



Kematangan Beragama dalam Masa Pandemi Covid-19 (Telaah Sosiologis atas Nasihat Imam Besar Istiqlal Nasaruddin Umar)

Puspita Ayu Lestari

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

puspita.el.mey@gmail.com

Abstract: The pandemic Covid-19 outbreak has hit the economic, social, cultural, and mental health of some residents.. The effects of the outbreak not only make people have to pay more attention to their health. But it is also required to be able to reorganize social and improve mental and spiritual endurance. In these situation, religion forms a human dependence on the dimension of divinity, especially when the man experiences a terrible disaster and closes the door to rationality. Looking at the frenzy and diverse public responses, this paper tries to discuss religious maturity during the covid-19 pandemic by studying the advice of high priest Istiqlal Nasaruddin Umar. Through the theory of W.H. Clark, regarding the four criteria for religious maturity, this paper argues that one's religious maturity can be seen from its application in personal life and those around them during the Covid-19 pandemic.

Keywords: Maturity in Religion, Pandemic, Spiritual.

Abstrak: Wabah Pandemi Covid-19 ini telah memukul kondisi ekonomi, social, budaya, kesehatan mental dan jiwa sebagian warga. Efek dari wabah tersebut tidak hanya membuat manusia harus lebih memperhatikan kesehatannya. Namun juga dituntut untuk mampu menata ulang tata pergaulan social dan meningkatkan daya tahan mental serta spiritual. Pada situasi seperti ini, agama mampu membentuk ketergantungan manusia pada dimensi keilahian, terutama pada saat manusia mengalami bencana yang amat mengerikan dan menutup pintu rasionalitasnya. Tulisan ini mencoba membahas tentang kematangan beragama dalam masa pandemi covid-19 dengan menelaah nasihat imam besar Istiqlal Nasaruddin Umar yang tersebar di berbagai video ceramahnya. Melalui teori W.H. Clark tentang empat kriteria kematangan beragama, tulisan ini berargumen bahwa kematangan beragama seseorang terlihat dari aplikasinya dalam

kehidupan pribadi maupun orang-orang di sekitarnya selama masa pandemi Covid-19 ini.

Kata Kunci: Kematangan Beragama, Pandemi, Spiritual.

Pendahuluan

Januari 2020 WHO (*World Health Organization*) telah menyatakan bahwa dunia telah masuk ke dalam darurat global terkait virus Corona.¹ Adapun konfirmasi kasus awal Covid-19 di Indonesia bertanggal 2 Maret 2020 mengidentifikasi adanya dua orang warga di kota Depok yang terinfeksi virus Corona. Pada awal kasus Covid-19 ini, terhitung mulai tanggal 29 Februari 2020 hingga 29 Mei 2020 Pemerintah Indonesia telah mengeluarkan status darurat bencana terhitung dengan jumlah waktu 91 hari.²

Perkembangan Covid-19 terus bergulir dan menyerang orang-orang yang tidak dapat menjaga jarak (*physical and social distancing*).³ Pandemi Covid-19 telah banyak berpengaruh terhadap berbagai sendi-sendi kehidupan, tak terkecuali kehidupan keagamaan. Pemerintah mengeluarkan anjuran kepada masyarakat mengenai pelaksanaan ibadah di rumahnya masing-masing yang didukung oleh Fatwa Majelis Ulama Indonesia (MUI).⁴ Anjuran ini juga merujuk kepada fatwa resmi yang dikeluarkan oleh Badan Ulama Besar (*Haiiah Kibaril Ulama*) berkedudukan di Negeri Al-Haramain pada tanggal 7 Rajab 1441 /12 Maret 2020 yang menyebutkan akan tiga keadaan yang menjadi udzur untuk meninggalkan sholat Jum'at dan Jama'ah di masa tersebarnya wabah virus corona, satu diantaranya yakni:

*Diharamkan bagi orang yang positif corona untuk menghadiri sholat Jum'at dan Jama'ah. Berdasarkan sabda Rasulullah shallallahu'alaihi wa sallam: "Janganlah menggabungkan yang sakit dengan yang sehat." sabda Rasulullah shallallahu'alaihi wa sallam: "Jika kalian mendengarkan tersebarnya wabah di satu wilayah maka janganlah kalian mendatanginya, dan apabila terjadi di satu wilayah dan kalian berada di dalamnya maka janganlah keluar untuk lari dari wabah tersebut."*⁵

¹ Rehia Sebayang, "Awat! WHO Akhirnya Tetapkan Corona Darurat Global," CNBC Indonesia, 2020, <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200131060856-4-134146/awat-whoakhirnya-tetapkan-corona-darurat-global>.

² N.W. Koesmawardhani, "Pemerintah Tetapkan Masa Darurat Bencana Corona Hingga 29 Mei 2020," Detiknews, 2020, Diakses 06 Juni 2020, <https://news.detik.com/berita/d-4942327/pemerintah-tetapkan-masa-darurat-bencana-corona-hingga-29-mei-2020>.

³ Tedros Adhanom Ghebreyesus and Soumya Swaminathan, "COVID-19 Control in China during Mass Population Movements at New Year," *The Lancet* 395, no. 10226 (2020): 764, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30421-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30421-9).

⁴ Majelis Ulama Indonesia, "Fatwa Majelis Ulama Indonesia Nomor: 14 Tahun 2020 Tentang Penyelenggaraan Ibadah Dalam Situasi Terjadi Wabah COVID-19," 2020.

⁵ Sofyan Chalid, *Fikih Ringkas Terkait Corona* (The Cooperative Center For Da'wah and Guidance In Indonesia, t.t.), 16.

Langkah-langkah telah dilakukan oleh Pemerintah, misalnya, telah menetapkan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) untuk memutus penularan Covid-19 di Indonesia. Juga diadakannya proses belajar para siswa dan mahasiswa serta proses mengajar para tenaga pendidikan dari rumah, menunda kegiatan-kegiatan yang sekiranya melibatkan banyak orang, serta hal-hal lain yang mengundang kerumunan masa.

