

LIMA PILAR RUKUN ISLAM SEBAGAI PEMBENTUK KEPERIBADIAN MUSLIM

Nurjannah

Abstrak

Tulisan ini bermaksud menjabarkan cara atau metode canggih dalam menggapai kepribadian muslim sejati menggunakan lima pilar Rukun Islam yang terdiri dari syahadat, shalat, zakat, puasa dan haji. Bahasan dilakukan dengan cara berfikir mendalam dengan mensinergikan dan memaknai lima pilar Rukun Islam menggunakan cara kerja psikologi dalam membentuk kepribadian muslim. Hasil kajian menunjukkan bahwa Rukun Islam merupakan salah satu pendekatan yang diciptakan Allah untuk membentuk kepribadian muslim, dengan cara memberikan beberapa latihan dasar supaya terbentuk habit atau pembiasaan yang nantinya melahirkan sifat dan perilaku positif yang menetap. Latihan dasar yang disediakan Allah untuk membentuk sifat dan perilaku positif tersebut, diawali dengan latihan lisan (syahadat), dilanjutkan dengan latihan jiwa raga (shalat), diikuti dengan latihan kepemilikan materi (zakat), disertai dengan latihan pengendalian nafsu dan syahwat (puasa), diakhiri latihan paripurna mencakup keempatnya yakni (haji). Lima pilar Rukun Islam akan benar-benar efektif menghasilkan sosok kepribadian muslim yang prima bagi pengamalannya ketika lima pilar tersebut dilaksanakan dengan menyatukan sisi syar'i dan hakiki.

Kata Kunci: *Lima Pilar Kepribadian Islam, Kepribadian Muslim*

A. Pendahuluan

Baik buruk sikap dan perilaku manusia banyak ditentukan oleh kepribadian seseorang, yang mana masalah kepribadian ini secara keilmuan dikaji dalam ranah ilmu psikologi. Menurut para pakar psikologi, pemahaman tentang kepribadian sangat dipengaruhi oleh paradigma yang dipakai sebagai acuan untuk mengembangkan teori kepribadian. Paradigma

yang berbeda akan menghasilkan teori kepribadian yang berbeda. Pada ranah ilmu psikologi ini, dalam kajian kepribadian dikenal ada empat paradigma yakni paradigma *psikoanalisis* yang lebih menekankan tradisi *klinis-psikiatris*, paradigma *traits* yang menekankan tradisi psikologi fungsionalisme dan psikologi pengukuran, paradigma *kognitif* yang menekankan tradisi *gestalt*, dan paradigma *behaviorisme* yang menekankan tradisi *kondisioning*.¹

Perkembangan ilmu di lingkungan Perguruan Tinggi Agama Islam yang tidak hanya mengkaji ilmu dari satu disiplin ilmu, tetapi dikaji secara multidimensi mengaitkan ilmu-ilmu keislaman dengan ilmu umum dan mengaitkan ilmu-ilmu umum dengan ilmu keislaman, maka lahir madzhab baru dalam ilmu psikologi yang disebut dengan Psikologi Islam. Sudah banyak pakar muslim yang mengembangkan psikologi berbasis Islam, dengan metode utama menggali dari sumber Islam yakni Al-Qur'an dan As-Sunnah, termasuk pemikiran para ulama dan ilmuwan muslim.

Para ilmuwan muslim secara umum meyakini bahwa Islam memiliki ajaran lengkap dan sempurna termasuk dalam membentuk kepribadian manusia. Oleh karena Nabi Muhammad diutus untuk menyempurnakan akhlak manusia, yang mana akhlak seseorang sangat ditentukan oleh kepribadiannya, maka ajaran yang dibawa oleh Rasulullah ditengarai memuat teori-teori canggih untuk membentuk kepribadian seseorang, khususnya dalam menggapai predikat muslim sejati.

Berdasarkan hadis Nabi tentang Iman, Islam dan Ihsan, para ulama serta ilmuwan muslim kemudian menjadikannya sebagai pilar-pilar dasar di dalam membentuk muslim sejati. Lima Rukun Islam, di samping enam Rukun Iman dan Ihsan yang dikonversi menjadi Akhlak, ditengarai memiliki efektivitas prima di dalam membentuk kepribadian muslim.

Tulisan ini bermaksud menjabarkan cara atau metode canggih dalam menggapai kepribadian muslim sejati menggunakan lima pilar Rukun Islam yang terdiri dari syahadat, shalat, zakat, puasa dan haji. Bahasan dilakukan dengan cara berfikir mendalam dengan mensinergikan dan memaknai lima pilar Rukun Islam menggunakan cara kerja psikologi dalam membentuk kepribadian muslim. Mengacu pada teori islamisasi pengetahuan yang dikemukakan Musnamar, maka bahasan ini lebih mengutamakan pendekatan integratif, di samping justifikasi (pembenaran), rekonstruksi, dan komparasi.²

¹ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2007), hlm. 2.

² Thohari Musnamar, "Prolog", dalam Thohari Musnamar (ed.), *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. x.

