

Pemikiran Psikologis dan Terapinya Menurut Abubakr Muhammad Ibn Zakariyya Al-Razi (854-925 M)

Psychological Thought and Therapy According to Abubakr Muhammad Ibn Zakariyya Al-Razi (854-925 AD)

Aryani Pamukti¹, Achmad Khudori Soleh²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Jalan Gajayana No 50 Malang, Indonesia
e-mail: aryanipamukti@gmail.com

ABSTRACT

The psychological thoughts of Abubakr Muhammad ibn Zakariyya Al-Razi (854-925 AD) were very important in the development of psychology because Al-Razi (854-925 AD) made an important contribution to understanding the relationship between physical, emotional, mental, and spiritual in humans. Al-Razi (854-925 AD) developed a theory about human personality and temperament and identified environmental factors that influence human development. This study aims to reveal the thoughts of Al-Razi (854-925 AD) about human personality and environmental factors that influence human development, as well as the psychological therapies that are developed. The method in this study is a qualitative method using library research, while the object of this study is psychological thinking from the perspective of Abubakr Muhammad ibn Zakariyya Al-Razi (854-925 AD). Al-Razi's thought (854-925 AD) showed that (1) Al-Razi revealed that human personality consists of four elements: blood, mucus, yellow bile, and black bile. (2) Al-Razi emphasized the importance of seeing human beings as complex beings and that human physical and mental health are interrelated and influence one another. His thoughts and research are very relevant and useful for the development of psychology. (3) In the view of Al-Razi (854-925 AD), holistic and integrated treatment and therapy is the key to achieving optimal mental health. Al-Razi developed various kinds of therapy, including pharmacotherapy, physical therapy, psychological therapy, and spiritual healing.

Keywords: Psychological Thinking, Zakaria Al-Razi, Rhazes

ABSTRAK

Pemikiran psikologis Abubakr Muhammad ibn Zakariyya al-Razi (854-925 M) sangat penting dalam pengembangan ilmu psikologi, karena al-Razi (854-925 M) memberikan kontribusi penting dalam memahami hubungan antara fisik, emosional, mental, dan spiritual dalam manusia. Al-Razi (854-925 M) mengembangkan teori tentang kepribadian dan temperamen manusia, serta mengidentifikasi faktor lingkungan yang mempengaruhi perkembangan manusia. Tujuan penelitian ini adalah mengungkapkan pemikiran al-Razi (854-925 M) tentang kepribadian manusia, dan faktor lingkungan yang mempengaruhi perkembangan manusia, serta terapi psikologis yang dikembangkan. Metode dalam penelitian ini adalah metode kualitatif menggunakan *library research* adapun objek dalam penelitian adalah pemikiran psikologis dalam perspektif Abubakr Muhammad ibn Zakariyya al-Razi (854-925 M). Hasil pemikiran al-Razi (854-925 M) menunjukkan bahwa (1) Al-Razi mengungkapkan kepribadian manusia terdiri dari empat unsur elemen yaitu darah, lendir, empedu kuning, dan empedu hitam. (2) Al-Razi menekankan pentingnya melihat manusia sebagai makhluk yang kompleks, dan bahwa kesehatan fisik dan mental manusia saling terkait dan mempengaruhi satu sama lain. Pemikiran dan penelitiannya sangat relevan dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu psikologi. (3) Dalam pandangan al-Razi (854-925 M), pengobatan dan terapi yang holistik dan terpadu adalah kunci untuk mencapai kesehatan mental yang optimal. Berbagai macam terapi dikembangkan oleh al-Razi, diantaranya adalah terapi obat-obatan, terapi fisik, terapi psikologis, dan terapi spiritual.

Kata Kunci: Pemikiran Psikologis, Zakaria al-Razi, Rhazes

FIRST RECEIVED:	REVISED:	ACCEPTED:	PUBLISHED:
2024-03-20	2024-10-18	2024-10-18	2025-04-14
doi https://doi.org/10.25299/ajaip.2025.vol22(1).16641			Corresponding Author: Aryani Pamukti
 AJAIP is licensed under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International			Published by UIR Press

PENDAHULUAN

Abubakr Muhammad ibn Zakariyya al-Razi (854-925 M) merupakan salah satu tokoh besar dalam sejarah kedokteran dan psikologi (Hamdani, 2020). Al-Razi hidup pada abad ke-9 hingga ke-10 Masehi dan membuat kontribusi penting dalam pengembangan ilmu kedokteran, psikologi, dan filsafat (Affi et al., 2022). Pada saat itu, masyarakat Islam sedang mengalami perkembangan yang pesat, terutama dalam bidang ilmu pengetahuan dan kedokteran (Sudewi & Nugraha, 2018). Al Razi mengungkapkan ada tiga sumber pengetahuan, yaitu; logika, tradisi para pendahulu dan naluri yang membimbing manusia tanpa perlu banyak berpikir (Putra & Hasim, 2019). Berdasarkan ketiga sumber pengetahuan ini, maka ukuran kebenaran yang dipegang oleh al-Razi (854-925 M) lebih dekat dengan apa yang dipegang dalam pandangan modern sebagai seorang yang positif. Meskipun pada saat itu, tidak ada istilah psikologi seperti yang kita kenal sekarang, namun pemikiran Al-Razi (854-925 M) dan pandangannya terhadap manusia dan kesehatan mentalnya sangat bermakna dan penting sekali untuk menjadi acuan dalam pengembangan ilmu psikologi (Tabatabaei & Jafari-Mehdiabad, 2020).