Seiring meluasnya wabah Covid-19 yang telah menjangkit seluruh segi tatanan kehidupan masyarakat Indonesia, tak terkecuali mental. Oleh karenanya, menjaga kesehatan mental di tengah pandemi Covid-19 ini merupakan suatu keharusan. Karena mental yang sehat berkaitan erat dengan kebahagiaan yang secara tidak langsung akan membentuk system imun tubuh yang baik sehingga dapat menangkal wabah virus tersebut.⁶ Namun tidak hanya mental saja yang menjadi acuan agar sukses dalam menghadapi wabah Covid-19 ini, masyarakat juga dituntut untuk mampu menata ulang tata pergaulan social dan meningkatkan daya tahan spiritual.

Tentu, ummat beragama, seperti ummat Islam harus mampu menyikapi wabah Covid-19 dengan sikap dan kiat-kiat menghadapi penyakit dari sudut pandang dan perspektif agama Islam. Perspektif agama ini akan sangat kuat dalam menyadarkan umatnya untuk melakukan tindakan tertentu termasuk dalam menghadapi wabah pandemi Covid-19 ini. Imam Besar Masjid Istiqlal Jakarta Nasaruddin Umar, memberikan himbauan dan tips Islami agar sukses menghadapi Covid-19. Nasar, sapaan akrabnya, melakukan kajian online dan himbauan-himbauan di televisi mengenai tips Islami agar sukses menghadapi Covid-19 sehubungan dengan besarnya rasa kasih sayang dan tanggung jawab beliau kepada umat Islam selaku Imam Besar Masjid Istiqlal Jakarta.

Oleh karena itu, dalam tulisan ini penulis mengkaji kematangan beragama melalui telaah atas nasehat Nasaruddin Umar, dengan acuan video documenter dari liputan wawancara dan berita televisi Nasional, akun youtube Nasaruddin Umar Official (NUO), dan juga kajian online beliau yang diunggah oleh akun youtube Qolbu Quran. Oleh karena itu untuk selanjutnya, akan dijelaskan bagaimana kiat-kiat sukses menjaga kesejahteraan jiwa dan spiritual dalam menghadapi wabah pandemi Covid-19 ini, khususnya di Indonesia saat ini.

Metode yang digunakan dalam penulisan karya ilmiah ini adalah metode kualitatif deskriptif. Data-data yang dikumpulkan berupa data-data kualitatif, yakni kata-kata, bukan data-data statistik. Fakta yang dicaripun berupa sistem pemikiran dan kondisi atau peristiwa yang sedang terjadi.⁷ Sistem pemikiran yang dicari dalam penulisan artikel ini adalah sistem

⁶ Van Leeuwen C.M. Post M.W. Westers P. et al, "Relationships between Activities, Participation, Personal Factors, Mental Health, and Life Satisfaction in Persons with Spinal Cord Injury," *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation* 93 (2012): 82–89.

⁷ Sedarmayanti, *Metodologi Penelitian* (Bandung: Mandar Maju, 2020), 33-34.

pemikiran terkait kematangan beragama seseorang. Sedangkan peristiwa yang sedang terjadi adalah terkait wabah penyakit Covid-19. Adapun teknik yang digunakan adalah teknik *library research* atau kajian pustaka, yaitu pengumpulan data-data dalam bentuk catatan pribadi, rekaman, buku-buku, surat kabar, majalah dan sebagainya.⁸

Covid-19 dan Agama

Hari-hari ini, perhatian masyarakat di seluruh dunia tertuju pada virus Corona. Hingga artikel ini dibuat, kasus konfirmasi positif Covid-19 di Indonesia telah tercatat sebanyak 271.339 kasus, 199.403 dinyatakan sembuh. Sementara itu, pasien Covid-19 yang meninggal dunia juga terus bertambah, yakni sebanyak 90 kasus setiap harinya. Hingga, total kasus kematian akibat Covid-19 kini mencapai 10.308 kasus.⁹

Secara umum Pandemi (*Pandemic*) dapat dipahami sebagai penyebaran penyakit dalam skala besar, jangka panjang, dan mempengaruhi masyarakat dalam skala global.¹⁰ Adapun dalam Islam, merujuk artian penyakit pada istilah *waba'* atau *thaa'unun* berarti suatu penyakit menular dengan penyebaran jangkauan yang sangat luas, mencemari udara dan dapat menggerogoti tubuh, serta penyakit yang dapat mengakibatkan kematian dengan waktu sangat cepat.¹¹

Dr. Syamsuddin Arif mengutip penjelasan dari Ibn Hajar al-Asqalani mengenai *waba'* dan *thaa'unun*. *Waba'* adalah penyakit epidemic dan pandemik, *Thaa'unun* yang berarti penyakit menular mematikan yang bisa jadi karena adanya serangan jin dalam darah yang menyebabkan gumpalan darah yang sangat beracun dan tidak dapat diatasi oleh dokter sekalipun.¹² Hal ini juga disepakati oleh Ibn al Qayyim terkait *thaa'unun* terdapat tiga hal yaitu *pertama*, gejala-gejala yang umumnya dapat didiagnosa oleh dokter. *Kedua*, kematian yang diakibatkan oleh penyakit yang menular. *Ketiga*, faktor yang disebabkan oleh sisa-sisa adzab Bani Israil, dan gangguan jin.¹³

⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Ed. Rev. V (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 274.

