

DIMENSI PSIKOLOGIS DAN KEPRIBADIAN YANG TERBENTUK DARI IBADAH UMRAH

Anisa Hayati Rahman, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

E-mail: *rahmananisa587@gmail.com*

Ramadan Lubis, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

E-mail: *ramadanlubis@uinsu.ac.id*

Abstract

Umrah is a worship that has a very high spiritual value, both culturally and spiritually. With the large number of pilgrims performing the Umrah pilgrimage, it is also important to discuss the meaning of the Umrah pilgrimage itself, therefore this research aims to find out more deeply how the psychological and personality dimensions are formed from the Umrah pilgrimage. The method used in this research is library research or literature study, which utilizes sources from books, journals, documents and others as material for the material to be explained. Based on the research, it was found that it is important to know how the psychological dimensions are contained and what personality is formed from the Umrah pilgrimage.

Keywords: Umrah, Psychology, Personality.

Abstrak

Umrah merupakan salah satu ibadah yang memiliki nilai spiritual yang sangat tinggi, baik secara ubudiyah maupun insaniyah. Banyaknya jamaah yang melaksanakan ibadah umrah, maka penting pula dibahas makna dari perjalanan ibadah umrah itu sendiri, karenanya penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui lebih dalam bagaimana dimensi psikologi dan kepribadian yang terbentuk dari ibadah umrah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah library research atau studi kepustakaan, yang memanfaatkan sumber-sumber dari buku, jurnal, dokumen dan yang lainnya sebagai bahan dari materi yang akan dijabarkan. Berdasarkan penelitian diperoleh hasil bahwa penting untuk mengetahui bagaimana dimensi psikologi yang terkandung dan kepribadian apa yang terbentuk dari ibadah umrah.

Kata Kunci: Umrah, Psikologi, Kepribadian

PENDAHULUAN

Ibadah umrah bukanlah sebuah perjalanan biasa yang diperuntukkan

kepada seseorang yang memiliki latar belakang perekonomian kelas atas, namun ibadah umrah merupakan

sebuah ibadah yang diperuntukkan bagi siapapun yang mau dan yakin kepada Allah bahwa ia bisa, sebab ketika melihat fakta di lapangan banyak orang-orang yang mampu secara materi dan fisik tetapi belum melaksanakannya, begitu pula sebaliknya banyak pula dijumpai jamaah umrah yang berangkat ke tanah suci dari latar belakang keluarga yang sederhana dan dengan kondisi fisik yang tidak lagi bugar. Sebab pada dasarnya ibadah ini tidak hanya sebatas materi namun jauh dari itu ibadah umrah mengandung spiritualitas yang kuat, di mana dalam ibadah ini melibatkan kesucian niat dan perilaku.

Meningkatnya jumlah umat Islam yang melaksanakan ibadah umrah setiap tahunnya, tidak terlepas dari pengaruh pertumbuhan ekonomi yang semakin berkembang dan didukung oleh kemajuan teknologi yang pesat. Terutama pada tahun ini, semua umat Islam berbondong-bondong ingin melaksanakan ibadah umrah setelah mengalami pembatasan keberangkatan jamaah selama dua tahun akibat pandemi Covid-19. Data dari Kementerian Haji dan Umrah Arab Saudi menunjukkan bahwa setiap tahunnya mereka mengeluarkan lebih dari lima juta visa umrah kepada semua Muslim di seluruh dunia.

Umrah merupakan ibadah rohani dan spiritualitas di mana membutuhkan kesiapan fisik, materi serta psikologis dalam melaksanakannya. Keseimbangan antara spiritualitas dan materialisme,

dunia dan akhirat, serta antara individu dan masyarakat, adalah persyaratan tambahan untuk umrah. Banyak umat Islam di seluruh dunia yang mencoba untuk melakukan ibadah ini. Mayoritas ulama *Syafi'iyah* dan *Hanabilah* berpendapat bahwa ibadah umrah wajib dilakukan sekali seumur hidup bagi mereka yang mampu. (Yusuf, 2019: 3) Selain itu, banyak pula umat Islam yang melakukan umrah karena yakin dengan interpretasi hadis yang menyatakan bahwa orang yang pergi umrah akan diampuni dosanya, baik itu dosa dimasa lalunya.

