

## TEORI PENYESALAN PERSPEKTIF BARAT DAN ISLAM: Sebuah Studi Literatur

Faraz

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia

[faraz.umaya@uii.ac.id](mailto:faraz.umaya@uii.ac.id)

### ABSTRAK

Alquran banyak berbicara tentang penyesalan, tetapi teori penyesalan lahir dan berkembang di Barat. Tujuan artikel ini ingin memperkenalkan teori penyesalan (regret theory) sekaligus membuat perbandingan penyesalan sebagai konsep Barat dengan pandangan Islam. Keunggulan teori penyesalan, konsepnya tidak hanya dapat menjelaskan sebuah fenomena, tetapi juga dapat menjadi semacam panduan perilaku orang (Zeelenberg & Pieters, 2007). Banyak orang menyesal karena salah memilih produk atau salah memilih jurusan untuk studinya, dan penyesalan tersebut muncul karena adanya proses berpikir *counterfactual* (Loomes dan Sugden, 1987), tinggi rendahnya penyesalan tergantung dari besar kecilnya tanggungjawab (Van Dijk dan Zeelenberg, 2002). Kajian ilmiah mengenai teori penyesalan perspektif Islam relatif langka baik di dalam maupun luar negeri. Tulisan hasil studi literatur ini merupakan upaya mengisi kekosongan itu. Dalam bukunya *Al-Quran wa ilm Nafs*, Prof. Najati (2008) menyatakan bahwa konsep “sedih” adalah suatu keadaan emosional yang muncul karena seseorang merasa berdosa, menyesali perbuatannya, mencela perbuatannya sendiri dan berandai sekiranya ia tidak melakukannya. Najati mengacu pada Alquran dan tidak menggunakan referensi Barat, tetapi penjelasannya tentang “sedih” itu sejalan dengan pemahaman Barat tentang *Regret* (penyesalan). Ungkapan Najati, “...mencela perbuatannya sendiri dan berandai sekiranya ia tidak melakukannya” sama dengan konsep atau frase Barat untuk konsep *regret* yakni “what might have been”.

**Kata Kunci:** *counterfactual, Islam, penyesalan, responsibility*

### PENDAHULUAN

Islam berbicara tentang penyesalan, QS. Al-Qiyamah ayat 2, “Aku bersumpah dengan jiwa yang menyesali (Lawwaamah)”. Fenomena penyesalan lainnya ditunjukkan dalam QS. Al-A-raf ayat 23, berupa ekspresi Penyesalan Adam dan Hawa. Kemudian QS. A Maidah ayat 31, berupa ekspresi penyesalan Qabil. Dan QS. Al Furqon ayat 27, berupa ekspresi penyesalan seorang yang zalim dengan berkata, “Andai saja dulu aku mengambil jalan bersama Rasul.” Demikian banyak Al-Qur’an memberikan data fenomena penyesalan namun kajian Islam mengenai penyesalan apalagi hingga melahirkan sebuah teori relatif langka. Sebaliknya teori penyesalan sudah sangat berkembang dalam versi Barat. Tulisan ini tidak bermaksud mengajukan suatu teori penyesalan perspektif Islam, melainkan sekadar mendeskripsikan sekaligus membandingkan fenomena penyesalan sebagai konsep Barat dengan pandangan Islam.

Penulis ingin memperkenalkan teori penyesalan karena faktanya teori ini belum begitu populer, padahal kontribusinya dalam memahami perilaku orang khususnya dalam proses pengambilan keputusan sangat besar, bahkan teori ini

juga dapat menjadi semacam panduan perilaku untuk memilih keputusan mana yang potensi penyesalannya lebih kecil (Zeelenberg & Pieters, 2007). Teori penyesalan merupakan pengembangan teori prospek (prospect theory) karya dua psikolog terkenal Daniel Kahneman dan Amos Tversky yang telah diapresiasi dunia melalui penghargaan Nobel Ekonomi Tahun 2002. Dalam konsep Barat, teori penyesalan berkaitan dengan pengambilan keputusan dalam kondisi ketidakpastian (uncertainty) bidang ekonomi. Cikal bakal dari teori ini berasal dari dua ekonom Amerika, Graham Loomes & Robert Sugden, yang pada tahun 1982 menulis artikel berjudul *Regret Theory: An Alternative Theory of Rational Choice Under Uncertainty*. Menurut Loomes dan Sugden (1982) teori prospek merupakan teori psikologi yang sangat kritis dalam menganalisis teori teori ekonomi dalam pengambilan keputusan, namun teori itu belum berbicara masalah kepuasan (satisfaction) sang pengambil keputusan yang bisa saja bergembira (rejoicing) karena sesuai harapan, sebaliknya bisa jadi menyesal (regret) karena jauh dari harapan. Sebuah keputusan yang tidak optimal (salah) akan membuat orang menyesal, dan penyesalan ini muncul karena adanya proses berpikir *counterfactual* (lawan dari fakta), kemudian tinggi rendahnya penyesalan tergantung dari besar kecilnya tanggungjawab (responsibility).