B. Kepribadian Muslim

Kepribadian atau *personality* adalah bagian dari jiwa yang membangun keberadaan manusia menjadi satu kesatuan, tidak terpecah belah dalam fungsi-fungsi. Memahami kepribadian berarti memahami aku, diri, *self*, atau memahami manusia seutuhnya.³

Ada beberapa kata atau istilah yang diperlakukan sebagai sinonim dari kata *personality*, karena memiliki makna yang berdekatan. Istilah tersebut antara lain:

1. *Personality* (kepribadian): penggambaran tingkah laku secara deskriptif tanpa memberi nilai (*devaluative*).
2. *Character* (karakter): penggambaran tingkah laku dengan menonjolkan nilai (benar-salah, baik-buruk) baik secara eksplisit maupun implisit.
3. *Disposition* (watak): karakter yang telah lama dimiliki dan sampai sekarang belum berubah.
4. *Temperament* (temperamen): kepribadian yang berkaitan erat dengan determinan biologik atau fisiologik, disposisi hereditas.
5. *Traits* (sifat): respon yang senada (sama) terhadap sekelompok stimuli yang mirip, berlangsung dalam kurun waktu yang (relatif) lama.
6. *Type-attribute* (ciri): mirip dengan sifat, namun dalam kelompok stimuli yang lebih terbatas.
7. *Habit* (kebiasaan): respon yang sama cenderung berulang untuk stimu-lus yang sama pula.⁴

Abdul Mujib, seorang pemikir Psikologi Islam, dalam masalah kepribadian manusia, membedakan antara kepribadian Islam dan kepribadian muslim. Bagi Mujib, kepribadian Islam menempati posisi ideal sebagai kepribadian yang dikehendaki oleh Allah sekaligus memuat norma-norma dan ukuran yang mesti diraih oleh seorang muslim. Sementara kepribadian Muslim adalah kepribadian riil yang menggambarkan tentang keadaan kepribadian seorang muslim, yang rentang posisinya bisa berada sangat jauh atau sangat dekat dengan kepribadian Islam yang ideal.

Kepribadian Islam diartikan sebagai serangkaian perilaku normatif manusia, baik sebagai makhluk individu maupun makhluk sosial, yang normanya diturunkan dari ajaran Islam, yang bersumber dari Al-Qur'an dan As-Sunnah. Rumusan kepribadian Islam bersifat deduktif-normatif yang

³ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2007), hlm. 2.

⁴ *Ibid.*, hlm. 28.

menjadi acuan bagi umat Islam untuk berperilaku, merupakan konsep kepribadian ideal yang seharusnya dilakukan oleh pemeluk Islam.

Kepribadian muslim diartikan sebagai serangkaian perilaku orang/umat Islam yang rumusannya digali dari penelitian perilaku kesehariannya. Rumusan kepribadian Muslim bersifat induktif-praktis, karena sumbernya dari hasil penelitian terhadap perilaku keseharian orang/umat Islam, yang mana kepribadian Muslim belum tentu mencerminkan kepribadian Islam.⁵

Adz-Dzakiey menyatakan bahwa orang yang telah memeluk agama Islam mesti berjiwa muslim. Berjiwa muslim adalah jiwa yang telah selamat dari kemusyrikan, kekufuran, kefasikan dan kemunafikan, sebagai buah dari syahadat, shalat, puasa, zakat, dan haji. Siapa saja yang telah menyerahkan jiwanya kepada Allah, maka dirinya akan menerima Nur As-Salam Nya, yang dengan nur itu akan mampu melahirkan perbuatan dan tindakan yang menyelamatkan dalam setiap aktivitas kehidupannya.⁶

Lebih lanjut Adz- Dzakiey menyarankan supaya manusia meniru Rasulullah dalam berkepribadian yang disebut sebagai kepribadian kenabian. Kepribadian kenabian didefinisikan sebagai eksistensi diri yang bersifat khas yang tumbuh dan berkembang dalam keimanan dan ketakwaan, atau dalam *ketajallian* Tuhannya yang memancarkan Nur-Nya, Nur Sifat-Nya, Nur Asma'-Nya, dan Nur Af'al-Nya ke dalam hakikat diri, ruh dan jiwa hingga terpancar pada pola pikir, sikap, perilaku, tindakan, dan penampilannya secara lahiriah maupun batiniah.⁷

C. Rukun Islam Sebagai Metode Pembentukan Kepribadian Muslim

Pembentukan kepribadian melalui pendekatan Islam yang didasarkan pada lima pilar Rukun Islam, secara psikologis serupa dengan pendekatan *behaviorisme* yang lebih mengarah pada pembentukan kebiasaan dan pengalaman-pengalaman.⁸ Apabila kebiasaan tertentu telah menetap, pengalaman -pengalaman banyak didapat baik pengalaman menyakitkan, menyedihkan, membahagiakan, menyenangkan, menakutkan dan sebagainya akan menjadi pelajaran berharga untuk mengulang yang menyenangkan dan meninggalkan yang menyakitkan. Di sini berlaku hukum perilaku *reward* atau hadiah (dalam terminologi agama disebut dengan

⁵ Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, (Jakarta: PR RajaGrafindo Persada, 2007), hlm.14-15.

⁶ Hamdani Bakran Adz-Dzakiey, *Psikologi Kenabian*, (Yogyakarta: Beranda Publishing, 2007), hlm.128-129.

⁷ *Ibid.*, hlm. 613.

⁸ Robert W. Crapps, *Dialog Psikologi dan Agama*, (Yogyakarta: Kanisius, 2005), hlm.104-105.

“janji”, “pahala”, dan “surga”) dan *punishment* atau hukuman (dalam terminologi agama disebut dengan “ancaman”, “dosa”, dan “neraka”) serta *reinforcement* yang akan menguatkan perilaku untuk diulang atau ditinggalkan.

