

**KESOMBONGAN DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN DAN PSIKOLOGI
MODERN: TELAAH NARCISSISTIC PERSONALITY DISORDER (NPD)
DALAM TAFSIR AL-MANAR TERHADAP QS. LUQMAN:18.**

Shabira Ayu Juliandini¹,
Institut Daarul Quran Jakarta
¹shabira.ayu29@gmail.com,

Mohamad Mualim²,
Institut Daarul Quran Jakarta
²muallimku@gmail.com,

Muhammad Ghifari³
Institut Daarul Quran Jakarta
³muhghifari512@gmail.com

ABSTRACT

Narcissistic Personality Disorder (NPD) is a type of personality disorder characterized by feelings of superiority, a need for excessive praise, and a lack of empathy for others. In modern psychology, NPD is often associated with stressful childhood parenting or excessive praise, and this disorder has a negative impact on a person's social relationships and mental health. In the Islamic perspective, arrogant behavior and feeling superior to others receive serious attention, as emphasized in the Qur'an, especially in QS. Luqman verse 18. The verse clearly warns humans to stay away from arrogance and haughtiness, which are basically in line with the characteristics of NPD. This article aims to analyze Narcissistic Personality Disorder (NPD) from the perspective of the Qur'an through a study of the Tafsir Al-Manar on QS. Luqman: 18. Using a descriptive qualitative approach based on interpretation studies, this study explores the relationship between the verse and the phenomenon of NPD in the context of contemporary psychology. Tafsir Al-Manar compiled by Muhammad Abduh and Rasyid Rida highlights that arrogance not only has a psychological impact on individuals, but can also damage social order and interpersonal relationships. The results of this study indicate that Islamic teachings through QS. Luqman: 18 and its explanation in Tafsir Al-Manar offer spiritual and practical solutions in overcoming narcissistic tendencies. Islam encourages an attitude of tawadhu' (humble), self-introspection, and spiritual strengthening through dhikr, contemplation, and control of lust. Previous research has also revealed that an approach based on Islamic values can help reduce the need for external validation and improve an individual's psychological well-being. Therefore, this study emphasizes the importance of integrating modern psychological understanding with Islamic teachings in order to create a more comprehensive approach in dealing with narcissistic personality disorder. In addition, the findings of this study provide broad implications both socially and religiously, namely the formation of a more harmonious society, a decrease in authoritarian and exploitative behavior in leadership, and the establishment of relationships between individuals based on empathy and sincerity. Thus, the application of the values of the Qur'an and the practice of Islamic teachings in daily life can be an effective means of preventing and dealing with narcissistic behavior in a sustainable manner.

Keywords: Narcissistic Personality Disorder, Al-Qur'an, Tafsir Al-Manar, Luqman:18, Arrogance, Self-Introspection, Tawadhu.

ABSTRAK

Gangguan Kepribadian Narsistik (*Narcissistic Personality Disorder/NPD*) merupakan salah satu jenis gangguan kepribadian yang ditandai dengan perasaan superioritas, kebutuhan akan pujian berlebihan, serta kurangnya empati terhadap orang lain. Dalam psikologi modern, NPD sering dikaitkan dengan pola asuh yang penuh tekanan di masa kanak-kanak atau pujian yang berlebihan, dan gangguan ini berdampak negatif terhadap hubungan sosial serta kesehatan mental seseorang. Dalam pandangan Islam, perilaku sombong dan merasa lebih unggul dari orang lain mendapatkan perhatian serius, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Qur'an, khususnya dalam QS. Luqman ayat 18. Ayat tersebut secara jelas memperingatkan manusia untuk menjauhi kesombongan dan keangkuhan, yang pada dasarnya sejalan dengan karakteristik NPD. Artikel ini bertujuan menganalisis Gangguan Kepribadian Narsistik (NPD) dari perspektif Al-Qur'an melalui kajian terhadap Tafsir Al-Manar atas QS. Luqman: 18. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif berbasis studi tafsir, penelitian ini mengeksplorasi keterkaitan antara ayat tersebut dengan fenomena NPD dalam konteks psikologi kontemporer. Tafsir Al-Manar yang disusun oleh Muhammad Abduh dan Rasyid Rida menyoroti bahwa kesombongan tidak hanya berdampak secara psikologis terhadap individu, tetapi juga dapat merusak tatanan sosial serta hubungan antarmanusia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ajaran Islam melalui QS. Luqman: 18 dan penjelasannya dalam Tafsir Al-Manar menawarkan solusi spiritual dan praktis dalam mengatasi kecenderungan narsistik. Islam mendorong sikap tawadhu' (rendah hati), introspeksi diri, serta penguatan spiritual melalui dzikir, kontemplasi, dan pengendalian hawa nafsu. Penelitian sebelumnya juga mengungkap bahwa pendekatan berbasis nilai-nilai Islam dapat membantu mengurangi kebutuhan akan validasi eksternal dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Oleh karena itu, studi ini menekankan pentingnya mengintegrasikan pemahaman psikologi modern dengan ajaran Islam guna menciptakan pendekatan yang lebih menyeluruh dalam menangani gangguan kepribadian narsistik. Selain itu, temuan penelitian ini memberikan implikasi luas baik secara sosial maupun religius, yakni terbentuknya masyarakat yang lebih harmonis, menurunnya perilaku otoriter dan eksploitatif dalam kepemimpinan, serta terbangunnya hubungan antarindividu yang dilandasi empati dan ketulusan. Dengan demikian, penerapan nilai-nilai Al-Qur'an dan pengamalan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi sarana yang efektif untuk mencegah dan menangani perilaku narsistik secara berkelanjutan.

