

PENGALAMAN TRANSFORMASI DIRI INDIVIDU YANG HIJRAH

Seruni Trie Lyca Lestari & Amalia Rahmandani

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Soedarto . SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

seruni3lycalestari@gmail.com

ABSTRAK

Hijrah tengah menjadi fenomena tertentu di Indonesia. Zaman kini, pengertian hijrah telah berkembang menjadi proses transformasi diri seseorang dari yang kurang baik mejadi lebih baik. Proses hijrah bukanlah hal yang mudah, berbagai perjuangan untuk tetap teguh dijalan Allah dilakukan dengan melewati berbagai hal. Penelitian ini dilakukan guna memahami pengalaman transformasi diri individu yang berhijrah. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria yaitu, Individu dewasa antara 17-45 tahun atau secara Islam telah baligh dan telah melakukan hijrah dengan meninggalkan pekerjaan demi hijrahnya dan lebih mengabdikan diri pada Allah. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah fenomenologis, dengan teknik wawancara semi terstruktur sebagai metode pengumpulan data, dan teknik analisis *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil penelitian menunjukkan, bahwa terdapat tiga tema induk, yaitu (1) motivasi berhijrah, (2) perjuangan berhijrah, (3) perubahan pasca pengambilan keputusan berhijrah. Dengan memahami pengalaman transformasi diri pada individu yang berhijrah diharapkan individu-individu yang hendak berhijrah mendapat informasi dan refrensi mengenai hal-hal apa saja yang akan dihadapi didepan sehingga dapat lebih mempersiapkan diri.

Kata Kunci: Individu yang berhijrah, hijrah, transformasi diri, *interpretative phenomenological analysis*.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hijrah menjadi fenomena yang menonjol di 2018. Dalam konteks sosial budaya belakangan ini, kata hijrah digunakan untuk menggambarkan keinginan seseorang untuk beralih ke arah religiusitas yang lebih tinggi, dan juga menjadi momentum lompatan menuju ke arah yang lebih syar'i. Hijrah telah menjadi "virus" yang menjangkit banyak orang dan menjadi budaya tidak terkecuali selebriti (Nasrullah, 2018).

Orang yang berhijrah biasanya meninggalkan hal-hal dalam hidupnya yang mereka anggap buruk di mata Allah, bahkan meninggalkan ketenaran, pekerjaan, atau gaya hidup. Seperti menurut Fatih Karim, founder Cinta Alquran, banyak yang semakin sadar bahwa kekayaan, popularitas, ternyata bukanlah sumber kebahagiaan satu-satunya (Hanan, 2014).

Menurut Laudya Chintya Bella, seorang artis Indonesia mengungkapkan bahwa cantik, terkenal, dan berlimpah materi tidak menjadikannya merasakan ketenangan dan kebahagiaan. Bella mengalami sebuah titik balik, bahwa kebahagiaan dan ketenangan bisa terasa ketika dirinya memasrahkan hanya kepada Allah SWT (Darmawan, 2017). Pengalaman serupa juga dirasakan oleh artis lain seperti Teuku Wisnu, bahkan saat impiannya kebanyakan tercapai, seperti rumah, dan kendaraan, dia tetap merasa hampa dan belum bahagia. Kemudian dia bermuhasabah lagi dan menyadari bahwa selama ini kekosongan itu ada karena dia

belum melaksanakan perintah-perintah Allah, bahkan banyak menjalankan hal-hal yang dilarang Allah (Putri, 2018).

Kini fenomena hijrah lebih difasilitasi lagi dengan adanya banyak komunitas ataupun acara yang dibuat untuk mewedahi individu-individu yang ingin berhijrah dan belajar di jalan Allah namun merasa malu, takut, ataupun merasa sendirian. Komunitas *shift* Pemuda Hijrah menjadi salah satu komunitas yang berhasil menjadi pencetus komunitas hijrah dengan kemasan yang “menyenangkan”. Komunitas *Shift* terbukti berhasil dalam mewedahi geng motor Brigez dalam berhijrah, dengan metode dakwah yang dilakukan *Shift* para anggota geng motor Brigez berhasil memahami agama dengan lebih baik, kesadaran beragama meningkat, dan adanya perbaikan dalam sikap dan perilaku yang sesuai dengan ajaran islam (Muttaqien, Effendi, Sidiq, 2016).