⁹ Widyadewi Metta Adya Irani, "Update Corona Indonesia 26 September: 271.339 Kasus Positif, 199.403 Sembuh, 10.308 Meninggal Dunia Artikel Ini Telah Tayang Di Tribunnews.Com Dengan Judul Update Corona Indonesia 26 September: 271.339 Kasus Positif, 199.403 Sembuh, 10.308 Meninggal Dunia," Tribunnews, diakses 27 Juni 2020, <https://www.tribunnews.com/corona/2020/09/26/update-corona-indonesia-26-september-271339-kasus-positif-199403-semboh-10308-meninggal-dunia>.

¹⁰ John M. Last, "Re: 'A Dictionary of Epidemiology,'" *American Journal of Epidemiology* 123, no. 6 (1986): 179, <https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.aje.a114344>.

¹¹ Syamsuddin Arif, "Teologi Wabah Perspektif Islam Tentang Pandemi," 2020, 14-15.

¹² Arif.

¹³ Arif.

Pasca merebaknya virus Covid-19, pemerintah dengan pertimbangan dari tokoh dan lembaga keagamaan membuat aturan pembatasan kegiatan komunal di rumah ibadah. Otoritas keagamaan secara serius telah memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pandangan-pandangan keagamaan di tengah pandemic Covid-19 ini. Walaupun ada saja sebagian pihak yang salah kaprah memahami narasi keagamaan terkait fenomena virus Corona. Misalnya, dengan mengatakan bahwa takdir kematian seseorang itu sudah ditentukan oleh Allah, maka hendaknya tidak perlu takut akan adanya virus Corona, karena yang harus ditakuti hanyalah Tuhan. Pandangan yang menyerah saja kepada “takdir Allah” (jabariyah), menjadikan manusia tak ada tindakan antisipatif terhadap Covid-19 yang kiranya dapat membahayakan orang lain. Sebab pandangan tersebut akan menyebabkan mereka lengah akan kesehatan mereka sendiri bahkan berpotensi tertular dan menularkan kepada orang lain.¹⁴

Jika memandang pandemi Covid-19 sebagai fenomena virus yang tidak perlu ditakuti dan memandang bahwa takdir kematian seseorang itu sudah ditentukan oleh Allah, padangan tersebut hanya akan melahirkan krisis keagamaan. Krisis adalah situasi atau kondisi yang memberikan banyak implikasi negatif pada lembaga, publik, layanan dan nama baik.¹⁵ Krisis keagamaan berarti situasi atau kondisi negatif yang berkaitan dengan kegiatan keagamaan yang memberikan pengaruh negatif bagi pemahaman, penghayatan dan pengamalan agama.

Padahal seharusnya agama dapat memberi dampak yang cukup berarti dalam kehidupan manusia, termasuk terhadap kesehatan. Kesehatan mental misalnya, dengan mengamalkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari dapat mengatasi masalah-masalah kesehatan mental di tengah wabah Covid-19 ini. Meminjam hasil pembahasan Abdul Hamid dalam tulisannya yang dimuat di Jurnal Kesehatan Tadulako 2017, bahwa kesehatan mental seseorang dapat ditandai dengan kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungannya, mampu mengembangkan potensi diri guna menggapai ridho Illahi, serta mampu mengembangkan seluruh aspek kecerdasan dan kesehatan, baik kesehatan spiritual, emosi maupun kecerdasan intelektual.¹⁶ Dalam tradisi studi agama-agama, setiap konsep yang diformulasikan semestinya merujuk kepada pandangan hidup (*Worldview/ Weltanschauung*) peradaban tersebut. Hal ini dikarenakan *Worldview* memiliki tugas

¹⁴ Pengantar Redaksi, “Agama, Sains, Dan Covid-19;,” *MAARIF* 15, no. 1 (2020): 6.

¹⁵ Kathleen Fearn-Banks, *Crisis Communications: A Casebook Approach* (New York: Routledge, 2010), 6.

¹⁶ Abdul Hamid, “Editorial Healthy Tadulako Journal (Abdul Hamid : 1-14) 1,” *Jurnal Kesehatan Tadulako* 3, no. 1 (2017): 1.

membentuk cara pandang manusia dalam menyikapi realitas.¹⁷ Oleh karenanya, bagi umat Islam wajib kiranya untuk tetap menjalankan protokol kesehatan sesuai dengan Worldview Islam. Terutama sebagaimana Islam menanggapi wabah penyakit yang kini sedang menjangkiti dunia yang juga pernah dialami pada masa Nabi Muhammad SAW. Pendek kata, Covid-19 dan Islam sangatlah terkait. Berdasarkan konsepsi Pandemi dalam kacamata Islam, Seharusnya Umat Islam tidak hanya melihat Pandemi sebagai takdir Allah semata, yang kemudian hanya diam dan menerima tanpa berbuat apa-apa karena sejatinya manusia memiliki kesempatan untuk terus berupaya memperjuangkan nasibnya.¹⁸

Menghadapi Pandemi Covid-19: Perspektif Imam Besar Masjid Istiqlal Jakarta.

Imam Besar Masjid Istiqlal, Jakarta, Nasaruddin Umar, lahir di Ujung-Bone, Sulawesi Selatan pada tanggal 23 Juni 1959. Jabatan Wakil Menteri Agama Republik Indonesia pada tahun 2011 hingga 2014 dijabat oleh Nasaruddin Umar. Ia juga menjabat sebagai Dirjen Direktorat Jenderal Bimbingan Masyarakat Islam di Departemen Agama atau Kementerian Agama Republik Indonesia. Ia adalah pendiri organisasi lintas agama “Masyarakat Dialog antar Umat Beragama”.¹⁹

