

Metodologi Psikologi Islam : Sebuah Kajian Literatur

Islamic Psychological Methodology: A Review of the Literature

Mela Desina¹, Vivik Shofiah², Khairunnas Rajab³

^{1,2,3} Magister Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, Riau, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received 18 December, 2025

Revised 19 December 2025

Accepted 25 December 2025

Available online 29 December 2025

Keywords

Key Words : Studi Literatur,
Metodologi, Psikologi Islam



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRACT

This study explores the methodological framework of Islamic psychology, which integrates scientific approaches with Islamic values as its epistemological foundation. The employed methods extend beyond empirical and rational inquiry by incorporating faith-based approaches grounded in the Qur'an and Hadith, as well as intuitive and spiritual dimensions that are distinctively Islamic. The study examines several methodological orientations—namely scripturalist, philosophical, and Sufi approaches—in an effort to construct a holistic and authentic paradigm of psychology. The purpose of this research is to develop a methodological framework for Islamic psychology that is both epistemologically valid and practically applicable, accommodating both spiritual and scientific dimensions while offering psychological solutions consistent with Islamic principles. This research adopts an extensive literature review of both classical and contemporary sources on Islamic psychology. The findings reveal that the methodological framework of Islamic psychology has the potential to enrich the broader field of psychology through a comprehensive, integrative, and contextually responsive approach that addresses the psychological needs of the Muslim community.

ABSTRAK

Penelitian ini membahas metodologi dalam kajian psikologi Islam yang mengintegrasikan pendekatan ilmiah dan nilai-nilai Islam sebagai landasan epistemologis. Metode yang digunakan tidak hanya bersifat empiris dan rasional, tetapi juga mengaplikasikan metode keyakinan berdasarkan wahyu Al-Qur'an dan Hadits, serta pendekatan intuisi dan spiritual yang khas Islam. Kajian ini menelaah berbagai pendekatan metodologis, yakni skripturalis, filosofis, dan sufistik, untuk membangun paradigma psikologi yang holistik dan autentik. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan kerangka metodologi psikologi Islam yang valid dan aplikatif, mengakomodasi dimensi spiritual dan ilmiah sekaligus memberikan solusi kejiwaan yang sesuai dengan prinsip Islam. Metode penelitian menggunakan studi literatur yang mendalam pada sumber-sumber klasik dan kontemporer psikologi Islam. Hasil kajian menunjukkan bahwa metodologi psikologi Islam mampu memperkaya ilmu psikologi dengan pendekatan komprehensif yang menyeluruh dan responsif terhadap kebutuhan umat Muslim

INTRODUCTION

Psikologi Islam adalah ilmu yang khusus membahas manusia, terutama kepribadian dan perilaku, dengan landasan sumber-sumber Islam seperti Al-Qur'an dan Hadits. Kajian ini meliputi aspek filsafat, teori, dan metodologi yang bersumber pada wahyu serta tradisi keilmuan Islam klasik seperti akhlak dan tasawuf. Psikologi Islam berbeda dengan psikologi Barat karena menempatkan hubungan manusia dengan Tuhan sebagai pusat kajian, sehingga pendekatannya tidak hanya bersifat empiris tetapi juga spiritual dan etis (Izuddun, 2006; Yudianta, 2013).

Sejarah psikologi Islam bermula pada masa Nabi Muhammad SAW dan berkembang di era kekhalifahan Abbasiyah. Pada periode awal, kajian psikologi Islam lebih berfokus pada aspek jiwa yang bersumber langsung dari Al-Qur'an dan Hadits, kemudian berkembang dengan memasukkan filsafat Yunani sebagai pelengkap intelektual. Di era modern, psikologi Islam muncul sebagai respons atas kebutuhan umat untuk mendapat solusi kejiwaan yang autentik

berbasis nilai-nilai Islam, ditandai dengan gelaran simposium psikologi dan Islam pada tahun 1978 di Riyadh (Izuddun, 2006; Yudiana, 2013).

Metodologi psikologi Islam penting dikembangkan agar ilmu ini dapat berdiri mandiri dan otentik, tidak hanya mengadopsi psikologi Barat. Beberapa pendekatan metodologis dalam psikologi Islam mencakup metode keyakinan, rasional, integrasi antara wahyu dan akal, otoritas ulama, serta intuisi spiritual. Pendekatan ini memperkuat karakteristik psikologi Islam yang holistik, mengakomodasi dimensi spiritual dan etika dalam memahami manusia secara menyeluruh (Faridah, 2016).