Selain komunitas, salah satu acara hijrah yang berhasil menarik perhatian dan membuktikan menonjolnya fenomena hijrah di tahun 2018 adalah *Hijrah Fest*. Menurut Ustaz Bachtiar Nasir (dalam Imam, 2018) adanya acara ataupun komunitas seperti ini memperkuat konsistensi untuk berhijrah. *Hijrah Fest* sendiri dapat dikatakan sukses karena berhasil mendatangkan puluhan ribu pengunjung yang antusias dari berbagai kalangan, tiketpun *sold out* dengan cepat mesti tidak murah (Subarkah, 2018).

Hijrah secara harafiah memiliki arti “perpindahan ke lain negeri” (Al-Faruqi, 2000) Di masa sekarang orang yang berhijrah dapat diartikan dengan “seseorang yang meninggalkan perbuatan maksiat dan tidak menoleh pada hal-hal yang menyebabkan Allah murka” (Muhammad, 2014). Menurut hasil studi literatur

Murni (2013) tentang konsep hijrah menurut. Quraish Shihab, istilah hijrah digunakan untuk menggambarkan perpindahan individu dari sesuatu yang buruk ke sesuatu yang lebih baik. Menurut Dedih Surana, Dosen Universitas Islam Bandung seseorang dapat dikatakan hijrah melakukan dua hal, yang pertama ada yang ditinggalkan, dan yang kedua ada yang dituju (tujuan) ke arah yang lebih baik (Iman, 2015). Dapat disimpulkan bahwa hijrah dalam konteks masa kini bisa berarti meninggalkan sesuatu yang buruk, untuk menuju ke sesuatu yang lebih baik sesuai dengan ajaran dan perintah Allah SWT dengan kesungguhan.

Dalam psikologi agama tobat, berubah agama, berbalik terhadap pendirian mengenai ajaran agama ataupun masuk agama dinamakan konversi agama, dimana untuk melakukan konversi agama individu tidak selalu harus berpindah agama, namun dapat juga berubah pandangan dan keyakinan akan agama yang sekarang dianutnya (Jalaluddin, 2016).

Kartikowati & Zubaedi (2016) menyatakan dalam psikologi Islam untuk terus berkembang menjadi individu yang lebih baik setiap individu sudah dibekali fitrah, yang merupakan kemampuan dasar sebagai potensi terbesar untuk terus terbina dan berkembang dengan maksimal lewat proses belajar. Didalam kerangka fitrah terdapat komponen psikologis yang saling memperkuat perkembangan yang optimal. Hal itu juga dijelaskan dalam Al-qur'an surat Al-A'raf ayat 172 yang berbunyi,

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

Artinya: “Dan ingatlah kepada Rabbmu mengeluarkan dari keturunan anak-anak Adam dari sulbi (tulang rusuk) mereka dan Allah mengambil kesaksian kepada jiwa mereka (seraya berfirman),”Betul (Engkau Rabb kami), kami menjada saksi”. (Kemenag, 2019).

Tafsiran ayat tersebut menurut Quraisihab dalam Muayyad (2015) berarti Allah telah menganugrahkan potensi atau fitrah ketuhanan kepada manusia berupa akal pikiran, pengutusan rasul dan mukjizat juga penciptaan langit dan bumi sebagai modal untuk menjadi *khalifah fil ardh*. Fitrah tersebut yang seharusnya diteruskann secara terus menerus dan senantiasa diperbarui dan diperbaiki karena kelak akan diminta pertanggungjawabannya di akhirat. Selain itu hal tersebut juga dijelaskan dalam surat Sy-Syam ayat 7-10 yang berbunyi,

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (7) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (8) قَدْ أَفْلَحَ مَنْ رَزَّاهَا (9)
وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (10)

Artinya: “Demi jiwa dan penyempurnaan (ciptaanannya), maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya, sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya” (Kemenag, 2019).

