

Problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow Perspektif Al-Ghazali (Analisis Studi Pemikiran Psikologis)

Jarman Arroisi, Ahmad Farid Saifuddin, Kanda Naufal Jauhar Gani

Universitas Darussalam Gontor, Ponorogo, Indonesia

Email: kandanaufaljauhargani@mhs.unida.gontor.ac.id



Aqlania: Jurnal Filsafat dan Teologi Islam is licensed under a [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Abstract: *This study aims to examine the thoughts brought by both western and Islamic figures regarding Abraham Maslow's self-actualization from Al-Ghazali's perspective. This is based on the thoughts of the two figures Abraham Maslow and Al-Ghazali which are often the subject of lengthy discussions among thinkers, scholars, and psychologists, one of which is the statement that self-actualization is synonymous with a person's desire to use all his or her abilities to achieve everything they can achieve and be able to achieve, self-actualization is also the highest need and achievement for a human being and is the culmination of one's maturity. The author uses a qualitative research method of literature and interpretive analysis, the author seeks to collect data and then filter and quote various data sources which are then interpreted to obtain a valid conclusion. The author's validation method uses method, time, and theory triangulation. The results of the research show that Abraham Maslow views self-actualization as a desire to be satisfied with himself, to realize all of his potential, to become whatever he can do, and to be creative and free to reach the peak of his potential achievement, and Al-Ghazali also saw that self-actualization is when a person experiences an emptiness in himself which makes the filler of the spiritual spirit uncontrollable in every human being, and at that time a person also experiences various kinds of problems in his life, both those caused by within himself and from outside himself.*

Keywords: *human being, Person Experience, Self-Actualization's Maslow.*

Abstrak: *Penelitian ini memiliki tujuan mengkaji pemikiran yang dibawa kedua tokoh barat dan Islam terkait aktualisasi diri Abraham Maslow Perspektif Al-Ghazali. Hal ini didasarkan pada pemikiran kedua tokoh Abraham Maslow dan Al-Ghazali yang kerap menjadi bahan diskusi panjang dikalangan pemikir, cendekiawan dan juga psikolog, salah satunya adalah pernyataan bahwa Aktualisasi diri identik dengan keinginan seseorang untuk menggunakan segala kemampuan dirinya untuk mencapai segala sesuatu yang dapat mereka raih dan bisa untuk dicapainya, aktualisasi diri juga merupakan kebutuhan dan pencapaian tertinggi bagi seorang manusia, dan merupakan puncak kedewasaan dan kematangan diri seseorang. Penulis menggunakan metode penelitian kualitatif kepustakaan dan analisis interpretatif, penulis berupaya mengumpulkan data kemudian menyaring dan megutip berbagai sumber data yang*

selanjutnya diinterpretasi dalam rangka memperoleh sebuah kesimpulan yang valid. Metode validasi penulis menggunakan triangulasi metode, waktu dan teori. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Abraham Maslow memandang aktualisasi diri sebagai keinginan untuk memperoleh kepuasan dengan dirinya sendiri, untuk menyadari semua potensi dirinya, untuk menjadi apa saja yang dia dapat melakukannya, dan untuk menjadi kreatif dan bebas mencapai puncak prestasi potensinya. Dan Al-Ghazali juga memandang Aktualisasi diri merupakan ketika seseorang mengalami kehampaan pada dirinya yang membuat pengisi ruh spiriritual tidak terkendali pada diri di setiap individu manusia, dan ketika itu juga seseorang mengalami berbagai macam masalah dalam hidupnya, baik itu yang disebabkan dari dalam diri sendiri maupun dari luar dirinya.

Kata Kunci: Aktualisasi Diri Maslow, Individu Manusia, Pengalaman Pribadi.

Pendahuluan

Aktualisasi diri identik dengan keinginan seseorang untuk menggunakan segala kemampuan dirinya untuk mencapai segala sesuatu yang dapat mereka raih dan bisa untuk dicapainya, aktualisasi diri juga merupakan kebutuhan dan pencapaian tertinggi seorang manusia,¹ dan merupakan puncak kedewasaan dan kematangan diri seseorang.² Hal ini ditandai dengan bagaimana seseorang mampu mempersepsikan dan menggunakan berbagai potensi yang ada dalam dirinya untuk mencapai suatu tujuan dalam hidupnya.³ Dalam pemikiran barat, istilah aktualisasi diri (self actualization) berfokus pada studi yang dikenal sebagai psikologi transpersonal (transpersonal psychology).⁴ Dalam aliran psikologi barat merumuskan makna dari self actualization (aktualisasi diri) yang mereka masukkan dalam pembahasan *The Power of Self Actualization*.⁵ Untuk memahami makna dari aktualisasi diri, manusia lebih dominan dalam hal kehendak bebas dan manusia disebut makhluk aktif.⁶ Aktualisasi diri dalam Islam berangkat dari konsep fitrah manusia sebagai muwahhid

¹ Abraham H. Maslow, *Toward a Psychology of Being*, ke-3 (London: Start Publishing LLC, 2013).

² Ryandi, ““Spiritual Experience According to Transpersonal Psychology (Critical Study of Sufism).” *Kalimah* 14, no. 2 (2016): 139–53.

³ Galih Puji Kurniawan et al., “Psikologi Humanistik Abraham Maslow,” *Jurnal Tana Mana* 2, no. 1 (2021).

⁴ Gaspa Txerades, “Maslow,” n.d.

⁵ Marc H. Bornstein, “The SAGE Encyclopedia of Lifespan Human Development,” *The SAGE Encyclopedia of Lifespan Human Development*, no. March (2018), <https://doi.org/10.4135/9781506307633>.

⁶ Norhashimah Yahya et al., “The Concept of Human Will According to Al-Ghazali and Abraham Maslow: A Comparative Study,” *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences* 8, P. 10 (2018), <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v8-i10/4715>.

(yang mentauhidkan Allah), mengingat Fitrah tersebut merupakan potensi diri manusia.⁷ Hal itu seperti konsensus para Ulama berdasarkan keterangan dari Abu Hurairah bahwa makna fitrah dalam hadits kullu maulūdin yūladu ‘alā al-fitrah bermakna Isla. Selain itu, potensi diri manusia sebagai insan yang bertuhan tersebut dapat pula dilihat dari makna fitrah itu sendiri. Fitrah berasal dari kata fa-tha-ra, dalam bentuk mashdar mengikuti wazan fi’lah, yang menunjukkan sesuatu yang difitrahkan Allah kepada ciptaan-Nya berupa pengenalan atas-Nya, Abu Haitsam juga mengatakan naluri (khilqah) yang diciptakan Allah kepada janin dalam perut ibunya.

Secara umum, manusia memiliki keinginan untuk menampilkan dirinya sebagai pribadi yang lebih baik.⁸ Persepsi atau kecenderungan diri manusia juga membuktikan bahwa manusia bukanlah makhluk yang statis.⁹ apalagi manusia selalu memiliki keinginan untuk memanfaatkan potensi yang ada, untuk berkembang dan lebih berkembang lagi.¹⁰ Kecenderungan aktualisasi dalam diri manusia adalah adanya kebutuhan dan dorongan dalam diri setiap orang.¹¹ Dan akhirnya, kecenderungan manusia pada aktualisasi diri akan mengarah pada kesadaran sejati.¹²

Urgensi penelitian ini adalah memberikan penjelasan tekstual dan kontekstual tentang Problem aktualisasi diri Abraham Maslow dari perspektif Al-Ghazali. Hal ini dipicu oleh semakin berkembangnya masalah yang menyangkut manusia modern dalam aktualisasinya, yang saat ini kehilangan makna dan tujuannya bahkan mungkin tidak mencapai pemenuhannya aktualisasi diri yang sebenarnya karena terhalang oleh orientasi duniawi.¹³

Pentingnya Aktualisasi diri bagi kehidupan manusia, membuat Maslow mempunyai visi untuk mencapai masyarakat yang sinergistik dan individu yang sehat

⁷ Abraham H. Maslow, *The Father Reaches of Human Nature and Religions, Value and Peak Experience*, Edisi ke-3 (London: Harper & Row Publishers, 1954).