Berdasarkan hal di atas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang bagaimana dimensi psikologis dan kepribadian yang terbentuk dari ibadah umrah, mengingat banyaknya jamaah yang melaksanakan ibadah umrah, maka penting pula dibahas makna dari perjalanan ibadah umrah itu sendiri

METODE PENELITIAN

Penulisan jurnal ini menggunakan metode penelitian *library research* atau penelitian kepustakaan. Disebut penelitian kepustakaan karena dalam metode ini penulis memperoleh data dan informasi dari sumber bacaan berupa buku, jurnal, dokumen, serta artikel yang akan dijadikan bahan rujukan untuk membuat artikel ilmiah ini. Metode ini bertujuan agar pembaca dapat memahami apa isi pembahasan dengan beberapa rujukan yang sudah dicantumkan oleh penulis (Evanirosa, 2022). Oleh karena itu, metode ini

sangat tepat dalam pembuatan jurnal sehingga diharapkan pembaca dapat memahami pembahasan dengan baik dalam jurnal ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian dan Hukum Ibadah Umrah

Secara etimologi umrah memiliki arti ziarah (berkunjung) atau mendatangi suatu tempat tertentu, (Mughniyah, 2011:180) sedangkan secara terminologi umrah artinya mengunjungi Baitullah untuk melaksanakan rangkaian ibadah yang sudah disyariatkan, di mana dalam pelaksanaannya tidak terikat dengan waktu. (Bastoni, 2016:9)

Menurut Imam Hanafi dan Imam Malik, menunaikan ibadah umrah hukumnya sunnah muakkad. Sedangkan menurut Imam Syafii dan Imam Hambali, menunaikan ibadah umrah hukumnya wajib sekali seumur hidup bagi yang mampu. Adapun dasar dari pelaksanaan ibadah umrah yaitu terdapat dalam firman Allah Swt.:

وَأَتِمُّوا الْحَجَّ وَالْعُمْرَةَ لِلَّهِ ۚ

Artinya: “Dan sempurnakanlah ibadah haji dan umrah karena Allah.” (QS. Al-Baqarah 2: Ayat 196).

Maksud dari ayat di atas adalah sempurnakanlah kedua ibadah tersebut. Dalil ini menggunakan kata perintah, hal tersebut menunjukkan akan kewajiban melaksanakan haji dan umrah.

Umrah sering disebut dengan haji

kecil. Semua ketentuan umrah hampir sama dengan haji, tetapi pelaksanaan umrah lebih sederhana dibandingkan dengan pelaksanaan haji. Umrah terbagi menjadi dua yaitu: umrah wajib dan umrah sunnah, adapun keterangannya sebagai berikut:

1. Umrah Wajib

- a. Umrah pertama yang dikerjakan oleh seorang muslim pertama kali ketika sampai di kota Makkah, disebut juga dengan *umratul Islam*
- b. Umrah yang dilaksanakan karena *nadzar*.

2. Umrah Sunnah

Umrah yang dilaksanakan setelah umrah wajib, baik untuk kali kedua dan seterusnya dan dilakukan bukan karena *nadzar*. (Ditjen Penyelenggaraan Haji dan Umrah, 2020:62)

Syarat, Rukun, dan Wajib Umrah

Terdapat beberapa syarat dalam melaksanakan ibadah umrah, diantaranya sebagai berikut:

1. Islam; umrah tidak wajib atas orang kafir dan mereka tidak dituntut mengerjakannya selama masih kafir dan tidak sah mengerjakannya sebab mereka tidak mempunyai kelayakan untuk menunaikan ibadah.
2. Baligh (dewasa); umrah bagi anak kecil tidak wajib karena tidak dituntut untuk mengerjakan hukum-hukum syariat.

