



Kesalehan Sosial di Era Disrupsi, Tinjauan Psikologi Salat

Ahmad Lailatus Sibyan¹, Eva Latipah²

^{1,2} UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

¹ shibyan.for.president@gmail.com, ² eva.latipah@uin-suka.ac.id

Article Info

Article history:

Received July 15th, 2022

Revised July 30th, 2022

Accepted August 4th,
2022

Keyword:

Social Piety, Era of
Disruption, Psychology of
Prayer

ABSTRACT

The real impact of advancing technological products is the birth of a new era called the era of disruption, where various changes occur as a result of disruptions which result in changes in the system and order in people's lives in general. The emergence of the new era also affects social life. Included in this is the social impact of building social piety in prayer services. This study uses library research, namely by solving contextual theory problems by collecting and compiling various sources from various sources such as books, journals, magazines, websites, newspapers, and so on. The results of this study state that social disruption in the era of disruption can be increased through prayer. Prayers have an important position in Islam, especially those that are performed in the congregation. Congregational prayers besides having many rewards also have various benefits both personal and social. Congregational prayers also contain psychological aspects including aspects of communication, a sense of being cared for and meaningful, a feeling of togetherness, no personal distance, and environmental therapy. From a psychological perspective, prayer is not only able to increase individual ritual piety but is also able to increase social piety.

Copyright © 2021 Jurnal IDEA.

All rights reserved.

Corresponding Author:

Ahmad Lailatus Sibyan

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

Jl. Laksda adisucipto, kabupaten sleman daerah istimewa yogyakarta

Email: shibyan.for.president@gmail.com

Abstrak : Dampak nyata dari majunya produk teknologi adalah lahirnya sebuah era baru yang bernama era disrupsi dimana berbagai perubahan terjadi akibat adanya disrupsi yang berkibat pada berubahnya sistem dan tatanan dalam kehidupan masyarakat secara luas. Munculnya era baru tersebut juga mempengaruhi kehidupan sosial kemasyarakatan. Termasuk didalamnya adalah dampak sosial dalam membangun kesalehan sosial dalam ibadah salat. Penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*), yakni dengan memecahkan masalah teori konseptual dengan cara mengumpulkan dan menghimpun berbagai dari berbagai sumber seperti buku, jurnal, majalah, website, surat kabar dan lain sebagainya. Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa kesalehan sosial di era disrupsi dapat ditingkatkan melalui ibadah salat. Salat memiliki posisi penting dalam Islam, apalagi salat yang dilakukan dengan berjamaah. Salat berjamaah selain memiliki banyak pahala juga memiliki berbagai manfaat baik pribadi maupun sosial. Dalam salat berjamaah juga mengandung aspek-aspek psikologis diantaranya yaitu aspek demokratis, rasa diperhatikan dan berarti, perasaan kebersamaan, tidak ada jarak personal, dan terapi lingkungan Ditinjau dari aspek-

aspek psikologi salat tidak hanya mampu meningkatkan kesalehan ritual individu saja namun juga mampu meningkatkan kesalehan sosial.

Kata Kunci: Kesalehan Sosial, Era Disrupsi, Psikologi Salat

Latar Belakang

Berkembangnya teknologi dan informasi dengan sangat pesat membawa perubahan besar dalam aspek kehidupan sosial masyarakat. Dampak nyata dari majunya produk teknologi adalah lahirnya sebuah era baru yang bernama era disrupsi. Era disrupsi merupakan suatu era dimana berbagai perubahan terjadi akibat adanya disrupsi yang berakibat pada berubahnya sistem dan tatanan dalam kehidupan masyarakat secara luas. Munculnya era baru tersebut juga mempengaruhi kehidupan sosial kemasyarakatan.

Dewasa ini masyarakat mulai menyadari akan pentingnya menjalin relasi dengan orang lain demi menjalin kehidupan yang harmoni. Orang mulai banyak melibatkan diri dalam berbagai kegiatan-kegiatan sosial sosial yang bersifat kolektif dan berdimensi sosial. Kesadaran akan pentingnya menjalin hubungan sosial menjadi satu titik untuk kembali pada budaya luhur bangsa. Semangat untuk melibatkan diri dalam berbagai kegiatan sosial kemasyarakatan merupakan budaya luhur yang dimiliki bangsa Indonesia. Semangat dalam menjalin kebersamaan antar sesama tersebut diistilahkan dengan gotong royong yang menjadi salah satu karakter dan jati diri bangsa Indonesia. (Al-Mubarak & Buchori Muslim, 2020)

Dalam menjalin kehidupan bersama tidak cukup hanya mengandalkan kemampuan individu namun juga memerlukan bantuan orang lain, termasuk dalam hal membangun kesalehan sosial. Gus Mus atau KH Ahmad Mustofa Bisri dalam bukunya "Saleh Ritual Saleh Sosial" berpandangan bahwa saleh ritual sebagai wujud hubungan antara manusia dengan Tuhannya (*hablum minallah*) yang terwujud dalam ibadah-ibadah berupa salat, puasa, zakat, haji dan lain-lain. Sementara saleh sosial berkaitan dengan hubungan antar sesama manusia dan sesama makhluk Allah yang lain, saleh sosial terwujud dalam kegiatan-kegiatan sosial yang menyangkut hak adami antar sesama manusia (*hablum minannas*). Saleh sosial juga banyak terkandung dalam kesalehan ritual seperti ibadah salat berjamaah yang di dalamnya terkandung banyak aspek-aspek sosial. (Bisri, 1994)

Kesalehan sosial menjadi tanggung jawab bersama dalam menciptakan kebaikan dan kemanfaatan untuk diri sendiri dan lingkungan sekitar. Minimnya kesalehan sosial yang dimiliki seseorang dapat berdampak buruk baik bagi diri sendiri maupun masyarakat umum. Kesalehan sosial juga dapat tercermin pada salat berjamaah, dalam tinjauan psikologi salat berjamaah menjadi salah satu sarana dalam membangkitkan rasa kebersamaan. Ketika salat berjamaah seseorang akan berinteraksi dengan orang lain sehingga akan menimbulkan semangat dalam menjalankan ibadah dan menjauhi kemungkaran.