Setelah menyelesaikan pendidikannya di Pesantren As’adiyah, Sengkang, Wajo, pada tahun 1980-an Nasaruddin Umar melanjutkan studinya di Fakultas Syariah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Alauddin Ujung Pandang, dengan menyandang penghargaan kelulusan sebagai mahasiswa teladan. Kemudian Ia melanjutkan studi di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dan mendapatkan gelar magister pada tahun 1992. Serta mendapatkan predikat doktor dan alumni terbaik pada tahun 1998 dengan disertasi tentang Perspektif Gender dalam Alquran. Nasaruddin Umar adalah penulis dari 20 lebih judul buku, di antaranya adalah Argumen Kesetaraan Jender Perspektif Al-Quran terbitan Paramadina 1999. Pada 2014 silam, Nasaruddin Umar dianugerahi Bintang Maha Putra Utama oleh Presiden Republik Indonesia..²⁰

Selama masa pandemi Covid-19 ini, Nasar aktif mengunggah kajian-kajian rutinnya yang bercorak himbauan kepada umat Islam mengenai kiat-kiat bertahan diri dan sukses menjaga kesejahteraan jiwa dan spiritual dalam

¹⁷ Abdullah Muslich Rizal Maulana, “Pandemi Dalam Worldview Islam; Dari Konsepsi Ke Konspirasi Abdullah Muslich Rizal Maulana” 31, no. 3 (2020): 307–8, <https://doi.org/https://doi.org/10.33367/tribakti.v31i2.1232>.

¹⁸ Hamid Fahmy Zarkasyi, *Al-Ghazali's Concept of Causality with Reference to His Interpretation of Reality and Knowledge* (Kuala Lumpur: IIUM Press, 2010).

¹⁹ “Nasaruddin Umar,” dalam *Wikipedia*, 2019, https://id.wikipedia.org/wiki/Nasaruddin_Umar.

²⁰ Nasaruddin Umar Official, “Biografi Nasaruddin Umar,” 2020, <https://nasaruddinumar.id/about-us/>.

menghadapi wabah pademi Covid-19 ini, khususnya di Indonesia saat ini. Dengan acuan unggahan video documenter dari liputan wawancara dan berita televisi Nasional, akun youtube Nasaruddin Umar Official (NUO), dan juga kajian online beliau yang diunggah oleh akun youtube Qolbu Quran, penulis mencoba menelaah kajian-kajian beliau, hingga terciptalah karya ilmiah dengan focus kajian tips islami agar sukses menghadapi Covid-19 perspektif Nasar.

Pada kajian Pesan Dari Istiqlal “Bersatu Lawan Covid-19 Selama Bulan Ramadhan 1441H” yang diunggah oleh akun youtube TVRI Nasional bertanggalkan 27 April 2020, Nasar memberikan pesan mengenai kekuatan spiritual menghadapi Covid-19.²¹ Dalam video unggahan tersebut, Nasar berpesan bahwa meskipun umat Islam selama Ramadan beribadah di rumah masing-masing, tapi niatkan bahwa insya Allah kita berada dihadapan Allah SWT. Menurutnya, Alquran dan Hadis menjelaskan bahwa di manapun kita berada, kita bisa mendekati Allah SWT. Bahkan hadis Nabi SAW mengatakan *“kullu ardlin masjidun”* (“di atas permukaan bumi itu, dimanapun berada itu adalah masjid”). Jadi menurut Nasar, seolah-olah dalam hadis ini, masjid bukan hanya bangunan masjid itu, namun pematang sawah para petani adalah masjidnya, perahunya para nelayan adalah masjidnya. Jadi, jangan karena adanya virus corona ini menurunkan kualitas dan kuantitas ibadah kita. Begitu pesan Nasar kali ini yang mengingatkan bagaimana memperkuat spiritualitas menghadapi Covid-19.

Menurut Nasar, daya tahan tubuh saja tidak cukup, umat Islam juga harus memiliki daya tahan spiritual. Daya tahan spiritual adalah keyakinan dan kekuatan umat Islam. Ia menyebut hadis yang intinya menjelaskan bahwa Tuhan berada pada keyakinan hambaNya. Menurutnya, kalau umat Islam berada pada keyakinan, insyaallah virus Corona tidak akan menjangkit. Nasar melanjutkan, jika sudah berikhtiyar, mempertahankan daya tubuh, berikutnya adalah menyerahkan diri kepada Tuhan. Virus Corona datangnya dari Tuhan, jika umat Islam dekat dengan Tuhannya, maka virus itu akan tunduk terhadap sang Pencipta. Tapi ketika tidak *respect* dengan Tuhannya, maka akan menjadi target dari virus Corona itu sendiri. Nasar kemudian menganjurkan agar memperbanyak sholat tahajud, tadarus, dan ikhtiyar. Sebaliknya, jika membenci, sombong, melawan, dan kasar, maka virus akan menjadikannya sebagai target. Nasar juga menyerukan agar tidak kasar kepada sesama makhluk Tuhan.

Nasar juga mengingatkan agar tidak takut terhadap sesama makhluk, takut itu hanya kepada Allah SWT. Setelah berikhtiyar, langkah selanjutnya adalah tawakkal.. Di akhir video tersebut, Nasar berpesan kepada umat Islam

²¹ TVRI Nasional, “Pesan Dari Istiqlal Kekuatan Spiritual Menghadapi Covid-19 - Imam Besar Masjid Istiqlal Prof.DR.KH. Nasaruddin Umar, M.A.” (TVRI Nasional, 2020), <https://www.youtube.com/watch?v=8ZLcoB8aptQ&feature=youtu.be>.

untuk melakukan pengabdian yang sempurna kepada Allah. Sehingga dengan demikian ummat Islam berada di posisi yang diridhoi dan diselamatkan oleh Allah SWT. Berdoa, dan saling mendoakan, serta tidak sombong. Saling mendoakan orang-orang di sekitar kita, umat islam di manapun berada, dan untuk negara.