3. Aqil (berakal sehat); melaksanakan umrah bagi orang gila adalah tidak wajib karena dia tidak mempunyai kelayakan untuk mengerjakan ibadah.
4. Merdeka (bukan hamba sahaya); melaksanakan umrah bagi hamba sahaya adalah tidak wajib, sebab umrah adalah ibadah yang lama waktunya.
5. Istita'ah (mampu). (Ma'arif, 2020:135)

Rukun umrah ada lima, yaitu:

1. *Ihram*, yaitu niat memulai mengerjakan ibadah umrah
2. *Tawaf*; yaitu mengelilingi Kakbah sebanyak tujuh kali dimulai dari sudut Hajar Aswad dan berakhir di sudut Hajar Aswad pula serta Kakbah berada di sebelah kiri orang ber-*tawaf* (berlawanan dari arah jarum jam).
3. *Sa'i*; yaitu berlari-lari kecil dari bukit Safa ke bukit Marwah
4. *Tahalul*; yaitu mencukur atau menggunting rambut paling sedikit tiga helai rambut.
5. Tertib; yaitu dilakukan secara berurutan. (As Suhaili, 2015:26)

Adapun wajib umrah adalah sebagai berikut :

1. Ihram dari *miqat*-nya *Miqat* di dalam umrah ada dua macam, yaitu: *miqat zamani* (sepanjang tahun) dan *miqat makani* (sama dengan miqat haji)
2. Menjauhi segala larangan umrah yang jumlah dan bentuk

larangannya sama dengan larangan haji. (Ahsan dan Sumiyat, 2018:97)

Keutamaan Ibadah Umrah

Hal yang dapat memotivasi seseorang untuk menjalankan suatu ibadah adalah dengan mengetahui fadhilah atau keutamaan dari ibadah itu sendiri. Adapun keutamaan (fadhliah) dari melaksanakan ibadah umrah, yaitu sebagai berikut:

1. Umrah sebagai penghapus dosa
Salah satu amalan yang dapat melebur dosa dan menghilangkan dampak maksiat dan perbuatan jelek adalah dengan melakukan ibadah umrah. Dari Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda: "*Umrah yang satu ke umrah yang lain (pahalanya) sebagai penghapus dosa antara keduanya, dan haji yang mabrur tiada balasan baginya melainkan surga*" (HR. Bukhori Muslim)
2. Menjadi tamu-tamu Allah
Orang yang mengerjakan umrah ketanah suci merupakan tamu agung Allah, sebagaimana sabda Rasulullah Saw: *Umrah dan Haji adalah Tamu Allah, jika mereka mohon ampun akan diampuni dosanya dan jika berdoa akan dikabulkan* (Riwayat al-Nasa'i dan Ibnu Majah). (Zainuddin, 2016: 21)
3. Umrah dibulan Ramadhan sebanding dengan (pahala) Haji.
Sabda Rasulullah Saw: "*Mengerjakan umrah dibulan Ramadhan pahalanya sama dengan*

pahala ibadah haji"(HR. Ahmad, no. 26026)

4. Menghapus kafakiran

Melaksanakan ibadah umrah dapat menyelamatkan diri dari kefakiran. Dari Abdullah bin Mas'ud, Nabi Saw. bersabda: *"Ikutkanlah antara umrah pada haji. Karena haji dan umrah menghilangkan kefakiran dan dosa seperti pembakaran menghilangkan karat pada besi, emas, dan perak"* (HR. Tirmidzi no. 738) (Yusuf, 2019:11-17).

Dimensi Psikologi dan Kepribadian yang Terdapat dalam Ibadah Umrah

Umrah merupakan perjalanan spiritual dan kejiwaan. Perjalanan ini memiliki daya tarik tersendiri dan orang yang melakukan perjalanan ini akan merasakan perasaan manis ketika menempuh perjalanan spiritual ini. Ketika seseorang melakukan ibadah umrah, ia akan merasakan pengalaman yang tidak biasa seperti pengalaman perjalanan ke tempat lainnya, ia tidak hanya merasakan kegembiraan namun jauh lebih dari itu, sebuah kenyamanan dan ketenangan hati serta kerinduan akan bertemu Rasulullah yang dirasakan. Perasaan gembira saat menempuh perjalanan spiritual umrah juga berefek dalam kejiwaan dan bertahan lama dalam diri manusia. Oleh karena itu, perjalanan umrah sangat berbeda dengan perjalanan biasa.