Al-Razi (854-925 M) yang merupakan seorang dokter sekaligus filosof yang sangat cerdas dan produktif. Terdapat tiga konsep aliran etika yang sangat memperngaruhi pola pemikirannya, diantaranya; epicurianisme, yang cenderung pada persoalan psikis, Aristotelianisme, dengan konsep keseimbangan diantara titik ekstrem (ta'dil al-af'al-nufus), dan naturalisme, yang menekankan pada semua kriteria baik buruknya tindakan moral sesuai dengan fitrah manusia itu sendiri baik secara lahir maupun batin (Hamdani, 2020). Ketiganya melebur menjadi satu membentuk konsep etika yang baru dengan pemikiran orinalitas al-Razi (854-925 M) sendiri (Istianah, 2020).

Dalam pandangan Al-Razi (854-925 M), manusia adalah makhluk yang kompleks, memiliki berbagai dimensi seperti fisik, emosional, mental, dan spiritual (Latifah masruroh, 2021). Setiap dimensi tersebut harus seimbang dan harmonis agar manusia dapat hidup dengan sehat dan bahagia. Selain itu, Al-Razi (854-925 M) juga mengamati hubungan antara lingkungan fisik dan sosial dengan kesehatan mental (Istianah & Rahmatullah, 2021). Al-Razi (854-925 M) mengajarkan bahwa lingkungan yang buruk dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Al-Razi (854-925 M) mengajarkan bahwa penyakit mental dapat disembuhkan melalui pengobatan yang holistik, yang melibatkan pengobatan fisik, psikologis, dan spiritual (Changizi Ashtiyani et al., 2012). Oleh karena itu, al-Razi (854-925 M) mengembangkan berbagai terapi psikologis untuk membantu mengobati gangguan mental.

Pemikiran Abubakr Muhammad ibn Zakariyya al-Razi (854-925 M) sangat menarik untuk dibahas, namun saat ini masih belum ada kajian khusus yang membahas pemikiran psikologis dalam persektif al-Razi (854-925 M). Pembahasan yang ada saat ini lebih kepada pemikiran dalam filsafat (Putra & Hasim, 2019), kedokteran (Tabatabaei & Jafari-Mehdiabad, 2020), maupun farmasi (Affi et al., 2022). Melihat pandangan al-Razi (854-925 M) yang holistik dan terpadu dalam mengatasi masalah kesehatan mental, maka kajian tentang

pemikiran psikologisnya diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam pengembangan ilmu psikologi modern saat ini. Tujuan penelitian ini adalah mengungkapkan pemikiran al-Razi (854-925 M) tentang kepribadian manusia, dan faktor yang mempengaruhi perkembangan manusia, serta terapi psikologis yang dikembangkan.

METODE PENELITIAN

Objek dalam penelitian ini adalah pemikiran psikologis dalam perspektif Abubakr Muhammad ibn Zakariyya al-Razi (854-925 M). Sumber data primer pada penelitian ini adalah pemikiran psikologis dalam perspektif Ibn Zakaria Al-Razi (854-925 M) yang diperoleh dari buku karyanya. Adapun sumber data sekunder pada penelitian ini adalah kitab-kitab tafsir, kitab-kitab tasawuf, buku-buku, jurnal-jurnal, juga kitab-kitab yang lainnya yang memang mendukung dan mempunyai relevansi dengan penelitian ini. Jenis penelitian ini adalah kualitatif yang bersifat kepustakaan (*library research*) yaitu penelitian yang berbasiskan pada data-data keperpustakaan, baik dari berupa buku, kitab, jurnal, artikel ataupun bacaan lainnya yang terkait dengan objek penelitian ini (Hamzah, 2019). Bentuk data merupakan uraian yang dikorelasikan dengan data-data lainnya yang diolah dan diamati sehingga dapat dihasilkan kejelasan dari suatu kebenaran.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu usaha peneliti dengan cara yang sistematis mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan topik atau masalah yang akan diteliti (Hamzah, 2019). Selain itu dalam mengumpulkan data penulis menggunakan metode tematik dengan cara menghimpun pemikiran psikologis al-Razi (854-925 M), dan mendapatkan pola pemikiran dari kumpulan hasil bacaan. Analisis data yang digunakan adalah analisa deskriptif yaitu penulis menjelaskan data yang terkumpul sebagaimana adanya, menguraikan pemikiran psikologis dalam perspektif al-Razi (854-925 M), menampilkan beberapa pendapat tokoh-tokoh mufasir, kemudian penulis menganalisa data tersebut berdasarkan konteks yang berhubungan dengannya agar menghasilkan pemahaman yang komprehensif (Fadli, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perkembangan Kepribadian

