

## **GANGGUAN *NARCISSISTIC PERSONALITY DISORDER* (NPD) DAN SOLUSINYA DALAM AL-QUR'AN**

Sahula Ruzni, Iffaty Zamimah  
Institut Ilmu Al Quran (IIQ) Jakarta, Indonesia  
Corresponding e-mail: sahula@iiq.ac.id

### ***Abstract***

*Narcissistic Personality Disorder (NPD) is a personality disorder marked by feelings of superiority, a strong desire for admiration, and a lack of empathy. This condition has become an interesting topic in psychology and social studies, especially regarding how narcissistic behavior affects individuals and society. This study aims to analyze the concept of NPD from an Islamic perspective, using Tafsir Al-Munir by Wahbah az-Zuhaili as the main reference. The research employs a qualitative approach with a thematic interpretation (tafsir maudhu'i) to explore Qur'anic verses relevant to narcissistic traits. The study concludes that Wahbah az-Zuhaili's approach to treating Narcissistic Personality Disorder emphasizes drawing closer to Allah, improving one's mindset, creating a positive environment, and adopting healthier, positive behavior. Narcissistic traits are similar to arrogance and pride, which are discouraged in Islam. The Qur'an offers psychological and spiritual solutions to counter these behaviors through principles of humility and empathy toward others.*

***Keywords:*** *Narcissism; psychotherapy; Wahbah az-Zuhaili*

### **Abstrak**

Narcissistic Personality Disorder (NPD) adalah gangguan kepribadian yang ditandai oleh rasa superioritas, keinginan kuat akan pujian, dan kurangnya empati. Penyakit ini telah menjadi topik menarik dalam kajian psikologi dan sosial, terutama terkait dengan dampak perilaku narsistik pada kehidupan individu dan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep NPD dalam perspektif Al-Qur'an dengan menggunakan kitab Tafsir Al-Munir karya Wahbah az-Zuhaili sebagai rujukan utama. Metodologi yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik tafsir maudhu'i untuk memahami ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan karakteristik narsistik. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa psikoterapi *Narcissistic Personality Disorder* yang ditawarkan oleh Wahbah Az-Zuhaili sebagai solusi yaitu mendekatkan diri kepada Allah dan memperbaiki pola pikir, mengubah lingkungan ke arah yang lebih positif, serta perilaku menjadi lebih sehat dan baik. Sifat narsistik serupa dengan perilaku sombong, angkuh, dan membanggakan diri yang dilarang dalam agama Islam. Al-Qur'an menawarkan solusi psikologis dan spiritual untuk mengatasi perilaku ini melalui prinsip-prinsip rendah hati dan empati terhadap sesama.

**Kata Kunci:** *Narsistik; psikoterapi; Wahbah Az-Zuhaili*

## PENDAHULUAN

*Narcissistic Personality Disorder* (NPD) atau gangguan kepribadian narsistik merupakan gangguan mental, di mana individu cenderung merasa superior sehingga membutuhkan pengakuan, dan sering kali pengidap NPD ini tidak peka terhadap perasaan orang lain. Gangguan ini kerap kali mempengaruhi kemampuan seseorang dalam berinteraksi secara sehat terhadap lingkungan sosialnya. Sebagai kondisi yang semakin banyak terjadi di masyarakat, NPD bukan hanya sekedar berakar pada aspek psikologis tetapi juga pada budaya modern, khususnya dengan kehadiran media sosial yang secara nyata memfasilitasi perilaku narsistik dalam menunjukkan sisi negatifnya dari ekspresi diri yang berlebihan. Menurut Maramis, narsisme adalah perasaan cinta berlebihan terhadap diri sendiri yang dapat menimbulkan sikap egois dan merugikan orang lain.<sup>1</sup> Fenomena NPD yang semakin sering terjadi ini menimbulkan pertanyaan terkait perspektif Islam terhadapnya, terutama dalam perspektif Al-Qur'an, dalam memberikan panduan untuk mengatasi dan memahami sifat-sifat narsistik tersebut. Berbeda halnya dengan pendekatan psikologis modern, Al-Qur'an telah membahas perilaku negatif yang terkait dengan kepribadian narsistik, meski tidak menyebut istilah narsisme ini secara langsung. Konsep seperti sombong dan *takabur* dalam Al-Qur'an memiliki kemiripan dengan ciri-ciri narsisme yang dikenal dalam kajian psikologi. Wahbah az-Zuhaili dalam kitab Tafsir Al-Munir memberikan pandangan mendalam mengenai bagaimana sifat-sifat tersebut dibahas dalam ayat-ayat tertentu sebagai bagian dari perilaku yang harus dihindari oleh seorang Muslim sesuai dengan perintah Al-Qur'an.<sup>2</sup>