Perjalanan umrah juga membuat seseorang semakin dekat dengan dirinya dan

merenungkan hakikat serta jati dirinya yang sebenarnya. Sejatinya umrah adalah perjalanan internal untuk melatih seseorang mengintropeksi dirinya. (Safrilisyah, 2013:123) Perjalanan umrah merupakan perjalanan yang mulia dan suci di hadapan Allah Swt, mengandung berbagai macam i'tibar, pelajaran berharga yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Adapun makna spiritual dan kepribadian yang terdapat dalam ibadah umrah melalui rukun-rukunya yaitu sebagai berikut:

1. Makna Ihram dari Miqat

Ihram memiliki makna spiritual yang mendalam. Rukun umrah yang pertama ini mewajibkan seseorang yang menjalankannya untuk menggunakan pakaian putih yang terdiri dari dua lembar kain yang tidak berjahit (bagi laki-laki) dan untuk perempuan menggunakan pakaian muslimah biasa yang menutup aurat, kecuali telapak tangan dan wajah. Adapun makna dari ihram yaitu sebagai berikut:

a. Simbol kesucian diri dengan mengontrol keinginan dan hawa nafsu

Ketika seseorang menjalankan umrah, maka orang tersebut diwajibkan menggunakan pakaian ihram dan ketika menggunakan pakaian ihram artinya orang tersebut harus melepaskan pakaian yang biasa digunakan olehnya. Pelepasan pakaian yang biasa digunakan seseorang disimbolkan

dengan pelepasan segala pakaian keangkuhan, kehormatan dan kewibawaan, untuk diganti dengan pakaian ihram, dua lembar kain putih, artinya dalam hal ini seseorang harus dapat mengontrol diri dari keinginan dan hawa nafsu yang mungkin selama ini berlebihan, mubazir atau bahkan sesuatu yang sia-sia.(R. Lubis, 2019:203)

- b. Sebagai bentuk persamaan, kepatuhan, dan kerendahan hati di hadapan Allah Swt.

Semua jamaah yang melaksanakan ibadah umrah atau haji menggunakan pakaian yang sama yaitu pakaian ihram, hal ini membuktikan tidak adanya perbedaan antara satu dengan lainnya baik itu perbedaan dalam ras, suku, warna kulit, asal negara, status sosial, kaya atau miskin, serta jabatan pekerjaan semua menggunakan pakaian yang sama. Pakaian ihram menyadarkan bahwasannya posisi manusia di mata Allah sama.

- c. Sebagai pengingat kematian

Pakaian ihram yang digunakan ketika umrah juga mengingatkan kepada pakaian ketika seseorang meninggal. Pakaian ihram yang hanya menggunakan dua lembar kain putih tanpa adanya atribut maupun hiasan yang menempel pada kain ihram tersebut menunjukkan adanya kesamaan dengan kain putih polos (kain kafan) yang dipakai oleh seseorang

yang telah meninggal. Menggunakan pakaian ihram menyadarkan penggunaanya akan kematian.

- d. Tekad dan niat yang kuat

Setelah menggunakan pakaian ihram dan mengambil niat umrah dari miqat, maka ada banyak larangan yang harus dipatuhi oleh jamaah umrah. Seseorang yang telah mengambil miqat maka seperti berjanji untuk menjalankan rukun umrah dan meninggalkan segala larangan ketika umrah. Dengan kata lain, makna dari miqat adalah untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan berkomitmen untuk tidak melakukan atau mengulangi kesalahan yang pernah di perbuat.

2. Thawaf

Thawaf yaitu mengelilingi kakbah sebanyak tujuh putaran, yang dimulai dari hajar aswad dengan arah yang berlawanan dengan jarum jam. Hikmah dari thawaf memiliki hubungan dengan Allah (*hablumminAllah*) yakni mengajak untuk selalu ingat dan tunduk kepada Allah, dan hubungan dengan manusia (*hablumminannas*) yakni mengajarkan pentingnya akan persatuan, kebersamaan dan toleransi.

