



Manusia Dalam Islam: Antara Akal, Ruh dan Nafsu

Rica Khairunisa^{1*}, M. Rizki Mayollie², Carenina Br. Siagian³, Dzaky Fadhlur Rahman⁴, Fitria Mayasari⁵, Wismanto Wismanto⁶

¹⁻⁶ Universitas Muhammadiyah Riau, Ilmu Komunikasi 2024

ricakhairunisa1@gmail.com^{1*}, muhammadrizkimayollie@gmail.com², careninavasha@gmail.com³, dzakyfadlu12@gmail.com⁴, fitria.mayasari@umri.ac.id⁵, wismanto29@umri.ac.id⁶

Korespondensi Penulis: ricakhairunisa1@gmail.com*

Abstract. *This article discusses the role of reason, spirit and passion in human life according to Islamic teachings, and how these three elements interact with each other to achieve a balanced life. The purpose of this research is to understand how Islam teaches the management of reason, spirit and passion as fundamental elements in human life, so that true happiness in this world and the hereafter can be achieved. The method used in this research is literature review and text analysis of the main sources of Islam, such as the Qur'an and Hadith, as well as the opinions of relevant scholars and experts. The results of this study show that Islam emphasizes the importance of maintaining harmony between reason, spirit, and lust through worship, introspection, and self-control. The intellect functions as a tool for wise thinking and decision-making, helping humans understand religious teachings and controlling passions. The spirit as the spiritual essence connects humans with God, providing the impetus to do good and achieve spiritual happiness. Meanwhile, lust, which includes worldly urges, must be controlled so as not to lead humans to pleasures that violate sharia. The study concludes that the balance between these three elements leads to a meaningful life that is in line with the purpose of creation as servants of Allah.*

Keywords: *Human in Islam, Intellect, Spirit, Lust.*

Abstrak. Artikel ini membahas peran akal, ruh, dan nafsu dalam kehidupan manusia menurut ajaran Islam, serta bagaimana ketiga elemen tersebut saling berinteraksi untuk mencapai keseimbangan hidup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana Islam mengajarkan pengelolaan akal, ruh, dan nafsu sebagai elemen fundamental dalam kehidupan manusia, sehingga dapat tercapai kebahagiaan sejati di dunia dan akhirat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Kualitatif dengan melakukan kajian literatur dan analisis teks dari sumber-sumber utama Islam, seperti Al-Qur'an dan Hadits, serta pendapat para ulama dan pakar yang relevan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Islam menekankan pentingnya menjaga harmoni antara akal, ruh, dan nafsu melalui ibadah, introspeksi, dan pengendalian diri. Akal berfungsi sebagai alat berpikir dan pengambilan keputusan yang bijaksana, membantu manusia memahami ajaran agama dan mengendalikan nafsu. Ruh sebagai esensi spiritual menghubungkan manusia dengan Allah, memberikan dorongan untuk berbuat baik dan mencapai kebahagiaan spiritual. Sementara itu, nafsu yang mencakup dorongan duniawi harus dikendalikan agar tidak menjerumuskan manusia pada kesenangan yang melanggar syariat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keseimbangan antara ketiga elemen ini membawa manusia pada kehidupan yang bermakna dan sejalan dengan tujuan penciptaannya sebagai hamba Allah.

Kata Kunci: Manusia dalam islam, Akal, Ruh, Nafsu.

1. PENDAHULUAN

Dalam ajaran Islam, manusia dipandang sebagai makhluk istimewa yang memiliki potensi luar biasa. Potensi ini terletak pada kehadiran tiga elemen utama yang membentuk eksistensi manusia, yaitu akal, ruh, dan nafsu (NurJannah & Suyadi, 2022; Tarigan, 2022). Ketiga elemen ini memainkan peran kunci dalam perjalanan hidup manusia serta menentukan arah dan kualitas kehidupannya, baik di dunia maupun di akhirat. Pemahaman yang tepat tentang peran dan fungsi masing-masing elemen ini sangat penting dalam rangka mencapai

kehidupan yang seimbang dan harmonis sesuai dengan tuntunan syariat (Ahmad, 2017; Doi, 2024; Elmainetty, 2023).

Akal, sebagai salah satu anugerah terbesar yang diberikan Allah kepada manusia, berfungsi sebagai alat berpikir dan pembeda antara yang benar dan salah. Dengan akalnya, manusia mampu merenungkan ciptaan Allah, mengambil keputusan, serta memahami hukum-hukum yang telah ditetapkan (Aryandika Firmansyah et al., 2024; Nopiansyah, Maolana, 2022; Safitri et al., 2023). Dalam perspektif Islam, akal bukan hanya sekedar alat untuk memecahkan masalah duniawi, tetapi juga berperan dalam mendekatkan diri kepada Allah melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang ajaran-ajaran agama (Ardiansyah, 2018).