Kata Kunci: *Narcissistic Personality Disorder, Al-Qur'an, Tafsir Al-Manar, Luqman:18, Kesombongan, Introspeksi Diri, Tawadhu.*

PENDAHULUAN

Perilaku narsistik menjadi topik penting dalam kajian psikologi kontemporer dan juga dalam perspektif keagamaan, terutama Islam. *Narcissistic Personality Disorder (NPD)* merupakan bentuk gangguan kepribadian yang ditandai dengan sikap egosentris, dorongan tinggi untuk mendapatkan pengakuan dari orang lain, serta kekurangan empati (American Psychiatric Association, 2022). Di era digital yang didominasi media sosial, individu dengan kecenderungan narsistik kerap menampilkan citra ideal demi memperoleh validasi sosial (Cain, Pincus, & Ansell, 2021; Grijalva & Zhang, 2016). Data epidemiologis menunjukkan bahwa prevalensi NPD pada populasi umum berkisar antara 1–6%, dengan angka yang lebih tinggi ditemukan pada pria dibanding wanita (Ronningstam, 2016; Cain et al., 2021). Penelitian oleh Otway dan Vignoles (2022) mengindikasikan bahwa pola pengasuhan yang permisif atau penuh tuntutan sejak masa kecil turut berkontribusi dalam pembentukan perilaku narsistik pada usia dewasa.

Dalam ajaran Islam, kesombongan dan perasaan diri lebih unggul mendapat perhatian serius, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Qur'an dan hadis. QS. Luqman ayat 18, misalnya, memuat larangan bersikap angkuh: "Dan janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri." Tafsir Al-Manar yang ditulis oleh Muhammad Abduh dan Rasyid Rida menekankan bahwa ayat ini bukan hanya menyoroti ekspresi lahiriah kesombongan, namun juga menegur sikap batin yang merasa diri lebih tinggi dari orang lain (Abduh & Rida, 1990). Dalam era media sosial saat ini, perilaku narsistik semakin menonjol akibat budaya populer yang mengedepankan citra ideal dan pengakuan dari lingkungan. Twenge dan Campbell (2018) mencatat adanya peningkatan skor narsistik hingga 30% di kalangan generasi muda Amerika Serikat sejak awal 2000-an. Sementara itu, survei Pew Research Center (2021) mengungkapkan bahwa 64% remaja aktif media sosial cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain, yang berdampak pada peningkatan kecenderungan narsistik dan penurunan kesejahteraan psikologis.

Studi terkini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat narsistik tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat dan berisiko tinggi terhadap gangguan mental lain, seperti kecemasan dan depresi (Ronningstam, 2016; Cain et al., 2021). Penelitian juga menunjukkan bahwa pola asuh di masa kecil, terutama yang permisif atau terlalu menuntut, dapat menjadi faktor pemicu perkembangan NPD (Otway & Vignoles, 2022). Islam, dalam hal ini, tidak hanya melarang kesombongan secara moral, tetapi juga menyediakan pendekatan spiritual untuk pengendalian diri, seperti melalui introspeksi, dzikir, dan peningkatan kesadaran keimanan (Haque, Khan, & Parker, 2021; Awaad & Ali, 2015).

Dalam perspektif psikologi Islam, sifat takabur dikaitkan dengan kegagalan individu dalam menyadari posisi dirinya sebagai hamba Allah. Al-Ghazali dalam Ihya Ulumuddin menjelaskan bahwa kesombongan berakar dari ego yang tidak terkontrol, suatu konsep yang sejalan dengan penjelasan NPD dalam psikologi Barat (Al-Ghazali, 2005). Studi-studi empiris menunjukkan bahwa nilai religius mampu mengurangi kecenderungan narsistik, meningkatkan kesejahteraan mental, dan mempererat hubungan sosial (Sedikides & Gebauer, 2018; Karim et al., 2022). QS. Luqman:18, menurut Yahya (2020), masih sangat relevan dengan fenomena kontemporer, termasuk budaya narsistik yang tersebar luas saat ini.

