

Research Article

Pembentukan Perilaku: Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers dalam Mengembangkan Kepribadian

Anindhya Faza Arzaqi¹, Achmad Khudori Soleh²

1. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 230401210007@student.uin-malang.ac.id
2. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, khudorisoleh@pps.uin-malang.ac.id

Copyright © 2026 by Authors, Published by Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam. This is an open access article under the CC BY License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>).

Received : January 12, 2026
Accepted : February 25, 2026

Revised : February 2, 2026
Available online : March 29, 2026

How to Cite: Anindhya Faza Arzaqi, Achmad Khudori Soleh. 2026. "Pembentukan Perilaku: Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers dalam Mengembangkan Kepribadian". *Risalah Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 12 (1): 1-15. https://doi.org/10.31943/jurnal_risalah.v12i1.1575.

Abstract: Behavior reflects an individual's personality and values, and plays an important role in personal, social, and professional life. This study aims to analyze and compare the process of behavior formation in developing personality based on the perspectives of Ibn Qayyim Al-Jauziyyah and Carl Rogers. The study was conducted through a qualitative approach with library research methods. Data collection used through the most relevant books and research articles. The results show that: 1) The process of behavior formation according to Ibn Qayyim Al-Jauziyyah has six stages, namely al-khatirah (trajectory), al-fikrah (settled thoughts), al-'iradah (desire), al-'azimah (intention and determination), al-'amal (real action), and al-'adah (habit); 2) The process of behavior formation according to Carl Rogers has five stages, namely awareness, interest, evaluation, trial, and adoption; 3) The difference in behavior formation in personality development, according to Carl Rogers, lies in subjective self-evaluation and self-actualization, while Ibn Qayyim emphasized intention, determination, and adherence to Islamic law to obtain God's approval, mercy, and blessings. This research can enrich knowledge about the process of behavior formation that influences individual personality development from the perspectives of Ibn Qayyim Al-Jauziyyah and Carl Rogers.

Keywords: Behavior, Personality, Ibn Qayyim Al-Jauziyyah, Carl Rogers.

Pembentukan Perilaku: Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers dalam Mengembangkan Kepribadian

Anindhya Faza Arzaqi, Achmad Khudori Soleh

Abstrak: Perilaku mencerminkan kepribadian dan nilai individu, serta memainkan peran penting dalam kehidupan pribadi, sosial, dan profesional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan membandingkan proses pembentukan perilaku dalam mengembangkan kepribadian berdasarkan perspektif dari Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers. Penelitian dilakukan melalui pendekatan kualitatif dengan metode kepustakaan (*library research*). Pengumpulan data yang digunakan melalui buku-buku dan artikel penelitian terkait yang paling relevan. Hasil menunjukkan bahwa: 1) Proses pembentukan perilaku menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah memiliki enam tahap yaitu *al-khatirah* (lintasan pikiran), *al-fikrah* (pikiran yang menetap), *al-'iradah* (keinginan), *al-'azimah* (niat dan tekad), *al-'amal* (tindakan nyata), dan *al-'adah* (kebiasaan); 2) Proses pembentukan perilaku menurut Carl Rogers memiliki lima tahap yaitu kesadaran (*awareness*), tertarik (*interest*), evaluasi (*evaluation*), mencoba (*trial*), dan menerima (*adoption*); 3) Perbedaan pembentukan perilaku dalam mengembangkan kepribadian dalam pandangan Carl Rogers terletak pada evaluasi diri dan aktualisasi diri yang subjektif, sementara Ibnu Qayyim menekankan niat, tekad, serta kepatuhan pada syariat Islam untuk mendapatkan *ridho*, rahmat Allah, dan keberkahan. Penelitian ini dapat memperkaya pengetahuan tentang proses pembentukan perilaku yang mempengaruhi perkembangan kepribadian individu menurut perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers.

Kata Kunci: Perilaku, Kepribadian, Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, Carl Rogers

PENDAHULUAN

Perilaku bukan hanya sekadar tindakan yang dilakukan seseorang, tetapi juga simbol yang mencerminkan kepribadian dan nilai-nilai individu tersebut. Setiap tindakan, mulai dari cara berbicara, bersikap, hingga membuat keputusan, menggambarkan karakter dan prinsip yang dipegang oleh individu tersebut. Misalnya, seseorang yang selalu bersikap jujur dan transparan menunjukkan integritas dan kepercayaan diri yang tinggi. Di lingkungan sosial, perilaku yang baik dapat membangun hubungan yang harmonis dan saling menghargai. Sikap yang etis dan profesional dalam menjalankan peran juga dapat meningkatkan reputasi dan karier seseorang. Oleh karena itu, perilaku memiliki peranan yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan pribadi, sosial, maupun profesional.

