

PENDEKATAN PSIKOLOGI AGAMA
DALAM MITIGASI BENCANA ALAM PERSPEKTIF AL-QUR`AN

DISERTASI

Diajukan kepada Program Studi Doktor Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir
sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan studi Strata Tiga
untuk memperoleh gelar Doktor (Dr.)



Oleh:
Epa Elfitriadi
NIM. 173530072

PROGRAM STUDI DOKTOR ILMU AL-QUR`AN DAN TAFSIR
KONSENTRASI PENDIDIKAN BERBASIS AL-QUR`AN
PASCASARJANA UNIVERSITAS PTIQ JAKARTA
2025 M /1446 H

ABSTRAK

Disertasi ini menghasilkan kesimpulan bahwa pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam perspektif Al-Qur`an memberikan kontribusi signifikan dalam membangun kerangka spiritual dan psikologis untuk mitigasi bencana alam. Pendekatan ini dapat dilakukan melalui intervensi narasi kebencanaan perspektif Al-Qur`an (*behaviour beliefs, norm beliefs, control beliefs*) ke dalam strategi mitigasi bencana alam sehingga meningkatkan kesadaran, intensi dan pengalaman individu dan masyarakat terhadap risiko bencana. Nilai-nilai Al-Qur`an memberikan dimensi transendental yang menguatkan pendekatan rasional dalam mitigasi bencana dan mampu membangun pola pikir dan perilaku yang lebih positif, promotif dan preventif. Impelementasi strategis dapat dilakukan melalui: (1) menganalisis konteks sosial dan keagamaan, (2) membangun kesiapan psikologis kebencanaan, (3) membentuk intensi positif dan perilaku mitigatif (4) menguatkan dukungan emosional dan spiritual, (5) mengembangkan dan memberdayakan komunitas sosial untuk mitigasi bencana.

Kesimpulan di atas didapatkan melalui pembahasan dan analisis terhadap pendekatan psikologi agama, strategi mitigasi bencana alam, dan penafsiran ayat-ayat Al-Qur`an yang mengisyaratkan tema utama penelitian tersebut.

Disertasi ini mendukung teori perilaku kognitif (*cognitive behavioral theory* - CBT) Aaron Beck dan Albert Ellis yang menekankan bahwa proses kognitif (pikiran, perasaan, dan persepsi) saling memengaruhi perilaku manusia membentuk suatu siklus. Disertasi ini juga mendukung teori perilaku terencana (*theory of planned behavior* - TPB) Icek Ajzen yang menyebutkan bahwa perilaku manusia ditentukan oleh niat dengan tiga faktor utamanya sikap terhadap perilaku (keyakinan tentang manfaat atau risiko), norma subjektif (tekanan sosial), dan kontrol perilaku (kemudahan atau kesulitan melakukan perilaku). Namun disertasi ini berbeda dengan teori psikoanalisis Sigmund Freud yang mana Freud memandang agama sebagai ilusi psikologis yang menghambat perkembangan intelektual dan kematangan psikologis individu sedangkan dalam psikologi agama memandang agama sebagai sumber kekuatan psikologis dan adaptasi sosial.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan penelitian kualitatif menggunakan pendekatan riset kepustakaan (*library research*). Adapun metode penafsiran yang digunakan adalah metode tafsir tematik (*tafsîr maudhû'i*) terhadap ayat-ayat Al-Qur`an yang relevan dengan tema pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam.

ABSTRACT

This dissertation concludes that the approach of religious psychology in natural disaster mitigation from the perspective of the Qur'an provides a significant contribution to building a spiritual and psychological framework for disaster mitigation. This approach can be implemented through the integration of disaster narratives from the Qur'anic perspective (behavioral beliefs, normative beliefs, control beliefs) into disaster mitigation strategies, thereby increasing individual and community awareness, intention, and experience regarding disaster risks. Qur'anic values offer a transcendental dimension that reinforces rational approaches to disaster mitigation and helps foster more positive, promotive, and preventive mindsets and behaviors. Strategic implementation can be carried out through: (1) analyzing social and religious contexts, (2) building psychological disaster preparedness, (3) forming positive intentions and mitigative behaviour, (4) strengthening emotional and spiritual support, (5) developing and empowering social communities for disaster mitigation.

These conclusions was obtained through discussion and analysis of the approach of religious psychology, disaster mitigation strategies, and the interpretation of Qur'anic verses that indicate the main theme of this research.

This dissertation supports the cognitive behavioral theory (CBT) by Aaron Beck and Albert Ellis, which emphasizes that cognitive processes (thoughts, feelings, and perceptions) influence human behavior in forming a cycle. It also supports the theory of planned behavior (TPB) by Icek Ajzen, which posits that human behavior is determined by intention, with three primary factors: attitudes toward the behavior (beliefs about benefits or risks), subjective norms (social pressure), and perceived behavioral control (ease or difficulty of performing the behavior). However, this dissertation differs from Sigmund Freud's psychoanalytic theory, which views religion as a psychological illusion that hinders intellectual development and psychological maturity. In contrast, religious psychology perceives religion as a source of psychological strength and social adaptation.

The research method used in this study is qualitative research with a library research approach. As for the interpretation method, the thematic interpretation method (*tafsîr maudhû'i*) was employed for Qur'anic verses relevant to the theme of the religious psychology approach in disaster mitigation.

خلاصة

تُخلص هذه الأطروحة إلى أن منهج علم النفس الديني في التخفيف من الكوارث الطبيعية من منظور القرآن الكريم يُسهم بشكل كبير في بناء إطار روحي ونفسي للتخفيف من الكوارث الطبيعية. يمكن تنفيذ هذا المنهج من خلال إدخال سرد الكوارث من منظور القرآن الكريم (معتقدات السلوك، معتقدات القواعد، معتقدات التحكم) في استراتيجيات التخفيف من الكوارث الطبيعية، مما يُعزز الوعي والنوايا والخبرة لدى الأفراد والمجتمعات تجاه مخاطر الكوارث. تقدم قيم القرآن الكريم بُعدًا متعالياً يقوي النهج العقلاني في التخفيف من الكوارث، وتُساهم في بناء التفكير والسلوك الإيجابي والترويجي والوقائي. يمكن تنفيذ الاستراتيجيات عبر: (١) تحليل السياق الاجتماعي والديني، (٢) بناء الجاهزية النفسية للكوارث، (٣) تشكيل نوايا إيجابية وسلوكيات وقائية مستندة إلى القرآن الكريم، (٤) تعزيز الدعم العاطفي والروحي، (٥) تطوير وتمكين المجتمعات الاجتماعية للتخفيف من الكوارث.

تم التوصل إلى الاستنتاج أعلاه من خلال المناقشة والتحليل لمقاربة علم النفس الديني، واستراتيجيات التخفيف من آثار الكوارث الطبيعية، وتفسير آيات القرآن الكريم التي تشير إلى الموضوع الرئيسي لهذا البحث.

تدعم هذه الأطروحة نظرية السلوك الإدراكي (CBT) لكل من آرون بيك وألبرت إيليس التي تؤكد على أن العمليات الإدراكية (الأفكار، المشاعر، والإدراك) تؤثر على سلوك الإنسان في دورة متكاملة. كما تدعم نظرية السلوك المخطط (TPB) لإيسك أجن التي تشير إلى أن سلوك الإنسان يتحدد بالنية من خلال ثلاثة عوامل رئيسية: الموقف تجاه السلوك (الاعتقاد بالمنافع أو المخاطر)، القواعد الذاتية (الضغط الاجتماعي)، والتحكم السلوكي (سهولة أو صعوبة تنفيذ السلوك). ومع ذلك، تتعارض هذه الأطروحة مع نظرية التحليل النفسي لفرويد، حيث يرى فرويد الدين كونه وهمًا نفسيًا يعيق التطور الفكري والنضج النفسي للفرد، بينما يعتبر علم النفس الديني مصدرًا للقوة النفسية والتكيف الاجتماعي.

وقد استخدم في هذا البحث منهج البحث النوعي مع مقارنة البحث المكتبي. وأما طريقة التفسير المتبعة فهي طريقة التفسير الموضوعي (التفسير الموضوعي) للآيات القرآنية ذات الصلة بموضوع مقارنة علم النفس الديني في التخفيف من آثار الكوارث الطبيعية.

PERNYATAAN KEASLIAN DISERTASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Epa Elfitriadi
Nomor Induk Mahasiswa : 173530072
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Konsentrasi : Pendidikan Berbasis Al-Qur'an
Judul Disertasi : Pendekatan Psikologi Agama dalam Mitigasi
Bencana Alam Perspektif Al-Qur'an

Menyatakan bahwa :

1. Disertasi ini adalah murni hasil karya sendiri. Apabila saya mengutip karya orang lain, maka saya akan mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
2. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat di buktikan Disertasi ini hasil jiplakan (plagiat), maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai sanksi yang berlaku di lingkungan Universitas PTIQ dan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Jakarta, Januari 2025
Yang membuat pernyataan,



Epa Elfitriadi

TANDA PERSETUJUAN DISERTASI

Judul Disertasi

Pendekatan Psikologi Agama dalam Mitigasi Bencana Alam
Perspektif Al-Qur'an

Disertasi

Diajukan kepada Program Studi Doktor Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan studi Strata Tiga
untuk memperoleh gelar Doktor (Dr.)

Disusun Oleh:
Epa Elfitriadi
173530072

Telah selesai dibimbing oleh kami, dan menyetujui untuk selanjutnya dapat
diujikan

Jakarta

Menyetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof. Dr. Hj. Nur Arfiyah Febriani, M.A.



Dr. Ahmad Zain Sarnoto, M.A., M.PdI.

Mengetahui:
Ketua Program Studi



Dr. H. Muhammad Hariyadi, M.A.

TANDA PENGESAHAN DISERTASI
PENDEKATAN PSIKOLOGI AGAMA
DALAM MITIGASI BENCANA ALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN


Disusun Oleh:

Nama : Epa Elfitriadi
Nomor Induk Mahasiswa : 173530072
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Konsentrasi : Pendidikan Berbasis Al-Qur'an

Telah diujikan pada sidang munaqasah pada tanggal:
Sabtu, 18 Januari 2025

No	Nama Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan
1	Prof. Dr. H. M. Darwis Hude, M.Si.	Ketua	
2	Prof. Dr. H. M. Darwis Hude, M.Si.	Penguji I	
3	Prof. Dr. Made Saihu, M.Pd.I.	Penguji II	
4	Dr. H. Muhammad Hariyadi, M.A.	Penguji III	
5	Prof. Dr. Nur Arfiyah Febriani, M.A.	Pembimbing I	
6	Dr. Ahmad Zain Sarnoto, M.A., M.Pd.I.	Pembimbing II	
7	Dr. H. Muhammad Hariyadi, M.A.	Panitera/Sekretaris	

Jakarta, 21 Januari 2025
Mengetahui,
Direktur Pascasarjana
Universitas PTIQ Jakarta


Prof. Dr. H. M. Darwis Hude, M.Si.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	`	ز	z	ق	q
ب	b	س	s	ك	k
ت	t	ش	sy	ل	l
ث	ts	ص	sh	م	m
ج	j	ض	dh	ن	n
ح	h	ط	th	و	w
خ	kh	ظ	zh	هـ	h
د	d	ع	‘	ء	a
ذ	dz	غ	g	ي	y
ر	r	ف	f	-	-

Catatan:

- a. Konsonan yang ber-syaddah ditulis rangkap, misalnya: رَبِّّ ditulis *rabba*.
- b. Vokal panjang (*mad*): *fathah* (baris di atas) ditulis *â* atau *Â*, *kasrah* (baris di bawah) ditulis *î* atau *Î*, serta *dhumma* (baris depan) ditulis dengan *û* atau *Û*, misalnya: القارعة ditulis *al-qâri’ah*, المساكين ditulis *al-masâkîn*, المفلحون ditulis *al-muflihûn*.
- c. Kata sandang *alif + lam* (ال) apabila diikuti oleh huruf *qamariyah* ditulis *al*, misalnya: الكافرون ditulis *al-kâfirûn*. Sedangkan bila diikuti oleh huruf *syamsiyah*, huruf *lam* diganti dengan huruf yang mengikutinya, misalnya: الرجال ditulis *ar-rijâl*, atau diperbolehkan dengan menggunakan transliterasi *al-qamariyah* ditulis *al-rijâl*. Asalkan konsisten dari awal sampai akhir.
- d. *Ta` marbûthah* (ة), apabila terletak di akhir kalimat, ditulis dengan *h*, misalnya: البقرة ditulis *al-baqarah*. Bila di tengah kalimat ditulis dengan *t*, misalnya: زكاة المال ditulis *zakât al-mâl*, atau سورة النساء ditulis surat *an-nisâ*.
- e. Penulisan kata dalam kalimat dilakukan menurut tulisannya, misalnya: وهو خير الرازقين ditulis *wa huwa khair ar-Râziqîn*.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Swt. atas segala hidayah, taufik dan inayah-Nya serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan disertasi ini.

Shalawat dan salam semoga senantiasa dilimpahkan kepada Nabi Muhammad Saw., keluarganya, para sahabatnya, para *tabi' in* dan seluruh umatnya yang senantiasa mengikuti jejak langkahnya.

Pada proses penyelesaian disertasi ini, penulis menyadari bantuan, motivasi serta bimbingan yang sangat berharga dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menghaturkan ucapan terima kasih yang terdalem kepada:

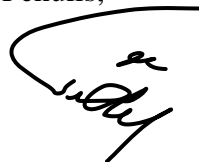
1. Rektor Universitas PTIQ Jakarta Prof. Dr. H. Nasaruddin Umar, M.A.
2. Direktur Pascasarjana Universitas PTIQ Jakarta Prof. Dr. H.M. Darwis Hude, M.Si.
3. Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir Pascasarjana Universitas PTIQ Jakarta Dr. H. Muhammad Hariyadi, M.A.
4. Dosen Pembimbing Prof. Dr. Hj. Nur Arfiyah Febriani, M.A. dan Dr. H. Ahmad Zain Sarnoto, M.A., M.Pd.I., yang telah memberikan motivasi, bimbingan dan masukan yang konstruktif sangat berarti dalam penyelesaian disertasi ini.
5. Segenap Civitas Universitas PTIQ Jakarta, para dosen yang telah memberikan pembelajaran dan bimbingan penyelesaian studi kepada penulis, serta seluruh staf Universitas PTIQ Jakarta, khususnya Pak Andi, Pak Jeddah, dan Bu Siti.
6. Teman-teman semua, khususnya teman seperjuangan penyelesaian pendidikan Strata Tiga di Prodi IAT Universitas PTIQ Jakarta.

7. Ayahanda tercinta alm. Endjun Djamdjuni dan Ibunda tercinta Dra. Hj. Djudju Djuhaenah, martua penulis Ayahanda alm. Syahrul Kudrah, M.A. dan Ibunda Dra. Anida MZ Chan, M.A. serta semua Saudara-saudariku (Dra. Hj. Elin Erlina, M.Hum. dan Dr. H. Komaruddin, M.Pd beserta keluarga, Drs. H. Aep Ermana, M.Pd. dan Dra. Iis Nurlela beserta keluarga, Dr. Hj. Imas Emalia, M.Hum. dan Dr. H. Didik Pradjoko, M.Hum beserta keluarga, H. Ipik Ernaka, M.Hum. dan Hj. Sri Mulyani, M.Hum beserta keluarga) yang telah mendukung, memotivasi, serta terus mendo'akan penulis dalam menyelesaikan pendidikan Strata Tiga di Universitas PTIQ Jakarta.
8. Yang teristimewa, istri tercinta, Ns. Hj. Dina Rahmatika, S.Kep. yang selalu mendukung lahir-batin dan sabar kebersamai penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Juga ananda tercinta (Muhammad Ferrouz Alfaruqy, Zhafira Nawa Mumtaza, dan Zaahida Tsurayya Mumtaza) yang menjadi penguat semangat penulis. Semoga rahmat Allah selalu menyertai kita semua hingga berkumpul kembali di surga-Nya. *Âmîn*.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian disertasi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah Swt. memberikan balasan berlipat ganda kepada semua pihak yang telah membantu penyelesaian disertasi ini. Semoga kehadiran disertasi ini dapat memberikan sumbangan khazanah ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi semua pihak *Âmîn Yâ Rabbal 'Alamîn*.

Jakarta, Januari 2025

Penulis,



Epa Elfitriadi, S.Si., S.Ag., M.Si.

DAFTAR ISI

Judul	i
Abstrak	iii
Pernyataan Keaslian Disertasi	ix
Tanda Persetujuan Disertasi	xi
Tanda Pengesahan Disertasi	xiii
Pedoman Transliterasi.....	xv
Kata Pengantar	xvii
Daftar Isi	xix
Daftar Tabel	xxv
Daftar Gambar	xxvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	17
C. Pembatasan Masalah	17
D. Perumusan Masalah	17
E. Tujuan Penelitian	18
F. Manfaat Penelitian	18
G. Kerangka Teori	19
H. Tinjauan Pustaka	23
I. Metodologi Penelitian	27
J. Sistematika Penulisan	28
BAB II PSIKOLOGI AGAMA	31
A. Konsep Psikologi Agama	31
1. Pengertian Psikologi Agama	31

2.	Sejarah Perkembangan Psikologi Agama	37
a.	Perkembangan Psikologi Agama di Barat	37
b.	Perkembangan Psikologi Agama di Timur	43
c.	Perkembangan Psikologi Agama di Indonesia	45
3.	Ruang Lingkup dan Manfaat Psikologi Agama	46
a.	Kesadaran Beragama (<i>Religious Counciousness</i>)...	47
b.	Pengalaman Beragama (<i>Religious Experience</i>).....	53
c.	Manfaat Psikologi Agama	56
B.	Memahami Sikap Beragama.....	58
1.	Sumber Jiwa Keberagamaan.....	58
a.	Teori Monistik	59
b.	Teori Fakulti	60
c.	Perspektif Islam	62
2.	Dimensi Keberagamaan	68
a.	Dimensi Ideologis	69
b.	Dimensi Ritualistik	69
c.	Dimensi Intelektual.....	69
d.	Dimensi Eksperiensial	70
e.	Dimensi Konsekuensial	70
3.	Perkembangan Sikap Beragama	71
a.	Perkembangan Sikap Beragama Pada Masa Anak ...	71
b.	Perkembangan Sikap Beragama Pada Masa Remaja	73
c.	Perkembangan Sikap Beragama Pada Masa Dewasa	75
d.	Perkembangan Sikap Beragama pada Masa Usia Lanjut.....	78
C.	Motivasi Beragama Menuju Kematangan Beragama.....	80
1.	Motivasi Beragama.....	82
2.	Kematangan Beragama.....	86
3.	Keyakinan Agama Membentuk Intensi dan Perilaku	90
D.	Implikasi Pendekatan Psikologi Agama dalam Menghadapi Persoalan Kehidupan	94
BAB III MITIGASI BENCANA ALAM		101
A.	Pengertian Bencana dan Bencana Alam	101
1.	Berbagai Perspektif Tentang Bencana.....	102
a.	Perspektif ekologi	103
b.	Perspektif sosial-budaya	104
c.	Perspektif psikologi	105
d.	Perspektif agama.....	107
2.	Pengertian Bencana Alam.....	113
3.	Jenis dan Karakteristik Bencana Alam	118

a.	Bencana hidrometeorologis	118
b.	Bencana geospasial	120
c.	Bencana biologis.....	121
B.	Konsep Mitigasi Bencana Alam	123
1.	Pergeseran Paradigma Penanggulangan Bencana Alam.....	124
2.	Pengurangan Risiko Bencana Alam Melalui Mitigasi....	128
3.	Jenis Mitigasi Bencana Alam	135
a.	Identifikasi dan Pemetaan Risiko Bencana Alam.....	135
b.	Mitigasi Struktural	137
c.	Mitigasi Non-struktural	138
C.	Dimensi Psikologis dalam Mitigasi Bencana Alam	140
D.	Komunikasi Risiko sebagai Elemen Penting dalam Mitigasi Bencana Alam	145
BAB IV ISYARAT AL-QURAN TERKAIT PENDEKATAN PSIKOLOGI AGAMA DALAM MITIGASI BENCANA ALAM.....		
		151
A.	Isyarat Al-Qur'an terkait Pendekatan Psikologi Agama	152
1.	Isyarat Al-Qur'an terkait Kesadaran Beragama	152
2.	Isyarat Al-Qur'an terkait Pengalaman Beragama	160
3.	Isyarat Al-Qur'an terkait Dimensi Psikologis Bencana..	162
B.	Isyarat Al-Qur'an terkait Mitigasi Bencana	168
1.	Isyarat Al-Qur'an terkait Mitigasi Struktural	170
a.	Pemanfaatan sumber daya untuk membangun perencanaan dan infrastruktur yang tangguh.....	171
b.	Memelihara keseimbangan ekologi	175
2.	Isyarat Al-Qur'an terkait Mitigasi Non Struktural	178
a.	Kewajiban memanfaatkan akal dan ilmu pengetahuan mengelola risiko	179
b.	Menghindari penyebab bencana	182
c.	Kepemimpinan dan tata kelola yang tanggap.....	190
d.	Evakuasi dan respon cepat.....	191
e.	Manajemen psikologis dan spiritual terkait bencana	192
f.	Membangun solidaritas sosial.....	199
C.	Term Al-Qur'an terkait Bencana	202
1.	Term yang Menunjukkan pada Kerusakan Kolektif.....	203
a.	Kerusakan (<i>Fasâd</i>).....	203
b.	Kehancuran (<i>Tadmîr</i>).....	208
c.	Kebinasaan (<i>Halak</i>)	212
2.	Term yang Menunjukkan pada Kerusakan Secara Makna	217
a.	Ujian (<i>Balâ'</i>).....	217

b. Kekacauan (<i>Fitnah</i>)	222
c. Siksaan (<i>'Adzâb</i>).....	229
d. Sanksi atas pelanggaran (<i>'Iqâb</i>).....	232
3. Term yang Menunjukkan Keburukan atau Bahaya	235
D. Dimensi Bencana Perspektif Al-Qur`an	241
1. Kejadian Bencana Alam yang Dikisahkan dalam Al-Qur`an.....	242
a. Bencana Banjir pada Kaum Nabi Nuh dan Kaum Nabi Sulaiman.....	242
b. Bencana Hujan Batu pada Kaum Nabi Luth.....	244
c. Bencana Gempa Bumi pada Kaum Nabi Syu'aib dan Nabi Musa.....	246
d. Bencana Angin Topan pada Kaum 'Ad dan Perang Khandaq.....	247
2. Dimensi Bencana Perspektif Al-Qur`an	250
a. Murni Kehendak dan Izin Allah	251
b. Konsekuensi dari Ulah Manusia.....	257
c. Kezhaliman Manusia	259
BAB V IMPELEMENTASI PENDEKATAN PSIKOLOGI AGAMA DALAM MITIGASI BENCANA ALAM PERSPEKTIF AL-QURAN	263
A. Melakukan Analisis Konteks Sosial dan Keagamaan	265
B. Membangun Kesiapan Psikologis dan Kesadaran Kebencanaan Berbasis Nilai-nilai Agama	271
C. Membentuk Intensi Positif dan Perilaku Mitigatif Berbasis Al-Qur`an.....	277
1. Sikap (<i>Attitude Toward Behaviour</i>) terhadap Perilaku berbasis Nilai-Nilai Al-Qur`an	279
2. Norma Subjektif (<i>Subjective Norm</i>) Berbasis Nilai-nilai Al-Qur`an	284
3. Persepsi Kontrol Perilaku (<i>Perceived Behavioral Control</i>) Berbasis Nilai-nilai Al-Qur`an.....	287
D. Memperkuat Dukungan Emosional dan Spiritual berbasis Al-Qur`an.....	290
E. Mengembangkan dan Memberdayakan Komunitas Sosial (<i>Community Social Engagement</i>)	292
BAB VI PENUTUP	295
A. Kesimpulan.....	295
B. Saran	297
DAFTAR PUSTAKA	299

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Jumlah kejadian bencana tahun 2021 – 2023	3
Tabel 3. 1	Berbagai definisi bencana	110
Tabel 3. 2	Perbandingan bencana hidrometeorologis, geospasial, dan biologis.....	122
Tabel 3. 3	Metode <i>Hazard Identification and Risk Analysis</i> untuk Mengestimasi Risiko.....	136
Tabel 4. 1	Isyarat Al-Qur'an terkait kesadaran beragama (dimensi kognitif)	154
Tabel 4. 2	Isyarat Al-Qur'an terkait kesadaran beragama (dimensi afektif)	157
Tabel 4. 3	Isyarat Al-Qur'an terkait kesadaran beragama (dimensi konatif)	158
Tabel 4. 4	Isyarat Al-Qur'an terkait pengalaman beragama	160
Tabel 4. 5	Isyarat Al-Qur'an terkait aspek psikologis bencana	163
Tabel 4. 6	Isyarat Al-Qur'an terkait pemanfaatan sumber daya untuk membangun perencanaan dan infrastruktur yang tangguh	171
Tabel 4. 7	Isyarat Al-Qur'an terkait memelihara keseimbangan ekologi	176
Tabel 4. 8	Isyarat Al-Qur'an terkait kewajiban memanfaatkan akal dan ilmu pengetahuan mengelola risiko	179
Tabel 4. 9	Isyarat Al-Qur'an terkait penyebab bencana	182
Tabel 4. 10	Variasi kata فسد dalam bentuk kata kerja di Al-Qur'an.....	203
Tabel 4. 11	Variasi kata فَسَدَ dalam bentuk kata benda di Al-Qur'an	204
Tabel 4. 12	Variasi kata دَمَّرَ dalam bentuk kata benda di Al-Qur'an	208
Tabel 4. 13	Variasi kata دَمَّرَ dalam bentuk kata kerja di Al-Qur'an	208
Tabel 4. 14	Variasi kata هلك dalam bentuk kata kerja di Al-Qur'an	213