⁸ Julian B. Rotter, Chance, J, & Phares E.J. (Eds.), *Applications of a Social Learning Theory of Personality*, (New York: Holt, Rinehart & Winston, 1972), p. 137

⁹ Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality*, Edisi ke-2 (London: Harper & Row Publishers, 1954).

¹⁰ F A Pratama, “Analisis Pemikiran Harun Nasution: Kekuasaan, Kehendak Mutlak Tuhan Dan Kebebasan Manusia,” *Jurnal Studi Islam* 13, no. 1 (2020): 1–16, <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/aqlania/article/download/5719/3751>.

¹¹ Harris Friedman, Transpersonal Psychology as a Scientific Field, Saybrook and Research Center, *International Journal of Transpersonal Studies*, Vol. 21 (2002). p. 175

¹² Hendro Setiawan, *Manusia Utuh, Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*, (Yogyakarta: PT Kanisius, 2014), p. 55.

¹³ Marhani, “Aktualisasi Tasawuf Al-Ghazali Dalam Mengantisipasi Krisis Spiritual,” *Jurnal Fikratuna* 9, no. 1 (2018), p. 1–24.

secara psikologis, melalui pengajaran psikologisnya. Kecintaan Maslow pada kehidupannya dan keyakinannya akan potensi yang dimiliki oleh manusia yang luas dan bersifat positif, membuat Maslow mengabdikan hidupnya untuk membangun pemahaman yang luas tentang sifat manusia.¹⁴ Bagi Maslow manusia bukan hanya kumpulan gangguan yang berasal dari jiwa, tetapi juga kumpulan potensi yang berlimpah.¹⁵

Atas dasar dari segala pertimbangan, penelitian ini menjadi lebih menarik ketika gagasan atau masalah dari aktualisasi diri dilihat tidak hanya dari aspek immaterial, tetapi juga dari metode dan prosedur pencapaiannya.¹⁶ Namun yang sangat penting adalah urgensi masyarakat Barat sekuler modern untuk dapat mengaktualisasikan diri dengan cara yang baik dan adil. Visi hidup adalah poin penting dalam pemikiran Imam Al-Ghazali dan Abraham Maslow yang harus dipertimbangkan dalam artikel ini.¹⁷ Maka didalam kajian penelitian ini peneliti ingin memberikan kritik dan solusi dari Al-Ghazali terhadap problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow.

Pembahasan

Aktualisasi diri Abraham Maslow

Untuk membantu mengetahui dan memahami pengertian tentang aktualisasi diri dalam kajian psikologi modern, disini peneliti menyampaikan pengertian aktualisasi diri merunut kedua tokoh Muslim dan Barat yakni; Imam Al-Ghazali dan Abraham Maslow. Perlu dipahami terlebih dahulu makna aktualisasi diri secara psikologis yaitu; aktualisasi diri akan kebutuhan untuk memenuhi tujuan di mana seseorang dilahirkan atau diciptakan.¹⁸ Manusia harus menjadi manusia sejati

¹⁴ Abraham H. Maslow, *A Theory Of Human Motivation*, Edisi Ke-1 (London: Sanage Publishing House, 2020).

¹⁵ Hendro Setiawan, *Manusia Utuh, Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*, (Yogyakarta: PT Kanisius, 2014), p. 182.

¹⁶ Nurcholis Madjid, dkk, *Manusia Modern Mendamba Allah: Renungan Tasawuf Positif*, (Jakarta: IIMaN dan Penerbit Hikmah, 2002), p. 16.

¹⁷ Mukhtar Gojali, "Konsep Dasar Psikologi Transpersonal," *Jurnal Syifa Al-Qulub* 2 (2017): 36–43.

¹⁸ Jarman., Badi', Samsyul. Arroisi, "Konsep Harga Diri: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Modern Dan Islam," *Psikologika* 127, no. 1 (2022): 89–106, <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art7>.

menurut kodratnya. Kebutuhan akan pengetahuan ini disebut aktualisasi diri.¹⁹ Aktualisasi diri didahulukan sebagai kebutuhan tertinggi, esensi atau tujuan hidup manusia yang tertinggi. Pencapaian aktualisasi diri mengantarkan manusia ke alam tertinggi, dan juga pencapaian aktualisasi diri ditandai sebagai pencapaian psikologi tertinggi.²⁰

Abraham Maslow menyatakan bahwa problem aktualisasi diri menurutnya mengenai definisi aktualisasi diri, didalam bukunya "The Father Reaches of Human Nature", maslow mengakui bahwa cukup sulit untuk mendefinisikan aktualisasi diri (self actualization) secara tegas.²¹ Dalam buku lainnya. *Toward a Psychology of Being*, Maslow menggambarkan aktualisasi diri dengan memberikan penekanan pada kepuhan manusia (Full-Humannes), yang timbul dari perkembangan fitrah biologis manusia, dan sesuai dengan takdir kelahirannya.²²

Terkait bagaimana bentuk aktualisasi diri, Maslow menyebutkan ada 3 hal; Pertama, aktualisasi diri berarti "menjadi sepenuhnya, jelas, apa adanya/ objektif, sepenuhnya terfokus, dan sepenuhnya menerima segala sesuatu".²³ Ini berarti bahwa amda dapat mengalami hal-hal sebagaimana adanya, seppenuhnya fokus pada apa yang dialami orang tersebut. Melihat realitas apa adanya, tanpa distorsi, adalah ciri orang yang mengaktualisasikan diri.

Kedua, aktualisasi diri juga berarti "menerima hidup sebagai proses pilihan".²⁴ Aktualisasi diri adalah proses hidup yang berkelanjutan dengan dengan membuat setiap keputusan yang mengarah pada pertumbuhan dalam kehidupan. Sebagai suatu proses yang berkelanjutan, berarti manusia selalu dhiadapkan pada keharusan untuk mengambil keputusan, seperti keputusan yang menyangkut pada

¹⁹ Tinjauan Maqasid Syariah and Siti Muazaroh, "Kebutuhan Manusia Dalam Pemikiran Abraham Maslow (Tinjauan Maqasid Syariah)," *UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta* 7, no. Volume 7, Nomer 1 (2019): 17–33.

²⁰ Shifa Rifkiana et al., "Psikologi Transpersonal Dan Discourse Implementatif Dalam Membangun Karakter" 8, no. 1 (2022): 431–40, <https://doi.org/10.31943/jurnalrisalah.v8i1.201>.

²¹ Maslow, *The Father Reaches of Human Nature and Religions, Value and Peak Experience*.

²² "It conforms to biological destiny rather than to historically arbitrary, culturally local value models as the terms "health" and "illness" often do". Maslow, Abraham H.,. *Toward a Psychology of Being*, Insight Book, New York, 1952, p. 3.

²³ "first, self-actualization means experiencing fully, vividly, selflessly, with full concentration and total absorption". Maslow, 1976, p. 44.

²⁴ "Second, let us think of life as a process of choices". Maslow, 1976, p. 44

kejujuran dan kebohongan. Aktualisasi diri berarti membuat setiap keputusan itu sebagai pilihan yang bertumbuh menjadi kebaikan.