Dalam konteks dunia modern, masyarakat muslim berusaha menemukan keseimbangan antara nilai-nilai spiritual dan pengembangan pribadi yang sehat. Hal ini penting karena kedua aspek tersebut dapat saling melengkapi dan relevan dalam kehidupan. Islam mengajarkan pentingnya hubungan individu dengan Tuhan dalam berperilaku, serta mengedepankan nilai-nilai seperti kesederhanaan, keadilan, dan kasih sayang terhadap sesama manusia. Keberadaan ajaran islam ini menjadi pondasi utama dalam pembentukan moral dan etika yang unggul pada individu muslim (Romlah & Rusdi, 2023). Salah satu tokoh penting dalam islam mengenai perilaku dan pembentukan karakter adalah Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. Beliau lebih berfokus pada penanaman nilai-nilai keimanan dan pemanfaatan akal dalam mengembangkan sudut pandang berpikir (Ansari & Qomarudin, 2021). Maka, pribadi yang sehat menurut Ibnu Qayyim adalah individu yang menyeimbangkan nilai spiritual dengan pemanfaatan akal, sehingga menjadikannya penting untuk diteliti dalam memahami pembentukan perilaku dalam Islam.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji tentang pemikiran Ibnu Qayyim mengenai akal, hati, psikoterapi sufistik, dan tujuan pendidikan. Ibnu

Qayyim menyatakan bahwa karunia yang diberikan kepada manusia sebagai panduan dalam menjalani kehidupan ialah akal (Rahmadi, 2022). Di sisi lain, hati yang bersih akan melahirkan pikiran yang jernih, perkataan yang bijak, bahkan fisik yang sehat (Amin et al., 2023). Ini mendukung penelitian lain yang membahas tentang psikoterapi Ibnu Qayyim dengan cara bertakhalli, yaitu dengan mengosongkan diri terutama jiwanya dari penyakit hati, sifat dan perbuatan buruk (Arroisi et al., 2021). Dengan harapan bahwa manusia dapat memiliki pribadi yang sehat, maka diperlukan pengembangan kepribadian yang baik melalui pendidikan, baik formal maupun non-formal. Sebagaimana Ibnu Qayyim menjelaskan bahwa tujuan pendidikan adalah untuk mengembangkan kepribadian manusia dalam empat aspek yaitu jasmani, akal, akhlak, dan keterampilan (Haqiqi, 2017; Islami & Rosyad, 2020; Naufal, 2020; Riyadi, 2020). Dengan menggunakan dan mencapai semua hal tersebut, manusia dapat mengembangkan perilaku yang berdaya guna dan positif dalam kehidupan sehari-hari.

Sedangkan penelitian-penelitian lain mengenai pemikiran Carl Rogers, seorang tokoh penting dalam psikologi humanistik, lebih menekankan pada teori yang berpusat pada individu, menjadi individu yang berfungsi sepenuhnya, dan implikasi teori Rogers terhadap pembelajaran. Pendekatan yang berpusat pada individu ialah pendekatan yang menekankan suatu kondisi yang memungkinkan orang untuk tumbuh dan berkembang sesuai potensi pribadi (Krikorian, 2022). Rogers menyatakan bahwa individu yang telah menjadi terbaik versi mereka sendiri, maka ia telah menjadi orang yang berfungsi sepenuhnya atau *fully function person* (Gunawan & Pramonojati, 2021). Sedangkan Rogers mempresentasikan sebuah pandangan manusia yang menjadi berfungsi sepenuhnya adalah sebuah kondisi di mana orang termotivasi secara intrinsik (Joseph, 2021). Implikasi dalam pembelajaran berdasarkan teori Rogers memunculkan keperluan adanya perhatian karakter setiap individu dapat membangunkan individu dalam kebebasan berpikir, berinisiatif, dan berkreasi (Arofaturrohmah et al., 2023; Sili, 2021). Dalam mencapai semua hal tersebut, diperlukan pemahaman mengenai bagaimana proses pembentukan perilakunya. Dengan demikian, penelitian ini mengisi celah pengetahuan tentang proses internal dan eksternal yang mempengaruhi perkembangan individu berdasarkan perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan membandingkan proses pembentukan perilaku dalam mengembangkan kepribadian berdasarkan perspektif dari Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers. Dengan menggali lebih dalam pemikiran kedua tokoh ini, diharapkan dapat ditemukan titik-titik temu dan perbedaan yang signifikan yang dapat digunakan untuk mengembangkan pendekatan yang lebih holistik dalam kehidupan sehari-hari. Kontribusi utama dari penelitian ini adalah memberikan wawasan yang lebih mendalam dan komprehensif tentang pembentukan perilaku, yang dapat diaplikasikan dalam berbagai konteks, baik itu pendidikan, konseling, maupun pengembangan pribadi, untuk menghasilkan individu yang lebih seimbang dan harmonis.

METODE

Fokus penelitian ini mengkaji perbandingan proses pembentukan perilaku dalam mengembangkan kepribadian berdasarkan perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *library research*. Dalam penelitian ini, dilakukan pengumpulan data yang digunakan melalui buku-buku dan *database* dari internet seperti google, google scholar, dan Mendeley dengan beberapa kata kunci dalam pencarian yang paling relevan dengan penelitian ini.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah konten analisis. Selama dilakukannya proses tinjauan pustaka, peneliti menganalisis, membandingkan, memilah data, dan kemudian membuat kesimpulan dari berbagai fakta. Hasil pengumpulan data yang telah diolah akan diinterpretasikan dengan cara dikelompokkan sesuai konteks yang lebih menarik untuk dibaca. Dengan metode ini, penelitian ini dapat menggali pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana perbedaan pembentukan perilaku dalam mengembangkan kepribadian berdasarkan perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers.