Tabel 4. 15 Variasi kata هلك dalam bentuk kata benda di Al-Qur`an.....	215
Tabel 4. 16 Variasi kata بلاء dalam bentuk kata benda di Al-Qur`an.....	218
Tabel 4. 17 Variasi kata بلاء dalam bentuk kata kerja di Al-Qur`an.....	218
Tabel 4. 18 Variasi kata فتنة dalam bentuk kata benda di Al-Qur`an.....	223
Tabel 4. 19 Variasi kata فتنة dalam bentuk kata kerja di Al-Qur`an.....	225
Tabel 4. 20 Variasi dari kata dasar صوب dalam bentuk kata kerja di Al-Qur`an.....	235
Tabel 4. 21 Variasi dari kata dasar صوب dalam bentuk kata benda di dalam Al-Qur`an.....	236

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Teori Perilaku Terencana (<i>Theory of Planned Behaviour</i>)..	91
Gambar 3.1	Dinamika psikologis sosial dalam bencana	106
Gambar 3.2	Abstraksi konsep bencana dengan teknik CATWOE.....	109
Gambar 5.1	Intervensi Ayat-ayat Al-Qur`an dalam Membentuk Intensi dan Perilaku	278

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bencana (*disaster*) secara umum didefinisikan sebagai suatu kejadian yang ditimbulkan, baik oleh faktor alam maupun nonalam, yang dapat mengakibatkan kehilangan nyawa manusia, kerugian atau kerusakan ekonomi, sosial, lingkungan, dan budaya (peradaban) pada wilayah tertentu. Definisi ini diungkapkan Wignyo Adiyoso yang menyimpulkan definisi bencana dari berbagai sumber, diantaranya: *Central Board of Secondary Education* (2016), *United Nation Depelovement Programme and Government of Indonesia/UNDP* (2012), Undang-undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana dan *Asian Disaster Reduction Center* (2003). Menurutnya, kejadian yang tidak menyebabkan kematian atau kerusakan tidaklah termasuk bencana. Sedangkan potensi terjadinya sesuatu yang akan menyebabkan kematian atau kerusakan disebut ancaman atau bahaya (*hazard*).¹

Hazard dikelompokkan ke dalam tiga jenis berdasarkan sumber terjadinya, yaitu: 1) *natural hazard*, adalah bahaya yang disebabkan oleh fenomena alam (meteorologi, geologi dan biologi) seperti tsunami, tanah longsor, banjir dan gunung berapi; 2) *man made hazard*, adalah bahaya yang terjadi akibat kelalaian manusia seperti bencana akibat kegiatan industri, fasilitas pembangkit energi, pembuangan limbah, polusi, dan lainnya; 3) *sosial*

¹ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana*, Jakarta: Bumi Aksara, 2018, hal. 20-21 dan 25.

hazard, adalah bahaya akibat dari tindakan manusia yang bertindak secara antisosial.²

Secara geografis, Indonesia dikenal sebagai salah satu negara yang rentan terhadap bencana. Hampir setiap tahun mengalami berbagai jenis bencana, mulai dari bencana alam, bencana non-alam, hingga bencana sosial.³ Kenyataan posisi geografis Indonesia yang terletak di pertemuan empat lempeng tektonik besar, yaitu lempeng Indo-Australia, lempeng Eurasia, lempeng Pasifik dan lempeng Laut Filipina, menyebabkan Indonesia sering mengalami gempa bumi, letusan gunung berapi, tsunami, banjir dan tanah longsor. Data kebencanaan yang dirilis Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menunjukkan secara rata-rata terjadi ribuan kejadian bencana alam setiap tahun di Indonesia, diantaranya gempa bumi, tsunami, letusan gunung api, banjir, tanah longsor, kekeringan, kebakaran, angin putting beliung, kecelakaan transportasi dan teknologi, wabah penyakit, konflik sosial, serta aksi teror. Mayoritas bencana alam berupa banjir, cuaca ekstrim dan tanah longsor akibat curah hujan tinggi, perubahan iklim global dan variasi topografi yang meningkatkan risiko bencana hidrometeorologis.⁴ Kejadian-kejadian bencana tersebut menimbulkan dampak yang signifikan yang menggoncang berbagai aspek kehidupan di Indonesia, mulai dari

² Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana*, Jakarta: Bumi Aksara, 2018, hal. 20-21 dan 25.

³ Pengelompokan bencana menjadi tiga yaitu bencana alam, bencana nonalam, dan bencana sosial, adalah berdasarkan Undang-undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana. Bencana alam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam antara lain berupa gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor. Bencana non-alam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau rangkaian peristiwa non-alam yang antara lain berupa gagal teknologi, gagal modernisasi, epidemi, dan wabah penyakit. Bencana sosial adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang diakibatkan oleh manusia yang meliputi konflik sosial antar kelompok atau antar komunitas masyarakat, dan teror.

⁴ Bencana hidrometeorologi merupakan jenis bencana alam yang disebabkan oleh faktor meteorologi (cuaca) dan hidrologi (air). Fenomena ini melibatkan proses-proses alam seperti siklus hidrologi, curah hujan, suhu, angin, dan kelembaban yang dapat menyebabkan berbagai jenis bencana. Jenis-jenis bencana hidrometeorologi yang umum terjadi adalah banjir, tanah longsor, kekeringan, badai tropis, angin putting beliung, gelombang panas, dan gelombang dingin. Perubahan iklim, kondisi geografis, dan aktivitas manusia diantaranya menjadi faktor penyebab bencana hidrometeorologi. Jing Liu et.al., "The Impact of Climate Change on Hydrological Processes of the Glacierized Watershed and Projections", *Remote Sens*, 14(6), 1314, 2022, dalam <https://www.mdpi.com/2072-4292/14/6/1314>. Lihat juga Desratri Timur Tresnanti et.al., "Climate Change in Jakarta: Using Disaster Communication as a Hydrometeorological Disaster Mitigation System", *PENDIPA Journal of Science Education*, 8(2), 155–163, 2024, dalam <https://ejournal.unib.ac.id/pendipa/article/view/34593/14679>

kerugian ekonomi, dampak sosial, hingga degradasi lingkungan.⁵

Sebagai gambaran dalam tiga tahun terakhir, BNPB mencatat data kejadian bencana alam dan dampaknya sebagaimana dalam Tabel 1.1. Terlihat dari tabel tersebut, setiap tahun Indoensia mengalami ribuan kejadian bencana alam yang menyebabkan korban jiwa meninggal dunia maupun luka-luka dan mengungsi, kerusakan properti dan lain sebagainya. Tercatat data BNPB bahwa bencana alam yang mendominasi di tahun 2021 adalah banjir, cuaca ekstrem, dan tanah longsor. Di tahun 2022, kejadian bencana alam yang mendominasi antara lain banjir, cuaca ekstrem, tanah longsor, kebakaran hutan dan lahan (karhutla), gempa bumi, gelombang pasang, dan abrasi serta kekeringan. Di tahun 2023 kejadian bencana yang mendominasi antara lain bencana kebakaran hutan dan lahan, cuaca ekstrem, dan banjir.⁶

Tabel 1. 1 Jumlah kejadian bencana tahun 2021 - 2023⁷

	2021	2022	2023
Kejadian bencana alam	5.402	3.544	5.400
Meninggal (jiwa)	728	858	275
Hilang (jiwa)	87	37	33
Luka-luka (jiwa)	14.915	8.733	5.795
Mengungsi dan terdampak (jiwa)	7.630.692	6.144.534	8.491.288
Rumah rusak (unit)	158.658	95.403	47.214
Fasilitas pendidikan, kesehatan, dan peribadatan rusak (unit)	4.445	1.983	1.291
Kantor rusak (unit)	664	163	135
Jembatan rusak (unit)	505	342	258

Jika menilik Indonesia dalam kurun waktu 10 tahun terakhir, Indonesia pernah diguncang gempa bumi dahsyat yang terjadi di dua wilayah provinsi yaitu Nusa Tenggara Barat dan Sulawesi Tengah. Gempa bumi berkekuatan 7,0 skala Richter pada 5 Agustus 2018 terjadi di Lombok, Nusa Tenggara Barat. Di tahun yang sama gempa berkekuatan 7,4 skala Richter pada 28 September 2018 mengguncang wilayah Palu, Donggala, Sigi dan Parigi Moutong Provinsi Sulawesi Tengah. Gempa bumi tersebut disertai dengan adanya tsunami dan fenomena likuifaksi⁸ yang menyebabkan wilayah

⁵ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana...*, hal. 28-32.

⁶ Osmar Shalih, *et al.*, *RBI: Resiko Bencana Indonesia*, Jakarta: Pusat Data Informasi Komunikasi Bencana BNPB, 2023, hal. 11-13.

⁷ Geoportal Data Bencana Indonesia Badan Nasional Penanggulangan Bencana, "Infografis Bencana Indonesia tahun 2021, 2022 2023" dalam <https://gis.bnpb.go.id>. Badan Pusat Statistik, "Statistik Lingkungan: Jumlah Kejadian dan Korban yang Diakibatkan Bencana Alam" dalam <https://www.bps.go.id/id/statistics-table?subject=539>.

⁸ Likuifaksi atau pencairan tanah adalah hilangnya kekuatan dan kekakuan tanah

pemukiman terseret dan tenggelam ke dalam tanah. Ribuan korban jiwa dan kerusakan infrastruktur yang sangat signifikan.⁹ Bahkan, pengalaman bencana terbesar sepanjang 40 tahun terakhir adalah gempa tsunami Aceh pada 26 Desember 2004. Gempa berkekuatan 9,3 skala Richter terjadi pada waktu 7:58:53 WIB berpusat pada bujur 3.316° N 95.854° E. Koordinat: 3.316° N 95.854° E kurang lebih 160 km sebelah barat Aceh pada kedalaman 10 kilometer. Gempa tsunami Aceh melanda beberapa wilayah dan negara di antaranya Sumatera Utara, Pantai Barat Semenanjung Malaysia, Thailand, Pantai Timur India, Srilangka, Pantai Timur Afrika. Gempa ini mengakibatkan lebih dari 230.000 orang meninggal untuk total di 8 negara, yang merupakan kematian terbesar sepanjang sejarah di Indonesia, Sri Lanka, India, dan Thailand. Gempa dan tsunami tidak hanya berdampak pada korban jiwa, kerusakan fisik dan kerugian ekonomi saja, tetapi juga menyebabkan dampak psikologis yang signifikan para korban tsunami, khususnya usia anak dan lansia.¹⁰ Jadi dalam sejarahnya di Indonesia telah tercatat beberapa bencana alam yang hebat yang menimbulkan kerusakan parah, memakan banyak korban jiwa dan kerugian yang tinggi, diantaranya adalah gempa bumi dan tsunami di Aceh (2004), gempa bumi di Yogyakarta (2006), gempa bumi di Padang (2009), gempa bumi di Lombok (2018) dan gempa bumi, tsunami dan likuifaksi di Palu (2018).

Di sisi lain, dampak pada ekosistem ketika hutan dan lahan rusak baik akibat bencana alam, tanah longsor, kebakaran dan kelalaian manusia, menyebabkan hilangnya habitat alami dan keanekaragaman hayati. Misalnya, ketika lebih dari 1,6 juta hektare hutan di Indonesia terbakar pada tahun 2019 sebagaimana data Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan (KLHK), selain berdampak pada gangguan kesehatan pernapasan, kerugian ekonomi pada sektor pertanian dan transportasi udara, juga menyebabkan hilangnya tutupan hutan dan habitat satwa liar serta memperburuk emisi karbon yang

jenuh air akibat adanya perubahan tegangan pada tanah. Akibat dari hilangnya kekuatan tanah ini dapat berupa longsor, perubahan tekstur tanah menjadi lumpur, atau penurunan atau pergerakan tanah secara tiba-tiba menyebabkan daya dukung pondasi menurun dan terjadi kerusakan bangunan/infrastruktur yang lebih besar. Likuifaksi dapat mengakibatkan keruntuhan struktur bangunan di atasnya, karena tanah tidak lagi mampu menahan beban struktural. Lihat Jilei Hu, Yunzhi Tan, Wenjun Zou, "Key factors influencing earthquake-induced liquefaction and their direct and mediation effects", dalam *PLoS ONE* 16(2): e0246387 tahun 2021, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246387>

⁹ Geoportal Data Bencana Indonesia Badan Nasional Penanggulangan Bencana, "Infografis Bencana Indonesia tahun 2018" dalam <https://gis.bnpb.go.id/>

¹⁰ Lyonly Evany Tomaso, Sri Yulianto Joko Prasetyo, "Analisis Index Vegetasi Pesisir Pantai Aceh Pasca Tsunami Menggunakan Citra Satelit Landsat 7 Dan Landsat 8 Dengan Metode Clustering Algoritma K-Means", *Indonesian Journal of Modeling and Computing* 1, 28-35, 2018, hal. 28, dalam <https://ejournal.uksw.edu/icm/article/view/1492>

berkontribusi pada perubahan iklim global.¹¹ Begitu juga kelalaian atau perilaku aktivitas manusia yang tidak harmonis dengan alam seperti penggunaan energi yang tidak berkelanjutan, penggunaan lahan dan perubahan penggunaan lahan, gaya hidup dan pola konsumsi dan produksi di seluruh wilayah, antar dan di dalam negara, dan di antara individu, telah berpengaruh signifikan meningkatkan emisi gas rumah kaca global sehingga terjadi perubahan cuaca dan iklim ekstrem di berbagai wilayah di seluruh dunia. Perubahan iklim tersebut telah menyebabkan kerusakan besar dan kerugian pada beberapa ekosistem yang hampir tidak dapat dipulihkan, baik di ekosistem daratan, air tawar, kriosfer, serta pesisir dan lautan terbuka. Ratusan spesies lokal telah punah karena peningkatan besarnya suhu panas ekstrem dengan peristiwa kematian massal yang tercatat di daratan dan di lautan.¹²

Dampak serius lain dari bencana alam dapat memunculkan bencana lainnya seperti berbagai penyakit yang ditopang oleh kondisi alam tropis Indonesia. Penyakit tropis banyak terjadi dengan persebaran yang cepat akibat lingkungan dan arus interaksi manusia. Dalam ilmu kesehatan, penyakit tropis (*tropical medicine*) sering terjadi di wilayah beriklim tropis dan subtropis yang berada di seputar garis khatulistiwa. Penyakit tropis tidak hanya dikaitkan dengan cara hidup yang tidak sehat, *hygiene* yang buruk, dan penyakit menular, namun perilaku dalam mengelola alam yang tidak berorientasi lingkungan.¹³

Sementara itu risiko bencana non-alam seperti wabah penyakit juga sangat signifikan. Seperti yang terjadi tiga tahun terakhir, yaitu wabah *corona virus disease 2019 (covid-19)* yang masuk ke Indonesia di tahun 2020. Dalam Surat Edaran KLHK, menyatakan bencana non-alam berupa wabah penyakit termasuk ancaman yang membahayakan bagi perekonomian nasional dan/atau stabilitas sistem keuangan sehingga diperlukan pengawasan, pengaturan, dan pendampingan dalam penanganan wabah Covid-19.¹⁴ Dampak pandemik global Covid-19 secara signifikan telah menimbulkan risiko di berbagai sektor pembangunan di Indonesia. Tidak hanya sektor kesehatan yang terdampak, pandemi Covid-19 juga menimbulkan dampak sosial-ekonomi. Kerugian ekonomi telah mencapai Rp 1,35 T setara 8,8% PDB Indonesia 2020. Tak

¹¹ Osmar Shalih, *et al.*, *RBI: Resiko Bencana Indonesia...*, hal. 11-13.

¹² Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC), *AR6 Synthesis Report: Climate Change 2023*, <https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/>

¹³ Mubarak, (Ed.), *Epidemiologi Penyakit Tropis*, Purbalingga: Eureka Media Aksara, Juni 2024. Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana ...*, hal. 58.

¹⁴ Kementerian Lingkungan Hidup Dan Kehutanan Inspektorat Jenderal, *Surat Edaran Nomor: Se.05/Ijen/Set.Itjen/Set 1/4/2020 Tentang Pelaksanaan Pengawasan Intern Atas Refocussing Kegiatan Dan Realokasi Anggaran Serta Pengadaan Barang/Jasa Kementerian Lingkungan Hidup Dan Kehutanan Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*, Jakarta, 8 April 2020.

terhindarkan, peningkatan kemiskinan meningkat 9,22% dimana terdapat 28,7 juta orang berisiko jatuh ke dalam kondisi miskin akibat pandemik Covid-19. Seiring masa pandemik Covid-19 pada tahun 2021, Indonesia juga mengalami berbagai bencana seperti gempa bumi merusak di Sulawesi Tengah-Mamuju, siklon tropis Seroja-NTT, banjir Kalimantan Selatan, dan erupsi Semeru-Lumajang Jawa Timur.¹⁵

Bencana non-alam lainnya yang termasuk bencana sosial adalah bencana yang terjadi akibat konflik sosial, tawuran antar kelompok, hingga aksi terorisme. Dampak yang diakibatkannya mencakup kehilangan/kerusakan material, jiwa, hingga dampak psikologis. Konflik sosial kerap dipicu oleh perbedaan suku, agama, maupun kepentingan politik yang berbeda-beda, terutama di wilayah yang memiliki keragaman SARA tinggi. Beberapa konflik sosial yang mengakibatkan banyak korban dan kerusakan pernah terjadi di Indonesia. Di antaranya: konflik Ambon (1991), konflik Poso (2000-2012), konflik Sampang Madura (2017), kerusuhan Tolikara Papua (2017), konflik Lombok Timur (2018), dan lainnya. Menurut Sindung Haryanto (2012) yang merujuk pada pandangan Dharmawan (2009), konflik sosial atau benturan sosial berdampak kepada segala aspek (*frame of conflict*) kehidupan masyarakat, seperti menyentuh dan memunculkan permasalahan baru dalam hal konflik agraria, sumber daya alam, nafkah, ideologi, identitas-kelompok, batas teritorial, dan semacamnya. Menurutnya, beragam konflik tersebut lebih serius lagi kepada dampak stress sosial, kepedihan (*bitterness*), hilangnya *trust* di antara para-pihak yang berkonflik, rusaknya *networking*, dan hilangnya tata aturan norma dan tatanan sosial yang telah disepakati.¹⁶

Kejadian-kejadian tersebut di atas memberikan gambaran, bahwa Indonesia berpotensi menghadapi multi ancaman atau krisis dalam satu waktu yang dampaknya lintas wilayah dan sektor. Potensi terjadinya bencana semakin mengalami peningkatan seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk, arus urbanisasi, degradasi lingkungan, kemiskinan, modernisasi, dan pemanasan global. Akibat yang timbul dari bencana-bencana tersebut bersifat multidimensial meliputi dampak secara ekonomi, sosial, lingkungan,

¹⁵ Osmar Shalih, *et al.*, *RBI: Resiko Bencana Indonesia ...*, hal. 138.

¹⁶ Sindung Haryanto, "Konflik Sosial di Era Reformasi", *Masyarakat, Kebudayaan dan Politik*, Vol. 25, No. 4, Tahun 2012, 299–308, dalam <https://journal.unair.ac.id/MKP@konflik-sosial-di-era-reformasi-article-8487-media-15-category-8.html>. Lihat Arya Hadi Dharmawan, "Konflik-Sosial dan Resolusi Konflik: Analisis Sosio-Budaya (Dengan Fokus Perhatian Kalimantan Barat)", *Seminar PERAGI Pontianak*, 2006 dalam https://yonariza.com/wp-content/uploads/2013/09/2006_dharmawan_-konflik_sosial.pdf. Lihat juga Imam Iqbal, "Konflik Etno-Religius di Indonesia Kontemporer Dalam Pandangan Orde Baru", *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, 9(1), 1–24, 2017, dalam <https://ejournal.iainsorong.ac.id/index.php/Tasamuh/article/view/47>

dan politik serta psikologis. Beberapa studi menemukan bahwa bencana memiliki dampak selain secara fisik juga dampak psikologis yang bervariasi dan mengganggu kesehatan serta kesejahteraan masyarakat.¹⁷

Secara umum, dampak psikologis yang dialami korban pasca bencana adalah depresi, gangguan stres pasca trauma atau *post-traumatic stress disorder* (PTSD), kecemasan, ketakutan, percobaan bunuh diri, dan gangguan kesehatan mental lainnya. Tidak sedikit dampak bencana tersebut memerlukan upaya jangka panjang untuk pemulihan, termasuk dukungan psikososial, psikoreligi, dan pemulihan ekonomi, agar masyarakat bisa kembali ke kehidupan normal. Untuk itu, Indonesia perlu memahami dan mengelola risiko sistemik dalam berbagai tingkatan pemerintahan serta konektivitasnya antar sektor berisiko dalam rangka antisipasi dan membangun resiliensi.¹⁸

Pengelolaan risiko yang komprehensif terhadap ancaman bencana sangat dibutuhkan untuk mengurangi kerugian akibat bencana. Terdapat beberapa faktor yang dapat menimbulkan besarnya kerugian dalam bencana, antara lain: (1) kurangnya pemahaman tentang karakteristik bahaya (*hazard*), (2) sikap dan perilaku yang mengakibatkan rentannya kualitas sumber daya alam (*vulnerability*), (3) kurangnya informasi peringatan dini (*early warning*) sehingga mengakibatkan ketidaksiapan menghadapi bencana, (4) ketidakberdayaan/ketidakmampuan dalam menghadapi bahaya. Menurut BNPB, setidaknya terdapat 4 (empat) elemen kunci dalam dimensi pengelolaan risiko sistemik, diantaranya: (1) bagaimana akar masalah kerentanan perlu diidentifikasi pada tiap tingkatan pemerintahan dan sektor; (2) pemahaman terhadap risiko yang saling terkait dan berjenjang serta ketidakpastian risiko yang mungkin dihadapi terhadap ancaman tertentu; (3) penguatan tata kelola pengurangan risiko bencana yang integrative dan adaptif diberbagai level pemerintahan; dan (4) penguatan respon sosial terhadap potensi risiko, dalam hal ini kepemimpinan dan kapasitas lokal dalam merespon dan beradaptasi menjadi esensial.¹⁹

Disinilah pentingnya penguatan sistem mitigasi²⁰ dan kesiapsiagaan bencana untuk mengurangi dampak yang timbul, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Menurut *Committe on Disaster Research In The*

¹⁷ Janes Jaenurakhma dkk., *Keperawatan Bencana dan Kegawatdaruratan: Teori dan Penerapan*, Bandung: Media Sains Indonesia, 2020, hal.102.

¹⁸ Suprpto *et al.*, *Keperawatan Kegawatdaruratan dan Manajemen Bencana*, Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2022, hal. 145-146

¹⁹ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana*, hal. 166. Lihat juga Osmar Shalih, *et al.*, *RBI: Resiko Bencana Indonesia...*, hal. 140-141.

²⁰ Kata mitigasi berasal dari kata *mitigation* yang dapat diartikan sebagai penjinakan. Mitigasi bencana menurut Undang Undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana adalah serangkaian upaya untuk mengurangi risiko bencana, baik melalui pembangunan fisik maupun penyadaran dan peningkatan kemampuan menghadapi ancaman bencana.

Social Science (CDRSS) pengurangan risiko bencana setidaknya meliputi 3 (tiga) proses penting. *Pertama*, *hazard mitigation*, yang mencakup di dalamnya mitigasi struktural yang mencakup perencanaan desain, konstruksi, hingga mitigasi non-struktural yang berorientasi kepada pengaturan-pengaturan mengenai tata guna lahan dan menjaga tingkat kepadatan penduduk pada suatu lokasi. *Kedua*, *disaster preparedness*, yakni membangun kesiapan warga terhadap risiko bencana. Dalam kegiatan ini, beragam aksi dilakukan dalam penyiapan komunitas menghadapi bencana, seperti penyusunan rencana evakuasi darurat, pelatihan warga yang tinggal di lokasi rawan bencana, sosialisasi tentang risiko dan gejala-gejala bencana, penyiapan perangkat penyelamatan darurat yang mencakup material dan finansial. *Ketiga*, *emergency response* yang didalamnya termasuk aktivitas yang berhubungan dengan isu diseminasi prediksi bencana dan peringatan, evakuasi dan bentuk-bentuk perlindungan lainnya, mobilisasi dan organisasi darurat, relawan dan sumber daya material, pencarian dan penyelamatan.²¹

Mitigasi bencana sebagai kegiatan atau tindakan yang dilakukan dalam penanggulangan bencana tahap pra bencana, bertujuan untuk mengantisipasi, mengurangi dan meminimalkan dampak dari bencana tersebut.²² Sayangnya, implementasi mitigasi bencana masih minim dalam praktik kehidupan masyarakat terutama di daerah yang rawan bencana. Walaupun bencana sudah terjadi berulang-ulang di beberapa wilayah di Indonesia, namun kesiapan terhadap bencana sepertinya masih belum juga memadai di masyarakat maupun pemerintah. Fenomena yang terjadi menunjukkan bahwa kondisi kebijakan kebencanaan lebih banyak befokus pada respons darurat dibandingkan pada langkah-langkah mitigasi jangka panjang. Pengelolaan bencana masih cenderung bersikap reaktif dan kuratif dalam menghadapi bencana. Penanggulangan bencana lebih banyak dilakukan ketika bencana sudah terjadi, yaitu berorientasi pada pemenuhan kebutuhan darurat berupa pangan, penampungan darurat, kesehatan dan mengatasi krisis. Begitu pula

²¹ Berdasarkan Undang Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana Pasal 34 tahap pra bencana ini meliputi kegiatan dalam situasi tidak terjadi bencana; dan dalam situasi terdapat potensi terjadinya bencana. Kegiatan yang dilakukan penanggulangan bencana dalam situasi tidak terjadi bencana sebagaimana dalam Pasal 34 huruf a meliputi: a. perencanaan penanggulangan bencana; b. pengurangan risiko bencana; c. pencegahan; d. Pemaduan dalam perencanaan pembangunan; e. persyaratan analisis risiko bencana; f. pelaksanaan dan penegakan rencana tata ruang; g. pendidikan dan pelatihan; dan h. persyaratan standar teknis penanggulangan bencana. Sedangkan penyelenggaraan penanggulangan bencana dalam situasi terdapat potensi terjadi bencana sebagaimana dalam Pasal 34 huruf b meliputi: a. kesiapsiagaan; b. peringatan dini; dan c. mitigasi bencana. Lihat Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana. Lihat juga Roni Eka Putra, *Mitigasi Pengurangan Risiko Bencana Gempa Bumi dari Perspektif Implementasi Kebijakan*, Depok: Rajawali Pers, 2018, hal. 67-68.