- a. Ketundukan dan ingat kembali kepada Allah

Thawaf yang dilakukan dengan mengelilingi kakbah sebagai pusat dan jamaah sebagai orbitnya, artinya melalui rangkaian ibadah thawaf ini menyadarkan kembali

akan kebesaran Allah sebagai pusat orientasi hidup, sebagaimana kakbah sebagai pusat dalam thawaf. Mengelilingi kakbah merupakan gambaran bahwa manusia pada dasarnya kecil dihadapan Allah yang Maha Besar. Thawaf juga menyadarkan agar manusia mengingat bahwa Allah tempat satu-satunya meminta dan memohon pertolongan dan perlindungan, dan istiqamah dalam menjalani kehidupan dengan penuh kebaikan. Seperti halnya ketika seseorang berkonsentrasi dalam menyelesaikan putaran tawaf dengan tuntas maka begitu pula dalam kehidupan seseorang tersebut dapat menjalankan kehidupannya menjadi akhir yang baik (*husnul khatimah*). (Badrudin, 2018: 112)

b. Harmonisasi dan toleransi

Rukun thawaf yang dilakukan dengan ribuan bahkan jutaan jamaah yang lainnya memberikan pelajaran pentingnya akan sikap toleransi dan harmonisasi. Hal ini dapat dilihat ketika jamaah yang mengambil posisi thawaf dan terus berjalan sesuai posisi tersebut, tidak berusaha untuk ke depan ataupun ke belakang dan tidak pula berusaha mengambil posisi jamaah lainnya, gerakan tertib yang dilakukan tersebut tidak akan dicapai apabila tidak dilakukan dengan sikap harmonisasi dan toleransi.

c. Kesabaran dan disiplin

Melakukan thawaf bersama dengan jamaah dari seluruh dunia mengajar-kan untuk bersikap sabar dan disiplin dalam menghadapi kondisi dan perangai orang-orang yang memiliki kebiasaan berbeda dengan diri, sebab dalam kegiatan ini mengandung aspek sosial yang tinggi. Ketertiban dalam ibadah thawaf dapat terlaksana apabila semua jamaah taat akan aturan (disiplin), artinya dalam thawaf mengajarkan bahwa keteraturan dapat terjadi apabila setiap orang memahami serta taat dengan prinsip kebaikan yang telah ditentukan.

3. Sa'i

Sa'i merupakan kegiatan berlari-lari kecil dari bukit Shafa ke bukit Marwah sebanyak tujuh kali. (Badrudin, 2018:116) Adapun nilai-nilai psikologi dan kepribadian yang terdapat dalam rangkaian ibadah sa'i yaitu:

a. Bekerja keras mengubah kehidupan yang lebih baik

Nilai yang terkandung dalam sa'i yaitu mengajarkan tentang begitu pentingnya kerja keras untuk mengubah kehidupan. Dengan kata lain sa'i mengajarkan bahwa apabila seseorang ingin mendapatkan sesuatu, maka harus berusaha dan berjuang terlebih dahulu. Hal ini sebagaimana yang dilakukan oleh Siti Hajar yang bolak-balik antara

bukit Shafa dengan Marwah sebagai upaya mencari air untuk anaknya Ismail. Dari kisah tersebut mengajarkan bahwa seseorang butuh keyakinan, kerja keras, ketekunan, kesabaran serta tawakal kepada Allah dalam menjalani kehidupan di dunia ini.

- b. Lambang kasih sayang ibu kepada anaknya (Muhaemin B, 2013:218)
Usaha siti hajar yang bolak-balik dari bukit Shafa ke bukit Marwah demi mencari air untuk minum anaknya Ismail membuktikan besarnya perjuangan dan kasih sayang seorang ibu demi anaknya, hingga akhirnya Allah memberikan penghargaan terhadap hamba-Nya yang mau bersungguh-sungguh berjuang dengan sepenuh hati dengan mengeluarkan mata air, yang kini dikenal dengan air zam-zam.