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting terhadap kajian psikologi Islam dengan menjelaskan pandangan Al-Qur'an terhadap gangguan kepribadian narsistik serta menawarkan solusi yang relevan untuk mengatasi sikap narsistik dalam konteks spiritual. Berdasarkan fenomena NDP yang semakin marak terjadi dewasa ini ada beberapa hal yang menarik untuk dibahas, tentang bagaimana penafsiran Wahbah az-Zuhaili terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan NPD dan bagaimana konsep psikoterapi yang ditawarkan oleh Al-Qur'an. Dengan menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan sifat narsistik melalui tafsir Al-Munir, diharapkan dapat menjelaskan konsep psikoterapi Al-Qur'an dalam menghadapi NPD dan relevansinya dalam kehidupan saat ini. Sehingga bermanfaat secara teoritis maupun praktis dalam menambah khazanah ilmu pengetahuan mengenai konsep narsistik dalam perspektif Islam. Juga diharapkan dapat membantu masyarakat dalam memahami dan mengelola perilaku narsistik sesuai dengan ajaran Al-Qur'an.<sup>3</sup>

Narcissistic Personality Disorder (NPD) merupakan gangguan kepribadian yang pertama kali dikonsepsikan oleh Sigmund Freud dalam tulisannya "*On Narcissism, An Introduction*" (1914). Istilah ini merujuk pada perilaku yang sangat berfokus pada kepuasan diri, dengan ciri-ciri seperti grandiositas (perasaan superior), keinginan kuat untuk mendapat

---

<sup>1</sup> W. F. Maramis, *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa, edisi kedua* (Surabaya: Airlangga University Press, 2010), h. 73.

<sup>2</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir, jilid 4* (Beirut: Dar al-Fikr, 2009), h. 325.

<sup>3</sup> A. Nasir Budiman, *Perspektif Muslim Tentang Kepribadian* (Bandung: Pustaka Pelajar, 1988), h. 138.

perhatian, serta kurangnya empati terhadap orang lain.<sup>4</sup> Orang dengan NPD cenderung menganggap dirinya sangat istimewa dan berharap mendapatkan perlakuan khusus dari orang lain. American Psychiatric Association dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – Fourth Edition* (DSM-IV-TR) menyatakan bahwa individu dengan NPD memiliki kebutuhan akan pengakuan sebagai superior tanpa adanya pencapaian yang sepadan.<sup>5</sup> Dalam literatur psikologi, adapun faktor penyebab NPD mencakup pengalaman masa kecil yang tidak sehat, dimana individu tidak menerima cukup kasih sayang atau perhatian yang penuh dari orang tua. Otto Kernberg menyebutkan bahwa kurangnya kasih sayang seseorang di masa kecil bisa memicu berkembangnya narsisme sebagai mekanisme pertahanan.<sup>6</sup> Peningkatan narsisme di era digital telah menjadi fenomena yang signifikan, dengan berbagai studi menunjukkan peningkatan antara 10-30% di kalangan pengguna media sosial.<sup>7</sup> Saat ini penggunaan media sosial juga dianggap sangat berkontribusi terhadap peningkatan gejala narsistik, terutama dalam menampilkan citra dirinya secara berlebihan untuk mendapat pengakuan sosial.<sup>8</sup>

### Perspektif Al-Qur'an tentang Sifat Narsistik

Meski istilah narsisme tidak muncul secara eksplisit dalam Al-Qur'an, konsep sifat sombong dan angkuh, yang dekat maknanya dengan narsisme, dapat dijelaskan sebagai perilaku yang dibenci Allah. Wahbah az-Zuhaili dalam Tafsir Al-Munir mengkaji beberapa ayat Al-Qur'an yang menyentuh sifat-sifat tersebut, antara lain ayat-ayat yang memuat tentang *takabur* dan *fakhr*.<sup>9</sup> *Takabur* (Kesombongan): Istilah ini digunakan dalam Al-Qur'an untuk menggambarkan individu yang menganggap dirinya lebih unggul dan tidak peduli terhadap orang lain. Surah Al-Qasas [28]:76-81 mengisahkan tentang Qarun yang sombong atas hartanya sehingga meremehkan orang lain, yang akhirnya mendapat hukuman dari Allah. Sikap takabur dihubungkan dengan narsisme karena adanya perasaan superioritas dan egoisme.<sup>10</sup>