²² Ismail Suwardi, *Mitigasi Bencana*, Indramayu: Penerbit Adab, 2021, hal. 13

kesadaran masyarakat tentang kebencanaan baru muncul ketika sudah mengalami bencana. Beberapa penelitian sebelumnya terkait bencana alam menunjukkan bahwa masyarakat cenderung lalai melakukan persiapan dalam menghadapi kejadian bencana tersebut.²³ Hal ini disebabkan masyarakat belum memiliki pengetahuan yang memadai tentang kebencanaan dan kurang adaptif terhadap proses mitigasi dan rehabilitasi setelah bencana. Rendahnya kemampuan ini menyebabkan lambatnya proses pemulihan yang terjadi. Peningkatan kesadaran dan kesiapsiagaan masyarakat khususnya yang terfokus pada upaya proaktif sebelum terjadi bencana, belum menjadi prioritas dalam mengurangi risiko bencana.²⁴

Padahal dewasa ini paradigma penanggulangan bencana telah mengalami pergeseran paradigma yang cukup besar. Paradigma reaktif yang berfokus pada pengelolaan dan respon terhadap terjadinya peristiwa bencana telah bergeser kepada manajemen risiko bencana (*disaster risk management/DRM*) yang lebih proaktif yaitu pengurangan risiko bencana/PRB (*disaster risk reduction/DRR*). PRB/DRR berfokus pada pencegahan risiko bencana baru dan mengurangi risiko bencana yang ada, dengan memperkuat ketahanan individu, komunitas, masyarakat dan global.²⁵ Untuk itu paradigma yang perlu dibangun saat ini adalah mengedepankan pendekatan mitigasi berbasis risiko dan bukan berbasis tanggap darurat. Mitigasi bencana berbasis risiko ini dilakukan dengan berbagai pendekatan untuk setiap bencana yang ada dalam rangka membangun masyarakat, khususnya di daerah rawan bencana, agar memiliki kapasitas dan kapabilitas yang memadai. Dengan demikian kelak masyarakat bisa menjadi penolong bagi diri mereka sendiri dan lingkungan jika bencana datang melanda. Dalam konteks ini budaya sadar bencana menjadi kata kunci.

Dengan terbangunnya kesadaran masyarakat terhadap ancaman dan risiko bencana, masyarakat memiliki kemampuan untuk proaktif dan responsif terhadap bencana, adanya sistem peringatan dini yang terbangun dan antisipasi terhadap bencana, tanggap darurat dan pascabencana. Secanggih apa pun teknologi pendeteksi gempa bumi yang ada misalnya, jika tidak diikuti oleh

²³ Mizaj Iskandar, "Fiqh Anticipation: Mitigation Concept Based on Islamic Law", *IOP Conf. Series: Earth and Environmental Science* 273, 2019, <https://doi.org/10.1088/1755-1315/273/1/012045>

²⁴ Widyawati Boediningsih, Afdol Afdol, Woro Winandi, S. Suwardi, "Policy On Natural Disaster Response to Guarantee the Principles of Post-Disaster Assistance", *Prizren Social Science Journal*, Vol. 2 No. 2, 2018. Furqan Ishak Aksa dan Egianinta Sinulingga, "Risk Perception and Preparedness in Flash Flood-Affected Communities: Evidence from Bahorok, Indonesia", *Geosfera Indonesia*, Vol. 7 No. 1, 2022, <https://doi.org/10.19184/geosi.v7i1.28645>.

²⁵ IASC, "Technical Note on Linking Disaster Risk Reduction (DRR) and Mental Health and Psychosocial Support", *IASC Reference Group on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*, 2021, hal. 6.

perilaku sadar dan siaga bencana dari masyarakat, pemanfaatannya tidak akan optimal. Kesiapan dalam menghadapi bencana perlu menjadi sebuah perilaku dan budaya di masyarakat. Namun demikian, perubahan sikap perilaku masyarakat seperti itu tidak dapat dilakukan dalam waktu singkat. Kegiatannya perlu dilakukan secara terprogram dan berkelanjutan sehingga tertanam dalam pikiran dan sanubari masyarakat. Kesadaran dan kesiagaan menghadapi bencana inilah yang seharusnya menjadi perubahan perilaku masyarakat, agar harapan meminimalisir dampak dari setiap kejadian bencana alam dapat tercapai secara maksimal.²⁶

Berdasarkan hal tersebut, pendekatan psikologi sangat relevan dalam rangka membangun perilaku masyarakat terkait kesadaran dan kesiagaan terhadap bencana. Pendekatan psikologi selama ini lebih banyak berperan dalam penanganan kebencanaan dalam tahapan respon dan intervensi pasca bencana seperti pemberian *treatment*. Padahal ilmu psikologi mampu berada di tahap yang lebih awal yaitu pencegahan/mitigasi, tahap untuk memperkecil risiko bencana sebelum terjadi bencana. Salah satu hipotesis psikologis menyatakan bahwa gangguan psikologis, misalnya stres, dapat berkurang jika manusia mampu memprediksi terjadinya suatu peristiwa. Maka pendekatan psikologi dapat berkontribusi dalam tahap mitigasi dengan kemampuan berkomunikasi dan melakukan psikoedukasi terhadap masyarakat.²⁷

Oleh karena itu membangun kesiapan psikologis diperlukan sebagai upaya meminimalisir risiko bencana. Kesiapan psikologis memainkan peran penting dalam mitigasi bencana karena berhubungan dengan kemampuan individu untuk menilai informasi, memahami risiko, dan membuat keputusan secara efektif dalam situasi yang menantang. Kesiapan ini memungkinkan individu untuk: (1) mengantisipasi risiko; dengan kesiapan psikologis, individu lebih mampu memahami sifat risiko yang dihadapi, sehingga dapat mengambil langkah preventif yang tepat, (2) meningkatkan rasa kontrol: kesiapan psikologis membantu menciptakan kontrol yang dirasakan terhadap situasi, yang membuat individu lebih siap secara mental dalam menghadapi ancaman, (3) mendukung penerimaan risiko; kondisi psikologis yang stabil memudahkan individu untuk menerima risiko sebagai bagian dari realitas dan mendorong mereka untuk mengembangkan kesiapan secara progresif; (4) mendasari efektivitas program mitigasi: kesiapan psikologis memperkuat efektivitas berbagai program pengembangan kesiapan lainnya dengan menciptakan fondasi mental yang kuat.²⁸ Dengan demikian, kesiapan

²⁶ Roni Eka Putra, *Mitigasi Pengurangan Risiko Bencana Gempa Bumi dari Perspektif Implementasi Kebijakan ...*, hal. 81-83

²⁷ Mengenal Psikologi Kebencanaan Lebih Dekat, 2015 dalam <https://psikologi.ugm.ac.id/mengenal-psikologi-kebencanaan-lebih-dekat/>

²⁸ Douglas Paton, "Disaster risk reduction: Psychological perspectives on preparedness", *Australian Journal of Psychology*, 71:4, 2019, hal. 327-341,

psikologis tidak hanya membantu individu secara pribadi, tetapi juga mendukung keberhasilan upaya mitigasi bencana secara kolektif, baik dalam memahami risiko maupun bertindak secara tepat dan efisien dalam situasi darurat.

Psikologi merupakan bagian dari ilmu jiwa yang menganalisa perilaku, pengetahuan, dan mental manusia. Beberapa ilmuwan mendefinisikannya sebagai berikut. Charles G. Morris dan Albert A. Maisto menyatakan “*Psychology is the scientific study of behavior and mental process*” yang bermakna psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku dan proses mental. Clifford T. Morgan, dkk., berpendapat “*Psychology is the science of human and animal behaviour; it includes the application of this science to human problems*” yang bermakna psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan, termasuk juga penerapan ilmu tersebut untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi manusia. Sarlito W. Sarwono berpendapat “psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungannya dengan lingkungan”. Kartini Kartono berpendapat “psikologi adalah ilmu pengetahuan tentang tingkah laku dan kehidupan psikis (jiwani manusia)”.²⁹ Berdasarkan definisi tersebut maka seringkali disimpulkan bahwa terdapat dua hal penting dalam psikologi, yaitu psikologi merupakan ilmu pengetahuan dan psikologi mempelajari tingkah laku.

Secara garis besar, psikologi memiliki tiga mazhab/aliran, yaitu: *pertama*, psikodinamika, tokohnya adalah Sigmund Freud, Carl Gustav Jung, Erik H. Erickson, Erich Fromm, dan Karen Horney. *Kedua*, behavioral dan kognitif, tokohnya adalah Burhuss Frederick Skinner, Albert Ellis, Ivan Petrovich Pavlov, John B. Watson, dan Aaron Beck. *Ketiga*, humanistik, tokohnya adalah Abraham Maslow, Carl Rogers, dan Viktor Frankl. Psikologi juga memiliki cabang-cabang ilmu pengetahuan yang digunakan untuk

<https://doi.org/10.1111/ajpy.12237>

²⁹ Ilmu psikologi muncul sekitar abad ke-16 M di Yunani. Psikologi diambil dari kata “*psyche*” yang berarti jiwa dan “*logos*” yang berarti ilmu. Secara harfiah, psikologi adalah ilmu jiwa atau ilmu yang mempelajari gejala kejiwaan. Namun demikian pengertian jiwa merupakan sesuatu yang abstrak, tidak bisa dilihat dan diungkapkan dengan jelas sehingga sulit untuk diukur secara obyektif. Oleh karenanya psikologi memperolehnya melalui analisa bentuk tingkah laku karena memandang bahwa kondisi jiwa seseorang akan melatarbelakangi timbulnya tingkah laku. Maka, seringkali psikologi dikenal dengan ilmu yang mempelajari tingkah laku untuk mendapat mengetahui keadaan kejiwaan seseorang. Berbeda dengan jiwa, tingkah laku ini dapat diukur secara obyektif dan dibuktikan secara nyata melalui metode-metode tertentu. Hal ini berarti definisi ini telah memenuhi syarat psikologi sebagai ilmu pengetahuan. Lihat Clifford Thomas Morgan, Richard A. King, et al. *Introduction to Psychology*, 6th ed. Tokyo: McGraw-Hill Kogakusha, 1979. Lihat Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang, 1976. Lihat Kartini Kartono, *Psikologi Umum*. Bandung: Mandar Maju. 1990.

menganalisa konteks permasalahan tertentu, di antaranya, psikologi pendidikan, psikologi industri dan organisasi, psikologi klinis, psikologi kognitif, psikologi sosial, psikologi eksperimen, psikologi konseling, psikologi perkembangan, psikologi lintas budaya, psikologi kepribadian, psikologi forensik, psikologi abnormal, psikologi keluarga, psikologi komunikasi, dan psikologi agama.³⁰

Perihal psikologi agama yang disebutkan di atas merupakan ilmu psikologi yang mempelajari korelasi keberagamaan dengan perilaku individu. Pendapat Jalaluddin menjelaskan bahwa psikologi agama mempelajari dan meneliti pengaruh hubungan keyakinan keagamaan dengan perilaku manusia, serta kaitannya dengan perkembangan keagamaan pada setiap fase kehidupannya. Begitu juga pendapat Zakiah Daradjat dan Ramadan Lubis yang mendefinisikan psikologi agama sebagai ilmu yang meneliti dan mengkaji kehidupan beragama seseorang dan mempelajari pengaruh keyakinan agama tersebut dalam perilaku serta kehidupannya berikut faktor-faktornya, serta mempelajari tentang perkembangan jiwa dan fase pemahaman keagamanya. Pandangan Daradjat lebih menyeluruh dan mencakup semua motif yang ada dalam pembahasan psikologi baik motif fisiologis maupun mental-spiritual. Pandangan Daradjat dapat dipahami sebagai dasar argumen bahwa pentingnya menganalisis kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*) seseorang yang melibatkan proses beragama, perasaan dan kesadaran beragama dengan pengaruh dan akibat yang dirasakan dari hasil dari keyakinannya itu. Daradjat juga memandang pentingnya menganalisis gejala psikis manusia yang berkaitan dengan tingkah laku keagamaan.³¹

Selain kedua di atas, penjelasan M.A. Subandi mendefinisikan psikologi agama sebagai salah satu bidang kajian psikologi modern yang khusus mengkaji fenomena-fenomena keagamaan dari sudut pandang psikologi. Psikologi agama mempelajari perilaku orang yang beragama berupa perilaku yang tampak (*overt behaviour*) yang dapat diobservasi pada respon fisiologis orang yang beribadah atau perilaku keagamaan dalam kehidupan masyarakat. Sikap pasrah, perasaan tenang, atau konflik dan keraguan keagamaan sampai dengan pengalaman-pengalaman spiritual yang bersifat

³⁰ Nina Ariyani Martin, "Psikologi: Definisi, Sejarah, dan Metode", *Modul I Psikologi Perpustakaan*, Jakarta: Universitas Terbuka, dalam <https://repository.ut.ac.id/4133/1/PUST2226-M1.pdf>.

³¹ Jalaluddin, *Psikologi Agama; Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2019, hal. 12. Lihat Moh. Mofid, *Teori Dasar Psikologi Agama*, Institut Agama Sunan Kalijogo Malang, Malang, 2020, hlm. 3-8. Lihat juga Zakiah Daradjat, *Psikologi Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1989, hal. 11. Lihat juga Ramadan Lubis, *Psikologi Agama dalam Bingkai Keislaman sebagai Pembentukan Kepribadian Seorang Islam*, Medan: Publishing Perdana, 2019, hal. 5-8.

subjektif. Ramadan Lubis menyimpulkan bahwa psikologi agama adalah cabang dari psikologi yang meneliti dan menelaah kehidupan beragama seseorang maupun kelompok masyarakat dan mempelajari seberapa besar pengaruh keyakinan agama itu dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya yang dilihat dari gejala-gejala dan ekspresi kejiwaan individu yang ditampilkan lewat anggota fisik atau tubuh manusia secara keseluruhan. Dengan ungkapan lain, psikologi agama adalah ilmu yang meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkah laku seseorang atau mekanisme yang bekerja dalam diri seseorang yang menyangkut tata cara berpikir, bersikap, berkreasi dan bertingkah laku yang tidak dapat dipisahkan dari keyakinan yang masuk ke dalam konstruksi kepribadiannya.³²

Berbeda dengan pandangan Robert H. Thouless³³ yang berpendapat bahwa psikologi agama adalah untuk memahami perilaku keagamaan dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi yang diambil dari kajian terhadap perilaku bukan keagamaan. Dalam hal ini pendapat dari Thouless tidak mengorelasikan adanya pemahaman fase keberagamaan dalam diri seseorang penganutnya. Thouless terlalu menekankan pada bentuk perilaku keberagamaan saja. Dalam bukunya "*An Introduction to the Psychology of Religion*" (1923), Thouless menjelaskan bahwa agama dapat dipelajari dari sudut pandang psikologis, dan penelitian ilmiah terhadap keberagamaan individu tidak akan menghilangkan keyakinan beragama individu tersebut. Pernyataan ini sepintas selaras dengan konsep Daradjat yang didukung Jalaluddin dan Sobandi, namun Thouless tidak melihat pentingnya pendampingan, pembiasaan, dan kedisiplinan untuk membangkitkan imaniyah manusia di saat kesehatan mental terganggu.

Dalam penelitian ini, penulis lebih cenderung pada pandangan Daradjat dan khususnya pada lingkup kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*) yang keduanya tidak dapat dipisahkan untuk menganalisis keterkaitan perilaku dan pemahaman keagamaan pada seseorang, baik dalam keadaan trauma bencana dan lainnya maupun dalam keadaan sehat mental. Kesadaran beragama itu hadir dalam pikiran sebagai aspek mental dari aktivitas beragama. Adapun pengalaman beragama adalah unsur perasaan dalam kesadaran beragama yaitu perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan (amaliyah) yang dapat terjadi dalam berbagai kondisi.

Dalam hal ini pengaruh agama dalam kehidupan individu adalah

³² Ramadan Lubis, *Psikologi Agama*...., hal. 56.

³³ Robert W. Crapps, *An Introduction to Psychology of Religion*, Georgia: Mercer University Press, 1986, hal. 7 dalam <https://archive.org/details/introductiontops0000crap/page/n7/mode/2up>. Juga lihat Moh. Mofid, *Teori Dasar Psikologi Agama*, Malang: Institut Agama Islam Sunan Kalijogo, 2020, hal. 17

memberi kemantapan batin, rasa bahagia, rasa terlindung, dan puas. Perasaan positif ini menjadi pendorong untuk berbuat. Menurut Nico Syukur dalam Ramadan Lubis,³⁴ manusia termotivasi untuk melakukan tindak keagamaan dalam empat hal:

- 1) Didorong oleh keinginan untuk mengatasi frustrasi dalam kehidupan, baik frustrasi karena bencana, frustrasi karena sosial, frustrasi karena moral, dan frustrasi karena kematian.
- 2) Didorong oleh keinginan untuk menjaga kesusilaan dan tata tertib masyarakat. Secara fungsional dapat diakui bahwa agama dapat menjaga tatanan moral, tetapi agama tidak saja bersifat fungsional tetapi agama adalah kebutuhan alami manusia, meskipun tanpa alasan sosial.
- 3) Didorong oleh keinginan untuk memuaskan rasa ingin tahu atau intelektual manusia.
- 4) Didorong oleh keinginan menjadikan agama sebagai sarana untuk mengatasi ketakutan menjadi rasa aman.

Menurut Lubis, psikologi agama termasuk ilmu terapan yang banyak manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari. Para ilmuwan dan tokoh agama yang sebelumnya memiliki pandangan berbeda mengenai psikologi agama kini tampak mencapai kesepakatan bahwa dalam kehidupan modern, agama memiliki peran yang sangat penting. Pendekatan psikologi agama dapat dijadikan alat untuk menyelesaikan berbagai persoalan kehidupan yang dihadapi manusia sebagai makhluk berbudaya dan bermoral.³⁵ Melalui konsep kesadaran beragama dan pengalaman beragama banyak bidang kehidupan yang dapat ditelaah, seperti:

- 1) Emosi yang menjalar di luar kesadaran yang ikut menyertai kehidupan beragama orang biasa, seperti rasa lega dan tentram sehabis sembahyang, pasrah dan menyerah setelah dzikir dan ingat kepada Allah ketika mengalami kesedihan dan kekecewaan yang bersangkutan.
- 2) Ekspresi perasaan dan pengalaman seseorang terhadap Tuhannya di saat dalam kondisi rasa tentram dan kelegaan batin.
- 3) Kepercayaan akan adanya hidup sesudah mati (akhirat) pada tiap-tiap orang.
- 4) Perasaan dan kesadaran orang terhadap kepercayaan yang berhubungan dengan surga dan neraka serta dosa dan pahala yang turut berpengaruh terhadap sikap dan tingkah lakunya dalam kehidupan.
- 5) Pengaruh pengahayatan seseorang terhadap ayat-ayat suci terhadap kelegaan batinnya.³⁶

Selaras dengan hal tersebut, beberapa penelitian merekomendasikan

³⁴ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 56.

³⁵ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 26.

³⁶ Hamim Rosyidi, *Psikologi Agama*, Surabaya: Jaudar Press, 2010. Lihat juga Moh. Mofid, *Teori Dasar Psikologi Agama...*, hal. 10-12.

pentingnya memasukkan aspek keyakinan agama dan lembaga/institusi keagamaan serta keterlibatan jejaringnya dalam program pengurangan risiko bencana. Seperti K. M. McGeehan & Charlene K. Baker (2017) menyoroti bahwa narasi religius memiliki pengaruh besar dalam membentuk interpretasi masyarakat terhadap risiko bencana. Studi ini mengusulkan kolaborasi antara pemimpin agama dan pengelola bencana untuk meningkatkan resiliensi komunitas. Royke Lepa (2021) dan Erin P. Joakim & R. White (2015) mencatat bahwa keyakinan religius berperan dalam memperkuat ketahanan psikologis dan sosial. Namun, integrasi nilai religius dalam tahap mitigasi masih terbatas, lebih seringnya terfokus pada respons dan pemulihan pasca bencana bukan pada tahap mitigasi pra bencana. Begitu juga Agus Triyanta (2005) menjelaskan bahwa pendekatan etika religius terhadap lingkungan dapat digunakan untuk mengurangi risiko bencana. Namun, pemanfaatan pandangan ini dalam mitigasi belum menjadi praktik umum, lebih sering difokuskan pada refleksi moral pascabencana.³⁷

Berdasarkan hal tersebut di atas, menelaah mitigasi bencana sangat penting dikorelasikan dengan keyakinan keberagamaan dari konsep kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*) yang menjadi lingkup dalam psikologi agama. Pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana relevan tidak hanya di tahap pascabencana dalam bentuk pemulihan trauma, tetapi justru memiliki peran yang sangat penting pada fase pra-bencana, yaitu dalam membangun kesiapsiagaan mental, spiritual, dan perilaku individu maupun masyarakat. Dalam hal ini agama menjadi sistem pembentuk kesadaran dan makna, yang memengaruhi cara berpikir, sikap, dan tindakan seseorang dalam menghadapi potensi bencana.

Dalam agama Islam, Al-Qur'an dan as-Sunnah sebagai pedoman utama seorang muslim senantiasa diwujudkan sebagai dorongan/motivasi kuat

³⁷ Kathleen M. McGeehan dan Charlene K. Baker, "Religious narratives and their implications for disaster risk reduction", *Disasters*, Vol. 41 Issue 2, 2017, hal. 258-281, <https://doi.org/10.1111/disa.12200>. Lei Sun dan Wenhua Qi, "Tibetan Buddhist belief and disaster resilience: a qualitative exploration of the Yushu area, China", *Disasters*, Vol. 47, Issues 3, 2022, hal. 788-805, <https://doi.org/10.1111/disa.12563>. Adeeba Hakim, "Religious meaning-making and prosocial action among disaster response volunteers", *Mental Health, Religion & Culture*, Vol. 25 Issue 7, 2022, <https://doi.org/10.1080/13674676.2022.2116634>. Erin P. Joakim dan Robert S. White, "Exploring the Impact of Religious Beliefs, Leadership, and Networks on Response and Recovery of Disaster-affected Populations: A Case Study from Indonesia", *Journal of Contemporary Religion*, Vol 30 Issue 2, 2015, hal. 193-212, <https://doi.org/10.1080/13537903.2015.1025538>. Royke Lepa, "Pengaruh Bencana Alam terhadap Spiritualitas Jemaat (Studi Kasus Jemaat Gereja Bala Keselamatan Korps Jono Oge)", *Jurnal Ilmu Teologi dan Pendidikan Agama Kristen*, Vol. 2 No. 1, 2021, <http://dx.doi.org/10.25278/jitpk.v2i1.496>. Agus Triyanta, "Teologi Bencana dan Rekonstruksi Etika Pembangunan (Perspektif Islam)", 2005, <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/Unisia/article/view/5396>

dalam sikap, perilaku dan tindakannya untuk menghadapi berbagai persoalan kehidupannya, termasuk dalam persoalan bencana. Namun, kajian tafsir Al-Qur'an tentang bencana masih cenderung bersifat normatif-moral dan belum dielaborasi secara fungsional dalam kerangka manajemen risiko bencana. Padahal kesadaran kebencanaan dan perilaku mitigasi bencana seyogyannya dilandaskan pada ajaran/nilai agama Islam. Misalnya, beberapa ayat al-Quran menyebut bentuk kejadian bencana alam, seperti gempa, banjir, angin topan, hujan batu, petir dan paceklik.³⁸

Beberapa ayat Al-Qur'an juga mengisyaratkan kata bencana seperti dalam term *musibah*, *bala'*, *fasad*, *fitnah*, *adzab*, *tadmir*, *halak*, *iqab*. Juga beberapa ayat yang dapat ditelusuri sebagai isyarat terhadap mitigasi bencana. Dengan mengkaji isyarat ayat-ayat Al-Qur'an dan hikmah yang terkandung di dalamnya akan menjadi petunjuk bagi manusia dalam upaya penanggulangan bencana, baik pada tahap pra bencana, saat bencana, dan pascabencana.

Oleh karena itu, penelitian ini menghadirkan kebaruan (*novelty*) dalam bentuk integrasi antara pendekatan psikologi agama dan metode tafsir tematik Al-Qur'an untuk membangun model mitigasi bencana yang tidak hanya berbasis fisik dan struktural tetapi juga berbasis nilai keagamaan yang bersifat promotif, preventif, dan aplikatif. Model ini tidak hanya memperkuat kesiapan psikologis dan spiritual masyarakat, tetapi juga mengisi kekosongan pendekatan kultural-religius dalam pengelolaan risiko bencana secara holistik.

