

Uncovering the Complexity of Human Personality in the Qur'an: A Theological and Psychological Approach

Hasan Ismail¹, Nurushshobah², Muhammad Taufiq³, Khaerurrazikin⁴

¹Universitas Islam Negeri (UIN) Mataram, Indonesia

²Universitas Islam Negeri (UIN) Mataram, Indonesia

³Universitas Islam Negeri (UIN) Mataram, Indonesia

⁴Universitas Islam Negeri (UIN) Yogyakarta, Indonesia

hasanismail305@gmail.com, shobahnurus15@gmail.com, mtq67@uinmataram.ac.id,
chairurraziqin29@gmail.com.

Abstract: *The study of human personality as presented in the Qur'an is of notable importance, given its rich intersection between theological concepts and psychological insights in shaping personal character. In today's world, where moral degradation, increased psychological distress, and spiritual emptiness are increasingly prevalent, there exists a visible dissonance between the ideal human nature (fitrah) and the behavioral patterns observable in modern society. This research seeks to delve into how the Qur'an defines the essential qualities and innate potential of human beings, to identify foundational values that support the development of character, and to analyze their relevance in addressing ethical and psychological concerns in the contemporary context. Employing a qualitative methodology, the study is based on library research and thematic analysis of selected Qur'anic verses that highlight notions of human character, devotion, and leadership. The results reveal that the Qur'an characterizes humans as beings naturally equipped with reason, free will, and a moral compass, capable of fulfilling their dual function as devoted servants of God ('abd) and responsible stewards of the earth (khalifah). Core Qur'anic values such as perseverance, truthfulness, reliance on God (tawakkul), justice, gratitude, and sincerity are shown to be more than ethical principles—they also support psychological strength and mental stability. The harmony between theological doctrines and psychological wisdom in the Qur'an contributes to a holistic model of human personality, fostering spiritual-mental balance and resilience in facing the complexities of contemporary life.*

Keywords: Human personality; Al-Qur'an; Theological; Psychological.

Abstrak: *Penelaahan mengenai kompleksitas kepribadian manusia dalam Al-Qur'an memiliki nilai urgensi yang tinggi karena memperlihatkan keterhubungan erat antara aspek teologis dan psikologis dalam proses pembentukan karakter individu. Kondisi masa kini yang diwarnai oleh kemerosotan moral, meningkatnya kasus gangguan kesehatan mental, serta menurunnya kualitas kehidupan spiritual mencerminkan adanya jarak yang lebar antara potensi fitrah manusia dengan perilaku nyata yang berkembang dalam realitas sosial modern. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah secara mendalam bagaimana Al-Qur'an merumuskan sifat mendasar dan potensi kepribadian manusia, mengidentifikasi prinsip-prinsip utama yang menjadi dasar pengembangan karakter, serta menggali relevansi nilai-nilai tersebut dalam menghadapi persoalan psikologis dan etis di era kontemporer. Metode yang digunakan bersifat kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan serta analisis tematik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang memuat konsep karakter, pengabdian, dan kepemimpinan manusia. Temuan kajian ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an memposisikan manusia sebagai makhluk yang dibekali potensi fitrah, akal, serta kebebasan untuk menentukan pilihan dalam menjalankan peran sebagai hamba Allah ('abd) sekaligus pemimpin di muka bumi (khalifah). Nilai-nilai utama seperti kesabaran, kejujuran, tawakkal, keadilan, rasa syukur, dan keikhlasan tidak hanya berfungsi sebagai pondasi integritas moral, tetapi juga menjadi unsur penting dalam menciptakan ketahanan psikologis dan kesehatan mental. Integrasi ajaran teologis dan psikologis dalam Al-Qur'an memberikan sumbangan konseptual yang signifikan untuk membangun kepribadian manusia yang selaras secara spiritual dan emosional, sekaligus relevan dalam merespons tantangan dan dinamika kehidupan modern.*

Kata kunci: Kepribadian Manusia; Al-Qur'an; Teologis; Psikologis.

Pendahuluan

Dalam perkembangan wacana ilmiah kontemporer terkait pembentukan karakter manusia, terjadi pergeseran paradigma yang cukup mendasar. Pendekatan yang semula dominan berorientasi individualistik dan materialistik mulai bergeser menuju pendekatan yang lebih menyeluruh, dengan mengintegrasikan aspek spiritual di dalamnya. Wacana akademik mengenai persoalan degradasi moral dan tingginya prevalensi gangguan psikologis menjadi salah satu fokus penting berbagai penelitian mutakhir, terutama dalam ranah psikologi positif, pendidikan karakter, dan kajian etika (Koenig, H. G., 2019). Gejala sosial berupa peningkatan depresi, kecemasan, hilangnya arah identitas diri, dan merosotnya nilai moral dalam kehidupan sehari-hari semakin memperlihatkan keterbatasan sebagian pendekatan sekuler dalam menjawab kompleksitas kepribadian manusia secara komprehensif.

Data World Health Organization (WHO, 2023) mencatat gangguan mental telah menjadi salah satu kontributor utama beban penyakit global, dengan angka penderita depresi dan kecemasan yang terus bertambah dari tahun ke tahun. Sementara itu, munculnya berbagai bentuk krisis moral yang ditunjukkan oleh eskalasi intoleransi, kekerasan, dan merosotnya standar etika publik mencerminkan terjadinya disorientasi nilai yang meluas. Situasi ini menegaskan adanya jarak yang lebar antara perkembangan kognitif manusia dengan aspek spiritual, serta menunjukkan kebutuhan mendesak akan landasan nilai yang utuh dalam membentuk karakter manusia. Dalam kerangka tersebut, Al-Qur'an sebagai wahyu Ilahi menghadirkan seperangkat nilai yang menyeluruh. Ajarannya tidak hanya menekankan hubungan vertikal manusia dengan Tuhan, tetapi juga mengarahkan pembinaan karakter dalam relasi sosial dan penguatan kualitas diri. Prinsip-prinsip yang diajarkan Al-Qur'an melampaui sekadar tuntunan ritual, melainkan juga mencakup penguatan akhlak mulia, pengendalian hawa nafsu, serta pembiasaan sikap moral yang menjadi bagian integral dari jati diri manusia (Nasr, 2002). Karakter manusia dalam perspektif Al-Qur'an mencakup dimensi relasi dengan Tuhan, dengan diri sendiri, maupun dengan orang lain. Oleh karena itu, peran Al-Qur'an menjadi semakin relevan sebagai landasan pembinaan karakter yang tidak hanya kokoh secara spiritual, tetapi juga sehat secara psikologis.

Dari sisi teologi, Al-Qur'an memandang manusia sebagai ciptaan Allah yang diberi amanah untuk menjadi khalifah di bumi sekaligus beribadah kepada-Nya (QS. Al-Baqarah: 2:30). Dalam konsepsi ini, manusia dikaruniai fitrah, akal, serta kebebasan untuk menentukan pilihan antara jalan kebaikan atau keburukan (Al-Attas, 1993). Tanggung jawab moral

tersebut menjadi pijakan etis dalam seluruh tindakan dan keputusan hidup. Sementara dalam perspektif psikologis, Al-Qur'an memberikan uraian mendalam mengenai dinamika pembentukan karakter manusia. Proses ini mencakup pengaruh faktor internal, seperti emosi, keinginan, dan kehendak, serta faktor eksternal berupa lingkungan, pendidikan, dan interaksi sosial. Konsep-konsep Qur'ani, antara lain *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), *sabr* (kesabaran), dan *tawakal* (ketergantungan penuh kepada Tuhan), memiliki korelasi kuat dengan teori-teori psikologi modern, misalnya pengelolaan diri, kecerdasan emosional, dan ketahanan mental (Garcia, R, 2020). Berdasarkan paparan tersebut, penelitian ini menjadi signifikan untuk mengkaji konsep kepribadian manusia menurut Al-Qur'an melalui pendekatan integratif antara teologi dan psikologi. Dalam rangka menjawab tantangan zaman yang semakin kompleks, Al-Qur'an dapat dijadikan sumber nilai dan landasan konseptual yang kuat untuk membentuk manusia yang seimbang secara spiritual maupun mental.