Pada kesempatan lainnya, Nasaruddin Umar, memberikan tips agar sukses menghadapi Covid-19 pada kajian rutin tasawuf di Masjid Agung Sunda Kelapa, Kamis *ba'da* Magrib 5 maret 2020 yang diunggah melalui akun youtube Qolbu Quran.²²

Nasar menyampaikan bahwa dalam tradisi Islam, *bala'* atau musibah diartikan dengan penyakit. Dimana setiap penyakit pasti ada obatnya. Begitu juga dengan setiap *bala'* pasti akan ada pencegahannya. Menurutny, Salah satu cara Rasulullah menolak *bala'* adalah dengan berdoa "Ya Allah Tolaklah kepada kami *bala'* atau musibah, *waba'* atau wabah dan *fahsyah* kerusakan moral." Sedangkan mengenai virus itu sendiri, Nasar menjelaskan bahwa virus itu datangnya dari Allah. Jika orang berlindung dengan 1 kalimat khusus (Dzikir) Insha Allah ia akan terlindung dari virus tersebut. Dan jikapun terkena musibah, musibah itu ringan dan tidak membinasakan.

Nasar, mencoba memberikan tips islami agar sukses menghadapi covid-19 ini. Menurut Nasar, ada 3 kekuatan yang harus diperkuat oleh manusia (khususnya Muslim) untuk melawan penyakit Corona ini. Kekuatan pertama adalah dengan cara menguatkan daya tahan tubuh. Kekuatan kedua adalah memperkuat mental. Dan kekuatan yang harus diperkuat ketiga adalah kekuatan spiritual.

Untuk cara mempertahankan daya tahan tubuh, Nasar mengacu kepada rahasia sehat ala Nabi. Rahasia sehat yang pertama adalah mengontrol makanan atau menjaga pola makan. Rahasia kedua adalah, makan sebelum lapar dan berhenti sebelum kenyang. Dengan cara membatasi jumlah makanan yang masuk dan dengan pembagian ruang perut 1/3 untuk angina, 1/3 untuk air dan 1/3 untuk makanan. Rahasia ketiga adalah makan makanan yang halal dan tidak berlebihan. Dilanjutkan dengan rahasia keempat yaitu puasa yang dapat menyehatkan tubuh. Dan rahasia sehat ala Rasulullah yang kelima adalah berwudhu. Orang yang berwudhu secara tidak langsung sudah membersihkan kuman-kuman dan juga kotoran yang melekat pada tubuh.

Mengenai sistem proteksi diri, Nasar menjelaskan bahwa Nabi melakukannya dengan beberapacara. Sistem proteksi diri pertama adalah pencegahan: mencegah diri agar tidak mendekati atau bersentuhan dengan sumber penyakit. Nasar merujuk pada hadis tentang larangan masuk ke suatu

²² Qolbu Qur'an, "Tips Islami Agar Sukses Menghadapi Covid19 - Prof. Dr. KH. Nasaruddin Umar, MA," 2020, <https://www.youtube.com/watch?v=eCEpwSUx47E&feature=youtu.be>.

daerah yang sudah terjangkit wabah maupun keluar dari daerah yang sudah terjangkit wabah agar tidak menularkan ke orang lain..²³

Nasar melanjutkan, sistem proteksi selanjutnya adalah dengan olahraga ala Nabi. Menurutnya, ada empat olahraga yang dianjurkan oleh Nabi, yaitu berkuda, memanah, berenang dan memanjat. Adapun waktu olahraga yang dianjurkan oleh Nabi, menurut Nasar, adalah setelah shalat shubuh, dimana udara masih segar. Selain itu, menurut Nasar, sistem proteksi diri ajaran Nabi ketiga adalah pola makan cukup, istirahat yang cukup dan terakhir adalah berpuasa untuk membuat daya tahan tubuh lebih maksimal.

Kekuatan yang harus dibangun dalam tubuh manusia selain kekuatan daya tahan tubuh, menurut Nasar, adalah kekuatan mental. Ia merujuk kepada hadis yang menyatakan bahwa Tuhan itu bersama keyakinan hambaNya. Bagi Nasar, dengan memperkuat mental, yakin akan selamat, tidak mudah ragu, akan membantu menjaga imunitas tubuh di tengah wabah Corona ini. Nasar melanjutkan, kekuatan ketiga yang harus dibangun dalam tubuh manusia selama wabah Covid-19 ini adalah kekuatan spiritual. Mental yang merupakan kebutuhan badan atau kekuatan luar manusia (jasmani). Sedangkan untuk rohani manusia dibutuhkan kekuatan dan daya tahan spiritual yang berasal dari luar diri dan luar kendali manusia.

Nasar menjelaskan mengenai tiga tingkatan seorang hamba dalam berdoa kepada Allah SWT.²⁴ Tingkatan pertama adalah doa yang dipanjatkan dengan komat-kamit di mulut saja, tanpa hadirnya jiwa yang menjiwai doa tersebut. Tingkatan kedua adalah doa yang tidak panjang lafadz nya namun menghayati isi dan makna dari doa tersebut. Pada tingkatan ini doa tersebut melibatkan batin dan jiwa yang lebih kuat daripada doa pada tingkatan pertama yang hanya berdoa menggunakan lafadz tanpa kehadiran jiwa. Dan tingkatan doa ketiga adalah doa yang tidak hanya komat-kamit dan batin saja namun siap dan yakin bahwa doa yang dipanjatkan bukan hanya sekedar doa namun akan dikabulkan oleh Tuhan dengan bertawakal dan menyerahkan diri atas segala jawaban dari doa tersebut. Bagi Nasar, tidak cukup spiritual dalam berdoa namun juga *spiritual saving* perlu diperkuat seperti, rasa hormat dan sayang kepada orang tua, tidak memakan barang haram, menjauhi larangan Tuhandan hidup secara jujur.

Menurut Nasar, jika umat Islam sudah menjalankan ketiga kekuatan yang harus diperkuat di atas, maka tidak perlu panik dan ragu. Menurutnya, Quran mengajarkan untuk tidak bersedih. Hal ini, bagi Nasar, perlua menjadi acuan umat muslim dalam menghadapi wabah Covid-19.