Kesalehan sosial di era disrupsi menjadi hal yang sangat menarik untuk ditinjau kembali. Kemajuan teknologi dan informasi tentu berdampak juga pada ibadah-ibadah yang mengandung aspek sosial. Oleh karena itu penelitian ini mencoba menggali kesalehan sosial di era disrupsi dalam tinjauan psikologi salat.

Metode

Penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*), merupakan suatu penelitian yang digunakan untuk memecahkan masalah teori konseptual dengan cara mengumpulkan dan menghimpun berbagai dari berbagai sumber. Literatur yang diteliti terdiri dari buku, jurnal, majalah, website, surat kabar dan lain sebagainya. Dalam penelitian kepustakaan menekankan pada penemuan berbagai teori, hukum, dalil, prinsip, pendapat atau gagasan lain yang dapat digunakan untuk menganalisis dan memecahkan permasalahan yang sedang diteliti. Penelitian ini penulis ingin mengkaji dan menganalisis kesalehan sosial di era disrupsi dalam tinjauan psikologi salat.

Hasil dan Pembahasan

A. Kesalehan Sosial

Akar dari kata “saleh” bersumber dari bahasa Arab yang memiliki arti baik. Melakukan kesalehan dapat dimaknai sebagai melakukan pekerjaan yang baik. Sementara itu “sosial” memiliki arti masyarakat. Kata sosial berasal dari bahasa Inggris “society” yang berarti bermasyarakat. Kesalehan sosial dapat dimaknai sebagai kebaikan yang dilakukan dalam menjalin kehidupan bermasyarakat.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kesalehan berarti suatu (kepatuhan) dalam menjalankan ibadah yang tercermin pada sikap hidupnya. Sementara itu sosial berarti suka memperhatikan kepentingan umum (suka menolong, menderma, dan sebagainya). (Ulum et al., 2019) mendefinisikan kesalehan sosial merupakan suatu kepatuhan atau ketaatan seseorang di dalam menjalankan ibadah pada agamanya masing-masing, yang dicerminkan atau diaplikasikan dalam sikap hidupnya sehari-hari.

KH. Sahal Mahfudh melalui bukunya yang berjudul “Nuansa Fiqh Sosial” mengemukakan ibadah dalam Islam dikategorikan menjadi dua macam. Pertama adalah ibadah *qoshiroh* dimana dalam ibadah tersebut hikmah ataupun manfaatnya akan kembali pada orang yang beribadah tersebut alias dirinya sendiri. Kedua, ibadah *muta’adiyah* atau juga dapat dikatakan sebagai ibadah yang bersifat sosial. Dalam ibadah *muta’adiyah* ini manfaatnya lebih luas yakni dengan mentikberatkan pada kepentingan bersama, kepentingan umum yang bersifat sosial. (Mahfudh, 2003)

Lebih lanjut KH. Sahal Mahfudh menerangkan dalam agama Islam dikenal dua hak, yakni *haquq Allah* yang merupakan hak-hak Allah dan *haquq al adami* yang merupakan hak-hak anak adam atau manusia. Hakikat dari hak-hak manusia adalah melakukan kewajiban atas yang lain. Apabila hal dan kewajiban antar masing-masing orang dapat terpenuhi maka akan menumbuhkan sikap toleransi (*al-tasamuh*), solidaritas sosial (*al-takaful al-ijtima’i*), tengah-tengah (*al-l’tidal*), Kerjasama/ tolong menolong (*al-ta’awun*), dan stabilitas (*al-tsabat*). (Faisal, 2010)

Kesalehan Sosial mengacu pada perilaku masyarakat yang sangat memperhatikan nilai-nilai Islam, yang bersifat sosial. Sopan kepada orang lain, suka membantu, sangat tertarik dengan masalah orang, perhatian dan menghormati hak orang lain; dapat berpikir dari sudut pandang orang lain, dapat berempati, yaitu dapat merasakan apa yang orang lain rasakan, dll. Dengan demikian, kesalehan sosial adalah bentuk akhlak yang ditandai tidak

hanya dengan sujud dan sujud, puasa, haji, tetapi juga dengan derajat kepekaan sosial seseorang dan melakukan hal yang benar, baik untuk orang-orang di sekitarnya. Agar masyarakat merasa nyaman, tenteram dan nyaman saat berinteraksi, bekerja sama dan bersahabat dengannya. (Helmiati, 2015)