*Ujub* (Kekaguman Berlebihan pada Diri Sendiri): Sifat *ujub* mengacu pada perasaan kagum berlebihan terhadap diri sendiri, sehingga sulit menilai diri secara objektif. Orang yang memiliki sifat ini cenderung melihat dirinya selalu benar dan superior. Al-Qur'an mengingatkan bahwa sikap seperti ini sangat bertentangan dengan sikap rendah hati yang dianjurkan dalam Islam.<sup>11</sup> *Riya'* (Pamer): Al-Qur'an juga memperingatkan sikap *riya'* atau

<sup>4</sup> J.E. Roedelstein, *Kamus Psikologi: Teori, Hukum, dan Konsep*, terj. Intan Irawati (Jakarta: Kencana, 2013), h. 45.

<sup>5</sup> Robert S. Feldman, *Pengantar Psikologi* (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), h. 282.

<sup>6</sup> Otto F. Kernberg, *Psikodinamik Narsisme* (New York: Basic Books, 1975), h. 45.

<sup>7</sup> McCain, J. L., & Campbell, W. K., "Narcissism and Social Media Use: A Meta-Analytic Review," *Psychology of Popular Media Culture*, vol. 7, no. 3, 2018, h. 308.

<sup>8</sup> D. Aprilian, Y. Elita, dan V. Afriyati, "Hubungan Antara Penggunaan Aplikasi Tiktok dengan Perilaku Narsisme Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 8 Kota Bengkulu," *Jurnal Ilmiah dan Bimbingan Konseling*, vol. 2, no. 3 (2020): h. 220.

<sup>9</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, jilid 3 (Beirut: Dar al-Fikr, 2009), h. 315.

<sup>10</sup> Al-Imam Abu Fida Isma'il Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, terj. Bahrin Abu Bakar (Jawa Tengah: Insan Kamil, 2022), h. 360.

<sup>11</sup> Ulfa Dj. Nurkamiden, "Cara Mendiagnosa Penyakit Ujub dan Takabur," *Jurnal Manajemen Pendidikan Agama Islam*, vol. 4, no. 1 (2016): h. 118.

pamer yang sering kali muncul dalam perilaku narsistik. *Riya'* dapat diartikan sebagai tindakan memperlihatkan amal perbuatan untuk mendapatkan pujian manusia, bukan karena keikhlasan kepada Allah. Sikap ini tampak dalam penggunaan media sosial saat ini, di mana individu dengan bangga berupaya menampilkan dirinya secara berlebihan untuk mengundang perhatian dan pengakuan.<sup>12</sup> Narsisme dalam konteks masyarakat Muslim dapat berdampak negatif secara sosial dan spiritual. Penelitian menunjukkan bahwa narsisme dapat mengurangi empati dan memperburuk hubungan antarindividu dalam komunitas, yang seharusnya menekankan solidaritas dan kebersamaan. Secara spiritual, narsisme berpotensi melemahkan nilai-nilai kerendahan hati yang diajarkan dalam Islam, mengarahkan individu pada fokus yang berlebihan pada diri sendiri dan menjauh dari keikhlasan dalam ibadah. Penelitian oleh Hafeez et al. (2019) menemukan bahwa tingkat religiositas Muslim secara signifikan berkorelasi negatif dengan kecenderungan narsisme, yang berarti bahwa keimanan yang lebih tinggi dapat menjadi pelindung dari sifat narsistik.<sup>13</sup>