HASIL

1. Pembentukan perilaku menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah

Konsep perilaku menurut Ibnu Qayyim mengarah pada segala tindakan untuk menuju jalan Allah. Jika seseorang mengaitkan setiap perbuatannya dengan Allah, maka ia telah mencapai tujuan hidupnya (Al-Jauziyyah, 2012). Di sisi lain, kehidupan yang hakiki dan yang baik menurut Ibnu Qayyim terdapat dalam Q.S Al-Anfal ayat 14, yaitu kehidupan yang didedikasikan untuk memenuhi seruan Allah dan Rasul-Nya, baik secara zahir maupun batin (Al-Jauziyyah, 2000). Seruan di sini merujuk pada ajakan, perintah, dan petunjuk yang diberikan oleh Allah melalui Al-Qur'an dan oleh Rasulullah Muhammad SAW melalui hadits-haditsnya. Dengan ini, menjalani kehidupan yang baik tidak hanya fokus pada perilaku-perilaku yang tampak atau yang terlihat secara fisik oleh orang lain, tetapi juga berfokus pada hal yang tidak tampak seperti niat, keikhlasan, kesabaran dalam menjalankan kehidupan.

Ibnu Qayyim dalam kitab Al-Fawaid memaparkan enam tahapan atau cara membentuk sebuah perilaku atau kebiasaan (al-Jauziyyah, 2006). Pertama, Al-Khatirah diartikan sebagai lintasan pikiran yang datang dan pergi. Lintasan pikiran ini sebagian berasal dari dalam diri kita sendiri (baik karena kebutuhan maupun keinginan), sementara yang lainnya datang dari godaan setan (waswas). Apabila mendapatkan pikiran buruk yang melintas, maka harus segera menghentikannya. Kedua, Al-Fikrah diartikan sebagai pikiran yang menetap. Di level ini, lintasan pikiran yang sering muncul dan menetap menjadi sebuah pola pikir. Fikrah dianalogikan sebagai peta yang memandu perasaan dan perilaku kita ke arah kebaikan atau keburukan.

Ketiga, Al-'Iradah diartikan sebagai keinginan. Iradah adalah himmah (cita-cita) yang ada dalam jiwa manusia yang membangkitkannya untuk beramal

(Al-Hijjaji, 1998). Jika kita tidak mengubah pemikiran yang kita miliki, maka pemikiran itu akan mengeras menjadi keinginan atau dorongan untuk melakukan sesuatu. Keempat, Al-'Azimah yang diartikan sebagai tekad dan niat. Ini berarti bahwa keinginan yang awalnya mungkin hanya berupa keinginan sederhana, seiring waktu dan intensitasnya meningkat, bahkan mengkristal dan berubah menjadi tekad yang bulat atau keinginan yang sangat kuat untuk mewujudkan sesuatu. Sebagaimana Ibnu Qayyim yang mengatakan bahwa untuk menggapai cita-cita atau perkara-perkara yang nilainya tinggi, dikatakan bahwa mereka harus menguatkan niat untuk mencintai jalan-jalan agama, yaitu kebahagiaan, meskipun di awal perjalanannya menemui kesulitan, kebencian, dan rintangan (Al-Hijjaji, 1998).

Kelima, Al-'Amal yang artinya tindakan, perbuatan, atau perilaku. Saat ada kesempatan dan kemampuan, sebuah niat dan tekad kuat ('azimah) akan berubah menjadi tindakan nyata ('amal). Tubuh kita akan mengikuti dan melaksanakan apa yang diinginkan oleh hati kita. Dengan kata lain, kita akan bertindak untuk mewujudkan apa yang telah kita pikirkan. Pikiran dan keinginan yang kuat dalam hati kita akan mempengaruhi tubuh kita untuk bertindak sesuai dengan apa yang telah kita niatkan. Jadi, tindakan kita adalah manifestasi dari lintasan pikiran dan keinginan dalam hati kita. Keenam, Al-'Adah yang diartikan sebagai kebiasaan. Apabila individu terus menerus melakukan suatu tindakan, maka tindakan itu akan menjadi kebiasaan. Kebiasaan yang telah terbentuk ini kemudian akan mengakar dan menjadi bagian dari sifat atau karakter kita. Karena sudah menjadi bagian dari diri manusia, kebiasaan tersebut akan sulit diubah atau dihilangkan.