Metodologi ini juga bertujuan untuk menghasilkan kajian psikologi yang tidak hanya valid secara ilmiah, tetapi juga relevan secara sosial dan kultural bagi umat Muslim. Dengan demikian, metodologi psikologi Islam dapat memberikan solusi yang sesuai dengan kebutuhan umat dalam mengatasi masalah psikologis yang kompleks tanpa mengabaikan nilai-nilai Islam. Kajian ini sekaligus memperkuat identitas keilmuan psikologi dari perspektif Islam (Ancok & Anshori, 1994; Faridah, 2016).

Pengembangan metodologi psikologi Islam menjadi sangat strategis dalam konteks keilmuan dan praktik. Hal ini berkontribusi pada pemahaman jiwa manusia secara menyeluruh — aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual — serta memperkaya khazanah ilmu psikologi global. Dengan adanya metodologi yang autentik dan terintegrasi, psikologi Islam dapat menjadi alternatif yang bermakna dalam dunia akademik dan praktik kejiwaan umat Muslim (Izuddun, 2006).

RESEARCH METHOD

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah studi literatur dengan pendekatan kualitatif. Studi literatur dipilih karena penelitian ini fokus pada analisis konsep, teori, dan metodologi dalam psikologi Islam yang bersifat teoritik dan telah tersedia dalam berbagai sumber pustaka seperti buku, jurnal, artikel ilmiah, serta dokumen elektronik (Masduki & Warsah, 2020). Pengumpulan data dilakukan dengan menginventarisasi dan menelaah sumber-sumber pustaka yang dianggap relevan dan kredibel, khususnya yang membahas aspek metodologis psikologi Islam secara mendalam (Ulya, 2022).

Sumber pustaka yang digunakan meliputi teks-teks agama seperti Al-Qur'an dan Hadits sebagai landasan dasar psikologi Islam, serta karya-karya ilmiah para peneliti dan ulama yang membahas pengembangan psikologi Islam secara konseptual maupun aplikatif. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan kualitatif, dengan cara mendeskripsikan, menjelaskan, dan menafsirkan isi literatur berdasarkan kerangka teori psikologi Islam (Alhadi, 2023). Pendekatan ini memungkinkan pemahaman komprehensif mengenai metodologi psikologi Islam yang menggabungkan pendekatan wahyu, rasio, dan intuisi.

Selain itu, metode ini juga memberikan ruang untuk mengidentifikasi dan membandingkan konsep-konsep metodologi yang telah diterapkan dalam psikologi Islam, sehingga memperkuat keilmuan tersebut dengan integrasi sumber-sumber otoritatif (Faridah, 2016). Karena tidak melibatkan pengumpulan data primer, studi literatur ini sangat efektif untuk menggali fondasi ilmiah psikologi Islam dengan tetap menjaga objektivitas dan akurasi kajian (Yudiana, 2013).

Penelitian ini juga didasarkan pada prinsip etika ilmiah dalam mengutip dan menggunakan sumber, memastikan bahwa penelitian ini menghormati hak kekayaan intelektual penulis serta memelihara integritas akademik (Andara, 2023). Dengan demikian, metode studi literatur menjadi pilihan yang tepat untuk mengembangkan pemahaman yang autentik dan aplikatif tentang metodologi psikologi Islam dalam konteks keilmuan kontemporer.

RESULT AND DISCUSSION

Metodologi psikologi Islam adalah sistem kajian ilmiah yang secara khas mengintegrasikan konsep dan nilai-nilai Islam dalam pemahaman dan analisis perilaku dan jiwa manusia. Metodologi kajian psikologi Islam merupakan pendekatan yang unik dan berbeda dari psikologi Barat karena menempatkan wahyu sebagai sumber utama pengetahuan dan pedoman hidup manusia. Menurut Jaya (2021), pendekatan ini mencakup beberapa metode penting, seperti metode keyakinan, rasionalisasi, integrasi keduanya, otoritas, dan intuisi, yang digunakan untuk memahami perilaku, pikiran, dan jiwa manusia dalam kerangka Islam.