### Solusi Al-Qur'an dalam Menangani Perilaku Narsistik

Wahbah az-Zuhaili dalam tafsirnya memberikan pemahaman tentang solusi yang ditawarkan oleh Al-Qur'an untuk mengatasi sifat-sifat negatif seperti narsisme, yaitu dengan cara memupuk kerendahan hati (*Tawadhu'*). Al-Qur'an menekankan pentingnya rendah hati dan tidak berlebihan dalam membanggakan diri sendiri. Sikap seperti ini bukan hanya menjaga hubungan yang harmonis dengan sesama tetapi juga membantu individu untuk memiliki pandangan yang lebih realistis tentang dirinya.<sup>14</sup> Meningkatkan empati dan kepedulian terhadap orang lain juga dapat menjadi solusi, kurangnya empati adalah ciri utama pengidap NPD. Al-Qur'an mendorong umat Muslim untuk selalu berempati dan saling mendukung, seperti yang termaktub dalam QS. Al-Hujurat [49]:10 yang menyatakan bahwa umat Muslim adalah saudara satu sama lain.<sup>15</sup> Menghindari sikap *riya'* juga mampu mencegah NPD berkembang pada diri seorang muslim, Al-Qur'an memerintahkan agar setiap amal perbuatan dilakukan dengan ikhlas, bukan untuk mendapatkan pujian. Wahbah az-Zuhaili menjelaskan bahwa tindakan pamer atau *riya'* hanya akan menjerumuskan seseorang pada sikap egois yang dapat merugikan diri sendiri.<sup>16</sup>

Kajian ini menunjukkan bahwa Islam menawarkan pendekatan psikoterapi yang relevan melalui ajaran-ajaran Al-Qur'an untuk mengatasi perilaku narsistik dengan menekankan penerapan sikap rendah hati dan ikhlas dan menjauhi sikap *riya'*, *ujub* dan *takabur* dalam berbuat kebaikan.

---

<sup>12</sup> A. Zakaria, *Prinsip-Prinsip Akhlaq Pokok-Pokok Akhlaq Tercela* (Garut: AZKA Press, 2020), h. 67-68.

<sup>13</sup> Hafeez, M., Saleem, M., Siddique, A. R., & Kasim, A. C., *Impact of Muslim Religiosity on Narcissism among University Students*, Department of Applied Psychology, The Islamia University of Bahawalpur, Pakistan, 2019, h. 6.

<sup>14</sup> A. Nasir Budiman, *Perspektif Muslim Tentang Kepribadian* (Bandung: Pustaka Pelajar, 1988), h. 138.

<sup>15</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Ar-Rahim Al-Quran dan Terjemah* (Bandung: CV Mikraj Khazanah Ilmu, 2004), QS. Al-Hujurat (49):10.

<sup>16</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir, jilid 4*,.... h. 325.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*).<sup>17</sup> Pendekatan ini bertujuan untuk mengumpulkan data secara mendalam dari sumber-sumber primer, yaitu Al-Qur'an dan kitab Tafsir Al-Munir karya Wahbah az-Zuhaili. Studi pustaka yang dipilih untuk memahami perspektif Al-Qur'an mengenai *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) melalui analisis dan interpretasi teks Al-Qur'an.<sup>18</sup> Sumber data yang digunakan yaitu Al-Qur'an dan kitab Tafsir Al-Munir oleh Wahbah az-Zuhaili yang menjadi sumber data utama. Kitab ini dipilih karena memberikan penafsiran mendalam terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan kajian sifat narsistik, seperti *takabur* (sombong), *ujub* (kagum berlebihan pada diri sendiri), dan *riya'* (pamer).<sup>19</sup> Juga literatur sekunder mencakup buku, artikel jurnal, dan penelitian yang membahas NPD dalam perspektif psikologi modern dan Islam, seperti karya Freud dan Kernberg yang mendalami psikologi narsistik.<sup>20</sup> Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran sumber pustaka secara sistematis, baik dari literatur cetak maupun digital. Data dianalisis dengan metode interpretasi tematik, yang mengelompokkan ayat-ayat Al-Qur'an dalam tema tertentu seperti narsisme, sifat sombong, dan bentuk terapi spiritual yang direkomendasikan dalam ajaran Islam.<sup>21</sup>