Ketiga, pernyataan aktualisasi diri berarti “menyadari apa yang ada pada diri sendiri”.²⁵ Diri yang sedang mendengarkan impuls adalah egois. Saat mendidik murid-muridnya, Maslow meletakkan segelas anggur di depan mereka dan menanyakan apa yang mereka nikmati tanpa menunjukkan labelnya. Dengan melakukan itu, Maslow mendidik murid-muridnya untuk peka terhadap impuls-impuls alami mereka. Aktualisasi diri dapat meningkatkan kepekaan terhadap impuls yang ada baik yang berbasis alam maupun realitas eksternal.²⁶

Di sisi lain, menurut Maslow, karakteristik orang yang mengaktualisasikan diri bersifat universal dalam atribusinya kepada orang lain. Tapi tidak religius. Maslow mengatakan cara untuk mencapai ekspresi adalah melalui pemenuhan kebutuhan dasar, meditasi, dan isolasi diri.²⁷

Usaha Mencapai Aktualisasi Diri

Sebelum menyebutkan usaha buat mencapai aktualisasi berdasarkan Al-Ghazali, disini peneliti ingin menyebutkan terlebih dahulu aktualisasi diri dalam Islam dan barat. Bahwasanya dijelaskan aktualisasi diri dari sudut pandang Islam ialah manusia merupakan sebagai makhluk satu wujud dua dimensi yang terdiri dari dimensi jasmani dan rohani. Dalam rohani atau jiwa masih memiliki unsur-unsur; an-nafs, al-aql, al-qalb, al-ruh, al-fitrah.²⁸

Semua unsur tersebut tetap hadir dalam konsep psikologi Islam membangun struktur yang sistematis, terpadu dan utuh. Dalam Islam, konsep aktualisasi diri juga mencakup perspektif psikologis modern, tetapi tetap mengikuti keyakinan Islam (Tauhid) atau hukum Islam (Syariah). Dalam psikologi Islam, ini adalah kerangka konseptual yang dibangun sepenuhnya di atas semangat Islam,

²⁵ "Third, to talk of self-actualization implies that there is a self to be actualized". Maslow, 1976, p. 44.

²⁶ Maslow, *Motivation and Personality*.

²⁷ Maslow, *The Father Reaches of Human Nature and Religions, Value and Peak Experience*.

²⁸ Abu Hamid Al-Ghazali, *Minhajul Abidin*, Edisi ke-1 (Beirut, Lebanon: Darul Ibnu Hajm, n.d.).

berdasarkan Al-Qur'an dan Al Hadits, dan yang asal formalnya didasarkan pada ajaran Islam.²⁹

Psikologi Islam di sini tidak hadir sebagai ilmu yang hanya membahas aspek psikologis saja, tetapi bersifat multidimensional dan dijelaskan dalam Al-Qur'an dan Hadits, seperti Al-Karb, Al-Aqr, Al-Ruh. Adanya pandangan jiwa dalam Islam mengakui bahwa konsep psikoanalisis, behaviorisme dan humanisme belumlah lengkap. Ketiga pandangan ini tidak memungkinkan kita untuk mencapai unsur Al-Ruh dan Al Fitrah. Unsur-unsur tersebut sangat mendasar dalam pandangan Islam untuk membentuk rasa keagamaan dalam kehidupan seseorang.³⁰

Unsur al-ruh dan al-fitrah adalah unsur yang masih memiliki sifat ketuhanan. al-ruh, suatu bentuk aktualisasi diri dengan menggunakan dan mengarahkan manusia untuk menjadi khalifah.³¹ Sebagai wujud aktualisasi diri, fitrah merupakan fitrah ketuhanan dan keagamaan yang diimplementasikan dalam kehidupan manusia untuk memenuhi tugas kedua manusia, yakni ibadah.³²

Dari uraian di atas, kita dapat melihat bahwa dari perspektif psikologi manusia, kontradiksi mendasar aktualisasi diri dimaknai sebagai sarana untuk menggali dan menemukan makna hidup, dan aktualisasi diri dimaknai sebagai Islam yang meningkat. Ini mewakili sifat-sifat Tuhan dan dicapai melalui fungsi seorang pemimpin atau khalifah.³³

Aktualisasi diri juga dijelaskan dari perspektif Barat, tetapi di sini aktualisasi diri dijelaskan dalam bentuk angka Barat. Menurut Chaplin, aktualisasi diri adalah kecenderungan untuk mengembangkan bakat dan kemampuan seseorang dan dikenal sebagai aktualisasi diri, realisasi, atau realisasi potensi seseorang. Terwujudnya bakat, kecerdasan, dan kecerdikan. Menurut Schult,

²⁹ Abu Hamid Al-Ghazali, *Al-Munqidz Min Ad-Dzholal*, Edisi ke-1 (Beirut, Lebanon: Darul Kitab Al-Ilmiyah, n.d.).

³⁰ Abu Hamid Al-Ghazali, *Ma'arij Al-Qudz Fii Madarij Ma'rifatu an-Nafs*, Edisi ke-1 (Beirut, Lebano: Darul Kitab Al-Ilmiyah, n.d.).

³¹ Husnul Hidayah et al., "Relasi Sains Dan Agama Dalam Perpspektif Ian Graeme Barbour" 13, no. 1 (2022): 17–36.

³² Al-Ghazali, *Ma'arij Al-Qudz Fii Madarij Ma'rifatu an-Nafs*.

³³ Satrio Dwi Haryono, "Sikap Terhadap Tradisi Barat: Telaah Eurosentrisme Max Weber (Analisis Oksidentalisme Hassan Hanafi)," *Aqlania* 13, no. 1 (2022): 37, <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/aqlania/article/view/5886>.

aktualisasi diri adalah kebutuhan individu untuk menjadi sesuatu yang sesuai dengan potensinya. Di sisi lain, menurut Maslow, aktualisasi diri adalah cara menggunakan bakat, kemampuan, dan potensi seseorang dan memanfaatkannya sepenuhnya untuk memenuhi kebutuhan tersebut.³⁴

1. **Problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow**

Abraham Maslow memiliki beberapa masalah dalam penelitiannya aktualisasi diri, memiliki beberapa masalah dalam mengaktualisasikan diri melalui tahapan dan proses untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.³⁵ kebutuhan ini muncul sebagai upaya manusia untuk dapat mempertahankan hidupnya.³⁶ pandangan hidup Maslow adalah humanisme sekuler.³⁷ Pandangan seperti ini akan menghasilkan produk pemikiran yang juga sekuler. Kebutuhan manusia berbeda-beda, tetapi ada teori terkenal yang dapat menjelaskan konsep kebutuhan manusia.³⁸ Menurut Abraham Maslow, kebutuhan manusia bersifat hierarkis. Disebut hierarki karena manusia memiliki kebutuhannya secara bertahap.³⁹

Seseorang akan terus melakukan yang terbaik untuk dapat memenuhi kebutuhan tingkat pertama.⁴⁰ ketika tingkat pertama terpenuhi, maka manusia akan berusaha memenuhi kebutuhan penting mereka pada tingkat lain, yang akan menjelaskan lima hierarki kebutuhan dari Abraham Maslow yaitu:

Pertama, kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan paling dasar dalam hierarki Abraham Maslow. Kebutuhan tersebut disebut kebutuhan primer seperti makan, minum, sandang dan perumahan. Manusia pertama-tama menanggapi

³⁴ Maslow, *Toward a Psychology of Being*.

³⁵ Maslow, *Motivation and Personality*.

³⁶ Zulkarnain Abdurrahman, "Teori Maqasid Al-Syatibi Dan Kaitannya Dengan Kebutuhan Dasar Manusia Menurut Abraham Maslow," *Al-Fikr* 22, no. 1 (2020).