Selain akal, ruh juga menjadi aspek penting yang menentukan esensi manusia. Ruh adalah sumber kehidupan dan energi spiritual yang menghubungkan manusia dengan Sang Pencipta. Dalam Islam, ruh dianggap sebagai bagian dari diri manusia yang bersifat ilahiah, yang berasal dari Allah dan akan kembali kepada-Nya. Kehadiran ruh inilah yang membedakan manusia dari makhluk lain, sekaligus menjadi sumber kekuatan spiritual yang membimbing manusia dalam menjalani hidup sesuai dengan petunjuk Allah (Azizah et al., 2024; Bias Tirta Bayu, Sri Mei Ulfani, Ratih Kumala Sari, Ibnu Majah, 2024; Sartika et al., 2024; Wismanto, 2024).

Namun, manusia juga dilengkapi dengan nafsu, yaitu dorongan-dorongan emosional dan keinginan-keinginan duniawi yang sering kali bersifat instingtif. Nafsu dalam Islam dianggap sebagai elemen yang perlu dikendalikan agar tidak menguasai hidup manusia (Elnayla et al., 2024; Neriani, Sri indriyani, Dea Avriana, Dzakhirah Nur Assyifa, Elsa Safitri, 2024). Jika dibiarkan, nafsu dapat menjerumuskan manusia ke dalam perbuatan yang melanggar norma-norma agama dan moral. Oleh karena itu, Islam menekankan pentingnya pengendalian diri serta penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) untuk menjaga keseimbangan antara keinginan duniawi dan tujuan spiritual.

Ketiga elemen ini akal, ruh, dan nafsu saling berkaitan dan berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari manusia. Keseimbangan antara ketiganya akan menentukan apakah manusia dapat hidup dengan penuh ketenangan dan dalam ridha Allah, atau sebaliknya, tenggelam dalam kesesatan dan hawa nafsu yang tidak terkendali. Oleh karena itu, Islam memberikan panduan yang jelas dalam mengelola akal, memperkuat ruh, serta mengendalikan nafsu, agar manusia dapat menjalani kehidupannya dengan penuh makna dan tujuan.

Dalam konteks ini, akal yang berfungsi dengan baik akan mampu memahami pentingnya ruh sebagai pusat spiritualitas dan penghubung manusia dengan Tuhan. Pada saat yang sama, ruh akan mempengaruhi akal untuk membuat keputusan yang sesuai dengan ajaran

Islam, serta menundukkan nafsu agar tidak mendominasi diri manusia. Dengan demikian, sinergi antara akal, ruh, dan nafsu sangat diperlukan agar manusia dapat mencapai kebahagiaan sejati, baik di dunia maupun di akhirat.

Namun, tantangan terbesar bagi manusia adalah bagaimana mengharmoniskan ketiga elemen ini dalam kehidupan sehari-hari. Nafsu sering kali menjadi tantangan utama, karena sifatnya yang cenderung menarik manusia pada kesenangan duniawi dan menjauhkan dari tujuan spiritual (CAHYA, 2023; Mutmainnah et al., 2022). Tanpa pengendalian yang baik, nafsu dapat melemahkan akal dan menghalangi ruh dari koneksi yang kuat dengan Allah.

Dalam Islam, terdapat berbagai metode yang diajarkan untuk mencapai keseimbangan antara akal, ruh, dan nafsu. Di antaranya adalah melalui ibadah yang konsisten, seperti shalat, puasa, dan dzikir, yang dapat membersihkan hati dan menajamkan akal (Asshiddiqei et al., 2024; Dwi Ananda, Husnul Khotimah, Nadzani Pramudya Ibni, Rizka Nanda Utari, 2024; Hasan et al., n.d.; Rifki Asshiddiqei et al., 2024; Septiani et al., 2024; Wismanto Abu Hasan, 2016). Selain itu, pengembangan akhlak yang mulia dan upaya penyucian jiwa melalui pendidikan dan introspeksi diri juga menjadi bagian penting dalam menjaga harmoni antar ketiga elemen ini (Kasus et al., 2024; Mardianto et al., 2024; Sari et al., 2024; Wardah yuni kartika, Lidya zanti, Dini gita sartika, Zaky Raihan, 2024; Wismanto, Alhairi, Lasmiadi, A Mualif, 2023).