Secara spesifik belum ada tulisan Islam (bersumber Alquran dan Hadist) yang berbicara masalah teori penyesalan dalam kaitannya dengan teori yang dikembangkan Loomes dan Sugden (1982) tersebut. Data yang selama ini menjadi acuan ketika berbicara tentang penyesalan adalah Q.S. Al-Qiyamah ayat 1 dan 2. Dari studi awal yang dilakukan ditemukan adanya persamaan substantif dari fenomena penyesalan yang selama ini menjadi minat penulis dengan beberapa literatur Islam yang baru penulis dalami. Atas dasar itu tulisan ini bermaksud mendeskripsikan lebih dalam apa itu teori penyesalan versi Barat? Bagaimana konsep Islam tentang penyesalan. Persamaan dan perbedaan konsep penyesalan versi Islam dan Barat. Kritik atau sinergitas apa yang dapat dilakukan? Semua itu menarik untuk digali sebagai sumber ilmu pengetahuan baru dalam khasanah psikologi Islam.

## METODE

Studi literatur dengan analisis komparatif. Literatur versi Barat yang dikaji disini lebih banyak berupa artikel jurnal, sementara literatur versi Islam ada jurnal dan banyak juga berupa buku. Dari kajian literatur ini diharapkan dapat membandingkan apakah konsep “penyesalan” yang dipahami Barat adalah juga sama dengan apa yang selama ini tertulis dalam kitab suci Al-Qur’an? Bagaimana dengan aspek-aspeknya dan faktor penyebabnya. Perbedaan dan persamaannya dimana? Hasil dari penerapan metode ini diharapkan dapat setidaknya mengembangkan studi tentang “penyesalan” yang tidak hanya berbasis penelitian empiris versi Barat tetapi juga mendasari pada prinsip-prinsip kebenaran yang tertulis dalam Al-Qur’an.

## HASIL PENELITIAN

Konsep penyesalan, versi Barat, digunakan untuk menggambarkan suasana sedih (sorrow) atau kecewa (*disappointment*) atas sesuatu yang dikerjakan atau tidak dikerjakan (Landman, 1987). Meskipun, konsep penyesalan Barat dalam perkembangannya dapat terjadi hampir di semua kehidupan, tetapi awal dan utamanya adalah pada perilaku konsumen seperti

yang tampak pada beberapa batasan berikut: Penyesalan merupakan jenis emosi yang didasarkan sebuah perbandingan (Van Dijk dan Zeelenberg, 2002). Penyesalan merupakan respons terhadap hasil keputusan buruk (Pieters dan Zeelenberg, 2005). Penyesalan dikategorikan sebagai emosi kognitif, karena untuk memahami apakah konsumen mengalami penyesalan atas keputusannya atau tidak, konsumen yang bersangkutan semestinya telah berpikir, baik tentang produk yang dipilih maupun produk yang tidak dipilih (Landman, 1993; Zeelenberg, 1999).

Dalam konsep Islam, penyesalan merupakan sebuah emosi persisnya emosi negatif yakni sedih (*sadness*). Najati (2008) menjelaskan “sedih” adalah suatu keadaan emosional yang muncul karena seorang merasa berdosa, kemudian menyesali perbuatannya, mencela diri sendiri dan berandai sekiranya ia tidak melakukannya. Batasan sedih yang dirumuskan Najati ini mirip sekali dengan pemahaman penyesalan versi Barat yakni *regret*, padahal Najati hanya mengacu pada Alquran (surat Al Qiyamah ayat 1-2) dan tidak menggunakan referensi Barat satu pun. Konsep Barat menyatakan bahwa penyesalan berdasarkan konsep 8 emosi dasar dari Plutchik masuk dalam emosi negatif dan lebih dekat dengan *sadness* (Richins, 1997). Menurut Schouborg (1978) penyesalan bersinonim dengan *sadness*, ia berada pada satu garis kontinum dengan *sadness*, dimana intensitas *sadness* relatif lebih tinggi dibandingkan penyesalan. Ungkapan Najati (2008), “...mencela perbuatannya sendiri dan berandai sekiranya ia tidak melakukannya” sama dengan konsep atau frase Barat untuk *regret* (penyesalan) yakni “what might have been”. Roese (2005) lewat bukunya *If Only*, menyebutkan bahwa berpikir tentang “what might have been” bagi manusia merupakan sesuatu yang tidak dapat dielakan.