Aplikasi dari pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam perspektif Al-Qur'an pada penelitian ini, tentunya akan dilihat pada relevansi dari kebermanfaatannya terhadap, misal, perubahan perilaku sebagai kesiapsiagaan terhadap ancaman bencana, pengendalian perilaku secara psikologis saat terjadi bencana, pemulihan pasca bencana, bimbingan dan penyuluhan komunitas korban di pengungsian, atau pengaruh mental atas pemahaman keagamaan dalam menyikapi bencana hingga ketika bencana itu terjadi maupun setelahnya. Pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam perspektif Al-Qur'an dapat menguatkan penerapan teori perilaku terencana (TPB) dan komunikasi risiko dengan memberikan dimensi transendental yang tidak dimiliki oleh TPB sehingga masyarakat memiliki kesiapan psikologis, mental spiritual dan mendorong perubahan perilaku atau

³⁸ Penulis menemukan penyebutan peristiwa/kejadian bencana di dalam Al-Qur'an terdapat dalam beberapa tempat, diantaranya gempa (QS. Al-An'am/6:65, Al-A'raf/7:78, 155, dan Al-'Ankabût/29:37), banjir (QS. Saba'/34:16, Al-Ankabût/29:14, dan Al-Mu'minûn/23:27), angin topan (QS. Al-fath/48:4, Al-Ahqâf/46:24, Fushshilat/41:16, Al-Isra'/17: 69, Al-Ahzâb/33:9, Al-Qamar/54:19, 34, Al-Isra'/17:68, Al-Hâqqah/69:6-7, Azh-Zhâriyât/51:41-42), hujan batu (QS. An-Naml/27:58, Al-Furqân/25:40, Asy-Syu'ara'/26:173, Al-A'raf/7:84, dan Al-'Ankabût/29: 40), petir (QS. Asy-Syûra'/42:13, An-Nisâ/4:153,155, Al-Kahf/18:40, Fushshilat/41:17, Azh-Zhâriyât/51:44, dan Al-Hâqqâh/69:5), paceklik (QS. Al-Mu'minûn/23:75, Al-A'raf/7:130, Ath-Thûr/52:47, An-Nahl/16:112, dan Ad-Dukhan/44:10)

tindakan untuk lebih siap menghadapi bencana, bertindak benar saat bencana, dan kembali pulih jika mengalami kejadian bencana.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Indonesia merupakan wilayah rawan bencana, baik bencana alam, non-alam, dan sosial karena kondisi geografisnya yang terletak di pertemuan empat lempeng tektonik besar dan keragaman penduduknya yang multietnis, multibahasa, multikultur, dan multiagama, sehingga setiap wilayah di Indonesia menghadapi ancaman bencana yang berbeda.
2. Bencana memberikan dampak signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, yaitu sosial, ekonomi, ekologi, politik, termasuk dampak psikologis yang mengancam kesehatan fisik dan mental.
3. Penanggulangan bencana cenderung lebih berfokus pada fase tanggap darurat dan pemulihan, sementara langkah mitigasi bencana yang bersifat preventif untuk mengantisipasi, mengurangi dan meminimalkan dampak dari bencana, pada tahap implementasinya masih belum memadai. Termasuk dalam hal peningkatan aspek psikologis, kesadaran dan kesiapsiagaan masyarakat serta integrasi nilai-nilai religius dalam mengurangi risiko bencana belum menjadi prioritas.
4. Penanggulangan bencana, termasuk di dalamnya adalah mitigasi, memerlukan pendekatan multidisiplin dengan melibatkan berbagai bidang keilmuan untuk memberikan solusi komprehensif, namun demikian pendekatan psikologi agama tidak banyak diterapkan pada mitigasi bencana.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi permasalahan yang telah disebutkan sebelumnya, penelitian ini dibatasi agar lebih spesifik pembahasannya pada:

1. Psikologi agama dalam ruang lingkup kesadaran beragama dan pengalaman beragama;
2. Bencana alam dan mitigasinya;
3. Isyarat di dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan bencana alam, mitigasi bencana alam dan perilaku manusia terkait bencana.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan dari paparan di atas, rumusan utama dalam penelitian ini adalah bagaimana strategi implementasi pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam perspektif Al-Qur'an. Rumusan utama tersebut

diditilkan dengan perincian sebagai berikut:

1. Bagaimana pendekatan psikologi agama dapat membangun resiliensi masyarakat dalam menghadapi bencana alam?
2. Bagaimana kerangka mitigasi bencana alam dapat diintegrasikan dengan nilai-nilai keagamaan?
3. Bagaimana isyarat Al-Qur'an tentang pendekatan psikologi agama dan mitigasi bencana alam?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis peran pendekatan psikologi agama dalam konteks mitigasi bencana alam;
2. Menganalisis isyarat Al-Qur'an tentang pendekatan psikologi agama, bencana alam dan mitigasinya;
3. Menganalisis bagaimana pendekatan psikologi agama dapat mengarahkan perubahan sikap dan tindakan mitigasi bencana alam berdasarkan perspektif Al-Qur'an.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, ada dua manfaat dari penelitian ini yaitu manfaat secara teoritis dan praktis.

Manfaat secara teoritis, yaitu untuk

1. menambah khazanah keilmuan aplikatif dan referensi pada bidang ilmu Al-Qur'an dan tafsir, khususnya menyangkut solusi permasalahan kontemporer berbasis nilai-nilai Al-Qur'an.
2. menjadi salah satu acuan normatif bagi masyarakat muslim dalam bersikap dan bertindak menghadapi ancaman bencana baik pada tingkat lokal ataupun internasional.

Manfaat secara praktis, yaitu untuk

1. menjadi salah satu rujukan dalam merumuskan kebijakan bagi pemerintah, untuk membimbing masyarakat atau komunitas dalam rangka meningkatkan kesiagaan dan mitigasi bencana.
2. dapat memberikan arah bagi penelitian serupa yang lebih intensif di kemudian hari. Kesenambungan antara penelitian ini dengan yang lain akan dapat memperkuat formulasi dasar disiplin keilmuan Al-Qur'an dan tafsir khususnya dan mengelaborasi metodologi kajian ilmiah pada umumnya.

G. Kerangka Teori

Risiko adalah keniscayaan yang melekat pada setiap tindakan/pilihan yang diambil bahkan tetap ada pada saat tidak ada tindakan atau pilihan yang dibuat. Dalam penanggulangan bencana (PB), risiko menjadi aspek yang harus dikenali dan dipahami sehingga dapat ditekan dampaknya. Pengetahuan individu maupun masyarakat tentang risiko dari sebuah ancaman bencana yang ada di sekitarnya adalah kunci bagi individu/masyarakat untuk menyadari dan mengambil tindakan yang tepat untuk menghadapi risiko bencana tersebut. Pengetahuan dan kesadaran ini menjadi faktor penting dalam strategi mitigasi bencana. Pengetahuan dan kesadaran yang berbasis nilai-nilai agama terkait kebencanaan akan menguatkan resiliensi individu dan masyarakat dalam kesiapsiagaan menghadapi bencana.

Psikologi agama diyakini dapat berperan dalam memberikan dukungan kognitif, emosional dan sosial berbasis perspektif agama. Agama dapat menjadi faktor resiliensi psikologis, membantu individu berperilaku antisipatif dan mitigatif serta mengatasi trauma pascabencana. Hal ini relevan dalam menciptakan pendekatan mitigasi berbasis komunitas yang mengintegrasikan kepercayaan agama.³⁹ Penelitian oleh Arifin (2019) menekankan perlunya pendekatan yang memadukan kepercayaan agama dengan metode ilmiah dalam mitigasi bencana. Dengan melibatkan pemimpin agama dan nilai-nilai spiritual, program mitigasi dapat memperoleh dukungan yang lebih luas dari masyarakat.⁴⁰ Dalam konteks Islam, strategi seperti *fiqh anticipation* menunjukkan pendekatan berbasis syari'ah yang mendukung mitigasi bencana dengan memadukan prinsip-prinsip keagamaan dan perilaku yang direncanakan untuk meningkatkan kesiapan masyarakat.⁴¹

Dalam psikologi agama, istilah kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*) identik proses beragama, perasaan dalam mengamalkan ajaran agama, dan mengabdikan. Konsep *religious consciousness* sebagai bagian dari perilaku seseorang yang religius dalam menekuni agama, mengingat secara kontinyu ajaran agama, merasakan hikmah ajaran agama yang dilakukan, dan melaksanakan ajaran-ajaran agama secara ikhlas. Teori tersebut dalam psikologi agama adalah untuk mempelajari perilaku manusia beragama di saat kondisi sehat mental

³⁹ Glen Milstein, "Disasters, psychological traumas, and religions: Resiliencies examined", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(6), 2019, 559–562. <https://doi.org/10.1037/tra0000510>

⁴⁰ Achmad Zainal Arifin, "Reconstructing the Role of Religion in the Process of Disaster Mitigation", *Talenta Conference Series: Local Wisdom, Social, and Arts (LWSA)*, Vol 2 No 1, 2019. <https://doi.org/10.32734/lwsa.v2i1.580>

⁴¹ Mizaj Iskandar, "Fiqh Anticipation: Mitigation Concept Based on Islamic Law", *IOP Conf. Series: Earth and Environmental Science* 273, 2019, <https://doi.org/10.1088/1755-1315/273/1/012045>

atau kesadaran penuh maupun tidak atau kesehatan mentalnya terganggu. Dengan merujuk pada ajaran agama Islam, pemaknaan dan pemahaman terhadap bencana dan mitigasinya dikorelasikan dengan ayat-ayat al-Qur'an, khususnya dalam memahami keterkaitan antara perilaku manusia dan kondisi lingkungannya. Dalam pandangan Daradjat, bahwa psikologi agama merupakan bidang ilmu solutif dan strategis dalam pemahaman dan pembinaan mental manusia. Realitas sosial yang ada di hadapannya merupakan ayat Tuhan. Pendekatan psikologi agama secara langsung maupun tidak langsung dapat digunakan untuk membangkitkan perasaan dan kesadaran beragama, pembinaan moral dan mental keagamaan seseorang. Bahkan psikologi agama pernah digunakan untuk kepentingan politik misalnya oleh Snouck Hurgronje terhadap para pemuka agama dalam upaya mempertahankan politik penjajahan Belanda di tanah air.⁴²

Daradjat menggunakan psikologi agama dengan konsep kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*) dimaksudkan untuk memberikan kesadaran bahwa agama itu selalu hadir dalam *nafs*⁴³ manusia sehingga dapat menjadi kendali dan alat ukur introspeksi diri perasaan yang hadir dalam keyakinan beragamanya itu merupakan hasil dari amalan keberagamaannya dan dalam kondisi tertentu habituasi atau kebiasaan itu terimplementasikan dalam kesadarannya, secara individu maupun bersama komunitasnya. Selain itu, konsep ini menegaskan adanya realitas alam yang menantang manusia untuk berbuat baik dan buruk sebagai gambaran adanya persoalan dunia dan sesudahnya. Artinya, konsep dari Daradjat menyanggah konsep Barat yang mendefinisikan perilaku keberagamaan adalah pribadi semata dan tidak terkait dengan fenomena alam dan dampaknya. Dalam hal ini perbedaan yang nampak dari konsep Daradjat adalah dengan konsep Thouless. Robert H. Thouless mendefinisikan psikologi agama sebagai cabang dari psikologi yang bertujuan untuk mengembangkan

⁴² Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal. 16

⁴³ Menurut Khayr al-Din al-Zarkali sebagaimana dikutip Abdul Mujib bahwa struktur manusia terdiri atas fisik (jasad), psikis (jiwa) dan psikofisik (jasad dan jiwa). Ketiga hal tersebut dalam terminologi Islam dikenal dengan istilah *al-jasad*, *ar-ruh*, dan *an-nafs*. Jasad atau *jisim* adalah aspek diri manusia yang terdiri atas struktur organisme fisik/biologis yang lebih sempurna dibanding dengan organisme fisik makhluk-makhluk lain. Jasad hidup karena ada energi kehidupan (daya hidup) yang disebut nyawa. Sedangkan ruh merupakan aspek psikologis atau psikis manusia yang menjadi esensi kehidupannya dan pembeda antara eksistensi manusia dengan makhluk lainnya. Ruh bersifat spiritual dan transendental. Keberadaan ruh tanpa dibatasi ruang dan waktu. Adapun *nafs* adalah aspek psikofisik manusia yang merupakan sinergi antara jasad dan ruh. Nafs menjadi citra kepribadian manusia yang memiliki daya pengenalan (kognisi), daya kemauan (konasi) dan daya perasaan (emosi) dimana aktualisasinya dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya, usia, pengalaman, pendidikan, pengetahuan, lingkungan dan sebagainya. Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, PT Raja Grafindo Persada, 2006, hal. 56, 60-84.

pemahaman terhadap perilaku keagamaan dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi yang diambil dari kajian terhadap perilaku bukan keagamaan.⁴⁴ Dia melihat perilaku keagamaan seseorang bukan bagian dari fase keberagamaan dalam diri seseorang penganutnya, karena menurutnya bahwa agama itu dipahami secara psikologis, namun dalam tahapan keilmuan perilaku beragama seseorang itu akan tetap permanen, tanpa pendampingan sekalipun.

Pendekatan psikologi agama dalam konteks mitigasi bencana tidak hanya relevan pada fase pascabencana tetapi justru memiliki peran yang sangat penting pada fase pra-bencana, yaitu dalam membangun kesiapsiagaan mental, spiritual, dan perilaku individu maupun masyarakat. Dalam perspektif ini, agama tidak diposisikan semata sebagai mekanisme koping reaktif, melainkan sebagai sistem pembentuk kesadaran yang memengaruhi cara berpikir, sikap, dan tindakan manusia dalam menghadapi potensi bencana.

Secara psikologis, kesiapsiagaan terhadap bencana sangat ditentukan oleh bagaimana individu melakukan konstruksi makna terhadap risiko dan ketidakpastian. Pendekatan psikologi agama menawarkan kerangka *meaning-making* yang bersumber dari keyakinan terhadap takdir, hikmah ilahi, serta relasi manusia dengan Tuhan. Nilai-nilai seperti tawakal, sabar, ikhtiar, dan kesadaran akan sunnatullah dalam fenomena alam berfungsi sebagai mekanisme *cognitive appraisal* yang bersifat religius, yang tidak hanya mereduksi kecemasan, tetapi juga mendorong kesiapan menghadapi kemungkinan terburuk secara rasional dan terarah.

Dalam penelitian ini konsep kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*) dalam kaitannya dengan bencana alam dan mitigasinya dianalisis dan dirumuskan konseptualisasinya dengan mengintegrasikan Teori Perilaku Terencana (*Theory of Planned Behaviour/TPB*). TPB menjelaskan bahwa perilaku seseorang sangat dipengaruhi oleh tiga faktor utama: sikap terhadap perilaku (*attitude toward behaviour*), norma subjektif (*subjective norm*), dan persepsi kontrol perilaku (*perceived behavioral control*). Ketiga faktor ini membentuk intensi seseorang untuk bertindak⁴⁵. Adapun psikologi agama menambahkan dimensi keyakinan spiritual dan nilai-nilai agama yang secara langsung memengaruhi sikap dan perilaku individu, terutama dalam konteks perilaku yang berkaitan dengan nilai-nilai moral atau spiritual. Narasi keagamaan dapat memotivasi tindakan prososial dan memperkuat solidaritas komunitas. Hal ini selaras dengan TPB, di mana norma subjektif yang bersumber dari ajaran

⁴⁴ Robert H. Thouless, *An Introduction to The Psychology of Religion*, Cambridge: The University Press, 1924, hal. 6-7 dalam <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.523/page/n3/mode/2up>

⁴⁵ Icek Ajzen, "The Theory of Planned Behavior", *Organizational Behaviour and Human Decision Process* 50, 179-211, 1991.

agama memiliki peran penting dalam mendorong perilaku mitigatif terhadap risiko bencana.⁴⁶

Dalam TPB, sikap terhadap suatu perilaku dipengaruhi oleh keyakinan mengenai konsekuensi dari perilaku tersebut atau persepsi individu terhadap manfaat dan risiko mitigasi bencana. Dalam konteks agama, keyakinan ini juga dapat diperkuat oleh nilai-nilai keagamaan, yang memberikan landasan moral serta pandangan tentang makna hidup. Maka, sikap seseorang tidak hanya didasarkan pada keuntungan pribadi tetapi juga pada nilai religius atau tujuan hidup spiritual. Terkait norma subjektif (*subjective norm*), dalam TPB menekankan pentingnya tekanan sosial atau norma kelompok. Psikologi agama menambahkan bahwa norma ini juga dipengaruhi oleh pandangan komunitas religius, nilai moral agama, atau tuntutan dari tokoh agama. Norma sosial di sini menggabungkan faktor tekanan sosial umum dan norma religius yang memberikan “kewajiban moral” untuk mematuhi. Adapun terkait persepsi kontrol perilaku (*perceived behavioral control*), TPB menjelaskan bahwa persepsi kontrol berhubungan dengan keyakinan individu atas kemampuannya untuk melakukan suatu perilaku. Psikologi agama menambahkan bahwa keyakinan pada pertolongan Tuhan atau kepercayaan pada kuasa spiritual (seperti *tawakal* atau kepasrahan) juga berperan dalam memperkuat persepsi ini. Rasa percaya diri dapat meningkat dengan adanya keyakinan bahwa mereka “dibimbing” atau “diberi kekuatan” oleh kekuatan spiritual. Narasi keagamaan sangat mempengaruhi semua faktor perilaku dalam TPB untuk melahirkan tindakan mitigasi bencana.

Dengan menggabungkan TPB dan pendekatan psikologi agama, dapat menghasilkan suatu model perilaku yang tidak hanya mempertimbangkan faktor sosial dan kognitif, tetapi juga dimensi spiritual dan moral. Hal ini memungkinkan terciptanya motivasi yang lebih dalam bagi individu untuk mengatasi tantangan atau persoalan, karena adanya dorongan dari keyakinan agama yang memperkuat niat dan kontrol perilaku mereka. Integrasi ini membangun tiga dimensi utama. Pertama, dimensi preventif, yaitu membentuk cara berpikir yang konstruktif terhadap bencana sebagai bagian dari sistem ketetapan Ilahi yang mengandung hukum sebab-akibat (*causality*) yang dapat dipelajari dan diantisipasi. Kesadaran ini mendorong individu untuk tidak bersikap fatalistik, tetapi justru proaktif dalam menghindari risiko melalui pengetahuan dan kewaspadaan. Kedua, dimensi promotif, yaitu menginternalisasi nilai-nilai religius yang memperkuat resiliensi psikologis bahkan sebelum bencana terjadi. Ketiga, dimensi aplikatif, yaitu transformasi nilai dan kesadaran religius ke dalam tindakan nyata berupa perilaku kesiapsiagaan. Pada tahap ini, agama tidak berhenti pada ranah kognitif dan

⁴⁶ Adeeba Hakkim dan Amrita, “Religious meaning-making and prosocial action among disaster response volunteers”...

afektif, tetapi teraktualisasi dalam perilaku kolektif yang adaptif terhadap risiko bencana.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian melalui ayat-ayat Al-Qur'an yang dikaji untuk menjelaskan pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam perspektif Al-Qur'an. Kemudian dalam pembahasannya dikorelasikan dengan TPB dan teori komunikasi risiko dalam merumuskan strategi mitigasi bencana perspektif Al-Qur'an. Penelitian ini menempatkan Al-Qur'an tidak hanya sebagai teks normatif, tetapi sebagai sumber konstruksi psikologis yang mampu berdialog dengan teori-teori psikologi modern dalam membangun kerangka mitigasi berbasis kesadaran beragama. Konsep-konsep Qur'ani diposisikan sebagai mekanisme regulasi emosi dan pembentukan makna yang memperkuat resiliensi individu dan masyarakat serta mendorong tindakan nyata. Dalam kerangka ini, mitigasi bencana berbasis agama tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga transformasional, karena menyentuh dimensi terdalam dari kesadaran manusia. Penelitian ini menghadirkan kebaruan (*novelty*) dalam bentuk integrasi antara pendekatan psikologi agama, teori perilaku terencana dan metode tafsir tematik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an tentang bencana, untuk merumuskan model mitigasi bencana berbasis nilai keagamaan yang bersifat promotif, preventif, dan aplikatif. Model ini tidak hanya memperkuat kesiapan psikologis dan spiritual masyarakat, tetapi juga mengisi kekosongan pendekatan kultural-religius dalam pengelolaan risiko bencana secara holistik.

H. Tinjauan Pustaka

1. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian yang dilakukan M. Agus Yusron pada disertasinya berjudul "Deislamofobia melalui Pendekatan Psikologi Agama Perspektif Al-Qur'an" diajukan pada Program Studi Doktor Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta (2024). Disertasi ini menghasilkan kesimpulan bahwa deislamofobia melalui pendekatan psikologi agama perspektif Al-Qur'an dapat dilakukan dengan mematangkan sikap keberagaman seseorang. Langkah yang ditempuh adalah dengan teknik terapi kognitif perilaku; dimulai dengan muhasabah kognitif irasional, kemudian restrukturisasi kognitif. Hasil ini selaras dengan pandangan Jean Piaget (1936), Muhammad Idar (2019), Ahmad Saifuddin (2019), Kastolani (2020), dan Nur Arfiyah Febriani (2022), yang mengungkapkan perilaku keagamaan dipengaruhi oleh pertumbuhan kognitif. Pertumbuhan kognitif berdampak pada kesadaran dalam menjalankan ajaran agama, konsisten menjauhi dosa dan kesalahan, memiliki hati dan jiwa yang tenang, totalitas dalam menjalankan kehidupan, serta bersikap baik kepada sesama dan alam sekitar. Sehingga secara teoritis dapat meminimalisir fobia agama yang diidap seseorang, termasuk islamofobia.

Analisis terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang menegaskan ketetapan Tuhan tentang persatuan dalam keragaman dan menegaskan perselisihan, termasuk tentang keharusan bersikap baik dan adil terhadap semua pihak; Muslim ataupun non-Muslim. Al-Qur'an juga menegaskan status agama Islam yang mengusung ajaran rahmatan lil 'alamin.

Penelitian Muhamad Barqun Safei berjudul "Penanggulangan Kleptomania Melalui Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif Dalam Perspektif Al-Qur'an", disertasi yang diajukan pada Program Studi Doktor Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta (2023). Ia menyimpulkan dalam disertasinya bahwa pendekatan terapi perilaku kognitif perspektif Al Qur'an mencerminkan prinsip-prinsip dalam agama Islam yang terdapat dalam Al Quran seperti zikir, tobat, sabar, syukur, tawakal dan doa. Prinsip tersebut akan mempermudah dalam proses evaluasi pikiran otomatis yang keliru, menggantinya dengan pikiran yang rasional, serta mampu meningkatkan kontrol diri dalam berbagai situasi. Penanggulangan kleptomania dapat dilakukan dengan pendekatan terapi perilaku kognitif perspektif Al-Qur'an dilakukan dengan tahapan yaitu: 1) Tindakan promotif berupa menjaga kesehatan fisik, mental dan spiritual serta penguatan iman dan implementasinya. 2). Tindakan preventif (pencegahan) yaitu harmonisasi keluarga, kondusifitas lingkungan masyarakat, dan pemahaman terhadap hak milik orang lain. 3). Tindakan kuratif (penyembuhan) dengan terapi perilaku kognitif perspektif Al Qur'an yaitu identifikasi masalah, evaluasi sikap dan belief (keyakinan), implementasi ajaran agama Islam, peningkatan kontrol diri dan perencanaan alternatif, pengembangan pikiran positif, relaksasi, regulasi diri dan penguatan diri. 4). Tindakan Rehabilitasi dengan perlindungan dan pendampingan keluarga, menghindarkan dari lingkungan yang buruk serta menciptakan lingkungan yang kondusif.

Penelitian Wilnan Fatahillah pada disertasinya berjudul "*Self Management* Sebagai Antisipasi Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Perspektif Al-Qur'an" diajukan pada Program Studi Doktor Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta (2023). Desertasi ini mengungkapkan bahwa antisipasi perbuatan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) menurut prespektif al-Quran, dapat dilakukan dengan kemampuan *self management* yang dimiliki oleh pasangan suami istri, yaitu kemampuan mengontrol diri, mengendalikan emosi, mempunyai motivasi yang kuat untuk mewujudkan rumah tangga yang *sakinah mawaddah wa rahmah*, berbicara dan berkomunikasi dengan baik, memantau kejiwaan yang stabil dan pikiran yang jernih, membentuk pribadi yang berakhlak mulia dan berkarakter serta mampu mengelola hawa nafsu. Penelitiannya selaras dengan teori *self management Cormier* tentang kognitif-behavioral dimana seseorang pada umumnya mampu memilih, mengubah atau mengembangkan perilaku positif secara mandiri; juga *Teori Gie* yang berpendapat bahwa *self management* mencakup

segala kegiatan dan langkah dalam mengatur dan mengelola diri secara optimal; *Teori Calhoun* tentang *self control* sebagai dasar untuk membentuk pola perilaku manusia; *Teori Snyder* tentang *self monitoring*, yaitu usaha untuk menampilkan dirinya dengan baik dihadapan orang lain. Disertasi ini juga menghasilkan temuan isyarat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *self management* diantaranya: 1) kontrol diri: *mujahadah an-nafs, kazmul ghaizha, 'afw, Shafh, zikrullah, dan shabr.* 2) Motivasi diri: *shalihah, mahabbah, mawaddah, rahmah, sakinah, wa 'asyiruhunna bil ma'ruf.* 3) Pengembangan diri: *qoulan ma'rufan, qoulan balighan, qoulan maisuran, qoulan layyinan dan qoulan kariman.* 4) Efikasi diri: *'Aql, ulul albab, tadabbur dan tafakkur.* 5) Pemantauan diri: *muhasabah, muraqabah, dan istiqamah.* 6) Konsep diri: *Insan-basyar-nas, nafs-qalb-ruh dan shadrufu'ad-lubb.* 7) Mengubah diri: *taghyir, taubah dan tawakkal.* Dan berkaitan dengan KDRT: KDRT) yaitu: *nusyuz, wadribuhunna, wahjuruhunna, ta'dhuluhunna, dan taskhir.*

Penelitian lainnya dalam bentuk jurnal yang dipublikasikan diantaranya adalah sebagai berikut.