Oleh sebab itu pendekatan “Islam” yang ditegakkan melalui lima Rukun Islam, melibatkan pendekatan *syariat* dan *hukum fikih* untuk memicu melakukannya, yang sangat populer dengan menggunakan lima hukum dasar yakni *wajib*, *sunnah*, *haram*, *makruh*, dan *mubah*. *Wajib* adalah segala sesuatu yang apabila dikerjakan diberi pahala dan apabila ditinggalkan mendapatkan dosa. *Sunnah* adalah segala sesuatu yang apabila dikerjakan diberi pahala dan apabila tidak dikerjakan tidak mendapat dosa. *Haram* adalah segala sesuatu yang apabila dikerjakan mendapatkan dosa, dan apabila ditinggalkan diberikan pahala. *Makruh* adalah segala sesuatu yang apabila dikerjakan tidak mendapat apa-apa, tetapi jika ditinggalkan diberikan pahala. *Mubah* adalah segala sesuatu yang boleh dikerjakan atau tidak dikerjakan, artinya dikerjakan maupun tidak dikerjakan, tidak mendapat apa-apa baik pahala maupun dosa.

Melalui janji dan ancaman, iming-iming pahala dan dosa khususnya berupa *surga* (kenikmatan) dan *neraka* (kesakitan) yang bisa datang bersamaan atau sesaat setelah perbuatan itu dikerjakan (dalam istilah agama sering disebut dengan “dunia” yang artinya “dekat”), bisa juga didapat sampai sesudah orang mati dan dimintai pertanggungjawaban di hadapan sang Pencipta (dalam istilah agama sering disebut “*akhirat*”). Orang diberi harapan dan ditakut-takuti supaya melakukan sesuatu, tanpa banyak memahami nilai-nilai terdalam dari apa yang dilakukan. Tetapi manfaat atau *madlorot* yang didapat dari perbuatannya akan menjadi pengalaman berharga untuk mengulang atau menghentikan perbuatannya. Misalnya dengan shalat berjamaah ke masjid, orang mendapatkan kenalan rekanan bisnis, dengan *silaturrahim* orang menjadi lupa dengan problemnya dan mendapat solusi berharga, dengan memberi sedekah atau zakat orang memperoleh penghargaan dan penghormatan sehingga lebih percaya diri, dengan shalat malam di keheningan orang mengalami *retrospeksi*, meneteskan air mata, *self-disclosure*, dan *katarsis* sehingga hati menjadi lega tanpa beban dan dunia menjadi terang, dan seterusnya.

Oleh karena pengalaman dalam beragama sangat berpengaruh dalam menciptakan kegandrungan atau kebencian terhadap perilaku tertentu, maka perlu hati-hati dengan pengalaman negatif dan menyakitkan yang didapat dari pergumulan seseorang dengan agama. Misalnya pengalaman kehilangan sandal atau sepatu di masjid, pengalaman dihujat karena melakukan dosa, pengalaman anak-anak TPA (Taman Pendidikan Al-Quran)

dengan ustadz/ustadzah yang galak, pengalaman siswa diskors karena menyalahgunakan uang SPP dan seterusnya. Teori *Stimulus-Respon* (SR) dari Pavlov dan *Operant Conditioning* dari Skinner bisa menjadi pelajaran yang baik untuk menciptakan pengalaman positif sehingga membentuk *habit* atau kebiasaan yang akhirnya menciptakan perilaku menetap.⁹

Teori S-R mengajari setiap individu untuk memasang perilaku yang diinginkan dengan hal-hal yang secara otomatis membuat orang berperilaku tertentu. Misalnya ketika ingin menciptakan atau melatih anak-anak senang kepada masjid, mengaji dan shalat, yang sesungguhnya hal tersebut berat dan tidak disukai anak-anak. Maka, pasang dengan hal-hal yang secara otomatis mendatangkan kesenangan pada anak, misalnya di masjid disediakan permen, coklat, permainan dan nuansa kasih sayang. Hal tersebut dikondisikan, hingga si anak memperoleh pengalaman-pengalaman mengasyikkan berkaitan dengan masjid, mengaji dan shalat dan telah terjadi kebiasaan yang mapan, sehingga pada saatnya pengkondisian/pasangan buatan dihilangkan sedikit demi sedikit, yang apabila terjadi keausan, diulang kembali dengan penguatan lainnya.

Begitulah, lima Rukun Islam berupa syahadat, shalat, puasa, zakat, dan haji, merupakan pelajaran didikan pengalaman dan pembiasaan dari Allah paling dasar. Pelajaran lainnya adalah berupa apa saja yang telah disyariatkan Allah baik yang tertuang dalam Al-Qur'an dan As-Sunnah, maupun penjelas-penjelas agama yang datang dari ulama. Pendekatan ini mengandung pelajaran pelatihan yang efektif untuk membentuk kepribadian, sikap dan perilaku manusia berdasarkan pengalaman dan pembiasaan.