³⁷ Endang Fourianalistyawati, "Psikoterapi Transpersonal Dalam Kajian Islam Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental," *Psycho Idea* 1, no. 2006 (2011): 1–18.

³⁸ Andrew M. Colman et al., "Is the Spirit Willing? A Pentologue on Parapsychology," *Psychologist* 9, no. 8 (1996): 361–63.

³⁹ Maria Jacinta Arquisola and Sabiqah Uqda Walid Ahlisa, "Do Learning and Development Interventions Motivate Employees at PT Danone Indonesia? Applying McClelland's Theory of Motivation to FMCG Industries," *FIRM Journal of Management Studies* 4, no. 2 (2019): 160, <https://doi.org/10.33021/firm.v4i2.780>.

⁴⁰ Andriansyah Bari and Randy Hidayat, "Teori Hirarki Kebutuhan Maslow Terhadap Keputusan Pembelian Merek Gadget," *Motivasi: Jurnal Manajemen Dan Bisnis* 7, no. 1 (2022): 8–14, <http://jurnal.um-palembang.ac.id/motivasi>.

kebutuhan fisiologis, kemudian beralih ke yang berikutnya. Padahal, kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan yang paling kuat dan paling mendesak yang harus dipenuhi.⁴¹

Kedua, kebutuhan akan rasa aman merupakan kebutuhan kedua dalam hierarki Abraham Maslow. Kebutuhan rasa aman ini meliputi kebutuhan akan rasa aman dan perlindungan dari bahaya fisik dan emosional. Kebutuhan ini terpuaskan setelah kebutuhan fisiologis terpenuhi. Kebutuhan rasa aman terpenuhi untuk memenuhi kebutuhan lainnya agar tetap dapat berfungsi dengan baik.⁴²

Ketiga, kebutuhan sosial menempati posisi ketiga dalam hierarki Abraham Maslow. Kebutuhan sosial tersebut meliputi kebutuhan akan kasih sayang, rasa memiliki, bersosialisasi, penerimaan, dan persahabatan. Tidak heran jika manusia benar-benar makhluk sosial dan membutuhkan sosialisasi untuk bertahan hidup. Karena untuk menjalani hidup, manusia selalu membutuhkan bantuan orang lain.⁴³

Keempat, kebutuhan akan rasa syukur merupakan kebutuhan keempat dalam hierarki Abraham Maslow. Kebutuhan akan harga diri, disebut juga kebutuhan akan harga diri, merupakan hak dan tanggung jawab untuk memperoleh dan memelihara persetujuan orang lain. Orang-orang diakui ketika mereka mampu memenuhi kebutuhan sosial. Jika orang yang memenuhi kebutuhan ini adalah pencari status hidup, kebutuhan ini bisa sangat ambisius.⁴⁴

Kelima, kebutuhan aktualisasi diri merupakan kebutuhan dengan peringkat tertinggi dalam hierarki Abraham Maslow. Kebutuhan tersebut meliputi kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri, kebutuhan untuk meningkatkan kemandirian, dan kebutuhan untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Kebutuhan ini jarang dipenuhi oleh siapapun pada umumnya. Beberapa orang hanya fokus pada kebutuhan fisik, keamanan, kehidupan sosial, dan harga diri mereka

⁴¹ Abraham H. Maslow, *The Power of Self-Actualization*, Edisi ke-1 (London: Audiobook Published, 1992).

⁴² Maslow, *The Father Reaches of Human Nature and Religions, Value and Peak Experience*.

⁴³ Maslow, *Motivation and Personality*.

⁴⁴ Maslow, *A Theory Of Human Motivation*.

terpenuhi. Tujuan utamanya adalah untuk mencapai kepuasan batin dan memperkuat rasa percaya diri.⁴⁵

2. Tawaran Al-Ghazali Mencapai Aktualisasi Diri

Menurut Al-Ghazali, tidak ada bedanya dengan menerapkan Hirarki Kebutuhan untuk mencapai tujuan akhir aktualisasi diri. Harus dimulai dengan ketekunan yang ulet untuk mempelajari ilmu pengetahuan khususnya ilmu agama. Sekali lagi kita naik ke tingkat berikutnya, yaitu kelas menengah, dan kita tahu semua tentang keberadaan Tuhan dan makhluk-Nya.⁴⁶

Dengan demikian peneliti memberikan solusi penting dimana Al-Ghazali harus melangkah dari hal yang mudah dan demikian pula dapat menentukan pola berpikir qana'ah dan zuhud, tahapan yang kedua hingga pada akhirnya seseorang itu berada di dalam tahapan dimana ia akan bersikap *fadilah* yang akan selalu berbuat lebih dalam segala hal yang bersifat baik bagi kehidupan pribadinya serta tidak ingin ikut campur ke dalam urusan dunia.⁴⁷

Al-qana'ah menurut Al-Ghazali sikap rela menerima dan merasa cukup atas hasil yang diusahakannya serta menjauhkan diri dari rasa tidak puas dan perasaan kurang. Qana'ah juga bisa diartikan sikap tenang dalam menghadapi hilangnya sesuatu yang ada. Dikatakan pula qana'ah ialah menemukan kecukupan didalam yang ada di tangan.⁴⁸ Anugerah Kanaah sangat besar ketika harta itu tiba-tiba menghilang. Banyak dari mereka menjadi gila karena kemiskinan, ditimpa musibah, dirawat di rumah sakit, dan banyak yang bunuh diri karena putus asa. dengan rahmat tuhan.⁴⁹

Tuhan juga tidak ridha dengan apa yang ditahbiskan di dunia Azal, dan qana'ah tahu bahwa meskipun musibah menyimpannya, dia akan mengingat

⁴⁵ Maslow, *The Power of Self-Actualization*.

⁴⁶ Al-Ghazali, *Al-Munqidz Min Ad-Dzholal*.

⁴⁷ Al-Ghazali, *Minhajul Abidin*.

⁴⁸ Wahyu Septrianto et al., "Tazkiyatun Nafs Bi Al-Thariqah Al-Shufiah: Mu'assasan 'Ala Ra'yi Al-Qusyairi Fi Tafsirihi Lathâif Al-Isyârât," *Studia Quranika* 6, no. 1 (2021), <https://doi.org/10.21111/studiquran.v6i1.6082>.

⁴⁹ M Fahli Zatrachadi, M Fahli Zatrachadi, and Anisa Siti Nurjanah, "Islamic Counseling in the Mental Recovery from the Concept Imam Al Ghazali," *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman* 19 (2020): 3-4.

kelemahannya dan kekuatan Tuhannya, sehingga jika bersamanya, dia tetap bahagia. akan senang karena dia juga bisa bersyukur kepada Tuhan atas anugerah-Nya.⁵⁰ Orang yang berpuas hati bisa bahagia dalam keadaan apapun karena dia percaya pada ketentuan Allah. Untuk menjaga keutuhan rasa kesederhanaan dan ketentraman, serta agar tidak hanyut oleh ombak dunia yang begitu besar, manusia diperintahkan untuk melakukan qana'ah.⁵¹

Menurut Imam Al-Ghazali, zuhud adalah mereka yang tidak tergoyahkan oleh keindahan dan kenikmatan harta duniawi. Dalam praktiknya, penebusan dosa berarti meninggalkan apa yang Anda cintai dan membelakangi sesuatu yang lebih baik darinya.⁵²

Dalam bukunya *Ihya Ulumuddin*, Al-Ghazali menyatakan bahwa orang Zuhud hanya perlu makan untuk menahan lapar dan menguatkan tubuh dengan niat beribadah kepada Allah SWT. Orang yang Zuhud tidak peduli dengan harta dan tidak ingin berlomba-lomba mengumpulkan banyak harta.⁵³

Dalam *Muhktasar Ihya 'Ulumuddin*, seorang zuhud menolak suatu hal dan bergantung pada sesuatu yang lain, jadi siapa pun yang meninggalkan dunia ini, menolak karuniannya dan mengharapkan akhirat adalah zuhud di dunia ini. Zuhud, sebagai posisi Maqom dalam tasawuf, merupakan aspek perwujudan dari ihsan, yang menyiratkan komunikasi langsung para pelayan dan kesadaran berdialog dengan tuhannya.