Penelitian Adeeba Hakkim dan Amrita Deb berjudul “*Religious Meaning-Making And Prosocial Action Among Disaster Response Volunteers*” pada jurnal *Mental Health, Religion & Culture* (2022). Penelitian ini mengungkapkan bagaimana keyakinan agama memengaruhi cara para relawan komunitas dalam memahami bencana (pembentukan makna) dan memotivasi mereka untuk melakukan tindakan prososial pada komunitas setelah banjir besar di Kerala, India pada tahun 2018-2019. Penelitian yang menggunakan Analisis Tematik Braun dan Clarke dengan pendekatan realis kritis ini menemukan bahwa adanya pembentukan makna ganda ketika bencana diyakini sebagai takdir Tuhan (interpretasi secara teologis) dan pada saat yang sama terlibat dalam pemahaman kausalitas ilmiah untuk memahami bencana tersebut sehingga mendorong mereka untuk melakukan tindakan prososial. Hal ini menggarisbawahi bahwa peran pembentukan makna religius berperan penting dalam mendorong tindakan prososial dan ketahanan komunitas pascabencana. Agama tidak hanya menjadi cara untuk menenangkan diri tetapi juga motivator kuat untuk bertindak dan membantu sesama.

Penelitian Lauren J. Vinnell, Taciano L. Milfont, John McClure berjudul “*Why do people prepare for natural hazards? Developing and testing a Theory of Planned Behaviour approach*” pada jurnal *Current Research in Ecological and Social Psychology* yang diterbitkan Elsevier (2021). Penelitian ini menggunakan *Theory of Planned Behaviour* (Teori Perilaku Terencana/TPB) dalam memprediksi perilaku manusia menghadapi bencana alam. Sebagai kesimpulan, penelitian ini menunjukkan bahwa sikap instrumental, sikap eksperiensial, efikasi diri, dan norma deskriptif berhubungan secara bermakna dengan niat untuk bersiap menghadapi bencana

alam. Meskipun tingkat kepercayaan terhadap hasil ini dibatasi oleh ukuran sampel yang kecil. Pada penelitian ini, terdapat beberapa kunci keyakinan yang terkait dengan persiapan, yaitu 1) keyakinan bahwa persiapan membantu orang untuk melewati peristiwa bencana alam dengan lebih baik, 2) keyakinan bahwa orang dapat berusaha untuk mempersiapkan diri, dan 3) keyakinan bahwa persiapan dapat menyenangkan dan bermanfaat. Keyakinan tersebut sebagai faktor spesifik dan nyata yang dapat diadaptasikan secara efisien dalam sosialisasi pendidikan publik.

Penelitian Achmad Zainal Arifin berjudul “*Merekonstruksi Peran Agama Dalam Proses Mitigasi Bencana*” pada jurnal *Talenta Conference Series: Local Wisdom, Social, and Arts (LWSA)* yang diterbitkan oleh Talenta Publisher Universitas Sumatera Utara (2019). Penelitian ini membahas pendekatan yang mengintegrasikan aspek agama dan kepercayaan masyarakat dalam mitigasi bencana di Indonesia. Penulis menunjukkan contoh kasus meninggalnya Mbah Maridjan dan beberapa pengikutnya pada bencana Erupsi Merapi tahun 2010 sebagai bukti bahwa pendekatan mitigasi yang hanya mengandalkan pendekatan positif (ilmiah) semata tanpa menyentuh aspek-aspek kepercayaan agama atau metafisika yang telah mengakar cukup kuat di masyarakat sekitar lereng Merapi cenderung gagal diterapkan. Penulis menggagas untuk merekonstruksi kembali peran agama dalam proses mitigasi agar pendekatan mitigasi menjadi lebih komprehensif dan mampu meminimalisir dampak bencana alam di masyarakat.

Penelitian Lei Sun, Yan Deng, dan Wenhua Qi berjudul “*Two impact pathways from religious belief to public disaster response: Findings from a literature review*” pada jurnal *International Journal of Disaster Risk Reduction Volume 27* yang diterbitkan Elsevier (2018). Penelitian yang dilakukan melalui studi literatur tersebut bertujuan untuk memahami bagaimana keyakinan agama memengaruhi respons publik terhadap bencana dan untuk mengevaluasi pengetahuan kebencanaan saat ini. Peneliti mengidentifikasi dua dampak penting. Pertama, keyakinan agama memengaruhi cara orang beragama memahami bahaya alam dan risikonya (kesadaran bencana). Ini juga memengaruhi perilaku individual dan emosi masyarakat selama bencana. Kedua, keyakinan agama menghubungkan individu dengan Tuhan dan menciptakan ikatan komunitas, yang menjadi sumber dukungan religius bagi para penyintas ketika menghadapi luka fisik dan emosional. Meskipun keyakinan agama dapat membatasi inisiatif individu dalam menghadapi bencana, di sisi lain dalam hal respon psikologis, atribut religius dapat meningkatkan ketahanan bencana berupa dukungan psikis-spiritual atas keterhubungannya dengan Tuhan dan dukungan dari jejaring sosial berbasis keagamaannya.

2. Referensi Buku Relevan

Selain disertasi dan jurnal relevan, buku-buku berbasis cetak dan online terkait tema menjadi rujukan dalam penelitian. Diantaranya adalah buku Osmar Shalih, *et al.*, *RBI: Resiko Bencana Indonesia*, Jakarta: Pusat Data Informasi Komunikasi Bencana BNPB, 2023. Saeid Eslamian dan Faezeh Eslamian, *Disaster Risk Reduction for Resilience*, Switzerland: Springer, 2022. Ismail Suwardi, *Mitigasi Bencana*, Indramayu: Penerbit Adab, 2021. Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana*, Jakarta: Bumi Aksara, 2018. Donal P. O'Mathun and Vilius Dranseika, *Disasters: Core Concepts and Ethical Theories*, Switzerland: Spriger, 2018. Ben Wisner, JC Gaillard and Ilan Kelman, *The Routledge Handbook of Hazards and Disaster Risk Reduction*, Canada: Routledge, 2012. Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas*, Bandung: Lagood's Publishing, 2021. Jalaluddin, *Psikologi Agama; Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2019. Ramadan Lubis, *Psikologi Agama*, Medan: Perdana Publishing, 2019. Robert H. Thoules, *An Introduction to The Psychology of Religion*, Secon Edition, Cambridge The University Press, 1924. Robert W. Crapps, *An Introduction to Psychology of Religion*, Georgia: Mercer University Press, 1986, Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1989. Serta buku dan sumber lain yang relevan.

I. Metodologi Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode penafsiran *maudhû'i* yang bersifat deskriptif analitis tentang tema pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana perspektif al-Qur'an. Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu penelitian yang dilakukan dengan mengkaji berbagai kepustakaan yang berkaitan dengan pokok pembahasan.

1. Jenis dan sumber data

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari beberapa kitab tafsir Al-Qur'an, diantaranya: *Tafsîr Ibnu Katsîr*, *Tafsîr Al-Maraghi*, *Tafsîr al-Munîr* karya Wahbah az-Zuhaili, *Tafsîr Al-Mishbâh* karya M. Quraish Shihab, *Tafsîr Al-Azhâr* karya Buya Hamka dan Al-Qur'an dan Tafsirnya Kementerian Agama; serta buku tentang pendekatan dalam penelitian yaitu terkait psikologi agama, teori perilaku terencana, teori komunikasi risiko, dan mitigasi bencana. Serta sumber data lain terkait berbagai buku dan referensi tentang manajemen bencana dan mitigasi bencana.

2. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran studi kepustakaan dari sumber data primer data sekunder yang berhubungan dengan tema penelitian dan website sebagai bukti data dan penunjang lainnya.

3. Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan setelah menghimpun data dari sumber primer dan sumber sekunder dengan metode tematik yang memungkinkan analisis permasalahan dengan tema sejenis kemudian dielaborasi dan didukung oleh data dari sumber tersier.

4. Analisis Data

Dalam menganalisa data, penulis menggunakan metode induksi, yaitu dengan mengungkapkan hal-hal yang partikular untuk ditarik suatu kesimpulan. Data-data yang ada dianalisis dengan menggunakan metode deskriptif, dan untuk ayat yang berhubungan dengan tema penelitian dengan metode tafsir maudhu'i, sebagaimana langkah berikut:

1. Data utama diperoleh dari penafsiran kitab-kitab tafsir yang dipilih, kemudian dianalisis dengan memperhatikan korelasi antara penafsiran tersebut sesuai dengan konteksnya.
2. Melakukan perbandingan antara penafsiran-penafsiran yang ada untuk mengidentifikasi variasi penafsiran yang berbeda.
3. Setelah itu, mencari dalil-dalil dari hadis untuk melengkapi penafsiran tersebut.
4. Menambahkan kajian penafsiran dengan kajian ilmiah rasional mengenai psikologi agama dan mitigasi bencana.
5. Pada tahap akhir, ditarik kesimpulan sesuai dengan kerangka teori yang ada, baik yang berkaitan dengan psikologi agama dan mitigasi bencana dalam Al-Qur`an maupun karya-karya yang terkait dalam diskursus ilmiah mengenai masalah ini.

J. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan disertasi ini menyesuaikan berdasarkan perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian. Akan dipaparkan pada enam bab sebagai berikut:

Bab pertama berisi Pendahuluan yang menjelaskan latar belakang, permasalahan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka teori, tinjauan pustaka, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan yang digunakan pada penelitian ini.

Bab kedua berisi Kajian Teori tentang Psikologi Agama terdiri dari empat sub bab. Sub bab pertama membahas konsep psikologi agama meliputi pengertian, sejarah perkembangan, ruang lingkup dan manfaat psikologi agama. Sub bab kedua membahas tentang sikap beragama yang menguraikan sumber jiwa keberagamaan, dimensi keberagamaan, dan perkembangan sikap beragama. Sub bab ketiga tentang motivasi beragama menuju kematangan beragama yang membahas motivasi beragama, kematangan beragama dan keyakinan agama membentuk intensi dan perilaku dalam mitigasi bencana.

Sub bab keempat tentang implikasi pendekatan psikologi agama dalam menghadapi persoalan kehidupan.

Bab ketiga membahas Mitigasi Bencana Alam yang terdiri dari empat sub bab yaitu sub bab pertama tentang pengertian bencana dan bencana alam, yang menguraikan berbagai perspektif tentang bencana; pengertian bencana alam; jenis dan karakteristik bencana alam; sub bab kedua tentang konsep mitigasi bencana alam yang menguraikan pergeseran paradigma penanggulangan bencana; pengurangan risiko bencana melalui mitigasi, dan jenis mitigasi bencana; sub bab ketiga tentang dimensi psikologis dalam mitigasi bencana alam; serta sub bab keempat tentang komunikasi risiko sebagai elemen penting dalam mitigasi bencana.

Bab keempat membahas Isyarat Al-Qur'an terkait Pendekatan Psikologi Agama dalam Mitigasi Bencana Alam, terdiri dari lima sub bab. Sub bab pertama membahas isyarat Al-Qur'an terkait pendekatan psikologi agama, Sub bab kedua membahas isyarat Al-Qur'an terkait mitigasi bencana meliputi mitigasi struktural dan mitigasi non struktural. Sub bab ketiga tentang term Al-Qur'an terkait bencana, yang menguraikan term-term bencana dalam Al-Qur'an, seperti term yang menunjukkan pada kerusakan besar, term yang menunjukkan pada kerusakan secara makna dan term yang menunjukkan keburukan atau bahaya. Sub bab keempat membahas kejadian bencana alam yang dikisahkan dalam Al-Qur'an seperti bencana banjir pada kaum Nabi Nuh as. dan Nabi Sulaiman as., bencana hujan batu pada kaum Nabi Luth as., bencana gempa bumi pada kaum Nabi Syu'aib as. dan Nabi Musa as., bencana angin topan pada kaum 'Ad dan saat perang Khandaq. Sub bab kelima membahas dimensi bencana perspektif Al-Qur'an sebagai analisis dari term-term pada sub bab kedua yaitu bencana yang murni kehendak dan izin Allah, bencana sebagai konsekuensi dari ulah manusia dan bencana akibat kezhaliman manusia.

Bab kelima tentang Implementasi Pendekatan Psikologi Agama dalam Mitigasi Bencana Alam Perspektif Al-Quran, terdiri dari enam sub bab. Sub bab pertama membahas tentang menganalisis konteks sosial dan keagamaan. Sub kedua membahas tentang membangun kesiapan psikologis dalam mitigasi bencana. Sub bab ketiga membahas tentang membentuk intensi positif dalam mitigasi bencana berbasis Al-Qur'an. Sub bab keempat membahas tentang membangun prinsip positif-promotif-preventif dalam mitigasi bencana. Sub bab kelima membahas tentang menguatkan dukungan emosional dan spiritual berbasis Al-Qur'an. Sub bab keenam tentang mengembangkan dan memberdayakan komunitas sosial.

Bab keenam adalah Penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran.

BAB II PSIKOLOGI AGAMA

Pada bab ini akan dibahas mengenai konsep, perkembangan, dan manfaat psikologi agama, sebagai sebuah cabang ilmu yang mempelajari hubungan antara dimensi psikologis manusia dengan aspek keberagamaan. Bab ini juga membahas bagaimana sikap, motivasi dan kematangan beragama, serta implikasinya dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Melalui pembahasan dalam bab ini akan dipahami bahwa psikologi agama memberikan wawasan tentang bagaimana keyakinan, pengalaman, dan sikap beragama memengaruhi perilaku dan kesejahteraan individu dalam berbagai tahapan kehidupan. Agama berperan dalam membentuk aspek psikologis manusia dan berkontribusi dalam menciptakan keseimbangan antara kebutuhan spiritual dan emosional di tengah kompleksitas kehidupan.

A. Konsep Psikologi Agama

1. Pengertian Psikologi Agama

Psikologi agama tersusun dari dua kata yang berbeda yang mewakili dua keilmuan yang berbeda yaitu psikologi dan agama. Psikologi agama telah menjadi perdebatan di kalangan para ahli. Perbedaan perspektif mengenai psikologi dan agama itu sendiri menjadi faktor utama dalam beragamnya pemahaman terhadap bidang tersebut. Kesulitannya terletak pada dua bidang kajian yang berbeda karakteristiknya, meskipun keduanya memiliki aspek kajian yang sama yaitu aspek kejiwaan manusia. Kajian psikologi dalam konteks sosio-kultural terfokus pada individu sedangkan sosiologi dan antropologi mengkaji agama sebagai entitas sosio-kultural. Sehingga para ahli

kesulitan menentukan metodologi yang tepat untuk menjadikan psikologi dan agama sebagai satu bidang tersendiri. Selain itu, agama tidak dapat dilepaskan dari pembahasan tentang berbagai hal yang bersifat transenden dan sulit dikaji secara empirik, sehingga dikesualkan oleh banyak psikolog. Hal ini dimaksudkan untuk menjaga status psikologi sebagai ilmu pengetahuan yang berbasis empiris yang terbebas dari pengaruh hal-hal transenden.¹

Semula psikologi menyelidiki seluruh dimensi perilaku manusia, kecuali perilaku keagamaan (*religious behaviour*). Padahal kenyataannya, agama telah menjadi bagian integral dari pengalaman manusia sepanjang sejarah manusia yang menjadi sumber nilai dalam membentuk dan mempengaruhi pola pikir serta tindakannya. Agama telah menduduki posisi yang sangat strategis dan vital dalam segala sendi kehidupan manusia. Mengingat peran fundamental agama dalam membentuk sistem nilai dan moral, sudah sepatutnya psikologi mempertimbangkan aspek religius sebagai bagian penting dalam memahami kompleksitas perilaku manusia. Para ahli kemudian memunculkan studi khusus tentang hubungan antara kesadaran agama dan tingkah laku. Dalam perkembangannya, barulah kemudian integrasi psikologi dan agama diterima menjadi sebuah disiplin ilmu tersendiri sebagai cabang psikologi yaitu psikologi agama di penghujung abad ke-19. Psikologi agama menjadi sebuah disiplin ilmu yang berbeda dan memiliki kedudukan yang sama dengan cabang-cabang psikologi atau ilmu-ilmu lainnya, seperti psikologi kepribadian, psikologi anak, psikologi pendidikan, psikologi sosial dan cabang psikologi lainnya.²

Sebagai sebuah disiplin ilmu, psikologi mempelajari gejala-gejala mental dan perilaku manusia secara objektif dengan pendekatan metode ilmiah. Psikologi berupaya untuk meneliti dan memahami sikap serta perilaku manusia sebagai cerminan dari berbagai gejala kejiwaan yang mendasarinya. Karena jiwa bersifat abstrak dan tidak dapat diamati secara langsung, maka studi tentang kehidupan kejiwaan manusia hanya dapat dilakukan melalui gejala yang terlihat, yaitu melalui sikap dan perilaku yang diperlihatkan oleh individu. Gejala yang tampak dari sikap dan perilaku umumnya adalah gambaran dari gejala jiwa individu, gejala batinnya baik cipta, rasa dan karsanya. Melalui sikap dan perilaku yang tampak, psikologi berusaha memahami bagaimana individu berpikir, merasakan, dan bertindak dalam berbagai situasi kehidupan serta faktor-faktor yang memengaruhi perilaku tersebut, baik dari aspek biologis, sosial, maupun lingkungan. Menurut pendapat umum para ahli psikologi, psikologi dapat dilihat sebagai ilmu yang

¹ Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas: Memahami Perilaku Beragama dalam Perspektif Psikologi*, Bandung: Lagood' Publishing, 2021, hal. 1-2.

² Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal 2-5. Lihat juga Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, PT Raja Grafindo Persada, 2006, hal. 6.

mengkaji tentang kehidupan mental (*the science of mental life*), perilaku dan hubungan manusia (*human behavior and relationship*); ataupun gejala-gejala kejiwaan, perilakunya, prosesnya, dan aktivitas perkembangannya, dan batasan lain seputar aspek fisik dan psikis manusia.³

Sedangkan agama⁴, bersifat subjektif yang berkaitan dengan hal-hal iman dan keyakinan yang ada dalam batin manusia. Secara istilah umum, agama adalah sistem kepercayaan yang terorganisasi, yang mengatur hubungan manusia dengan kekuatan transendental atau adikodrati, seperti Tuhan. Agama mencakup keyakinan, ritual, ajaran moral, serta aturan hidup yang memberikan panduan kepada individu dan kelompok dalam menjalani kehidupan. Agama berfungsi tidak hanya sebagai sarana spiritual, tetapi juga sebagai pembentuk nilai-nilai sosial, budaya, dan etika dalam masyarakat.⁵ Berdasarkan hal itu, agama memiliki empat elemen pokok, yaitu:

- a. kepercayaan (*belief*) terhadap entitas atau kekuatan transendental,
- b. ritual, yang menjadi sarana peribadatan atau penghormatan kepada entitas tersebut
- c. moralitas, sebagai pedoman perilaku dan hubungan antar individu, dan
- d. komunitas atau umat, yang menjadi pengikut dan pelaksana ajaran agama.

Agama dalam hal ini termanifestasi pada diri pemeluknya ke dalam tiga dimensi yaitu dimensi ketuhanan (sebagai sumber nilai kebenaran dan kebaikan), dimensi psikologis (sebagai keyakinan pribadi yang mendalam dan

³ Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 5. Lihat juga Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal. 8. Lihat juga George A. Miller, *Psychology: The Science of Mental Life*, Harvard University Press, 1962, hal. 25. Theodore Millon dan Melvin J. Lerner, *Handbook of Psychology*, Canada: John Wiley & Sons Inc, 2003,

⁴ Dalam Islam, kata agama seringkali dikaitkan dengan istilah “*dîn*”, sebuah kata yang berasal dari bahasa Arab meskipun diyakini bahwa kata *dîn* memiliki makna yang lebih luas, tidak dapat terwakilkan dan menjadi “terkurung” dalam makna kata agama yang dianggap sangat sempit. Dalam hal ini, para ulama Islam mendasari pendapatnya pada penyebutan kata *dîn* oleh Allah Swt. dalam al-Qur’an yang memiliki banyak pemaknaan, diantaranya: ketaatan dan komitmen (QS. An-Nahl/16: 52), jalan hidup yang lurus dan benar, keluar dari *mainstream* untuk menelusuri pilihan jalan yang benar (QS. Ar-Rûm/30: 30 dan QS. Yûnus/10: 105), kepasrahan dan berserah diri secara total kepada tuhan (QS. al-Mu’minûn/40: 14, 65; QS. az-Zumar/39: 2, 11, 14; QS. al-‘Ankabût/29: 65; QS. Luqman/31: 32; QS. Yûnus/10: 22; QS. al-A’râf/7: 29), murni dan terlepas dari segala hal-hal yang buruk dan kotor, yakni menyembah kepada selain dari Allah Swt atau menjadikan sekutu dalam peribadatan selain-Nya, (QS. Al-Zumar/39: 3), dan yang terakhir bermakna syariat atau ajaran agama (QS. Al-Syu’ara/42: 13, 21; QS. ar-Rûm/30: 30, 43; QS. Yûsuf/12: 40; QS. al-An’âm/6 :161; QS. at-Taubah/9: 36; dan QS. al-Bayyinah/98 : 5). Lihat Muhammad Nur Murdan, “Menakar Eksistensi Agama Pada Era Distrupsi”, *Al-Mustla: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman dan Kemasyarakatan*, Vol. 5 Nomor 2, 2023, hal. 278-301.

⁵ M. Taufik, *Psikologi Agama*, Mataram: Sanabil, 2020, hal. 51-58. Lihat juga Nurcholish Madjid, *Kehidupan Religius dalam Perspektif Islam*, Paramadina, 2002, hal. 15-20. Harold G. Koenig, *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*, Academic Press, 2018, hal. 3-5.

unik), dan dimensi sosiologis (sebagai pengalaman atas keyakinan ajaran tertentu yang berdampak dan membentuk sistem sosial di lingkungannya). Dengan demikian, agama lebih berorientasi pada refleksi kehidupan pemeluknya secara sosio-psikologi-kultural. Agama dalam pengertian tersebut adalah penghayatan yang dirasakan dengan hati, pikiran, dan tindakan, serta terlihat dalam sikap dan cara individu menghadapi kehidupan.⁶

AM Bhat menghubungkan konsep agama dengan “fitrah”⁷, yaitu keadaan alami manusia yang selaras dengan nilai-nilai ilahi. Dalam pandangan ini, agama bukan hanya serangkaian aturan tetapi juga ekspresi dari hakikat manusia.⁸ Manusia pada hakikatnya memiliki fitrah keagamaan, yakni membawa potensi untuk menerima agama, iman dan tauhid serta perilaku suci, menjadi manusia yang ber-Tuhan, menyembah Yang Maha Esa. Hal ini

⁶ M. Taufik, *Psikologi Agama...*, hal. 51-58. Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 4. Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 10-11

⁷ Dalam Arabic-English Lexicon karya Edward William Lane, menyebutkan diantara makna kata fitrah adalah sifat, watak, temperamen, atau kualitas alami, asli, bawaan atau orisinal. Kata fitrah merujuk pada karakteristik bawaan seseorang saat lahir, kemampuan mengenal Tuhan, yang dengannya Dia menciptakan manusia. Atau dimaknai juga sebagai konstitusi alami yang dengannya seorang anak diciptakan di dalam rahim ibunya, yang dengannya ia mampu menerima agama kebenaran. Lihat Edward William Lane, “Arti Kata فِطْرَةٌ” dalam *An Arabic-English Lexicon*, https://lexicon.quranic-research.net/data/20_f/147_fTr.html.

