama dari alam metafisika berada diluar jangkauan organisme, akan tetapi dirasakan secara metapsikis. Kemudian naik ke tingkat selanjutnya yaitu *alam jabarut* (*causal world*) disebut *alam arwah* (*the world of spirit*), merupakan sebuah lapisan kosmos yang dihuni ruh yang sudah terangkat dari jasad. Alam yang keempat adalah *tanazzulat*, alam metafisik antara yang lebih rendah di bawahnya dan alam yang lebih tinggi. Yang kelima adalah *alam labut* (*the world of Godness*) yaitu sebuah dimensi tempat manifestasi Tuhan. Dalam tasawuf disebut *huwa la huwa* atau *hiya la hiya* ke Dia an yang tidak seperti Dia.⁴¹ Dimensi ini sejajar dengan pandangan sufi, tingkat pertama disebut *sadr* yang berkorespondensi langsung dengan dunia fisik. *Qalb* memiliki akses ke alam di atasnya (*malakut*). Lalu *fuad* yang memiliki keterikatan dengan *alam jabarut* tempat berpulangnya *lubb* setelah kematian manusia sementara tiga fakultas ini memiliki garis sejajar dengan *alam tanazzulat*, *labut* dan *habut*.

Henry Corbin (2002) menyebut bahwa Dunia imajinal dalam kosmologi sufi sering tak dapat digambarkan sehingga pengalaman mistik sufi berada di dunia imajinal yang bergerak di wilayah sadar dan suprasadar. Dinamika kepribadian sufi merupakan konsistensi

⁴⁰ Hakim Tirmidzi, *Bayan Al-Faqiq Bain Al-Shadr Wa Al-Qalb Wa Al-Fuad Wa Al-Lubb* (Kairo: Markaz al-Kitab, n.d.), 19.

⁴¹ Titus Burckhardt, *Introduction to Sufi Doctrine* (Indiana: World Wisdom, 2008), 14–15.

kesadaran akan yang Tuhan melalui kesatuan hati (*qalb*) dan jiwa (*ruh*) dan cenderung menihilkan rasio.⁴² Pada umumnya para sufi juga telah mengklasifikasikan tahap perkembangan spiritual, yaitu “*Maqamat* (Tingkatan Spiritual) dan *Ahwat* (Keadaan Spiritual)”, keduanya merupakan kunci untuk mengakses lebih khusus ke dalam inti sufisme melalui tahapan-tahapan untuk mencapai ujung perjalanan. *Maqamat* adalah sebuah kedudukan seseorang dalam menjalani perjalanan spiritualnya di hadapan Allah, diperoleh melalui kerja keras ibadah, bersungguh-sungguh penuh dengan latihan spiritual hingga mencapai pada kesempurnaan. Jumlah *maqamat* menurut para tokoh sufi bersifat relatif, karena setiap sufi memiliki jumlah *maqamat* yang berbeda.⁴³ Terdapat enam ajaran tasawuf tentang konsep makrifat dan hakikat. *Pertama*, ajaran tentang proses penyucian jiwa dengan teori *maqamat* (tingkatan spiritual) dan *ahwat* yaitu (keadaan spiritual) dengan tujuan mencapai *ma'rifatullah*. *Kedua*, ajaran tentang ketiadaan dunia (*fana*) dan kekekalan Tuhan (*baqa*). *Ketiga*, ajaran mengenai kehidupan dunia dijadikan sebagai jembatan menuju akhirat, *keempat* ajaran tentang manusia dan alam sebagai manifestasi Tuhan (*tajalli*). *Kelima*, ajaran mengenai kesatuan wujud. *Keenam*, ajaran tentang manusia sempurna (*insan kamil*), *muryyid*, dan kewalian.

Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *maqamat* terbagi menjadi tiga tahapan, yaitu kesadaran (*yaqzah*), berfikir (*tafsir*), dan *musyahadah*. Sedangkan, Hakim al-Tirmidzi membagi *maqamat* menjadi tujuh tahapan (*manzilah*), yaitu *taubat*, *zuhud*, *adawah nafs*, *mahabbah*, *qat'u hawa*, *khasyiyah ahlu qurba*.⁴⁴ Al-Ghazali juga membagi *maqamat* dengan beberapa tahapan yaitu, *taubat*, *sabr*, *faqir*, *zuhud*, *tawakal*, *mahabbah*, *ma'rifah* dan *ridha*. Jika tercapai pada puncaknya maka akan terbebas dari segala ikatan dunia.⁴⁵ Menurut

⁴² Henry Corbin, *Imajinasi Kreatif: Sufisme Ibn 'Arabi* (Yogyakarta: LKiS, 2002), 80.

⁴³ Abdul Kadir Riyadi, *Arkeologi Tasawuf*, I (Bandung: Mizan, 2016), 14.