Dalam pemaknaan surat As-Syam ayat 7-10 tersebut diartikan bahwa Allah telah memberikan manusia petunjuk lewat Al-qur’an. Allah juga telah mengilhamkan manusia akal dan pikiran supaya dapat menentukan jalan kebaikan dan keburukan maka manusia akan mendapat konsekuensi dari setiap jalan yang

diambilnya, dan apapun yang menimpa manusia semua berasal dari usahanya sendiri (Rocmat, 2016). Selain itu Hal tersebut juga dijelaskan dalam surat Al-Baqarah ayat 257 bahwa Allah melindungi orang-orang yang beriman dengan mengeluarkannya dari kegelapan menuju cahaya,

اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَاؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ
 إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ □ - ٢٥٧

Artinya: “Allah Pelindung orang-orang yang beriman; Dia mengeluarkan mereka dari kegelapan (kekafiran) kepada cahaya (iman). Dan orang-orang yang kafir, pelindung-pelindungnya ialah syaitan, yang mengeluarkan mereka daripada cahaya kepada kegelapan (kekafiran). Mereka itu adalah penghuni neraka; mereka kekal di dalamnya” (Kemenag, 2019).

Makna momentum hijrah adalah transformasi dan juga reformasi baik secara sosial maupun spiritual, agar manusia dapat melakukan hal dengan lebih baik dalam kehidupan sendiri ataupun dengan orang lain (Ibrohim, 2016).

Dalam kamus bahasa Inggris, transformasi memiliki kata dasar *transform* yang artinya “*make a through or dramatic change in the form, appearance, character, ect* yang dapat diterjemahkan bebas menjadi “segera membuat suatu perubahan total, baik dalam bentuk penampilan, karakter, dan seterusnya”.

Transformasi diri dapat diumpamakan dengan metamorfosa ulat menjadi kupu-kupu, transformasi terjadi bukan hanya dalam bentuk fisik saja, melainkan juga dalam bentuk karakter dan juga kemampuannya (Effendi, 2007). Transformasi diri adalah sebuah proses modifikasi perilaku seseorang, menuju perilaku yang

lebih baik, maka dari itu, *self-transformation* adalah atribut pelengkap yang mendukung individu memiliki hidup yang sehat jasmani, hati, dan pikiran (*wellness*) (Krecji 2013).

Dalam temuan lapangan Setiawan, Desiana, Wulandari, dan Salsabila (2017), hijrah bukan semata mata adanya perubahan secara fisik manakala seseorang mengubah penampilan yang lebih memenuhi adab berpakaian sesuai syariat islam saja, namun juga perubahan pemikiran, di mana orientasi pemikiran seseorang lebih kepada akhirat, dan terakhir perubahan pada spiritualitas, di mana seseorang dapat memaknai semua permasalahan terjadi sesuai aturan Allah dan hanya kepada-Nya mereka meminta dan memasrahkan urusan. Hijabers Community Bandung berhasil menjadi salah satu yang turut andil dalam transformasi diri anggotanya dengan mengubah stigma jilbab pada masyarakat sehingga kini hijab bisa dianggap pakaian yang modis sehingga anggotanya mengalami transformasi diri dalam konsep diri, psikis, perilaku yang lebih santun, meningkatnya spiritualitas, dan bahkan meningkatkan pergaulan sosial mereka secara positif. (Fakhruroji 2015).

Dari penelitian lain, transformasi diri dapat terjadi bukan saja karena hal positif, namun juga hal negatif yang terjadi dalam hidup, hasil penelitian Breen dan Mcleen (2010) transformasi diri pada remaja anti sosial terjadi setelah mereka hamil dan menjadi ibu di usia remaja, dengan dukungan sosial yang baik, mereka dapat menjadi individu dengan sosial yang lebih baik, lebih dapat bertahan dalam berbagai keadaan, meninggalkan kebiasaan buruk bahkan seperti mengkonsumsi obat terlarang, hidup lebih sehat dan positif. Pada beberapa wanita, HIV akhirnya

menghasilkan transformasi diri yang positif, peningkatan kesehatan jasmani, hati, dan pikiran terjadi setelah mereka membiasakan perilaku hidup sehat pasca vonis, peningkatan juga terjadi pada spiritualitas dan religiusitas karena agama dianggap menjadi sumber kekuatan dan dapat meningkatkan keyakinan diri, penerimaan diri yang lebih baik, pikiran dan hidup yang lebih positif (*wellness*) (Krejci, 2013).

Menurut Prodingger dan Stamm (2010) dalam proses memahami, menyadarkan, dan merawat kesehatan sendiri adalah hal yang transformatif bagi 6 orang wanita pengidap penyakit kronis. Mereka bertransformasi menjadi orang yang dapat membuat pilihannya sendiri, dan bahkan menjadi agen aktif dalam menjaga kesehatan diri.