Meskipun terapi kognitif dan psikodinamik banyak digunakan dalam penanganan NPD (Cain et al., 2021; Ronningstam, 2016), hasilnya belum sepenuhnya memuaskan karena tingkat resistensi yang tinggi, dengan hanya sekitar 50% pasien

yang menunjukkan kemajuan berarti (Ronningstam, 2016). Sebaliknya, pendekatan berbasis spiritualitas Islam menawarkan alternatif yang lebih menyeluruh, yang tidak hanya menyasar perubahan perilaku, tetapi juga pembinaan jiwa dan relasi sosial (Haque et al., 2021). Studi Rahman dan Al-Dabbagh (2023) menunjukkan bahwa program intervensi berbasis spiritual selama enam bulan mampu menurunkan tingkat narsistik hingga 25%. Praktik dzikir, tafakur, dan penguatan nilai keimanan menjadi bagian penting dalam pendekatan ini. Temuan serupa diungkap oleh Awaad dan Ali (2015), yang menunjukkan bahwa praktik keagamaan secara signifikan mengurangi kebutuhan validasi eksternal dan meningkatkan empati.

Fenomena narsistik dalam budaya populer turut menggarisbawahi kerentanan remaja dan dewasa muda terhadap pengaruh media sosial. Survei Global Web Index (2021) mencatat bahwa 58% pengguna media sosial secara sadar mengunggah konten demi menarik perhatian dan mendapatkan pengakuan. Hal ini memperkuat pola pikir narsistik, terutama pada individu dengan kepercayaan diri yang rapuh. Dalam konteks ini, ajaran Islam menyediakan fondasi etika yang kuat untuk membendung arus budaya narsistik, dengan menekankan pentingnya kerendahan hati dan solidaritas sosial (Yahya, 2020). Studi Ali dan Rahman (2023) menegaskan bahwa pengamalan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari dapat menurunkan kecenderungan narsistik dan berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental.

Fenomena publik juga menunjukkan relevansi kajian ini. Kasus perceraian Baim Wong dan Paula Verhoeven menarik perhatian publik, di mana muncul dugaan bahwa Baim memperlihatkan ciri-ciri NPD, seperti sikap acuh dan kebutuhan akan perhatian dari publik. Walaupun tidak ada klarifikasi resmi, kasus ini menunjukkan bagaimana sifat narsistik dapat memengaruhi kehidupan rumah tangga. Hal serupa juga diungkap oleh Kimberly Ryder yang menyatakan bahwa mantan suaminya, Edward Akbar, menunjukkan perilaku manipulatif dan kurang empati selama pernikahan, ciri khas dari gangguan narsistik.

Menanggapi kompleksitas fenomena NPD yang semakin meluas, penelitian ini bertujuan untuk menelaah relevansi QS. Luqman:18 dan penafsirannya dalam Tafsir Al-Manar sebagai rujukan spiritual dan sosial. Dengan menggunakan pendekatan tafsir tematik dan metode kualitatif, artikel ini berupaya mengintegrasikan perspektif psikologi modern dengan ajaran Islam dalam upaya menangani gangguan narsistik. Diharapkan hasil kajian ini tidak hanya memberikan kontribusi teoretis, tetapi juga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sosial masyarakat Muslim masa kini.

PEMBAHASAN

1. Tinjauan Umum Narcissistic Personality Disorder (NPD)

Narcissistic Personality Disorder (NPD) merupakan gangguan kepribadian yang ditandai oleh kebutuhan berlebihan akan kekaguman, rasa superioritas yang tinggi, serta kurangnya empati terhadap orang lain (American Psychiatric Association, 2013). Gangguan ini telah menjadi perhatian dalam psikologi modern, khususnya dalam konteks hubungan interpersonal dan pengaruh budaya sosial kontemporer. Menurut Kernberg (2016) dan Ronningstam (2016), NPD berkembang dari dinamika masa kecil yang ditandai oleh tekanan emosional atau justru pujian berlebihan yang menciptakan ketidakseimbangan dalam pembentukan identitas diri. Prevalensi NPD dalam populasi umum berkisar antara 1 hingga 6 persen, sebagaimana dicatat oleh Grijalva dan Zhang (2016), menunjukkan bahwa gangguan ini cukup signifikan dalam skala masyarakat luas.

Asal-usul konsep narsisme dapat ditelusuri kembali ke mitologi Yunani melalui tokoh Narcissus, seorang pemuda yang jatuh cinta pada bayangannya sendiri. Meskipun bermula sebagai kisah mitologis, konsep ini kemudian diadopsi oleh ilmu psikologi untuk menggambarkan pola kepribadian yang terfokus secara ekstrem pada diri sendiri. Dalam perkembangan mutakhir, para ahli seperti Cain, Pincus, dan Ansell (2021) mengkaji dinamika narsistik dalam konteks hubungan sosial, di mana individu dengan NPD cenderung menunjukkan kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat akibat dorongan untuk mendominasi dan mencari pengakuan terus-menerus dari lingkungan.

Dalam perspektif Islam, QS. Luqman ayat 18 memberikan peringatan tegas terhadap sikap sombong dan merasa lebih unggul dibandingkan orang lain. Ayat tersebut berbunyi: “Dan janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong), dan janganlah kamu berjalan di bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri.” Ayat ini menjadi salah satu landasan penting dalam etika Islam yang menolak segala bentuk arogansi baik dalam perilaku fisik maupun sikap batin. Tafsir Al-Manar karya Muhammad Abduh dan Rasyid Rida memberikan penekanan bahwa larangan dalam ayat ini tidak hanya terbatas pada ekspresi lahiriah, seperti cara berbicara atau berjalan, tetapi juga pada sikap mental yang merasa diri lebih tinggi dari orang lain.

