

Konsep diri dalam islam dan implikasinya terhadap komunikasi interpersonal sehari-hari

Abdillah Mushthafa
Yayah Nurhidayah

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati, Cirebon, Indonesia
E-mail: abdillamushthafa@mail.syekhnurjati.ac.id

Abstract

Understanding the self concept in the Islamic perspective influences the quality of interpersonal communication. Our research aims to relate a comprehensive understanding of self-concept in Islam to individuals' everyday communication practices. This research employs a qualitative approach with literature review. The findings indicate that a strong understanding of self-concept in Islam positively impacts interpersonal communication quality. This underscores the importance of integrating religious values into everyday communication practices. In conclusion, understanding the concept of self in Islam can enhance interpersonal relationship quality, providing a significant contribution to the development of psychology as a discipline. Therefore, it is crucial to integrate religious values into communication training programs to strengthen interpersonal skills within society.

Keywords: Interpersonal Communication; Islam; Self-Concept.

Abstrak

Pemahaman konsep diri dalam perspektif Islam memiliki pengaruh terhadap kualitas komunikasi interpersonal. Tujuan penelitian kami adalah untuk merelevansikan pemahaman yang komprehensif tentang konsep diri dalam Islam terhadap praktik komunikasi sehari-hari individu. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi pustaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman yang kuat tentang konsep diri dalam Islam secara positif mempengaruhi kualitas komunikasi interpersonal. Hal ini menggarisbawahi pentingnya integrasi nilai-nilai keagamaan dalam praktik komunikasi sehari-hari. Sebagai kesimpulan, pemahaman konsep diri dalam Islam dapat membantu meningkatkan kualitas hubungan interpersonal, memberikan kontribusi penting bagi pengembangan psikologi sebagai ilmu. Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam pengembangan program pelatihan komunikasi untuk memperkuat keterampilan interpersonal dalam masyarakat.

Kata Kunci: Islam; Komunikasi Interpersonal; Konsep Diri

Pendahuluan

Komunikasi merupakan inti segala interaksi manusia dan fenomena kehidupan. Sebagian dari fenomena kehidupan adalah hal-hal yang berhubungan dengan psikologi. Dalam psikologi ada yang dikenal dengan konsep diri, sebagai bagian terpenting manusia menyikapi diri serta kehidupannya dalam konteks komunikasi interpersonal (Salim, 2016). Islam sebagai ajaran yang komprehensif membahas terkait banyak hal kehidupan termasuk hal psikologis. Islam juga membahas konsep diri melalui Al-Quran yang dapat dielaborasi dan diaplikasikan dalam kehidupan (Mustofa & Arisandi, 2021). Namun pada kenyataannya konsep diri ini tidak dipahami sebagai faktor penting dalam mengarungi kehidupan sebagai modal komunikasi. Adanya pemahaman terhadap konsep diri ini jarang dipahami secara Islami. Pemahaman terkait konsep diri secara Islami jarang dielaborasi dan dipahami secara komprehensif. Tidak ada bahasan konsep diri secara Islami yang hubungannya dengan aplikasi komunikasi dalam kehidupan. Adanya pemahaman konsep diri secara Islami hanya sebatas teoretis tanpa dipahami secara aplikatif. Pemahaman tentang diri sendiri memiliki peran penting dalam menjalin hubungan interpersonal yang sehat dan berkelanjutan. Dalam Islam, konsep diri dipandang sebagai bagian penting dari keberadaan manusia, yang tercermin dalam berbagai ayat Al Quran yang menekankan kehormatan, keutamaan, dan tanggung jawab manusia sebagai khalifah di muka bumi (Marsela & Supriatna, 2019).

Riset ini penting karena manusia muslim harus memahami konsep diri dalam bingkai Islam untuk mengarungi kehidupan. Dalam studi psikologi dan komunikasi, konsep diri telah menjadi subjek penting untuk dipelajari dan dipahami. Konsep ini mencakup pemahaman individu tentang siapa mereka, termasuk nilai, kepercayaan, kemampuan, dan identitas mereka. Namun, meskipun telah ada banyak penelitian yang mendalam tentang konsep diri dari berbagai perspektif, jarang sekali ditemukan kajian yang memadukan pemahaman psikologis dengan pendekatan Islami dalam konteks komunikasi interpersonal (Wulandari & Rahmi, 2018).