Gambar 1. Proses Pembentukan Perilaku menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah

2. Pembentukan perilaku menurut Carl Rogers

Menurut Carl Rogers, perilaku individu sangat dipengaruhi oleh seluruh pengalaman pribadi yang dialaminya sepanjang hidup, serta bagaimana individu tersebut mempersepsikan secara subjektif pengalaman-pengalaman tersebut (Fatwikingasih, 2020). Artinya, setiap individu merespons dan berperilaku

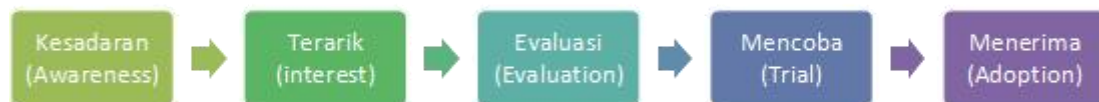
berdasarkan bagaimana mereka menafsirkan pengalaman hidup mereka. Setiap pengalaman, baik besar maupun kecil, berkontribusi pada pembentukan perilaku seseorang. Konsep ini memberikan makna bahwa perilaku bukanlah hasil dari satu pengalaman tunggal, melainkan akumulasi dari berbagai pengalaman yang saling berinteraksi dan terus berkembang sepanjang kehidupan seseorang. Dengan ini, Rogers memandang manusia sebagai pribadi yang terus bergerak maju sehingga tujuan tingkah laku ialah untuk mencapai potensi diri yang paling tinggi secara pribadi yang biasa disebut dengan aktualisasi diri (Alwisol, 2018).

Menurut penelitian Rogers, mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru di dalam diri orang tersebut terjadi proses berurutan yakni kesadaran, ketertarikan, evaluasi, mencoba, dan menerima (Notoatmodjo, 2003). Kesadaran (*awareness*) ialah kondisi individu menyadari atau mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus atau objek. Rogers membatasi kesadaran sebagai representasi simbolik dari bagian-bagian pengalaman, baik verbal atau non-verbal (Alwisol, 2018). Artinya, kesadaran kita adalah cara kita mengartikan atau mewakili pengalaman kita dalam bentuk simbol, seperti kata-kata atau gambar dalam pikiran kita. Selanjutnya ialah tertarik (*interest*), individu mulai tertarik pada stimulus. Pada tahap ini, individu mulai menunjukkan minat terhadap suatu stimulus atau informasi baru. Minat ini bisa muncul karena berbagai alasan, seperti keingintahuan, kebutuhan, atau ketertarikan pribadi. Menurut pandangan Rogers, manusia selalu memiliki dorongan untuk ingin tahu ketika menjelajahi lingkungannya (Haryanto, 2020).

Tahap selanjutnya adalah evaluasi (*evaluation*). Setelah tertarik, individu mulai menimbang-nimbang apakah stimulus tersebut bermanfaat atau tidak bagi dirinya. Ini melibatkan proses berpikir kritis dan mempertimbangkan berbagai aspek baik dan buruk dari stimulus tersebut. Proses ini melibatkan analisis mendalam di mana individu mengevaluasi apakah stimulus tersebut layak untuk diikuti atau diadopsi dalam kehidupannya. Tahap berikutnya adalah tahap mencoba (*trial*). Di tahap ini, individu memutuskan untuk mencoba stimulus atau perilaku baru tersebut. Ini adalah langkah praktis di mana individu mulai menerapkan apa yang telah dipertimbangkan pada tahap evaluasi. Dalam fase ini, individu mengamati hasil langsung dari penggunaannya, menilai efektivitasnya, dan menentukan apakah pengalaman nyata sesuai dengan harapan dan penilaian awal. Hasil dari tahap *trial* ini sangat penting untuk keputusan akhir, apakah akan mengadopsi stimulus secara permanen atau tidak.

Tahap terakhir adalah menerima (*adoption*). Pada tahap akhir ini, individu sepenuhnya mengadopsi stimulus atau perilaku baru tersebut. Ini berarti individu telah menyesuaikan diri dan mengintegrasikan stimulus atau perilaku baru sesuai dengan pengetahuan dan kesadaran terhadap stimulus ke dalam kehidupan sehari-harinya. Penerimaan ini dapat dibagi menjadi dua jenis: penerimaan tanpa syarat dan penerimaan bersyarat (Alwisol, 2018). Penerimaan tanpa syarat adalah ketika seseorang diterima sepenuhnya tanpa

mempertimbangkan perilakunya. Di sisi lain, penerimaan bersyarat adalah ketika penerimaan atau penghargaan diberikan hanya jika perilaku tersebut memenuhi syarat atau aturan yang ditetapkan. Dalam penerimaan bersyarat, seseorang mendapat hadiah atau penghargaan jika perilakunya sesuai dengan harapan atau aturan, dan sebaliknya, mendapat hukuman atau konsekuensi negatif jika perilakunya tidak sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan.