Istilah fitrah dalam pengertian sederhana sering dimaknai suci dan potensi. Fitrah secara semantik berhubungan dengan hal penciptaan (bawaan) sesuatu sebagai bagian dari potensi yang dimiliki. Banyak ulama yang telah mengulas tentang fitrah, beberapa diantaranya adalah Ibnu Katsir, Al-Maraghi dan Al-Ghazali. Menurut Ibnu Katsir, fitrah adalah pengakuan ke-esa-an Allah atau tauhid. Menurutnya, manusia sejak dilahirkan sudah memiliki potensi tauhid atau setidaknya memiliki kecenderungan untuk meyakini keesaan Tuhan, serta terus berupaya mencari jalan untuk mencapai kesadaran tauhid tersebut. Al-Maraghi menyebutkan bahwa fitrah mengandung arti kecenderungan untuk menerima kebenaran. Sebab secara fitri, manusia cenderung dan berusaha mencari serta menerima kebenaran walaupun hanya bersemayam dalam hati kecilnya (sanubari). Adakalanya manusia telah menemukan kebenaran namun karena faktor eksogen yang mempengaruhinya, maka manusia berpaling dari kebenaran yang diperoleh. Senada dengan hal tersebut, Al-Ghazali merinci fitrah yang menjadi keistimewaan yang diperoleh manusia sejak lahir yaitu: (1) beriman kepada Allah Swt, (2) kemampuan dan kesediaan untuk menerima kebaikan dan keturunan atau dasar kemampuan untuk menerima pendidikan dan pengajaran, (3) dorongan ingin tahu untuk mencari hakikat kebenaran yang berujud daya untuk berpikir, (4) dorongan biologis yang berupa syahwat, nafsu dan tabiat, (5) kekuatan-kekuatan lain dan sifat-sifat manusia yang dapat dikembangkan dan dapat disempurnakan. Lebih lanjut Santosa mengklasifikasikan fitrah manusia kedalam 8 klasifikasi, yaitu: fitrah keimanan (moral, spiritual, agama), fitrah belajar dan bernalar, fitrah bakat dan kepemimpinan, fitrah perkembangan, fitrah seksualitas dan cinta, fitrah estetika dan bahasa, fitrah individualitas dan sosialitas, serta fitrah jasmani (fisik dan indera). Harry Santosa, *Fitrah Based Education*, Bekasi: Yayasan Cahaya Mutiara Timur, 2017, hal 141-142, dan 156.

⁸ AM Bhat, “Human Psychology (Fitrah) from Islamic Perspective”, *International Journal of Nusantara Islam*, 2016, hal. 118-125.

sebagaimana dimaknai dari kata fitrah dan berbagai perubahan bentuknya, yang diulang sebanyak 20 kali di 17 tempat dalam surat al-Qur'an, selalu dikaitkan dengan aspek keimanan. Pandangan Quraish Shihab menafsirkan fitrah dapat bermakna khusus sebagai fitrah keagamaan yakni potensi beragama yang lurus (tauhid) yang dibawa manusia sejak awal kejadiannya dan bermakna umum sebagai bagian dari penciptaan Allah secara umum. Potensi dasar manusia tersebut dilengkapi berbagai komponen psikologis yang saling berkaitan dan saling menyempurnakan bagi kehidupan manusia.⁹

William James berbeda dengan Sigmund Freud dan beberapa ahli psikologi lain yang memiliki pandangan radikal tentang agama. Freud meyakini agama hanyalah sebuah ilusi dan gangguan jiwa yang lahir dari kebutuhan psikologis manusia. Agama menurutnya menyebabkan kemunduran manusia kembali kepada dorongan kenikmatan dan seksual. Walaupun, pandangan ini kontras dengan fakta bahwa agama terus memainkan peran sentral yang tidak terpisahkan dalam kehidupan manusia. Sedangkan James melihat psikologi berperan penting untuk mengembangkan pemahaman keagamaan. Menurutnya peran esensi psikologi adalah menganalisis gejala-gejala keagamaan yang tampak tanpa harus memberikan penilaian terhadap validitas kebenaran ajarannya atau nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Psikologi agama membantu orang memahami bagaimana manusia mencari makna dalam hidup melalui ritual dan praktik keagamaan. Keinginan untuk menemukan makna hidup (*the will to meaning*) menjadi pendorong yang signifikan bagi diri manusia dalam menjalani kehidupannya, termasuk dalam perilaku ritual keagamaan, yang juga berfungsi sebagai terapi terhadap masalah psikologis. Penyatuan kedua bidang kajian, yaitu psikologi dan agama ke dalam satu bidang khusus psikologi agama menjadi hal penting dalam membantu memahami perilaku pengikut agama dan bagaimana agama mempengaruhi psikologis seseorang.¹⁰

Robert H. Thouless menjelaskan bahwa psikologi agama mempelajari bagaimana proses mental dan psikologis mempengaruhi pengalaman dan praktik keagamaan individu. Fokus utamanya adalah bagaimana pengalaman keagamaan seseorang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kepribadian,

⁹ Fitrah manusia untuk beragama berkaitan dengan ikrar primordial manusia dengan Allah Swt. ketika Allah Swt. mengambil kesaksian terhadap jiwa manusia dengan berfirman: "*Bukankah Aku ini Tuhanmu?*" Mereka menjawab betul (*Engkau Tuhan Kami*), kami menjadi saksi. (QS. al-A'râf/7:172). Meski manusia lupa akan peristiwa persaksian tersebut, namun hal tersebut terekam dan terinstal dalam fitrah keimanan setiap bayi yang lahir. Kemudian keadaan fitrah tersebut masih membutuhkan aktualisasi, sebagaimana hadits Rasulullah saw berikut: "*Seseorang tidak dilahirkan kecuali dalam keadaan fitrah maka kedua orang tuanya yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi*". (HR. Bukhari). Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Psikologi Agama dan Psikologi Islam*, Jakarta: Kencana, 2021, hal. 82-86.

¹⁰ Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 10-

perkembangan psikologis, dan kebutuhan emosional mereka. Thouless berpendapat bahwa agama, dari sudut pandang psikologi, adalah pengalaman pribadi yang sangat terkait dengan kebutuhan psikologis, seperti pencarian makna hidup dan pengelolaan emosi. Ia juga menjelaskan fenomena proyeksi psikologis dalam agama, di mana individu sering memproyeksikan perasaan dan keinginan internal mereka, seperti rasa takut, keinginan, atau ambisi, ke dalam konsep-konsep ilahi atau mitos keagamaan.¹¹

Berbeda dengan Thouless yang lebih fokus pada pendekatan psikologis individual, Zakiah Daradjat lebih menekankan peran agama dalam penyembuhan psikologis dan bagaimana nilai-nilai agama dapat diterapkan dalam praktik kejiwaan. Daradjat mengembangkan konsep psikologi agama yang lebih terintegrasi dengan ajaran Islam. Ia memandang psikologi agama tidak hanya sebagai kajian terhadap proses mental individu dalam konteks agama, tetapi juga sebagai cara untuk memahami hubungan kejiwaan dengan Tuhan dan keseimbangan mental dalam ajaran agama. Menurutnya, psikologi agama harus mempertimbangkan dimensi spiritual dalam perkembangan psikologis seseorang, yakni bagaimana keimanan dan ibadah dapat mempengaruhi kesehatan mental serta perilaku manusia. Ia menekankan pentingnya peran agama dalam membentuk perilaku dan membantu individu mengatasi masalah emosional dan psikologis.¹²

Dengan demikian, psikologi agama dapat dijadikan sebagai sebuah pendekatan untuk mempelajari psikis manusia dalam kaitannya dengan manifestasi keagamaannya, yaitu kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experience*). Menurut Daradjat, kesadaran agama, hadir dalam pikiran dan dapat dikaji dengan introspeksi. Adapun pengalaman agama merupakan perasaan yang hadir dalam keyakinan sebagai hasil dari pengetahuan amal keagamaan, seperti dzikir, sholat, doa, dan sebagainya. Maka yang menjadi objek kajian psikologi agama berupa gejala-gejala psikis manusia yang berkaitan dengan tingkah laku keagamaan dan proses hubungan antara psikis manusia dan tingkah laku keagamaannya. Fokus kajian psikologi agama adalah semata untuk memahami dan melukiskan (*to describe*) perilaku keagamaan sebagai cerminan dari alam pikiran dan perasaan akibat dari adanya keyakinan agama (empiris), tanpa melakukan penilaian (*to evaluate*) atau kritik (*to criticize*) atas ajaran agama tertentu.¹³

Dengan ungkapan lain, psikologi agama dapat dikatakan ilmu yang meneliti dan menelaah kehidupan beragama seseorang maupun kelompok

¹¹ Robert H. Thouless, *An Introduction to The Psychology of Religion*, Cambridge: The University Press, 1924, hal. 47-65. dalam <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.523/page/n3/mode/2up>

¹² Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976, hal. 12-20

¹³ Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976, hal. 15

masyarakat dan mempelajari pengaruh keyakinan agama dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidupnya atau mekanisme yang bekerja dalam diri seseorang yang menyangkut tata cara berpikir, bersikap, berkreasi dan bertingkah laku yang tidak dapat dipisahkan dari keyakinan yang masuk ke dalam konstruksi kepribadiannya. Pengamatan tersebut dilakukan dengan melihat gejala dan ekspresi kejiwaan individu yang diwujudkan melalui gerak fisik atau tubuh manusia secara keseluruhan.¹⁴

Berdasarkan hal tersebut, psikologi agama mencakup beberapa dimensi, diantaranya:

- a. Keyakinan dan nilai religius; yaitu sistem kepercayaan yang membentuk cara pandangan (*worldview*) dan perilaku seseorang.
- b. Pengalaman religius; yaitu pengalaman subjektif yang mendalam yang sering kali melibatkan transformasi emosional atau spiritual, seperti rasa takut terhadap dosa.
- c. Perilaku religius; termasuk ibadah, doa, dan ritual lainnya yang memengaruhi hubungan dengan komunitas dan spiritualitas.
- d. Kesehatan mental dan spiritual; melibatkan kajian bagaimana praktik keagamaan berkontribusi terhadap kesejahteraan emosional dan fisik seseorang.

2. Sejarah Perkembangan Psikologi Agama

Sebagaimana telah dikemukakan sebelumnya, psikologi agama lahir menjadi sebuah bidang ilmu tersendiri sebagai cabang dari psikologi setelah melalui perdebatan yang cukup lama dan panjang. Setelah menjadi disiplin ilmu otonom, psikologi agama mengalami dinamika perkembangan cukup pesat. Selain karena menyangkut kehidupan manusia secara pribadi maupun kelompok, juga karena bidang kajian psikologi agama mencakup permasalahan terkait perkembangan usia manusia. Berikut ini perkembangan psikologi agama di dunia Barat dan Timur, termasuk Indonesia.

a. Perkembangan Psikologi Agama di Barat

Psikologi agama berkembang di Barat sebagai bagian dari usaha untuk memahami hubungan antara aspek psikologis manusia dengan pengalaman religius. Psikologi agama di Barat telah mengalami dinamika yang signifikan. Pada akhir abad ke-19 hingga awal abad ke-20, khususnya sekitar tahun 1890-an, terjadi kemajuan pesat dalam psikologi modern, yang turut mendorong perkembangan psikologi agama. Namun, tahun 1920-1950 mengalami stagnasi. Kemudian setelahnya terjadi kebangkitan kembali terutama pada era 1970-an hingga saat ini, dimana kajian

¹⁴ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama*...., hal. 5

psikologi agama berkembang semakin pesat.

Beberapa fase penting perkembangan psikologi agama di Barat, yaitu:

1) Fase Awal (1880-1900)¹⁵

Fase awal perkembangan psikologi agama di Barat ditandai oleh upaya untuk menjadikan fenomena religius sebagai objek studi empiris. Selama periode ini, para pionir mulai menggunakan metode ilmiah untuk memahami pengalaman keagamaan, seperti konversi, mistisisme, dan fenomena spiritual lainnya. Tiga tokoh utama yang berperan dalam fase ini adalah G. Stanley Hall, Edwin Diller Starbuck, dan James Leuba.

G. Stanley Hall, seorang psikolog Amerika dan presiden pertama American Psychological Association (APA), mempelopori studi empiris tentang pengalaman religius. Salah satu kontribusi utamanya adalah penelitian tentang konversi agama pada remaja. Dalam penelitiannya, Hall berfokus pada bagaimana remaja mengalami perubahan spiritual yang mendalam selama masa pubertas. Dia berpendapat bahwa konversi agama adalah bagian dari proses perkembangan psikologis normal dan sering kali merupakan refleksi dari konflik identitas dan pencarian makna hidup. Penelitian Hall menggunakan pendekatan observasional dan wawancara untuk mengumpulkan data dari para remaja yang mengalami konversi.

Edwin Diller Starbuck, salah satu Stanaley Hall, mengembangkan metode kuantitatif dalam studi psikologi agama. Dalam bukunya yang berjudul *The Psychology of Religion: An Empirical Study of the Growth of Religious Consciousness* (1899), Starbuck memperkenalkan metode kuesioner untuk mengumpulkan data tentang pengalaman keagamaan. Starbuck menggunakan kuesioner untuk meneliti pengalaman religius seperti konversi, doa, dan perasaan religius yang mendalam. Dia juga menganalisis faktor-faktor psikologis yang memengaruhi perubahan kepercayaan seseorang. Metode kuesioner ini kemudian menjadi dasar bagi banyak penelitian psikologi agama modern.

James Leuba adalah salah satu psikolog awal yang meneliti mistisisme dan pengalaman keagamaan dari sudut pandang psikologi ilmiah. Leuba tertarik pada aspek psikologis dari pengalaman mistis, seperti perasaan penyatuan dengan Tuhan atau alam semesta, yang sering dilaporkan dalam tradisi keagamaan. Leuba berpendapat bahwa pengalaman mistis memiliki dasar psikologis dan dapat dijelaskan melalui mekanisme mental, seperti kondisi emosional ekstrem atau meditasi. Dia juga membedakan antara pengalaman mistis yang bersifat positif, seperti perasaan kedamaian, dan pengalaman mistis yang bersifat negatif, seperti kecemasan atau ketakutan akan dosa.

¹⁵ Ralph W. Hood, Jr., Peter C. Hill, dan Bernard Spilka, *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*, New York: Guilford Press, 2018, hal. 23-45.

Fase awal ini menunjukkan bagaimana psikologi agama mulai beralih dari pendekatan teologis ke pendekatan empiris dan ilmiah. Dengan menggunakan metode seperti observasi, kuesioner, dan analisis psikologis, para pionir ini berhasil membuka jalan bagi studi psikologi agama sebagai disiplin akademik yang sah.

2) Fase pembentukan (1900-1930)¹⁶

Pada masa ini, psikologi agama berkembang sebagai disiplin akademik yang mulai menggunakan metode ilmiah untuk memahami pengalaman keagamaan. Tiga tokoh penting yang berperan dalam fase ini adalah William James, Wilhelm Wundt, dan George Albert Coe.

William James, seorang filsuf dan psikolog Amerika, memberikan kontribusi besar melalui bukunya *The Varieties of Religious Experience* (1902). Karya ini merupakan hasil dari Gifford Lectures yang disampaikan James di Universitas Edinburgh. James mendefinisikan agama sebagai “perasaan, tindakan, dan pengalaman individu dalam kesendirian mereka, sejauh mereka merasa berhubungan dengan sesuatu yang dianggap ilahi.” Pendekatan James unik karena ia tidak mempelajari agama sebagai institusi sosial, melainkan fokus pada pengalaman religius individual, seperti konversi, ekstasi, mistisisme, dan penderitaan religius. James menekankan pentingnya mempelajari individu-individu yang mengalami pengalaman religius yang intens, meskipun mereka sering kali menunjukkan gejala ketidakstabilan emosional atau bahkan gangguan psikologis.

Wilhelm Wundt, yang dikenal sebagai bapak psikologi eksperimental, juga berkontribusi dalam studi psikologi agama. Wundt memandang agama sebagai fenomena budaya yang dapat dianalisis melalui pendekatan eksperimental dan empiris. Wundt mengembangkan laboratorium psikologi pertama di Leipzig, Jerman, dan menggunakan metode eksperimen untuk memahami bagaimana kepercayaan dan praktik keagamaan memengaruhi proses mental, seperti persepsi, emosi, dan memori. Dia berpendapat bahwa pengalaman religius dapat dijelaskan melalui fungsi psikofisiologis, seperti respons emosional terhadap simbol-simbol keagamaan.

George Albert Coe adalah salah satu tokoh penting yang memperkenalkan pendekatan pendidikan dalam psikologi agama. Coe

¹⁶ Wulff, David M. (2020). *Psychology of Religion: Classic and Contemporary Views*. New Jersey: Wiley & Sons, h. 78-92. William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, Cambridge: Cambridge University Press, 2011, hal. 1-25. Wilhelm Wundt, *Elements of Folk Psychology: Outline of a Psychological History of the Development of Mankind*, New York: Macmillan, 1916, hal. 45-60. George Albert Coe, *The Psychology of Religion: An Empirical Study of the Growth of Religious Consciousness*, Chicago: University of Chicago Press, 1916, hal. 67-85.

menekankan peran pendidikan agama dalam membentuk perkembangan psikologis anak-anak dan remaja. Dalam bukunya *The Psychology of Religion* (1916), Coe mengajukan bahwa pengalaman religius dapat diajarkan dan dipupuk melalui pendidikan formal dan lingkungan keluarga yang mendukung. Ia juga berfokus pada pentingnya hubungan antara perkembangan moral dan pengalaman religius dalam pembentukan karakter individu.

Terlihat pada fase pembentukan psikologi agama ini menunjukkan pergeseran dari pendekatan teologis ke pendekatan ilmiah dan empiris. Kontribusi James, Wundt, dan Coe memperkuat legitimasi psikologi agama sebagai bidang studi akademik yang sah. Pendekatan ini juga membuka jalan bagi penelitian psikologi agama modern yang berfokus pada hubungan antara agama, kesehatan mental, dan kesejahteraan psikologis.

3) Fase psikoanalitik (1930-1960)¹⁷

Periode 1930 hingga 1960 dalam sejarah psikologi agama ditandai oleh pengaruh besar dari teori psikoanalitik. Pada fase ini, pemahaman tentang agama mulai dikaitkan dengan dinamika ketidaksadaran, perkembangan psikososial, dan motivasi psikologis individu. Beberapa tokoh penting dalam fase ini adalah Sigmund Freud, Carl Jung, Erik Erikson, dan Gordon Allport.

Sigmund Freud, pendiri psikoanalisis, melihat agama sebagai bentuk ilusi kolektif yang berakar pada konflik psikologis manusia. Dalam bukunya *The Future of an Illusion* (1927), Freud berpendapat bahwa agama adalah proyeksi kebutuhan manusia akan figur ayah yang melindungi. Ia menghubungkan asal-usul agama dengan kompleks Oedipus, di mana manusia secara tidak sadar mencari perlindungan dari rasa takut terhadap dunia yang tidak dapat diprediksi. Freud juga menekankan bahwa agama memiliki fungsi psikologis untuk meredakan kecemasan eksistensial, tetapi pada akhirnya membatasi perkembangan individu menuju kedewasaan psikologis.

Berbeda dengan Freud, Carl Jung menganggap agama sebagai sesuatu yang positif dan esensial bagi perkembangan manusia. Jung memperkenalkan konsep ketidaksadaran kolektif dalam pengalaman religius, yaitu lapisan terdalam dari psike manusia yang berisi arketipe atau pola universal yang muncul dalam simbol-simbol religius. Dalam bukunya *Psychology and Religion* (1938), Jung menjelaskan bahwa pengalaman religius dapat membantu individu terhubung dengan aspek terdalam dari dirinya dan mencapai integrasi psikologis. Simbol-simbol

¹⁷ Nelson, James M. (2012). *Psychology, Religion, and Spirituality*. New York: Springer, h. 115-138.

religius, seperti Tuhan atau mitos penciptaan, berfungsi sebagai jembatan antara kesadaran individu dan ketidaksadaran kolektif

Erik Erikson mengembangkan teori delapan tahap perkembangan psikososial, yang mengaitkan perkembangan keagamaan dengan tahap-tahap krisis identitas yang dihadapi individu sepanjang hidupnya. Menurut Erikson, agama berperan penting dalam memberikan rasa tujuan dan makna selama tahap-tahap krisis tersebut, khususnya pada masa remaja dan dewasa muda. Dalam bukunya *Young Man Luther* (1958), Erikson menunjukkan bagaimana pengalaman religius dapat menjadi mekanisme untuk menyelesaikan konflik identitas dan mencapai integritas ego.

Gordon Allport membedakan antara orientasi keagamaan intrinsik dan ekstrinsik. Orientasi intrinsik mencerminkan motivasi religius yang didasarkan pada pencarian makna dan hubungan pribadi dengan Tuhan, sedangkan orientasi ekstrinsik lebih berfokus pada manfaat sosial atau material dari aktivitas keagamaan. Dalam studinya, Allport menemukan bahwa individu dengan orientasi intrinsik cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik dan lebih toleran terhadap perbedaan, dibandingkan mereka yang memiliki orientasi ekstrinsik.

Fase psikoanalitik ini menunjukkan pergeseran dalam psikologi agama dari pandangan yang menganggap agama sebagai institusi sosial menuju pemahaman yang lebih mendalam tentang agama sebagai pengalaman psikologis individu. Meskipun Freud melihat agama sebagai ilusi yang membatasi perkembangan, Jung, Erikson, dan Allport menawarkan perspektif yang lebih positif, menekankan peran agama dalam integrasi psikologis, perkembangan identitas, dan kesejahteraan mental.

4) Fase Modern (1960-sekarang)¹⁸

Fase modern dalam psikologi agama (1960-sekarang) ditandai oleh penekanan pada dimensi pengalaman spiritual, makna hidup, dan peran agama dalam kesehatan mental. Empat tokoh utama yang berkontribusi pada perkembangan ini adalah Abraham Maslow, Viktor Frankl, Kenneth Pargament, dan Harold Koenig.

Abraham Maslow, melalui teori hierarchy of needs-nya,

¹⁸ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 22-26, Pargament, Kenneth I. (2013). *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality*. Washington DC: American Psychological Association, h. 147-169. Koenig, Harold G. (2018). *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*. London: Academic Press, h. 95-124. McNamara, Patrick, *The Neuroscience of Religious Experience*, 2019, Cambridge: Cambridge University Press, h. 56-82. Lihat juga Plante, Thomas G., *Spirituality in Clinical Practice: Theory and Practice of Spiritually Oriented Psychotherapy*. 2021, New York: Routledge, h. 167-189. Lihat juga Abraham Maslow, *His Theory & Contribution to Psychology*, <https://positivepsychology.com/abraham-maslow/>

memperkenalkan konsep pengalaman puncak (peak experience) dalam konteks spiritual sebagai pengalaman mendalam yang melibatkan perasaan ekstasi, keterhubungan dengan yang transenden, dan pemahaman mendalam tentang kehidupan. Pengalaman ini sering terjadi dalam konteks spiritual, artistik, atau alam. Menurut Maslow, pengalaman puncak adalah aspek penting dari aktualisasi diri dan transendensi, yaitu tahap tertinggi dalam kebutuhan manusia setelah aktualisasi diri. Dalam konteks psikologi agama, pengalaman puncak memberikan bukti empiris bahwa manusia memiliki kebutuhan mendalam untuk mencari makna dan hubungan dengan sesuatu yang lebih besar daripada dirinya sendiri.

Viktor Frankl mengembangkan logoterapi¹⁹, sebuah pendekatan terapi yang menekankan pencarian makna sebagai motivasi utama manusia. Berdasarkan pengalamannya di kamp konsentrasi Nazi, Frankl berargumen bahwa manusia dapat menemukan makna dalam situasi paling sulit sekalipun, termasuk melalui pengalaman spiritual. Frankl menyebutkan bahwa makna hidup sering ditemukan melalui karya, hubungan cinta, atau keberanian dalam menghadapi penderitaan. Logoterapi mengintegrasikan dimensi spiritual dalam terapi psikologis, yang membuatnya relevan dalam konteks psikologi agama.

Kenneth Pargament adalah salah satu peneliti terkemuka dalam

¹⁹ Logoterapi diambil dari bahasa Yunani, logos yang artinya makna. Logoterapi adalah pendekatan psikoterapi-humanistik-eksistensial yang dikembangkan oleh Viktor E. Frankl. Ide inti logoterapi adalah bahwa motivasi utama manusia bukanlah kesenangan (Freud) atau kekuasaan (Adler), melainkan kehendak untuk menemukan makna hidup. Beberapa konsep dasar logoterapi diantaranya adalah (1) *Freedom of Will* (Kebebasan Kehendak), bahwasanya manusia memiliki kebebasan untuk memilih sikapnya, walaupun situasi yang dihadapinya sangat sulit, (2) *Will to Meaning* (Kehendak akan Makna), bahwasanya manusia terdorong bukan semata untuk menghindari penderitaan atau memperoleh kesenangan, tetapi untuk menemukan dan memenuhi makna hidupnya, (3) *Meaning of Life* (Makna Hidup), bahwasanya setiap orang bisa menemukan makna hidup melalui tiga cara utama yaitu *creative values* (melakukan karya atau tindakan yang bermakna); *experiential values* (mengalami sesuatu yang bernilai misalnya keindahan, cinta, alam atau melalui pengalaman dengan orang lain); *attitudinal values* (sikap terhadap penderitaan atau kondisi yang tak bisa diubah). Frankl juga memperkenalkan dimensi noetik (spiritualitas non-teologis), bahwasanya dimensi spiritual (atau noetik) tidak sama dengan agama tertentu, tetapi lebih berkaitan dengan aspek makna, nilai, dan kesadaran batin. Beberapa teknik yang dikembangkan dalam Logoterapi diantaranya: (1) *Paradoxical intention* — membantu individu menghadapi ketakutannya dengan cara yang paradoks; (2) *Dereflection* — mengalihkan fokus diri dari masalah berlebihan agar tidak terobsesi; (3) *Socratic dialogue* — menggunakan dialog bertanya untuk membantu klien menemukan makna sendiri. Lihat <https://www.viktorfranklinstitute.org/about-logotherapy>, lihat juga Daniel Devoe, "Viktor Frankl's Logotherapy: The Search For Purpose and Meaning", *Inquiries Journal/Student Pulse*, Vol. 4 No. 7, 2012, diambil dari <http://www.inquiriesjournal.com/a?id=660>. Lihat juga Claudia Reiteringer, "Viktor Frankl's logotherapy from a philosophical point of view", *Existential Analysis*, Vol. 26 No. 2, 2015, hal. 344–357.

bidang religious coping—cara individu menggunakan keyakinan dan praktik keagamaan untuk menghadapi stres²⁰. Pargament membedakan antara religious coping positif (misalnya, mendekatkan diri kepada Tuhan dalam situasi sulit) dan religious coping negatif (misalnya, menyalahkan Tuhan atas penderitaan). Penelitian Pargament menunjukkan bahwa religious coping positif berhubungan dengan kesehatan mental yang lebih baik, sedangkan religious coping negatif dapat meningkatkan risiko depresi dan kecemasan.