Sebagai kesimpulan awal, manusia dalam perspektif Islam tidak hanya dipandang sebagai makhluk jasmani yang hidup untuk memenuhi kebutuhan fisik semata. Lebih dari itu, manusia adalah entitas yang kompleks, yang terbentuk dari akal, ruh, dan nafsu. Ketiganya harus dikelola dengan bijak agar manusia dapat menjalani kehidupan yang sesuai dengan tujuan penciptaannya, yaitu sebagai hamba Allah yang beriman dan beramal saleh.

Oleh karena itu, tujuan artikel ini akan mengeksplorasi lebih dalam mengenai peran dan interaksi antara akal, ruh, dan nafsu dalam Islam, serta bagaimana Islam memberikan panduan dalam mengelola ketiga elemen ini untuk mencapai kehidupan yang seimbang dan penuh berkah. Mengidentifikasi prinsip-prinsip Islam dalam mengelola akal, ruh, dan nafsu serta memberikan panduan praktis agar manusia dapat menjalani hidup dengan harmonis dan sejalan dengan tujuan penciptaannya.

2. METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif untuk menganalisis peran dan interaksi antara akal, ruh, dan nafsu dalam kehidupan manusia dari perspektif Islam. Metode ini melibatkan studi literatur dengan mengumpulkan dan mengkaji berbagai referensi

keislaman, seperti ayat Al-Quran, Hadits, serta pandangan dari ulama dan tokoh-tokoh pemikir Islam. Melalui analisis teks, artikel ini mendalami konsep-konsep dasar dalam ajaran Islam yang berkaitan dengan ketiga elemen tersebut dan menguraikan bagaimana keseimbangan di antara ketiganya dapat dicapai. Pendekatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang pandangan Islam terhadap struktur spiritual dan psikologis manusia.

3. PEMBAHASAN

Hakikat Manusia dalam Pandangan Islam

Dalam Islam, manusia dipandang sebagai makhluk yang unik karena memiliki aspek jasmani dan rohani yang berbeda dari makhluk lainnya. Al-Qur'an dan Hadits menekankan bahwa manusia diciptakan oleh Allah dari tanah, yang melambangkan elemen fisiknya, dan Allah meniupkan ruh ke dalamnya, yang memberikan manusia dimensi spiritual (Elbina Saidah Mamla, 2021; Ramadhani et al., 2024). Kedua aspek ini, jasmani dan rohani, harus dijaga dan dipelihara agar manusia bisa menjalani hidup sesuai dengan tujuan penciptaannya (Afrida, 2018).

Allah menciptakan manusia sebagai khalifah di bumi, yang bermakna manusia memiliki tanggung jawab besar dalam menjaga keseimbangan alam semesta serta mengikuti aturan-aturan yang ditetapkan oleh Allah. Tugas sebagai khalifah ini menuntut manusia untuk menggunakan akal mereka secara maksimal untuk memahami petunjuk-Nya. Di sinilah peran akal menjadi penting, yaitu sebagai alat untuk memahami syariat dan melaksanakan amanah dengan benar.

Selain itu, Islam menekankan bahwa hakikat manusia adalah sebagai makhluk yang memiliki kebebasan memilih, tetapi kebebasan ini dibatasi oleh ketentuan-ketentuan agama. Manusia diberi pilihan antara jalan kebaikan yang sesuai dengan akal dan syariat, atau jalan keburukan yang seringkali digerakkan oleh nafsu. Dengan kebebasan ini, manusia diuji dalam kehidupannya, dan hasilnya akan menentukan nasib mereka di akhirat.

Manusia dalam Islam juga dipandang sebagai makhluk yang penuh dengan potensi kebaikan dan kejahatan. Potensi kebaikan berasal dari pengaruh ruh dan akal, sementara potensi kejahatan seringkali datang dari dorongan nafsu yang tidak terkendali. Oleh karena itu, manusia selalu berada dalam pergulatan antara memilih jalan kebaikan atau menuruti hawa nafsu. Islam memberikan panduan yang jelas untuk membantu manusia mengendalikan potensi negatif ini melalui ibadah dan taqwa (Elnayla et al., 2024).

Keberadaan ruh dalam diri manusia memberikan dimensi spiritual yang menghubungkan mereka dengan Sang Pencipta. Ruh inilah yang menjadikan manusia makhluk

yang memiliki tujuan yang lebih tinggi, yaitu mencapai ridha Allah dan kebahagiaan di akhirat. Ruh juga berperan sebagai kekuatan penggerak bagi manusia untuk berbuat baik dan menghindari perbuatan buruk.