Sejumlah penelitian terdahulu telah memberikan sumbangsih yang berarti dalam menjelaskan aspek kepribadian manusia menurut perspektif Al-Qur'an. Syahputra dan Ismail (Syahputra & Ismail, 2021) menemukan bahwa motif perilaku manusia dapat dikategorikan menjadi dua jenis utama, yakni motif jasmani yang berkaitan dengan kebutuhan dasar, serta motif mental-spiritual yang mencakup dorongan psikologis dan religius. Namun, penelitian tersebut belum secara menyeluruh mengkaji interaksi antara unsur teologis dan psikologis dalam proses pembentukan karakter. Di sisi lain, Yusron (Yusron, 2022) mencoba menghubungkan konsep-konsep Qur'ani seperti *an-nafs*, *al-'aql*, dan *al-hawa* dengan teori psikoanalisis Freud, meskipun belum menggali secara mendalam peran ajaran teologis seperti fitrah, takdir, dan konsep dosa dalam membentuk kepribadian yang utuh.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Sarnoto (Sarnoto, 2023) mengulas konsep *al-Insan al-Kamil* sebagai representasi manusia ideal menurut Al-Qur'an, tetapi belum membahas secara detail proses perubahan karakter negatif menjadi positif. Sementara itu, kajian Surasman (Surasman, 2021) menitikberatkan pada berbagai bentuk karakter negatif yang diungkapkan dalam Al-Qur'an, namun bersifat deskriptif dan belum menganalisis secara mendalam akar psikoteologisnya. Berdasarkan keterbatasan berbagai penelitian tersebut, studi ini bermaksud menghadirkan pendekatan yang lebih komprehensif dengan memadukan perspektif teologi dan psikologi, sehingga mampu menjelaskan proses pembentukan serta transformasi kepribadian manusia secara lebih utuh dan relevan dengan dinamika kehidupan masa kini.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research) dan teknik tafsir tematik (*maudhu'i*) untuk menganalisis konsep kepribadian manusia dalam Al-Qur'an secara komprehensif. Sumber data primer berupa teks Al-Qur'an yang memuat ayat-ayat mengenai sifat dasar, potensi, dan nilai-nilai karakter manusia. Sumber data sekunder meliputi kitab tafsir klasik dan kontemporer (Tafsir al-Misbah, Tafsir al-Maraghi), literatur teologi Islam, serta referensi psikologi modern yang relevan, khususnya kajian psikologi kepribadian, psikologi positif, dan psikologi transpersonal (Khairi, et al, 2025). Analisis dilakukan melalui pendekatan tafsir tematik untuk menghimpun, mengklasifikasikan, dan menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an sesuai tema yang dikaji, dengan mempertimbangkan konteks historis (*asbab al-nuzul*), sosiologis, dan psikologis (Nurjannah, S., Rizkiyah, E., & Sumedi, A, 2024). Sebagai kerangka konseptual, penelitian ini menggunakan integrasi dua teori utama: Teori Fitrah dalam Teologi Islam, yang menjelaskan bahwa manusia secara bawaan memiliki potensi suci (fitrah), akal, dan kebebasan dalam memilih jalan kebaikan atau keburukan (Al-Attas, 1993) serta Teori Psikologi Kepribadian, terutama yang menekankan kebutuhan dasar psikologis untuk aktualisasi diri, dan konsep Emotional Intelligence (Golamen, 1995) yang menjelaskan peran pengelolaan emosi dalam perkembangan kepribadian yang sehat. Penggunaan kedua teori ini diperkuat dengan temuan kontemporer yang menunjukkan bahwa nilai-nilai Qur'ani seperti sabar, syukur, dan tawakkul memiliki kontribusi signifikan dalam membangun ketahanan psikologis dan keseimbangan mental di era modern (Sarim et al, 2023). Pendekatan ini diharapkan dapat menjawab tantangan zaman modern dengan menghadirkan perspektif konseptual dan praktis yang relevan bagi pengembangan kepribadian manusia yang seimbang secara spiritual dan psikologis.

Penelitian ini didorong oleh keprihatinan terhadap krisis moral dan psikologis yang terjadi di masyarakat modern, di mana pergeseran nilai dan tekanan sosial menyebabkan ketegangan dalam kehidupan individu, berujung pada perilaku negatif dan gangguan psikologis. Dalam konteks ini, karakter manusia menurut Al-Qur'an dapat memberikan solusi untuk memperbaiki moralitas dan mengatasi masalah psikologis, serta mendasari terciptanya masyarakat yang lebih adil dan sejahtera (Noviani, 2024). Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang karakter manusia dalam Al-Qur'an serta relevansinya dalam kehidupan modern, dengan menghubungkan teori teologis dan psikologis untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapi manusia saat ini,

terutama dalam area yang masih kurang dieksplorasi ini, guna memberikan wawasan yang lebih holistik mengenai ajaran tersebut dalam konteks kehidupan kontemporer.

Konsep dan Definisi Karakter Manusia dalam Perspektif Teologis Al-Qur'an

Secara etimologis, istilah *karakter* berasal dari bahasa Yunani *charassein*, yang berarti “mengukir” atau “memberi jejak,” sementara dalam bahasa Latin *character* merujuk pada tabiat atau sifat khas yang membedakan seseorang dengan individu lain. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, karakter diartikan sebagai sifat kejiwaan atau budi pekerti yang memengaruhi perilaku dan cara seseorang berinteraksi (KBBI, 2008). Dalam perspektif teologis, karakter erat kaitannya dengan kualitas moral dan spiritual yang mencerminkan tingkat keimanan dan kepatuhan terhadap nilai-nilai agama. Dalam tradisi Kristen, misalnya, karakter identik dengan sikap integritas, kemurnian hati, dan ketekunan, yang menjadi landasan penting dalam kepemimpinan dan hubungan yang dekat dengan Tuhan (Gill, D. W, 2020). Sementara dalam ajaran Islam, konsep *akhlak* dipakai untuk menjelaskan sifat-sifat baik dan buruk yang tertanam dalam diri manusia, yang merupakan wujud nyata dari iman yang bersumber dari Al-Qur'an (Zulkipli Abdul Ghani et al, 2021).

Pandangan Al-Qur'an mengenai manusia memuat pendekatan antropologis yang komprehensif, mencakup aspek biologis, spiritual, moral, dan sosial secara terpadu. Sebutan *Al-Insan* menggambarkan manusia sebagai makhluk yang memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang secara rohaniyah dan etis, berasal dari kata *uns* yang mengandung makna harmoni, serta menggambarkan orientasi hidup damai (Al-Misbah, 2021). Istilah *Al-Basyar* lebih menekankan dimensi fisik manusia yang berkaitan dengan kebutuhan jasmani seperti makan, minum, dan reproduksi. Sementara *Bani Adam* digunakan untuk mengingatkan manusia pada asal-usul penciptaannya dari Nabi Adam, sekaligus menekankan pentingnya persatuan dan solidaritas antarsesama. Sedangkan istilah *An-Nas* menggambarkan manusia sebagai makhluk sosial yang senantiasa berinteraksi dalam kehidupan bermasyarakat dan memikul tanggung jawab kolektif (Sugiarto, 2020).