²³ Ibn Hajar, *Fath Al-Bari Bi-Syarh Shahih Al-Bukhari*, ed. 'Abdul Qadir Syaybah al-Hamd, Juz 10 (Riyadh, 2001).

²⁴ Nasaruddin Umar Office - NUO, "The Power of "Doa"" - Ramadhan Bersama Prof. Dr. KH. Nasaruddin Umar, MA., 2020, https://www.youtube.com/watch?v=bQwur6OYD_k.

Umat muslim, menurut Nasar, tidak boleh merasa takut karena ada Tuhan yang selalu menemani hambaNya. Ia menekankan agar jangan merasa bahwa esok adalah kiamat hingga sibuk memborong bahan-bahan makanan, masker, sanitazer, sehingga terciptanya sifat serakah dan rakus atas hak hak orang lain.

Nasihat Imam Besar Istiqlal Nasaruddin Umar dan Kematangan Beragama

Semasa hidup, manusia mengalami dua macam perkembangan yaitu perkembangan jasmani dan perkembangan rohani. Tanda perkembangan jasmani seseorang adalah bertambahnya umur kronologis dengan pencapaian puncak perkembangannya yang disebut kedewasaan. Adapun untuk perkembangan rohani seseorang diukur berdasarkan tingkat kemampuan dengan puncak perkembangan rohaninya adalah kematangan (*maturity*).²⁵

Ciri dari seseorang yang memiliki kematangan beragama adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami nilai-nilai luhur yang terkandung dalam agama dan menjadikan nilai tersebut sebagai pedoman sikap dan tingkah laku sehari-harinya. Seorang individu beragama senantiasa berusaha menampilkan sikap dan tingkah laku keagamaannya yang mencerminkan ketaatan dan penganut agama yang baik.²⁶

Seseorang yang matang dalam beragama tidak cukup sekedar memegang teguh paham keagamaan yang dianutnya dan juga tidak berhenti dengan hanya mewujudkan dalam tanggungjawab kehidupan sehari-harinya, melainkan juga diikuti dengan pengetahuan keagamaan yang mendalam. Jika kematangan beragama telah ada pada diri seseorang, maka segala perbuatan dan tingkah laku keagamaan yang dilakukannya atas dasar tanggung jawab, tidak hanya sekedar ikut-ikutan.²⁷ Kemampuan dan keadaan psikologi seseorang sangat menunjang proses kematangan beragama, oleh karenanya proses kematangan beragama seseorang tidak bisa dipaksakan namun lebih bersifat alami. Seseorang dengan psikologi yang tidak setabil akan mengakibatkan kegoncangan dalam menerima agama yang diajarkan, sehingga faktor usia serta keinginan yang mantap dari dalam diri yang menjadi syarat utama untuk mencapai kematangan beragama.²⁸

Pada penulisan karya ilmiah ini, penulis meminjam teori kematangan beragama Walter Houston Clark. Menurut W.H.Clark, ada empat kriteria kematangan beragama seseorang. Yaitu sensibilitas akan eksistensi Tuhan, kesinambungan dengan Tuhan dan penyerahan diriNya, menghasilkan rasa bahagia dan kebebasan yang membahagiakan, dan yang terakhir cinta dan

²⁵ Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, cetakan ke (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 1996).

²⁶ Jalaluddin.

²⁷ Sururin, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2004),91.

²⁸ Raharjo, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2012),64.

harmoni sebagai dasar bagi kehidupan sosial. Penulis memilih teori ini karena melihat bahwa kriteria kematangan beragama integrated W.H.Clark relevan dengan pemahaman keagamaan dan eksistensi keagamaan Nasaruddin Umar selaku imam besar Masjid Istiqlal Jakarta.

Clark memberikan kriteria orang yang beragama matang sebagai berikut. Pertama, sensibilitas akan eksistensi Tuhan (*Sensible of the existence of an ideal power*)²⁹ maksudnya adalah bahwa orang-orang yang beragama matang selalu tersambung hati dan pikirannya dengan Tuhan. Oleh karenanya, adanya kesinambungan antara hati dan fikiran dengan Tuhan akan menciptakan kedamaian, ketenangan batin dan terhindar dari keburukan hidup.

Kedua, kesinambungan dengan Tuhan dan penyerahan diriNya (*Close to this characteristic comes that of a sense of the continuity of the friendly power with one's life and a surrender to it is control*)³⁰. Poin kedua ini merupakan konsekuensi dari yang pertama. Seseorang yang mata agamanya tanpa paksaan dan secara sadar akan menyesuaikan hidup atas kehendak Tuhan. Dan akan membebaskan diri dari ego kejahatan baik secara intra maupun interpersonal.

Kriteria ketiga, penyerahan diri sebagaimana dalam poin kedua melahirkan rasa bahagia dan kebebasan yang membahagiakan (*As a result of the self surrender there comes a sense of immense and freedom, as concern for self diminishes*)³¹. Agama pada hakikatnya mengaktifkan energi dan menggerakkan karya spiritual individu beragama. Dimana sikap kepercayaan beragama akan melahirkan ketertiban dan keinginan untuk hidup serasi. Seseorang yang matang agamanya memiliki semangat hidup, memberikan makna serta kemuliaan baru Sehingga mereka mampu menjalani kehidupannya dengan penuh kebahagiaan karena bagi mereka agama adalah sumber kebahagiaan.

Keempat, orang yang beragama matang mengalami perubahan dari emosi menjadi cinta dan harmoni (*Finally there is a shifting of the emotional center toward loving and harmonious affection, towards yes, yes, and away from no where the claims of the non ego are concerned*)³². Orang yang beragama matang memiliki perasaan tenang dan damai dimana cinta dan harmoni menjadi dasar bagi kehidupan sosial atau interpersonalnya. Oleh karena itu, seseorang yang matang agamanya akan terbebas dari rasa benci, prasangka, permusuhan dan lain-lain..