Namun, di samping ruh, ada juga nafsu yang merupakan bagian dari diri manusia yang selalu menginginkan hal-hal duniawi dan seringkali bertentangan dengan kehendak ruh dan akal. Dalam ajaran Islam, nafsu harus dikendalikan agar tidak membawa manusia pada kehancuran. Pengendalian nafsu ini merupakan salah satu tantangan terbesar dalam kehidupan manusia.

Islam juga mengajarkan bahwa keseimbangan antara akal, ruh, dan nafsu adalah kunci bagi manusia untuk mencapai kebahagiaan sejati. Ketika ketiga elemen ini dapat dikelola dengan baik, manusia dapat menjalani kehidupan yang harmonis, baik dalam hubungan dengan dirinya sendiri, dengan sesama manusia, maupun dengan Allah. Oleh karena itu, memahami hakikat manusia dalam Islam adalah langkah awal yang sangat penting dalam mencapai kehidupan yang seimbang dan bermakna (Amin, 2021).

Peran Akal dalam Islam

Akal dalam pandangan Islam merupakan anugerah Allah yang sangat penting, karena melalui akal, manusia dapat membedakan yang baik dan yang buruk, memahami perintah-perintah Allah, dan melaksanakan tanggung jawabnya sebagai khalifah di bumi. Al-Qur'an sering kali mendorong manusia untuk menggunakan akal mereka dalam merenungi tanda-tanda kebesaran Allah yang tersebar di seluruh alam semesta. Penggunaan akal yang baik akan membimbing manusia menuju pemahaman yang benar tentang tujuan hidup (Hasan, 2017).

Akal tidak hanya berfungsi dalam kehidupan duniawi, tetapi juga dalam memahami hukum-hukum syariat. Dengan akalnya, manusia diharapkan mampu mengambil pelajaran dari wahyu yang diturunkan oleh Allah serta melaksanakan ibadah dengan penuh kesadaran. Penggunaan akal secara bijaksana akan menuntun manusia pada pengetahuan yang lebih mendalam tentang agama, serta memotivasi mereka untuk berbuat kebaikan dan menghindari kemaksiatan.

Namun, meskipun akal merupakan karunia yang sangat berharga, Islam juga memberikan batasan tentang bagaimana akal seharusnya digunakan. Akal tidak boleh bertentangan dengan wahyu, karena dalam ajaran Islam, wahyu merupakan sumber kebenaran yang absolut, sementara akal manusia terbatas. Oleh karena itu, jika ada pertentangan antara akal dan wahyu, maka wahyu harus diutamakan sebagai pedoman hidup.

Peran akal dalam Islam juga mencakup pengendalian diri dan evaluasi moral. Akal yang sehat akan mampu mengendalikan dorongan-dorongan nafsu yang negatif dan mendorong manusia untuk berbuat kebaikan. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia sering dihadapkan pada godaan untuk mengikuti hawa nafsu. Akal yang kuat dapat membantu manusia untuk menolak godaan tersebut dan tetap berada di jalan yang lurus.

Akal juga berfungsi dalam pengambilan keputusan yang berkaitan dengan kehidupan sosial, ekonomi, dan politik. Islam mendorong umatnya untuk menggunakan akal dalam menyelesaikan masalah-masalah masyarakat, menegakkan keadilan, dan menjaga kesejahteraan umat. Penggunaan akal dalam ranah ini harus selalu didasarkan pada prinsip-prinsip syariat agar keputusan yang diambil tidak bertentangan dengan ajaran agama.

Dalam sejarah peradaban Islam, penggunaan akal telah melahirkan berbagai kemajuan di bidang ilmu pengetahuan, teknologi, dan filsafat. Para ulama dan cendekiawan Muslim menggunakan akal mereka untuk mengembangkan berbagai disiplin ilmu yang memberikan manfaat bagi kemanusiaan. Namun, mereka tetap memegang teguh prinsip bahwa akal harus selalu tunduk pada wahyu sebagai sumber kebenaran tertinggi.

Kesimpulannya, akal dalam Islam adalah instrumen yang sangat penting dalam memahami ajaran agama, menjalankan tanggung jawab sosial, serta mengendalikan nafsu. Penggunaan akal yang seimbang, disertai dengan bimbingan wahyu, akan membawa manusia pada kehidupan yang lebih bermakna dan sejalan dengan kehendak Allah.