3. Kritik Al-Ghazali dalam mencapai Aktualisasi Diri

⁵⁰ Syahrul Kirom, "Pemikiran Muhammad Iqbal Dalam Perspektif Filsafat Ketuhanan" 13, no. 1 (2022): 65–84.

⁵¹ Khoirul Mustangin, "METODE TAZKIYATUN NAFS (PENYUCIAN JIWA) MELALUI IBADAH SHALAT DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PENDIDIKAN AKHLAK (Telaah Pemikiran Imam AL-Ghazali)," *Skripsi*, 2014.

⁵² M. P. Leahy, "Spiritual Healing," *British Medical Journal* 2, no. 3388 (1925): 1091–92, <https://doi.org/10.1136/bmj.2.3388.1091-c>.

⁵³ Lynn Wilcox, "Disebut Psikologi Barat Karena Psikologi Ini Berkembang Di Negara-Negara Barat, Seperti Di Jerman, Wina, Perancis, Dan Amerika Serikat. 2 Lynn Wilcox," n.d., 1–17.

Disini al-ghazali berpandangan pada kritiknya terhadap mengaktualisasikan diri artinya melalui pencapaian spiritual-spiritual (zuhud, qona'ah) manusia itu mampu mencapai derajat tertinggi kepada tuhan-nya.⁵⁴ Tentunya pada mencapai tujuan akhir pada proses pencapaian aktualisasi diri al-Ghazali berdasarkan pengalaman spiritual yaitu untuk bisa mencapai derajat tertinggi yaitu insan al-kamil dan dapat mengenal tuhan-nya. Ialah berupa ketaqwaan, dalam amalan-amalan ibadah seperti berilmu, beramal dan berdzikir. Yang ini semua dipadukan didalam aktualisasi diri manusia dalam menghadirkan ruh tuhan dalam setiap amalan-amalan ibadah.⁵⁵

Tetapi berbeda dengan Maslow untuk mampu mencapai aktualisasi diri ialah Manusia yang beraktualisasi diri itu termotivasi oleh *metakebutuhan* yang berorientasi pada penyesuaian kehidupan individu dengan kecenderungan aktualisasi diri yang unik dan ditujukan untuk meningkatkan pengalaman yang mengarah pada pertumbuhan dalam diri sendiri.⁵⁶ Aktualisasi diri berubah sesuai dengan perkembangan kehidupan manusia, dan setelah mencapai usia tertentu, aktualisasi diri berubah dari fisiologis menjadi psikologis. Menurut Maslow, kebutuhan aktualisasi diri adalah kebutuhan manusia untuk dapat menjadi apa yang diinginkannya, sesuai dengan potensinya.⁵⁷

Konsep Al Ghazali tentang Zuhud dan Qana'ah tentunya menjadi kritik rekonstruktif atas usaha aktualisasi diri Abraham Maslow, Al-Ghazali juga memiliki tiga tahapan: Pertama, pengetahuan merupakan awal dari kehidupan seseorang untuk menjalani kehidupan yang layak. Ilmu yang dimaksud adalah ilmu agama. Kedua, karena amal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keadaan pikiran seseorang, amal yang ditujukan untuk menghadapkan sifat Tuhan, amal yang mendukung perbuatan halal, pengutamaan tindakan terbaik (sanad atau hubungan yang jelas), ajakan untuk mukjizat (pembebasan dari agama dan Hal yang dilarang). Ketiga, Dzikir, kebahagiaan seseorang dengan tingkatannya. Pertama,

⁵⁴ Jarman Arroisi and Amir Reza Kusuma, "Menelaah Problem Terapi Yoga Perspektif Ibnu Taimiyah Examining the Problem of Yoga Therapy from Ibn Taimiyah ' s Perspective," *Jurnal Penelitian Medan Agama* 12, no. 2 (2021): 2655–63.

⁵⁵ Marhani, "Aktualisasi Tasawuf Al-Ghazali Dalam Mengantisipasi Krisis Spiritual," *Jurnal Fikratuna* 9, no. 1 (2018): 1–24, <https://jurnal.iainambon.ac.id/index.php/FT/article/view/674>.

⁵⁶ Charles T Tart, "Section 1 : Philosophy and Methodology," *Methodology*, 2006.

⁵⁷ Lidia Putri, "Nilai-Nilai Moral Dalam Film Sang Pemimpi" 13, no. 1 (2022): 85–106.

peringat rutin (wajib bagi semua sufi) dan kedua, mengingatkan untuk tidak membiarkan keheningan tanpa ibadah.⁵⁸

Dengan mencermati nilai-nilai agama, Al-Ghazali melihat melalui kehidupan Fadilah pencapaian akhirat, pencapaian yang harus dicapai. Menurut Al-Ghazali, analogi yang diambil dari aktualisasi diri adalah kebutuhan seseorang untuk siap dengan kepribadian yang sehat dan matang. Serta dapat mencapai tingkatan tertinggi yaitu menjadi insan al-kamil dengan melalui tahapan pengalaman spiritualnya.⁵⁹

4. Aktualisasi Diri Al-Ghazali

Al-Ghazali menyatakan bahwa aktualisasi diri menurutnya merupakan ketika seseorang mengalami kehampaan pada dirinya yang membuat pengisi ruh spiritual tidak terkendali pada diri di setiap individu manusia, dan ketika itu juga seseorang mengalami berbagai macam masalah dalam hidupnya, baik itu yang disebabkan dari dalam diri sendiri maupun dari luar dirinya.⁶⁰ Alternatif utama untuk menjadi kebiasaan dan mengatasinya adalah dengan meminta bantuan orang lain.⁶¹

Perasaan hampa yang umum dirasakan orang adalah menjijikkan dan dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti kesepian, ketakutan, ketidaknyamanan, ketidakberdayaan, kebosanan dalam hidup, dan bahkan penyakit mental yang ekstrem (gangguan jiwa). Sakit, sakit gigi, tekanan darah, jantung, ginjal.⁶² Pada prinsipnya, semua penyakit dapat dikaitkan dengan penyakit mental atau krisis mental seseorang, tetapi penyakit fisik juga dapat diobati secara medis.⁶³

⁵⁸ Ahmad Fadhil, "Harmonisasi Filsafat Dengan Agama Dalam Risalah Al-Ḥilāh Li Daf' Al-Aḥzān Karya Al-Kindi," *Aqlania* 13, no. 1 (2022): 107, <https://doi.org/10.32678/aqlania.v13i1.6159>.

⁵⁹ Ariani Barroroh Baried and Mulawarman Hannase, "The Irfani Concept in Sufism and Its Relation To Islamic Philosophy," *Rausyan Fikr: Jurnal Studi Ilmu Ushuluddin Dan Filsafat* 17, no. 2 (2021): 229–56, <https://doi.org/10.24239/rsy.v17i2.808>.

⁶⁰ Al-Ghazali, *Minhajul Abidin*.

⁶¹ Rifkiana et al., "Psikologi Transpersonal Dan Discourse Implementatif Dalam Membangun Karakter."

⁶² Zatrachadi, Zatrachadi, and Nurjanah, "Islamic Counseling in the Mental Recovery from the Concept Imam Al Ghazali."