Gambar 2. Proses Pembentukan Perilaku menurut Carl Rogers

3. Komparasi pembentukan perilaku antara Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers

Carl R. Rogers ialah tokoh psikologi humanistik yang menekankan pembentukan perilaku berdasarkan faktor internal seperti motivasi dan faktor eksternal yaitu lingkungan. Perspektif humanistik ini menjelaskan tentang perilaku manusia didorong oleh dorongan untuk mencapai aktualisasi diri, yaitu bekerja dan meraih pencapaian serta potensi tertinggi. Pikiran, perasaan, dan tindakan ialah komponen yang saling mempengaruhi, sedangkan seluruh manusia bukanlah entitas yang terpisah tetapi terhubung sebagai bagian dari keseluruhan yang lebih besar. Persepsi terhadap diri maupun lingkungan luar akan membentuk motivasi, gambaran atau citra diri dari setiap peran, misalnya diri sebagai ayah dan suami sekaligus (Alwisol, 2018). Apabila citra diri baik, maka akan memunculkan perilaku asertif. Dalam proses ini, manusia membentuk konsep diri sebagai pengembangan kepribadian mereka, sehingga konsep diri yang positif membuat individu merasa aman, tentram dan bahagia, dan sebaliknya.

Sedangkan dari tokoh Islam, Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah berpendapat bahwa cita-cita atau keinginan hanya dapat diraih dengan semangat yang tinggi dan niat yang benar (Al-Jauziyyah, 2012), sehingga niat adalah pondasi dalam beramal atau berperilaku. Menurut Ibnu Qayyim, segala amal yang dilakukan dengan niat selain mencari keridhaan Allah dan mendekatkan diri kepada-Nya dianggap sebagai syirik (menyekutukan Allah) dalam niat dan keinginan (Al-Jauziyyah, 2017). Hal ini membuat individu dalam berperilaku tidak hanya dipengaruhi oleh lingkungan, tetapi juga oleh kebenaran yang sesuai dengan aturan Allah, yaitu berdasarkan Al-Qur'an dan Hadist. Inti dari setiap amal atau perilaku ialah memurnikan niat bukan untuk riya (pamer) dan mencari pujian manusia, akan tetapi meneguhkan niat hanya untuk mendapatkan ridha Allah.

Pembentukan Perilaku: Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers dalam Mengembangkan Kepribadian

Anindhya Faza Arzaqi, Achmad Khudori Soleh

Dengan demikian, seseorang yang beramal dengan ikhlas akan senantiasa memperhatikan niat yang murni untuk Allah, serta cara atau metode amal tersebut sesuai dengan syariat Islam.

Berperilaku sesuai dengan syariat atau ajaran islam akan menghasilkan ridho dan rahmat dari Allah, sehingga membawa berkah dalam kehidupannya dan juga bagi orang-orang di sekitarnya. Keberkahan ini bisa terwujud dalam berbagai bentuk, seperti ketenangan hati atau keharmonisan dalam hubungan sosial. Di sisi lain, Rogers lebih menekankan pada evaluasi individu, karena pengalaman subjektif seseorang akan terus berubah. Proses ini bersifat dinamis dan selalu mengalami perubahan. Evaluasi ini merupakan salah satu tahap penting dalam perubahan perilaku, di mana individu secara terus-menerus menilai dan memahami pengalaman mereka untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan pribadi yang terbaik versi diri mereka sendiri (aktualisasi diri). Dengan demikian, pendekatan Rogers menggarisbawahi pentingnya kesadaran diri dan refleksi terus-menerus sebagai kunci dalam membentuk kepribadian yang autentik dan adaptif.

Komponen	Carl Rogers	Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah
Faktor eksternal	Lingkungan	Lingkungan dan Allah
Faktor Internal	Motivasi dan Persepsi: mencari konsep atau gambaran diri (subjektif)	Motivasi dan Persepsi: Mencari ridha Allah
Tahapan	Menekankan evaluasi	Menekankan niat dan tekad
Perilaku	Asertif	Metode amal sesuai syariat islam
Keberhasilan	Mencapai aktualisasi diri	Mendapatkan ridho, rahmat Allah, dan keberkahan

Tabel 1. Komparasi Pembentukan Perilaku dalam Mengembangkan Kepribadian

Dalam Islam, segala hal memiliki tata cara berperilaku yang benar, yang mencerminkan karakter seorang muslim. Ibnu Qayyim secara fundamental memandang manusia sebagai khalifah Allah di muka bumi, sesuai dengan yang dijelaskan dalam Al-Qur'an dan Hadits sebagai landasan berpikirnya (Ania, 2016). Dalam hal ini, perilaku seorang Muslim yang baik ialah mereka yang berperilaku sesuai dengan pedoman Al-Qur'an dan As-Sunnah, sebagaimana diajarkan oleh Nabi Muhammad. Nabi Muhammad adalah model dalam berperilaku bagi setiap Muslim. Beliau merupakan contoh teladan bagi setiap umat muslim dalam menjalani setiap aspek kehidupan. Hal ini membuat seorang muslim memiliki batasan yang jelas terkait mana yang benar dan salah, apa yang sebaiknya dilakukan dan dihindari. Ajaran-ajaran ini memberikan panduan komprehensif

untuk membentuk kepribadian yang mulia dan bermanfaat, baik dalam kehidupan dunia maupun akhirat.