Ruh Sebagai Sumber Kehidupan Spiritual

Ruh dalam Islam adalah unsur ilahiah yang ditiupkan oleh Allah kepada manusia, yang menjadi sumber kehidupan dan esensi spiritual mereka. Ruh memberikan dimensi yang lebih tinggi kepada manusia dibandingkan dengan makhluk lainnya, karena melaluinya, manusia dapat berhubungan langsung dengan Allah dan mencapai kedekatan spiritual. Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman bahwa ruh adalah bagian dari urusan-Nya, dan pengetahuan manusia tentang ruh sangat terbatas (Wismanto Abu Hasan, 2017b).

Keberadaan ruh membedakan manusia dari hewan dan makhluk lainnya, karena ruhlah yang membuat manusia memiliki kesadaran spiritual, kemampuan untuk beribadah, serta kemampuan untuk mengenal dan mencintai Penciptanya. Ruh juga menjadi pusat dari dorongan-dorongan kebaikan dalam diri manusia, yang berusaha mengarahkan mereka kepada perbuatan yang sesuai dengan ajaran Islam. Tanpa ruh, manusia hanyalah makhluk jasmani yang tak memiliki tujuan spiritual (Wismanto Abu Hasan, 2017a, 2018).

Dalam Islam, kehidupan manusia bukan hanya terbatas pada dunia ini, melainkan juga mencakup kehidupan setelah mati. Ruh adalah elemen yang abadi, yang akan kembali kepada Allah setelah tubuh fisik manusia meninggal. Oleh karena itu, Islam mengajarkan bahwa manusia harus mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat dengan cara membersihkan ruh mereka melalui ibadah dan perbuatan baik.

Ruh juga memiliki hubungan yang erat dengan akhlak. Islam mengajarkan bahwa akhlak yang baik adalah cerminan dari ruh yang sehat dan suci. Manusia yang ruhnya terhubung dengan Allah akan memiliki kecenderungan untuk berbuat baik, bersikap jujur, dan menunjukkan kasih sayang kepada sesama makhluk. Sebaliknya, jika ruh seseorang terputus dari Allah, maka perilaku negatif seperti kesombongan, kemarahan, dan iri hati akan lebih mudah muncul.

Salah satu cara untuk menjaga kesucian ruh adalah dengan melakukan ibadah yang tulus kepada Allah, seperti shalat, puasa, dan dzikir. Ibadah ini bukan hanya kewajiban ritual, tetapi juga sarana untuk menyucikan hati dan memperkuat hubungan spiritual dengan Allah. Dengan memperkuat ruh, manusia dapat mengendalikan nafsu mereka dan menghadapi berbagai godaan duniawi dengan ketenangan.

Kesimpulannya, ruh adalah unsur yang sangat penting dalam diri manusia yang memberikan makna spiritual dan tujuan hidup. Memperkuat ruh melalui ibadah dan kebaikan adalah kunci untuk mencapai kedamaian batin dan kebahagiaan sejati, baik di dunia maupun di akhirat.

Nafsu: Antara Dorongan dan Pengendalian

Nafsu dalam Islam memiliki makna yang kompleks, karena nafsu tidak selalu berkonotasi negatif. Nafsu adalah bagian dari diri manusia yang mencakup berbagai dorongan alami, seperti keinginan untuk makan, minum, tidur, dan berkeluarga. Namun, jika nafsu ini tidak dikendalikan, ia dapat menjadi sumber dari berbagai tindakan yang bertentangan dengan ajaran Islam, seperti keserakahan, kemarahan, dan hawa nafsu seksual yang tidak terkendali.

Dalam Al-Qur'an dan Hadits, nafsu seringkali digambarkan sebagai sesuatu yang harus dikendalikan, karena nafsu yang dibiarkan bebas akan membawa manusia pada kehancuran. Nafsu sering kali mendorong manusia untuk mengejar kesenangan duniawi tanpa memikirkan konsekuensi moral dan spiritual dari tindakan mereka. Oleh karena itu, salah satu tugas utama manusia dalam hidup ini adalah mengendalikan nafsu mereka agar tidak mendominasi kehidupan mereka.

Islam mengajarkan bahwa pengendalian nafsu merupakan salah satu bentuk jihad terbesar, yang dikenal sebagai "jihad melawan hawa nafsu" (jihad an-nafs). Jihad ini lebih berat daripada perang fisik, karena ia melibatkan pergulatan batin yang terus menerus antara mengikuti keinginan duniawi atau berpegang teguh pada prinsip-prinsip agama. Pengendalian nafsu ini dapat dilakukan melalui ibadah, introspeksi, dan upaya terus-menerus untuk memperbaiki diri (Cahaya, 2023).