Penelitian-penelitian psikologi yang ada cenderung tidak mempertimbangkan dimensi keislaman dalam pemahaman konsep diri, sementara literatur keagamaan seringkali kurang mengaitkan konsep diri dengan konteks komunikasi interpersonal yang bersifat praktis. Akibatnya, masih ada celah yang perlu diisi untuk dipelajari tentang bagaimana konsep diri yang dipahami secara Islami dapat diterapkan dalam meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal seseorang (Kusumawati, 2012).

Maka dari itu riset ini bertujuan untuk mengelaborasi atau mengeksplorasi konsep diri dalam perspektif Islam sehingga dapat diintegrasikan ke dalam konteks komunikasi interpersonal. Dengan menggabungkan pendekatan psikologis dan pendekatan keislaman, artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berharga dalam upaya memperkaya literatur tentang konsep diri dan komunikasi interpersonal, serta membantu individu dalam menjalin hubungan yang lebih baik dengan sesama manusia.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan atau *library research*, yakni mengumpulkan literatur-literatur atau bahan bacaan dari perpustakaan yang berkaitan dengan topik penelitian. Metode studi literatur digunakan sebagai cara untuk mendapatkan informasi dan sumber terkait dengan topik penelitian yang sedang dipelajari. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan metode analisis deskriptif. Tujuan dari metode analisis deskriptif adalah untuk menggambarkan fakta-fakta yang telah dikumpulkan dan memberikan penjelasan serta pemahaman tentang fakta tersebut (Habsy dkk., 2023). Ada beberapa ayat Al-Quran yang akan menjadi bahan telaah serta studi terhadap konsep diri dan hubungannya dengan komunikasi interpersonal.

Hasil dan Pembahasan

Konsep Diri dalam Perspektif Islam

Konsep diri merupakan gambaran menyeluruh tentang identitas dan pandangan diri kita. Ini mencakup cara kita memandang diri sendiri secara individual, perasaan yang kita miliki terhadap diri sendiri, serta aspirasi dan harapan akan bagaimana kita ingin menjadi sebagai individu (Marsela & Supriatna, 2019). Konsep diri dalam perspektif Islam merupakan fondasi penting bagi individu Muslim dalam mengarungi kehidupan. Pemahaman ini mencakup pengenalan akan fitrah manusia sebagai makhluk ciptaan Allah yang memiliki nilai, martabat, dan tujuan hidup yang jelas. Dalam Islam, konsep diri dipandang sebagai bagian integral dari hubungan manusia dengan Sang Pencipta dan sesama makhluk (Mustofa & Arisandi, 2021). Dengan memahami makna konsep diri seseorang dapat memiliki pemahaman yang kuat tentang nilai diri sendiri, di kesempatan yang sama hal tersebut juga adalah langkah awal dalam menjalani komunikasi interpersonal yang sehat.

Allah menggambarkan manusia sebagai makhluk yang mulia dan diberi kehormatan. Ayat-ayat seperti Al-Isra: 70 dan At-Tin: 4 menegaskan nilai dan martabat manusia yang tinggi di hadapan Allah.

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى
كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا

Sungguh, Kami telah memuliakan anak cucu Adam dan Kami angkut mereka di darat dan di laut. Kami anugerahkan pula kepada mereka rezeki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka di atas banyak makhluk yang Kami ciptakan dengan kelebihan yang sempurna. (Al-Isra, 17: 70)

Allah melebihkan manusia atas semua makhluk yang lain. Imam Al-Qurthubi menafsirkan Al-Isra ayat 70 bahwa yang dapat menjadi patokan bahwa manusia itu lebih daripada makhluk yang lain adalah karena akalnya. Dengan akal, manusia dapat mengenal Allah dan memahami firman-Nya, membenarkan semua utusan-Nya. Syariat Islam ibarat matahari dan akal ibarat mata. Apabila mata dibuka dan sehat, maka dapat melihat matahari dan mengetahui detail banyak hal dengan baik (Al-Minhaj, 2017). Al-Quran surat At-Tin ayat 4 menerangkan akan martabat manusia sebagai

makhluk yang sempurna secara lahir dan batin sebagai modal untuk beribadah dan menjalani kehidupan sebaik-baiknya, manusia memiliki bentuk yang baik mulai dari tampak luar hingga dalam. Abu Bakar bin Thahir menyebutkan bahwa manusia dihiasi dengan akal untuk menunaikan perintah, diberi petunjuk dengan kemampuan membedakan benar dan salah, berperawakan tinggi dan menggunakan tangannya untuk makan (Al-Minhaj, 2017).