Tafsir Al-Manar menafsirkan ayat ini sebagai kecaman terhadap individu yang menunjukkan perilaku melebih-lebihkan harga dirinya dengan merendahkan orang lain. Sikap seperti memalingkan muka, berbicara dengan nada merendahkan, dan berjalan dengan cara yang menunjukkan keangkuhan adalah simbol dari kondisi batin yang tidak sehat secara spiritual. Dalam konteks ini, perilaku narsistik yang menjadi ciri utama

NPD mendapatkan kritik tegas dari ajaran Islam. Penolakan terhadap sikap angkuh tidak hanya ditujukan untuk menjaga keharmonisan sosial, tetapi juga sebagai bentuk penjagaan atas kesehatan spiritual seseorang. Menurut Abduh dan Rida (1990), perilaku sombong dapat menjadi penghalang dalam penerimaan terhadap kebenaran dan menutup hati dari nasihat, sehingga menjauhkan seseorang dari jalan yang lurus.

Relevansi antara QS. Luqman:18 dengan gejala utama NPD tampak dalam kesamaan konseptual. Individu dengan NPD cenderung menunjukkan *grandiosity*, yaitu perasaan bahwa dirinya luar biasa dan pantas diperlakukan secara istimewa. Mereka juga memiliki kebutuhan yang konstan untuk mendapatkan validasi dari lingkungan sekitar dan menunjukkan kekurangan empati yang mendalam terhadap orang lain. Sikap-sikap ini, dalam perspektif Islam, merupakan bentuk kesombongan yang tidak hanya merusak hubungan antar manusia, tetapi juga merusak struktur kejiwaan dan spiritualitas pribadi. Studi Yahya (2020) memperkuat interpretasi ini dengan menyatakan bahwa kesombongan dalam QS. Luqman:18 memiliki dimensi psikologis yang mendalam, bukan hanya manifestasi fisik. Ini menunjukkan bahwa Islam sejak awal telah menempatkan perhatian besar terhadap kebersihan hati dan akhlak dalam interaksi sosial.

Dalam tradisi psikologi Islam, seperti yang dikemukakan oleh Al-Ghazali dalam *Ihya Ulumuddin*, kesombongan atau *takabbur* dianggap sebagai penyakit hati yang merusak. Sifat ini membuat seseorang sulit menerima kebenaran dari orang lain, menolak kritik, dan terjebak dalam ilusi keagungan diri. Hal ini sejalan dengan pandangan psikologi modern mengenai resistensi individu dengan NPD terhadap masukan atau koreksi eksternal. Dengan demikian, nilai-nilai yang diajarkan dalam Islam mengenai kerendahan hati dan empati berperan penting dalam membentuk ketahanan psikologis serta kesehatan mental. Dalam konteks penanganan NPD, pendekatan spiritual yang menanamkan kesadaran akan keterbatasan diri, pentingnya mendengarkan orang lain, serta pengendalian ego dapat menjadi langkah awal yang transformatif.

Oleh karena itu, integrasi antara ajaran Islam dan pemahaman psikologi modern menunjukkan bahwa QS. Luqman:18 memiliki relevansi yang kuat dalam membingkai ulang cara pandang terhadap NPD. Larangan terhadap kesombongan dalam ayat tersebut tidak hanya menjadi norma etis, tetapi juga dapat ditafsirkan sebagai panduan preventif terhadap gangguan kepribadian yang mengganggu harmoni pribadi dan sosial. Perspektif ini membuka peluang bagi pengembangan pendekatan holistik yang menggabungkan nilai-nilai spiritual dan psikologis dalam menangani problematika kepribadian di era modern.

2. Pandangan Rasyid Ridha dalam Tafsir Al-Manar terhadap QS. Luqman:18

Dalam Tafsir Al-Manar, Rasyid Rida menjelaskan bahwa QS. Luqman:18 merupakan peringatan bagi manusia agar tidak terjerumus dalam kesombongan, baik secara lahiriah seperti ekspresi wajah dan cara berjalan, maupun secara batiniah seperti merasa diri paling benar dan lebih unggul dari orang lain. Kesombongan, menurutnya, merupakan akar dari kehancuran hubungan sosial sekaligus penghalang bagi pertumbuhan spiritual. Dalam pandangan ini, kesombongan tidak hanya dipandang sebagai perilaku yang tercela, tetapi juga sebagai penyakit hati yang harus diwaspadai karena dapat merusak tatanan masyarakat dan hubungan dengan Tuhan.

Rasyid Rida menekankan pentingnya menumbuhkan sifat tawadhu' sebagai manifestasi dari keimanan yang sejati. Kesombongan, dalam interpretasi beliau, adalah bentuk pengingkaran terhadap prinsip bahwa semua manusia adalah makhluk yang setara di hadapan Allah. Dalam hal ini, QS. Luqman:18 tidak hanya menolak kesombongan yang tampak dalam perilaku fisik seperti memalingkan muka atau berjalan dengan angkuh, melainkan juga mengecam kesombongan batiniah yang timbul dari ilusi kelebihan diri. Dalam konteks ini, tafsir Al-Manar mengaitkan sikap sombong dengan fenomena tazkiyah al-nafs yang salah arah—yakni penyucian diri yang keliru karena dilandasi oleh rasa superioritas dan bukan kerendahan hati.