KH Ahamd Mustofa Bisri atau masyhur dikenal dengan Gus Mus, melalui bukunya "Saleh Ritual Saleh Sosial" mengemukakan bahwa istilah saleh ritual tersebut merujuk pada ibadah yang dilakukan manusia dalam menjalin hubungan dengan Allah yakni *hablum minallah* seperti ibadah-ibadah sahalat, puasa, zakat, haji dan lain sebagainya. Sementara itu saleh sosial bersumber pada aktivitas sosial yakni dalam menjalin hubungan antar sesama anak adam yakni *hablum minannas*. Faktanya dalam kehidupan banyak yang saleh secara ritual namun sangat minim dalam salah sosial begitupula sebaliknya. Dalam kesalehan ritual seperti ibadah juga banyak mengandung aspek-aspek sosial seperti salat berjamaah. (Bisri, 1994)

Di era disrupsi kesalehan sosial merupakan hal krusial dalam konteks kebersamaan dalam menjalin hubungan di masyarakat. Dalam ajaran agama Islam kesalehan individual dan kesalehan sosial harus dimiliki oleh setiap pemeluknya dan sifatnya mutlak. Islam mengajarkan dalam kesalehan haruslah total tidak setengah-setengah baik saleh individual maupun saleh sosial. Dalam menjalankan ibadah-ibadah yang bersifat ritual selain memiliki tujuan pengabdian hamba kepada Tuhannya juga sebagai pembentuk kepribadian yang sesuai dengan tuntunan agama, sehingga akan berdampak positif terhadap kehidupan sosial yakni yang menyangkut hubungan antar sesama manusia dan sesama makhluk Tuhan.

Oleh sebab itu kesalehan seorang hamba tidak dapat diukur hanya dengan ibadah ritualnya saja seperti salat, puasa, zakat, dan haji saja. Akan tetapi juga perlu dilihat dari dimensi sosialnya, kemanfaatan dan kasih sayang terhadap sesama, menumbuhkan sikap demokratis, dapat menghargai hak orang lain, menumbuhkan cinta kasih, penuh kesantunan, harmonis dengan orang lain, memberi dan membantu sesama. Agama Islam bukan agama yang mengedepankan individual, namun banyak mengajarkan sosial, menjalin hubungan dengan sesama dalam kebaikan menumbuhkan kesalehan. Salat menjadi salah satu bukti nyata Islam mengajarkan kesalehan sosial. Meskipun pada dasarnya salat adalah ibadah yang bersuat ritual individu namun dalam prakteknya ibadah salat mengandung banyak dimensi-dimensi sosial. (Helmiati, 2015)

B. Dimensi Psikologi Salat

Pengertian salat dalam kaca mata *etimologi* bermakna "doa". Sedangkan dalam kaca mata *epistimologi* salat memiliki makna ucapan dan perbuatan yang dimulai dengan niat dan diakhiri salam. Dalam KBBI, kata "salat" bermakna rukun Islam yang kedua, berupa ibadah kepada Allah SWT., yang wajib dilakukan oleh setiap muslim dengan syarat, rukun, dan bacaan tertentu. Lebih jauh dari itu salat merupakan suatu implementasi ketundukan dan penghambaan makhluk yakni manusia kepada Tuhannya.

Selain sebagai wujud ketundukan seorang hamba kepada Tuhannya, salat juga mengandung pelajaran sosial. Dimana saat salat akan dimulai dengan takbir dengan membaca kalimat "*Allahu Akbar*". Hal ini memperlihatkan kepasrahan dan penghambaan penuh seseorang kepada Allah Yang Maha Besar tiada yang membandingi. Setelah

melakukan interaksi yang sangat dekat dengan Allah dengan berbagai bacaannya, salat diakhiri dengan salam. Saat salam akan menolehkan kepala ke kanan dan ke kiri. Praktek salam dalam salat tersebut bermakna agar seseorang yang salat tersebut memberi dampak sosial yang sangat tinggi dengan menyebarkan pesan damai dan keselamatan yang terkandung dalam kalimat “*assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*” kepada semua orang, baik yang di kiri maupun yang di sebelah kanan.

1. Aspek Psikologis Salat

Dari berbagai penelitian ilmiah tentang salat menunjukkan bahwa salat mengandung banyak manfaat, baik manfaat secara kesehatan fisik, mental, ruhani dan juga manfaat sosial. Sentot Haryanto, dalam bukunya yang berjudul Psikologi Salat, mengungkapkan bahwa salat mengandung beberapa aspek yang dapat mengembangkan mentalitas sehat individu dan sosial. Dalam salat ada aspek-aspek psikologis yang terkandung di dalamnya diantaranya yaitu: (Haryanto, 2021)

Pertama, aspek olahraga. Ketika melaksanakan salat, gerakan-gerakan dalam salat dimulai dengan takbiratul ihram hingga diakhiri dengan salam, dapat memberikan efek terhadap kesehatan jiwa dan raga.

Kedua, aspek relaksasi otot. Gerakan-gerakan dalam salat juga merupakan sarana untuk merelaksasi otot-otot pada tubuh manusia. Relaksasi juga merupakan salah satu cara yang dipercaya untuk mengurangi dan bahkan menghilangkan rasa cemas, susah tidur, ketegangan, mengurangi sakit dan dapat pula membantu mengurangi ke dalam hal-hal yang negatif.

Ketiga, aspek relaksasi kesadaran indera. Saat menjalankan salat dengan sungguh-sungguh dan khusyu', ruh seseorang seolah melambung tinggi dari dimensi-dimensi duniawi menuju kehadiran Allah Swt. Saat dalam kondisi terbaik tersebut panca indera seseorang akan melepaskan ketegangan dari dalam dan tekanan dari luar.