Dalam kerangka ilmu kalam, teologi Islam (*Ilm al-Kalam*) mempelajari relasi manusia dengan Tuhan melalui pembahasan sifat-sifat Ilahi, dasar-dasar iman, dan prinsip syariat (Mujiono, 2013). Pemikiran Imam al-Ghazali menekankan bahwa pemahaman teologi tidak cukup berhenti pada dimensi konseptual, tetapi harus diwujudkan dalam akhlak yang baik dan praktik keseharian. Sejalan dengan itu, Fazlur Rahman (Rahman, 1982) menegaskan bahwa teologi yang otentik harus relevan dengan perkembangan sosial agar nilai-nilai Ilahi dapat diimplementasikan dalam realitas kehidupan. Dengan demikian, konsep karakter

manusia dalam Al-Qur'an tidak hanya mencakup pembentukan sifat internal, tetapi juga proses pembinaan spiritual, penguatan relasi sosial, dan pengelolaan potensi diri secara seimbang, sehingga melahirkan kepribadian yang utuh dan selaras dengan petunjuk Ilahi.

Manusia sebagai Khalifah dan Ciptaan Allah

Manusia, sebagai ciptaan Allah, memiliki posisi yang istimewa dan luhur dalam pandangan teologi Islam. Selain diciptakan dengan berbagai potensi, manusia juga memperoleh amanah sebagai khalifah di muka bumi, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Qur'an yang menyebutkan penetapan manusia sebagai wakil Allah di bumi. Konsep kekhalifahan ini tidak hanya mencakup aspek jasmani, tetapi juga merangkul dimensi moral, spiritual, dan sosial secara komprehensif (Nurdin, A, 2023). Pemahaman tersebut menegaskan bahwa manusia bertanggung jawab untuk merawat lingkungan, menegakkan nilai-nilai etis, serta mengembangkan potensi diri sebagai bentuk pengabdian kepada Allah dan kontribusi bagi kesejahteraan umat manusia (Yusuf, A. H, 2021). Pemahaman tentang manusia sebagai khalifah tidak hanya terbatas pada dimensi fisik, tetapi juga mencakup aspek moral, spiritual, dan sosial yang lebih mendalam. Sebagaimana Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Baqarah[2]:30:

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً..... ﴿٣٠﴾

“(Ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat, “Aku hendak menjadikan khalifah di bumi.”.....QS. Al-Baqarah[2]:30.

Ayat diatas ditafsirkan oleh para mufassir (ahli tafsir), lafadzh *إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً* dalam Tafsir Ibn Kathir Ibn Kathir mengungkapkan bahwa *خَلِيفَةً* "khalifah" yaitu pengganti atau penerus, menunjukkan tugas manusia untuk mengelola dan menjaga bumi dengan kebijaksanaan, keadilan, serta menghindari kerusakan (Kathir, 1999). Dalam Tafsir al-Qurtubi, *"خَلِيفَةً"* merujuk arti wakil atau pengganti, manusia sebagai wakil Allah di bumi yang memikul tanggung jawab yang besar. Al-Qurtubi (Al-Qurtubi, 1986) menegaskan bahwa peran khalifah mencakup tidak hanya pengelolaan alam, tetapi juga tanggung jawab moral dan sosial. Manusia dianugerahi potensi luar biasa yang membedakannya dari makhluk lain, seperti akal, hati, serta kemampuan untuk memahami dan mengamalkan perintah Allah. Murtadha Muthahhari (Muthahhari, 2000) menjelaskan bahwa kesempurnaan manusia terletak pada kemampuannya menjaga keseimbangan antara kehidupan duniawi dan aspek spiritual.

Gagasan tentang *khalifah* mendorong manusia untuk bersikap arif dalam seluruh aspek kehidupannya. Menurut Manna' al-Qattan (al-Qattan, 1996), peran *khalifah* tidak

sekadar sebagai penguasa alam, tetapi juga sebagai penjaga keseimbangan antara hak Allah, hak diri sendiri, dan hak sesama, sekaligus mengelola sumber daya dengan penuh tanggung jawab. Manusia diberi anugerah potensi istimewa, seperti akal, hati nurani, serta kemampuan memahami dan menaati petunjuk Ilahi. Abdullah Ahmad Ustman al-Hamid menegaskan bahwa secara teologis, karakter manusia idealnya mencerminkan harmoni antara kepentingan duniawi dan nilai spiritual. Tanggung jawab kekhalfahan tidak hanya terkait dengan pemeliharaan alam semesta, tetapi juga mencakup upaya membangun relasi yang baik dengan Tuhan, masyarakat, dan lingkungan sekitar. Kesempurnaan manusia dicapai ketika ia berhasil memadukan dimensi tanggung jawab fisik dan spiritual, sehingga terwujud keseimbangan yang melahirkan keharmonisan dengan Tuhannya, sesamanya, dan seluruh ciptaan. Temuan mutakhir juga menunjukkan relevansi konsep *kehalifah* dalam menjawab tantangan kontemporer, seperti krisis ekologi dan dekadensi moral. Al-Attas dan Salim menekankan bahwa kesadaran akan peran *kehalifah* menjadi fondasi etis penting dalam menjaga kelestarian lingkungan dan mewujudkan peradaban yang berkesinambungan. Hal yang senada disampaikan Abdul Rahman yang menegaskan bahwa kepemimpinan spiritual dalam Islam mendorong keseimbangan antara kemajuan material dan tanggung jawab moral terhadap alam semesta.

Karakter Manusia; Moral dan Tanggung Jawab dalam Al-Qur'an

Akhlak dan moralitas sebagai unsur pembentuk karakter manusia sangat dipengaruhi oleh keyakinan teologis yang dianut. Akhlak dipandang sebagai perwujudan dari potensi ruhani yang dimiliki setiap individu. Ketika seseorang menyadari perannya sebagai *kehalifah* Allah di bumi, ia akan terdorong untuk membina perilaku yang bertanggung jawab, tidak hanya terhadap sesama manusia, tetapi juga terhadap alam dan lingkungannya. Dalam hal ini, teologi antroposentris yang dirumuskan oleh Hasan Hanafi memberikan penekanan pada peran sentral manusia dalam membangun etika kemanusiaan. Ia memandang bahwa akhlak tidak semata-mata merupakan hasil dari ajaran normatif agama, melainkan juga lahir dari nilai-nilai yang melekat dalam diri manusia sebagai makhluk berakal dan bermoral.

Pandangan ini sejalan dengan penelitian mutakhir yang menyoroti pentingnya integrasi nilai spiritual dalam pembentukan karakter. Studi oleh (Putri, D. A., Supriatna, N, 2021) menunjukkan bahwa pemahaman terhadap nilai tauhid dan tanggung jawab terhadap lingkungan menjadi landasan kuat dalam membentuk karakter yang peduli dan beretika. Demikian pula (Hossain, 2020) mengungkap bahwa prinsip-prinsip moral dalam Islam memiliki keterkaitan erat dengan kesadaran diri dan tanggung jawab sosial, sehingga

membentuk pribadi yang tidak hanya taat secara spiritual, tetapi juga aktif dalam perbaikan sosial.