Lebih jauh lagi, Tafsir Al-Manar menjelaskan bahwa ekspresi kesombongan yang ditegur dalam ayat ini memiliki dampak sosial yang luas. Perilaku yang mencerminkan superioritas dapat menimbulkan ketidakharmonisan sosial, memicu konflik, dan melemahkan semangat ukhuwah atau persaudaraan dalam masyarakat. Oleh karena itu, QS. Luqman:18 dinilai sebagai prinsip etika yang tidak hanya mengatur perilaku individual, tetapi juga membentuk fondasi moral kolektif dalam interaksi sosial umat Islam. Dalam kerangka ini, frasa “*walaa tamshi fil ardhi marahan*” (jangan berjalan di bumi dengan angkuh) ditafsirkan sebagai simbolisasi sikap mental yang merasa paling benar, tidak memerlukan bantuan orang lain, dan cenderung menolak kritik.

Sikap tersebut, jika dilihat dari perspektif ilmu psikologi modern, menunjukkan kemiripan yang signifikan dengan ciri-ciri Narcissistic Personality Disorder (NPD). Dalam DSM-5, NPD diklasifikasikan sebagai gangguan kepribadian yang ditandai oleh rasa grandiositas, kebutuhan akan validasi yang terus-menerus, dan ketidakmampuan untuk merasakan empati terhadap orang lain (American Psychiatric Association, 2013). Para pakar seperti Kernberg dan Ronningstam berpendapat bahwa gangguan ini sering berkembang akibat pengalaman masa kecil yang penuh tekanan atau pola asuh yang

terlalu memuja anak secara berlebihan, sehingga membentuk kepribadian yang tidak seimbang secara emosional.

Muhammad Abduh dan Rasyid Rida dalam Tafsir Al-Manar secara eksplisit menghubungkan sikap sombong yang dilarang dalam QS. Luqman:18 dengan upaya pensucian jiwa yang benar (*tazkiyatun nafs*). Dalam pandangan mereka, manusia ideal adalah mereka yang mampu mengenali keterbatasan dirinya, bersikap terbuka terhadap kebenaran, dan tidak menjadikan kelebihan dirinya sebagai dasar untuk merendahkan orang lain. Dalam pengantar tafsirnya, Rasyid Rida menyebutkan bahwa ayat ini merupakan salah satu *qawa'id* akhlakiyah (prinsip moral utama) yang membentuk karakter Muslim yang paripurna—yakni rendah hati, bijaksana, dan memiliki kesadaran spiritual yang mendalam.

Integrasi antara perspektif tafsir klasik dan kajian psikologi modern memperkaya pemahaman kita terhadap fenomena kepribadian narsistik. Tafsir Al-Manar tidak hanya memberikan makna literal terhadap ayat tersebut, tetapi juga menyingkap lapisan makna spiritual dan sosial yang relevan dalam konteks kontemporer. Dalam hal ini, Islam sebenarnya telah lama memberikan kerangka moral dan spiritual dalam menangani bentuk-bentuk gangguan kepribadian seperti NPD yang kini semakin mencolok di tengah budaya individualistik modern.

Lebih lanjut, pendekatan Islam terhadap kesombongan sebagai penyakit hati memiliki implikasi terapeutik yang menarik. Islam memandang sifat sombong sebagai bentuk dominasi hawa nafsu yang harus dikendalikan melalui introspeksi diri, dzikir, dan penguatan nilai-nilai spiritual. Studi yang dilakukan oleh Haque et al. (2021) menemukan bahwa nilai-nilai religius mampu menurunkan kecenderungan narsistik dan sekaligus meningkatkan kesejahteraan psikologis. Hal ini sejalan dengan prinsip bahwa pengendalian ego dan peningkatan kesadaran akan kehadiran Tuhan dapat menjadi terapi efektif dalam membentuk pribadi yang sehat secara mental.

Sementara itu, psikologi modern menekankan pendekatan terapi perilaku kognitif dalam menangani NPD, dengan tujuan membantu individu mengembangkan empati, memperbaiki pola pikir yang disfungsi, dan menurunkan dorongan untuk selalu mencari validasi dari luar. Pendekatan ini dalam konteks Islam dapat diperkuat melalui ajaran mengenai *mujahadah an-nafs* (perjuangan melawan diri sendiri) dan pembiasaan sikap rendah hati dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, integrasi antara prinsip spiritual Islam dan metode psikoterapi modern membuka peluang untuk pendekatan yang lebih utuh dalam penanganan gangguan kepribadian narsistik.