D. Syahadat Sebagai Latihan Lisan Pembentukan Kepribadian Muslim

Pada latihan lisan dengan dengan cara mulut menyebut atau menyuarakan kata-kata atau kalimat tertentu baik bahasa Arab maupun bahasa Indonesia atau Jawa, termasuk doa, akan menciptakan *outo-sugesti* bagi seseorang untuk melakukan hal-hal tertentu sebagaimana yang diucapkan. Misalnya, doa bercermin yang artinya: "Semoga Allah memberikan kebagusan akhlak kepadaku sebagai Allah telah menciptakan diriku". Doa ini memberikan sugesti pada diri sendiri untuk berusaha berbuat baik atas kesadaran bahwa Allah telah menciptakan sarana pada dirinya untuk berbuat kebaikan dan kebenaran. Anak yang suka berbohong, dilatih dengan

⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, terj. E. Koeswara (Bandung: PT Eresco, 2007), hlm. 201-226.

terus menerus mengatakan pada dirinya sendiri di mana pun dan kapan pun terutama pada saat mau berbohong: "Aku anak jujur, aku anak jujur, aku bukan pembohong, aku bukan pembohong", akan mampu menekan kesukaannya berbohong dan sedikit demi sedikit belajar berbuat jujur.

Outo sugesti akan efektif jika apa yang dikatakan dipahami betul oleh individu, oleh sebab itu bacaan-bacaan doa, zikir, shalat dan seterusnya akan lebih efektif jika dipahami secara proporsional kemudian dihayati. Pepatah Arab mengatakan bahwa *salaamatul insan fiy hifdzillisaan* (keselamatan seseorang ditentukan oleh penjagaan atas lisannya). Dua kalimat syahadat yakni "*Asyhadu allaa ilaaha illa Allah, wa asyhadu anna Muhammadar Rasuulullah*" (Saya bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah, dan saya bersaksi bahwa sungguh Nabi Muhammad adalah utusan Allah) merupakan pengingat paling dasar dan mendasar untuk memberikan *outo sugesti* bahwa tidak ada semangat, motif, dan tujuan, serta kesadaran diri, kecuali hakikatnya semuanya adalah Allah semata.

Nabi Muhammad merupakan manusia suri tauladan, contoh makhluk sempurna seperti hakikat makhluk yang dikehendaki oleh Allah yang oleh karenanya perilakunya merupakan referensi untuk manusia berbuat dan bertingkah laku. Mengingat pentingnya hal ini, maka dua kalimat syahadat merupakan *rukun* (keharusan dilakukan) dalam shalat dibaca pada *tasyahud* akhir, bahkan ditambahkan dengan contoh manusia istimewa dengan posisi di bawah Rasulullah yakni Nabi Ibrahim dan keturunannya dan orang-orang shaleh. Jadi, Nabi Muhammad, Nabi Ibrahim, dan orang-orang shaleh menjadi *model* bagi manusia untuk ditiru. Hal ini senada dengan teori kognitif sosial dari Albert Bandura yang menyatakan bahwa pembelajaran dapat terjadi dengan cara praktik melalui tindakan yang sebenarnya atau dapat dengan cara mengalaminya melalui orang lain dengan mengamati model-model yang melakukannya (misalnya model hidup, simbolis, dan gambaran dalam media elektronik).¹⁰

Pendekatan lisan ini juga termasuk hal-hal yang pengucapannya dilakukan dengan cara dilagukan, misalnya lagu-lagu ruhani dan nasyid. Anak yang suka menyanyikan lagu keras memberontak, maka akan cenderung berperilaku memberontak dan agresif, anak yang senang menyanyikan lagu melankolis juga cenderung penyedih dan seterusnya. Islam mengajarkan melantunkan ayat-ayat Al-Qur'an, juga bersholawat kepada Nabi, termasuk lagu apa saja yang ruhnya membimbing manusia kepada kebaikan seperti

¹⁰ Dale H. Schunk, *Learning Theories An Educational Perspective. Teori-teori Pembelajaran: Perspektif Pendidikan*, terj. Eva Hamidah & Rahmat Fajar (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), hlm. 166.

lagu Indonesiaraya dan lagu-lagu perjuangan lainnya, mampu membangkitkan semangat juang dan cinta tanah air. Melalui lagu, *outo sugesti* diperkuat dengan dua olahan kognisi dan emosi, jenis nada tertentu dengan intonasi tertentu ikut menentukan efektifitas latihan. Kira-kira akan lahir sosok seperti apa apabila dalam setiap waktu dan tempat orang berdzikir kepada Allah dan bershawat kepada Nabi? Lebih lanjut latihan lisan ini dianjurkan dalam Islam khususnya dalam ajaran tasawuf dalam bentuk wirid-wirid dengan berbagai bacaan dan ketentuan.

E. Shalat Sebagai Latihan Jiwa Raga Pembentukan Kepribadian Muslim

Jika orang telah fasih dengan latihan tingkat pertama, maka latihan berikutnya ditingkatkan dengan melibatkan anggota badan. Apa yang diucapkan diikuti dengan penguat gerakan simbolik secara tepat sehingga efek lisan akan lebih terasa dan dihayati. Misalnya bacaan takbir diikuti dengan gerakan angkat tangan, akan lebih memahamkan bahwa membesarkan kepada Allah juga berarti kita tundukkan kepala dan seluruh anggota badan dari selain kembali kepada fitrah diri kita, menyerah kepada kemauan, kekuasaan, kebesaran, keadilan dan kebijakan Allah. Bacaan duduk di antara dua sujud dengan gerakan duduk tiada berdaya kepala merunduk melambungkan orang yang sedang mengakui kesalahan-kesalahan yang dilakukan, menumpahkan segala perasaan hati duka lara, dan berharap akan belas kasih.

