

Motivasi Dalam Melaksanakan Ibadah Haji

Zainal Arifin^{1*}, Yanuar Bachtiar², Nurul Hayati³, Rofiqah Wahdah⁴

^{1,3,4} Program Studi Manajemen, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia Banjarmasin

² Program Magister Manajemen, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia Banjarmasin
email: zainal@stiei-kayutangi-bjm.ac.id

Abstrak: Pelaksanaan haji sebagai rukun kelima dalam Islam membuat banyak orang berminat hingga antrian sampai 40 tahun bersedia. Tahun 2024 angka kematian mencapai 500 orang lebih jemaah haji. Perhatian selama ini hanya banyak pada persiapan fisik jemaah haji, sementara tulisan ini mencoba menggambarkan bagaimana pendekatan mental dengan memberikan motivasi kepada jemaah haji dalam kelompok Edisi Haji Spesial 2024 sebanyak 50 orang jemaah haji dari Kalimantan Selatan, Barat, Timur. Pemberian motivasi dilakukan di hotel transit pinggiran kota Mekkah menjelang pelaksanaan haji dalam bentuk ceramah, tausiah dan muhasabah. Hasil menunjukkan sebagian jemaah yang awalnya ragu, khawatir, cemas tidak bisa melaksanakan rangkaian haji hingga selesai menjadi lebih percaya diri, berani, bersemangat, puas hingga selesai melaksanakan ibadah haji sampai kembali ke tanah air.

Kata Kunci: *Motivasi, Muhasabah, Ibadah Haji*

1. PENDAHULUAN

Secara umum Motivasi adalah semangat penggerak dalam melakukan atau tidak melakukan sesuatu. Dalam hal ini Gerakan tersebut dimulai dari kata atau beberapa kata (kalimat) yang lahir dari pikiran dan perasaan yang dilanjutkan dengan Tindakan. Susunan kata dan kalimat tersebut akan mengganggu pikiran untuk diubah dalam bentuk tindakan (obsesi), misal “semangat”, “ayo maju” “gampang”, “tidak apa”

Menurut Robbins (2013), motivasi kerja adalah kesediaan untuk mengeluarkan tingkat upaya yang tinggi kearah tujuan-tujuan organisasi, yang dikondisikan oleh kemampuan upaya tersebut untuk memenuhi suatu kebutuhan individu

Stroh (2001) berpendapat bahwa pengalaman emosional diaktifkan oleh sistem saraf, sensorimotor, motivasi, dan kognitif, namun ia juga mencatat bahwa sistem saraf dapat mengaktifkan emosi tanpa mediasi kognitif.

Motivasi penting sebagai pendorong timbulnya tingkah laku, berperan dalam mengarahkan tindakan seseorang dalam mencapai suatu tujuan, memunculkan sikap pantang menyerah dan rasa tanggung jawab lebih terhadap target yang dibuat (Hasibuan, 2019) membantu mengatasi tantangan dan

hambatan yang mungkin membuat seseorang merasa putus asa atau kehilangan semangat, meningkatkan produktivitas, memberikan inspirasi yang diperlukan untuk mengatasi hambatan, mengejar keberhasilan, membantu individu memiliki kepercayaan diri.

Hambatan, beratnya tantangan hidup seringkali menimbulkan keputus asa, pasimisme, frustrasi sehingga tujuan semula bisa saja tidak tercapai. Sehingga dalam kegiatan apapun motivasi diperlukan dalam segala aspek kegiatan dalam kehidupan atau bagian aktivitas dari kehidupan termasuk kegiatan haji sebagai pelaksanaan rukun Islam kelima bagi umat Islam.