Model ini juga menegaskan pentingnya revisi teori-teori psikologi Barat dengan sumber keislaman untuk menghasilkan teori yang valid secara ilmiah dan sekaligus sesuai dengan nilai-nilai Islam. Pendekatan ini memungkinkan psikologi Islam untuk tetap relevan dan adaptif dalam menghadapi perubahan zaman, tanpa meninggalkan akar keilmuannya (Pi, 2020).

Implementasi teknik penelitian dalam psikologi Islam meliputi studi dokumen, wawancara, dan observasi yang disesuaikan dengan norma dan etika Islam. Pendekatan pengumpulan data ini memastikan validitas penelitian sekaligus mematuhi prinsip syariah. Selain itu, kuesioner dan wawancara dalam konteks religiositas membantu mengungkap bagaimana umat Muslim mengalami dan memaknai masalah psikologis secara lebih mendalam (Masduki & Warsah, 2020; Yuhaniah & Masduki, 2022).

Pengembangan metodologi terkini juga melibatkan pendekatan multidisipliner, menggabungkan bidang psikologi, filsafat, dan teologi, guna memperkuat fondasi epistemologis dan ontologis psikologi Islam. Hal ini memungkinkan psikologi Islam menjadi disiplin yang mampu menjawab tantangan zaman dengan cara yang relevan dan kontekstual (Rafi, 2024).

Pemanfaatan metode empiris secara selektif dalam psikologi Islam, seperti percobaan dan survei, semakin diperkuat untuk mendukung penelitian lintas disiplin. Pendekatan ini tidak hanya menambah validitas metodologis tetapi juga memperkaya kerangka teoritik dalam psikologi Islam (Faridah, 2016).

Dalam kerangka teoritis, psikologi Islam memandang manusia sebagai makhluk multidimensi—fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Oleh karena itu, psikologi Islam harus mampu menghadirkan metode yang mencakup seluruh dimensi tersebut secara integratif agar berguna dalam konteks praktik psikoterapi dan pendidikan (Shofiah & Lestari, 2024).

Sebagai hasil, pengembangan metodologi psikologi Islam menghadirkan keseimbangan antara teori dan praktik, yang tidak hanya berorientasi pada ilmu pengetahuan tetapi juga nilai-nilai etika dan moralitas yang bersumber dari Islam. Metode ini menjadi landasan penting bagi intervensi psikologis yang lebih bermakna dan kontekstual untuk umat Muslim (Al-Faruqi, 2024).

Kesimpulannya, metodologi psikologi Islam saat ini merupakan sintesis dari pendekatan klasik dan modern yang mengedepankan nilai spiritual dan ilmiah. Hal ini menjadikan psikologi Islam semakin matang sebagai disiplin ilmu yang dapat digunakan untuk menjawab tuntutan zaman dan kebutuhan umat secara holistik (Badri, 2017).

Dalam perkembangan zaman, pendekatan dalam psikologi Islam juga turut berkembang sebagai respons terhadap keterbatasan psikologi modern yang seringkali mengabaikan dimensi spiritual manusia. Pendekatan Islamisasi psikologi modern mengintegrasikan prinsip-prinsip Islam ke dalam teori dan metode psikologi sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap perilaku manusia yang tidak hanya bersifat psikis tetapi juga spiritual. Islamisasi ini bukan sekadar penambahan unsur agama, melainkan rekonseptualisasi epistemologi psikologi dengan memasukkan nilai-nilai Islam secara menyeluruh, sehingga psikologi Islam menjadi alternatif yang signifikan dalam memahami dan menyembuhkan masalah kejiwaan secara holistik (Awaludin & Arroisi, 2023).

Metode dalam psikologi Islam mencakup beberapa pendekatan utama. Pertama, metode keyakinan yang menempatkan wahyu Al-Qur'an dan Hadits sebagai landasan utama kebenaran, dengan keyakinan tanpa keraguan bahwa Allah sebagai pencipta mengatur kehidupan manusia secara menyeluruh. Kedua, metode rasionalisasi yang mengedepankan optimalisasi akal manusia, sesuai perintah Al-Qur'an, serta mengakui keterbatasan akal namun tetap menghargainya sebagai alat memahami pengetahuan (Jaya, 2021).