Keempat, aspek meditasi. Meditasi merupakan sebuah aktivitas yang dilakukan untuk menenangkan tubuh dan pikiran. Saat melaksanakan salat seseorang akan berada pada posisi meditasi tertinggi. Dimana dalam salat efek ketenangan dalam jiwa dan raga yang ditimbulkan bisa sampai melebihi praktek yoga ataupun meditasi. Rasa tenang dan damai dapat hadir dalam salat seseorang jika melakukannya dengan khusyu, tuma'ninah dan penuh kesadaran.

Kelima, aspek auto-sugesti. Salat menjadi salah satu sarana dalam membimbing diri dengan proses-proses yang sistematis yakni dengan mengulang beberapa bacaan-bacaan dalam salat. Setiap bacaan yang diulang dengan gerakan-gerakan dalam salat dapat memberikan efek psikologis yang baik. Bacaan dan gerakan dalam salat merupakan suatu bentuk afirmasi dalam internalisasi nilai-nilai kebaikan hingga akan tumbuh dalam alam bawah sadar seseorang.

Keenam, aspek pengakuan dan penyaluran emosi atau katarsis. Salat merupakan ritual yang berisi komunikasi antara hamba dengan Tuhannya secara langsung dan mendalam. Ketika melaksanakan salat seorang hamba dapat dengan leluasa secara langsung berkeluh kesah, memuji keagungan, dan mendekatkan diri kepada Tuhan.

Dampak positif yang ditimbulkan adalah seseorang akan mampu melepaskan beban-beban kehidupan yang sedang dialaminya.

Ketujuh, aspek pembentukan kepribadian. Salat mengajarkan manusia pada sikap-sikap yang mulia, yakni sikap jujur, mencintai kebersihan, ketundukan, kedamaian, toleransi, menghargai sesama dan peka terhadap kondisi sosial. Dengan menjalankan ibadah salat dengan konsisten maka seseorang akan mampu menumbuhkan kebaikan dalam dirinya baik untuk dirinya sendiri dan untuk orang lain.

Kedelapan, aspek terapi air. Sebelum melaksanakan salat seseorang akan melaksanakan ritual berupa penyucian jasmani yang diistilahkan dengan wudhu, dalam wudhu tidak hanya bermakna menyucikan dari hadas kecil saja, namun juga memiliki banyak manfaat, diantaranya adalah memberikan efek penyegaran, memulihkan tenaga, dan mensyukuri nikmat air yang telah diciptakan Allah kepada manusia.

2. Manfaat Psikologis Salat

Salat mampu membantu seorang muslim untuk melawan stres dan rasa takut. Seperti yang tertulis dalam Al-Qur'an: "Jika kamu takut (ada bahaya), salatlah sambil berjalan kaki atau berkendaraan. Kemudian apabila telah aman, maka ingatlah Allah (salat), sebagaimana Dia mengajarkan kepadamu apa yang tidak kamu ketahui" (Al-Baqoroh : 239).

Dan masih banyak studi psikologis yang mendukung hal ini, penelitian yang dilakukan oleh McChullough menemukan bahwa saat orang Islam mengalami gangguan stress maka dengan salat ia mampu melihat situasi yang jernih dimana membuatnya stress dari arah positif sehingga mampu menenangkannya secara fisik maupun psikologis. (Safiruddin & Sholihah, 2019)

- a. Menumbuhkan Kerendahan Hati dan Sensitivitas Interpersonal (Safiruddin & Sholihah, 2019)

Ketika salat maka akan menumbuhkan rasa kerendahan hati dan sensitivitas interpersonal. Dimana energi positif spiritual mampu menumbuhkan empati dan kerendahan hati. Sifat rendah hati pada diri seorang muslim tercermin dalam Al Qur'an surat Al A'raf ayat 31.

يٰۤاٰدَمُ خُذْ وَاٰدَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ۗ اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

Yang artinya: "Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan" (Al-A'raf: 31).

Berkaca dari ayat tersebut Allah memerintahkan hambanya agar memakai pakaian yang baik dalam beribadah, baik ketika salat, tawaf, dan ibadah lainnya. Dalam beribadah Allah memerintahkan memakai pakaian yang baik. Hal ini menjadi sebuah tanda bahwa dengan salat seorang muslim akan mampu mengahayati kekuasaan Tuhan sehingga mampu menumbuhkan rendah diri, meminimalisir egoisitas dan peka terhadap sosial.

- b. Menumbuhkan Sifat Pemaaf (Safiruddin & Sholihah, 2019)

Ibadah salat mampu membuat seseorang menjadi pemaaf, pemaaf bagi dirinya sendiri maupun orang lain. Saat salat seseorang akan merasakan kedekatan dengan Tuhannya, dimana kedekatan tersebut dapat membawa rasa bahwa Tuhan memaafkan

segala kesalahan yang diperbuat oleh hamba-Nya. Menjadi hal yang sangat penting adalah ketika orang mampu memaafkan dirinya sendiri, karena dalam proses memaafkan diri sendiri seseorang mampu menyelesaikan perasaan bersalah yang dapat merugikan dirinya sendiri. Setelah seseorang mampu memaafkan dirinya sendiri maka akan lebih mudah dalam memaafkan kesalahan-kesalahan orang lain. Tumbuhnya perasaan memaafkan dalam salat tercermin dalam Al Qur'an surat Huud ayat 114.

وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفًا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّكْرَيْنِ

Yang artinya: “Dan laksanakanlah salat pada kedua ujung siang (pagi dan petang) dan pada bagian permulaan malam. Perbuatan-perbuatan baik itu menghapus kesalahan-kesalahan. Itulah peringatan bagi orang-orang yang selalu mengingat (Allah)” (QS. Huud: 114).

C. Kesalehan Sosial dalam Salat

Dalam agama Islam salat menempati posisi yang sangat penting. Karena salat adalah bentuk pengabdian tertinggi kepada Allah. Selain itu, ada gerakan-gerakan doa dalam salat yang Allah berikan kepada umat Islam yang mengandung pesan-pesan kesalehan sosial untuk menuju perubahan sosial yang lebih baik. Dalam salat, seseorang harus bisa menyesuaikan diri dengan keadaan yang berbeda-beda agar salat dapat terus dilakukan. Diterapkan dalam kehidupan, seseorang mampu menghadapi kesulitan dalam berbagai persoalan hidup. Itu namanya adaptasi. Menurut Firman Allah dalam Q.S. Rum ayat 22 yang artinya " Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah menciptakan langit dan bumi dan berlain-lainan bahasamu dan warna kulitmu. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang mengetahui." dan dalam surat al maidah ayat 6. (Ansori et al., 2019)

Kesalehan sosial dalam salat tercermin dari setiap gerakan-gerakan dan bacaanya. Salat diawali dengan mengangkat kedua tangan yakni takbiratul ihram. Makna dari gerakan takbiratul ihram adalah manusia harus memusatkan pikirannya pada satu titik, yaitu berserah diri kepada Tuhan dengan segala kerendahan hati. Ini akan menciptakan ketenangan dan konsentrasi. Yang membuat karakter tersebut permanen sehingga dia dapat melakukan pekerjaannya dengan hasil yang baik. Dalam salat sangat menekankan konsentrasi, dimana seorang hamba yang akan berjumpa dan berinteraksi dengan Tuhannya tidak bisa disertai dengan pikiran-pikiran lain. Salat seorang muslim akan sia-sia jika tidak dilakukan dengan khusyu'. Allah menjelaskan agar ketika salat manusia menggunakan akal dan konsentrasi penuh hal tersebut dijelaskan dalam Al-Qur'an surat an-nisa ayat 43. (Ansori et al., 2019)

Gerakan selanjutnya adalah ruku'. Gerakan ruku' yaitu dengan membungkukkan badan. Makna dari gerakan ruku' dengan membungkukkan badan adalah menunjukkan bahwa sebagai seorang hamba tidak bisa lari dari kesalahan-kesalahan dan kekurangan, sehingga manusia harus memiliki kerendahan hati (tawadhu'). Kesadaran akan pentingnya kerendahan hati menjauhkan manusia dari kesombongan dan keangkuhan. Adanya kerendahan hati merupakan jembatan untuk membangun kehidupan yang harmonis antar sesama manusia. (Chodijah, n.d.)

Berikutnya adalah gerakan sujud. Sujud menjadi gerakan yang sangat penting dalam salat, karena memiliki makna yang sangat dalam. Alasan sujud menjadi gerakan penting adalah saat sujud seorang hamba akan menempatkan keeningnya di atas lantai, dimana posisi paling rendah. Hal tersebut menunjukkan penghambaan penuh kepada Allah. Saat dalam keadaan sujud dengan posisi dahi menempel di lantai menunjukkan bahwa Allah sangat dekat dengan hambanya yang salat.

Setelah sujud gerakan selanjutnya adalah tasyahud. Tasyahud adalah gerakan duduk dalam salat yang diringi dengan pembacaan doa yang sangat istimewa. Doa dalam tasyahud berisi tentang keselamatan bagi hamba yang ikhlas yang mencerminkan harapan manusia paling tinggi. Selain itu dalam doa tasyahud juga ada mendoakan kepada sesama manusia. Hal tersebut juga dicontohkan Nabi Muhammad Saw. Orang Islam yang satu dengan lainnya harus saling mendoakan. Karena dalam salat ini beliau menggunakan dhomir “na” saat membaca doa, yang artinya salam tersebut tidak hanya untuk dirinya pribadi, melainkan untuk seluruh umat Islam. (Ansori et al., 2019)

Gerakan terakhir dalam salat adalah salam. Salam dilakukan dengan menolehkan kepala kearah kanan dan kiri. Gerakan salam tidak hanya sebatas gerakan dalam salat semata, namun juga memiliki makna dan pesan sosial yang tinggi. Gerakan menoleh ke kanan dan kiri, menyampaikan pesan sosial bahwa seseorang disebut muslim yang soleh tidak hanya diartikan sebagai orang yang saleh dalam hal ibadah yang baik, tetapi juga sebagai orang yang dapat menyebarkan keselamatan, kebaikan dan kedamaian bagi semua makhluk baik dalam konteks agama dan negara. Salam tersebut juga menyertakan pesan sosial di mana anda dapat melihat siapa yang berada di kanan dan kiri. Ini adalah tanda bahwa manusia di dunia ini hidup dalam masyarakat, bukan sebagai individu. (Ansori et al., 2019)

Semua kegiatan yang terkandung dalam salat baik berupa gerakan dan bacaan-bacaan mengajarkan orang akan pentingnya sifat disiplin. Karena salat harus dilakukan tepat waktu. Gerakan juga harus dilakukan secara konsisten dan sesuai dengan ketentuan. Sebagaimana tertuang dalam surat Al-Qur'an surat al ashhr ayat 3. Allah menjelaskan kepada seseorang betapa pentingnya waktu. Jika manusia tidak bisa mengatasinya, maka manusia akan berada dalam kekacauan dalam kehidupannya.