Kegiatan haji dimulai dari persiapan niat, ilmu, harta, dan fisik diperlukan untuk melaksanakan serangkaian rukun haji. Niat haji yang kuat akan mendorong motivasi orang mengumpulkan harta agar bisa membiayai keberangkatan haji, penginapan, konsumsi, dan sebagainya sampai pada kepulangan ke tanah air. Dengan niat haji yang kuat pula akan mendorong orang untuk melaksanakan haji dengan sempurna sesuai tuntunan agama sehingga berupaya membekali ilmu tentang serba serbi kegiatan haji, larangan dalam melaksanakan haji, doa, dan kegiatan yang mendukung kelancaran berhaji. Untuk mendukung kelancaran berhaji diperlukan

persiapan fisik dimulai dari olah raga dan pengobatan, berjaga jaga dengan membawa obat yang diperkirakan diperlukan, mengatur pola makan minum, dan sebagainya.

Rukun haji pertama memakai Ihram yakni berupa memakai kain polos putih, di mana Jemaah haji dibiasakan menggunakan kain polos tersebut tanpa berjahit hanya diselempangkan, dililitkan, tidak menggunakan parfum, tidak berhubungan suami isteri, menjaga akhlak, menjaga perkataan, yang harus terus digunakan selama melaksanakan tawaf, sai, bermalam (mabit), (Kemenag RI, 2020) berhari-hari dicuaca panas, berdebu, angin kencang, diperlukan mental kebersamaan tidak membedakan diri dengan orang lain, tahan cuaca, menggelandang.

Rukun haji ke dua adalah Wukuf di Arafah yang dimulai dari waktu Zuhur tanggal 9 Zulhijjah sampai Subuh tanggal 10 Zulhijjah. Dimana Jemaah akan berada di padang pasir di Arafah bisa dalam atau diluar tenda, atau di bus atau diluar Dimana Jemaah berdiam diri, berzikir, merenung, berdoa. Mentalitas yang diperlukan adalah mampu bertahan selama wukuf, focus khusus berdiam diri, sholat, berzikir, merenung, berdoa yang cuacanya cukup panas.

Rukun haji ketiga adalah Tawaf yakni mengelilingi Kabah sebanyak tujuh kali. Putaran ini dimulai dari sekiranya arah dari Hajar Aswad, dan Kabah berada di sisi kiri badan jemaah haji. Gampangnya, orang berhaji berputar melawan arah jarum jam. Disini diperlukan mental berjalan berkeliling diperkirakan sekitar 3 sampai 4 kilometer, berdesakan dengan Jemaah lain yang bisa lebih tinggi lebih besar, dorongan disamping cuaca panas jika siang hari Berhaji biasanya juga berumroh, di mana dalam umroh biasanya minimal dilakukan 2 kali, berhaji 2 kali yakni tawaf ifada dan tawaf wada (perpisahan) sehingga jika 3 km sekali tawaf maka $3 \times 4 = 12$ km.

Rukun haji ke empat yakni Sa'i di mana berjalan kaki dari Bukit Shafa dan Marwah. Dimulai dari Bukit Shafa, kemudian berjalan sampai tujuh kali perjalanan hingga berakhir di Bukit Marwah, dengan perkiraan 4 sampai 5 km, sehingga jika dijumlahkan $4 \times 4 = 16$

km. yang secara mental diperlukan semangat berjalan jauh disamping kemampuan fisik juga dituntut.

Rukun haji terakhir adalah adalah Tahalul yaitu mencukur rambut kepala setelah seluruh rangkaian haji selesai. Waktunya sekurang-kurangnya adalah setelah lewat tanggal 10 Dzulhijjah. Mental yang diperlukan tentu saja kesediaan memotong rambut atau tidak memiliki rambut, yang bisa menurut sebagian pandangan orang mengurangi penampilan ganteng, akan lebih terasa panas karena kepala tanpa penutup rambut.

Berhaji selain melaksanakan rukun haji, juga harus mengikuti rangkaian kegiatan yang masuk dalam katagori "wajib haji" yakni pertama Mabit atau bermalam di Muzdalifah, dengan pakaian ikhram setelah mengumpulkan batu untuk melempar, maka Jemaah harus bermalam dialam terbuka dari kurang lebih mulai senja pukul 18.00 sampai subuh pukul 06.00 atau sekitar 12 jam. Mentalitas yang diperlukan adalah tidur dialam terbuka, angin dan udara terbuka.