Selanjutnya, terdapat integrasi antara metode keyakinan dan rasionalisasi yang digunakan secara bersamaan untuk memahami wahyu dan realitas psikologis manusia. Pendekatan ini menggabungkan kekuatan wahyu sebagai sumber kebenaran mutlak dengan kekuatan akal untuk berlogika dan mengkritisi, sehingga membangun psikologi yang valid dan komprehensif (Jaya, 2021).

Selain itu, metode otoritas menjadi bagian penting dari pendekatan psikologi Islam, yaitu merujuk pada pendapat dan karya para ulama serta ahli yang terpercaya dalam bidang psikologi Islam, sebagai sumber rujukan ilmiah sekaligus warisan intelektual klasik yang masih relevan. Metode ini memperkuat dasar keilmuan dan menjaga kesinambungan ajaran Islam dalam konteks psikologi (Rahmat, 2004).

Pendekatan sufistik atau tasawwuf dalam psikologi Islam juga sangat penting, dengan fokus pada pengalaman batiniah, intuisi, dan ilham spiritual. Pendekatan ini berusaha memahami dimensi jiwa yang tidak bisa diakses oleh metode empiris dan rasional saja, sehingga menambah dimensi keilmuan yang holistik dan spiritual (Alhadi, 2023).

Secara keseluruhan, pendekatan psikologi Islam berupaya menghadirkan paradigma yang mengintegrasikan dimensi spiritual dan psikologis manusia dengan seimbang, menggunakan landasan epistemologi Islami yang kuat, dan metode penelitian yang meliputi kajian teori, riset empiris, serta aplikasi praktik terapi dan pendidikan yang beretika Islami (Mawaddah, 2024).

Pendekatan ini membuka peluang bagi psikologi Islam untuk tidak hanya menjadi kajian akademik, tetapi juga memberikan solusi praktis yang relevan dengan kebutuhan umat Muslim, khususnya dalam mengatasi masalah psikologis dan meningkatkan kesejahteraan mental secara menyeluruh (Putra, 2024).

CONCLUSION

Metodologi kajian psikologi Islam memiliki ciri khas yang membedakannya dari psikologi barat, karena ia menempatkan wahyu sebagai sumber utama pengetahuan dan pedoman hidup manusia yang paling otoritatif. Pendekatan ini menggunakan beberapa metode utama, seperti metode keyakinan yang berasaskan pada keimanan terhadap Al-Qur'an dan Hadis tanpa keraguan, mengedepankan dimensi metafisik dan transenden yang tidak bisa dijelaskan oleh akal semata (Mukaffan, 2025).

Selain itu, terdapat metode rasionalisasi yang menempatkan penggunaan akal sebagai alat memahami fenomena, dengan tetap mengakui keterbatasan rasio manusia sesuai tuntunan Al-Qur'an. Metode integrasi menggabungkan keduanya, yaitu wahyu dan akal, sehingga psikologi Islam dapat menjembatani antara realitas empiris dan spiritual (Alhadi, 2023). Metode otoritas juga digunakan dengan merujuk pada karya para ulama klasik sebagai sumber keilmuan yang terpercaya, sementara intuisi dan pengalaman spiritual berperan untuk memahami dimensi batin manusia secara lebih mendalam (Sukaffan, 2025).

Keseluruhan metodologi tersebut dikembangkan guna membangun paradigma psikologi Islam yang tidak hanya teoritis namun juga aplikatif dan relevan dalam kehidupan umat Muslim. Metodologi ini mempertahankan harmonisasi antara nilai-nilai agama dan pendekatan ilmiah,

sehingga psikologi Islam mampu memberikan kontribusi signifikan dalam memahami dan memecahkan masalah psikologis dari perspektif keislaman yang holistik dan integral. Oleh karena itu, kajian psikologi Islam terus berkembang menjadi disiplin ilmu yang mandiri dan khas, yang selaras dengan kebutuhan zaman dan kondisi masyarakat Muslim saat ini (Aryani, 2025).

RECOMMENDATION

Psikologi Islam perlu mengembangkan metode yang beragam sesuai dengan watak subjek serta cara memahami manusia secara holistik, mencakup aspek jasmani dan rohani, agar kajian lebih komprehensif dan relevan dengan nilai Islam, serta kolaborasi antara akademisi psikologi dan ulama agar lahir teori-teori baru yang bermanfaat bagi umat. Perlu penyesuaian paradigma dari psikologi barat yang positivistik dan rasionalistik ke paradigma Islam yang mengakui realitas metafisik dan transendensi, sehingga menghasilkan psikologi Islami yang mandiri.