Data dianalisis menggunakan *content analysis* atau analisis isi, yaitu metode analisis data kualitatif yang lebih menekankan pada pemahaman mendalam terhadap makna-makna dalam teks. Proses analisis dilakukan dengan tahapan: Identifikasi Ayat dan *Term Relevan*: Mengidentifikasi ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan sifat narsistik, seperti QS. Al-Qasas [28]:76-81, QS. Az-Zukhruf [43]:51-55, QS. Saba [34]:34-37, dan lainnya. Analisis Tafsir Tematik: Ayat-ayat tersebut kemudian dianalisis menggunakan tafsir tematik untuk memahami penafsiran Wahbah az-Zuhaili tentang perilaku sombong dan pamer yang disamakan dengan sifat narsistik dalam ilmu psikologi. Penerapan Teori Kepribadian: Analisis melibatkan teori psikologi kepribadian dari sudut pandang Islam, seperti yang dijelaskan dalam Tafsir Al-Munir tentang sifat takabur dan *riya'* sebagai bagian dari perilaku yang harus dihindari.<sup>22</sup>

Tafsir Al-Munir karya Wahbah al-Zuhayli memiliki pendekatan tematik dan integratif yang membahas isu-isu kontemporer dengan bahasa yang mudah dipahami. Al-Zuhayli menekankan korelasi antara ayat-ayat Al-Qur'an dan konteks modern, mengedepankan aspek hukum Islam (fiqih) serta relevansinya dengan persoalan sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir maudhu'i, yaitu metode tafsir tematik yang menghimpun ayat-ayat dengan kesamaan tema untuk memberikan pemahaman yang komprehensif. Menurut al-Farmawi, pendekatan ini efektif dalam mengumpulkan dan

---

<sup>17</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), h. 3.

<sup>18</sup> Rifa'i Abu Bakar, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: SUKAPress UIN Sunan Kalijaga, 2021), h. 2.

<sup>19</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir, jilid 1* (Beirut: Dar al-Fikr, 2009), h. 15.

<sup>20</sup> Otto F. Kernberg, *Psikodinamik Narsisme* (New York: Basic Books, 1975), h. 45.

<sup>21</sup> M. Nazir, *Metode Penelitian* (Jakarta: PT. Ghalia Indonesia, 2003), h. 27.

<sup>22</sup> Conny R. Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya* (Yogyakarta: Grasindo Persada, 2015), h. 1-2.

menyusun ayat-ayat yang berkaitan dengan satu tema tertentu, dalam hal ini sifat-sifat narsistik dalam perspektif Al-Qur'an.<sup>23</sup>

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Ayat-Ayat Al-Qur'an tentang *Narcissistic Personality Disorder* (NPD)

Analisis pada ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan perilaku narsistik dilakukan untuk memahami bagaimana kitab Al-Quran dalam mengarahkan umatnya agar terhindar dari sifat-sifat seperti sombong, riya', dan bangga berlebihan yang mendekati karakteristik NPD. Wahbah az-Zuhaili dalam Tafsir Al-Munir memberikan interpretasi mendalam tentang berbagai bentuk perilaku narsistik, yang diungkapkan dalam *term takabur, ujub, dan fakhr* dalam Al-Qur'an.<sup>24</sup> Beberapa ayat yang dianalisis yaitu QS. Al-Qasas [28]:76-81 tentang kisah Qarun, ia menjadi contoh individu yang membanggakan kekayaannya secara berlebihan dan memandang rendah orang lain. Dalam kisah ini, Qarun dihukum Allah karena kesombongannya yang melampaui batas, yang menyiratkan bahwa sifat narsistik yang tak terkendali memiliki konsekuensi negatif baik secara spiritual maupun sosial. Wahbah az-Zuhaili menafsirkan bahwa kesombongan Qarun adalah bentuk *takabur* yang dapat membawa kehancuran.<sup>25</sup>

QS. Az-Zukhruf [43]:51-55 tentang sifat Fir'aun, ia dikenal sebagai sosok yang memanasifasikan grandiositas atau keinginan untuk dianggap unggul tanpa alasan yang sah. Sikap arogansinya terhadap nabi Musa dan Bani Israil merupakan cerminan dari rasa superioritas yang ekstrem, menunjukkan bagaimana Al-Qur'an mengutuk sikap narsistik dan menjelaskan bahwa sikap tersebut dapat membawa pada kebinasaan.<sup>26</sup> QS. Al-Hujurat [49]:11 tentang larangan merendahkan orang lain: Ayat ini menyiratkan bahwa perilaku narsistik sering kali melibatkan tindakan merendahkan atau menghina orang lain. Sikap seperti ini tidak hanya dapat mengganggu hubungan sosial, tetapi juga bertentangan dengan prinsip kerendahan hati yang dianjurkan dalam Islam.<sup>27</sup>