Sikap dan gerakan ini tepat mengiringi bacaan yang mendayu melankolis memohon ampunan, kasih sayang, kecukupan, derajad, rizqi, petunjuk, dan kemaafaan (*rabbighfiriyy, war hamny, wajburny, warzuqny, wahdiny, wa'aafiny, wa'fuanny*). Bacaan akhir shalat yakni salam "Salam keberkahan, keselamatan, kedamaian dan kemenangan dari Allah bagi kita semua" dilambungkan menengok ke arah kanan dan kiri, akan memberi kesadaran menyebarkan dan menciptakan kemakmuran, kedamaian, keselamatan, dengan semangat persaudaraan tiada batas ruang, waktu, dan keadaan bagi segenap makhluk. Inilah paripurna shalat, berlatih menyadarkan diri sendiri untuk melaksanakan fungsi kekhilafahan memakmurkan bumi bagi segenap makhluk ciptaan Allah.

Rangkaian jalinan ritual bacaan dan gerakan diawali dengan niat dan takbir hingga diakhiri dengan salam, jika dipahami, dijalani dengan tata aturan yang tepat, akan membuahkan hasil luar biasa berupa meningkatnya kesadaran akan posisi manusia dan Tuhan, kesadaran akan tujuan dan makna hidup, kesadaran akan jati diri, kesadaran akan perilaku yang telah,

sedang, dan akan dilalui, kesadaran akan keterbatasan waktu, usia, kesempatan, sarana dan sebagainya. Juga munculnya berbagai motivasi karya, membangun, mencipta dan seterusnya. Jika demikian, nyatalah jika Al-Qur'an mengisyaratkan pendirian shalat dengan mempertimbangkan segala macam hal demi kokohnya bangunan shalat, akan membuahkan terhindarnya manusia dari perbuatan keji dan mungkar.

Latihan ini seperti latihan retorika, baca puisi, dan drama dalam pengertian sederhana, di mana paduan suara dan gerak saling menunjang penghayatan sehingga memerikan efek yang membekas. Setingkat lebih tinggi, latihan suara dan gerak dimaksudkan bahwa apa yang terucap dengan kata, harus diikuti dengan perbuatan nyata sehingga padu antara gerak hati, suara kata, dan perwujudan anggota badan sebagai makna iman yang berarti membenaran secara hati, pengungkapan melalui lisan, dan diwujudkan dalam perilaku nyata. Inilah iman yang sebenarnya, yakni memenuhi kebutuhan makanan tiga komponen diri sekaligus secara sinergis yakni ruh, jiwa dan badan. Inilah keutuhan kepribadian yang hakiki. Jika antara hati, kata, dan perbuatan tidak sinkron, disebut *munafik* yang akan merusak fitrah diri dan secara alami menciptakan sakit pada diri sendiri, entah pada ruh, pada jiwa atau pada badan.

Shalat di atas sajadah merupakan latihan dan pengingat untuk memperoleh semangat dan kesadaran, selebihnya yang dikehendaki adalah shalat dalam perilaku nyata dalam kehidupan pada seluruh aspek hidup. Jika perilaku nyata belum mencerminkan apa yang dibaca dan digerakkan dalam shalat ritual berarti shalat tetapi belum shalat, dalam arti masih terkandung berkhianat terhadap pernyataannya sendiri yang diucapkan di hadapan Sang Pencipta dan dirinya sendiri (ingat peringatan Allah di surat *Al-Ma'un*, orang shalat yang dinyatakan sebagai riya dan diganjar *neraka wail*). Jadi shalat mengandung isyarat pelajaran pembentukan perilaku melalui hafalan, pemahaman dan praktik, seperti pelajaran menyuntik bagi seorang tenaga medis, tidak sekedar diberi tahu dan dihafalkan tetapi harus dipraktekkan berkali-kali hingga menjadi keahlian, seandainya harus menyuntik di tempat gelap pun tidak akan salah dan tetap profesional. Haryanto menyebutkan bahwa shalat secara psikologis mengandung banyak aspek meliputi aspek olah raga, relaksasi otot, relaksasi kesadaran indera, meditasi, *outo-sugesti/self-hipnosis*, sarana pembentukan kepribadian, dan terapi air (*hy-drotherapy*) .¹¹

¹¹ Sentot Haryanto, *Psikologi Shalat*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003), hlm. 5-10.

Al-Ghazali menyatakan bahwa kualitas shalat ditentukan oleh kesadaran hati dimulai pada *takbiratul ihram* hingga *salam*. Keadaan batin yang kondusif terhadap penyempurnaan makna shalat, dapat dilakukan dengan enam cara yakni (1) kesadaran, (2) pemahaman, (3) pengagungan, (4) kedahsyatan, (5) pengharapan, dan (6) rasa malu.¹²

Kesadaran penuh adalah keadaan dimana pikiran dan perasaan seseorang tidak berbeda dengan apa yang dikerjakan dan diucapkan, persepsi menyatu dengan tindakan dan ucapan. Pemahaman adalah kesadaran yang mencakup juga pemahaman makna ucapan seseorang, sehingga pemahaman atas aspek-aspek shalat akan membentuk tameng bagi perbuatan tercela. Pengagungan atau hormat yang mendalam adalah sesuatu yang lebih jauh atau di atas kesadaran hati dan pemahaman. Kedahsyatan adalah perasaan yang tumbuh dari rasa takut, yang ditujukan kepada sesuatu yang mulia. Kedahsyatan adalah rasa rakut dan hormat sekaligus. Pengharapan berkaitan dengan doa, dimana di setiap doa orang mesti selalu berharap agar mendapat ganjaran - Nya sekaligus disertai rasa takut terhadap hukuman -Nya atas dosa- dosa. Rasa malu adalah tambahan terhadap pengharapan, didasarkan atas kenyataan akan kekurangan seseorang sekaligus pengakuan akan dosa-dosa yang diperbuat.