Nafsu juga dapat berfungsi sebagai ujian dari Allah untuk mengukur sejauh mana kesetiaan manusia kepada-Nya. Manusia yang berhasil mengendalikan nafsu mereka akan diberi pahala besar oleh Allah, baik di dunia maupun di akhirat. Sebaliknya, manusia yang gagal dalam mengendalikan nafsu mereka akan mendapatkan hukuman, karena mereka lebih memilih kesenangan sesaat daripada ketaatan kepada Allah.

Islam juga memberikan berbagai panduan praktis untuk mengendalikan nafsu, seperti berpuasa, yang merupakan latihan untuk menahan diri dari dorongan-dorongan fisik seperti lapar dan haus. Selain itu, shalat lima waktu juga berfungsi sebagai pengingat harian bagi umat Muslim untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah dan menjauhkan diri dari perbuatan yang didorong oleh nafsu negatif.

Namun, nafsu tidak selamanya negatif. Ketika dikendalikan dengan baik, nafsu dapat menjadi dorongan yang positif untuk berusaha dan bekerja keras demi mencapai tujuan hidup yang lebih baik. Dalam konteks ini, nafsu berfungsi sebagai motivator untuk mencapai kesuksesan di dunia, asalkan tetap dalam batas-batas yang ditentukan oleh syariat.

Kesimpulannya, nafsu adalah bagian alami dari diri manusia yang memerlukan pengendalian. Pengendalian ini penting untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan tujuan spiritual manusia. Melalui jihad melawan hawa nafsu, manusia dapat mencapai kehidupan yang lebih bermakna dan sejalan dengan kehendak Allah.

Keseimbangan Antara Akal, Ruh, dan Nafsu

Islam menekankan pentingnya menjaga keseimbangan antara akal, ruh, dan nafsu, karena ketiga elemen ini saling berkaitan dalam membentuk kepribadian dan kehidupan manusia. Ketika salah satu elemen mendominasi yang lain, maka manusia akan kehilangan keseimbangan hidupnya. Misalnya, jika nafsu menguasai akal dan ruh, maka manusia akan lebih condong kepada kesenangan duniawi dan melupakan tanggung jawab spiritualnya.

Akal berfungsi untuk mengontrol nafsu dan menjaga ruh agar tetap terhubung dengan Allah. Dengan akal, manusia dapat merenungi akibat dari setiap tindakan yang diambil, sehingga mereka dapat membuat keputusan yang bijaksana. Penggunaan akal yang baik juga

membantu manusia untuk menundukkan nafsu mereka, agar tidak melampaui batas-batas yang ditetapkan oleh agama.

Di sisi lain, ruh memberikan manusia dorongan untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah. Ruh mengingatkan manusia bahwa hidup di dunia hanyalah sementara, dan kebahagiaan yang sejati hanya bisa dicapai melalui ketaatan kepada Allah. Ruh juga memperkuat manusia untuk mengatasi godaan nafsu yang berlebihan, karena ruh selalu mencari kedamaian dan kebahagiaan di sisi Allah.

Nafsu, jika dikelola dengan baik, dapat menjadi kekuatan yang positif dalam hidup manusia. Nafsu memberikan dorongan untuk memenuhi kebutuhan hidup dan mencapai tujuan-tujuan yang bermanfaat, baik di dunia maupun di akhirat. Namun, nafsu harus selalu dikendalikan oleh akal dan ruh agar tidak membawa manusia ke arah yang salah. Ketika akal, ruh, dan nafsu bekerja dalam harmoni, manusia dapat mencapai keseimbangan hidup yang ideal.

Keseimbangan antara ketiga elemen ini juga merupakan cerminan dari keadilan diri. Dalam Islam, keadilan tidak hanya berlaku dalam hubungan sosial, tetapi juga dalam hubungan manusia dengan dirinya sendiri. Mengabaikan salah satu elemen, seperti terlalu fokus pada nafsu atau mengabaikan ruh, akan menciptakan ketidakseimbangan yang akhirnya merugikan diri sendiri.

Untuk mencapai keseimbangan ini, Islam menawarkan berbagai instrumen spiritual seperti shalat, puasa, dan dzikir, yang tidak hanya berfungsi sebagai ibadah ritual, tetapi juga sebagai sarana untuk menjaga keharmonisan antara akal, ruh, dan nafsu. Melalui ibadah ini, manusia diingatkan akan tujuan hidupnya yang sejati dan didorong untuk selalu mengendalikan dorongan nafsu yang berlebihan (Wahab, 2022).