Ibnu Qayyim menjelaskan bahwa membiasakan diri dalam berperilaku adalah tahap akhir dari pembentukan perilaku yang mencerminkan kepribadian seseorang. Ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa Ibnu Qayyim juga menyoroti pentingnya membiasakan diri untuk menanamkan perilaku dan akhlak yang baik, sehingga perilaku baik maupun buruk seseorang akan terlihat dalam berbagai aspek kehidupan (Fadilla et al., 2022). Pemberian stimulus yang tepat sejak dini dapat membiasakan perilaku baik dan membentuk cara pandang individu terhadap dunia, sehingga mempengaruhi kebiasaan perilakunya. Maka dari itu, Ibnu Qayyim menekankan pentingnya pendidikan spiritual dan akhlak dalam mengembangkan kepribadian untuk membantu individu mengatasi godaan duniawi dan membimbing mereka menuju kehidupan yang bermakna dan diridhai Allah (Azhar et al., 2024).

Konsep yang relevan dalam konteks ini dikemukakan oleh Carl Rogers, yaitu mengenai konsep diri individu mencakup semua aspek perilaku, keberadaan, dan pengalaman yang dirasakan dalam kesadaran. Apabila individu mencapai konsep diri yang tinggi, kesehatan mental mereka juga semakin meningkat (Budiyati, 2023), tidak mengalami *quarter life crisis* (Lestari et al., 2022), dan memunculkan perilaku asertif yang lebih tinggi (Astuti & Muslikah, 2019). Dengan kata lain, individu yang memiliki pemahaman dan penerimaan diri yang baik akan lebih mampu menghadapi tantangan hidup, membuat keputusan yang bijak, dan mempertahankan kesejahteraan psikologis yang stabil. Pemahaman ini tentunya juga membutuhkan kesadaran yang diperoleh dari faktor lingkungan, yang berperan penting dalam membentuk konsep diri individu.

Menurut Rogers, konsep diri bersifat fleksibel (Bartnicka-Michalska & Oleś, 2022). Konsep diri yang fleksibel memungkinkan individu untuk terbuka terhadap pengalaman baru, serta mampu menyesuaikan persepsi diri mereka seiring dengan perubahan dan tantangan hidup. Dalam lingkungan yang mendukung, penuh empati, dan penerimaan tanpa syarat, individu dapat mengembangkan konsep diri yang lebih dinamis dan responsif, yang pada akhirnya membentuk jalan menuju aktualisasi diri. Aktualisasi diri ialah proses di mana individu mencapai potensi penuh mereka dan menjadi versi terbaik dari diri mereka sendiri. Berbeda dengan Maslow yang menempatkan aktualisasi diri pada puncak hierarki kebutuhan, Rogers tidak memosisikan kebutuhan aktualisasi pada tahapan terakhir tetapi pada tahapan mana pun dalam sepanjang hidup manusia (Azzahra & Asfari, 2024). Hal ini memungkinkan individu untuk berperilaku secara bebas, mengekspresikan potensi dan kreativitas tanpa batas sepanjang perjalanan hidup mereka.

Pembentukan perilaku untuk mencapai potensi diri sepenuhnya (aktualisasi diri) memiliki perbedaan pandangan dalam perspektif Carl Rogers dan Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. Carl Rogers, dengan pendekatan humanistiknya,

cenderung bersifat materialistik. Strategi untuk mencapai aktualisasi diri ini melibatkan keterbukaan terhadap setiap pengalaman dan hidup mandiri dengan penuh kreativitas (Ridwan, 2022). Sedangkan Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah menekankan aspek spiritual dalam mencapai potensi diri secara utuh sebagai seorang muslim. Ini berarti bahwa pengembangan diri bagi Ibnu Qayyim tidak hanya bergantung pada aspek-aspek material atau psikologis saja, tetapi juga melibatkan hubungan yang erat dengan Allah dalam setiap perilakunya. Dengan ini, pandangan Ibnu Qayyim terhadap aktualisasi diri berbeda seperti yang diusulkan oleh Carl Rogers, karena menekankan bahwa aktualisasi diri harus sejalan dengan prinsip-prinsip spiritual, sesuai dengan pedoman umat muslim yaitu Al-Quran dan Hadist.

Perspektif Rogers memungkinkan bahwa setiap individu memiliki keunikan dalam kepribadian mereka. Sedangkan perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah melihat bahwa karakter kepribadian akan lebih seragam di antara individu yang mengikuti ajaran Islam yang sama. Perbedaan-perbedaan ini juga akan menciptakan perbedaan dalam cara individu merespon dunia, respon dunia terhadap individu, sehingga juga mempengaruhi perkembangan diri mereka sendiri. Dibuktikan oleh penelitian yang mengatakan bahwa kepribadian memiliki pengaruh positif terhadap kepuasan mahasiswa (Mardah et al., 2022). Contoh lainnya, kepribadian juga berpengaruh positif terhadap kinerja karyawan (Sari et al., 2020; Octavia et al., 2020). Dengan demikian, setiap kepribadian memiliki implikasi terhadap pikiran, perasaan, hingga tingkah laku seseorang.