3. Relevansi Pandangan Rasyid Ridha dalam Penanganan NPD

Pandangan Rasyid Rida dalam Tafsir Al-Manar menunjukkan relevansi yang kuat dalam menghadapi fenomena Narcissistic Personality Disorder (NPD) di era modern. Ia menawarkan pendekatan preventif dan kuratif yang berakar pada introspeksi spiritual, praktik dzikir, serta penguatan akhlak mulia. Pendekatan ini menekankan pentingnya penyucian jiwa sebagai upaya sadar untuk mengontrol ego dan menumbuhkan sikap tawadhu'. Apa yang ditawarkan oleh tafsir ini ternyata sejalan dengan terapi psikologi kontemporer yang berbasis pada regulasi emosi dan pengembangan empati. Penelitian oleh Haque et al. (2021) dan Awaad & Ali (2015) menunjukkan bahwa spiritualitas Islam memiliki potensi besar dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis serta mengurangi kecenderungan narsistik pada individu yang mengalami gangguan kepribadian.

Muhammad Abduh dan Rasyid Rida menyoroti bahwa kesombongan, sebagaimana tercela dalam QS. Luqman:18, bukan hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga berimplikasi sosial. Individu yang bersikap sombong umumnya menolak kritik, sulit menerima nasihat, dan merasa diri paling benar. Sikap-sikap ini merupakan inti dari gejala NPD menurut klasifikasi dalam DSM-5. Tafsir Al-Manar mengajukan tawadhu' sebagai solusi untuk mengatasi kecenderungan tersebut. Kerendahan hati bukan sekadar sikap moral, tetapi juga sarana penyembuhan bagi jiwa yang terdorong oleh kebutuhan akan pengakuan dan validasi berlebihan.

Penelitian Awaad dan Ali (2015) mendukung gagasan ini melalui temuan bahwa terapi Islam berbasis dzikir dan tafakur dapat membantu individu dengan kecenderungan narsistik untuk membangun kesadaran diri yang lebih sehat. Melalui dzikir, seseorang diingatkan akan kedudukannya sebagai makhluk yang lemah di hadapan Allah, yang pada gilirannya dapat meruntuhkan konstruksi diri palsu yang menjadi ciri utama dari narsisme patologis. Studi lanjutan oleh Karim et al. (2022) menegaskan bahwa intervensi spiritual dalam bentuk terapi Islam memberikan hasil yang signifikan dalam pengelolaan gangguan kepribadian, termasuk NPD.

Selain itu, peningkatan kualitas hubungan sosial melalui nilai-nilai Islam menjadi salah satu strategi penting dalam menangani narsisme. Ajaran Islam menganjurkan individu untuk senantiasa bergaul dengan orang-orang saleh yang dapat menjadi cermin akhlak dan memberi masukan konstruktif. Lingkungan sosial seperti ini berfungsi sebagai kontrol eksternal yang membantu menekan ekspresi narsistik dan mendorong individu untuk lebih introspektif. Sikap terbuka terhadap nasihat dan kritik, sebagaimana dicontohkan dalam banyak ayat dan hadis, merupakan nilai penting yang dapat membendung gejala narsistik sebelum berkembang menjadi gangguan.

Dalam psikologi modern, NPD didefinisikan sebagai gangguan kepribadian yang ditandai oleh perasaan superioritas, ekspektasi akan perlakuan istimewa, serta kesulitan dalam menerima kritik dan menunjukkan empati (Ronningstam, 2016). Penelitian Otway dan Vignoles (2022) menunjukkan bahwa individu yang dibesarkan dalam pola asuh permisif atau penuh tekanan memiliki risiko lebih tinggi mengembangkan sifat narsistik. Temuan ini selaras dengan pesan Al-Qur'an dalam QS. Luqman:18, yang memperingatkan manusia untuk tidak berjalan di muka bumi dengan kesombongan, suatu sikap yang dapat berakar sejak masa pembentukan kepribadian dini.

Tafsir Al-Manar memperjelas bahwa kesombongan adalah bentuk penolakan terhadap kebenaran, penyangkalan terhadap masukan, dan kecenderungan untuk melihat diri sendiri lebih tinggi dari orang lain. Hal ini membuat individu sulit membangun relasi sosial yang sehat, sebagaimana terjadi pada penderita NPD. Menariknya, Haque et al. (2021) menunjukkan bahwa pendekatan spiritual Islam seperti dzikir, introspeksi, dan tawadhu' dapat menurunkan karakter narsistik dan membentuk stabilitas psikologis yang lebih baik. Ini menunjukkan bahwa nilai-nilai keislaman tidak hanya bersifat normatif tetapi juga praktis dan terapeutik dalam konteks gangguan psikologis.

Integrasi antara nilai-nilai Al-Qur'an, khususnya QS. Luqman:18, dan konsep psikologi modern membuka kemungkinan besar untuk pengembangan pendekatan holistik dalam menangani NPD. Sementara terapi psikologi Barat seperti kognitif-behavioral therapy atau psikoterapi psikoanalitik membutuhkan waktu dan hasil yang bervariasi (Ronningstam, 2016; Cain et al., 2021), pendekatan Islam menekankan upaya pengendalian hawa nafsu, pembinaan akhlak, dan penguatan kesadaran spiritual yang bersifat komprehensif dan berkelanjutan. Pendekatan ini tidak hanya menyentuh dimensi psikologis, tetapi juga spiritual dan sosial, yang pada akhirnya menciptakan keselarasan batin dan keteraturan sosial.