4. KESIMPULAN

Dari artikel di atas dapat disimpulkan pentingnya memahami peran akal, ruh, dan nafsu dalam pandangan Islam serta bagaimana menjaga keseimbangan antara ketiganya untuk mencapai kehidupan yang harmonis dan sejalan dengan ajaran agama. Manusia dipandang sebagai makhluk yang kompleks, terdiri dari aspek jasmani dan rohani, dengan akal yang berfungsi untuk berpikir dan membuat keputusan, ruh sebagai sumber kekuatan spiritual dan hubungan dengan Allah, serta nafsu sebagai dorongan emosional yang perlu dikendalikan.

Akal dianggap sebagai anugerah Allah yang membedakan manusia dari makhluk lain, berperan dalam memahami hukum syariat dan mendekatkan diri kepada Allah. Ruh, sebagai elemen ilahiah, memberikan manusia dorongan spiritual untuk berbuat baik dan berhubungan

dengan Sang Pencipta. Namun, nafsu, yang seringkali menarik manusia pada kesenangan duniawi, harus dikendalikan agar tidak menjerumuskan pada perbuatan buruk.

Keseimbangan antara akal, ruh, dan nafsu adalah kunci menuju kebahagiaan sejati di dunia dan akhirat. Islam memberikan berbagai panduan untuk menjaga keseimbangan ini, seperti melalui ibadah, pengendalian diri, dan penyucian jiwa. Ketika akal, ruh, dan nafsu bekerja dalam harmoni, manusia dapat menjalani kehidupan yang bermakna dan sesuai dengan tujuan penciptaannya, yaitu sebagai hamba Allah yang beriman dan beramal saleh.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M. (2017). Hubungan potensi akal dengan kreativitas belajar siswa bidang studi pendidikan agama Islam di SMK Kanada Sakura Indonesia (KANSAI) Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*, 2(1), 51–72. [https://doi.org/10.25299/althariqah.2017.vol2\(1\).647](https://doi.org/10.25299/althariqah.2017.vol2(1).647)
- Aryandika Firmansyah, M., Yazid Fathoni, M., Wismanto, W., Dio Herfanda Bangun, & Muhammad Hanif Nasution. (2024). Pandangan Islam dalam memaknai hakikat manusia. *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 88–103. <https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i1.63>
- Asshiddiqei, M. R., Hukmi, P. K., & Aziz, F. A. W. (2024). Analisis tentang konteks ibadah menurut Al-Qur'an. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(2), 767–774.
- Azizah, I. N., Ibni, N. P., Naila, Z. P., Soffia, S., & Wismanto, W. (2024). Konsep pendidikan Islam dalam pembentukan kehidupan manusia yang seimbang: Hakikat kehidupan menurut pendidikan Islam untuk beribadah kepada Allah SWT. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(3).
- Bias Tirta Bayu, S., Mei Ulfani, S., Kumala Sari, R., & Majah, I. (2024). Pengembangan kemampuan manusia dalam sudut pandang pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 56–68.
- Cahya, N. (2023). Pengendalian nafsu ammarah bisnu' dalam kisah Nabi Yusuf dan relevansinya dalam menjaga iffah. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3.
- Doi, P. (2024). Analisis hubungan hati dan akal dalam Al-Qur'an surah Al-A'raf 179 (analisis penafsiran Hamka dalam Tafsir Al-Azhar). *Jurnal Kajian Agama dan Dakwah*, 2(2), 118–150.
- Dwi Ananda, H., Khotimah, H., Pramudya Ibni, N., & Utari, R. N. (2024). Analisis tentang permasalahan kekinian yang timbul dalam penyelenggaraan ibadah haji. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(3), 52–60.
- Elbina Saidah Mamla, W. (2021). Tafsir maudhu'i tentang konsep pendidikan karakter jujur dalam Al-Qur'an. *At-Thullab*, 1(2), 16.