Wajib haji selanjutnya yang kedua yakni Melempar jumrah aqabah tujuh kali, di mana Jemaah ke dinding batu yang telah ditentukan yang tempatnya relatif tergantung penginapan Jemaah, di mana mereka ada Cuma 1 km dari penginapan, ada 2 sampai 4 km. Setelah sampai Jemaah juga harus siap mental berdesakan dari berbagai suku bangsa yang rentan terhimpit dan pingsan. Hal yang sama juga berlaku untuk wajib haji ketiga yakni melempar tiga jumrah di hari tasyriq (11, 12, dan 13 Zulhijjah) yang dilakukan di hari – hari berikutnya. Dengan total perkiraan jumlah jarak terjauh $4 \times 2 \text{ pp} \times 4 = 32$ km.

Kemudian wajib haji berikutnya yang keempat Mabit pada malam tasyriq yang dilakukan sebelum Jemaah melempar pada wajib haji kedua dan ketiga yang bagi sebagian Jemaah yang tidak memiliki penginapan di daerah Mina harus bermalam di alam terbuka selama 3 hari.

Wajib haji kelima yakni sama dengan rukun haji berihram dari miqat mengambil titik awal melkukan umroh dan atau haji yang letaknya di luar kota selanjutnya baru menuju

Masjidil Haram, dan yang terakhir Tawaf wada (tawaf perpisahan)

Selain kaitannya dengan rukun dan wajib haji, Jemaah juga disarankan sholat lima waktu di Masjidil Haram jika menginap di Mekkah atau dekat dengan Mekkan, dan di masjid Nabawi jika berada di Madinah. Jarak menuju masjid masjid tersebut relatif dengan penginapan Jemaah, ada yang dekat ratusan meter tapi ada juga sampai 5 km dengan bolak balik 10 km. Sehingga dari semua total jalan kaki yang ditempuh Jemaah haji selama haji bisa mencapai ratusan km.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan disamping kesiapan fisik juga diperlukan kesiapan mental, dimana keduanya saling mempengaruhi untuk melaksanakan rukun, wajib haji dan ibadah sholat lainnya. Secara fisik bisa saja orang kuat, tapi secara mental bisa saja dia tidak siap dengan perasaan takut, pasimisme, tidak percaya diri, dan lain sebagainya. Sehingga untuk mendukung mental berhaji diperlukan motivasi untuk menguatkan tekad, niat, bermalam, berjalan, dan sebagainya saat berhaji

Salah satu cara dalamn motivasi adalah melalui muhasabah. Muhasabah adalah bahasa Arab dari introspeksi. Muhasabah adalah peninjauan atau koreksi terhadap perbuatan, sikap, kelemahan, kesalahan, dan sebagainya pada diri sendiri. Arti muhasabah diri adalah salah satu cara membersihkan diri dari kesalahan-kesalahan yang pernah dibuat (Buchari, 2020)

2. IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan pengamatan terhadap 50 jemaah haji tahun 2024 dalam menjelang pelaksanaan haji beberapa kondisi sebagian Jemaah

1. Ragu apakah bisa melaksanakan semua rangkaian haji
2. Perasaan takut jika bisa menyelesaikan rangkaian ibadah haji
3. Mengikuti saja tetapi tidak mempersiapkan mental melaksanakan ibadah haji

3. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan untuk memberikan motivasi kepada Jemaah haji tahun 2024 sebagai berikut;

- a. Pemberian kesadaran pentingnya dan pahala haji
- b. Motivasi untuk tetap semangat, berpandangan positif, tidak pantang menyerah, dan bersyukur
- c. Muhasabah yakni pentingnya bersyukur, berdoa, bertekad kuat melaksanakan ibadah haji

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap awal pelatihan dan bimbingan, tim merangkum harapan peserta pelatihan setelah mengikuti pelatihan, sebagai berikut:

1. Mereview pengetahuan rangkaian ibadah haji
2. Memiliki kesiapan mental lebih baik dalam melaksanakan rangkaian ibadah haji
3. Bisa mengatasi keraguan ketakutan dalam menyelesaikan ibadah haji