Dinamika psikologi penyesalan versi Barat adalah sebagai berikut: bahwa penyesalan merupakan jenis emosi yang muncul ketika konsumen meragukan kualitas dari produk yang ia pilih (beli), kemudian ia berpikir bahwa produk lain yang sebelumnya juga menjadi pertimbangan untuk dibeli (tetapi tidak jadi) mungkin saja (diketahui) mempunyai kualitas yang lebih baik. Jika pada kenyataannya benar bahwa produk (alternatif) yang tidak jadi dibeli mempunyai kualitas yang lebih baik, maka konsumen akan mengalami penyesalan. Berpikir tentang “seandainya membuat keputusan yang berbeda” itu disebut berpikir *counterfactual*, dan berpikir seperti ini merupakan kecenderungan yang ada pada konsumen dan bersifat otomatis, yakni membandingkan antara hasil (*outcome*) dari keputusannya memilih dengan hasil dari apa yang mereka akan terima seandainya melakukan pilihan yang berbeda (Loomes dan Sugden, 1987). Kecenderungan untuk membandingkan ini dimungkinkan karena pengambilan keputusan merupakan proses memilih alternatif tertentu dari sejumlah alternatif yang ada. Artinya, ketika konsumen mengambil keputusan untuk memilih alternatif, maka ada sejumlah alternatif lain yang tidak dipilih.

Menurut Bell (1982), Loomes dan Sugden (1987) teori penyesalan dibangun berdasarkan dua asumsi. Pertama, pada dasarnya konsumen cenderung membandingkan antara hasil (*outcome*) dari keputusannya memilih dengan hasil dari apa yang mereka akan terima seandainya melakukan pilihan yang berbeda. Kedua, konsumen cenderung mengantisi pasi perasaan penyesalan sebelum membuat keputusan, karenanya seringkali mereka mengubah pilihan untuk menghindari potensi penyesalan. Dari dua

kecenderungan ini, psikologi penyesalan dapat dikaji baik sebagai anteseden maupun konsekwensi.

### **Antisipasi Penyesalan**

Konsumen dalam mengambil keputusan tidak hanya berusaha untuk memaksimalkan keuntungan dari produk yang akan dibeli tetapi juga ia akan memilih pilihan yang dapat menghindarinya dari emosi negatif (Simonson, 1992). Bul Bul dan Meyvis (2006) mengatakan bahwa antisipasi penyesalan atau upaya untuk meminimalisir penyesalan merupakan kasus yang sering muncul dalam pengambilan keputusan konsumen. Konsumen pada dasarnya dapat mengantisipasi mengenai perasaan yang akan muncul pasca keputusan baik itu negatif atau positif (Ritov dan Baron, 1994).

Penelitian tentang antisipasi penyesalan dalam literatur lebih banyak berkaitan dengan masalah waktu. Misalnya, membeli lebih awal dapat saja menimbulkan penyesalan karena dapat kehilangan peluang lebih baik di kemudian hari, atau sebaliknya membeli di akhir waktu, juga dapat menimbulkan penyesalan karena ternyata peluang di awal lebih baik. Mana yang lebih *menyesal* antara membeli sekarang atau membeli pada waktu kemudian apabila hasilnya sama-sama negatif? Kondisi yang diasumsikan akan lebih *menyesal* adalah membeli pada waktu kemudian, karena konsumen yang memutuskan untuk membeli pada waktu kemudian, akan mempunyai dua beban psikologis, yaitu tidak hanya beban terhadap kemungkinan hasil keputusannya buruk, tetapi juga beban karena sudah menunggu lama (Cooke, Meyvis dan Schwartz, 2001).

Antisipasi penyesalan juga dikaji berkaitan dengan pilihan terhadap dua produk (barang dan jasa) yang berisiko dan tidak berisiko. Produk tidak terkenal berkualitas jelek dan murah dikategorikan sebagai produk yang berisiko, sebaliknya produk yang terkenal dan berkualitas bagus tetapi mahal dikategorikan sebagai produk tidak berisiko. Konsumen yang memutuskan membeli produk yang terkenal dan mahal harganya akan mempunyai tingkat penyesalan yang lebih rendah dibandingkan konsumen yang memutuskan membeli produk tidak terkenal dan murah harganya (Simonson, 2000). Mengapa demikian, karena ketika konsumen memilih produk dengan merek terkenal, secara tidak langsung ia telah melimpahkan sebagian perasaan tanggungjawabnya (responsibilitas) kepada merek terkenal itu.