F. Zakat Sebagai Latihan Kepemilikan Materi

Cinta materi merupakan naluri seperti juga cinta lawan jenis dan lainnya (Q.S. 3:14). Setiap orang butuh harta benda dan materi, tetapi seringkali kecintaan ini melampaui batas sehingga harta yang sesungguhnya merupakan sarana hidup berubah menjadi tujuan hidup yang berdampak manusia menjadi mengutamakan harta dalam segala aspek. Jika ini terjadi, maka bisa merubah posisi fitrah antara manusia dan Tuhan, yakni secara ekstrim manusia bisa mempertuhankan harta. Jika harta telah menjadi tujuan dan tuhan, maka persaudaraan akan luntur, moralitas akan jatuh, pengembangan ruh dan jiwa secara hakiki akan terbungkalai dan menjadi sakit. Jiwa yang dipenuhi penumpukan harta akan melahirkan keserakahan, manusia bisa memakan manusia. Akan muncul perasaan yang sangat takut jika hartanya hilang, akan dihantui rasa cemas luar biasa bila tidak mendapatkan harta memadai, akan sakit hati jika orang lain memperoleh rizqi, akan dilakukan apa pun, misalnya sabotase untuk memindahkan harta kepada dirinya dan seterusnya, tidak peduli orang lain kelaparan atau mati, yang penting dirinya kaya.

¹² Imam al-Ghazali, *Ibadah Perspektif Sufistik*, terj. Roudlon (Surabaya: Risalah Gusti, 2001), hlm. 26-28.

Tidak jarang kegilaan pada harta membawa manusia tidak rasional lalu mencari cara-cara pintas berhubungan dengan perdukunan dan syetan, juga dengan usaha-usaha beresiko seperti perdagangan barang terlarang, usaha amoral dan sebagainya. Oleh sebab itu Islam yang menghendaki manusia mencari karunia Allah berupa hadirnya rizqi yang halal dan berkah, bisa bermanfaat bagi diri, keluarga, masyarakat dan lainnya, perlu dilakukan pelatihan supaya ada semangat prima mencari harta sekaligus semangat membelanjakan secara prima juga sesuai dengan anjuran Allah, dan kebahagiaannya adalah ketika Allah ridha atas apa yang diperoleh dan dibelanjakannya.

Maka pada tingkat dasar orang dilatih untuk semangat mencari harta dengan kesadaran sebagai sarana pengabdian kepada Allah dalam arti menyediakan diri untuk menjadi media Allah memberi kecukupan kebutuhan hidup bagi dirinya, keluarganya, anggota masyarakat yang memerlukan dan seterusnya. Kesediaan Allah memilih dirinya untuk bisa membagi kepada yang memerlukan, menjadikannya bahagia, sehingga membawanya untuk bersyukur. Oleh karena ingin memberi wujud dan semangat harta yang baik sesuai kebutuhan fitrah, maka dirinya hanya mengambil harta secara halal supaya tidak memberi kesakitan bagi ruh, jiwa dan badan, dan sebaliknya menjadikannya menyehatkan. Intinya, *zakat, infaq, shodaqoh*, melatih manusia memiliki "kecerdasan materi", yakni cerdas mencari dan cerdas membelanjakan. Dengan ini Islam melatih manusia menjadi kaya yang berjiwa, bermoral, dan bertuhan, sehingga tercapai *baladun thoyyibatun wa rabbun ghofuur*.

Mengenai hakikat zakat, Al-Ghazali menyebutkan ada tiga hal yakni (1) sebagai ujian derajat kecintaan kepada Allah, (2) pembersihan dari sifat bakhil, dan (3) pengungkapan rasa syukur. Harta benda duniawi selalu menjadi objek kecintaan manusia.¹³ Karena harta manusia menjadi cinta dunia dan takut mati, padahal kematian akan mengantarkan manusia kepada pertemuan dengan Sang Maha Pengasih. Dengan demikian pengakuan cinta manusia kepada Allah perlu diuji dengan cara berpisah dengan harta benda yang dicintai. Kecintaan manusia kepada harta benda juga menyebabkan manusia menjadi bakhil, dan sifat tersebut hanya bisa dikurangi dengan memaksakan diri memberikan harta yang dicintai sehingga akhirnya terbentuk suatu kebiasaan suka memberi. Zakat atau ibadah harta sekaligus juga merupakan ungkapan syukur atas karunia yang diberikan Allah kepadanya, yang tidak dijadikan Allah sebagai orang yang berkekurangan dan peminta-minta.

¹³ *Ibid.*, hlm. 48-52.

Begitulah hakikat *zakat* sebagaimana dicerminkan dalam Al-Qur'an: *"Ambillah zakat dari sebagian harta mereka, dengan zakat itu kamu membersihkan dan mensucikan mereka dan mendoalah untuk mereka. Sesungguhnya doa kamu itu (menjadi) ketenteraman jiwa bagi mereka; dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui"*. QS. At-Taubah (9): 103.