Muhammad ibn Zakaria Al-Razi (865-925 M) seorang cendekiawan Muslim terkenal yang telah menulis lebih dari 224 karya dalam berbagai bidang ilmu (Karaman, 2011). Al-Razi (854-925 M) oleh orang-orang barat disebut dengan sebutan Rhazes (Compier, 2012). Al-Razi (854-925 M) adalah seorang alkemis Persia, ahli kimia, dokter, fisikawan, filsuf, sarjana (Affi et al., 2022). Di bidang kedokteran, kontribusinya begitu signifikan sehingga hanya bisa dibandingkan dengan Ibnu Sina (980-1037 M). Karya medis yang paling menonjol dari al-Razi (854-925 M) adalah “Kitab al-Hawi” mengenai ensiklopedia medis. “Kitab al-Mensuri” yang membahas berbagai masalah medis tentang penyakit dalam, pembedahan, dan oftalmologi. “Kitab al-Muluki” dan “Kitab al-Judari” (Tabatabaei & Jafari-Mehdiabad, 2020). Buku pertama yang terdaftar memiliki kemuliaan dalam bahasa Latin sebagai “Continens liber” (Amr & Tbakhi, 2007). Buku ini adalah buku terbaru dan terhebat yang mencakup semua pengetahuan medis pada masa itu dan mencakup bagian yang didedikasikan untuk alfabet farmasi, obat-obatan kompleks, takaran farmasi, dan toksikologi (Ar-Razi, 1971).

Al-Razi (865-925 M) adalah pendiri kemoterapi dalam pengobatan islam dengan menggunakan obat-obat mineral sebagai obat untuk penggunaan eksternal dan internal (Affi et al., 2022). Dalam “Kitab al-Mensuri” menyajikan empat dari sepuluh bagian dari kitab obat-obatan dan diet, kosmetik, penggunaan toksikologi dan penawar, pencahar, dan obat-obatan kompleks yang diminati oleh farmasi (Tabatabaei & Jafari-Mehdiabad, 2020). Al-Razi (854-925 M) merupakan orang yang pertama kali menggunakan opium sebagai anestesi dan alkohol sebagai antiseptik, sebelum diberikan kepada manusia obat tersebut telah diuji pada hewan untuk memperkirakan efek dan sampingnya (Syukri, 2022).

Al-Razi (854-925 M) mengungkapkan bahwa jiwa manusia memiliki tiga potensi vegetatif (jiwa tumbuhan dan syahwat), emosi, dan jiwa rasional (kemampuan untuk berfikir logis) (Rāzī, 1950). Al-Razi (854-925 M) merupakan orang pertama di dunia Arab yang menulis buku yang ditujukan pada masyarakat umum untuk mendapatkan nasehat tentang pengobatan jika dokter tidak tersedia. Kitabnya tersebut terkenal dengan sebutan “Man la yahduruhu al-tibb” dan buku ini memiliki peran yang sangat penting dalam sejarah farmasi (Mahmoudi Nezhad & Dalfardi, 2014). Pemikiran-pemikiran al-Razi (854-925 M) telah mempengaruhi perkembangan psikologi dan kedokteran di dunia Islam dan Eropa selama berabad-abad. Al-Razi (854-925 M) dianggap sebagai salah satu tokoh penting dalam sejarah psikologi dan kedokteran.

Al-Razi (854-925 M) mengemukakan bahwa terdapat empat jenis kepribadian manusia yang didasarkan pada keempat elemen dalam tubuh manusia, yaitu darah, lendir, empedu kuning, dan empedu hitam (Farag, 2004). Orang dengan jenis kepribadian darah ini cenderung ceria, ekstrovert, dan memiliki energi yang tinggi. Individu tersebut mudah bergaul dan memiliki kemampuan sosial yang baik. Namun, juga dapat menjadi impulsif dan kurang sabar. Seseorang dengan jenis kepribadian lendir memiliki karakteristik yang cenderung tenang, pemalu, kurang emosional, sabar, dan bahkan sangat suka dengan kedamaian. Selain itu individu dengan jenis kepribadian lendir cenderung mudah menerima perubahan dan dapat menjadi penengah yang baik dalam situasi konflik. Namun perlu diketahui, kepribadian tersebut juga bisa terlihat acuh tak acuh atau tidak peduli.

Seseorang dengan kepribadian empedu kuning cenderung tegas, mandiri, dan cepat berpikir. Individu tersebut memiliki motivasi yang tinggi dan ambisi yang kuat. Namun juga dapat menjadi keras kepala dan terkadang terlihat tidak peka terhadap perasaan orang lain. Orang dengan jenis kepribadian empedu hitam ini cenderung introspektif, sensitif, dan memiliki pemikiran yang dalam. Individu tersebut cenderung mudah terpengaruh oleh perasaan dan suasana hati. Namun juga dapat menjadi terlalu pesimis dan kurang bersemangat.