Perilaku seseorang yang matang agamanya akan mengalami perubahan secara dinamis. Persoalan keimanan dan kepercayaan pun dapat dikatakan bergerak secara dinamis dengan adanya dinamika perubahan yang terjadi

²⁹ Walter Houston Clark, *The Psychology of Religion: An Introduction to Religious Experience and Behavior* (Montana: Literary Licensing, 2012), 248.

³⁰ Walter Houston Clark.

³¹ Walter Houston Clark.

³² Walter Houston Clark.

dalam lingkungan sekitarnya³³ Atas dasar tersebut kematangan beragama Nasaruddin Umar sebagai seorang imam besar Masjid Istiqlal Jakarta, pasti mengalami perubahan-perubahan yang berbeda (dinamis).

Dari beberapa video rujukan penulis, nampaknya Nasaruddin Umar memiliki tingkat kematangan beragama yang tinggi. Ditinjau dari himbauan dan tips Islami agar sukses menghadapi Covid-19 yang Nasar sampaikan, menunjukkan bahwa Ia memandang agama sebagai tujuan hidup, sehingga ia berusaha menginternalisasikan ajaran agamanya dalam perilaku sehari-hari, termasuk juga mengajarkan (agama) kepada jama'ah dan umat Muslim pada umumnya. Dengan kematangan beragamanya, Nasar mampu mengenali dan memahami nilai (*value*) agama untuk direalisasikan dan diaplikasikan pada nilai luhur sikap dan perilakunya.

Empat kriteria kematangan beragama yang ditawarkan oleh W.H. Clark, sensibilitas akan eksistensi Tuhan, kesinambungan dengan Tuhan dan penyerahan diriNya, menghasilkan rasa bahagia dan kebebasan yang membahagiakan, dan yang terakhir cinta dan harmoni sebagai dasar bagi kehidupan sosial dapat penulis temukan pada diri Nasar dengan mengacu kepada video-video kajian beliau. Bahwa Nasar mampu menyambungkan hati dan pikirannya dengan Tuhan. Dengan anjurannya untuk terus menguatkan kekuatan spiritual di tengah wabah Covid-19 ini, maka akan melahirkan kedamaian, ketenangan batin yang mendalam dan terhindar dari keburukan-keburukan hidup.

Nasar menyampaikan kepada umat Islam untuk menjadikan al-Quran dan Hadis sebagai acuan bertahan di tengah wabah Covid-19 ini. Pada himbauan ini, Nasar secara sadar dan tanpa paksaan menyesuaikan hidupnya dengan kehendak Tuhan, yakni kebajikan karena Tuhan adalah Maha Baik. Dimana orang yang beragama matang akan terbebas dari ego yang selalu membisikan orang pada kejahatan-kejahatan, baik secara intra maupun interpersonal.

Agama bagi Nasar diartikan sebagai sumber kebahagiaan dan sumber ketenangan jiwa. Nasar meyakini bahwa doa yang dipanjatkan dengan menghadirkan batin bukan hanya sekedar doa namun akan dikabulkan oleh Tuhan dengan bertawakal dan menyerahkan diri atas segala jawaban dari doa tersebut. Dari sini dapat dilihat bahwa kematangan beragama Nasar menciptakan perjalanan kehidupan dengan penuh kebahagiaan. Sikap beragama Nasar di tengah wabah Covid-19 ini memiliki gairah hidup dan memberikan makna serta kemuliaan baru pada hal-hal yang lazimnya dianggap biasa-biasa saja.

Dari himbauan Nasar dapat ditelaah bahwa tingkat kematangan beragamanya tinggi. Meminjam istilah C.H Clark bahwa seseorang yang

³³ M. Hafi Anshari, *Dasar-Dasar Ilmu Jiwa Agama*, Cet. 1 (Surabaya: Usaha Nasional, 1991), 40.

matang agamanya mengalami perubahan dari emosi menjadi cinta dan harmoni. Dimana orang yang beragama matang mencapai perasaan tentram dan damai dengan landasan cinta yang mendasari seluruh hubungan interpersonal nya. Himbauan Nasar kepada umat muslim agar tidak merasa takut karena ada Tuhan yang selalu menemani hambaNya dan agar tidak merasa bahwa esok adalah kiamat hingga sibuk memborong bahan-bahan makanan, masker, sanitazer, dsbnya dan himbauan untuk umat muslim agar harus banyak berserah diri kepada Tuhan berdoa, minta doa dan mendoakan, termasuk kepada besarnya rasa cinta yang ditimbulkan karena matangnya agamanya yang menjadikan bebas dari rasa benci, prasangka, permusuhan dan lain-lain. Nasar menjadikan cinta dan harmoni merupakan dasar bagi kehidupan sosial atau interpersonalnya.

Kesimpulan

Pandemi Covid-19 telah banyak berpengaruh terhadap berbagai sendi-sendi kehidupan, tak terkecuali kehidupan keagamaan. Perspektif agama akan sangat kuat dalam menyadarkan umatnya untuk melakukan tindakan tertentu termasuk dalam menghadapi wabah pandemi Covid-19 ini. Hal ini sangat terkait dengan kematangan beragama seseorang.

Dari kajian penulis, nampaknya Nasaruddin Umar memiliki tingkat kematangan beragama yang tinggi. Ia memandang agama sebagai tujuan hidup, sehingga ia berusaha menginternalisasikan ajaran agamanya dalam perilaku sehari-hari, termasuk juga mengajarkan (agama) kepada jama'ah dan umat Muslim pada umumnya. Dengan kematangan beragamanya, Nasar mampu mengenali dan memahami nilai (*value*) agama untuk direalisasikan dan diaplikasikan pada nilai luhur sikap dan perilakunya.