Dua ayat tersebut dapat menjadi modal untuk membangun pemahaman akan berharganya konsep diri. Islam dengan Al-Qurannya menguatkan konsep diri manusia sehingga tidak ada alasan untuk rendah diri atau inferior. Namun, meskipun Islam memberikan panduan yang jelas tentang konsep diri, seringkali pemahaman terkait hal ini kurang dielaborasi dan dipahami secara komprehensif. Banyak individu yang mengidentifikasi diri mereka sebagai Muslim, namun kurang memahami implikasi yang lebih dalam dari konsep diri dalam perspektif Islam (Mustofa & Arisandi, 2021). Kurangnya pemahaman terhadap konsep diri dapat mengakibatkan ketidakmampuan dalam menghadapi tantangan dan konflik dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya bahasan yang menghubungkan konsep diri secara Islami dengan aplikasi dalam komunikasi interpersonal. Banyak literatur dan kajian hanya membahas konsep diri secara teoretis tanpa memberikan contoh konkret tentang bagaimana pemahaman ini dapat diterapkan dalam situasi komunikasi sehari-hari.

Implikasi Konsep Diri pada Komunikasi Interpersonal

Adanya pemahaman konsep diri secara Islami seringkali hanya berhenti pada tingkat teoretis tanpa didukung oleh tekniknya. Kurangnya contoh aplikatif membuat konsep ini sulit untuk diimplementasikan dalam kehidupan nyata, terutama dalam konteks komunikasi interpersonal. Konsep diri erat kaitannya dengan pengetahuan, apabila pengetahuan seseorang itu baik atau tinggi maka konsep diri seseorang itu baik pula. Hal tersebut juga berlaku sebaliknya (Supratman, 2018). Pemahaman konsep diri secara teoretis dapat diaplikasikan melalui praktik komunikasi interpersonal. Dalam menghadapi kompleksitas kehidupan modern, penting bagi individu muslim untuk memiliki pemahaman yang komprehensif tentang konsep diri dalam perspektif Islam. Pemahaman ini mencakup kesadaran diri sebagai makhluk ciptaan Allah dengan tanggung jawab moral dan spiritual tertentu. Namun, pemahaman teoretis saja tidak cukup; individu juga perlu mengembangkan kemampuan untuk menerapkan konsep diri ini dalam situasi nyata.

Dalam praktiknya, pemahaman tentang konsep diri yang Islami dapat membantu seseorang berkomunikasi dengan lebih empati, kejujuran, dan kepercayaan diri. Misalnya, dengan memahami nilai-nilai seperti kejujuran, kesabaran, dan empati yang diajarkan dalam Islam, individu dapat membangun komunikasi yang lebih efektif dan harmonis dengan orang lain (Khasanah & Katili, 2021). Penerapan tersebut bisa diwujudkan dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari, seperti di tempat kerja, dalam keluarga, atau di komunitas sosial (Yulikhah dkk., 2019). Sebagai contoh, seorang individu yang memahami konsep diri dalam Islam akan lebih mampu mendengarkan

dengan empati, menghindari prasangka negatif, dan memberikan respons yang konstruktif dalam interaksi sosial. Ini tidak hanya meningkatkan kualitas hubungan interpersonal, tetapi juga mencerminkan akhlak yang baik sebagaimana diajarkan dalam Islam. Dengan demikian, integrasi antara pemahaman teoretis dan praktik nyata dari konsep diri Islami dapat membawa manfaat besar dalam meningkatkan kualitas komunikasi dan hubungan sosial dalam kehidupan modern (Ismail dkk., 2022).

Komunikasi interpersonal menggambarkan suatu komunikasi antara dua individu atau sedikit individu, yang terlibat secara fisik saling berinteraksi, memberikan umpan balik dan menggunakan sensor tubuh (Supratman, 2018). Ayat-ayat Al Quran memberikan panduan tentang bagaimana berkomunikasi dengan orang lain. Pesan-pesan tentang berbicara dengan lembut, menghindari sombong, dan menjaga kesopanan dalam percakapan dapat membentuk landasan yang kuat untuk interaksi sosial yang harmonis. Selanjutnya yang jadi bahasan inti adalah bagaimana Islam memandang konsep diri ini dan hubungannya pada praktik atau teknik aplikatif sehari-hari dalam konteks komunikasi interpersonal.

Dalam surah Al-Baqarah: 83, Allah memerintahkan untuk berbicara dengan kata-kata yang baik kepada sesama manusia.