Tanggung jawab moral dalam Al-Qur'an mencakup tiga dimensi utama: hubungan manusia dengan Tuhan, sesama, dan lingkungan. Al-Qur'an mengajarkan bahwa manusia diberi amanah untuk memelihara bumi dan segala isinya. Tanggung jawab ini bukan hanya sebagai ujian, tetapi juga sebagai panggilan untuk bertindak dengan pertimbangan moral yang mendalam, mempertimbangkan konsekuensi setiap tindakan, baik di dunia maupun akhirat. Kewajiban moral ini juga terkait dengan kebebasan dan kemampuan individu dalam memilih antara kebaikan dan keburukan. Al-Qur'an menegaskan bahwa setiap orang hanya akan dibebani tugas yang sesuai dengan kapasitasnya, dalam tafsir al-Misbah bahwa dalam QS. Al-Baqarah [2]:286 "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya." Menunjukkan bahwa tanggung jawab moral bergantung pada kemampuan individu untuk memenuhi kewajibannya dengan sadar dan bijaksana.

Adapun ciri-ciri- karakter manusia dalam Al-Qur'an mengajarkan aspek tanggung jawab moral manusia ialah harus menjaga hubungan yang baik dengan Allah (*habluminallah*), sesama (*habluminallah*), dan alam (*habluminallamin*). Ini mencakup ibadah yang tulus kepada Allah, Manusia diciptakan untuk menyembah Allah QS. Adh-Dhariyat [51]:56), Allah berfirman: "*Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku.*" berarti tanggung jawab utama manusia adalah kepada Tuhan, termasuk dalam melaksanakan ibadah dan menaati perintah-Nya (Mujiono, 2013). Menjalin hubungan sosial yang harmonis melalui saling tolong-menolong dalam kebaikan, Dalam QS. Al-Ma'idah [5]:2, Allah berfirman: "*Dan tolong-menolonglah kamu dalam kebaikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam dosa dan permusuhan. Dan bertakwalah kepada Allah; sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya.*" Allah memerintahkan umat-Nya untuk saling tolong-menolong dalam kebaikan dan ketakwaan, mencerminkan tanggung jawab moral terhadap sesama, terutama dalam hal keadilan dan kasih sayang (Nurhaliza, 2018). serta menjaga kelestarian lingkungan, Dalam QS. Al-Jasiah [45]:13, Allah berfirman: "*Dan Dia (Allah) telah menundukkan untukmu apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi, semuanya itu sebagai anugerah dari-Nya...*", dalam hal ini manusia diperintahkan untuk memanfaatkan sumber daya alam dengan bijaksana dan tidak merusaknya, menunjukkan bahwa pelestarian lingkungan merupakan bagian dari ibadah kepada Allah. Dengan memahami nilai-nilai tersebut, seorang Muslim diharapkan dapat menjalani kehidupan dengan penuh kesadaran akan akibat dari setiap perbuatan yang dilakukan, baik di dunia maupun di akhirat.

Karakter Manusia dalam Al-Qur'an dan Perspektif Psikologis

Dalam Al-Qur'an, karakter manusia tidak dirumuskan dalam satu istilah tunggal, melainkan digambarkan melalui sejumlah nilai utama yang mencerminkan sisi moral dan spiritual. Nilai-nilai seperti *taqwa* (kesadaran akan kehadiran Tuhan), *sidq* (kejujuran), *sabr* (kesabaran dalam menghadapi ujian), *adl* (keadilan), *rahmah* (kasih sayang), *tawadhu* (kerendahan hati), dan *shadaqah* (sikap dermawan) menjadi pilar penting dalam pembentukan pribadi yang berkarakter mulia menurut perspektif Al-Qur'an (Syafi'i & Syaoki, 2018). Nilai-nilai tersebut tidak hanya berkaitan dengan hubungan vertikal antara manusia dan Allah, tetapi juga memiliki dimensi horizontal yang mengatur interaksi sosial dan tanggung jawab antarindividu.

Penekanan Al-Qur'an pada prinsip-prinsip ini memperlihatkan bahwa pembentukan karakter bukan semata-mata hasil kebiasaan atau pengaruh lingkungan, melainkan bagian dari proses internalisasi iman yang menyeluruh. Dalam kerangka ini, karakter mencerminkan kualitas rohani dan kedalaman penghayatan agama yang kemudian teraktualisasi dalam perilaku nyata. Temuan penelitian modern juga mendukung pandangan ini; misalnya, model pendidikan karakter berbasis nilai moral secara konsisten menunjukkan efektivitas dalam menumbuhkan perilaku prososial, terutama ketika aspek kognitif, emosional, dan praktik sosial diintegrasikan secara harmonis (Smith, 2020). Dengan demikian, Al-Qur'an menawarkan kerangka nilai yang komprehensif dan aplikatif, yang tidak hanya menjadi pedoman prinsipil tetapi juga membimbing pembentukan kepribadian yang seimbang secara intelektual, spiritual, dan etis.

Dalam perspektif teologi dan psikologi, pembentukan karakter manusia dipahami sebagai sebuah proses yang dinamis dan berlangsung secara terus-menerus. Proses ini mencakup integrasi nilai-nilai spiritual, moral, serta aspek psikososial yang memengaruhi perilaku individu. Al-Qur'an menekankan bahwa pengembangan karakter tidak hanya lahir dari kebiasaan atau pengaruh lingkungan, tetapi juga bersumber dari kesadaran iman (*taqwa*) dan kemampuan mengendalikan dorongan diri (*mujahadah al-nafs*).

Sementara itu, psikologi kontemporer menunjukkan bahwa pengalaman hidup, hubungan sosial, serta pembelajaran melalui interaksi memiliki peran penting dalam membentuk cara seseorang memahami dan menerapkan nilai-nilai dalam kehidupannya. Pemahaman menyeluruh mengenai proses ini memiliki implikasi praktis yang signifikan bagi upaya pengembangan diri. Pendidikan karakter yang berlandaskan prinsip-prinsip Qur'ani dan intervensi psikologis yang terstruktur untuk meningkatkan keterampilan emosional serta

sosial, dapat menjadi fondasi bagi pembentukan kepribadian yang matang. Dukungan lingkungan yang kondusif dan program pembinaan yang konsisten menjadi faktor pendukung terciptanya pribadi dengan integritas, empati, dan daya tahan moral yang kuat. Oleh karena itu, proses pembentukan karakter menuntut komitmen berkelanjutan melalui refleksi diri, penghayatan nilai-nilai spiritual, serta pembiasaan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari (Atfal dkk., 2023)..

Pengelolaan Emosi dan Kesejahteraan Psikologis dalam Pengembangan Diri

Karakter manusia dalam perspektif Al-Qur'an mencakup aspek psikologis yang turut membentuk kepribadian seseorang. Dalam konteks ini, pengelolaan emosi serta tercapainya kesejahteraan mental menjadi faktor penting dalam proses pengembangan diri. Al-Qur'an memberikan arahan mengenai bagaimana mengendalikan emosi untuk meraih ketenangan batin, yang mendukung terciptanya pribadi yang sehat dan seimbang. Selain itu, penguatan dimensi spiritual melalui ibadah yang konsisten, perenungan diri, dan penghayatan nilai tauhid diyakini mampu meningkatkan ketahanan psikologis dan memperkuat kemampuan mengendalikan diri ketika menghadapi berbagai ujian hidup (Nurhidayah, 2021). Pandangan ini menegaskan bahwa pengintegrasian nilai-nilai agama dalam aktivitas sehari-hari dapat menjadi sumber daya mental yang berharga.