⁶³ Pauline Pawitri Puji and Vigor Wirayodha Hendriwinaya, "Terapi Transpersonal," *Buletin Psikologi* 23, no. 2 (2015): 92, <https://doi.org/10.22146/bps.10566>.

Dalam memahami misteri keberadaan dan hakikat agama, krisis mental yang dialami orang yang bertentangan dengan kewarasan dapat mengganggu kemampuan fisik mereka untuk beraktivitas.⁶⁴ Dengan demikian, ketika akal dan pengalaman spiritual bekerja sama dengan baik dan dapat menghasilkan sikap lain terhadap ilmu rasional atau ilmu umum, ia memahami agama dan poin-poin agama itu sendiri yang terkandung di dalamnya, dasar-dasar yang menentukan religiusitas. Entitas substansial dapat diperkuat dalam bentuk agama.

Kata fitrah ini terdapat dalam Al Qur'an surat Ar Rum ayat 30: “Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah (pilihlah) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu tidak ada perubahan pada fitrah Allah.⁶⁵ (Itulah) agama yang lurus tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”. dijelaskan bahwa manusia itu berdasarkan fitrahnya adalah untuk tunduk dan patuh hanya kekuatan yang tresenden yang disebut dengan tuhan.⁶⁶ Arti agama dalam Islam terkandung dalam kata din. Agama dalam pengertian ini bukan hanya sekedar kepercayaan, tetapi juga konsep yang memanifestasikan dirinya dalam bentuk sistem kehidupan.⁶⁷ Agama adalah faktor lain yang mempengaruhi orang. Agama juga merupakan kebutuhan yang kodrati dan mendasar yang dirasakan dalam hati setiap orang.⁶⁸ Agama adalah bentuk pengabdian dan mengandung tujuan penciptaan manusia, sehingga 'Din' erat kaitannya dengan manusia. Itu adalah untuk menyembah dan menaati Tuhan dengan sifat dasar alam. Dalam Islam, seorang Muslim tidak terikat oleh kontak sosial, tetapi oleh kontak pribadi, yang mencerminkan kontrak jiwa antara dia dan Allah.⁶⁹

Jika manusia mengalami penderitaan, maka disebabkan oleh kepribadiannya pribadi. Di dalam agama Islam penderitaan itu akan muncul sebagai

⁶⁴ Naan Naan and Naufal Nurfajri, “Konsep Psikologi Transpersonal Dalam Mengenal Sebuah Makna Bahagia Dalam Islam,” *HUMANISTIKA: Jurnal Keislaman* 8, no. 2 (2022): 231–52, <https://doi.org/10.55210/humanistika.v8i2.754>.

⁶⁵ Al-Ghazali, *Al-Munqidz Min Ad-Dzholal*.

⁶⁶ Agus Handoko, “Eksistensi Antara Psikologi Islam Dan Barat Modern,” *Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I* 8, no. 1 (2021): 1–20, <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v8i4.22137>.

⁶⁷ Amir Reza Kusuma, “Konsep Jiwa Menurut Ibnu Sina Dan Aristoteles,” *TASAMUH: Jurnal Studi Islam* 14, no. 1 (2022): 61–89, <https://doi.org/10.47945/tasamuh.v14i1.492>.

⁶⁸ Al-Ghazali, *Ma'arif Al-Qudz Fii Madarij Ma'rifatu an-Nafs*.

⁶⁹ Jarman Arroisi and Novita Sari, “Fikri: *Jurnal Kajian Agama, Sosial Dan Budaya BAHAGIA PERSPEKTIF SYED MUHAMMAD NAQUIB AL-ATTAS*,” 2020.

akibat yang di sebabkan dari kedua hal.⁷⁰ Pertama, manusia adalah realitas di mana Roh Illahi bersemayam. Ketika pikiran terpisah dan jauh dari sumber aslinya, ia akan merasa kesepian di antara tubuh. Tetapi roh yang berada jauh dari Sumber ingin terus berhubungan dengan Sumber untuk menghindari kesepian dan keterasingan. Maka hendaknya manusia beribadah seperti dzikir yang merupakan salah satu hak dan merupakan bentuk hubungan antara manusia dengan tuhan. Ketika hubungan antara dua orang rusak. Itu hanya berarti bahwa orang menyangkal keberadaan aslinya.⁷¹

Kedua, adanya bias pada masing-masing entitas, kemungkinan disebabkan oleh perbedaan sumber pikiran dan tubuh. Kecenderungan pikiran yang diabaikan dipicu oleh entitas lain yang berfokus pada kebutuhan fisiologis, yang menyebabkan perasaan seperti kecemasan, kesedihan, dan depresi ketika keinginan tidak terpenuhi.⁷²

Menurut Al-Ghazali, kesehatan jiwa merupakan bagian terpenting yang harus ada pada setiap manusia sepanjang hidupnya. Karena kondisi fisik merupakan faktor eksternal yang dapat mengoptimalkan peran mental dalam menghasilkan kesehatan jasmani.⁷³ Al-Ghazali juga menyatakan bahwa tubuh adalah pelayan atau alat pikiran. Ada juga faktor lain seperti makanan dan minuman (kebutuhan fisiologis) yang mendukung kinerja tubuh. Di sisi lain, hal-hal materi dalam bentuk kekayaan menjadi bagian dari pertemuan makanan, pakaian dan tempat tinggal.⁷⁴

Bagi Al-Ghazali, elemen luar adalah bagian yang paling rendah, paling bawah. Al-Ghazali juga melihat tasawuf sebagai upaya terakhir yang dapat ditempuh untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan aspek alam dan rasional.⁷⁵ Jiwa sebagai kendaraan pada diri manusia ialah hanya sebagai wasilah

⁷⁰ Jarman Arroisi, "Bahagia Dalam Perspektif Al-Ghazali," *Kalimah: Jurnal Studi Agama Dan Pemikiran Islam* 17, no. 1 (2019): 89, <https://doi.org/10.21111/klm.v17i1.2942>.

⁷¹ Qois Azizah Has, "Konsep Tauhid Ibnu Taimiyah Dan Pengaruhnya Terhadap Pembaharuan Pemikiran Islam," *Aqlania* 12, no. 2 (2021): 181–98.

⁷² Rahmawati, "Memahami Ajaran Fana, Baqa Dan Ittihad Dalam Tasawuf," *Al-Munzir* 7, no. 2 (2014): 80.

⁷³ Doly Hanani, "Pendidikan Karakter Anak Menurut Imam Al-Gazali," *Jurnal Ilmiah AL-Jauhari: Jurnal Studi Islam Dan Interdisipliner* 1, no. 1 (2016).

⁷⁴ Muhammad Alif, "Eksistensi Tuhan Dan Problem Epistemologi Dalam Filsafat Agama," *Aqlania* 12, no. 2 (2021): 209, <https://doi.org/10.32678/aqlania.v12i2.2108>.