Al-Razi (865-925 M) meyakini bahwa kepribadian seseorang merupakan hasil dari campuran keempat elemen sebagaimana terdapat dalam tubuh manusia. Setiap orang memiliki campuran unik dari keempat elemen tersebut, yang menyebabkan perbedaan kepribadian dalam diri setiap orang. Menurut al-Razi (854-925 M), apabila dapat memahami jenis kepribadian seseorang, maka biasanya sangat membantu dalam pengobatan dan penanganan gangguan psikologisnya.

Adapun tinjauan tentang perkembangan kepribadian menurut pandangan Al-Razi sebagai berikut:

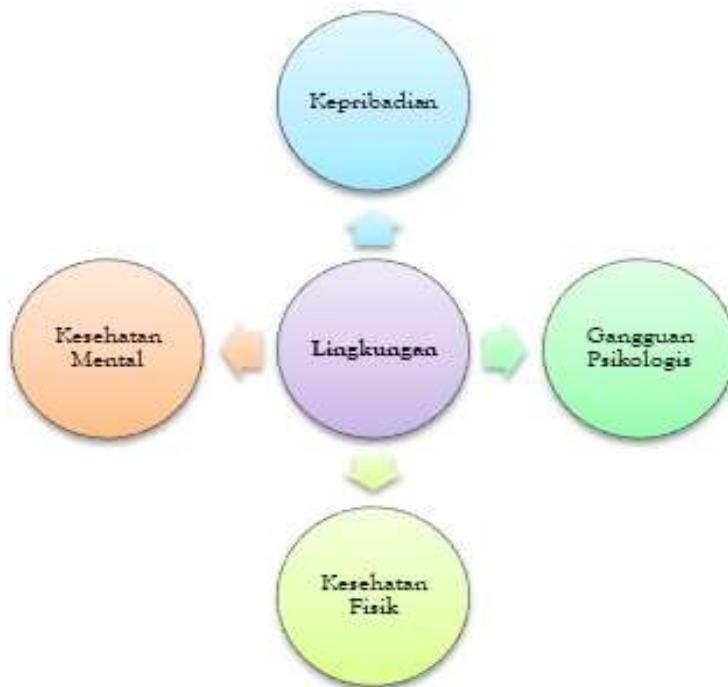


Gambar 1. *Perkembangan Kepribadian Al-Razi*

Faktor Lingkungan dan Kesehatan Mental

Al-Razi (854-925 M) merupakan tokoh yang sangat rasional (Tajik & Hashemimehr, 2022). Al-Razi (854-925 M) memahami bahwa faktor lingkungan, seperti tempat tinggal, keluarga, budaya, dan pengalaman hidup, dapat memengaruhi perkembangan manusia (Rāzī, 1950). Al-Razi (854-925 M) berpendapat bahwa lingkungan dapat memengaruhi perkembangan kepribadian dan dapat memicu perkembangan gangguan psikologis (Rāzī, 1950). Al-Razi (854-925 M) juga memahami bahwa faktor lingkungan dapat memengaruhi kesehatan fisik dan mental seseorang. Misalnya bahwa orang yang tinggal di wilayah dengan cuaca yang buruk atau polusi udara tinggi lebih rentan terhadap gangguan pernapasan atau gangguan kesehatan lainnya. Al-Razi (854-925 M) juga memahami bahwa faktor lingkungan seperti kemiskinan, ketidakadilan sosial, atau tekanan emosional dalam keluarga dapat memicu gangguan psikologis seperti depresi atau kecemasan.

Dalam karyanya, al-Razi (854-925 M) menekankan pentingnya memperhatikan faktor lingkungan dalam pengobatan dan penanganan gangguan psikologis (Changizi Ashtiyani et al., 2012). Al-Razi (854-925 M) berpendapat bahwa mengubah lingkungan dapat membantu memperbaiki kesehatan mental seseorang, dan bahwa pengobatan seharusnya tidak hanya berfokus pada penggunaan obat-obatan, tetapi juga melibatkan perubahan lingkungan dan gaya hidup (Changizi Ashtiyani et al., 2012). Secara keseluruhan, al-Razi (854-925 M) memahami pentingnya faktor lingkungan dalam memengaruhi perkembangan manusia, terutama dalam hal perkembangan kepribadian dan kesehatan mental. Pemikirannya ini memberikan kontribusi penting pada pemahaman manusia tentang pengaruh lingkungan terhadap kesehatan dan perkembangan manusia. Membentuk lingkungan yang representatif dengan kebutuhan individu benar-benar dapat menciptakan kesehatan mental yang lebih baik dan sempurna.