Al-Qur'an melihat manusia sebagai makhluk dengan dimensi fisik dan spiritual yang saling memengaruhi perilaku dan karakter. Kepribadian manusia terdiri dari tiga elemen utama: *an-nafs* (jiwa), *al-aql* (akal), dan *hawa nafs* (keinginan). Ketiga elemen ini membentuk dinamika kepribadian melalui tiga tingkatan: *muthmainnah* (jiwa yang tenang), *lawwamah* (jiwa yang menyesali), dan *ammarah bi as-sû`* (jiwa yang cenderung pada kejahatan) (Farid & Afinah, 2023). Konsep ini serupa dengan teori Freud tentang ide, ego, dan superego dalam psikologi modern, yang menjelaskan bagaimana ketiga elemen ini mempengaruhi perilaku individu.

Selain itu, dalam perspektif psikologi Islam, upaya pengelolaan emosi melalui aktivitas religius seperti dzikir dan doa telah terbukti mampu menumbuhkan ketenangan jiwa dan menurunkan tingkat stres. Pendekatan spiritual ini tidak hanya berperan dalam mengatur emosi secara konstruktif, tetapi juga mendukung individu dalam menemukan serta mempertahankan makna hidup yang lebih mendalam (Zuhri, S., & Fauziah, S., 2022).

Kesejahteraan psikologis, yang berkaitan dengan kondisi mental yang sehat, turut mendukung pengembangan karakter yang kuat. Al-Qur'an mengajarkan pentingnya refleksi diri untuk memahami dan memperbaiki karakter, serta penerapan nilai-nilai moral dalam kehidupan (Al-Ghazali, 1997). Dalam hal ini, pengembangan karakter yang melibatkan aspek

emosional dan kognitif menjadi penting untuk menciptakan individu yang mampu mengelola stres dan kecemasan serta beradaptasi dengan kehidupan secara positif.

Secara keseluruhan, pengelolaan emosi yang efektif tidak hanya berkontribusi pada kesejahteraan psikologis, tetapi juga memperkuat karakter individu. Dengan mengikuti ajaran-ajaran Al-Qur'an, seseorang dapat membentuk karakter yang lebih seimbang, mengelola emosi dengan bijak, dan meraih kebahagiaan serta kedamaian batin yang berkelanjutan.

Perbandingan Pandangan dan Integritas Konsep Teologis dan Psikologis tentang Karakter Manusia

Aspek	Perspektif Teologi Al-Qur'an	Perspektif Psikologi Model
Sumber Konsep	Berdasarkan wahyu dan ajaran Al-Qur'an sebagai petunjuk hidup manusia	Berdasarkan penelitian ilmiah, observasi, dan teori psikologi kepribadian
Tujuan Pembentukan Karakter	Mencapai kesempurnaan akhlak (<i>insân kâmil</i>), keseimbangan spiritual-sosial, dan ketaatan kepada Allah	Mencapai aktualisasi diri, kesejahteraan psikologis, serta integrasi diri yang sehat
Dimensi Utama	Tauhid, sabar, jujur, amanah, rendah hati, kasih sayang, dan pengendalian hawa nafsu	Emosi positif, kontrol diri, keterampilan sosial, kecerdasan emosi, dan nilai-nilai moral berbasis pengalaman
Metode Pengembangan	Pendidikan iman, teladan Rasulullah SAW, pembiasaan ibadah, dan refleksi diri	Modeling (Bandura), penguatan perilaku, konseling psikologis, dan latihan pengelolaan emosi
Penekanan Utama	Transformasi spiritual yang mencakup aspek moral dan hubungan dengan Tuhan serta makhluk	Pengembangan perilaku adaptif, pengelolaan stres, dan pencapaian potensi individu
Contoh Teori/Konsep	Konsep khalîfah, 'abd Allah, sabar (QS Al-Baqarah:153), amanah (QS Al-Ahzab:72), tawadhu (QS Al-Furqan:63)	Teori Big Five Personality, psikologi positif (Seligman), pembelajaran sosial, hierarki kebutuhan (Maslow)

Karakter manusia adalah konsep yang rumit dan telah dianalisis dari berbagai sudut pandang. Dalam hal ini, baik pandangan teologis Islam maupun psikologi modern

menawarkan kerangka yang saling melengkapi untuk memahami bagaimana karakter manusia terbentuk dan berkembang. Al-Qur'an menggambarkan manusia sebagai makhluk dengan dimensi spiritual dan sosial yang saling berkaitan. Konsep teologis karakter manusia dalam Al-Qur'an bahwa manusia memiliki potensi untuk melakukan kebaikan dan keburukan, dengan peranannya sebagai *'abd Allah* (hamba Allah) dan *khalifah* (pemimpin bumi), yang memerlukan keseimbangan antara aspek spiritual dan sosial (Amiruddin, 2019). Surat Lukman (QS 31:12-19) mengajarkan lima prinsip utama karakter, yaitu tauhid, birrul walidain (penghormatan kepada orang tua) (Abdullah, 2017) syukur, hikmah (kebijaksanaan), dan sabar (Hasanah, 2010).

Sementara itu, Surat Al-Hujurat (QS 49:1-18) membahas karakter manusia dengan mengidentifikasi sifat-sifat positif seperti keadilan dan saling mengenal, serta sifat-sifat negatif seperti prasangka buruk dan bergunjing. Al-Qur'an secara eksplisit menggambarkan berbagai konsep mengenai karakter yang harus dimiliki oleh seorang individu. Beberapa sifat atau akhlak mulia yang ditekankan dalam Al-Qur'an. Konsep karakter dalam Al-Qur'an memberikan panduan hidup menuju kesempurnaan akhlak. Empat sifat yang ditekankan yaitu kesabaran, kejujuran, rendah hati, dan amanah merupakan contoh akhlak mulia dalam ajaran Islam:

Pertama, sifat sabar (kesabaran), dalam Al-Qur'an melibatkan ketahanan dalam menghadapi cobaan serta kemampuan menahan diri dari perbuatan buruk. Allah menyukai orang yang sabar dan memberikan pahala besar bagi mereka yang mampu bertahan dalam ujian (Al-Baqarah[2]:153) Allah berfirman: *يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ* ﴿١٥٣﴾ "Wahai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar."

Kedua, sifat jujur (shidiq) adalah dasar hidup yang benar dan berkah, yang mencakup kata-kata, tindakan, dan niat. Kejujuran membedakan orang bertakwa dari yang berpura-pura (At-Tawbah[9]:119), Allah berfirman: *يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ* ﴿١١٩﴾ "Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah kalian bersama orang-orang yang benar." Kejujuran adalah ciri utama yang membedakan antara orang yang benar-benar bertakwa dan mereka yang hanya berpura-pura.

Ketiga, sifat tawadhu' (rendah hati) merupakan sikap rendah hati sangat ditekankan dalam Al-Qur'an sebagai karakter yang memperindah kepribadian seseorang. Orang yang rendah hati tidak membanggakan dirinya dan selalu menjaga sikap hormat terhadap orang lain. (Al-Furqan [25]:63) Allah berfirman:..... *وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا*. "Dan

hamba-hamba Tuhan yang Maha Pengasih itu adalah orang-orang yang berjalan di bumi dengan rendah hati..." menggambarkan orang yang beriman dengan sifat ini, Kesederhanaan dan kerendahan hati adalah ciri khas dari orang yang beriman dan dekat dengan Allah.

Keempat, sifat amanah (kepercayaan dan tanggungjawab) Menjaga amanah adalah salah satu prinsip penting dalam ajaran Islam yang dijelaskan dalam Al-Qur'an. Seseorang yang amanah akan menjaga segala bentuk kepercayaan, baik yang diberikan oleh Allah maupun oleh sesama manusia. (Al-Ahzab [33]:72), Allah berfirman:

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا
جَهُولًا ﴿٧﴾

"Sesungguhnya kami telah menawarkan amanah kepada langit, bumi, dan gunung-gunung, maka semuanya enggan untuk memikulnya dan takut kepadanya, tetapi manusia memikulnya. Lalu, dipikullah amanat itu oleh manusia. Sesungguhnya ia (manusia) sangat zalim lagi sangat bodoh."