Harold Koenig mendalami hubungan antara spiritualitas dan kesehatan fisik serta mental. Penelitiannya menunjukkan bahwa individu yang aktif dalam kegiatan spiritual cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik, risiko lebih rendah terhadap depresi, serta pemulihan yang lebih cepat dari penyakit fisik. Koenig juga menemukan bahwa spiritualitas dapat berfungsi sebagai mekanisme dukungan sosial dan psikologis yang penting dalam menghadapi penyakit kronis dan terminal.

Fase modern psikologi agama menunjukkan integrasi yang kuat antara dimensi spiritual dan kesehatan mental. Konsep-konsep seperti pengalaman puncak, pencarian makna, religious coping, dan hubungan spiritualitas dengan kesehatan memberikan bukti bahwa agama bukan hanya sistem kepercayaan, tetapi juga faktor penting dalam kesejahteraan psikologis. Tren ini mencerminkan perubahan dari pendekatan reduktif Freud terhadap agama menuju pendekatan yang lebih integratif dan transformatif.

b. Perkembangan Psikologi Agama di Timur²¹

Psikologi agama di Timur memiliki tradisi panjang yang mendahului perkembangan psikologi modern di Barat. Berbeda dengan Barat yang berfokus pada metode empiris dan rasional, tradisi psikologi agama di Timur lebih mengintegrasikan aspek spiritual, filosofis, dan

²⁰ Religious coping didefinisikan sebagai “*the use of religious beliefs or behaviors to facilitate problem-solving to prevent or alleviate the negative emotional consequences of stressful life circumstances*”, yang secara sederhananya dapat dikatakan penggunaan aspek-aspek religius sebagai strategi menghadapi stres agar dampak emosional negatif dapat dicegah atau diminimalkan. Menurut Pargament, keterlibatan keagamaan dikaitkan dengan penggunaan penanganan keagamaan yang lebih besar, terutama penanganan keagamaan yang positif. Lihat Cheryl L Holt, Eddie M Clark, Katrina J Debnam, David L Roth, “Religion and Health in African Americans: The Role of Religious Coping”, *Am J Health Behav.* 2014 Mar;38(2):190-9. doi: 10.5993/AJHB.38.2.4, diambil dari <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4096932/#R7>

²¹ Endin Nasrudin & Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 14-18. M. Agus Yusron, *Deislamofobia Melalui Pendekatan Psikologi Agama Perspektif Al-Qur'an...*, hal. 125-137. Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 22-26

metafisis. Di dunia Timur, psikologi agama memiliki ciri khas tersendiri karena berkaitan erat dengan tradisi spiritual dan filosofis lokal. Perspektif psikologi agama di Timur lebih menekankan pada keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa dalam mencapai kedamaian internal.

Dalam tradisi Islam, psikologi agama sangat dipengaruhi oleh pemikiran ulama dan filsuf muslim seperti Al-Ghazali dan Ibnu Tufail. Mereka telah membahas hubungan antara kejiwaan manusia dengan pendekatan spiritual sebagai elemen penting dalam pembentukan kepribadian dan kesehatan mental. Al-Ghazali (1058–1111 M) menulis *Al-Munqidz Min al-Dzalal* yang membahas proses pertumbuhan dan perkembangan kesadaran beragama serta pentingnya penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*). Karya Al-Ghazali menjelaskan bagaimana pengalaman religius dan moralitas dapat membentuk kepribadian manusia yang taat beragama. Ibnu Tufail melalui novel filsafatnya *Hay Ibn Yaqzan* menggambarkan perjalanan seorang anak di pulau terpencil yang menemukan kesadaran religius melalui observasi alam dan kontemplasi. Namun, meskipun kaya akan kajian psikologis, banyak karya dari dunia Islam tidak diakui sebagai bagian dari psikologi agama oleh para ilmuwan Barat. Psikologi agama di Timur sering kali dipandang lebih sebagai bagian dari teologi atau filsafat.

Dalam tradisi Hindu, psikologi agama diwarnai oleh ajaran dalam kitab suci *Bhagavad Gita*, yang menawarkan berbagai metode spiritual. Konsep yoga, yang meliputi Karma Yoga (jalan tindakan tanpa pamrih), Bhakti Yoga (jalan pengabdian kepada Tuhan), dan Jnana Yoga (jalan pengetahuan), berfungsi sebagai metode untuk mengendalikan pikiran dan mencapai kesadaran spiritual. Tradisi ini menekankan bahwa melalui meditasi, disiplin spiritual, dan pengendalian diri, seseorang dapat mencapai kesadaran spiritual yang lebih tinggi dan kedamaian batin. Dalam konteks psikologi agama, praktik ini dianggap mampu mengatasi stres, kecemasan, dan memberikan keseimbangan mental.

Dalam Buddhisme, ajaran tentang Empat Kebenaran Mulia dan Jalan Berunsur Delapan menjadi landasan dalam memahami penderitaan manusia dan bagaimana mengatasinya. Ajaran Buddhisme tersebut berkontribusi besar dalam perkembangan psikologi agama di Timur. Meditasi merupakan salah satu praktik utama dalam Buddhisme yang bertujuan untuk mengembangkan kesadaran penuh (*mindfulness*) dan kebijaksanaan (*prajna*). Buddhisme menekankan bahwa melalui pengendalian pikiran dan disiplin spiritual, individu dapat mengatasi penderitaan (*dukkha*) dan mencapai pencerahan. Meditasi menjadi praktik utama yang digunakan untuk mencapai keseimbangan mental dan spiritual.

Namun demikian psikologi agama di Timur cenderung tidak

berkembang menjadi disiplin yang diakui secara luas, di antaranya karena: (a) kurangnya pengakuan dari ilmuwan Barat dimana banyak karya dari dunia Islam, Hindu, dan Buddha tidak diakui oleh ilmuwan Barat sebagai psikologi agama karena dianggap sebagai bagian dari teologi atau filsafat, (b) kemunduran peradaban Islam pasca penyerangan Mongol ke Baghdad dan kolonialisasi Barat terhadap dunia Islam yang menyebabkan stagnasi dalam perkembangan ilmu pengetahuan di dunia Islam.²²

c. Perkembangan Psikologi Agama di Indonesia²³

Psikologi agama di Indonesia memiliki perkembangan yang unik, karena dipengaruhi oleh kombinasi tradisi keagamaan lokal, Islam, serta pengaruh Barat. Sejarahnya dapat dibagi dalam beberapa fase utama yang melibatkan pengintegrasian nilai-nilai spiritual, budaya lokal, dan ilmu psikologi modern.

1) Periode awal

Sebelum psikologi modern dikenal di Indonesia, aspek-aspek psikologi agama telah ada dalam bentuk tradisi keagamaan lokal. Kepercayaan animisme, dinamisme, dan sinkretisme yang menggabungkan Hindu, Buddha, dan Islam memainkan peran penting dalam pembentukan kesadaran religius masyarakat. Islamisasi di Nusantara pada abad ke-13 membawa pengaruh besar dalam cara masyarakat memahami dan mengintegrasikan nilai-nilai agama dengan kehidupan sehari-hari. Konsep seperti tawakal, zikir, dan tazkiyatun nafs menjadi bagian dari praktik keagamaan yang juga berfungsi sebagai mekanisme penguatan mental dan spiritual. Periode ini psikologi agama melebur dalam tradisi lokal dan Islam.

2) Periode kolonial

Selama masa kolonial Belanda, pendidikan di Indonesia mulai dipengaruhi oleh pemikiran Barat, termasuk dalam bidang psikologi. Namun, psikologi agama belum berkembang secara signifikan karena fokus pendidikan lebih pada pengajaran agama sebagai bagian dari moralitas, bukan sebagai ilmu empiris.

3) Periode modern (1960-an – sekarang)

Psikologi agama mulai berkembang sebagai disiplin akademik pada 1960-an. Zakiah Daradjat adalah salah satu pelopor utama dalam pengembangan psikologi agama di Indonesia. Daradjat telah mengembangkan pendekatan yang menghubungkan kesehatan mental

²² Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 22-26. Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal. 27-28.

²³ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 90-95. Endin Nasrudin & Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 112-125, M. Agus Yusron, *Deislamofobia...*, hal. 210-225

dengan praktik keagamaan seseorang. Karya beliau seperti Ilmu Jiwa Agama (1970) dan Peranan Agama dalam Kesehatan Mental (1975) memberikan landasan awal bagi psikologi agama yang mengintegrasikan ajaran Islam dengan pendekatan psikologi modern. Daradjat berfokus pada bagaimana agama dapat berfungsi sebagai mekanisme penting dalam menjaga kesehatan mental dan membangun karakter moral. Menurutnya, perilaku religius yang sehat dapat membentuk pribadi yang harmonis dan seimbang dari segi jiwa dan akhlak.

Pada periode ini berkembang upaya integrasi psikologi barat dan nilai-nilai keislaman. Hingga saat ini, banyak penelitian di Indonesia yang mengkaji dampak keagamaan pada kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, serta pembentukan karakter di masyarakat multireligius. Psikologi agama juga berkembang melalui pendekatan integrasi keilmuan antara psikologi modern dan nilai-nilai religius lokal. Di beberapa perguruan tinggi mulai membuka program studi yang mengajarkan psikologi agama, seperti di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dan Universitas Gadjah Mada (UGM). Psikologi agama menjadi bagian dari kurikulum di fakultas-fakultas psikologi dan tarbiyah.

4) Perkembangan kontemporer

Sejak tahun 2000-an, psikologi agama di Indonesia semakin berkembang dengan pendekatan multikultural. Berkembang literatur di Indonesia yang mengkaji hubungan antara agama, budaya, dan psikologi. Penelitian-penelitian terbaru menyoroti hubungan antara agama dan kesehatan mental, pengaruh zikir dan doa dalam mengatasi stres, serta peran agama dalam membangun resiliensi individu dalam menghadapi tantangan kehidupan modern. Seiring perkembangannya, psikologi agama di Indonesia menghadapi beberapa tantangan, seperti kurangnya pengakuan internasional dan terbatasnya jumlah penelitian empiris yang menggunakan pendekatan ilmiah. Namun, dengan meningkatnya perhatian terhadap kesehatan mental dan spiritualitas, psikologi agama memiliki peluang besar untuk berkembang sebagai disiplin ilmu yang relevan di era modern.

3. Ruang Lingkup dan Manfaat Psikologi Agama

Psikologi agama tidak hanya membahas konsep agama yang tercermin dalam sikap dan kepribadian manusia, tetapi juga memperhatikan konsistensi antara tiga aspek daya psikis manusia, yaitu kepercayaan terhadap agama sebagai unsur kognitif, perasaan sebagai unsur afektif, dan perilaku agama sebagai unsur konatif (kehendak).²⁴ Menurut Daradjat, melalui pengamatan

²⁴ Daya psikis meliputi tiga komponen yang terdapat pada internal individu yaitu kognitif, afektif, dan konatif, yang menjadi dasar seseorang untuk mengembangkan kesadaran

perilaku beragama seseorang, dapat terlihat keterpaduan kompleks antara pengetahuan, perasaan, dan tindakan keagamaan, yang sekaligus mencerminkan kaitannya dengan kondisi kejiwaan individu. Oleh karenanya objek kajian psikologi agama menyangkut manifestasi psikologis atau gejala-gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan perilaku keagamaannya, dan hubungan yang terjadi antara aspek psikologis manusia dengan perilaku keagamaan yang ditampilkan. Daradjat membagi ruang lingkup psikologi agama ke dalam dua hal, yaitu kesadaran beragama (*relegious consciousness*) dan pengalaman agama (*relegious experience*). Kedua komponen tersebut berakar pada konsep ketuhanan yang diyakininya, yang kemudian membentuk cara individu tersebut berinteraksi dengan dunia, menjalani kehidupan sehari-hari, dan mencari makna eksistensial.²⁵

a. Kesadaran Beragama (*Religious Consciousness*)

Kesadaran beragama didefinisikan sebagai kesadaran individu terhadap keberadaan Tuhan atau kekuatan transenden yang melibatkan pemahaman, keyakinan, dan pengamalan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari.²⁶ Kesadaran beragama berpijak dari keyakinan individu terhadap konsep ketuhanan. Manusia dalam berbagai tradisi dan zaman telah memahami konsep ketuhanan, mulai dari yang menyatukan Tuhan dengan alam, hingga yang memisahkan Tuhan secara mutlak dari dunia. Masing-masing pandangan memengaruhi cara manusia beragama, beribadah, menjalani kehidupan, serta membangun hubungan dengan

agama dan mengalami perasaan spiritual. Daya kognitif berhubungan dengan kemampuan berpikir, belajar, memahami, mengingat, dan memecahkan masalah. Misalnya, pemahaman terhadap konsep agama dan interpretasi doktrin didasarkan pada daya pikir. Individu yang memiliki daya psikis kognitif yang baik cenderung memiliki kesadaran agama yang lebih reflektif. Daya afektif terkait dengan emosi, perasaan, dan suasana hati, seperti rasa bahagia, sedih, atau takut yang muncul sebagai respon terhadap situasi tertentu. Emosi yang dihasilkan dari praktik agama, seperti rasa damai saat beribadah, dipengaruhi oleh keseimbangan daya psikis afektif. Daya konatif berhubungan dengan kehendak, niat, atau motivasi untuk bertindak. Misalnya Dorongan untuk mencapai tujuan, mengambil keputusan, mengatasi hambatan, atau mencari makna hidup. Maka motivasi yang mendorong tindakan untuk menjalankan ibadah atau mencari pengalaman beragama/spiritual itu berasal dari daya konatif yang mendorong tindakan. Lihat Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 87-105

²⁵ Zakiyah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta, Bulan Bintang, 1976. Lihat juga Masganti Sitorus, *Psikologi Agama*, Medan, Independen, 2015, hal. 9. Liha juga Ramadan Lubis, *Piskologi Agama...*, hal. 4

²⁶ Laili Alfita, "Kesadaran beragama dengan kecenderungan perilaku altruistik pada remaja", Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, 2011, hal. 19. Leni Agustina, "Pengaruh Kesadaran Beragama Orangtua terhadap Minat Menyekolahkan Anak ke Lembaga Pendidikan Islam di Desa Pujokerto Kec. Trimurjo Kab. Lampung". Metro: IAIN Metro, 2018, hal. 15-20.

realitas spiritual. Setidaknya ada tiga konsep ketuhanan yang berbeda yaitu panteisme, politeisme, dan monoteisme, memunculkan variasi dalam orientasi keagamaan manusia, mulai dari orientasi yang berfokus pada dunia alamiah (panteisme), keberagaman entitas spiritual (politeisme), hingga pengabdian kepada satu Tuhan yang transenden (monoteisme).²⁷

Pertama, panteisme (*pantheism*) adalah pandangan bahwa Tuhan dan alam semesta merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Dalam panteisme, Tuhan dianggap tidak memiliki eksistensi terpisah dari dunia fisik. Tuhan dipahami sebagai imanen, artinya Tuhan hadir di dalam setiap aspek alam semesta dan segala sesuatu di alam semesta memiliki unsur ketuhanan bahkan alam semesta itu sendiri dianggap sebagai manifestasi Tuhan. Tidak ada pemisahan antara Tuhan dan makhluk ciptaan-Nya. Keyakinan ini sering ditemukan dalam tradisi agama Hinduisme (Advaita Vedanta), Taoisme, dan Stoisisme dan beberapa ajaran mistik Barat. Kesadaran beragama dalam panteisme cenderung memunculkan sikap harmoni dengan alam dan melihat semua fenomena dunia sebagai ekspresi dari yang ilahi. Hal ini dapat memunculkan kesadaran religius yang bersifat inklusif dan holistik.

Kedua, politeisme (*polytheism*) yaitu keyakinan bahwa terdapat banyak dewa yang mengatur berbagai aspek kehidupan dan alam semesta. Setiap dewa memiliki karakter dan tugas spesifik serta kekuatan atau kekuasaan tertentu yang sering dikaitkan dengan unsur-unsur alam atau aspek kehidupan manusia. Dewa-dewa tersebut berhubungan langsung dengan manusia dan hubungan manusia dengan para dewa sering bersifat transaksional melalui ritual dan persembahan. Contoh klasik politeisme adalah agama Yunani Kuno yang memiliki dewa-dewa seperti Zeus, Poseidon, dan Athena, masing-masing menguasai langit, laut, dan kebijaksanaan. Beberapa aliran dalam agama Hindu, yang memuja banyak dewa seperti Brahma, Wisnu, dan Siwa. Agama Mesir kuno, dengan dewa-dewa seperti Ra, Osiris, dan Isis. Kesadaran beragama dalam penganut politeisme ini cenderung pluralis, cenderung melihat keberagaman sebagai sesuatu yang sakral dan mengakui keberadaan berbagai kekuatan yang saling melengkapi dalam alam semesta.

Monoteisme (*monotheism*) adalah keyakinan bahwa Tuhan hanya satu dan tidak dapat dibagi, disandingkan, atau ditandingi oleh entitas lain. Tuhan dalam monoteisme adalah transenden, berada di luar dan melampaui dunia fisik dan memiliki sifat mutlak, sempurna, dan tidak terbagi. Tuhan adalah satu-satunya sumber kekuasaan dan kebenaran,

²⁷ Masganti Sitorus, *Psikologi Agama*, Medan, Independen, 2015, hal. 9. Lihat juga Mircea Eliade, *Patterns in Comparative Religion*, Lincoln: University of Nebraska Press, 1996, hal. 43-47.

dianggap sebagai pencipta, pemelihara, dan penguasa tunggal alam semesta. Dalam monoteisme, hubungan dengan Tuhan bersifat personal dan didasarkan pada iman serta ketaatan. Contoh monoteisme adalah agama Islam, yang meyakini Allah sebagai satu-satunya Tuhan (tauhid). Agama Kristen, yang meskipun memiliki konsep Trinitas, tetap mengakui Tuhan yang satu. Agama Yudaisme, yang menyembah Yahweh sebagai Tuhan yang esa. Kesadaran beragama dalam monoteisme seringkali lebih bersifat transendental dan moralistik. Seseorang yang memiliki keyakinan monoteistik cenderung memiliki kesadaran hubungan personal dengan Tuhan dan mengembangkan kehidupan religius sebagai bentuk ketaatan, moralitas, dan etika.²⁸

Ketiga konsep ketuhanan tersebut memberikan kerangka filosofis dan teologis yang membentuk keberagamaan seseorang. Konsep ketuhanan membentuk kerangka pemikiran, nilai, dan tindakan seseorang dalam menjalani kehidupan beragama. Konsep ini menjadi inti dari refleksi spiritual, persepsi diri, dan hubungan dengan realitas transenden yang memberikan warna dan karakteristik unik pada kesadaran beragama seseorang, baik melalui pengalaman langsung maupun interaksi sosialnya.

Menurut Belaia dan Churilova, kesadaran beragama seorang individu mencerminkan hubungan dan dialog yang unik dengan Tuhan, di mana Tuhan dipandang sebagai pusat identitas dan tujuan hidup. Menurutnya konsep ketuhanan menjadi aspek utama yang menentukan sifat kesadaran beragama, termasuk kepatuhan pada ajaran agama dan dorongan untuk berkembang secara spiritual. Individu yang beragama memandang iman sebagai “pertemuan dan komunikasi langsung dengan Tuhan” serta sebagai cara mencapai makna hidup.²⁹ Sedangkan menurut Dvoinin menekankan bahwa kesadaran beragama dibentuk oleh alat semiotik yang diwariskan melalui tradisi agama tertentu. Alat-alat tersebut seperti simbol, ritual, dan konsep teologis, membantu individu memahami dan merefleksikan hubungannya dengan Tuhan. Proses tersebut tidak hanya bersifat personal tetapi juga sosial, karena kesadaran beragama berkembang melalui interaksi budaya dan komunitas.³⁰

Senada dengan hal tersebut, menurut Zakiah Daradjat kesadaran

²⁸ John Hick, *Philosophy of Religion*, Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1990, hal. 35-37. Ninian Smart, *Dimensions of the Sacred: An Anatomy of the World's Beliefs*, Berkeley: University of California Press, 1996, hal. 57-59.

²⁹ A. Belaia dan E. Churilova, “Religious Person's Peculiarities of Self-Consciousness”, *Azimuth Penelitian Ilmiah: Pedagogi dan Psikologi*, No. 1(34), 2021, doi: 10.26140/ANIP-2021-1001-0083.

³⁰ A. Dvoinin, “The Nature of Religious Consciousness in the Optics of Cultural-Historical Psychology by Lev S. Vygotsky”, *Bulletin of PSTGU. Series I: Theology. Philosophy. Religious Studies*, No. 104, 2022, Hal. 123–143, doi: 10.15382/sturi2022104.123-143.

beragama tidak hanya terbatas pada ritual formal, tetapi juga mencakup penghayatan nilai-nilai agama dalam kehidupan. Kesadaran beragama merupakan aspek mental dan aktivitas kejiwaan yang dapat dirasakan dan diuji melalui introspeksi. Semakin tinggi kesadaran beragama seseorang, semakin besar pula pengaruh agama dalam membentuk kepribadian, sikap, dan perilaku sehari-harinya. Kesadaran ini juga berperan dalam membantu individu menghadapi tantangan hidup, memberikan rasa makna, serta berfungsi sebagai sumber ketenangan jiwa dan penyembuhan psikologis.³¹ Penelitian yang dilakukan oleh Umeokafor dan Windapo menunjukkan bagaimana tingkat kesadaran beragama berpengaruh nyata pada kesehatan dan keselamatan kerja. Penelitiannya menyimpulkan bahwa kesadaran agama yang baik berdampak positif terhadap kesehatan dan keselamatan kerja individu maupun kelompok. Agama dapat menjadi media untuk meningkatkan kesehatan dan keselamatan.³²

Dengan demikian, konsep kesadaran beragama mencakup sentimen keagamaan, pengalaman ilahi, iman, sikap, dan perilaku yang terorganisasi dalam kerangka mental dan pribadi seseorang. Karena agama melibatkan semua aspek pikiran dan tubuh manusia, tidak hanya melibatkan keyakinan kognitif, tetapi juga emosi dan perilaku keagamaan. Emosi seperti rasa takut, harapan, dan cinta terhadap Tuhan dapat menjadi motivator kuat dalam perilaku keagamaan. Selain itu, partisipasi dalam kegiatan keagamaan, seperti ibadah dan kegiatan sosial, juga merupakan indikator dari kesadaran beragama. Sehingga kesadaran beragama mencakup dimensi kognitif, afektif, dan perilaku yang mencerminkan penghayatan seseorang terhadap ajaran agama.

- 1) aspek kognitif tercermin dari pemahaman tentang ajaran agama, doktrin, dan nilai-nilai spiritual.
- 2) aspek afektif melibatkan perasaan atau emosi yang muncul dalam hubungan individu dengan Tuhan, seperti rasa syukur, takut, cinta, atau ketenangan.
- 3) aspek perilaku berupa tindakan nyata yang mencerminkan kesadaran beragama, seperti ibadah, doa, dan perbuatan baik.

Kesadaran beragama memiliki banyak manfaat positif. Meski demikian, jika tidak dikelola dengan baik, dapat menimbulkan dampak negatif. Secara umum, rendahnya kesadaran beragama dapat bermanifestasi dalam berbagai perilaku yang merugikan diri sendiri dan

³¹ M. Ali, *Psikologi agama: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2010. Lihat juga Zakiyah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta, Bulan Bintang, 1976

³² Nnedinma Umeokafor and Abimbola Windapo, "The Influence of Religious Consciousness on Construction Health and Safety Practices and Performance", *Journal of Construction in Developing Countries*, Vol. 24 Issue 1, 2019: 23-47. DOI: 10.21315/jcdc2019.24.1.2

orang lain. Beberapa di antaranya adalah:

1) Etika dan moral yang lemah

Individu dengan kesadaran beragama yang buruk mungkin kurang memiliki pedoman moral yang kuat, cenderung tidak memiliki panduan dalam menentukan mana yang benar atau salah dalam kehidupan. Akibatnya, mereka lebih rentan dan mudah terjebak dalam perilaku negatif dan tindakan amoral, seperti korupsi, penipuan, kekerasan, penyalahgunaan narkoba, alkoholisme, atau perilaku hedonistik yang merusak diri sendiri dan orang lain. Kurangnya rasa tanggung jawab moral dapat berdampak pada hubungan sosial dan kualitas kehidupan.

2) Ketidakstabilan emosional dan psikologis.

Agama seringkali berperan sebagai sumber kekuatan dan hiburan, terutama dalam menghadapi kesulitan hidup. Tanpa pegangan spiritual, individu dapat mengalami peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan mental lainnya. Rasa hampa dan ketidakpastian eksistensial dapat menjadi sumber ketidakbahagiaan.

3) Perilaku antisosial seperti intoleransi, diskriminasi, dan bahkan ekstremisme.

Tanpa pemahaman dan penghormatan terhadap nilai-nilai universal yang seringkali diajarkan oleh agama, individu dapat lebih mudah terlibat dalam tindakan yang merugikan masyarakat. Interpretasi agama yang sempit dan kaku seringkali memicu sikap ekstrem, intoleransi, bahkan kekerasan terhadap kelompok lain yang berbeda keyakinan. Dalam konteks lain, menolak perubahan dan modernisasi.