⁷⁵ Yandi, "Psikologi Islam," *Nucleic Acids Research* 34, no. 11 (2013): e77–e77.

perjalanan menuju akhirat, sehingga Al-Ghazali mengajak kepada manusia untuk memenuhi kebutuhan hidup sekedar kebutuhan yang dapat tersampainya kepada tujuan yang sebenarnya yaitu akhirat.⁷⁶

Mereka yang telah menyadari diri mereka pasti sempurna dalam pikiran dan baik dalam keyakinan mereka. Kamu bisa memperdalam ilmu agamamu, mengobati orang yang ragu-ragu, dan menjauhkan imanmu dari hal-hal yang bisa membawa kepada kemaksiatan.⁷⁷ Maka ia harus memperbanyak amalan ibadah sampai kepada hakikat taqwa dan pensucian jiwa dari kotoran-kotoran dunua dan selalu berdzikir kepada Allah.⁷⁸

Dari pernyataan diatas, dapat peneliti pahami bahwasannya, aktualisasi menurut Al-Ghazali berupa sikap fadillah yang merupakan berperilaku lebih dalam ajaran agama serta tidak mau terlibat jauh dalam persoalan duniawi, diantaranya diharuskannya hidup secara sehat jasmani dan rohani yang kedua hal tersebut sangat berpengaruh besar terhadap psikis kepribadian seseorang dalam menjalani kehidupan penuh dengan fadillah yang akan selalu dihadapi dengan berbagai macam persoalan dunia, dengan sehat jasmani dan rohani manusia dapat mengatasi semuanya, karena dengan sehatnya raga dan jiwa manusia dapat mampu melakukan segala sesuatu.

Oleh karena itu, menjaga kesehatan kedua hal ini membutuhkan perhatian yang teratur dan cermat. Ini menangani segala sesuatu yang harus ditinggalkan sebagai larangan, menggunakan hierarki kebutuhan yang sepenuhnya mendukung aspek mekanisme regulasi. Lakukan sesuai tahapan yang perlu Anda lalui agar berdampak positif bagi kelangsungan hidup Anda. Semua ini membutuhkan proses dari tahapan yang mudah hingga yang sulit, dan tidak banyak orang yang optimis untuk melakukannya.

Al-Ghazali berpendapat bahwa orang yang telah mencapai aktualisasi diri adalah orang-orang yang senantiasa mentaati kaedah-kaedah agama dan memenuhi kewajiban baik dalam hubungan dengan Allah maupun dengan sesama

⁷⁶ Al-Ghazali, *Minhajul Abidin*.

⁷⁷ Rahmat Ardi Nur Rifa Da'i Arroisi, J, "Psikologi Islam Ibnu Sina (Studi Analisis Kritis Tentang Konsep Jiwa Perspektif Ibnu Sina)," *Sunankalijaga.Org* 2 (2020): 199–206, <http://sunankalijaga.org/prosiding/index.php/kiiis/article/view/402>.

⁷⁸ D Muhammad Dian Saputra, "Konsep Aktualisasi Diri Menurut Max Weber Dan Al-Ghazali," 2021. p.34

makhluk Allah. Menurut Al-Ghazali aktualisasi diri dapat dicapai melalui riyadhlah al-nafs, tathahhur (penyucian jiwa), tahaqquq (kristalisasi), takhalluq (peneladanan terhadap sifat Allah), dan uzlah (pengasingan diri).

Penutup

Dari penelitian diatas dapat disimpulkan problem aktualisasi diri Abraham Maslow kebutuhan untuk menyadari dan memanfaatkan potensi diri sendiri dan juga pemenuhan kebutuhan diri sendiri dan pemahaman akan batasan-batasan serta kekurangan yang ada pada diri manusia. Bahwa aktualisasi diri juga merupakan kebutuhan seseorang mampu untuk menjadi apa yang dimilikinya. Aktualisasi diri identik dengan keinginan seseorang untuk menggunakan semua kemampuan dirinya untuk mencapai apapun yang mereka capai dan bisa untuk dilakukan.

Menurut Abraham Maslow aktualisasi adalah bersifat universal pada berafiliaso sesama. namun tidak bermuatan agama. Maslow menjelaskan cara-cara yang dilakukan buat mencapai aktualisasi diri adalah pemuasan buat berbagai Maslow mendeskripsikan perilaku yang ada dalam seseorang yang mengalami aktualisasi diri dalam beberapa cara. Pertama, aktualisasi diri berarti "mengalami segala sesuatu secara penuh, jelas, apa adanya/ objektif, menggunakan penuh konsentrasi dan penerimaan total". Kedua, aktualisasi diri juga berarti "menerima hidup sebagai proses pilihan". Aktualisasi diri adalah sebuah proses yang sedang dan terus berjalan, yang dijalani dengan mengambil setiap keputusan yang membawa pada pertumbuhan hidup. Ketiga, mengatakan aktualisasi diri mengimplikasikan bahwa "apa yang ada di dalam diri sedang diaktualisasikan". Diri yang sedang mendengarkan impuls yang ada pada dirinya, yang berarti membiarkan diri untuk muncul.

Di dalam penelitian ini Al-Ghazali juga memberikan kritiknya dalam mencapai Aktualisasi Diri. Kritiknya yang merupakan melalui pencapaian spiritual-spiritual (zuhud, qona'ah) manusia itu bisa mencapai derajat tertinggi kepada tuhanya. Tentunya dalam mencapai tujuan akhir dalam proses pencapaian aktualisasi diri al-Ghazali berdasarkan pengalaman spiritual yaitu untuk bisa mencapai derajat tertinggi yaitu insan al-kamil dan dapat mengenal tuhanya. Ialah berupa ketaqwaan, dalam amalan-amalan ibadah seperti berilmu, beramal dan berdzikir.

Daftar Pustaka

- Abdurrahman, Zulkarnain. "Teori Maqasid Al-Syatibi Dan Kaitannya Dengan Kebutuhan Dasar Manusia Menurut Abraham Maslow." *Al-Fikr* 22, no. 1 (2020).
- Al-Ghazali, Abu Hamid. *Al-Munqidz Min Ad-Dzholal*. Edisi ke-1. Beirut, Lebanon: Darul Kitab Al-Ilmiyah, n.d.
- . *Ma'arij Al-Qudz Fii Madarij Ma'rifatu an-Nafs*. Edisi ke-1. Beirut, Lebano: Darul Kitab Al-Ilmiyah, n.d.
- . *Minhajul Abidin*. Edisi ke-1. Beirut, Lebanon: Darul Ibnu Hajm, n.d.
- Alif, Muhammad. "Eksistensi Tuhan Dan Problem Epistemologi Dalam Filsafat Agama." *Aqlania* 12, no. 2 (2021): 209. <https://doi.org/10.32678/aqlania.v12i2.2108>.
- Arquisola, Maria Jacinta, and Sabiqah Uqda Walid Ahlisa. "Do Learning and Development Interventions Motivate Employees at PT Danone Indonesia? Applying McClelland's Theory of Motivation to FMCG Industries." *FIRM Journal of Management Studies* 4, no. 2 (2019): 160. <https://doi.org/10.33021/firm.v4i2.780>.
- Arroisi, J, Rahmat Ardi Nur Rifa Da'i. "Psikologi Islam Ibnu Sina (Studi Analisis Kritis Tentang Konsep Jiwa Perspektif Ibnu Sina)." *Sunankalijaga.Org* 2 (2020): 199–206. <http://sunankalijaga.org/prosiding/index.php/kiiis/article/view/402>.
- Arroisi, Jarman., Badi', Samsyul. "Konsep Harga Diri: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Modern Dan Islam." *Psikologika* 127, no. 1 (2022): 89–106. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art7>.
- Arroisi, Jarman. "Bahagia Dalam Perspektif Al-Ghazali." *Kalimah: Jurnal Studi Agama Dan Pemikiran Islam* 17, no. 1 (2019): 89. <https://doi.org/10.21111/klm.v17i1.2942>.
- Arroisi, Jarman, and Amir Reza Kusuma. "Menelaah Problem Terapi Yoga Perspektif Ibnu Taimiyah Examining the Problem of Yoga Therapy from Ibn Taimiyah ' s Perspective." *Jurnal Penelitian Medan Agama* 12, no. 2 (2021): 2655–63.
- Bari, Andriansyah, and Randy Hidayat. "Teori Hirarki Kebutuhan Maslow Terhadap Keputusan Pembelian Merek Gadget." *Motivasi: Jurnal Manajemen Dan Bisnis* 7,

no. 1 (2022): 8–14. <http://jurnal.um-palembang.ac.id/motivasi>.