Ini menunjukkan bahwa amanah adalah beban besar yang harus dipertanggungjawabkan dengan penuh integritas (Hermawan dkk., 2020). Di sisi lain, psikologi modern menyajikan berbagai teori mengenai pembentukan karakter, seperti teori empat temperamen yang mem bagi kepribadian manusia menjadi sanguinis, melankolis, koleris, dan plegmatis, yang masing-masing memiliki kaitan dengan nilai-nilai dalam Al-Qur'an. Teori struktur kepribadian Freud yang membedakan antara id, ego, dan superego juga memiliki kemiripan dengan konsep-konsep dalam Al-Qur'an mengenai nafsu dan kesadaran kritis (Harvey, 2001). Pendekatan humanistik Abraham Maslow yang menekankan hierarki kebutuhan menuju pencapaian aktualisasi diri juga selaras dengan konsep *insân kâmil* dalam pendidikan karakter Al-Qur'an, yang mengutamakan perkembangan menyeluruh individu (Abraham, 1954).

Prinsip psikologi modern dalam pembentukan karakter melalui berbagai teori dan pendekatannya, juga memberikan pandangan yang berharga mengenai pengembangan karakter individu. Beberapa konsep utama dalam psikologi yang berkaitan topik diatas diantaranya: *Pertama*, psikologi positif (Seligman) Martin Seligman, pelopor psikologi positif, menekankan pengembangan karakter yang kuat seperti kebijaksanaan, keberanian, dan optimisme (Seligman, 2002). Prinsip ini sejalan dengan nilai-nilai dalam Al-Qur'an, seperti kesabaran, kejujuran, dan tawakkal (berserah diri kepada Allah). *Kedua*, teori pembelajaran sosial (Bandura) Albert Bandura dalam teori pembelajaran sosialnya menjelaskan bahwa perilaku individu sangat dipengaruhi oleh pengamatan dan pembelajaran dari lingkungan sosial (Bandura, 1977). Hal ini sesuai dengan ajaran Islam yang mengarahkan umatnya untuk

mencontoh perilaku Rasulullah SAW, yang memiliki karakter yang mulia. *Ketiga*, model kepribadian *big five* model kepribadian *big five* (neurotisisme, ekstroversi, keterbukaan, kesesuaian, dan ketelitian) digunakan untuk mengevaluasi karakter seseorang (McCrae & Costa Jr, 1997). Beberapa dimensi dalam model ini, seperti ketelitian (Amanah) dan kesesuaian (Tawadu'), dapat dikaitkan dengan nilai-nilai dalam Al-Qur'an.

Perbandingan pandangan teologis dan psikologis ini menunjukkan adanya beberapa kesamaan, terutama dalam hal pengendalian diri dan pengelolaan emosi. Baik dalam Al-Qur'an maupun dalam psikologi, pengajaran mengenai kesabaran, pengendalian amarah, dan pengelolaan nafsu sangat penting dalam pembentukan karakter yang baik. Namun, terdapat juga perbedaan utama dalam cara keduanya memandang otoritas sumber pengetahuan. Al-Qur'an menjadikan wahyu ilahi sebagai sumber utama, sementara psikologi bergantung pada observasi ilmiah. Pandangan teologis Al-Qur'an lebih menekankan pada transformasi spiritual dalam pembentukan karakter, sedangkan psikologi cenderung fokus pada perubahan perilaku dan pendekatan ilmiah.

Meskipun ada perbedaan, integrasi antara kedua paradigma ini memberikan pandangan yang lebih luas dan komprehensif dalam pembentukan karakter manusia. Pendekatan gabungan ini mencakup pendidikan nilai-nilai Qur'ani sebagai dasar etis, teori perkembangan kepribadian psikologis sebagai metode operasional, serta pendekatan tarbiyah rūhiyah yang menggabungkan penanaman adab dengan modifikasi perilaku. Dalam aplikasi praktis, model pendidikan karakter integratif ini dapat menggabungkan ajaran nilai Islami dengan internalisasi sifat-sifat mulia, serta menggunakan teknik konseling psikospiritual untuk mengatasi masalah karakter. Penelitian ini menunjukkan bahwa menggabungkan perspektif teologis dan psikologis memberikan pemahaman yang lebih lengkap mengenai karakter manusia serta menyediakan solusi praktis dalam pengembangan sumber daya manusia yang beradab.

Relevansi Ajaran Al-Qur'an dalam Mengatasi Tantangan Psikologis dan Moral di Zaman Modern

Di tengah kemajuan teknologi dan perubahan sosial yang sangat cepat, masyarakat modern menghadapi berbagai tantangan psikologis dan moral yang semakin rumit. Berbagai masalah seperti stres, kecemasan, depresi, serta krisis moral yang melibatkan ketidakjujuran, egoisme, dan hilangnya nilai-nilai spiritual menjadi masalah yang terus meningkat (Diener, Edward, 2008). Kehidupan yang sering dipengaruhi oleh tekanan sosial dan materialisme ini dapat merusak kesehatan mental dan hubungan sosial. Dalam situasi seperti ini, Al-Qur'an

dapat berfungsi sebagai sumber panduan yang relevan untuk membantu individu mengatasi tantangan tersebut.

Al-Qur'an tidak hanya berperan sebagai pedoman spiritual tetapi juga memberikan prinsip-prinsip etis dan psikologis yang sesuai dengan tantangan zaman modern. Dengan menekankan pembentukan karakter yang kuat melalui nilai-nilai seperti kesabaran, kejujuran, dan ketulusan, Al-Qur'an menawarkan solusi yang mendalam untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh masyarakat saat ini. Oleh karena itu, makalah ini bertujuan untuk menggali bagaimana nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dapat membantu mengatasi tantangan psikologis dan moral zaman sekarang melalui pendekatan teologis dan psikologis.

Tantangan Moral dan Psikologis di Masyarakat kontemporer menghadapi beragam tantangan moral dan psikologis yang semakin rumit. Seiring dengan kemajuan teknologi, globalisasi, dan perubahan norma sosial, individu dan kelompok dihadapkan pada pergeseran cara hidup yang signifikan. Fenomena ini menimbulkan masalah serius seperti krisis identitas, kecemasan, stres, pergeseran nilai-nilai keluarga, serta lemahnya hubungan sosial. Kemajuan teknologi dan media sosial memang memberikan akses informasi yang luas, tetapi juga memunculkan tantangan baru dalam aspek etika, moralitas, dan kesejahteraan mental.

Pertama, Mengatasi Stres dan Kecemasan: Di zaman modern, tekanan hidup yang datang dari tuntutan pekerjaan, ekspektasi sosial, dan kecemasan terhadap masa depan sangat mempengaruhi kesehatan mental individu. Al-Qur'an memberikan solusi dengan mengajarkan umatnya untuk mengingat Allah sebagai sumber ketenangan dan hiburan. Surat Ar-Ra'd [13]:28 menyatakan, "Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang." Ketika individu merasa cemas atau stres, kedekatan dengan Allah melalui ibadah, doa, dan dzikir menjadi sarana untuk meraih ketenangan batin dan mengatasi kecemasan.