Alasan orang berhijrah ada berbagai macam, dalam penelitian Giovany dan Chatamallah (2018) jamaah yang mengikuti komunitas gerakan *shift* pemuda hijrah mendapat motivasi yang berasal dari dalam diri dan luar diri, sedangkan penelitian Mulyana (2016) mengungkapkan jamaah-jamaah bergabung dengan komunitas pemuda hijrah dikarenakan adanya ajakan teman, ataupun karena memang adanya niat untuk menjadi manusia yang lebih baik lagi. Pada penelitian (Setiawan, dkk., 2017) alasan mahasiswa berhijrah adalah karena Allah, beberapa juga disebabkan karena adanya masalah-masalah yang terjadi dalam hidup, merasa hidupnya berjalan begitu saja, permasalahan keluarga, ataupun ada kehampaan dalam ruang spiritualnya yang akhirnya memotivasi mereka untuk berhijrah.

Namun, hijrah dan tetap konsisten istikamah di jalan Allah bukanlah hal yang mudah, pada anggota komunitas Pemuda Bertauhid, rintangan ada dari lingkungan yang kurang mendukung, bahkan dari orang terdekat dan keluarga,

selain itu kontra-nya pemikiran dengan berbagai orang yang berhijrah, obrolan yang tidak lagi sejalan, dijauhi orang-orang dekat, dianggap teroris dan radikal adalah beberapa cobaan yang dihadapi saat mereka mulai berhijrah (Setiawan dkk. 2017).

Selain itu stigma tertentu juga memberi tekanan kepada orang yang berhijrah seperti pada penelitian Amalia (2018) perempuan yang memutuskan bercadar pada awalnya dipandang asing, dijauhi beberapa teman, bahkan tidak diterima dalam keluarga sendiri. Dalam penelitian Jasmia (2015) perempuan-perempuan yang mengubah diri menggunakan hijab, mendapatkan cacian ejekan dan kritikan dari orang sekitar dalam proses memulai mengenakan hijab di awal.

Peneliti merasa penelitian ini penting dilakukan, karena seperti yang telah dijabarkan diatas bahwa proses hijrah bukanlah hal yang mudah, berbagai halangan dan rintangan, cibiran, label teroris, perubahan secara fisik, spiritual, bagaimana perasaan dan pikiran dilalui oleh orang-orang yang berhijrah pada penelitian sebelumnya, sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat yang hendak berhijrah mengenai hal-hal apa saja yang akan dihadapi individu saat mereka memutuskan untuk berhijrah sehingga mereka akan lebih memiliki kesiapan dalam menghadapi berbagai hal saat akhirnya memutuskan untuk berhijrah.

Kesiapan sendiri sangat diperlukan dalam berbagai hal. Pada penelitian Fajri dan Khairani (2011) menemukan bahwa anak yang diberikan informasi mengenai *menarche* (menstruasi pertama) akan lebih memiliki kesiapan sehingga akan merasa lebih tenang dan tidak cemas menghadapinya. Begitu juga dalam penelitian Tsania (2014) yang menemukan bahwa pada pernikahan di usia muda,

terbatasnya informasi dan pengetahuan menyebabkan seorang ibu muda belum memiliki kesiapan dalam pengasuhan anak yang akan berpengaruh negatif pada kualitas anak, selain ini penelitian juga menemukan bahwa pasangan yang menikah di usia muda belum memiliki kesiapan untuk menikah, sehingga sangat berpotensi memunculkan perceraian.

Penelitian Widyaningtyas, Sukarmin, dan Radiyono (2013) juga menemukan pentingnya kesiapan terhadap prestasi belajar siswa. Siswa yang memiliki kesiapan belajar yang tinggi, terbukti memiliki prestasi belajar yang tinggi pula. Pada penelitian Darnius (2016) menemukan bahwa guru-guru merasa kesulitan untuk menerapkan pengajaran dengan kurikulum tahun 2013 dengan pendekatan saintifik karena disebabkan oleh ketidaksiapannya dalam mengimplementasikan kurikulum tersebut, padahal kurikulum 2013 dianggap memiliki banyak manfaat positif dalam kegiatan belajar mengajar.