D. Pesan Kesalehan Sosial dalam Salat Berjamaah

Salat berjamaah merupakan salat yang dilakukan dengan cara bersama-sama dengan orang lain. Salat jamaah dilakukan oleh minimal dua orang adapun fungsinya adalah salah seorang akan bertindak menjadi imam (pemimpin) dan yang lainnya akan menjadi makmumnya. Dalam salat berjamaah juga memiliki banyak keutamaan-keutamaan diantaranya mendapatkan pahala berlipat ganda, terhindar dari kemunafikan, mendapatkan doa para malaikat, mendapat perlindungan di hari kiamat, diampuni dosa-dosanya, terhindar dari siksa kubur, mendapatkan hikmah. Selain keutamaan yang bersifat individual salat jamaah juga mengandung banyak dimensi kesalehan sosial.

Salat tidak hanya mengandung pesan kesalehan spiritual individu saja, namun salat juga memiliki pesan kesalehan sosial yang sangat mendalam. Kesalehan sosial dalam salat ini bertujuan untuk membangun integritas dalam menjalankan kehidupan sosial

bermasyarakat dan bernegara. Sering tidak disadari oleh manusia salat mencakup banyak hal yang menyangkut hubungan antar sesama manusia, terutama hubungan antara seorang muslim dengan muslim yang lainnya. Nabi Muhammad salam salah satu hadisnya juga menyampaikan bahwa sesama muslim adalah bersaudara, harus saling menjaga, saling berinteraksi dan membawa kemanfaatan.

Makna sosial antar sesama muslim dalam salat juga dapat dimaknai sebagai hubungan antar masyarakat. Terutama saat melaksanakan ibadah salat berjamaah tentu akan berinteraksi dengan orang lain. Banyak yang mengetahui pentingnya salat dalam kehidupan muslim tidak sebatas tanggungjawab sebagai hamba dengan Tuhannya (*hablum minallah*), tetapi juga mengandung hubungan antar sesama manusia (*hablum minannas*). Namun sayangnya meskipun sudah tahu pentingnya salat masih banyak yang tidak mengerjakannya.

Sentot Haryanto menjelaskan ada beberapa aspek psikologis dalam praktek salat berjamaah diantaranya yaitu aspek demokratis, rasa diperhatikan dan berarti, perasaan kebersamaan, tidak ada jarak personal, dan terapi lingkungan. Dalam aspek demokrasi terlihat dari beberapa aktivitas yang dilakukan sebelum salat berjamaah yakni memukul ketongan atau bedug yang menjadi penanda datangnya waktu salat, kemudian mengumandangkan adzan dan iqamah, pemilihan pengisian shaf/barisan yang mana dalam pengisian shaf salat tidak pandang bulu untuk memasuki shaf yang pertama, status sosial juga tidak berlaku dalam pengisian barisan dalam salat, semua berhak menempati posisi terdepan, dan yang terakhir adalah pemilihan imam. Kegiatan-kegiatan tersebut tidak dapat dilakukan sendiri melainkan dengan membutuhkan bantuan orang lain. (Haryanto, 2021)

Rasa diperhatikan dan berarti juga dapat tumbuh melalui salat berjamaah, dimana saat salat berjamaah mengandung unsur-unsur rasa diperhatikan dan rasa berarti pada diri individu. Hal tersebut tercermin ketika salat saat memilih shaf atau barisan maka diberikan kebebasan tergantung siapa yang datang pertama, setelah salat. Ketika selesai salat para jamaah biasanya akan melakukan interaksi dengan saling bersalaman satu dengan yang lain. Saat sebelum salat imam akan memeriksa barisan makmumm sebelum melaksanakan salat. Perhatian dan kebersamaan juga terlihat saat imam selesai membaca surat Al Fatihah, makmum akan serentak bersama mengucapkan "*aamiin*". Hal tersebut menunjukkan bahwa salat berjamaah dapat menambah kebermaknaan seseorang dan sangat penting dalam menumbuhkan kesehatan mental.

Salat berjamaah selain memiliki banyak pahala juga sangat erat dengan nilai-nilai sosial dan kebersamaan. Djamaludin Ancok dan Utsman Najati dalam Sentot Haryanto, 2017 mengatakan aspek salat berjamaah mempunyai nilai terapeutik, dimana orang yang salat berjamaah akan terhindar dari rasa terisolir, terencil, tidak diterima atau bahkan merasa dilupakan. Selain itu salat berjamaah juga memiliki efek terapi kelompok dimana saat salat berjamaah akan dapat mengikis perasaan cemas, takut dan merasa terasing. Dalam salat juga tidak ada jarak personal (*personal space*) hal tersebut terlihat ketika melakukan salat berjamaah maka akan diminta merapatkan dan meluruskan barisan, hal ini dapat dimaknai dalam salat berjamaah tidak ada jarak antara satu dengan yang lainnya.