Gambar 2. Pengaruh Lingkungan Terhadap Kesehatan Mental

Terapi

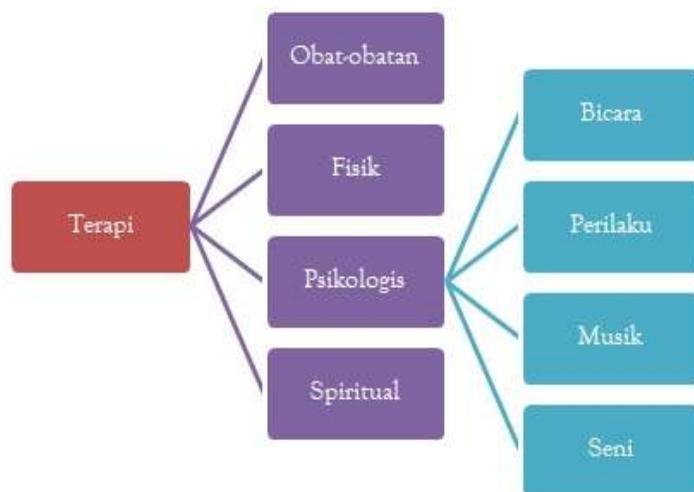
Al-Razi (854-925 M) adalah seorang dokter dan ahli kedokteran dari abad pertengahan, yang dikenal sebagai tokoh penting dalam sejarah kedokteran dan terapi di dunia Islam. Dalam praktik kedokterannya, al-Razi (854-925 M) menggunakan berbagai terapi untuk mengobati berbagai jenis penyakit, seperti terapi obat-obatan, terapi fisik, terapi psikologis, dan terapi spiritual (Saad, 2014). Dalam terapi obat-obatan al-Razi (854-925 M) menggunakan obat-obatan sebagai pengobatan utama untuk berbagai jenis penyakit. Al-Razi (854-925 M) mempelajari sifat dan efek obat-obatan, serta cara mengombinasikan berbagai bahan alami untuk menghasilkan obat yang efektif (Syukri, 2022). Al-Razi (854-925 M) juga menekankan pentingnya dosis yang tepat dan penggunaan obat yang sesuai dengan penyakit yang sedang diobati.

Al-Razi (854-925 M) menggunakan terapi fisik, seperti pijat, olahraga, dan terapi air, untuk mengobati beberapa jenis penyakit (Karaman, 2011). Al-Razi (854-925 M) mengamati bahwa beberapa penyakit dapat diobati dengan meningkatkan sirkulasi darah, meredakan stres, atau memperkuat sistem imun. Al-Razi (854-925 M) juga mengajarkan bahwa terapi spiritual dapat membantu meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan seseorang. Al-Razi (854-925 M) memahami bahwa doa, meditasi, dan praktik spiritual lainnya dapat membantu meredakan stres dan meningkatkan keseimbangan mental.

Al-Razi (854-925 M) juga menggunakan terapi psikologis untuk mengobati gangguan mental, seperti depresi dan kecemasan. Al-Razi (854-925 M) memahami bahwa perubahan lingkungan dan gaya hidup dapat membantu meningkatkan kesehatan mental seseorang. Beberapa terapi psikologis yang dikembangkan oleh al-Razi (854-925 M) adalah terapi bicara, terapi perilaku, terapi musik, dan terapi seni. Al-Razi mengajarkan bahwa terapi bicara dapat membantu meredakan stres dan meningkatkan kesehatan mental. Al-Razi (854-925 M) juga mengembangkan terapi perilaku untuk membantu mengatasi masalah emosional atau psikologis. Dalam terapi musik al-Razi (854-925 M) mengajarkan bahwa musik dapat

membantu meredakan stres dan meningkatkan kesehatan mental. Dalam terapi seni al-Razi (854-925 M) mengajarkan bahwa seni dapat membantu meredakan stres dan meningkatkan kesehatan mental (Zarshenas et al., 2012).

Al-Razi (854-925 M) mengungkapkan tugas seorang dokter di samping mengetahui kesehatan jasmani (*altibb al jasmani*) dituntut juga mengetahui kesehatan jiwa (*altibb al ruhani*) (Hamdani, 2020). Hal ini untuk menjaga keseimbangan jiwa melakukan aktivitasnya, supaya tidak terjadi keadaan yang kurang maupun lebih (Usman Abu Bakar, 2016). Al-Razi (854-925 M) meyakini bahwa Tuhan telah memberikan akal ke manusia, dan akal manusia tidak mungkin salah. Kesalahan terjadi karena kekeliruan dalam pengambilan keputusan. Terapi spiritual dalam pemikiran al-Razi (854-925 M) diterapkan dalam cara mengobati kesedihan yaitu dengan berorientasi pada Tuhan, bukan berorientasi pada dunia, kesadaran diri bahwa semua akan berpisah, serta tidak menempatkan yang dicintai sebagai prioritas (Rāzī, 1950).