⁴⁴ Al-Sayih, *Al-Suluk Inda Al-Hakim Al-Tirmidzi Wa Masadirahu Min Al-Sunnah*, 114.

⁴⁵ Al-Ghazali, *Ihya' Ulum Al-Din*, 3:80.

William C. Chittick, dalam jurnal *Anil Islam*, tasawuf merupakan ajaran esoterisme Islam yang bertujuan mencapai kesempurnaan spiritual melalui pengalaman nilai-nilai esensial dalam Islam yang dilakukan dengan totalitas. Dengan kata lain, tasawuf merupakan sebuah metode mencapai tingkatan *ihsan*, sebuah dimensi spiritual tertinggi yang paling autentik dalam Islam, sebuah pengamalan seutuhnya secara lahiriah dan batiniah.⁴⁶

Logoterapi memiliki dimensi spiritual yang mampu mengejawantah ke alam sadar yang benar-benar dapat dialami dan disadari manusia meskipun sebagian besar belum teraktualisasikan atau potensial yang tidak disadari dan tidak berhubungan sama sekali dengan isnting primer yang tersimpan dalam alam tak sadar.⁴⁷ Logoterapi juga memiliki wawasan mengenai manusia yang berlandaskan tiga pilar yang sangat erat mampu membangkitkan kemampuan untuk bermakna dalam diri individu menggunakan teknik *paradoxical intention, dereflection, medical ministry, modification of attitudes, appealing technique, socrate dialogue* dan *family logotherapy*. Dengan logoterapi klien mampu menghadapi dan mengatasi penderitaannya.⁴⁸

Akan tetapi ada beberapa pasien yang tidak dapat menunjukkan makna hidupnya sehingga timbul kebosanan dan ketidakmampuan sehingga memiliki perasaan tanpa makna, hampa, gersang, dan merasa kehilangan tujuan hidupnya.⁴⁹ Sedangkan, tasawuf adalah ilmu tentang makrifah dan hakikat Tuhan serta hubungan antara keduanya. Makrifah adalah jembatan menuju hakikat melalui berbagai macam teori yang tidak lain merupakan penjabaran keduanya. Enam ajaran dalam makrifah dan hakikat yaitu, *pertama*, ajaran tentang proses penyucian jiwa atau disebut

⁴⁶ Naufil Istikhari, “Dilema Integrasi Tasawuf Dan Psikoterapi Dalam Kelanjutan Islamisasi Psikologi,” *Anil Islam: Jurnal Kebudayaan Dan Ilmu Keislaman* 9, no. 2 (2016): 317.

⁴⁷ Frankl, *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*, 47.

⁴⁸ Viktor E Frankl, *Man's Search for Ultimate Meaning* (New York: Perseus, 2002), 50, <https://doi.org/10.5771/9783845289892-15>.

⁴⁹ Tomy, “Logotherapy: A Means of Finding Meaning to Life,” 34.

dengan teori (*maqamat*) yaitu tingkatan spiritual dan (*abwal*) keadaan spiritual. *Kedua*, ajaran tentang ketiadaan dunia (*fana'*) dan atau kekekalan Tuhan (*baga'*). *Ketiga*, ajaran mengenai dunia sebagai jembatan menuju akhirat. *Keempat*, ajaran tentang manusia dan alam sebagai wujud manifestasi Tuhan (*tajalli*). *Kelima*, ajaran mengenai kesatuan wujud keenam ajaran mengenai *insan kamil*, *mursyid*, dan konsep kewalian.⁵⁰

Tasawuf dengan ajarannya tentang proses penyucian jiwa mampu menjadikan manusia merasakan jiwa yang tenang. Dan fisik yang sehat berada pada jiwa yang tenang (*nafs muthmainnah*).⁵¹ Metode tasawuf mampu menyelesaikan permasalahan krisis kejiwaan manusia saat ini. Karena, seperti yang dikatakan Bastaman bahwa logoterapi menggunakan kata *noetic* untuk menghindari konotasi agama, karena sama sekali tidak ada sangkut pautnya dengan agama bahkan sekuler. Sedangkan sains Islam tidak ada dikotomi antara Islam dan sains, karena Islam dan sains adalah satu kesatuan utuh.

Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan kesimpulan bahwa logoterapi dengan dimensi spiritual tertingginya hanya mampu berhenti pada tangga terbawah dari Sufi. Walaupun Frankl telah menyebutkan *noetic* sebagai dimensi tertinggi manusia yang berhubungan dengan pemenuhan makna hidup (*meaning of life*) dan kebutuhan akan kebermaknaan (*need of meaningfulness*) dalam logoterapi. Akan tetapi, ia menggunakan *noetic* yang merupakan padanan kata spiritual untuk menghindari agar tidak disalahpahami sebagai konsep agama. Dimensi spiritual dalam konteks logoterapi hanya merupakan dimensi terdalam dari struktur kepribadian manusia. Walaupun logoterapi mengakui dimensi manusia terdiri dari fisik, ragawi, dan spiritual, dan menggunakan kata transendensi. Akan tetapi, sangat berbeda dengan pandangan menurut konsep sufi. Selain itu, logoterapi berasal dari pemikiran

⁵⁰ Riyadi, *Arkeologi Tasawuf*, 14.