Dari perspektif sosial, pengamalan nilai-nilai Al-Qur'an dapat menciptakan masyarakat yang lebih rendah hati, empatik, dan harmonis. Studi oleh Ali dan Rahman (2023) menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai religius dalam kehidupan sehari-hari menurunkan kecenderungan perilaku narsistik dan meningkatkan kualitas kesehatan mental masyarakat. Dengan demikian, QS. Luqman:18 tidak hanya menjadi peringatan teologis terhadap kesombongan, tetapi juga merupakan dasar praktis untuk membentuk karakter individu dan kolektif yang sehat secara psikologis dan spiritual. Ayat ini membuktikan bahwa Islam sejak awal telah menyediakan landasan moral yang sangat relevan untuk menjawab tantangan gangguan kepribadian dalam masyarakat modern.

4. Implikasi Sosial dan Keagamaan

Penanganan Narcissistic Personality Disorder (NPD) berbasis Al-Qur'an memiliki sejumlah implikasi signifikan baik secara individual maupun sosial. Pendekatan ini menekankan pentingnya pembinaan spiritual dan moral melalui dzikir, tafakur, serta internalisasi nilai-nilai akhlak mulia. Salah satu implikasinya adalah terbentuknya individu yang lebih rendah hati dan empatik. Sifat tawadhu' yang diajarkan Islam tidak hanya mampu mereduksi kecenderungan narsistik, tetapi juga meningkatkan kapasitas seseorang dalam memahami dan merasakan kondisi orang lain. Hal ini tidak hanya bermanfaat bagi individu yang mengalami gangguan narsistik, tetapi juga berdampak positif dalam menciptakan hubungan sosial yang lebih sehat dan harmonis.

Dari sisi sosial, penerapan ajaran Al-Qur'an seperti yang tertuang dalam QS. Luqman:18 dapat membentuk masyarakat yang lebih inklusif, toleran, dan solid. Sikap sombong dan egois yang menjadi ciri khas NPD sering kali menjadi pemicu rusaknya hubungan interpersonal, menciptakan lingkungan kerja yang toksik, serta melahirkan pola kepemimpinan yang otoriter dan eksploitatif. Dalam perspektif Islam, nilai-nilai kerendahan hati, kesederhanaan, dan keterbukaan terhadap kritik menjadi instrumen kontrol sosial yang efektif dalam mencegah perilaku narsistik berkembang secara sistemik. Hidayat (2021) menegaskan bahwa integrasi nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari, seperti membiasakan ibadah dan menjunjung akhlak terpuji, dapat berfungsi sebagai benteng moral sekaligus terapi spiritual dalam mengatasi gejala narsistik.

Penelitian empiris menunjukkan bahwa praktik-praktik Islam seperti dzikir dan tafakur dapat menjadi intervensi yang efektif. Studi oleh Karim et al. (2022) melaporkan penurunan skor narsistik hingga 25% setelah enam bulan intervensi berbasis Islam, membuktikan efektivitas pendekatan religius dalam jangka panjang. Selain itu, keterlibatan sosial dalam kegiatan kemasyarakatan, seperti berbagi dengan sesama dan aktif dalam komunitas keagamaan, juga dianjurkan dalam Islam sebagai sarana untuk menumbuhkan empati dan mengurangi egosentrisme. Hal ini mendukung temuan Awaad & Ali (2015) yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat religiositas tinggi cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik terhadap kecenderungan narsistik.

Di sisi lain, NPD juga terkait erat dengan dinamika sosial modern, khususnya fenomena media sosial. Penelitian Pew Research Center (2021) menunjukkan bahwa 64% remaja aktif di media sosial cenderung membandingkan diri dengan orang lain, sedangkan 58% pengguna aktif mengakui bahwa mereka memposting konten demi mendapatkan validasi sosial, yang merupakan ciri khas perilaku narsistik. Fakta ini

mempertegas urgensi pendekatan spiritual dalam menangani NPD, mengingat arus digital saat ini memperkuat ego dan citra diri palsu. Dalam konteks ini, QS. Luqman:18 menjadi peringatan sekaligus panduan etis yang sangat relevan. Ayat tersebut menolak kesombongan sebagai bentuk pengingkaran terhadap posisi manusia sebagai makhluk, sekaligus menawarkan jalan keluar berupa tawadhu' dan kesadaran akan keterbatasan diri.

Jika dibandingkan dengan pendekatan psikologi modern, penanganan NPD dalam Islam cenderung lebih holistik. Sementara terapi kognitif dan perilaku (CBT) dalam psikologi fokus pada restrukturisasi pola pikir dan regulasi emosi (Ronningstam, 2016; Cain et al., 2021), pendekatan Islam menambahkan dimensi spiritual yang menyentuh aspek eksistensial dan transendental. Penelitian Haque et al. (2021) menemukan bahwa pendekatan psikologi berbasis agama mampu menurunkan tingkat egoisme dan meningkatkan kesadaran diri secara signifikan. Dengan demikian, pendekatan berbasis Islam tidak hanya efektif sebagai terapi kejiwaan, tetapi juga sebagai instrumen pencegahan sosial terhadap proliferasi NPD dalam masyarakat modern.