Gambar 3. *Terapi Al-Razi*

Pembahasan

Pemikiran psikologis Abubakr Muhammad ibn Zakariyya al-Razi (854-925 M) sangat penting dalam pengembangan ilmu psikologi, karena al-Razi (854-925 M) memberikan kontribusi penting dalam memahami hubungan antara fisik, emosional, mental, dan spiritual dalam manusia. Al-Razi (854-925 M) mengembangkan teori tentang kepribadian dan temperamen manusia, serta mengidentifikasi faktor lingkungan yang mempengaruhi perkembangan manusia. Al-Razi (854-925 M) membagi kepribadian manusia menjadi empat jenis, yaitu darah, lendir, empedu kuning, dan empedu hitam (Rāzī, 1950). Setiap jenis kepribadian memiliki karakteristik yang berbeda-beda.

Kepribadian manusia berdasarkan cairan dalam tubuh manusia ini al-Razi (854-925 M) simpulkan dari kajiannya yang mendalam dalam dunia kedokteran, kimia, serta farmasi. Al-Razi (854-925 M) memandang dirinya sebagai Socrates versi Islam dalam filsafat dan Hippocrates (460-370 SM) dalam kedokteran (Zarshenas et al., 2012). Berdasarkan pandangan dirinya terhadap Hippocrates (460-370 SM) empat kepribadian yang didasarkan berdasarkan cairan dalam tubuh menurut al-Razi (854-925 M) dapat dikorelasikan dengan kepribadian menurut Hippocrates (460-370 SM). Terdapat empat kepribadian menurut

Hippocrates (460-370 SM) didasarkan pada cairan di dalam tubuh, adapun tipe kepribadian menurut Hippocrates (460-370 SM) adalah *sanguine* (penuh harapan, ceria), *melancholic* (sedih, depresif), *choleric* (mudah tersinggung), dan *phlegmatic* (tenang, lesu) (Melissa Rogers, 2021).

Adapun bentuk kepribadian menurut al-Razi (854-925 M) dan Hippocrates (460-370 SM) adalah sebagai berikut darah (*sanguine*), lendir (*melancholic*), empedu kuning (*choleric*), dan empedu hitam (*phlegmatic*) (Melissa Rogers, 2021). Kepribadian *sanguine* dan kepribadian darah memiliki karakteristik yang hampir sama yaitu cenderung optimis dan ceria. Kepribadian *melancholic* cenderung introspektif dan sering merasa sedih berhubungan dengan karakter dari kepribadian lendir. Kepribadian *choleric* dengan karakteristik yang mudah tersinggung sesuai dengan kelebihan empedu kuning. Kepribadian *phlegmatic* dengan karakteristik tenang dan lesu sesuai dengan karakter dari kelebihan empedu hitam.

Al-Razi (854-925 M) memahami bahwa perubahan lingkungan dan gaya hidup dapat membantu meningkatkan kesehatan mental seseorang. Beberapa terapi psikologis yang dikembangkan oleh Al-Razi (854-925 M) adalah terapi bicara, terapi perilaku, terapi musik, dan terapi seni. Al-Razi (854-925 M) mengajarkan bahwa terapi bicara dapat membantu meredakan stres dan meningkatkan kesehatan mental. Rhazes (865-925 M) menggunakan pendekatan psikoterapi, yang melibatkan percakapan antara pasien dan dokter untuk membantu pasien memahami dan mengatasi masalah emosional yang mereka hadapi.

Al-Razi (854-925 M) juga mengembangkan terapi perilaku untuk membantu mengatasi masalah emosional atau psikologis. Al-Razi (854-925 M) memahami bahwa perilaku yang salah atau buruk dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang. Oleh karena itu, al-Razi (854-925 M) menggunakan pendekatan terapi perilaku untuk membantu pasien memperbaiki perilakunya yang buruk dan memperbaiki kesehatan mentalnya.

Sebelum mempelajari filsafat, matematika, astronomi, kimia dan obat – obatan, pada awalnya al-Razi (854-925 M) tertarik dengan musik (Souayah & Greenstein, 2005). Ketertarikan al-Razi (854-925 M) terhadap musik akhirnya melahirkan sebuah ensiklopedia musik (Zarshenas et al., 2012). Dalam terapi musik al-Razi (854-925 M) mengajarkan bahwa musik dapat membantu meredakan stres dan meningkatkan kesehatan mental. Al-Razi (854-925 M) memahami bahwa musik dapat memengaruhi suasana hati seseorang dan membantu meredakan emosi negatif. Oleh karena itu, ia menggunakan terapi musik sebagai metode untuk membantu pasien yang mengalami gangguan emosional atau psikologis. Hal ini senada dengan pendapat Al-Ghazali (1058-1111 M) bahwa musik yang bermuatan spiritual dapat memiliki efek positif dan memperkuat keimanan (Zaman & Sajaroh, 2023).