### **Penyesalan sebagai konsekwensi**

Tsiros dan Mittal (2000) mendefinisikan penyesalan pasca keputusan sebagai respons emosional yang berasal dari perbandingan antara kualitas produk yang dipilih dengan kualitas produk yang tidak dipilih. Berdasarkan definisi ini, penyesalan merupakan diskonfirmasi dari sebuah harapan, yang menurut Tsiros dan Mittal mirip dengan konsep kepuasan. Namun, mereka menjelaskan bahwa penyesalan dan kepuasan merupakan dua konstruk yang terpisah. Penyesalan itu merupakan hasil perbandingan antara satu produk dengan produk lain, sementara kepuasan merupakan hasil perbandingan antara produk yang dibeli dengan harapannya semula tentang kualitas produk dimaksud.

Untuk menggambarkan bentuk penyesalan sebagai konsekwensi dalam kehidupan sehari-hari, penulis pernah melakukan studi dengan mewawancarai

55 warga di kelurahan Condongcatur, Depok, Sleman, selama Januari 2010. Informan dalam studi ini mayoritas laki-laki (48 orang) yang bekerja sebagai pegawai (negeri dan swasta), wiraswasta, mahasiswa, dan ibu rumah tangga. Berdasarkan usia, antara 20 – 40 tahun sebanyak 19 orang dan usia 40-60 tahun sebanyak 36 orang. Hasil studi menunjukkan: Pertama, umumnya informan sebagai konsumen tetap ingat dan merasakan penyesalan atas keputusannya membeli produk atau transaksi lainnya, meskipun sudah bertahun-tahun. Kedua, mereka yang mengalami penyesalan pasca pembelian akan segera melakukan perubahan (mengubah) keputusan pilihannya pada kesempatan berikutnya. Ketiga, informan dapat mengalami penyesalan tidak hanya pada produk-produk yang berharga relatif mahal, seperti mobil, rumah, motor, tetapi juga pada pembelian sepatu, pakaian, tas, dan buku. Keempat, persepsi penyesalan yang dilontarkan masyarakat umum sangat beragam dibandingkan mahasiswa. Kelima, faktor-faktor seperti ketidakpastian, harapan, tanggungjawab, dan kesalahan sendiri, yang merupakan faktor-faktor penyebab penyesalan, terungkap dari hasil wawancara tersebut.

Islam sangat berkepentingan untuk mengkaji masalah penyesalan terutama yang berkaitan dengan perilaku konsumen. Ada beberapa alasan untuk itu. Pertama, budaya atau sub-budaya merupakan isu penting dalam penelitian perilaku konsumen karena keduanya mempengaruhi motivasi dan keputusan mengkonsumsi atau berbelanja. Elemen paling penting dalam budaya adalah agama. Dalam siklus hidup setiap individu, agama mempunyai intervensi yang kuat dalam pengambilan keputusan ekonomi atau keputusan berbelanja (Lotfizadeh, 2013). Kedua, teori perilaku konsumen yang dikembangkan Barat pasca lahirnya paham Kapitalisme dengan nama khas “economic rationalism” dan “utilitarianism” sangat tidak sesuai dengan manusia sebagai makhluk beragama. Rasionalisme ekonomi menafsirkan perilaku manusia sebagai perilaku yang sangat mengutamakan perhitungan (rasional). Paham ini juga mengasumsikan bahwa tujuan konsumen adalah memaksimalkan “kepuasan” tetapi tanpa dibarengi dengan kemanfaatannya, hal ini menjadi sesuatu yang aneh. Rasionalisme ekonomi juga menegaskan bahwa konsep kepuasan yang dimaksud bukan untuk diterapkan pada tujuan-tujuan tertentu seperti spiritual, material maupun aspek lainnya (Fasa, 2016).

Teori perilaku konsumen Barat tersebut dapat dibedakan dengan konsep ekonomi Islam, terutama menyangkut masalah-masalah prinsip dan dalil yang digunakan. Dalam versi Barat, perilaku konsumen mengacu kepada bagaimana individu mengalokasikan sejumlah uang untuk beragam barang dan jasa untuk memaksimalkan kepuasan, sebaliknya ekonomi Islam mendesain prinsip rasionalitas dan konsumsi secara moderat dan jauh dari cara-cara ekstrim. Rasionalisme dalam konteks Islam mendorong konsumen untuk memaksimalkan kemanfaatan untuk dirinya dengan mempertimbangkan faktor agama, bangsa, sejarah, dan nilai-nilai sosial dan budaya (Fasa, 2016). Menurut Fahim Khan (Fasa, 2016) tingkat konsumsi konsumen rasional dan konsumen religius (Islam) adalah sangat berbeda. Konsumen rasional hanya berorientasi pada kepuasan duniawi, konsumen religius menginginkan kepuasan di dunia maupun pasca kematian (akhirat). Konsumen rasional didasarkan pada upaya mengisi kebutuhan dan bukan memuaskan keinginan. Konsumen religius melarang apa yang namanya israf dan tabzir. Israf berarti berbelanja atau mengkonsumsi yang dibutuhkan dengan melampaui batas, sementara tabzir mempunyai makna