G. Puasa Sebagai Latihan Pengendalian Nafsu

Kejatuhan manusia di dunia disebabkan terumbarnya nafsu, khususnya nafsu perut/makan dan nafsu biologis. Nafsu perut yang diumbar membawa nafsu keserakahan harta yang telah dibahas sebelumnya, juga membawa penyimpangan kebutuhan tubuh atas makanan yang diperlukan, juga membawa penyimpangan kebutuhan ruh atas tujuan dari makan, sehingga bisa membawa pada penyakit badan, jiwa dan ruh. Nafsu biologis memberi kegairahan untuk berkeluarga dan memperoleh keturunan, tetapi jika diumbar akan menjatuhkan harkat dan martabat, merusak organ biologis yang berdampak sakit yang bisa melahirkan keturunan yang sakit baik jasmani maupun mental. Oleh sebab itu nafsu perlu dikendalikan sehingga menjadi lambang kasih sayang Allah sebab nafsu memiliki kecenderungan mengajak keburukan, sebagaimana diisyaratkan dalam Al-Qur'an: *"Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang"*. QS. Yusuf (12): 53.

Latihan reguler secara serentak yang diajarkan oleh Allah adalah melalui puasa Ramadhan satu bulan penuh, dan puasa-puasa sunnah lainnya untuk menambah efektifitas latihan. Tentang meraih efektifitas puasa beserta hikmah-hikmahnya terutama bagi kesehatan jiwa antara lain bisa dibaca dalam Hawari. Dengan menyitir beberapa hadis, Az-Zahrani menyatakan bahwa puasa adalah satu latihan untuk mengendalikan nafsu syahwat. Di saat berpuasa seseorang berusaha untuk berperilaku baik, mendengarkan kata hati tanpa harus seorangpun mengawasinya, berlatih bersabar dalam memikul beratnya tanggung jawab dalam mencari nafkah dan dalam setiap permasalahan hidup. Puasa melahirkan rasa kasih kepada fakir miskin dan saling tolong menolong. Puasa juga memiliki manfaat kedokteran seperti melepaskan diri dari rasa bersalah dan berdosa serta dari perasaan depresi ataupun penyakit kehiwaan lainnya.¹⁴

¹⁴ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, terj. Sari Narulita & Miftahul Jannah (Jakarta: Gema Insani, 2005), hlm. 490.

Guna mencapai hakikat puasa, menurut Al-Ghazali, tidak cukup hanya memenuhi syarat lahiriah sebagaimana dirumuskan dalam fikih, tetapi harus disertai dengan memenuhi syarat batin. Syarat batin tersebut antara lain meliputi (1) tidak melihat apa yang dibenci Allah, (2) menjaga ucapan, (3) menjaga pendengaran, (4) menjaga sikap perilaku, (5) menghindari makan berlebihan, dan (6) menuju kepada Allah dengan rasa takut dan pengharapan. Kapan pun manusia dikuasai oleh hawa nafsunya, maka ia akan terjatuh dalam tingkatan yang terendah, sehingga tidak ada tempat lagi selain bersama hewan. Kapan pun dirinya mampu mengatasinya, maka akan terangkat ke tingkatan para malaikat. Dengan segala ibadah akan menjadikan diri semakin dekat dengan Allah dalam arti kedekatan sifat.¹⁵

Tatacara puasa yang mendatangkan hikmah bagi pengamalnya, antara lain digambarkan hadis dari Abu Hurairah yang menyatakan bahwa Rasulullah bersabda: *"Allah telah berfirman, 'Setiap amal anak Adam itu untuk dirinya, kecuali puasa. Sesungguhnya puasa adalah untuk-Ku, dan Aku sendiri yang akan membalasnya. Puasa itu adalah perisai. Oleh karena itu jika seseorang dari kalian sedang berpuasa janganlah ia berkata keji atau berteriak-teriak yang tak ada manfaatnya. Apabila ada seseorang yang mencaci maki atau mengajak bertengkar, hendaklah ia berkata, 'Aku sedang berpuasa, aku sedang berpuasa'. Demi Allah yang jiwa Muhammad ada di tangan-Nya, aroma mulut orang yang berpuasa itu lebih harum dari pada aroma misik (kesturi). Bagi orang yang berpuasa disediakan dua kegembiraan; yaitu ketika berbuka ia merasa gembira dengan bukanya, dan ketika bertemu Tuhannya ia gembira dengan puasanya."* (HR. Al-Bukhari dan Muslim)¹⁶

H. Haji Sebagai Latihan Paripurna Pembentukan Kepribadian Muslim

Ibadah haji dikatakan merupakan kesempurnaan Islam dan secara syar'i dikatakan wajib sekali seumur hidup. Ini mengandung makna bahwa jika latihan ini dilakukan secara benar, sekali saja, bekas pengalaman yang didapat akan mampu membimbing manusia seumur hidupnya. Mengapa? Sebab latihan ini melibatkan empat latihan secara serentak dilakukan bersama-sama dalam satu ritual ibadah haji, dengan *setting* situasi dan kondisi mendekati alam hakiki dimana apa yang menjadi janji Allah diwujudkan secara nyata. Misalnya janji Allah atas balasan bagi orang yang

¹⁵Imam al-Ghazali, *Ibadah....*, hlm. 85.

¹⁶Syaikh Hasan Ayyub, *Fikih Ibadah*, terj. Abdul Rosyad Shiddiq (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2011), hlm. 604-605.