### Analisis Psikologis Narsisme dalam Tafsir Al-Munir

Wahbah az-Zuhaili juga menjelaskan bahwa sifat-sifat seperti *takabur* (sombong) dan *ujub* (kagum berlebihan pada diri sendiri) dapat merusak hubungan interpersonal dan merendahkan nilai spiritual seseorang. Berikut adalah penjabaran sifat-sifat tersebut dalam konteks psikologi Islam: *Takabur* (Sombong): Wahbah az-Zuhaili mendefinisikan *takabur* sebagai sikap angkuh dan meremehkan orang lain, yang tidak hanya dapat merugikan

---

<sup>23</sup> Abdul Hayy al-Farmawi, *Metode Tafsir Maudhu'i, terj. Rosihon Anwar* (Bandung: Pustaka Setia, 2002), h. 45.

<sup>24</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir, jilid 4,....* h. 325.

<sup>25</sup> Al-Imam Abu Fida Isma'il Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir, terj. Bahrun Abu Bakar* (Jawa Tengah: Insan Kamil, 2022), h. 360.

<sup>26</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir, jilid 3,....* h. 310.

<sup>27</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Ar-Rahim Al-Quran dan Terjemah* (Bandung: CV Mikraj Khazanah Ilmu, 2004), QS. Al-Hujurat [49]:11.

individu secara sosial tetapi juga dapat menghambat pertumbuhan spiritual.<sup>28</sup> *Ujub* (Kekaguman Berlebihan pada Diri Sendiri): Sifat *ujub* atau kagum berlebihan pada diri sendiri diartikan sebagai kesulitan dalam melihat kekurangan diri, sehingga sulit bagi seseorang dengan NPD untuk menerima nasihat. Sifat ini menyebabkan individu dengan NPD akhirnya tidak memiliki rasa empati terhadap orang lain dan menganggap diri mereka sebagai pusat perhatian.<sup>29</sup> *Riya'* (Pamer): *Riya'* didefinisikan sebagai pamer atau melakukan kebaikan untuk dipuji. Sifat ini, menurut Wahbah, adalah ciri yang semakin diperkuat dengan perkembangan media sosial saat ini, di mana semakin banyak individu mempublikasikan diri secara berlebihan untuk mencari pengakuan. Dalam perspektif psikologis Islam, *riya'* dianggap sebagai perilaku destruktif yang melemahkan ketulusan.<sup>30</sup>

### Solusi Psikoterapi dalam Perspektif Al-Qur'an

Al-Qur'an tidak hanya mengidentifikasi perilaku negatif tetapi juga memberikan panduan solusi spiritual dan praktis untuk mengatasi sifat narsistik. Wahbah az-Zuhaili dalam Tafsir Al-Munir mengusulkan beberapa terapi psikologis berbasis nilai spiritual yang dapat membantu mengatasi perilaku narsistik: Memupuk Sikap *Tawadhu'* (Rendah Hati): Sikap *tawadhu'* diajarkan dalam Al-Qur'an sebagai lawan dari *takabur*. Al-Qur'an mengingatkan umat manusia untuk selalu rendah hati, sebagaimana dalam QS. Luqman [31]:18, yang melarang manusia berjalan dengan angkuh di muka bumi. Sikap rendah hati ini adalah solusi bagi mereka yang memiliki kecenderungan narsistik, agar lebih peduli pada lingkungan dan dapat menghargai orang lain.<sup>31</sup>

Mengembangkan Empati dan Kasih Sayang: Islam sangat menekankan empati dalam berinteraksi sosial. QS. Al-Hujurat [49]:10 menyebutkan bahwa umat Muslim itu bersaudara dan saling mengasihi, merupakan bentuk kedekatan yang dianjurkan dalam agama. Mengembangkan empati adalah metode efektif dalam mengurangi perilaku egois dan narsistik.<sup>32</sup> Menghindari Sikap *Riya'* dengan Meningkatkan Keikhlasan: Al-Qur'an mendorong umatnya untuk beramal dengan ikhlas dan tidak mengharapkan pujian dari orang lain, seperti yang termaktub dalam QS. Al-Baqarah [2]:264. Wahbah az-Zuhaili menekankan bahwa setiap perbuatan harus didasari niat yang tulus kepada Allah, sehingga mampu menghilangkan dorongan untuk memamerkan diri.<sup>33</sup>

---

<sup>28</sup> Abdul Mujib, *Teori Kepribadian: Perspektif Psikologi Islam* (Jakarta: Rajawali Press, 2017), h. 331.