berbelanja atau mengkonsumsi yang tidak dibutuhkan. Konsumen religius mengklasifikasi kebutuhan ke dalam tiga kategori, ada yang namanya “daruriyyat” atau kebutuhan hidup seperti makan, pakaian, perlindungan, pendidikan dan kesehatan. Kedua, memperbaiki kualitas kebutuhan yang dianggap sebagai “hajiyyat” atau kebutuhan komplemen. Ketiga kebutuhan tahsiniyyat atau kebutuhan untuk kepuasan atas pengakuan atau status sosial.

### Faktor Penyebab Penyesalan

Studi tentang penyesalan sejak 1982 dapat dipilah, setidaknya, menjadi 4 kelompok. Pertama, studi yang berkaitan dengan pembuktian faktor (variabel) apa saja yang memunculkan penyesalan. Kedua, studi tentang perbandingan penyesalan dengan emosi spesifik lainnya, seperti kecewa (*disappointment*), sedih (*sadness*), perasaan sedih yang mendalam (*grief*), dan kepuasan (*satisfaction*). Ketiga, studi tentang ragam bentuk penyesalan seperti *hot regret* atau *wistful regret*; Keempat, studi tentang sumber penyesalan di dalam sistem dan struktur otak. Berdasarkan keempat kelompok kajian penyesalan tersebut, untuk artikel ini, penulis memilih kelompok kajian yang ingin membuktikan faktor apa saja yang memunculkan penyesalan. Kelompok ini merupakan arus utama dalam studi penyesalan (Zeelenberg dan Pieters, 2007).

Beberapa studi awal tentang faktor apa saja yang memunculkan penyesalan, antara lain: Pertama, penelitian tentang tipe keputusan (bertindak atau tidak bertindak) dan pengaruhnya pada penyesalan oleh Kahneman dan Tversky (1982). Eksperimen yang dilakukan mereka menunjukkan bahwa bertindak (*action*) lebih berpengaruh terhadap munculnya penyesalan dibandingkan tidak bertindak (*inaction*). Temuan ini menjawab fenomena perilaku para pebisnis yang bersikap *wait and see* ketika perekonomian dalam kondisi tidak menentu (tidak stabil), karena bertindak (*action*) mempunyai beban psikologi yang lebih besar dibandingkan *wait and see* (*inaction*).

Kedua, studi yang dilakukan Landman (1987). Landman memberikan penjelasan, melalui konsep ‘*actor effect*’, mengapa bertindak lebih berpengaruh terhadap munculnya intensitas penyesalan dibandingkan tidak bertindak. Menurutnya, ‘*actor effect*’ berkaitan dengan konsep atribusi, dimana reaksi afektif akan lebih kuat ketika keputusan dapat diatribusikan ke ‘*actor*’.

Ketiga, hasil studi yang dilakukan Ritov dan Baron (1990) menyebutkan bahwa orang yang mengalami kerugian dengan bertindak dinilai lebih mempunyai tanggungjawab (*responsibility*) dibandingkan orang yang mengalami kerugian yang sama tetapi tidak bertindak. Penelitian Ritov dan Baron ini memperkenalkan faktor responsibilitas sebagai penyebab munculnya penyesalan.

Keempat, penelitian yang dilakukan Gilovich dan Medvec (1995), menyebutkan bahwa bertindak tidak selalu lebih tinggi tingkat penyesalannya dibandingkan tidak bertindak. Berdasarkan faktor waktu (dalam jangka panjang), banyak emosi penyesalan yang dialami orang justru ketika mereka tidak bertindak. Kesimpulannya, pengaruh keputusan bertindak atau tidak bertindak terhadap emosi penyesalan tergantung pada pola waktu yang menyertainya. Dalam jangka pendek, bertindak mungkin akan lebih besar tingkat emosi penyesalan-nya, sebaliknya dalam jangka panjang, tidak bertindak lebih tinggi tingkat emosi penyesalannya.