Salat yang dilakukan dengan berjamaah juga mengandung terapi lingkungan, dimana salat berjamaah yang paling utama adalah salat berjamaah yang dilakukan di masjid atau musholla. Masjid dan musholla ini merupakan tempat berkumpulnya muslim. Masjid juga menjadi tempat yang memiliki peranan sangat penting dalam Islam. Masjid memiliki fungsi yang sangat luas, tidak hanya fungsi ibadah semata namun juga memiliki fungsi-fungsi lain seperti fungsi sosial, masjid dapat digunakan dalam berbagai kegiatan dan aktivitas lain selain salat. Dari sini dapat diketahui jika salat berjamaah yang dilakukan di masjid mengandung unsur terapi lingkungan.

Bahnasi dalam bukunya *Salat Sebagai Terapi Psikologi* mengemukakan, ketika ada sebuah masyarakat yang selalu menjalankan salat, maka dapat ditandai bahwa masyarakat tersebut didominasi oleh umat Islam. Bagi setiap orang yang mengerjakan salat maka sejatinya ia menjadi satu pondasi yang merupakan satu kesatuan bangunan yang membentuk masyarakat muslim. Sedangkan pengikat yang mempersatukan individu pada salat adalah salat berjamaah. Dalam hal ini, salat berjamaah ibarat lem pada sebuah bangunan agar bangunan tersebut dapat merekat erat dan kokoh sehingga tidak akan mudah goyah jika menghadapi ujian. (Bahnasi, M., Bachtiar, T. A., & Kurnaesih, 2007)

Salat berjamaah memiliki fungsi utama dalam menciptakan suatu perubahan sosial dalam masyarakat. Salat berjamaah merubah kehidupan orang yang salat secara sosial, ketika ia berjamaah maka ia bukan lagi berhubungan hanya dengan Allah melainkan juga dengan orang lain yang tentu berpengaruh dalam kehidupan bermasyarakat. Perubahan sosial ini dapat dilakukan melalui barisan-barisan dalam salat. Siapa pun yang datang lebih dulu saat salat, maka akan berada di baris pertama, siapa pun yang datang terakhir akan berada dalam barisan yang paling belakang. Orang yang datang terlambat tidak boleh mengambil posisi sebagai pendatang pertama.

Dari hal ini dapat dimaknai bahwa salat berjamaah selain mengajarkan diam dan berjalan lurus, juga mengajarkan untuk bergaul dengan siapa saja, tanpa memandang status, kaya atau miskin. Sehingga menciptakan solidaritas dan hubungan persaudaraan dalam masyarakat. Dalam Al Quran, Allah memerintahkan pemeliharaan keharmonisan, sebagaimana tertuang dalam Al Qur'an Surat an-nisa ayat 102.

Dalam surat an-nisa ayat 102, Muhammad Bahnasi menjelaskan dengan menyatakan bahwa dalam keadaan apapun hingga keadaan perang sekalipun Allah Swt tidak memberikan toleransi untuk tidak melakukan salat berjamaah. Hal tersebut dapat dimaknai betapa mulia dan pentingnya salat berjamaah, selain untuk menjalankan ibadah kepada Allah tetapi salat jamaah juga bertujuan untuk menjalin kerukunan antar sesama umat muslim. Selain itu Muhammad Bahnasi juga menjelaskan salat merupakan tanggung jawab kolektif dalam masyarakat. Satu pemikiran seseorang yang berangkat salat dalam berjamaah akan menciptakan suatu proses dalam satu tujuan yakni amar ma'ruf nahi mungkar, yang mana perintah amar ma'ruf nahi mungkar perintah yang telah jelas dan tegas disampaikan oleh Allah Swt kepada manusia melalui kitab sucinya.

Dalam bukunya *As Salatu Hayah*, Muhammad Bahnasi menjelaskan bahwa masjid adalah tempat berkumpulnya umat Islam, dewasa dan anak-anak, laki-laki dan perempuan. Setelah bersama, juga belajar untuk saling sopan dan saling menasehati. Mereka yang

keluar dari keadaan ini memahami bahwa mereka telah meninggalkan ruh Islam. Oleh karena itu, mereka yang melihat situasi ini wajib memperingatkan orang tersebut. Ketika seorang Muslim melihat keburukan saudaranya, dia tidak mau mengingatkannya, keduanya akan berdosa. Jadi, salat adalah tanggung jawab bersama. Setiap Muslim yang memiliki pengetahuan, bahkan sedikit, harus menyebarkannya kepada orang lain. (Bahnasi, M., Bachtiar, T. A., & Kurnaesih, 2007)

Dari pemaparan di atas dapat dipahami bahwa seseorang tidak hanya fokus pada kesalahan ritual yang bersifat individual saja tetapi juga kesalahan sosial. Kesalahan sosial juga terbukti terdapat dalam aspek-aspek psikologi salat terutama salat berjamaah. Salat selain kewajiban hamba dalam menjalin hubungan antara hamba dengan Tuhannya (*hablum minallah*) tetapi juga memiliki makna dimensi sosial kepada sesama manusia (*hablum minannas*).