<sup>29</sup> Ulfa Dj. Nurkamiden, "Cara Mendiagnosa Penyakit Ujub dan Takabur," *Jurnal Manajemen Pendidikan Agama Islam*, vol. 4, no. 1 (2016): h. 118.

<sup>30</sup> A. Zakaria, *Prinsip-Prinsip Akhlaq Pokok-Pokok Akhlaq Tercela*,.... h. 67-68.

<sup>31</sup> A. Nasir Budiman, *Perspektif Muslim Tentang Kepribadian*,.... h. 138.

<sup>32</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Ar-Rahim Al-Quran dan Terjemah* (Bandung: CV Mikraj Khazanah Ilmu, 2004), QS. Al-Hujurat [49]:10.

<sup>33</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, jilid 1,.... h. 210.

## Relevansi Nilai Al-Qur'an untuk Terapi NPD di Era Modern

Pendekatan Al-Qur'an dalam menangani sifat narsistik tetap relevan dalam konteks modern saat ini dan di masa yang akan datang. Media sosial dan perubahan sosial yang pesat telah memperkuat perilaku narsistik di masyarakat. Ajaran-ajaran Al-Qur'an tentang rendah hati, empati, dan keikhlasan dalam bertindak memberikan landasan yang kuat untuk terapi psikologis berbasis agama dalam menghadapi tantangan di era digital.<sup>34</sup> Terapi berbasis Al-Qur'an juga diterapkan dalam konseling atau pendidikan dengan memanfaatkan ayat-ayat Al-Qur'an untuk memberikan ketenangan jiwa, mengatasi stres, dan meningkatkan spiritualitas. Metode ini meliputi membaca, mendengarkan, dan merenungkan makna ayat-ayat tertentu, seperti ayat tentang kesabaran atau ketenangan hati. Dalam pendidikan, terapi ini dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi dan mengajarkan nilai-nilai etika serta akhlak mulia. Pendekatan ini sering digabungkan dengan teknik konseling modern untuk efektivitas yang lebih besar. Penerapan ajaran Al-Qur'an mulai dari diri sendiri dan di lingkungan keluarga dapat mencegah menyebarnya NPD di masyarakat.

## PENUTUP

Penelitian ini menyoroti pandangan Al-Qur'an terhadap *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) melalui analisis terhadap ayat-ayat terkait dengan perilaku narsistik, yang diinterpretasikan oleh Wahbah az-Zuhaili dalam Tafsir Al-Munir. Beberapa kesimpulan utama yang diperoleh adalah sebagai berikut: NPD dalam Perspektif Al-Qur'an: Al-Qur'an mengaitkan sifat narsistik dengan sikap *takabur*, *ujub*, dan *riya'*. Sikap-sikap ini digambarkan sebagai perilaku negatif yang tidak hanya merusak hubungan sosial tetapi juga mengurangi kualitas spiritual seseorang. Kisah-kisah tokoh sombong seperti Qarun dan Fir'aun menjadi peringatan agar manusia tidak terjebak dalam keangkuhan dan rasa bangga berlebihan yang menjadi ciri utama narsisme. Solusi Psikologis dan Spiritual: Al-Qur'an menawarkan terapi berbasis nilai spiritual untuk mengatasi sifat narsistik, seperti menumbuhkan kerendahan hati (*tawadhu'*), meningkatkan empati terhadap orang lain, dan beramal dengan keikhlasan tanpa mengharapkan pujian. Wahbah az-Zuhaili menegaskan bahwa solusi ini berakar dari ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga akhlak mulia dan menghindari sikap egois. Relevansi dengan Era Modern: Pendekatan Al-Qur'an terhadap sifat narsistik relevan dalam menghadapi tantangan era modern, terutama di tengah pengaruh media sosial yang memperkuat perilaku narsistik. Nilai-nilai seperti rendah hati, empati, dan ketulusan dalam bertindak memberikan landasan yang kokoh untuk terapi psikologis dan spiritual dalam kehidupan sehari-hari.