Kelima, studi yang dilakukan Zeelenberg dkk. (1998), menyebutkan bahwa individu akan sulit mengalami penyesalan apabila keputusannya lebih disebabkan rekomendasi orang lain dibandingkan keputusan sendiri. Mereka ingin mengatakan bahwa bertindak atau tidak bertindak bukan pemicu utama munculnya penyesalan, tetapi ada atau tidak adanya faktor rekomendasi lebih menentukan munculnya penyesalan.

Keenam, studi yang dilakukan Inman dan Zeelenberg (2002) menyebutkan bahwa perilaku bertindak atau tidak bertindak dan pengaruhnya pada penyesalan tergantung dari ada tidaknya justifikasi. Mereka memberi contoh pada orang yang mengambil keputusan untuk bertahan (*status quo*) dengan orang yang memutuskan untuk berpindah (*switching*) dalam membeli sebuah produk. Apabila pengalaman sebelumnya dalam membeli produk mendapatkan hasil buruk, maka bertindak atau *switching* akan dilihat sebagai keputusan yang lebih baik dan karenanya dapat menghindari penyesalan dibandingkan tidak bertindak atau *status quo*.

### Aspek-aspek Psikologi Penyesalan

Roseman dkk. (1994) menyebutkan bahwa emosi dapat dibedakan berdasarkan aspek: *feeling, thoughts, action tendencies, action, dan emotivational goals* (Zeelenberg dkk., 1998: 221). Kelima aspek emosi ini kemudian dikembangkan Zeelenberg dkk. (1998) menjadi sepuluh (10) item penyesalan. Tipe respons *feelings*, terdiri dari item: (1). *Feel a sinking feeling*; dan (2). *Feel that you should have known better*. Tipe respons *thoughts*, terdiri dari item: (1). *Think about what a mistake you made*; dan (2). *Think about a lost opportunity*. Tipe respons *action tendencies*, terdiri dari: (1). *Feel the tendency to kick yourself*; dan (2). *Feel the tendency to correct your mistake*. Tipe respons *action*, terdiri dari: (1). *Do something differently*; dan (2). *Change the situation*; Tipe respons *emotivational*, terdiri dari: (1). *Want to undo the event*; dan (2). *Want to get a second chance*;

Dari 5 aspek atau 10 item penyesalan tersebut terlihat bahwa psikologi penyesalan lebih didominasi masalah kognitif disamping afektif. Hal ini sesuai dengan penelitian Camille dkk. (2004) yang menemukan bahwa proses kognitif yang memunculkan berpikir *counterfactual* pada dasarnya bersumber pada sisi otak kanan manusia yang disebutnya "Orbitofrontal cortex". Pembuktiannya dilakukan melalui eksperimen kepada dua kelompok: orang yang normal dan orang yang mengidap penyakit (pasien) *orbitofrontal cortex*. Ketika diminta untuk berimajinasi atau ber-*counterfactual*, pada orang normal tidak mengalami kesulitan, tetapi bagi penderita *orbitofrontal cortex* tidak dapat melakukannya. Sehingga Camille berkesimpulan bahwa *orbitofrontal cortex* berpengaruh terhadap fungsi berpikir *counterfactual*, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap munculnya penyesalan.

Dalam pandangan Islam, penyesalan berkaitan dengan seseorang yang berbuat salah atau dosa kemudian ia menyadari. Ketika muncul kesadaran pasca berbuat dosa, saat itulah mengalami penyesalan. Namun penyesalan ini bukan sesuatu yang buruk, karena adanya penyesalan ia dapat memunculkan perilaku yang lebih baik untuk mengoreksi perilaku sebelumnya. Dalam konteks lain, penyesalan dimasukkan sebagai salah satu aspek taubat yang diterima Allah. Orang taubat harus mengalami perasaan penyesalan, tanpa penyesalan maka taubat hanyalah suatu kebohongan (Nofiar, 2015). Aspek taubat antara lain:

pertama, meninggalkan kemaksiatan yang pernah dilakukan. Kedua, mengalami penyesalan yang kuat. Ketiga, bertekad untuk tidak melakukannya lagi. Syarat terpenting dalam taubat adalah rasa menyesal. Rasulullah saw pernah bersabda bahwa *inti dari taubat adalah penyesalan*. Maka langkah pertama untuk taubat adalah mengakui bahwa dirinya telah melakukan kesalahan dan menyesali perbuatan itu.