Dalam terapi seni al-Razi (854-925 M) mengajarkan bahwa seni dapat membantu meredakan stres dan meningkatkan kesehatan mental (Zarshenas et al., 2012). Al-Razi (854-925 M) memahami bahwa seni dapat menjadi cara ekspresi diri yang baik dan membantu pasien untuk mengekspresikan emosi dan perasaanya. Oleh karena itu, Al-Razi (854-925 M) menggunakan terapi seni sebagai metode untuk membantu pasien yang mengalami gangguan emosional atau psikologis. Al-Razi (854-925 M) menggunakan berbagai terapi psikologis untuk membantu pasien yang mengalami gangguan mental atau emosional. Pendekatannya yang holistik dan terpadu dalam pengobatan telah memberikan kontribusi besar pada sejarah kedokteran dan terapi psikologis.

Dalam terapi spiritual al-Razi (854-925 M) lebih menekankan orientasi pada Tuhan, dan cinta kepada Tuhan. Kesadaran manusia bahwa semua akan berpisah dan kembali pada Tuhan bisa mengobati kesedihan pada manusia menurut pandangan al-Razi (854-925 M). Secara keseluruhan, al-Razi (854-925 M) menggunakan berbagai terapi untuk mengobati berbagai jenis penyakit, dan menggabungkan pendekatan medis, fisik, psikologis, dan spiritual. Pendekatannya yang holistik dan terpadu dalam pengobatan telah memberikan kontribusi besar pada sejarah kedokteran dan terapi.

Pemikiran al-Razi (854-925 M) yang realistik serta keyakinannya pada Tuhan, menjadikan bahwa struktur akal paling tinggi adalah akal rasional. Tingkah laku manusia berdasarkan petunjuk rasional akal. Hawa nafsu harus berada dibawah kendali akal dan agama. Al-Razi (854-925 M) memperingatkan bahaya minuman khamar yang dapat merusak akal dan melanggar ajaran agama, bahkan dapat mengakibatkan menderita penyakit jiwa dan raga yang pada gilirannya menghancurkan manusia. Kebahagiaan menurut Al-Razi (854-925 M) adalah kembalinya apa yang telah tersingkir karena sesuatu yang berbahaya. Misalnya orang yang meninggalkan tempat yang teduh menuju tempat yang disinari panas matahari, akan senang ketika kembali ke tempat yang teduh tadi. Al-Razi (854-925 M) mendefinisikan kebahagiaan sebagai kembali pada alam.

Al-Razi (854-925 M) juga mengidentifikasi temperamen sebagai faktor yang mempengaruhi perilaku manusia, dan bahwa temperamen dapat berubah tergantung pada lingkungan dan pengalaman hidup seseorang. Al-Razi (854-925 M) juga mengamati hubungan antara lingkungan dan kesehatan mental manusia. Al-Razi (854-925 M) menemukan bahwa lingkungan yang buruk dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, seperti lingkungan yang penuh tekanan atau lingkungan yang kurang menyenangkan. Oleh karena itu, ia menyarankan agar lingkungan harus dibuat seaman mungkin untuk membantu menjaga kesehatan mental manusia.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian terkait pemikiran psikologis Ibn Zakaria al-Razi (854-925 M) tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa: *Pertama*, kepribadian manusia dalam pandangan al-Razi (854-925 M) terdiri dari empat unsur elemen yaitu darah, lendir, empedu kuning, dan empedu hitam, pemikiran dan penelitian al-Razi sangat relevan dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu psikologi. *Kedua*, Al-Razi (854-925 M) menekankan pentingnya melihat manusia sebagai makhluk yang kompleks, dan bahwa kesehatan fisik dan mental manusia saling terkait dan mempengaruhi satu sama lain. *Ketiga*, dalam pandangan Al Razi (854-925 M), pengobatan dan terapi yang holistik dan terpadu adalah kunci untuk mencapai kesehatan mental yang optimal. Berbagai macam terapi dikembangkan oleh Al Razi (854-925 M), diantaranya adalah terapi obat-obatan, terapi fisik, terapi psikologis, dan terapi spiritual.