وَإِذْ أَخَذْنَا مِيثَاقَ بَنِي إِسْرَءِيلَ لَا تَعْبُدُونَ إِلَّا اللَّهَ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَذِي الْقُرْبَىٰ
وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا

(Ingatlah) ketika Kami mengambil perjanjian dari Bani Israil, "Janganlah kamu menyembah selain Allah, dan berbuatbaiklah kepada kedua orang tua, kerabat, anak-anak yatim, dan orang-orang miskin. Selain itu, bertutur katalah yang baik kepada manusia... (Al-Baqarah, 2: 83).

Allah memerintahkan berkata baik pada orang lain setelah mengharuskan berbuat baik. Allah menyatukan dua dimensi kebaikan, yakni tingkah laku atau perbuatan dan kebaikan dalam dimensi tutur kata kepada orang lain (interpersonal) (Al-Minhaj, 2017). Ayat tersebut secara jelas mengharuskan manusia untuk berkomunikasi interpersonal secara baik, setelah mengetahui hakikat kehidupan untuk berbuat baik pada sesama atau orang lain. Ayat tersebut menggambarkan pentingnya menggunakan bahasa yang sopan dan membangun dalam komunikasi interpersonal, sekaligus menjadi prinsip dari Islam yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Komunikasi interpersonal atau komunikasi antar pribadi juga dapat menciptakan dan menjadikan hubungan antar orang dapat terlaksana dengan tanggung jawab, saling memberi manfaat hingga menciptakan makna dalam kehidupan (Aziz, 2019).

Praktik Sehari-hari

Orang-orang dapat sukses karena memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, sebab mereka menanamkan identitas positif pada dirinya terlebih dahulu lalu disebarkan pada orang lain sehingga mereka memiliki image yang baik di mata masyarakat (Supratman, 2018). Mereka lebih mampu menyampaikan pesan dengan jelas, mendengarkan dengan empati, dan menanggapi dengan penuh pengertian. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman konsep diri yang sesuai dengan nilai-nilai

Islam dapat menjadi faktor penentu dalam meningkatkan efektivitas komunikasi interpersonal dan berkualitas tinggi. Konsep diri yang positif berperan dalam keberhasilan hidup seseorang hingga menjadikannya lebih sukses, percaya diri, memiliki daya juang yang tinggi, mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, siap mendapatkan pujian, sadar terhadap peran perasaan, mampu memperbaiki diri, serta daya tarik terhadap kehidupan (Kurniawan dkk., 2021)

Pemahaman yang baik terhadap konsep diri serta hakikat penciptaan diri akan berpengaruh pada kualitas komunikasi interpersonal (Furman, 2023). Berawal dari spiritualitas, seseorang yang memahami atau mengenal diri sejatinya akan membentuk konsep diri yang utuh dan sesuai dengan hakikat dirinya, sehingga yang menjadi muara atau ujung kehidupannya sebagai puncak ketakutan sekaligus puncak pengharapan hanyalah Tuhan, meskipun dalam proses puncak kesadaran tersebut kebanyakan terjadi di usia tua dalam masa perkembangan diri (Spytska, 2023). Islam sudah mengarahkan lebih dahulu akan proses tersebut, sebagaimana disampaikan Al-Isra ayat 70 dan At-Tin ayat 4 tentang konsep diri dan hakikat penciptaan serta pentingnya komunikasi interpersonal dalam Al-Baqarah ayat 83. Secara lebih teknis, Devito dalam *Psikologi Komunikasi* (Supratman, 2018) menjelaskan tentang panduan membangun komunikasi interpersonal yang efektif:

1. Menciptakan ketertarikan dan menangkap perhatian
Seseorang dapat menarik karena menumbuhkan ketertarikan pada orang lain, memberikan perhatian penuh dan menghargai pembicaraan.
2. Membangun rasa simpati
Membuat suasana lebih hangat saat berkomunikasi, tidak ada kesan menekan atau menguasai, melangsungkan kontak mata, mengimitasi gerakan tubuh lawan bicara, membangun kesamaan dan menghormati.
3. Percaya diri
Percaya diri adalah hasil dari konsep diri positif, inilah hal penting dalam komunikasi. Saat seseorang percaya diri, orang tersebut akan membuat komunikasi lancar, memancarkan energi positif dan menghilangkan pikiran negatif.
4. Bertanya, Mendengar dan Diam
Tiga hal yang penting tersebut adalah kemampuan bertanya, mendengarkan secara baik dan diam. Tiga kemampuan yang harus dikuasai agar komunikasi berjalan dengan baik, sehingga pesan dapat ditransaksikan dengan baik.
5. Jujur dan Empati
Ketertarikan pada orang lain dan segala macam praktik yang terjadi dalam komunikasi interpersonal harus berjalan secara jujur, tidak dibuat-buat dan dalam rangka menampakkan empati.
6. Optimisme
Fokus pada hal-hal positif, banyak hal yang perlu diluruskan saat proses komunikasi sehari-hari, termasuk soal perasaan (*zhann*). Komunikator yang baik selalu berusaha menggiring setiap pembicaraan ke arah positif dan memberikan respon positif.