**Tabel. 1 : Perbandingan Konsep Penyesalan Barat vs Islam**

No.	Atribut	Penyesalan versi Barat	Penyesalan versi Islam
1	Definisi	Emosi negatif yang muncul karena membandingkan produk yang dibeli dengan yang tidak dibeli	Emosi negatif yang muncul karena membandingkan perilaku yang dilakukan dengan yang seharusnya
2	Aspek-aspek	Perasaan, pemikiran, kecenderungan bertindak, bertindak dan tujuan emotivational	Perasaan, pemikiran, kecenderungan bertindak, bertindak dan tujuan mencari keridlaan Allah
3	Faktor penyebab	Keputusan buruk, berpikir counterfactual, responsibili dan kesalahan diri.	Keputusan tidak sesuai perintah Allah, berpikir counterfactual, responsibiliti dan kesalahan diri.
4	Ranah fenomena	Anteseden dan Konsekwensi	Konsekwensi
5	Sumber kemunculan	Orbitofrontal cortex	Jiwa dalam kondisi lawwamah.

## DISKUSI

Penyesalan perspektif Barat dapat dikatakan sudah sangat maju. Mereka sudah merumuskan tidak hanya aspek apa saja tetapi juga skala dan item dari penyesalan. Fenomena penyesalan di Barat maju terutama tidak lepas dari peran dan kontribusi teori penyesalan yang sangat membantu dalam menganalisis perilaku ekonomi orang, yakni perilaku yang menjadi prioritas masyarakat modern yang mempunyai prinsip waktu adalah uang. Penyesalan di Barat berkembang juga berkaitan dengan kemajuan teknologi dalam menghasilkan produk yang sangat beragam yang semula dianggap dapat menyenangkan tetapi sebaliknya menyulitkan dan tidak sedikit yang mengalami stres. Schwartz (2004) mengatakan bahwa rakyat Amerika banyak yang mengalami stress bahkan depresi akibat setiap hari menghadapi banyak pilihan produk setiap keputusannya membeli berpotensi mengalami penyesalan. Sangat majunya kajian



penyesalan di Barat dibuktikan dengan hasil temuan ilmiah melalui organ otak yang menyebutkan bahwa sumber biologis penyesalan adalah di area orbitofrontal cortex.

Sumber penyesalan dalam Islam bukan di otak (orbitofrontal cortex). Kitab suci Alquran dan Hadist Nabi yang diabaikan para peneliti Barat telah menegaskan bahwa sumber penyesalan itu bukan di otak tetapi “jiwa” atau di hati nurani (Qalbu). Jiwa atau hati nurani itu tempatnya di jantung. Karzon (2010) mengkategorikan kondisi jiwa ke dalam tiga bagian. Pertama, jiwa yang menyuruh berbuat buruk disebut nafsu ammaarah. Kedua, jiwa yang menyesal disebut nafsu *lawwamah*. Ketiga, jiwa yang tenang disebut nafsu muthmainnah. Penyesalan versi Barat mengisyaratkan peran kognitif yang lebih kuat untuk munculnya emosi penyesalan yaitu proses berpikir *counterfactual*, lalu bagaimana dengan jiwa dapat memunculkan emosi penyesalan? Pesatnya perkembangan teknologi modern di dunia kedokteran memungkinkan operasi pencangkokan organ tubuh manusia dan salah satunya organ jantung. Sudah banyak kasus operasi transplantasi jantung yang berhasil dan memberikan kesehatan kembali kepada orang-orang yang divonis mati akibat jantungnya bermasalah. Namun, keberhasilan proses operasi jantung yang terjadi dewasa ini banyak memunculkan persoalan baru terutama yang dialami para penerima donor jantung. Para penerima cangkok jantung merasakan banyak keanehan yang dialami psikologi dirinya. Aslinya introvert tiba-tiba berubah menjadi orang yang sangat ekstrovert. Aslinya tidak menyukai musik klasik sejak menerima donor jantung ia pun berubah. Orang yang sama tetapi ketika jantungnya berubah perilakunya pun berubah sehingga banyak peneliti saat ini meyakini bahwa jantung itu adalah pemimpin otak (Nofiar, 2015). Menurut penelitian mutakhir mengatakan bahwa jantung manusia juga mempunyai banyak informasi mengenai diri seseorang. Jantung ditemukan mempunyai sistem saraf yang khusus dalam mengolah informasi yang datang dari seluruh tubuh. Jantung lebih banyak mengirim informasi ke otak daripada sebaliknya. Inilah argumentasi bagi sumber emosi penyesalan versi Islam. Menurut Nofiar (2015) jiwa atau qalbu mempunyai beberapa fungsi antara lain: fungsi keimanan (spiritual), fungsi akal dan pengetahuan (kecerdasan) dan fungsi emosional. Dengan demikian dapat dipahami bila banyak peneliti yang mengatakan bahwa pemimpin otak adalah jantung dan emosi penyesalannya bersumber dari jiwa yang menempel di jantung.