Secara keseluruhan kajian terkait pemikiran psikologi al-Razi hanya berfokus pada tema kepribadian, kesehatan mental, dan terapi nya saja. Pembahasan terkait pemikiran Al Razi ini masih terfokus pada pemikiran Al Razi saja tanpa membandingkan (studi komparasi) dengan pemikiran tokoh lain. Sehingga pembahasan ini masih perlu dikembangkan dan mencari titik temu dari pembahasan berikutnya supaya menambah wawasan dan pengetahuan terkait literasi dalam bidang psikologi khususnya psikologi dengan pemikir Islam lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Affi, E., Soleymani, S., & Zargaran, A. (2022). Rhazes' Contributions to Alchemy and Pharmacy. In *Shiraz E Medical Journal*. <https://doi.org/10.5812/semj.111526>
- Amr, S., & Tbakhi, A. (2007). Abu Bakr Muhammad Ibn Zakariya Al Razi (Rhazes): Philosopher, physician and alchemist. *Annals of Saudi Medicine*. <https://doi.org/10.4103/0256-4947.51482>
- Ar-Razi, A. B. M. Z. (1971). Al-Hawi (Liber continens) of Ar-Razi, Abu Bakr Muhammed Bin Zakariyya: synopsis of the eleventh volume. *Bulletin of the Institute of Medicine (Hyderabad)*.
- Changizi Ashtiyani, S., Golestanpour, A., Shamsi, M., Tabatabaei, S. M., & Ramazani, M. (2012). Rhazes' prescriptions in treatment of gout. *Iranian Red Crescent Medical Journal*.
- Compier, A. H. (2012). Rhazes in the renaissance of andreas vesalius. *Medical History*. <https://doi.org/10.1017/S0025727300000259>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Farag, S. (2004). Arab states: Egypt and the Arab states. In *Encyclopedia of psychology*, Vol. 1. <https://doi.org/10.1037/10516-079>
- Hamdani, A. Y. (2020). Konsep Etika Muhammad Ibn Zakariyya ar-Razi. *Jurnal Filsafat Dan Teologi Islam*.
- Hamzah, A. (2019). *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research) Kajian Filosofis, Teoretis, Aplikasi, Proses dan Hasil Penelitian*. Literasi Nusantara.
- Istianah, I. (2020). Morals of Doctor According to Abū Bakr al-Rāzī's View. *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues*. <https://doi.org/10.53840/alirsyad.v5i1.53>
- Istianah, I., & Rahmatullah, L. (2021). Abu Bakr Al-Razi di Antara Agama dan Sains. *Islamadina : Jurnal Pemikiran Islam*. <https://doi.org/10.30595/islamadina.v22i2.10278>
- Karaman, H. (2011). Abu Bakr Al-Razi (Rhazes) and Medical Ethics. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*.
- Latifah masruroh. (2021). Manusia dan Filsafat. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.31943/counselia.v2i2.4>
- Mahmoudi Nezhad, G. S., & Dalfardi, B. (2014). Rhazes (865-925 AD), the icon of Persian cardiology. In *International Journal of Cardiology*. <https://doi.org/10.1016/j.ijcard.2014.11.045>
- Melissa Rogers. (2021). Trait Theory of Personality. *Apa Topss Charles T. Blair-Broeker Excellence in Teaching Award*.
- Putra, R. A., & Hasim, W. (2019). Epistemologi Pemikiran Abu Bakar Muhammad Bin Zakaria Al-Razi Tentang Kenabian. *Jurnal Yaqzhan: Analisis Filsafat, Agama Dan Kemanusiaan*. <https://doi.org/10.24235/jy.v5i2.5676>
- Rāzī, A. B. M. ibn Z. (1950). The spiritual physick of Rhazes/ translated from the Arabic by Arthur J. Arberry, Litt.D., F.B.A., Sir Thomas Adams's professor of Arabic in the University of Cambridge. In *University of Cambridge*. https://doi.org/10.24157/arc_12823
- Saad, B. (2014). Greco-Arab and Islamic Herbal Medicine: A Review. *European Journal of Medicinal Plants*. <https://doi.org/10.9734/ejmp/2014/6530>
- Souayah, N., & Greenstein, J. I. (2005). Insights into neurologic localization by Rhazes, a medieval Islamic physician. *Neurology*. <https://doi.org/10.1212/01.wnl.0000167603.94026.ee>
- Sudewi, S., & Nugraha, S. M. (2018). Sejarah Farmasi Islam dan Hasil Karya Tokoh-Tokohnya. *Aqlam: Journal of Islam and Plurality*.

<https://doi.org/10.30984/ajip.v2i1.511>

- Syukri, Y. (2022). Pengobatan Islam Serta Teknologi Terkini. In *Yandi Syukri*.
- Tabatabaei, S. M., & Jafari-Mehdiabad, A. (2020). Rhazes' pioneer viewpoints about psychiatry, neurology and neuroscience. *Journal of Medical Ethics and History of Medicine*. <https://doi.org/10.18502/jmehm.v13i21.4863>
- Tajik, N., & Hashemimehr, M. (2022). Rhazes' Views on Qualifications of Physicians, a Historical Review. In *Archives of Iranian Medicine*. <https://doi.org/10.34172/aim.2022.77>
- Usman Abu Bakar. (2016). Analisis Hubungan Sufisme, Psikoterapi, dan Kesehatan Spiritual. *Madania : Jurnal Kajian Keislaman*.
- Zaman, A. B., & Sajaroh, W. S. (2023). Bershalawat Dengan Musik (Pemikiran Al-Ghazali Tentang As-Sama' Dalam Hadrah Hiqma UIN Jakarta). *Paradigma: Jurnal Kalam Dan Filsafat*. <https://doi.org/10.15408/paradigma.v4i01.30399>
- Zarshenas, M. M., Mehdizadeh, A., Zargaran, A., & Mohagheghzadeh, A. (2012). Rhazes (865-925 AD). *Journal of Neurology*. <https://doi.org/10.1007/s00415-011-6398-x>