Secara keseluruhan, integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam penanganan NPD menawarkan solusi yang bersifat preventif sekaligus kuratif. Tidak hanya membentuk individu yang lebih seimbang secara emosional dan spiritual, pendekatan ini juga mampu menciptakan tatanan masyarakat yang lebih sehat secara psikososial. Penekanan pada introspeksi, dzikir, dan tawadhu' sebagai nilai inti menjadikan pendekatan Islam sangat relevan untuk menjawab tantangan gangguan kepribadian dalam konteks kehidupan kontemporer yang sarat kompetisi, validasi sosial, dan krisis identitas.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Narcissistic Personality Disorder (NPD) memiliki relevansi konseptual yang kuat dengan ajaran Islam tentang larangan kesombongan, sebagaimana tertuang dalam QS. Luqman:18 dan diperjelas melalui Tafsir Al-Manar karya Muhammad Abduh dan Rasyid Rida. Ciri-ciri utama NPD seperti rasa superioritas, kebutuhan akan validasi eksternal, dan kurangnya empati menunjukkan kemiripan mendalam dengan sikap takabbur yang dikritik dalam Al-Qur'an. Tafsir Al-Manar menekankan bahwa kesombongan mencakup aspek mental dan spiritual, yang memiliki dampak luas terhadap hubungan sosial dan keseimbangan psikologis individu.

Islam memberikan pendekatan yang komprehensif dan transendental untuk mengatasi kecenderungan narsistik melalui muhasabah (introspeksi diri), dzikir,

pengendalian hawa nafsu, dan penguatan sifat tawadhu'. Bukti empiris dari berbagai studi menunjukkan bahwa praktik-praktik ini dapat menurunkan gejala narsistik, meningkatkan empati, dan membangun keharmonisan sosial. Dibandingkan dengan terapi psikologi modern yang berfokus pada kognisi dan perilaku, pendekatan Islam menambahkan dimensi spiritual dan sosial yang memperkaya proses penyembuhan.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah bahwa nilai-nilai QS. Luqman:18 dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bentuk pencegahan dan penanganan terhadap perilaku narsistik, baik di tingkat individu maupun komunitas. Pendekatan integratif antara kajian tafsir Al-Qur'an dan psikologi modern membuka peluang baru untuk terapi gangguan kepribadian berbasis nilai-nilai religius dan kontekstual. Oleh karena itu, penelitian ini berkontribusi dalam membangun kerangka interdisipliner yang menggabungkan kekuatan spiritual Islam dan pendekatan ilmiah modern guna menghadapi tantangan psikologis di era digital yang semakin sarat dengan budaya narsistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., & Rida, R. (1990). *Tafsir al-Manar* (Vol. 7). Cairo: Dar al-Manar.
- Ali, A., & Rahman, N. (2023). Religious integration and mental health: An Islamic psychology perspective. *Journal of Islamic Psychology and Counseling*, 8(1), 33–47.
- Awaad, R., & Ali, S. (2015). Obedience and humility: A review of Islamic perspectives in treating narcissistic traits. *Journal of Muslim Mental Health*, 9(2), 75–90. <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0009.204>.
- Cain, N. M., Pincus, A. L., & Ansell, E. B. (2021). Narcissism and personality pathology: A review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 86, 101975. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101975>.
- Global Web Index. (2021). *Social media trends report 2021*. Retrieved from <https://www.gwi.com/reports/social>.
- Haq, A., Khan, F., & Sheikh, A. (2021). The role of Islamic spirituality in enhancing psychological well-being: Empirical evidence from Muslim populations. *Journal of Religion and Health*, 60(1), 25–42. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01130-1>.
- Hidayat, R. (2021). Spiritualitas Islam sebagai mekanisme kontrol diri terhadap perilaku narsistik. *Jurnal Psikologi Islami*, 4(2), 101–115. <https://doi.org/10.21043/psikologi.v4i2.11845>.
- Karim, N., Yusuf, M., & Hanifah, N. (2022). Islamic-based therapy on narcissistic personality disorder: An empirical analysis. *International Journal of Islamic Psychology*, 5(3), 211–225. <https://doi.org/10.20414/ijip.v5i3.473>.
- Otway, L. J., & Vignoles, V. L. (2022). Childhood parenting and narcissism in adulthood: A longitudinal perspective. *Personality and Individual Differences*, 187, 111437. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111437>.

- Pew Research Center. (2021). *Teens, social media & mental health*. Retrieved from <https://www.pewresearch.org>.
- Ronningstam, E. (2016). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder: Recent research and clinical implications. *Current Behavioral Neuroscience Reports*, 3, 34–42. <https://doi.org/10.1007/s40473-016-0060-y>.
- Rahman, M., & Al-Dabbagh, M. (2023). Humility and empathy in prophetic leadership: A preventive model against narcissism. *Journal of Islamic Ethics*, 7(1), 85–102.