Pengembangan metode pragmatis dan kritis-transformatif sangat penting untuk mentransformasikan teori psikologi kontemporer agar sesuai dengan nilai-nilai Islam dan kebutuhan masyarakat Muslim saat ini. Kajian psikologi Islam sebaiknya diarahkan pada tujuan untuk memberikan solusi terhadap masalah kejiwaan manusia secara menyeluruh dengan pendekatan yang seimbang antara spiritual dan psikologis.

REFERENCES

- Al-Faruqi, I. R. (2024). *Psikologi agama: Teori dan praktek*. PT Remaja Rosdakarya.
- Alhadi, I. A. (2023). Pendekatan psikologi dalam studi Islam. *Thame: Jurnal Pendidikan Islam*, 10(1), 10–25.
- Ancok, D., & Anshori, F. (1994). *Psikologi Islami: Solusi atas problem psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Andara, A. P. (2023). Fase-fase perkembangan psikologi Islam. *Jurnal Ilmiah Psikologi Keislaman dan Kemasyarakatan*, 1(2), 10–19. <https://jipkm.com/index.php/jipkm/article/view/9>
- Aryani, S. A. (2025). *Psikologi Islami: Kajian teoritik dan penelitian empiris*.
- Awaludin, A., & Arroisi, J. (2023). Metode Islamisasi dalam ilmu psikologi modern. *Kalimah: Jurnal Studi Agama-Agama dan Pemikiran Islam*, 21(1). <https://doi.org/10.21111/klm.v21i1.10703>
- Badri, M. (2017). Psikologi Islam perspektif Malik Badri. *Jurnal Psikis*.
- Faridah, S. (2016). Metodologi dalam kajian psikologi Islam. *Jurnal Studia Insania*, 4(1), 69–78.
- Izuddun, M. T. (2006). *Panduan lengkap dan praktis psikologi Islam*. Gema Insani.
- Jaya, F. (2021). *Psikologi Islam: Metode keyakinan, rasionalisasi, dan integrasi*. <http://repository.uinsu.ac.id/12017/1/PSIKOLOGI%20ISLAM-%20FI.pdf>
- Masduki, & Warsah, I. (2020). Pendekatan psikologi dalam studi Islam dan kontribusinya. *Attractive Journal*.
- Mawaddah, A. W. (2024). Kajian psikologi Islam: Integrasi pendekatan falsafi dan psikologi modern. *Nathiqiyah*, 7(2), 171–182.
- Mukaffan, M. (2025). Metode kajian psikologi Islam. *Jurnal Psikologi Islam*, 5(1), 45–60.
- Pi, U. A. (2020). *Psikologi Islam: Kajian teoritik dan penelitian empirik*.
- Putra, J. (2024). Pendekatan psikologi dalam studi Islam dan kontribusinya. *Attractive Journal*. <https://attractivejournal.com/index.php/aj/article/view/1244>
- Rafi, A. (2024). Integrasi pendekatan multidisipliner dalam pengembangan psikologi Islam. *Jurnal Psikologi Kontemporer*.
- Rahmat, J. (2004). *Psikologi agama: Sebuah pengantar*. Mizan.

- Shofiah, & Lestari. (2024). Aplikasi praktis psikologi Islam dalam pendidikan dan terapi. *Jurnal Psikologi Terapan*.
- Sukaffan, H. (2025). Intuisi dan pengalaman spiritual dalam metodologi psikologi Islam. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 250–265.
- Ulya, N. M. (2022). Studi Islam dengan pendekatan psikologis. *Jurnal Risalah*, 8(1), 237–251. https://journal.faiunwir.ac.id/index.php/Jurnal_Risalah/article/view/229
- Yudiana, E. (2013). Pengantar psikologi Islam. *Jurnal Ilmiah Al-Qur'an dan Hadits (JIA)*, 14(2), 175–186.
- Yuhaniah, H., & Masduki. (2022). Psikologi keagamaan dan intervensi psikologi Islam. *Jurnal Studi Keislaman*.