⁵¹ Tirmidzi, *Bayan Al-Farq Bain Al-Shadr Wa Al-Qalb Wa Al-Fuad Wa Al-Lubb*, 18.

dan pengalaman Frankl sendiri, sedangkan tasawuf berdasarkan pada wahyu. Ini pula salah satu yang menjadikan psikoterapi barat tidak mampu menyelesaikan permasalahan krisis gangguan kejiwaan pada masa modern ini, akan tetapi menjadikan sebuah masalah baru.

Inilah yang menyebabkan logoterapi memiliki banyak kelemahan dalam mengatasi masalah kejiwaan manusia, karena konsep yang dipaparkan tidak jelas dalam tingkatan spiritualnya. Dimensi spiritualnya bukan pada fakultas batin manusia, akan tetapi tetap pada sesuatu yang kasat mata yaitu kepribadian manusia.

Dilema psikologi Islam yang disampaikan oleh Abdul Mujib, memang tidak semudah yang dibayangkan, sebab secara tidak disadari integrasi ini memadukan dua karakteristik yang berbeda, karakter Islam teosentris doktriner, dengan psikologi dengan cabang-cabangnya yang berkarakter antroposentris-posivistik.⁵² Dengan penelitian ini, diharapkan mampu membantu perkembangan islamisasi psikologi, yang hendaknya dimulai dari pengkajian semua psikoterapi barat lalu dibongkar semua penelitian ulama-ulama sufi terdahulu sehingga mampu perlahan diintegrasikan dengan psikoterapi barat yang sudah mapan dengan metodenya. Bahkan, sudah ada beberapa penelitian yang mengintegrasikan logoterapi dengan tasawuf menjadi logoterapi sufistik yang menggunakan penerapan metode tasawuf. Ini adalah sebuah awal logoterapi mampu diislamisasikan sehingga dapat menjadi psikoterapi yang mapan tanpa ada dikotomi antara agama dan ilmu. Karena sangat diperlukan konsep psikoterapi yang mapan tanpa adanya dikotomi antara agama dan ilmu, yang kemudian mampu untuk menyelesaikan permasalahan gangguan kejiwaan yang dialami oleh krisis manusia modern abad ini.

⁵² Abdul Mujib, *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*, 2nd ed. (Jakarta: Grafindo Persada, 2017), 11.

Penutup

Logoterapi merupakan konsep psikoterapi Barat pertama yang mengakui adanya dimensi spiritual dalam jiwa manusia. Setelah munculnya aliran keempat dalam psikologi modern yaitu psikologi transpersonal. Menjadikan makna hidup sebagai tujuan utama dalam hidup manusia karena manusia memiliki kebebasan dalam memilih dan bertindak tapi juga bertanggungjawab atas pilihan hidupnya. Logoterapi sempat mendapatkan acungan jempol dari Malik Badri, salah satu tokoh pencetus psikologi Islam. Akan tetapi, setelah ditelaah konsep logoterapi ini, begitu jelas bahwa dimensi spiritual atau *dimensi noetic* dalam bahasa Frankl tidak mengandung konotasi agama dan cenderung sekuler. Dimensi spiritual dan transendensi dalam logoterapi sangat berbeda dalam konsep sufi. Logoterapi hanya mampu mencapai tingkat terendah dalam tingkat spiritual dalam konsep sufi. Sedangkan sufi mampu mencapai tingkatan manifestasi dengan Tuhan. Dengan pencapaian dua karakteristik ini juga akan menghasilkan tingkatan kebahagiaan yang yang berbeda. Dengan logoterapi hanya mampu mencapai kebahagiaan ragawi akan tetapi dalam konsep sufi kebahagiaan bukan hanya sebatas jasmani tetapi juga kebahagiaan rohani dunia dan akhirat.

Daftar Pustaka

- Achmad, Ubaidillah. "KRITIK PSIKOLOGI SUFISTIK TERHADAP PSIKOLOGI MODERN: STUDI KOMPARATIF PEMIKIRAN AL-GHAZALI DAN DESCARTES (UPAYA MEMPERKUAT BANGUNAN KONSELING ISLAM)." *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 1 (2013). <https://doi.org/10.21043/kr.v4i1.1071>.
- Acikgenc, Alparslan. *Islamic Science: Toward Definition*. Kuala Lumpur: ISTAC, 1996.
- Al-Ghazali. *Ihya' Ulum Al-Din*. Vol. 3. Semarang: Karya Putra, n.d.
- . *Kimiya' Al-Sa'adah*. Kairo: Maktabah Al-Qur'an, 1987.