Baried, Ariani Barroroh, and Mulawarman Hannase. “The Irfani Concept in Sufism and Its Relation To Islamic Philosophy.” *Rausyan Fikr: Jurnal Studi Ilmu Ushuluddin Dan Filsafat* 17, no. 2 (2021): 229–56. <https://doi.org/10.24239/rsy.v17i2.808>.

Colman, Andrew M., Susan Blackmore, Robert L. Morris, Richard Wiseman, and Christopher C. French. “Is the Spirit Willing? A Pentologue on Parapsychology.” *Psychologist* 9, no. 8 (1996): 361–63.

Fadhil, Ahmad. “Harmonisasi Filsafat Dengan Agama Dalam Risalah Al-Hilah Li Daf' Al-Ahzān Karya Al-Kindi.” *Aqlania* 13, no. 1 (2022): 107. <https://doi.org/10.32678/aqlania.v13i1.6159>.

Fourianalistyawati, Endang. “Psikoterapi Transpersonal Dalam Kajian Islam Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental.” *Psycho Idea* 1, no. 2006 (2011): 1–18.

Hanani, Doly. “Pendidikan Karakter Anak Menurut Imam Al-Gazali.” *Jurnal Ilmiah AL-Jauhari: Jurnal Studi Islam Dan Interdisipliner* 1, no. 1 (2016).

Handoko, Agus. “Eksistensi Antara Psikologi Islam Dan Barat Modern.” *Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I* 8, no. 1 (2021): 1–20. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v8i4.22137>.

Haryono, Satrio Dwi. “Sikap Terhadap Tradisi Barat : Telaah Eurosentrisme Max Weber (Analisis Oksidentalisme Hassan Hanafi).” *Aqlania* 13, no. 1 (2022): 37. <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/aqlania/article/view/5886>.

Has, Qois Azizah. “Konsep Tauhid Ibnu Taimiyah Dan Pengaruhnya Terhadap Pembaharuan Pemikiran Islam.” *Aqlania* 12, no. 2 (2021): 181–98.

Hidayah, Husnul, Deni Iriyadi Iffan, Ahmad Gufron, Kata Kunci, : Agama, and Ian G Barbour. “Relasi Sains Dan Agama Dalam Perpspektif Ian Graeme Barbour” 13, no. 1 (2022): 17–36.

Hj. Marhani, M.Ag. “Aktualisasi Tasawuf Al-Ghazali Dalam Mengantisipasi Krisis Spiritual.” *Jurnal Fikratuna* 9, no. 1 (2018): 1–24. <https://jurnal.iainambon.ac.id/index.php/FT/article/view/674>.

Khoirul Mustangin. “METODE TAZKIYATUN NAFS (PENYUCIAN JIWA)

MELALUI IBADAH SHALAT DAN IMPLIKASINYA TERHADAP
PENDIDIKAN AKHLAK (Telaah Pemikiran Imam AL-Ghazali).” *Skripsi*, 2014.

Kirom, Syahrul. “Pemikiran Muhammad Iqbal Dalam Perspektif Filsafat Ketuhanan” 13, no. 1 (2022): 65–84.

Kusuma, Amir Reza. “Konsep Jiwa Menurut Ibnu Sina Dan Aristoteles.” *TASAMUH: Jurnal Studi Islam* 14, no. 1 (2022): 61–89.
<https://doi.org/10.47945/tasamuh.v14i1.492>.

Leahy, M. P. “Spiritual Healing.” *British Medical Journal* 2, no. 3388 (1925): 1091–92.
<https://doi.org/10.1136/bmj.2.3388.1091-c>.

Maslow, Abraham H. *A Theory Of Human Motivation*. Edisi Ke-1. London: Sanage Publishing House, 2020.

———. *Motivation and Personality*. Edisi ke-2. London: Harper & Row Publishers, 1954.

———. *The Father Reaches of Human Nature and Religions, Value and Peak Experience*. Edisi ke-3. London: Harper & Row Publishers, 1954.

———. *The Power of Self-Actualization*. Edisi ke-1. London: Audiobook Published, 1992.

———. *Toward a Psychology of Being*. Ke-3. London: Start Publishing LLC, 2013.

Naan, Naan, and Naufal Nurfajri. “Konsep Psikologi Transpersonal Dalam Mengenal Sebuah Makna Bahagia Dalam Islam.” *HUMANISTIKA : Jurnal Keislaman* 8, no. 2 (2022): 231–52. <https://doi.org/10.55210/humanistika.v8i2.754>.

Pratama, F A. “Analisis Pemikiran Harun Nasution: Kekuasaan, Kehendak Mutlak Tuhan Dan Kebebasan Manusia.” *Jurnal Studi Islam* 13, no. 1 (2020): 1–16.
<http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/aqlania/article/download/5719/3751>.

Puji, Pauline Pawittri, and Vigor Wirayodha Hendriwinaya. “Terapi Transpersonal.” *Buletin Psikologi* 23, no. 2 (2015): 92. <https://doi.org/10.22146/bpsi.10566>.

Putri, Lidia. “Nilai-Nilai Moral Dalam Film Sang Pemimpi” 13, no. 1 (2022): 85–106.

- Rahmawati. “Memahami Ajaran Fana, Baqa Dan Ittihad Dalam Tasawuf.” *Al-Munzir* 7, no. 2 (2014): 80.
- Rifkiana, Shifa, Universitas Islam, Negeri Sunan, Kalijaga Yogyakarta, Universitas Islam, Negeri Sunan, and Kalijaga Yogyakarta. “Psikologi Transpersonal Dan Discourse_Implementatif Dalam Membangun Karakter” 8, no. 1 (2022): 431–40. <https://doi.org/10.31943/jurnalrisalah.v8i1.201>.
- Ryandi. ““Spiritual Experience According to Transpersonal Psychology (Critical Study of Sufism).”” *Kalimah* 14, no. 2 (2016): 139–53.
- Saputra, D Muhammad Dian. “Konsep Aktualisasi Diri Menurut Max Weber Dan Al-Ghazali,” 2021.
- Septrianto, Wahyu, Ussisa 'Alat Taqwa, Afifah Bidayah Syukri Zarkasyi, and Mohammad Aliyan Ashadi. “Tazkiyatun Nafs Bi Al-Thariqah Al-Shufiah: Mu'assasan 'Ala Ra'Yi Al-Qusyairî Fi Tafsîrihi Lathâif Al-Isyârât.” *Studia Quranika* 6, no. 1 (2021). <https://doi.org/10.21111/studiquran.v6i1.6082>.
- Syariah, Tinjauan Maqasid, and Siti Muazaroh. “Kebutuhan Manusia Dalam Pemikiran Abraham Maslow (Tinjauan Maqasid Syariah).” *UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta* 7, no. Volume 7, Nomer 1 (2019): 17–33.
- Tart, Charles T. “Section 1 : Philosophy and Methodology.” *Methodology*, 2006.
- Wilcox, Lynn. “Disebut Psikologi Barat Karena Psikologi Ini Berkembang Di Negara-Negara Barat, Seperti Di Jerman, Wina, Perancis, Dan Amerika Serikat. 2 Lynn Wilcox,” n.d., 1–17.
- Yandi. “Psikologi Islam.” *Nucleic Acids Research* 34, no. 11 (2013): e77–e77.
- Zatrahadi, M Fahli, M Fahli Zatrahadi, and Anisa Siti Nurjanah. “Islamic Counseling in the Mental Recovery from the Concept Imam Al Ghazali.” *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman* 19 (2020): 3–4.