## KESIMPULAN

Berdasarkan gejala yang ditimbulkan, penyesalan versi Barat relatif sama dengan Islam yakni sesuatu yang tidak diinginkan sehingga berharap tidak perlu terjadi. Mereka akan menyalahkan dirinya sendiri dan berandai andai mereka semestinya melakukan hal lain. Namun orientasi konsep penyesalan Barat dan Islam sangat berbeda. Penyesalan versi Barat hanya berbicara masalah urusan duniawi khususnya pengambilan keputusan dalam bidang ekonomi atau bidang lainnya, sementara penyesalan versi Islam berorientasi pada hubungan manusia dan Tuhannya. Sumber kemunculan dari penyesalan juga berbeda, Barat meyakini bahwa penyesalan bersumber di otak (orbitofrontal cortex) sementara Islam menegaskan bahwa sumber penyesalan itu dalam jiwa (*lawwamah*).

## DAFTAR PUSTAKA

- Bell, D., E. (1982). Regret in decision making under uncertainty. *Operation Research*, 30(5), 961-981.
- Bulbul, C., & Meyvis, T. (2006). When consumer choose to restrict their option: anticipated regret and choice set size preference. *Journal of Consumer Research*, 27, 151-172.
- Camille, N., et al. (2004). The involvement of the orbitofrontal cortex in The experience of regret. *Science*, 304, 1167-1170.
- Cookie, A.D.J., Meyvis, T., & Schwartz, A. (2001). Avoiding future regret in purchase-timing decisions. *Journal of Consumer Research*, 27(March), 447-459
- Fasa, M. I. (2016). Critical review: is religiousity an determinant on Muslim consumer behavior in Malaysia. *Journal of Applied Management Science*, 2(8).
- Gilovich, T., & Medvec, V., H. (1994). The Temporal pattern to the experience of regret. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 357-365.
- Kahneman, D. & Tversky, A. (1979). Prospect theory: an analysis of decision under risk, *Econometrica*, 47, 263-291.
- Karzon, A. A. (2010). *Tazkiyatun nafs* (terjemahan). Jakarta: Akbarmedia
- Landman, J. (1987). Regret: a theoretical and conceptual analysis. *The Theory of Social Behaviour*, 17(2), 135-160.
- Landman, J. (1993). *Regret: The persistence of the possible*. New York: Oxford University Press.
- Loomes, G., & Sugden, R. (1982). Regret theory: An alternative theory of rational choice under uncertainty. *The Economic Journal*, 92, 805-824.
- Loomes, G., & Sugden, R. (1987). Testing for regret and disappointment in choice under uncertainty. *The Economic Journal*, 97, 118-129.
- Lotfizadeh, F. (2013). Religion and family structure: Two factors affecting on consumer decision making styles in Iran. *International Journal of Business and Management*, 3(2), 107-119.
- Najati, M. U. (2008). *Psikologi Qur'ani* (terjemahan). Surakarta: Aulia Press.
- Nofiar, Yon (2015). *Qalbu quotient: Heart-based behavioral management*. (terjemahan) Jakarta: Griya Ilmu.
- Pieters, R., & Zeelenberg, M. (2005). On bad decision and deciding badly: when intention behavior inconsistency is regrettable. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 97, 18-30.
- Pieters, R., & Zeelenberg, M. (2007). A theory of regret regulation 1.1. *Journal of Consumer Psychology*, 17(1), 29-35.
- Roese, N.J. (2005). *If only*. New York: Broadway Books.
- Simonson, I. (1992). The influence of anticipating regret and responsibility on purchase decisions. *Journal of Consumer Research*. 19(June), 105-118.
- Schouborg, G. (1978). *Philosophical issues in the psychological diagnosis of guilt*
- Schwartz, B. (2004). Tyranny of choice. *Scientific American*, April. 23-29.

- Tsiros, M., & Mittal, V. (2000). Regret: a model of its antecedent and consequences in consumer decision making. *Journal of Consumer Research*, 26, 401-417.
- van Dijk, W. W., & Zeelenberg, M. (2002). Investigating the appraisal pattern of regret and disappointment. *Motivation and Emotion*, 26(4), 321-331.
- Zeelenberg, M. (1999). Anticipated regret, expected feedback and behavioral decision making. *Journal of Behavioral Decision Making*, 12, 93-106.
- Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2007). A theory of regret regulation 1.0. *Journal of Consumer Psychology*, 17(1), 3-18.

والله أعلم بالصواب