Nurjannah

menolong orang lain, Allah akan memberi pengalaman balasan langsung, bahkan atas perilaku sebelumnya di tanah air, Allah bukakan sedikit akan hakikat dan balasannya. Hijab belunggu nafsu dan syetan diangkat oleh Al-lah dan dikondisikan masuk pada kehidupan hakiki. Intinya latihan paripurna secara sengaja diciptakan oleh Allah untuk memberi pengalaman kepada manusia masuk dalam alam hakiki, sesuai dengan fitrah manusia dan aturan Allah. Siapa yang patuh akan memperoleh imbalan dengan kepatuhan dan amalnya, siapa yang melanggar akan mendapat imbalan sesuai dengan pelanggaranannya baik pada ruh, jiwa, perilaku, hubungannya dengan Allah, sesama manusia, sesama makhluk dan seterusnya. Pengalaman ini akan membekas, dan bisa membimbing manusia dalam menjalani hidup selanjutnya, inilah yang disebut *haji mabrur*. Jika seseorang tidak sanggup masuk dalam pengkondisian latihan paripurna ini ibarat peserta yang tidak lulus seleksi, gugur sebelum dilatih, maka seperti berperan sebagai peninjau latihan, ikut hingar bingarnya tetapi tidak merasakan suka dukanya sehingga nyaris tidak ada pengalaman religius yang membekas, pantas kiranya jika sesudahnya perilakunya tidak berubah bahkan menjadi menjauh dari ruh *Illahiyah*, inilah *haji mardud* (yang tertolak).

Proses dan suasana latihan tersebut digambarkan Allah dalam al-Qur'an sebagai berikut: *"(Musim) haji adalah beberapa bulan yang dimaklumi. Barangsiapa yang menetapkan niat dalam bulan itu untuk mengerjakan haji, maka tidak boleh rafats, berbuat fasik dan berbantah-bantahan di dalam masa mengerjakan haji. Dan apa yang kamu kerjakan berupa kebaikan, niscaya Allah mengetahuinya. Berbekallah; sesungguhnya sebaik-baik bekal adalah takwa, dan bertakwalah kepada-Ku hai orang-orang yang berakal"*. QS. al-Baqarah (2): 197.

Az-Zahrani menyatakan bahwa haji perupakan pusat pelatihan segalanya bagi muslim. Dengan haji, seseorang dikondisikan untuk selalu mengingat Allah, berdoa, melepaskan pakaian kebesarannya dengan kerendahan hati, menguatkan persaudaraan. Di dalam haji kaum muslimin dilatih mengendalikan syahwat dan hawa nafsunya. Ketika ihram tidak diperkenankan menggauli wanita, bertengkar, mencela, berdebat, mengucapkan hal-hal yang membangkitkan syahwat, tidak melakukan hal-hal yang menimbulkan kefasikan, dan wajib meninggalkan dosa-dosa kecil apalagi dosa besar, hingga kaum muslimin bisa meluruskan perilakunya.¹⁷

¹⁷ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling....*, hlm. 492.

I. Penutup

Setelah melakukan pembahasan yang bersifat interpretatif terhadap yang tersurat dan tersirat dari lima pilar Rukun Islam, maka ditarik beberapa simpulan:

1. Rukun Islam merupakan salah satu pendekatan yang diciptakan Allah untuk membentuk kepribadian muslim, dengan cara memberikan beberapa latihan dasar supaya terbentuk habit atau pembiasaan yang nantinya melahirkan sifat dan perilaku positif yang menetap.
2. Latihan dasar yang disediakan Allah untuk membentuk sifat dan perilaku positif tersebut, diawali dengan latihan lisan (syahadat), dilanjutkan dengan latihan jiwa raga (shalat), diikuti dengan latihan kepemilikan materi (zakat), disertai dengan latihan pengendalian nafsu dan syahwat (puasa), diakhiri latihan paripurna mencakup keempatnya yakni haji.
3. Lima pilar Rukun Islam akan benar-benar efektif menghasilkan sosok kepribadian muslim yang prima bagi pengamalnya ketika lima pilar tersebut dilaksanakan dengan menyatukan sisi *syar'i* dan *hakiki*. Sisi *syar'i* memberikan keabsahan ritual formal, sementara sisi *hakiki* merupakan bentuk pengejawantahan kedekatan sifat dan kepribadian hamba dengan Sang Pencipta (sebagai hasil ritual formal), yang diimplementasikan dalam hidup dan kehidupan.

J. Refrensi

- Abdul Mujib, 2007, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, Jakarta: PR RajaGrafindo Persada.
- Alwisol, 2007, *Psikologi Kepribadian*, Malang: UMM Press.
- Dale H. Schunk, 2012, *Learning Theories An Educational Perspektive. Teori-teori Pembelajaran: Perspektif Pendidikan*, terj. Eva Hamidah & Rahmat Fajar, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Departemen Agama R.I., 1987, *Al-Quran dan Terjemahnya*, Jakarta: PT Serajaya Santra.
- Gerald Corey, 2007, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, terj. E. Koeswara, Bandung: PT Eresco.
- Hamdani Bakran Adz-Dzakiy, 2007, *Psikologi Kenabian*, Yogyakarta: Beranda Publishing.
- Imam al-Ghazali, 2001, *Ibadah Perspektif Sufistik*, terj. Roudlon, Surabaya: Risalah Gusti.

Miftahul Jannah, Jakarta: Gema Insani.

Robert W. Crapps, 2005, *Dialog Psikologi dan Agama* . Yogyakarta: Kanisius

Sentot Haryanto, 2003, *Psikologi Shalat*, Yogyakarta: Mitra Pustaka.

Syaikh Hasan Ayyub, 2011, *Fikih Ibadah*, terj. Abdul Rosyad Shiddiq,
Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.

Thohari Musnamar, 1992, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan &*

Konseling Islami, Yogyakarta: UII Press.