KESIMPULAN

Aspek penting dalam mengembangkan kepribadian individu adalah proses pembentukan perilakunya yang mencerminkan kepribadian tersebut. Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa: 1) Proses pembentukan perilaku menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah memiliki enam tahap yaitu al-khatirah (lintasan pikiran), al-fikrah (pikiran yang menetap), al-'iradah (keinginan), al-'azimah (niat dan tekad), al-'amal (tindakan nyata), dan al-'adah (kebiasaan); 2) Proses pembentukan perilaku menurut Carl Rogers memiliki lima tahap yaitu kesadaran (awareness), tertarik (interest), evaluasi (evaluation), mencoba (trial), dan menerima (adoption); 3) Perbedaan pembentukan perilaku dalam mengembangkan kepribadian dalam pandangan Carl Rogers terletak pada evaluasi diri dan aktualisasi diri yang subjektif, sementara Ibnu Qayyim menekankan niat, tekad, serta kepatuhan pada syariat Islam untuk mendapatkan ridho, rahmat Allah, dan keberkahan. Dengan demikian, kontribusi dalam penelitian ini dapat memperkaya pengetahuan tentang proses pembentukan perilaku yang mempengaruhi perkembangan kepribadian individu menurut perspektif psikologi islam yaitu Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan psikologi barat yaitu Carl Rogers.

Penelitian dengan metode kepustakaan sering kali lebih bersifat deskriptif daripada analitis, sehingga dapat membatasi kedalaman analisis yang dihasilkan. Hal ini berarti penelitian ini lebih memberikan gambaran umum tentang pandangan Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers dalam mengembangkan kepribadian,

tanpa menyertakan analisis yang mendalam atau pengujian hipotesis. Untuk mengatasi keterbatasan ini, disarankan agar peneliti mempertimbangkan metode penelitian tambahan yang dapat memberikan wawasan lebih mendalam. Misalnya, mengkaji implikasi praktis dari teori-teori tersebut dalam konteks yang lebih spesifik. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menggambarkan pandangan yang ada tetapi juga memberikan kontribusi analitis yang lebih berarti dalam pengembangan kepribadian.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Hijjaji, H. bin 'Ali bin H. (1998). *al-Fikr al-Tarbawi 'Ind Ibn al-Qayyim*. Dar Hafiz li al-Nasyri wa al-Tauzi'.
- al-Jauziyyah, I. Q. (2006). *Al-Fawa'id: Menuju Pribadi Taqwa* (M. Abidin (ed.); 4th ed.). Pustaka Al-Kautsar.
- Al-Jauziyyah, I. Q. (2000). *Tafsir Ibnu Qayyim: Tafsir Ayat-ayat Pilihan* (K. Suhardi (ed.)). Darul Falah.
- Al-Jauziyyah, I. Q. (2012). *Fawaidul Fawaid: menyelami samudra hikmah dan lautan ilmu menggapai puncak ketajaman batin menuju Allah* (S. Djamaluddin, H. Wibowo, A. Djunaidi, A. Khathib, & R. Nurhadi (eds.)). Pustaka Imam Asy-syafi.
- Al-Jauziyyah, I. Q. (2017). *Al-Jawabul Kafi*. Al-Qowam.
- Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian*. UMMPress.
- Amin, M., Trisnani, A., Nasif, H., & Puspita, E. D. A. (2023). Qalbun Saliim: The Concept of A Clean Heart as A Foundation for Mental Health According to Ibnu Qayyim al Jauziyyah. *Proceedings of International Conference on Psychology, Mental Health, Religion, and Spirituality*, 1(1), 55–62. <https://doi.org/10.29080/pmhrs.viii.1160>
- Ania, H. N. (2016). Psikologi Perkembangan Anak Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah (Kajian Kitab Tuhfat al-Maudūd bi Ahkām al-Maulūd). *Al-I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 38–55. <https://doi.org/10.30599/jpia.v2i1.182>
- Ansari, A., & Qomarudin, A. (2021). Konsep Pendidikan Islam Menurut Ibnu Sina Dan Ibnu Qayyim Al Jauziyyah. *Islamika*, 3(2), 134–148. <https://doi.org/10.36088/islamika.v3i2.1222>
- Arofaturrohman, Y. A., Alqudsi, Z., & Fauziati, E. (2023). Implementasi Teori Belajar Humanisme dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Perspektif Carl Rogers. *TSAQOFAH*, 3(1), 140–147. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v3i1.837>
- Arroisi, J., Mukharom, R. A., & Amin, M. (2021). Sufistic Phycoteraphy; Telaah Metode Psikoterapi Ibnu Qayyim al-Jauziyyah. *Analisis: Jurnal Studi Keislaman*, 21(2), 253–278. <https://doi.org/10.24042/ajsk.v21i2.9884>
- Astuti, D. W., & Muslikah, M. (2019). Hubungan Antara konsep diri dengan perilaku asertif siswa kelas XI. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 168–182.
- Azhar, D., Bahij, M. A., Hasan, I., & Rohimah, S. (2024). Konsep Pendidikan Jiwa Menurut Ibnu Qayyim: Pendekatan Spiritualitas dan Akhlak dalam Islam. *TSAQOFAH*, 4(3), 2147–2160. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v4i3.3068>