4. Tahalul

Tahalul merupakan kegiatan mencukur atau menggunting rambut baik semua atau minimal tiga helai. Makna dari tahalul yakni sebagai prestasi setelah perjuangan dan kerja keras yang telah dilakukan. Seperti halnya prestasi jamaah yang telah berusaha menghindari segala larangan-larangan selama menjalankan rukun-rukun umrah. (Denny JA, 2019:163)

5. Tertib

Tertib yang dimaksud disini ialah menjalankan segala rangkaian ibadah umrah sesuai dengan aturan (berurut), sehingga menjadi mubrur. Begitu pula dalam menjalankan kehidupan, seseorang harus menjalaninya sesuai dengan aturan yang telah Allah tetapkan agar mendapatkan kehidupan yang dicintai oleh Allah Swt.

KESIMPULAN

Umrah sebagai bagian dari ibadah memiliki dimensi spiritual yang luas. Ibadah umrah bukanlah merupakan sebuah perjalanan saja, namun jauh lebih dari itu banyak nilai dan makna yang terkandung dalam setiap rukun-rukun yang dijalankan. Allah memberikan aturan dalam rukun-rukun umrah tidak hanya sebatas legalitas dan mekanisme saja, namun dibalik itu semua terdapat makna secara spiritual dan psikologi di dalamnya. Adapun makna yang terdapat dalam rukun-rukun ibadah umrah diantaranya sebagai berikut: 1) Makna ihram dari miqat; simbol kesucian diri dengan mengontrol keinginan dan hawa nafsu, sebagai bentuk persamaan, kepatuhan, dan kerendahan hati di hadapan Allah swt, sebagai pengingat kematian, tekad dan niat yang kuat. 2) Makna dari thawaf; tekad dan niat yang kuat, ketundukan dan ingat kembali kepada Allah, harmonisai dan toleransi, kesabaran dan disiplin. 3) Makna dari sa'i; bekerja keras mengubah kehidupan yang lebih baik, dan lambang kasih sayang ibu

kepada anaknya. 4) Makna dari tahalul; sebagai prestasi setelah perjuangan dan kerja keras yang telah dilakukan.

Daftar Pustaka

- Ahsan, Muhammad dan Sumiyat. 2018. *Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti SMP/MTs Kelas IX*, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- As Suhaili, A Solihin. 2015. *Kitab Super Lengkap Tuntunan Haji dan Umrah*, Cilandak: Cahaya Ilmu.
- B, Muhaemin. 2013. Dimensi Pendidikan dalam Ibadah Haji, *Jurnal Adabiyah*, Vol. XIII, No. 2.
- Badrudin. 2018. *Spiritualitas Amaliah Ibadah Haji*, Serang: Penerbit A-Empat.
- Bastoni, Andi Hepi. 2016. *Umrah Sambil Belajar Sirah (Menapak Tilas Sejarah Rasulullah ﷺ)*, Bogor: Pustaka al-Bustan.
- Ditjen Penyelenggaraan Haji dan Umrah. 2020. *Tuntunan Manasik Haji dan Umrah*, Jakarta: Kementerian Agama Republik Indonesia.
- JA, Denny. 2019. *Kecerdasan Spiritual Untuk Umrah*, Jakarta: CeraH Budaya Indonesia.
- Lubis, Ramadan. 2019. *Psikologi Agama (Dalam Bingkai Ke-Islaman Sebagai Pembentukan Kepribadian Seorang Islam)*, Medan: Perdana Publishing.
- Ma'arif, Zainul . 2020. *Fikih Madrasah Tsanawiyah Kelas VIII*, Jakarta: Kementerian Agama RI.
- Mughniyah, Jawad Muhammad. 2011. *Fiqih Lima Mazhab (Ja'fari, Hanafi, Maliki, Syafi'i, Hambali)*, Jakarta: Lentera.
- Safrilsyah. 2013. *Psikologi Ibadah dalam Islam*, Banda Aceh: Lembaga Naskah Aceh (NASA).
- Yusuf, Ibnu Wahyudi. 2019. *Fikih Umrah Menurut Madzhab Imam Syafi'i*, Bogor: Al Azhar Fresh Zone Publshing.
- Zainuddin, Darwin. 2016. *Manasik Umrah (Situs Bersejarah Makkah-Madinah)*, Medan: Perdana Publishing.