- Elmainetty, H. (2023). Implementasi pendidikan akal dalam kurikulum pendidikan agama Islam pada tingkat sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 20, 292–300. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8415664>
- Elnayla, W., Reza, A., Husni, Z. T., N. E. F. A., Bayu, B. T., & Wismanto, W. (2024). Ayat-ayat pendidikan tentang potensi manusia dalam pengetahuan (knowledge), ilmu pengetahuan (sains), filsafat, dan agama. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(3).
- Hasan, W. A., Ibadah, F., & Muamalah, A. (n.d.). *AL-ISLAM*.
- Kasus, S., Ibnu, M. I., Pekanbaru, A., Almahda, S., Wismanto, W., & Fithri, R. (2024). Penerapan konsep guru profesional dalam penanaman akhlak siswa pada surat Ali Imran ayat 159. *Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyyah, Universitas Muhammadiyah Riau, Indonesia*, 2(5).
- Mardianto, K., Yuliandari, S., Rahmawati, L., & Lestari, I. W. (2024). Implementasi metode pendidikan akhlak anak dalam lingkungan keluarga untuk menciptakan karakter dan membentuk generasi yang berkualitas. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 749–757.
- Mutmainnah, S. N., Safitri, E., & Mufid, A. (2022). Mengembangkan media visual sebagai upaya meningkatkan teaching skill di SD/MI dengan metode microteaching pada mahasiswa program studi PGMI. *Jurnal Bilqolam Pendidikan Islam*, 4(1), 1–15. <https://doi.org/10.51672/jbpi.v4i1.67>
- Neriani, S. I., Avrilia, D., Assyifa, D. N., Safitri, E., & Wismanto, W. (2024). Analisis tentang pentingnya meningkatkan kualitas pendidikan dalam shalat. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(3), 10–22.
- Nopiansyah, M., Maolana, W., & dkk. (2022). Hakikat manusia dalam perspektif Islam. *Haaretz*, 7(8.5.2017), 2003–2005.
- NurJannah, N., & Suyadi, S. (2022). Akal dan qalb dalam perspektif Al-Qur'an dan neurosains. *Manazhim*, 4(1), 53–65. <https://doi.org/10.36088/manazhim.v4i1.1617>
- Ramadhani, W. A., Novita, N., Sari, A. P., Fakhlefi, S., & Wismanto. (2024). Analisis tentang perspektif guru sebagai pendidik dalam tinjauan Al-Qur'an. *Ihsanika: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 1–16.
- Rifki Asshiddiqei, M., Hukmi, P. K., Aziz, F. A., Febriyani, F., & Wismanto. (2024). Analisis tentang konteks ibadah menurut Al-Qur'an. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(2), 767–774. <https://ejournal.lumbungpare.org/index.php/maras>
- Safitri, E., Avrilia, D., Yunita, A., Jannah, M., & Wismanto. (2023). Hakikat manusia dalam pandangan Islam. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dan Keguruan*, 9(3), 312–316.
- Sari, R. K., Ulfani, S. M., Lestari, A., Hasanah, D. P., & Wismanto. (2024). Kesempurnaan akhlak dan pribadi Nabi Muhammad Rasulullah Sallallahu ' alaihi Wasallam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2, 253–265.
- Sartika, D. G., Zanti, L., Aisyah, R. D., & Anggelia, M. W. (2024). Tujuan pembelajaran Islam: Meneliti ayat-ayat dalam Al-Qur'an dan manusia sebagai objek pendidikan. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(3).

- Septiani, C., Binti, F. A., Amri, I., & Syakira, S. (2024). Pengembangan kecerdasan spiritual anak melalui amalan ibadah puasa Ramadhan sejak masa dini. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1).
- Tarigan, M. (2022). Potensi manusia untuk belajar mengajar (qalbu, akal, indra, berpikir, dan motivasi). *Ansiru PAI: Pengembangan Profesi Guru Pendidikan Agama Islam*, 6(1), 42. <https://doi.org/10.30821/ansiru.v6i1.11632>
- Wardah, Y. K., Zanti, L., Sartika, D. G., Raihan, Z., & Wismanto, W. (2024). Peran orang tua dalam pendidikan akhlak anak sejak dini dalam sudut pandang Al-Qur'an. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2, 290–300.
- Wismanto, A. H. (2016). Fiqih ibadah. *Jurnal Energi dan Manufaktur*, 9(2). Nasya Expanding Manajemen. <https://doi.org/10.22219/.v2i2.4219>
- Wismanto, A. H. (2017a). Huru hara kiamat. Cahaya Firdaus Pekanbaru.
- Wismanto, A. H. (2017b). Pesan dari alam kubur (Vol. 3, Issue 15). Cahaya Firdaus.
- Wismanto, A. H. (2018). Iman kepada hari akhir. In *Pendidikan Agama Islam*. Cahaya Firdaus Pekanbaru.
- Wismanto, A., Alhairi, Lasmiadi, A., & Mualif, A. (2023). Aktualisasi peran guru aqidah akhlak dalam mengembangkan karakter toleransi peserta didik pada sekolah dasar Islam Ar-Rasyid Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(4), 1625–1633.
- Wismanto. (2024). Ayat-ayat pendidikan tentang potensi manusia dalam pengetahuan (knowledge), ilmu pengetahuan (sains), filsafat, dan agama. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(3).