Pengembangan Program Psikoterapi Berbasis Nilai Agama: Institusi pendidikan dan lembaga konseling dapat mengembangkan program yang mengintegrasikan ajaran-ajaran Al-Qur'an tentang rendah hati dan empati sebagai bagian dari terapi untuk individu yang menunjukkan gejala narsistik. Program seperti ini akan memberi manfaat dalam meningkatkan kualitas mental dan spiritual masyarakat. Pendidikan Moral dalam Lingkup

---

<sup>34</sup> Tri Dayakisni dan Hudaniah, *Psikologi Sosial* (Malang: UMM Press, 2009), h. 253.

Media Sosial: Dengan meningkatnya penggunaan media sosial, diperlukan pendidikan moral yang lebih intensif, terutama bagi generasi muda. Pendidikan ini diharapkan mampu menanamkan sikap ikhlas dan tidak pamer, agar mereka dapat memanfaatkan media sosial secara positif dan menghindari perilaku narsistik yang destruktif. Kajian Lanjutan: Penelitian selanjutnya dapat memperdalam kajian mengenai relevansi nilai-nilai Al-Qur'an terhadap terapi psikologi modern, khususnya dalam menangani gangguan kepribadian seperti NPD. Kolaborasi antara psikologi Islam dan terapi psikologi modern diharapkan dapat memberikan solusi yang lebih komprehensif dan aplikatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abd al-Ba'qy, M. F. *Al-Mu'jam al-Mufahras Li Alfa'z al-Qur'an al-Karim*. Beirut: Dar al-Kutub al-Misriyah, 1364 H
- Abu Bakar, R. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKAPress UIN Sunan Kalijaga, 2021.
- Aprilian, D., Elita, Y., & Afriyati, V. (2020). "Hubungan Antara Penggunaan Aplikasi Tiktok dengan Perilaku Narsisme Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 8 Kota Bengkulu." *Jurnal Ilmiah dan Bimbingan Konseling*, 2(3), 220.
- Budiman, A. N. *Perspektif Muslim Tentang Kepribadian*. Bandung: Pustaka Pelajar, 1988.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press, 2009.
- Dj. Nurkamiden, U. (2016). "Cara Mendiagnosa Penyakit Ujub dan Takabur." *Jurnal Manajemen Pendidikan Agama Islam*, 4(1), 118.
- Feldman, R. S. *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika, 2022.
- Hafeez, M., Saleem, M., Siddique, A. R., & Kasim, A. C. (2019). Impact of Muslim Religiosity on Narcissism among University Students. Department of Applied Psychology, The Islamia University of Bahawalpur, Pakistan.
- Ibnu Katsir, I. *Tafsir Ibnu Katsir Terj.* Bahrin Abu Bakar, Juz 1. Jawa Tengah: Insan Kamil, 2022
- Kementerian Agama Republik Indonesia. *Ar-Rahim Al-Quran dan Terjemah*. Bandung: CV Mikraj Khazanah Ilmu, 2004.
- Kernberg, O. F. *Psikodinamik Narsisme*. New York: Basic Books, 1975.
- Maramis, W. F. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa* (Edisi 2). Surabaya: Airlangga University Press, 2010.
- McCain, J. L., & Campbell, W. K. (2018). Narcissism and social media use: A meta-analytic review. *Psychology of Popular Media Culture*, 7(3), 308-316. <https://doi.org/10.1037/ppm0000137>
- Mujib, A. *Teori Kepribadian: Perspektif Psikologi Islam*. Jakarta: Rajawali Press, 2017.
- Nazir, M. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT Ghalia Indonesia, 2003.
- Quraish Shihab, M. *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata*. Jakarta: Lentera Hati, 2007.
- Reber, A. S., Reber, E. S., & Santoso, Y. *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.

- Roeckelein, J. E. *Kamus Psikologi: Teori, Hukum, dan Konsep* (Terj. Intan Irawati). Jakarta: Kencana, 2013.
- Semiawan, C. R. *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*. Yogyakarta: Grasindo Persada, 2015.
- Shihab, M. Q., et al. *Sejarah dan Ulumul Qur'an*. Jakarta: Pustaka Firdaus, 2013.
- Zakaria, A. *Prinsip-Prinsip Akhlaq Pokok-Pokok Akhlaq Tercela*. Garut: AZKA Press, 2020.
- Zed, M. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008.
- Zuhaili, W. *Tafsir Al-Munir* (Juz 3 & 4). Beirut: Dar al-Fikr, 2009.