Kedua, Pembentukan Karakter Moral yang Kokoh: Di tengah dunia yang semakin materialistik dan penuh dengan tantangan moral, nilai-nilai yang ada dalam Al-Qur'an menjadi panduan yang sangat diperlukan. Al-Qur'an mengajarkan tentang kejujuran (shidiq), kesabaran (sabar), rendah hati (tawadhu'), dan amanah (kepercayaan dan tanggung jawab), yang sangat relevan untuk membentuk karakter yang kuat dan mulia (Husaini & Salis, 2023). Prinsip-prinsip moral ini tidak hanya bermanfaat dalam kehidupan pribadi, tetapi juga dalam interaksi sosial, sehingga dapat mengurangi masalah-masalah sosial yang sering terjadi di masyarakat modern.

Ketiga, Meningkatkan Kualitas Hubungan Sosial dan Keluarga: Salah satu tantangan besar di zaman modern adalah pergeseran nilai-nilai keluarga dan hubungan antar individu.

Al-Qur'an menekankan pentingnya hubungan yang harmonis dalam keluarga dan masyarakat. Misalnya, Surat An-Nisa[4]:19, mengajarkan tentang pentingnya menghormati pasangan hidup dan keluarga, serta menjaga hubungan yang sehat dan saling menghargai. Nilai-nilai ini sangat relevan dalam mengatasi masalah keluarga, perceraian, atau hubungan yang retak dalam masyarakat modern, dengan menekankan pentingnya komunikasi, penghormatan, dan kesetiaan.

Keempat, Mengatasi Krisis Identitas di Zaman Modern: Salah satu persoalan psikologis yang banyak dialami masyarakat modern adalah kebingungan dalam menentukan identitas diri dan arah hidup. Al-Qur'an memberikan petunjuk yang jelas mengenai hakikat manusia sebagai hamba Allah sekaligus *kehalifah* yang memiliki tanggung jawab di muka bumi. Pemahaman ini menekankan bahwa setiap orang memegang peran penting, baik dalam dimensi sosial maupun spiritual. Proses pembentukan karakter yang dilandasi ajaran Al-Qur'an, seperti nilai tauhid, sikap amanah, dan prinsip keadilan, berfungsi sebagai kompas yang membantu individu menemukan tujuan hidup yang bermakna. Dengan demikian, mereka lebih siap menghadapi kebingungan identitas dan dapat meraih ketenangan batin (Muqit & Rosyad, 2024). Sejalan dengan itu, penelitian mutakhir menunjukkan bahwa penguatan nilai-nilai tauhid berkontribusi positif terhadap resiliensi psikologis dan penguatan identitas keagamaan (Ghozali et al., 2021). Selain itu, studi oleh (Saripudin dan Rustandi, 2020) menyebutkan bahwa kesadaran spiritual berbasis Al-Qur'an mampu mengurangi kecemasan eksistensial serta meningkatkan kesejahteraan emosional individu.

Kelima, Menumbuhkan Spiritualitas dalam Dunia yang Serba Materialistik: Di dunia yang semakin materialistik, banyak orang cenderung kehilangan arah dan tujuan hidup yang lebih tinggi. Al-Qur'an mengingatkan umat manusia untuk selalu mencari keseimbangan antara kehidupan duniawi dan ukhrawi. Surat Al-Qasas [28]:77) mengajarkan bahwa meskipun kita bekerja dan berusaha di dunia, kita juga harus menyiapkan diri untuk kehidupan akhirat yang lebih kekal. Hal ini memberikan panduan bagi individu agar tetap menjaga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan kebutuhan spiritual, yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental dan moral di zaman yang penuh dengan godaan dan kebingungannya.

Pengembangan karakter manusia yang baik sangat penting dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, dan Al-Qur'an memberikan panduan yang jelas untuk mencapai tujuan ini. Pembentukan karakter yang kokoh dimulai sejak usia dini dan berlanjut sepanjang hidup, relevan untuk mengatasi tekanan yang datang dari berbagai aspek

kehidupan, seperti sosial, ekonomi, dan psikologis. Al-Qur'an mengajarkan bahwa setiap individu memiliki potensi untuk menjadi pribadi yang mulia, tergantung pada pilihan dan usaha mereka sendiri. Prinsip-prinsip seperti kesabaran, kejujuran, tawadhu' (rendah hati), amanah (tanggung jawab), dan keadilan membantu membimbing individu untuk membangun karakter yang kuat dan bijaksana. Surat Luqman [31]:12-19) menekankan lima prinsip utama tauhid, birrul walidain, syukur, hikmah, dan sabar yang membentuk dasar karakter yang sehat. Selain itu, Al-Qur'an juga menekankan pentingnya pendidikan karakter sebagai bagian tak terpisahkan dari kehidupan, sebagaimana disebutkan dalam Surat Al-Alaq [96]:1-5), yang mendorong umat untuk terus mencari ilmu dan mengembangkan diri agar dapat membangun karakter yang seimbang, baik dalam pengetahuan maupun dalam sikap moral dan etika (Misbah, M, 2018).

Ajaran Al-Qur'an sangat relevan untuk mengatasi tantangan psikologis dan moral dalam kehidupan yang terus berkembang. Melalui pendidikan karakter yang mengintegrasikan nilai-nilai moral dan spiritual, Al-Qur'an menyediakan solusi praktis untuk membentuk individu yang berintegritas dan menciptakan masyarakat yang harmonis. Nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an, seperti kejujuran, kesabaran, tawakkal, dan pentingnya menjaga hubungan sosial yang harmonis, merupakan kunci untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapi oleh masyarakat masa kini. Oleh karena itu, dengan merujuk pada ajaran Al-Qur'an, umat manusia dapat menemukan arah yang jelas dan makna hidup dalam menghadapi kompleksitas kehidupan. Ajaran Al-Qur'an ini tidak hanya relevan untuk membentuk individu yang baik secara moral dan psikologis, tetapi juga untuk menciptakan masyarakat yang lebih inklusif dan mendukung dalam menghadapi tantangan zaman yang terus berkembang.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an menyajikan kerangka konseptual yang utuh dalam menjelaskan pembentukan karakter manusia. Ajaran-ajaran Qur'ani tidak hanya memuat prinsip moral yang bersifat normatif, tetapi juga mencakup dimensi psikologis yang mendukung pengembangan kepribadian pada era kontemporer. Nilai-nilai utama seperti kesabaran, kejujuran, tawakkal, amanah, dan kerendahan hati berperan sebagai landasan etis sekaligus pilar penguatan ketahanan diri, pengendalian emosi, dan pembentukan identitas yang seimbang.

Analisis perbandingan dalam penelitian ini juga mengungkap bahwa pendekatan teologis yang terkandung dalam Al-Qur'an menitikberatkan pada transformasi spiritual

melalui penguatan kesadaran ketuhanan (taqwa) sebagai fondasi pembinaan karakter. Sebaliknya, psikologi modern melalui konsep psikologi positif dan teori pembelajaran sosial memberikan langkah-langkah praktis untuk menginternalisasi nilai-nilai tersebut secara aplikatif. Keduanya saling melengkapi, dengan teologi sebagai sumber orientasi makna transendental dan psikologi sebagai sarana penerapan dalam perilaku sehari-hari.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menjawab pertanyaan riset mengenai bagaimana Al-Qur'an merumuskan konsep karakter secara komprehensif dan bagaimana integrasi pendekatan teologis dan psikologis dapat dimanfaatkan dalam pengembangan kepribadian manusia. Temuan ini membuktikan bahwa model integratif efektif diterapkan sebagai dasar dalam pendidikan karakter yang menekankan kepatuhan etis sekaligus mendukung kesehatan mental individu. Pendekatan ini relevan untuk diterapkan di berbagai bidang, mulai dari lembaga pendidikan hingga praktik konseling, guna membentuk pribadi yang kuat secara moral, matang secara emosional, dan siap menghadapi tantangan kehidupan modern.