- Al-Ghazali, Imam. *Ihya' 'Ulum Al-Din*. Vol. 1. Beirut: Dar al-Fikr, n.d.
- Al-Sayih, Abdurrahim. *Al-Suluk Inda Al-Hakim Al-Tirmidzi Wa Masadiruhu Min Al-Sunnah*. Kairo: Dar al-Salam, 1988.
- Arroisi, Jarman. "Spiritual Healing Dalam Tradisi Sufi." *Tsaqafah* 14, no. 2 (2018): 323–48. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21111/tsaqafah.v14i2.2459>.
- Badri, Malik. *Al-Tafakkur Min Al-Musyahadah Ila Al-Syuhud: Dirasah Nafsiyyah Islamiyyah*. 1st ed. Kairo: Dar al-Wafa', 1991.
- Bakar, Usman Abu. "Analisis Hubungan Sufisme, Psikoterapi Dan Kesehatan Spiritual." *Madania* 20, no. 2 (2016): 161–68. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29300/madania.v20i2.165>.
- Bastaman. *Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup Dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007.
- Corbin, Henry. *Imajinasi Kreatif: Sufisme Ibn 'Arabi*. Yogyakarta: LKiS, 2002.
- Dwinanda, Reiny. "WHO: Pandemi Covid-19 Sebabkan Krisis Kesehatan Mental." Republika.co.id, 2020. <https://www.republika.co.id/berita/qab5a0414/who-pandemi-covid19-sebabkan-krisis-kesehatan-mental>.
- Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. New York: Simon & Schuster, 1984.
- _____. *Man's Search for Ultimate Meaning*. New York: Perseus, 2002. <https://doi.org/10.5771/9783845289892-15>.
- _____. *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*. Paperback. New York: Bantam Books, 1971.
- _____. *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: World Publishing Company, 1969.
- Gumiandari, Septi. "DIMENSI SPIRITAL DALAM PSIKOLOGI MODERN (Psikologi Transpersonal Sebagai Pola Baru Psikologi Spiritual)." In *Annual International Conference on Islamic Studies (AICIS XII)*, 1033–

52, 2012.

- Haryanto, Rudy. "DZIKIR: PSIKOTERAPI DALAM PERSPEKTIF ISLAM." *Al-Ihkam* 9, no. 2 (2014). <https://doi.org/https://doi.org/10.19105/al-ihkam.v9i2.475>.
- Istikhari, Naufil. "Dilema Integrasi Tasawuf Dan Psikoterapi Dalam Kelanjutan Islamisasi Psikologi." *'Anil Islam: Jurnal Kebudayaan Dan Ilmu Keislaman* 9, no. 2 (2016): 300–327.
- Mujib, Abdul. *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*. 2nd ed. Jakarta: Grafindo Persada, 2017.
- Pattakos, Alex, and Stephen R. Covey. *Prisoners of Our Thoughts: Viktor Frankl's Principles for Discovering Meaning in Life and Work*. Oakland: Berrett-Koehler Publishers, 2010. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.
- Raiji Al-Faruqi, Ismail. *Islamisasi Pengetahuan*. Translated by Mahyuddin. Bandung: Bandung Pustaka, 1984.
- Riyadi, Abdul Kadir. *Arkeologi Tasawuf*. I. Bandung: Mizan, 2016.
- Ryandi. "Pengalaman Spiritual Menurut Psikologi Transpersonal (Kajian Kritis Ilmu Tasawuf)." *Kalimah: Jurnal Studi Agama Dan Pemikiran Islam* 14, no. 2 (2016). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21111/klm.v14i2.609>.
- Schultz, Duane P., and Sydney Ellen Schultz. *A History of Modern Psychology*. 11th ed. USA: Cengage Learning, 2015.
- Tirmidzi, Hakim. *Bayan Al-Farq Bainā Al-Shadr Wa Al-Qalb Wa Al-Fuad Wa Al-Lubb*. Kairo: Markaz al-Kitab, n.d.
- _____. *Khatm Al-Auliya'*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1999.
- Titus Burckhardt. *Introduction to Sufi Doctrine*. Indiana: World Wisdom, 2008.
- Tomy, Anumol. "Logotherapy: A Means of Finding Meaning to Life." *Journal of Psychiatric Nursing* 3, no. 1 (2014).
- Weisskopf-Jelson, Edith. "Logotherapy and Existential Analysis." *Psychotherapy and Psychosomatics* 6, no. 3 (1958): 193–204. <https://doi.org/10.1159/000285343>.