Dari hasil pelatihan dan bimbingan manajemen perubahan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Perbandingan Sebelum dan Sesudah Motivasi :

No.	Sebelum	Sesudah
1.	Belum paham betul proses ibadah haji	Lebih paham proses ibadah haji
2.	Belum menyadari pentingnya motivasi diri dalam ibadah haji	Menyadari pentingnya motivasi diri dalam ibadah haji bisa memberi energi pada pergerakan fisik
3.	Ragu bisa menyelesaikan	Memiliki tekad lebih kuat dalam

	rangkaian ibadah haji	menyelesaikan ibadah haji
4.	Sebagian fisik masih sakit	Bisa menyelesaikan rangkaian haji dengan sehat

Pemberian pengetahuan terhadap rangkaian kegiatan berhaji sebelumnya sudah diberikan beberapa kali oleh pekaksana di asrama Haji Banjarbaru, namun seiring dengan berlalunya waktu sebagian jemaah sudah lupa atau masih kurang jelas terhadap syarat dan rukun haji. Melalui pelatihan dengan memberikan kembali ceramah secara detail terhadap tanggal pelaksanaan dan estimasi waktu pada roundup acara, membuat jemaah jadi ingat kembali dan lebih jelas untuk mendapatkan gambaran kegiatan yang akan dilakukan untuk 5 hari kedepan.

Banyak jemaah yang sudah tua atau berumur dalam pemberitaan bisa melaksanakan ibadah haji menunjukkan fisik kuat dan usia muda tidak menjadi wajib yang dimiliki jemaah haji. Penyampaian kesadaran pentingnya memotivasi diri membuat peserta jemaah haji memilih kata-kata atau kalimat untuk dimasukkan ke dalam hati yang bisa memberikan tambahan semangat.

Pemberian kesadaran melalui muhasabah dengan alunan musik lirih membuat peserta menangis menyadari pentingnya mereka selama ini koreksi terhadap kesalahan diri, bersyukur, bermaaf an saling mendukung, saling membantu antar peserta jemaah untuk memperkuat tekad dalam melaksanakan ibadah haji bersama semangat saling membantu.

Gangguan fisik akibat cuaca, kelelahan, dan gangguan mental, melalui pelatihan dan musabah membuat peserta agak terhibur dan berpandangan positif, hingga awalnya banyak peserta yang sakit bisa menyelesaikan ibadah haji hingga ke tanah air dengan sehat kecuali tinggal sakit ringan.

Gambar 1. Kegiatan Ceramah, Tausiah, Muhasabah



Gambar 2
Sebagian Jemaah



5. KESIMPULAN

Pelaksanaan haji tidak hanya menyangkut biaya, fisik namun juga mental yang perlu dikuatkan. Mental secara tidak langsung akan mempengaruhi kemampuan berpikir dan beraktivitas, bahkan dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini juga berdampak pada Kesehatan pada jemaah haji.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih jemaah haji edisi spesial 2014, travel Al Fatih , penerbit JPMAS, kepada pihak yang telah memberi dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

7. REFERENSI

- Buchari, B. M. (2020). *Mukjizat Sabar Syukur Ihklas*. Anak Hebat Indonesia.
- Hasibuan. (2019). *Buku Manajemen Sumber Daya Manusia Medan* (Issue May 2008).
- Kemenag RI. (2020). Tuntunan Manasik Haji Dan Umrah Kementerian Agama RI. In *Direktorat Jenderal Penyelenggaraan Haji Dan Umrah*.
- Robbins, S. (2013). Organizational Behavior. In *Zhurnal Eksperimental'noi i Teoreticheskoi Fiziki* (15th ed. —, p. 676). Prentice Hall San Diego State University. <https://doi.org/10.12737/4477>
- Stroh, L. K. (2001). Organizational Behavior. *Organizational Behavior*, June 2014, 4–19. <https://doi.org/10.4324/9781410604354>