Daftar Pustaka

- Abdullah, D. (2017). Konsep Manusia Dalam Al-Qur'an (Telaah Kritis tentang Makna dan Eksistensi). *Al-Daulah: Jurnal Hukum Pidana dan Ketatanegaraan*, 6(2), 331–344.
- Abraham, M. (1954). *Motivation and personality*. Nueva York: Harper & Row, Publishers.
- al-Qattan, M. (1996). *Maqasid al-Shari'ah al-Islamiyah*. Dar al-Ilm.
- Al-Attas, S. M. N. (1993). *Islam and Secularism*. ISTAC.
- Al-Ghazali, Imam. (1997). *Alkimia Kebahagiaan The Revival of Religious Sciences*.
- Al-Misbah, M. (2021). *Tafsir Al-Qur'an: Menelusuri Konsep Manusia dalam Perspektif Teologis*. Pustaka Islam.
- Al-Qurtubi, A. (1986). *Al-Jami' Li Ahkam al-Qur'an* (Vol. 1–vol. 1). Maktabah al-Ilmiyyah.
- Amiruddin. (2019). Peran Karakter dalam Mengelola Stres: Perspektif Al-Qur'an dan Psikologi. *Jurnal Psikologi Sosial*.
- Atfal, M., Yuniar, A. C., Rantina, M., & Santoso, G. (2023). Proses Pembentukan Karakter Seseorang Berdasarkan Lingkungan Kehidupan. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(2), 40–46.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice-Hall.
- Diener, Edward, R. B.-D. (2008). *Happiness in the Face of Adversity*. " In Positive Psychology: An Introduction, edited by Shane J. Lopez and C.R. Snyder. Springer.

- Farid, A., & Afinah, N. (2023). Karakteristik Budi pekerti kepribadian individu dalam perspektif Al-Qur'an. *JURNAL ILMIAH RESEARCH STUDENT*, 1(2), 120–126.
- Garcia, R, T., J. (2020). Spirituality and Mental Health: Current Perspectives. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 22(2), 123–140.
- Gill, D. W. (2020). Integrity and character formation in Christian ethics. *Journal of the Society of Christian Ethics*, 40(1).
- Golamen, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Harvey, W. (2001). *The Temperaments and Their Relationship to Human Behavior*. Springer.
- Hasanah, S. (2010). *Kepribadian Manusia dalam Surat al-Hujurat*.
- Hermawan, I., Ahmad, N., & Suhartini, A. (2020). Konsep Amanah dalam Perspektif Pendidikan Islam. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 12(2), 141–152.
- Hossain. (2020). The Ethical Principles of Islam and Their Application in Modern Society. *Journal of Islamic Ethics*, 4(1–2), 36–55.
- Husaini, H., & Salis, R. (2023). Relevansi Pendidikan Karakter dalam Al-Qur'an Sebagai Pembentuk Kepribadian. *Scholars: Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 1(1), 18–30.
- Kathir, I. (1999). *Tafsir al-Qur'an al-Az'im* (Vol. 1). Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.
- KBBI. (2008). *KBBI Edisi Keempat*. Balai Pustaka.
- Khairi, A., Widayati, R., & Ariyadi, M. (2025). Internalization of Quranic values to strengthen character education in Indonesian Islamic schools. *International Journal of Instruction*, 18(1), 125–140.
- Koenig, H. G. (2019). *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*. Academic Press.
- McCrae, R. R., & Costa Jr, P. T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American psychologist*, 52(5), 509.
- Misbah, M, M. (2018). *Pendidikan Karakter dalam Perspektif Al-Qur'an*. Pustaka Pelajar.
- Mujiono, M. (2013). Manusia berkualitas menurut Al-qur'an. *Hermeneutik: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 7(2), 357–388.
- Muqit, A., & Rosyad, A. (2024). Signifikansi dan Relevansi Edukasi Al-Quran di Era Modern. *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam*, 5(2), 389–398.
- Muthahhari, M. (2000). *The Human Being in the Islamic View*. World Organization for Islamic Services.
- Nasr, S. H. (2002). *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity*. HarperSanFrancisco.

- Noviani, D. (2024). Peran Ayat-Ayat Al-Qur'an dalam Pembentukan Karakter Spiritual: Tinjauan Psikologi Islam. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(12), 4924–4935.
- Nurdin, A, Z., M. (2023). Human dignity and the role of khalifah: A study on Qur'anic perspective and its contemporary relevance. *QIJIS (Qudus International Journal of Islamic Studies)*, 11(1), 69–90.
- Nurhaliza, M. (2018). *Tanggung Jawab terhadap Kerabat dalam Al-Qur'an*.
- Nurhidayah, S. (2021). Regulasi emosi dalam perspektif Al-Qur'an: Upaya membangun kesehatan mental berbasis nilai spiritual. *Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, 12(2), 145–160.
- Nurjannah, S., Rizkiyah, E., & Sumedi, A. (2024). Integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam pembentukan kepribadian remaja muslim: Studi di Pondok Pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, 13(1), 33–47.
- Putri, D. A., Supriatna, N, M., H. (2021). Strengthening Environmental Awareness through the Value of Tauhid: An Islamic Perspective on Character Education. *Journal of Social Studies Education Research*, 12(2), 236–256.
- Rahman, F. (1982). *Islam and Modernity*. University of Chicago Press.
- Sarim, M., Syed, H., & Batool, N. (2023). Religiosity and psychological well-being: The mediating role of meaning in life and self-control among Pakistani adults. *Journal of Religion and Health*, 62(4), 2047–2065.
- Sarnoto, A. Z. (2023). Qur'anic Psychology: Menelusuri Konsep Manusia Ideal dalam Psikologi dan Al-Qur'an. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 3691–3698.
- Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. Free Press.
- Smith, J. (2020). Understanding Character: A Psychological Perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2).
- Sugiarto, A. (2020). Dimensi antropologi Al-Qur'an dalam membangun etika sosial dan solidaritas kemanusiaan. *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis*, 21(2), 145–162.
- Surasman, O. (2021). Karakter Negatif Manusia Dalam Al-Quran. *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an*, 21(1), 70–87.
- Syafi'i, A. H., & Syaoki, M. (2018). Karakter Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an Surat Lukman. *KOMUNIKE: Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam*, 10(2), 89–98.
- Syahputra, A. E. A., & Ismail, Y. Z. (2021). Motif-motif perilaku manusia dalam perspektif al-qur'an (Kajian atas kasus fisiologis dan spiritual). *Al-Dhikra*, 3(1).

- WHO. (2023). *World Mental Health Report 2023*. Geneva: World Health Organization.
- Yusron, M. A. (2022). Al-Qur'an dan Psikologi; Memahami Kepribadian Manusia Perspektif Al-Qur'an. *TAFAKKUR: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, 3(1), 82–99.
- Yusuf, A. H, R., M. F. (2021). Human stewardship in Islamic perspective: An analysis of the concept of khalifah and its relevance to contemporary social responsibility. *Islamic Quarterly*, 65(2), 205–224.
- Zuhri, S., & Fauziah, S. (2022). Religiusitas dan regulasi emosi: Analisis kontribusi dzikir terhadap kesehatan mental. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 3(1), 45–59.
- Zulkiple Abdul Ghani, Long, A. S., & Wan Ahmad Fauzi Wan Husain. (2021). Moral character development through Islamic education: A conceptual analysis. *Journal of Islamic Educational Studies*, 9(1), 57–68.