Termasuk dalam salat dianjurkan untuk melaksanakan salat secara berjamaah ditinjau dari psikologis, bukan hanya sebatas menggugurkan kewajiban dan mendapatkan pahala yang berlipat ganda. Namun lebih jauh dari itu salat berjamaah mengajarkan manusia untuk saling menjaga hubungan baik antar sesama, saling menjaga, menebar manfaat antar sesama muslim, sehingga tujuan utama dalam salat dapat terwujud yakni amar ma'ruf nahi mungkar sehingga kesalahan sosial akan benar-benar terbentuk. Terlebih lagi di era disrupsi salat akan mampu menjadi jembatan dalam menjaga kerukunan antar sesama umat Islam terutama dalam berbangsa dan bernegara. Dimensi psikologis dalam salat dapat menjadi ukuran yang sangat jelas bahwa salat tidak hanya meningkatkan kesalahan individual saja namun juga bermanfaat untuk membangkitkan kesalahan sosial

Kesimpulan

Era disrupsi menjadi penanda perkembangan teknologi sangat merubah hal-hal yang sangat mendasar dalam kehidupan manusia, termasuk berimbas pada kesalahan seseorang. Kesalahan sosial menjadi hal yang sangat penting dalam menjalin hubungan dalam bermasyarakat. Dalam ajaran agama Islam kesalahan individual dan kesalahan sosial harus dimiliki oleh setiap pemeluknya dan sifatnya mutlak. Kesalahan sosial juga ada dalam berbagai ibadah yang bersifat ritual individual seperti salat. Dalam tinjauan psikologis salat tidak hanya memiliki manfaat secara individual saja tetapi juga memiliki manfaat sosial. Kesalahan sosial tercermin dari ibadah salat, dari tinjauan psikologi salat dari mulai gerakan dan bacaan-bacaan di dalamnya tidak hanya bermanfaat untuk dirinya sendiri saja namun juga bermanfaat untuk sesama. Salat menjadi hal yang sangat penting dalam menjalin hubungan antara hamba dengan Tuhannya (*hablum minallah*) dan juga menjalin hubungan antar sesama manusia (*hablum minannas*). Selain itu dalam salat terdapat aktivitas yang dilakukan lebih dari satu orang yang dinamakan salat berjamaah, dimana salah satu menjadi imam dan yang satu menjadi makmum. Salat yang dilakukan secara berjamaah mengandung banyak aspek-aspek psikologis diantaranya yaitu aspek demokratis, rasa diperhatikan dan berarti, perasaan kebersamaan, tidak ada jarak personal, dan terapi lingkungan. Ditinjau dari aspek-aspek psikologi salat tidak hanya mampu meningkatkan kesalahan ritual individu saja namun juga mampu meningkatkan kesalahan sosial.

Saran dari penelitian ini adalah, peneliti menyadari masih banyak kelemahan dan kekurangan pada penelitian ini, salah satunya adalah masih kurang menyeluruh dalam membedah aspek-aspek psikologi salat. Semoga kedepan dapat lebih memperdalam lagi untuk meneliti tentang psikologi Islam terkhusus psikologi salat. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu memperbanyak penelitian-penelitian tentang psikologi Islam dan membahasnya secara dalam agar menambah referensi dan kelilmuan dalam bidang psikologi Islam.

Referensi

- Al-Mubarak, F., & Buchori Muslim, A. B. M. (2020). Kesalehan Sosial Melalui Pendidikan Filantropi Islam. *JIEBAR : Journal of Islamic Education: Basic and Applied Research*, 1(1), 1–15. <https://doi.org/10.33853/jiebar.v1i1.57>
- Ansori, I. H., Harisah, N. H., Asyrofi, M. F., & Rooziqin, A. K. (2019). Psikologi Shalat (Kajian Tematik Ayat-Ayat Shalat Dengan Pendekatan Psikologi Perspektif Muhammad Bahnasi). *Spiritualita*, 3(1), 27–42. <https://doi.org/10.30762/spr.v3i1.1512>
- Bahnasi, M., Bachtiar, T. A., & Kurnaesih, R. (2007). *Shalat sebagai terapi Psikologi*. Mizania.
- Bisri, A. M. (1994). *Bisri, A. M. (1994). Saleh ritual, saleh sosial*. Diva Press. Diva Press.
- Chodijah, S. (n.d.). *Konsep Shalat Tahajjud Melalui Pendekatan Psikoterapi (Penelitian Di Klinik terapi Tahajjud Surabaya)*. 433–444.
- Faisal, A. (2010). Nuansa Fiqh Sosial KH. MA. Sahal Mahfudh. *Al-Ulum*, 10(2), 363–382.
- Haryanto, S. (2021). *Psikologi Shalat*. Pustaka Pelajar.
- Helmiati, D. H. (2015). *Kesalehan Individual dan Kesalehan Sosial*. <https://www.uin-suska.ac.id/>.
- Mahfudh, K. H. M. S. (2003). *Nuansa Fiqh Sosial*. LKIS Pelangi Aksara.
- Safiruddin, A. B., & Sholihah, A. M. (2019). Manfaat Shalat untuk Kesehatan Mental: Sebuah Pendekatan Psikoreligi Terhadap Pasien Muslim. *Qalamuna: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 11(1), 83–92.
- Ulum, R., Sugiyarto, W., Wahab, A. J., & Muntafa, F. (2019). Indeks Kesalehan Sosial. In *Litbangdiklat* Press. https://simlitbangdiklat.kemenag.go.id/simlitbang/assets_front/pdf/1611128195Indeks_Kesalehan_Sosial_2019.pdf
- Www.islam.nu.or.id. Kesalehan ritual dan kesalehan sosial. Diakses pada 15 Desember 2022.
- Www.tafsirweb.com. Diakses pada 15 Desember 2022.