- Azzahra, F., & Asfari, N. A. B. (2024). Pengembangan Aktualisasi Diri: Kajian Pustaka tentang Faktor Penghambat dan Strategi Pendukung. *Flourishing Journal*, 4(2), 84–92. <https://doi.org/10.17977/umo70v4i22024p84-92>
- Bartnicka-Michalska, A., & Oleś, P. K. (2022). Do interpreting artists follow the way of self-actualization? *The Humanistic Psychologist*, 50(4), 529. <https://doi.org/10.1037/hum0000271>
- Budiyati, E. (2023). Pengaruh Konsep Diri Sebagai Prediktor Kesehatan Mental Mahasiswa. *LANCAH: Jurnal Inovasi Dan Tren*, 1(2), 233–238. <https://doi.org/10.35870/ljit.v1i2.2158>
- Fadilla, A. O., Rukajat, A., & Ramdhani, K. (2022). Konsep Akhlak Bagi Peserta Didik Dalam Pendidikan Agama Islam Menurut Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyyah. *AS-SABIQUN*, 4(3), 575–587. <https://doi.org/10.36088/assabiqun.v4i3.1938>
- Fatwikingasih, N. (2020). *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*. Penerbit Andi.
- Gunawan, C. N., & Pramonojati, T. A. (2021). Kepribadian Fully Function Person Pada Karakter Rara Dalam Film “Imperfect.” *EProceedings of Management*, 8(2).
- Haqiqi, A. A. R. N. (2017). Antara Akal, Jiwa, Jasmani Dan Akhlaq Dalam Konsep Pendidikan Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. *Jurnal Al-Murabbi*, 3(1), 165–185.
- Haryanto. (2020). *Evaluasi Pembelajaran (Konsep dan Manajemen)*. UNY Press.
- Islami, A. A., & Rosyad, R. (2020). Pendidikan Anak Perspektif Sufistik Dalam Pandangan Ibnu Qayyim Al Jauziyyah. *Syifa Al-Qulub*, 4(4), 34–38.
- Joseph, S. (2021). How humanistic is positive psychology? Lessons in positive psychology from Carl Rogers’ person-centered approach—it’s the social environment that must change. *Frontiers in Psychology*, 12, 709789. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.709789>
- Krikorian, M. (2022). Carl Rogers: A Person-Centered Approach. In *The Palgrave Handbook of Educational Thinkers* (pp. 1–13). Springer.
- Lestari, U., Masluchah, L., & Mufidah, W. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 14–28. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>
- Mardah, S., Harnida, M., & Purboyo, P. (2022). Pengaruh Kepribadian Dan Kualitas Pelayanan Akademik Terhadap Kepuasan Mahasiswa. *Jurnal Mirai Management*, 7(3), 134–144. <https://doi.org/10.37531/mirai.v7i3.2789>
- Naufal, F. (2020). Tujuan Pendidikan Islam Menurut Ibnu Qayyim Al Jauziyyah dalam Kitab Tuhfatu Al-Maudūd Bi Ahkāmī Al-Maulūd. *At Turots: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1 Juni), 53–58. <https://doi.org/10.51468/jpi.v2i1.29>
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Octavia, N., Hayati, K., & Karim, M. (2020). Pengaruh Kepribadian, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap kinerja karyawan. *Jurnal Bisnis Dan Manajemen (JBM)*, 130–144. <https://doi.org/10.23960/jbm.v16i2.87>
- Rahmadi, M. A. (2022). Theory of Mind on Ghazali and Ibn Qayyim Al Jauzi Perspective: Analysis Model on Islamic Psychology. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 4(2), 80–93. <https://doi.org/10.32923/psc.v4i2.2500>

Pembentukan Perilaku: Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Carl Rogers dalam Mengembangkan Kepribadian

Anindhya Faza Arzaqi, Achmad Khudori Soleh

- Ridwan, M. (2022). Kebutuhan Aktualisasi Diri Siswa Kelas Akhir (Studi Kasus Siswa Kelas XII SMA Annuqayah Guluk-Guluk Sumenep). *Living Sufism: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 1(1), 52–74.
- Riyadi, A. R. (2020). Human Nature and Educational Goals in the Prophetic Pedagogic. *Ta Dib Jurnal Pendidikan Islam*, 9(2), 165–183. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v9i2.11798>
- Romlah, S., & Rusdi, R. (2023). Pendidikan Agama Islam Sebagai Pilar Pembentukan Moral Dan Etika. *Al-Ibrah: Jurnal Pendidikan Dan Keilmuan Islam*, 8(1), 67–85. <https://doi.org/10.61815/alibrah.v8i1.249>
- Sari, L. A., Onsardi, O., & Ekowati, S. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Kepribadian Terhadap Kinerja Karyawan Pt. Bni Syariah Bengkulu. *Jurnal Manajemen Modal Insani Dan Bisnis (Jmmib)*, 1(1), 79–88.
- Sili, F. (2021). Merdeka Belajar Dalam Perspektif Humanisme Carl R. Roger. *Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa: Jurnal Penelitian Pendidikan Dasar*, 7(1), 47–67. <https://doi.org/10.31932/jpdp.v7i1.1144>