Empat kriteria kematangan beragama yang ditawarkan oleh W.H. Clark, yaitu sensibilitas akan eksistensi Tuhan, kesinambungan dengan Tuhan dan penyerahan diriNya, menghasilkan rasa bahagia dan kebebasan yang membahagiakan, dan yang terakhir cinta dan harmoni sebagai dasar bagi kehidupan sosial dapat penulis temukan pada diri Nasar dengan mengacu kepada video-video kajian beliau.

Daftar Rujukan

- “Nasaruddin Umar.” dalam *Wikipedia*. 2019.
https://id.wikipedia.org/wiki/Nasaruddin_Umar.
 Anshari, M. Hafi. *Dasar-Dasar Ilmu Jiwa Agama*. Cet. 1. Surabaya: Usaha Nasional, 1991.
 Arif, Syamsuddin. “Perspektif Islam Tentang Pandemi.” *ISLAMIA*, 2020.
 Arif, Syamsuddin. “Teologi Wabah Perspektif Islam Tentang Pandemi.” 2020.

- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Ed. Rev. V. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- C.M., Van Leeuwen Post M.W. Westers P. et al. "Relationships between Activities, Participation, Personal Factors, Mental Health, and Life Satisfaction in Persons with Spinal Cord Injury." *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation* 93 (2012).
- Chalid, Sofyan. *Fikih Ringkas Terkait Corona*. The Cooperative Center For Da'wah and Guidance In Indonesia, t.t..
- Fearn-Banks, Kathleen. *Crisis Communications: A Casebook Approach*. New York: Routledge, 2010.
- Ghebreyesus, Tedros Adhanom and Soumya Swaminathan. "COVID-19 Control in China during Mass Population Movements at New Year." *The Lancet* 395, no. 10226 (2020): 764, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30421-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30421-9).
- Hajar, Ibn. *Fath Al-Bari Bi-Syarh Shabih Al-Bukhari*, ed. 'Abdul Qadir Syaybah al-Hamd, Juz 10. Riyadh: 2001.
- Hamid, Abdul. "Editorial Healthy Tadulako Journal (Abdul Hamid : 1-14) 1." *Jurnal Kesehatan Tadulako* 3, no. 1 (2017).
- Houston Clark, Walter. *The Psychology of Religion: An Introduction to Religious Experience and Behavior*. Montana: Literary Licensing, 2012.
- Irani, Widyadewi Metta Adya. "Update Corona Indonesia 26 September: 271.339 Kasus Positif, 199.403 Sembuh, 10.308 Meninggal Dunia Artikel Ini Telah Tayang Di Tribunnews.Com Dengan Judul Update Corona Indonesia 26 September: 271.339 Kasus Positif, 199.403 Sembuh, 10.308 Meninggal Dunia." Tribunnews, diakses 27 Juni 2020, <https://www.tribunnews.com/corona/2020/09/26/update-corona-indonesia-26-september-271339-kasus-positif-199403-sem-buh-10308-meninggal-dunia>.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama: Memahami Perilaku Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 1996.
- Koesmawardhani, N.W.. "Pemerintah Tetapkan Masa Darurat Bencana Corona Hingga 29 Mei 2020." Detiknews, 2020, diakses 06 Juni 2020, <https://news.detik.com/berita/d-4942327/pemerintah-tetapkan-masa-darurat-bencana-corona-hingga-29-mei-2020>.
- M. Last, John. "Re: 'A Dictionary of Epidemiology,'" *American Journal of Epidemiology* 123, no. 6 (1986): 179, <https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.aje.a114344>.
- Majelis Ulama Indonesia. "Fatwa Majelis Ulama Indonesia Nomor: 14 Tahun 2020 Tentang Penyelenggaraan Ibadah Dalam Situasi Terjadi Wabah COVID-19." 2020.
- Maulana, Abdullah Muslich Rizal. "Pandemi Dalam Worldview Islam; Dari Konsepsi Ke Konspirasi Abdullah Muslich Rizal Maulana" 31, no. 3

- (2020): 307–8,
<https://doi.org/https://doi.org/10.33367/tribakti.v31i2.1232>.
- Nasaruddin Umar Office - NUO. “The Power of “Doa” - Ramadhan Bersama Prof. Dr. KH. Nasaruddin Umar, MA..” 2020, https://www.youtube.com/watch?v=bQwur6OYD_k.
- Nasaruddin Umar Official. “Biografi Nasaruddin Umar.” 2020, <https://nasaruddinumar.id/about-us/>.
- Pengantar Redaksi. “Agama, Sains, Dan Covid-19:.” *MAARIF* 15, no. 1 (2020).
- Qolbu Qur’an. “Tips Islami Agar Sukses Menghadapi Covid19 - Prof. Dr. KH. Nasaruddin Umar, MA.” 2020, <https://www.youtube.com/watch?v=cCEpwSUx47E&feature=youtu.be>.
- Raharjo. *Pengantar Ilmu Jiwa Agama* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2012).
- Sebayang, Rehia. “Awat! WHO Akhirnya Tetapkan Corona Darurat Global.” CNBC Indonesia, 2020, <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200131060856-4-134146/awat-whoakhirnya-tetapkan-corona-darurat-global>
- Sedarmayanti. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Mandar Maju, 2020.
- Sururin. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2004.
- TVRI Nasional. “Pesan Dari Istiqlal Kekuatan Spiritual Menghadapi Covid-19 - Imam Besar Masjid Istiqlal Prof.DR.KH. Nasaruddin Umar, M.A.” (TVRI Nasional, 2020), <https://www.youtube.com/watch?v=8ZLcoB8aptQ&feature=youtu.be>.
- Zarkasyi, Hamid Fahmy. *Al-Ghazali's Concept of Causality with Reference to His Interpretation of Reality and Knowledge*. Kuala Lumpur: IIUM Press, 2010.