Kesimpulan

Pemahaman tentang diri seseorang dan konsep diri dalam pandangan Islam memiliki dampak yang signifikan terhadap cara individu berinteraksi dengan orang lain. Dengan menyatukan prinsip-prinsip Al-Quran dan aspek psikologis, individu dapat membentuk hubungan yang lebih mendalam dan saling memberi nilai dalam masyarakat dalam konteks interpersonal. Penelitian ini menekankan pentingnya mengakui hubungan yang erat antara agama dan komunikasi interpersonal yang memberikan kontribusi penting bagi perkembangan bidang psikologi. Dengan menggali lebih dalam tentang konsep diri dalam konteks Islam dan Al-Quran, penelitian ini diharapkan dapat meluaskan pemahaman tentang kompleksitas manusia dan memperkaya praktik komunikasi sehari-hari. Sebagai saran lanjutan, penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi implikasi praktis dari hasil penelitian ini, termasuk pengembangan program pelatihan komunikasi yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam. Hal ini dapat membantu meningkatkan kualitas hubungan interpersonal di masyarakat secara menyeluruh.

Referensi

- Al-Minhaj, T. M. (2017). *Tadabur Al-Qur'an aplikatif: Panduan mengamalkan Al-Quran dalam kehidupan sehari-hari*. Pustaka Al-Kautsar.
- Aziz, J. A. (2019). Komunikasi interpersonal guru dan minat belajar siswa. *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 2(02), 149-165.
- Furman, O. (2023). Successfulness, success and self-concept of personality. *Psychology & society*, (1), 191-198. <https://doi.org/10.35774/pis2023.01.191>
- Habsy, B. A., Mufidha, N., Shelomita, C., Rahayu, I., & Muckorobin, M. I. (2023). Filsafat dasar dalam konseling psikoanalisis: Studi literatur. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(2), 189-199.
- Ismail, I., Ali, H., & Us, K. A. (2022). Factors affecting critical and holistic thinking in Islamic education in Indonesia: self-concept, system, tradition, culture. (Literature Review of Islamic Education Management). *Dinasti International Journal of Management Science*, 3(3), 407-437.
- Khasanah, I., & Katili, K. R. D. (2021). Self-concept and self disclosure of teenager broken home. *Makna: Jurnal Kajian Komunikasi, Bahasa, dan Budaya*, 9(2), 18-33.
- Kurniawan, M. R., Arif, E., & Asmawi, A. (2021). Hubungan antara konsep diri, kepercayaan diri dengan kemampuan komunikasi interpersonal dalam proses pembelajaran pada mahasiswa. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(1), 485-493. <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i1.683>
- Kusumawati, N. (2012). *Hubungan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta*. (Skripsi). Universitas Sebelas Maret.

-
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Konsep diri: Definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 65-69.
- Mustofa, A., & Arisandi, Y. (2021). Konsep Percaya Diri Perspektif Al-Qur'an. *Al-Jadwa: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 22-43.
- Salim, A. (2016). *Hubungan Konsep Diri dan Komunikasi Interpersonal Dengan Kecerdasan Spiritual Ibu-Ibu pada Pengajian Majelis Ta'lim Raudhatun Nisa'Langsa* (Tesis). Universitas Medan Area.
- Spytska, L. (2023). Features of the self-concept of the elderly. *Scientific Collection «InterConf+»*, 32(151), Article 32(151). <https://doi.org/10.51582/interconf.19-20.04.2023.027>
- Supratman, L. P. (2018). *Psikologi Komunikasi*. Deepublish.
- Wulandari, R., & Rahmi, A. (2018). Relasi Interpersonal dalam Psikologi Komunikasi. *Islamic Communication Journal*, 3(1), 56-73. <https://doi.org/10.21580/icj.2018.3.1.2678>
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65-76.
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65-76. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3196>