Dapat disimpulkan bahwa kesiapan seseorang akan suatu hal akan berpengaruh pada kesuksesan langkah ataupun tahapan selanjutnya dalam suatu proses. Di Indonesia, beberapa *public figure* seperti Rina Nose, Salmafina, Caesar YKS mengaku sudah berhijrah beberapa waktu silam baik secara fisik maupun secara pemikiran namun pada akhirnya kembali ke penampilan ataupun kegiatan yang tadinya sudah mereka tinggalkan dengan berbagai alasan pribadi (Akmaliah, 2019). Hal tersebut sangat mungkin terjadi karena adanya ketidaksiapan dikarenakan kurangnya informasi dan referensi mengenai berbagai hal dan halangan yang mungkin terjadi dalam proses hijrah seperti dalam penelitian-penelitian diatas.

Dengan adanya kesiapan, sangat mungkin individu yang akhirnya memutuskan untuk berhijrah dapat merasakan perubahan positif dalam hidupnya, seperti pada Komunitas Pemuda Bertauhid yang merasa dengan berhijrahlah mereka menjadi orang yang lebih baik, selain itu mereka merasakan kedekatan yang lebih kepada Allah, lebih pasrah dalam menghadapi berbagai ujian hidup, bahkan Islam yang diawal mereka anggap agama yang sangat rumit berubah menjadi agama yang sangat baik yang membawa mereka ke surga setelah mereka mempelajari lebih dalam. Hijrah benar-benar mengubah hidup mereka, mereka merasakan kehadiran Allah dan keterlibatan Allah dalam hidup yang membuat hidup mereka menjadi jauh lebih tenang, bahkan stigma negatif seperti teroris yang diberikan masyarakat saat mereka berhijrah tidaklah menjadi penghalang untuk mereka tetap ada di jalan Allah (Setiawan, dkk., 2017).

Dikarenakan penjabaran alasan diatas dan keunikan dinamika yang terjadi pada individu yang memutuskan untuk berhijrah, peneliti tertarik untuk memahami pengalaman transformasi pada individu yang berhijrah, di mana pengalaman tersebut berpusat pada pengalaman proses perubahan seseorang yang meninggalkan sesuatu yang buruk atau tidak sesuai menuju sesuatu yang lebih baik yang sesuai dengan ajaran Allah. Keinginan ini didukung lagi karena masih terbatasnya penelitian mengenai individu yang berhijrah terutama pengalaman transformasi diri pada individu yang berhijrah. Dengan berbagai dinamika yang dihadapi orang-orang yang berhijrah memunculkan pertanyaan akan “Bagaimanakah pengalaman transformasi diri mereka?”

Keinginan peneliti untuk melakukan penelitian pada fenomena ini hanya mungkin dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif karena adanya keterbatasan dari penelitian sebelumnya mengenai orang yang berhijrah. Menurut Herdiansyah (2012) Riset kualitatif digunakan dalam salah satu kondisi seperti saat informasi mengenai topik permasalahan yang hendak diteliti oleh peneliti sangat terbatas, karena pendekatan kualitatif adalah riset yang mengeksplorasi sedalam dalamnya dari yang sangat sedikit diketahui sebelumnya sehingga penelitian kualitatif dirasa lebih sesuai untuk penelitian ini untuk menjawab pertanyaan mengenai “Bagaimana pengalaman transformasi diri individu yang berhijrah?”. Penelitian ini berfokus pada pengalaman transformasi diri individu yang berhijrah, apa alasannya, bagaimana prosesnya, dan apa efek pengalaman tersebut dalam hidupnya, dan bagaimana individu memaknai pengalamannya tersebut.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah memahami pengalaman transformasi diri pada individu yang berhijrah dan bagaimana individu memaknai pengalaman berhijrah tersebut. Dalam penelitian ini, individu yang berhijrah didefinisikan sebagai individu yang meninggalkan sesuatu, hal keduniawian demi mengejar kesalehan lewat pengorbanan tenaga demi kesucian dan kemuliaan, mempelajari ilmu-ilmu yang menguatkan keimanan, mengabdikan kepada Allah, pengetahuan, dan kemanusiaan.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat teoritis untuk memperkaya dan juga memperluas keilmuan psikologi juga dapat menjadi sumber referensi terutama di bidang psikologi Agama mengenai pengalaman transformasi diri individu yang berhijrah. Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat membantu memperkaya wawasan peneliti lain yang hendak melakukan penelitian mengenai orang yang berhijrah ataupun mengenai transformasi diri pada individu.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber saran ataupun masukan tentang informasi mengenai bagaimana proses transformasi diri pada individu yang memutuskan untuk berhijrah