4) Kerusakan hubungan sosial.

Agama seringkali berfungsi sebagai fondasi bagi komunitas dan hubungan sosial. Rendahnya kesadaran beragama dapat menghambat kemampuan individu untuk membangun dan memelihara hubungan yang berarti, mengarah pada isolasi sosial dan kesepian. Keharmonisan dan solidaritas dalam komunitas berkurang, karena nilai-nilai yang menjadi dasar kebersamaan (seperti toleransi, kasih sayang, dan keadilan) tidak lagi dijunjung tinggi. Ini dapat menyebabkan konflik horizontal dalam masyarakat, terutama dalam komunitas yang multikultural dan multireligius.³³

Untuk membangun kesadaran beragama yang sehat, diperlukan

³³ Laode Monto Bauto, *Perspektif Agama dan Kebudayaan dalam Masyarakat*, Bandung: UPI Press, 2018, hal. 45-50. Lihat juga Fuad Nashori, *Psikologi Sosial Keagamaan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018, hal. 78-95

upaya yang sistematis dan berkelanjutan. Kesadaran beragama dapat bersumber dari berbagai cara, mulai dari pencarian kebenaran ajaran agama, keterlibatan dalam kegiatan keagamaan, perenungan, dan penyelidikan-penyelidikan peristiwa-peristiwa alam, dan lain sebagainya. Pembentukan kesadaran beragama pada seorang individu hakikatnya adalah usaha untuk menumbuhkembangkan potensi dan daya pikirnya, baik dimensi kognitif, afektif, konatif, dan spiritualitas. Kesadaran beragama sering berkembang melalui proses pendidikan agama, pengalaman hidup, serta kontemplasi spiritual yang mendalam. Dalam psikologi agama, tingkat kesadaran ini juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti lingkungan keluarga, komunitas, dan pengalaman pribadi seseorang dalam menghadapi krisis atau masalah kehidupan. Beberapa pendekatan yang dapat dilakukan untuk membangun kesadaran beragama yang sehat diantaranya:

- 1) Pendidikan agama yang komprehensif, moderat dan inklusif.

Pendidikan agama harus mencakup pemahaman doktrin, ritual, dan nilai-nilai agama yang dianut. Namun, penting juga memasukkan aspek-aspek kritis dan reflektif agar individu dapat memahami konteks dan implikasi agama dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan agama yang mengedepankan moderasi (*wasatiyyah*) dan tidak eksklusif membantu individu memahami ajaran agama secara komprehensif tanpa ekstremisme. Hal ini dapat dilakukan melalui kurikulum pendidikan yang menanamkan nilai-nilai toleransi, kasih sayang, dan penghormatan terhadap perbedaan agama serta budaya

- 2) Pengembangan emosional dan sosial.

Memperkuat aspek sosial dalam beragama seperti kegiatan sosial, *charity*, dan keterlibatan dalam komunitas serta mengedepankan nilai kasih sayang, empati, dan toleransi di dalam pendidikan agama. Memahami dinamika sosial dan budaya dapat membantu individu memahami bagaimana agama berinteraksi dengan aspek-aspek lain dalam kehidupan.

- 3) Praktik spiritual yang seimbang.

Mendorong praktik keagamaan yang berfokus pada pengembangan diri dan kebaikan, bukan hanya ritual formalitas. Pemberian kesempatan refleksi diri dan praktik lain untuk meresapi dan meningkatkan kedamaian batin.

- 4) Fasilitasi ruang diskusi dan pemikiran kritis.

Mengadakan forum diskusi dan seminar untuk membahas isu-isu keagamaan secara kritis dan reflektif. Serta mendorong individu untuk mengeksplorasi keyakinan mereka secara pribadi dan mandiri.

- 5) Teladan yang baik dari orang tua dan tokoh masyarakat.

Menjadi contoh yang baik dalam menjalankan ajaran agama

yang *rahmatan lil'âlamîn* (rahmat bagi semesta alam). Mendorong pembelajaran dari pengalaman hidup para tokoh yang mampu menampilkan kesadaran beragama yang positif.³⁴

Berdasarkan hal tersebut di atas, kesadaran beragama merujuk pada pemahaman, pengetahuan, dan keyakinan seseorang terhadap konsep-konsep keagamaan, seperti Tuhan, moralitas, dan makna kehidupan. Kesadaran ini berkembang seiring dengan proses pendidikan agama, pengalaman hidup, serta interaksi sosial.

b. Pengalaman Beragama (*Religious Experience*)

Pengalaman beragama merujuk pada perasaan, emosi, atau kesadaran seseorang yang berkaitan dengan kehadiran atau interaksi dengan sesuatu yang dianggap sakral, ilahi, atau transenden. Dengan kata lain, perasaan yang muncul dalam diri manusia setelah menjalankan ajaran agama. Pengalaman beragama disebut juga pengalaman spiritual, pengalaman suci, atau pengalaman mistik. Dalam psikologi agama, pengalaman beragama dipahami sebagai fenomena subjektif yang dapat memberikan dampak signifikan pada kepercayaan, perilaku, dan kesejahteraan psikologis individu, seperti rasa takjub terhadap keagungan Tuhan, perasaan damai ketika berdoa, hingga pengalaman spiritual yang mendalam (misalnya, ekstase religius). William James menyebutkan bahwa pengalaman keagamaan personal sering kali terjadi dalam kesendirian dan melibatkan perasaan, tindakan, dan pengalaman individu dalam hubungannya dengan yang dianggap ilahi.³⁵

Menurut Saroglou, pengalaman beragama berhubungan erat dengan kepribadian manusia dan aspek-aspek psikologis seperti kebahagiaan, moralitas, dan hubungan interpersonal. Ia menekankan bahwa pengalaman ini membawa dampak terhadap cara seseorang menjalani hidup sehari-hari, termasuk dalam pengambilan keputusan moral dan pencarian makna hidup. Lebih lanjut, Hood, Jr. et al. menjelaskan bahwa pengalaman religius adalah salah satu dimensi penting untuk memahami psikologi agama secara mendalam. Mereka mendefinisikan pengalaman ini sebagai tanggapan emosional dan

³⁴ Nur Mukti, *Pendidikan Karakter Berbasis Agama*, Yogyakarta: Penerbit Nuansa Cendekia, 2021, hal. 112-125. Lihat juga Farah Muna, *Dialog dan Toleransi Antaragama dalam Perspektif Pendidikan*, Jakarta: Prenada Media, 2020, hal. 45-60. Lihat juga Abdurrahman Rahman, *Spiritualitas dan Kesehatan Mental: Membangun Kesadaran Beragama yang Sehat*, Bandung: Pustaka Pelajar, 2019, hal. 77-88.

³⁵ David Elkin dan Sally Elkind, "Varieties of Religious Experience in Young Adolescents", *Journal for the Scientific Study of Religion*, Vol. 2, No. 1, 1962, hal. 102-112, <https://doi.org/10.2307/1384098>

psikologis seseorang terhadap keyakinan atau praktik religius tertentu.³⁶

Dengan demikian pengalaman beragama menunjukkan pengalaman individu yang melibatkan hubungan dengan yang ilahi atau transenden. Contohnya seseorang dapat merasakan pengalaman religius saat melakukan ibadah tertentu, seperti merasa dekat dengan Tuhan ketika menjalankan sholat, meditasi, atau mendengarkan khutbah. Maka, psikologi agama melihat fenomena ini sebagai momen penting yang menandai keterhubungan personal individu dengan sesuatu yang ia anggap lebih tinggi dari dirinya.

Pengalaman beragama memiliki beberapa karakteristik yang unik dan dapat dianalisis, seperti:

1) Dimensi kognitif.

Pengalaman beragama juga melibatkan proses kognitif, dimana individu memberikan makna dan interpretasi terhadap pengalaman tersebut. Dalam konteks ini, pengalaman beragama dapat menjadi sumber keyakinan atau dogma religius. Carl Jung, seorang psikolog terkenal, menganggap bahwa pengalaman religius berhubungan erat dengan alam bawah sadar manusia dan simbol-simbol yang mencerminkan arketipe universal. Pengalaman ini membantu individu mengintegrasikan aspek-aspek dirinya yang terdalam dengan dunia luar.³⁷

2) Dimensi emosional dan afektif.

Pengalaman beragama sering kali diiringi dengan emosi yang mendalam, seperti perasaan kagum, syukur, cinta, atau bahkan rasa takut terhadap sesuatu yang suci. William James, dalam bukunya *The Varieties of Religious Experience*, menekankan bahwa pengalaman religius berfungsi sebagai sarana bagi individu untuk merasakan kehadiran kekuatan yang lebih tinggi. Emosi yang muncul dalam pengalaman ini dapat mengubah cara pandang seseorang terhadap kehidupan dan memberikan rasa makna yang mendalam.³⁸

3) Dimensi sosial-budaya.

Pengalaman beragama tidak hanya bersifat individual, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan budaya di mana individu tersebut berada. Menurut Jalaludin pengalaman beragama di Indonesia sering

³⁶ Saroglou, V. "Belonging, Believing, Behaving, and Benevolence: The Dimensions of Religion and Their Psychological Correlates." *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(1), 2011, h. 125-138. Lihat juga Hood, R. W. Jr., Hill, P. C., & Spilka, B. *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*, New York: The Guilford Press, 2009, h. 75-113.

³⁷ Carl Jung, *Psychology and Religion: West and East*, Princeton: Princeton University Press, 1969, hal. 67-72.

³⁸ William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, New York: Penguin Books, 1982, hal. 29-34

dipengaruhi oleh budaya lokal dan nilai-nilai sosial yang kuat. Pengalaman ini menjadi sarana individu untuk mencari ketenangan batin dan harmoni dalam kehidupan bermasyarakat. Menurut Emile Durkheim, pengalaman religius sering muncul dalam konteks sosial dan berfungsi untuk memperkuat solidaritas kelompok. Upacara keagamaan dan ritus kolektif dapat memperkuat pengalaman religius individu dan menjadikannya bagian dari identitas sosial.³⁹

4) Dimensi Transendensi.

Pengalaman beragama sering kali melibatkan perasaan melampaui batas-batas diri individu. Pengalaman ini dapat berupa perasaan bersatu dengan alam semesta, perjumpaan dengan Tuhan, atau perasaan berada di luar ruang dan waktu. Dalam tradisi mistik, seperti sufisme dalam Islam atau mistisisme Kristen, pengalaman transendensi ini menjadi puncak dari pencarian spiritual.⁴⁰

Dengan pengalaman agama yang mendalam, seseorang dapat mengubah sikap terhadap kehidupan, membuatnya lebih toleran, bersyukur, atau merasa lebih dekat dengan Tuhan (transformasi sikap). Di samping itu, pengalaman spiritual yang intens dapat meningkatkan motivasi seseorang untuk menjalani kehidupan yang lebih religius, seperti meningkatkan frekuensi ibadah atau melakukan amal kebajikan (peningkatan motivasi religius). Dan pengalaman agama yang membawa perasaan positif (kedamaian, kebahagiaan) atau negatif (takut akan dosa) akan memengaruhi kesehatan mental dan perilaku sehari-hari (pengaruh emosi dalam perilaku).

Berdasarkan ruang lingkup di atas, kesadaran beragama dan pengalaman beragama merupakan dua objek penting dalam psikologi agama yang berperan dalam membentuk sikap dan tingkah laku pemeluk agama. Keduanya saling terkait dan memiliki hubungan timbal balik yang signifikan. Kesadaran keagamaan mencakup pemahaman dan persepsi individu terhadap fenomena keagamaan, memberikan pemahaman intelektual terhadap ajaran agama. Sementara pengalaman keagamaan merujuk pada interaksi langsung individu dengan yang ilahi, memberikan penghayatan emosional dan spiritual.

Kesadaran beragama menyediakan kerangka kognitif yang membantu individu dalam menafsirkan pengalaman agama. Tanpa kesadaran yang

³⁹ Emile Durkheim, *The Elementary Forms of the Religious Life*, London: George Allen & Unwin, 1915, hal. 58-60.

⁴⁰ Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal. 102-106. Lihat juga William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, New York: Penguin Books, 1982, hal. 29-34. Lihat juga Carl Jung, *Psychology and Religion: West and East*, Princeton: Princeton University Press, 1969, hal. 67-72. Lihat juga Emile Durkheim, *The Elementary Forms of the Religious Life*, London: George Allen & Unwin, 1915, hal. 58-60. Rudolf Otto, *The Idea of the Holy*, Oxford: Oxford University Press, 1923, hal. 11-15.

cukup, pengalaman beragama mungkin tidak memiliki makna yang mendalam atau terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu pengalaman beragama yang intens dapat memperkuat kesadaran beragama seseorang, membuatnya lebih yakin terhadap ajaran agama dan lebih berkomitmen dalam menjalankan perintah agama. Kedua konsep ini penting dalam memahami dinamika spiritual dan psikologis dalam konteks keagamaan modern. Kombinasi antara kesadaran beragama dan pengalaman agama yang baik menghasilkan sikap religius yang matang, dimana individu tidak hanya memahami ajaran agama secara intelektual tetapi juga menghayati nilai-nilainya secara emosional dan spiritual. Hal ini dapat mengantarkan pada pemenuhan kebermaknaan hidup dan kesehatan mental yang baik.

c. Manfaat Psikologi Agama

Selain sebagai sebuah cabang keilmuan, psikologi agama juga merupakan ilmu terapan. Hasil kajian psikologi agama dapat dimanfaatkan di berbagai bidang seperti sosial, ekonomi, pendidikan, dll. Psikologi agama berkontribusi dalam memberikan solusi kehidupan manusia dalam kaitannya dengan agama yang mereka yakini.⁴¹

- a. Manfaat secara teoritis, yaitu mengkaji tentang perilaku-perilaku jiwa keagamaan dan mengakomodasi dan mengembangkan pemikiran pemikiran perilaku keagamaan.
- b. Manfaat secara praktis, yaitu: dapat memahami perilaku-perilaku keagamaan yang didukung oleh motif-motif tertentu. Sehingga kita dapat membimbing orang yang berperilaku keagamaan tersebut.
- c. Manfaat secara normatif, yaitu: dapat melihat perilaku keagamaan secara proporsional, yang mendorong masyarakat dapat hidup saling menghormati antar pemeluk agama sehingga tercipta kerukunan antar umat beragama dan antar umat seagama.

Selain itu, manfaat lain melakukan pengkajian Psikologi Agama bagi para tokoh agama, mubaligh, dan juru dakwah maupun guru agama adalah:⁴²

- a. dapat memahami bahwa tidak semua perilaku keagamaan berasal dari keyakinan kepada Tuhan Yang Maha Esa, terdapat juga motif yang mendorong setiap individu
- b. dapat memahami bahwa setiap individu memiliki motif yang berbeda-beda, dimana motif yang sama bisa menghasilkan perilaku keagamaan yang berbeda, atau sebaliknya, perilaku keagamaan yang sama dapat berasal dari motif yang berbeda.
- c. dapat menyadari bahwa perubahan dalam perilaku keagamaan seseorang

⁴¹ Redmon Windu Gumati dan Juharah, *Piskologi Agama: Telaah Perkembangan Studi Psikologi Komtemporer*, Bandung: Widina, 2020, hal. 20

⁴² Redmon Windu Gumati dan Juharah, *Piskologi Agama...*, hal. 20

dipengaruhi oleh faktor-faktor baik internal maupun eksternal.

- d. dapat membimbing perilaku keagamaan individu dengan cara yang lebih efektif dan efisien.

Manfaat psikologi agama secara khusus diantaranya sebagai berikut:⁴³

- a. Menanamkan cara berpikir positif baik untuk diri individu maupun sosial dan lingkungan sehingga dapat meminimalisir pengaruh negatif ketika datang berbagai tantangan dan hambatan dalam kehidupannya.
- b. Menanamkan kecerdasan kreatif atau kemampuan berfikir yang bersifat fleksibel dan bervariasi yang dilihat dari *process, person, press and product*.
- c. Menanamkan kecerdasan emosional yang terdiri dari potensi-potensi positif pribadi manusia seperti empati, memahami perasaan, mengendalikan amarah, mandiri, mampu menyesuaikan diri, memecahkan masalah dengan baik, tekun, setia kawan, ramah serta hormat kepada orang lain.
- d. Membangun kecerdasan spiritual melalui aplikasi pemahaman keagamaannya, hal ini seperti dalam konsep Islam ada tingkatan dalam beragama yaitu Islam, Iman, dan Ihsan.
- e. Fungsi edukatif yaitu untuk syiar ajaran agama, yaitu *amar ma'ruf* dan *nahyi munkar*.
- f. Fungsi penyelamat berupa penjelasan mengenai dua alam dunia dan akhirat sebagai entitas yang harus diyakini adanya.
- g. Fungsi perdamaian yaitu untuk relaksasi bagi jiwa dan kedamaian batin dari aspek tuntunan agama. Di saat manusia merasa bersalah dan berdosa, maka mengembalikan kepada kepercayaan ajaran agamanya merupakan solusi dalam bentuk pertaubatan.
- h. Fungsi sosial kontrol baik secara pribadi atau kelompok sebagai norma-norma kehidupan karena agama diyakini pula untuk menjadi pengawas yang berkaitan dengan aspek ghaib yaitu Tuhan.
- i. Fungsi memupuk solidaritas. Perasaan kesamaan kesatuan iman dan kepercayaan menimbulkan solidaritas baik secara individu maupun secara berkelompok. Psikologi agama berfungsi sebagai pembinaan ukhuwan atau rasa solidaritas.
- j. Fungsi transformatif yaitu sebagai metode atau cara menghilangkan kebiasaan buruk untuk mengubah kehidupan seseorang lebih agamissetia kepada norma-norma agama.

⁴³ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 8-15.

B. Memahami Sikap Beragama

Dalam pengertian umum, sikap dapat dipandang sebagai seperangkat reaksi-reaksi afektif terhadap objek tertentu berdasarkan hasil penalaran, pemahaman dan penghayatan individu. Dapat dikatakan juga sikap adalah kecenderungan untuk merespon secara positif atau negatif terhadap suatu objek tertentu yang mencakup komponen kognisi, afeksi, dan konasi. Sikap terbentuk dari hasil belajar dan pengalaman seseorang. Adapun sikap beragama adalah kondisi internal psikologis seseorang yang mendorongnya untuk berperilaku sesuai dengan tingkat ketaatannya terhadap ajaran agama. Sikap beragama ini tercipta melalui konsistensi antar tiga komponen psikologis yang bekerjasama secara kompleks menentukan sikap seseorang terhadap suatu objek yang konkret maupun abstrak. Tiga komponen tersebut, adalah: (1) kognitif yaitu kepercayaan atau pemahaman seseorang terhadap ajaran agama, seperti konsep Tuhan, moralitas, dan ritual ibadah; (2) afektif yaitu perasaan yang timbul dari keyakinan agama seperti cinta kepada Tuhan, rasa takut akan dosa, dan rasa syukur; dan (3) konatif yaitu perilaku nyata yang mencerminkan sikap beragama, seperti melaksanakan ibadah, berbuat kebaikan, dan menghindari perbuatan yang dilarang. Keterkaitan antara ketiga komponen, kognitif, afektif dan konatif, dengan persoalan yang menyangkut agama akan membentuk corak sikap beragama seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa sikap beragama sangat berkaitan dengan gejala kejiwaan.⁴⁴

1. Sumber Jiwa Keberagamaan

Sumber jiwa keagamaan manusia adalah aspek-aspek yang menjadi dasar munculnya kesadaran, keyakinan, dan perilaku keagamaan dalam diri individu. Sebagaimana disebutkan sebelumnya bahwa sikap beragama sangat berkaitan dengan gejala kejiwaan. Hal ini dapat dipahami karena sikap beragama bukan sekadar hasil dari tradisi atau lingkungan, tetapi juga melibatkan proses internal dalam jiwa seseorang, seperti emosi, kognisi, dan motivasi. Gejala kejiwaan yang positif, seperti rasa tenang, bahagia, dan penuh harapan, sering kali ditemukan pada individu yang memiliki sikap beragama yang mendalam. Sebaliknya, gangguan emosi seperti kecemasan atau depresi dapat memengaruhi sikap beragama seseorang. Dari aspek mental kognitif, seseorang yang mampu memandang agama sebagai sumber makna hidup cenderung memiliki sikap beragama yang lebih stabil dan positif. Islampun memandang bahwa keseimbangan antara akal, hati, dan jiwa adalah kunci untuk memiliki sikap beragama yang sehat. Ketidakseimbangan dalam salah satu aspek ini dapat menghasilkan gejala kejiwaan yang memengaruhi praktik

⁴⁴ Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal. 227-228 dan 230.

keberagamaan.⁴⁵

Para ahli membagi teori terkait sumber kejiwaan agama menjadi dua kelompok besar, yaitu teori monistik dan teori fakulti.

a. Teori Monistik⁴⁶

Teori monistik menganggap bahwa keberagamaan merupakan manifestasi dari satu aspek kejiwaan manusia yang bersifat holistik. Pandangan ini beranggapan bahwa keberagamaan tidak bisa dipisahkan dari seluruh pengalaman dan proses mental manusia. Menurut teori ini, jiwa manusia memiliki satu sumber utama yang berfungsi sebagai dasar dalam memahami dan merasakan keberagamaan. Pandangan ini sering digunakan untuk menjelaskan fenomena keberagamaan secara integratif tanpa memisahkan aspek-aspek psikologisnya. Beberapa tokoh yang mendukung teori ini antara lain: Thomas Van Aquino, Fredrick Hegel, Fredrick Schleimacher, Rudolf Otto, Sigmund Freud, Willaim Mac Dougall.

Thomas Aquinas menegaskan bahwa sumber kejiwaan agama adalah berpikir. Kemampuan berpikir manusia mengantarkannya pada keyakinan akan keberadaan Tuhan. Pemikiran serupa dikemukakan oleh Fredrick Hegel, yang menghubungkan agama secara erat dengan aktivitas intelektual atas rasa keberantungan yang mutlak terhadap kekuasaan yang berada di luar diri-nya.

Berbeda dengan Aquinas, Rudolf Otto menyoroti pengalaman spiritual sebagai respons terhadap sesuatu yang sama sekali lain, yang ia sebut sebagai *The Wholly Other* atau *numinous*. Perasaan ini memunculkan rasa kagum mendalam yang menjadi dasar jiwa keagamaan. Sementara itu, Sigmund Freud menawarkan perspektif psikoanalitik yang mengaitkan sumber keberagamaan dengan libido/naluri seksual, khususnya melalui *Oedipus Complex* dan *father image*.⁴⁷ Menurut Freud,

⁴⁵ Ellison, C. G., & Levin, J. S., "The Religion-Health Connection: Evidence, Theory, and Future Directions", *Health Education & Behavior*, 25(6), 1998, 700–720. Ryan, R. M., & Deci, E. L., "Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being", *American Psychologist*, 55(1), 2000, 68–78. Suhail, K., & Chaudhry, H. R., "Predictors of Subjective Well-Being in an Eastern Muslim Culture", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(3), 2004, 359–376.

⁴⁶ Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal. 48-50. Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Piskologi Agama dan Psikologi Islam*, Jakarta: Kencana, 2016, hal. 17-19

⁴⁷ *Oedipoes complex* merupakan mitos Yunani kuno yang menceritakan tentang seorang anak yang jatuh cinta pada ibunya dan akhirnya membunuh ayahnya. Peristiwa ini berakar dari masyarakat primitif yang bersedia berkonspirasi untuk menghilangkan ayah mereka dalam konteks masyarakat promiscuitas. Setelah kematian ayah, timbul perasaan bersalah di kalangan anak-anak tersebut. Selanjtunya *father image* (citra ayah), setelah membunuh ayah mereka dan dihantui oleh rasa bersalah, muncul penyesalan di dalam diri

hubungan emosional kompleks yang melibatkan cinta, rasa bersalah, dan pemujaan terhadap figur ayah menciptakan gambaran tentang Tuhan.

Fredrick Schleiermacher berpendapat bahwa agama berakar dari kesadaran manusia akan ketergantungan mutlak (*absolute dependence*), yang timbul karena manusia menyadari kelemahannya di hadapan kekuatan yang lebih besar. Di sisi lain, William McDougall berfokus pada insting dasar manusia sebagai sumber agama, yakni rasa ingin tahu, rasa takut, dan rasa ketergantungan, yang diperkuat oleh emosi-emosi keagamaan seperti kekaguman, penghormatan, serta rasa takjub.

b. Teori Fakulti⁴⁸

Teori fakulti berpendapat bahwa tingkah laku manusia tidak bersumber pada satu faktor tunggal, melainkan terdiri atas beberapa unsur. Unsur yang paling berperan adalah:

- 1) cipta (*reason*); menentukan benar atau tidaknya ajaran suatu agama berdasarkan pertimbangan intelektual
- 2) rasa (*emotion*); menimbulkan sikap batin yang positif dan seimbang dalam menghayati kebenaran ajaran agama
- 3) karsa (*will*); menumbuhkan doktrin keagamaan yang logis dan benar.

Tokoh-tokohnya diantaranya adalah George Malcolm Straton, Wiliam Isaac Thomas, Numa Denis Fustel De Coulanges, dan Zakiyah Daradjat. Straton mengemukakan teori konflik, yang menyatakan bahwa keberadaan konflik dalam kejiwaan manusia menjadi sumber kejiwaan agama. Keadaan yang berlawanan seperti moral-immoral, baik-buruk, rasa rendah diri dan rasa harga diri, kepasifan-keaktifan menimbulkan pertentangan (konflik) dalam diri manusia. Sehingga ketika sampai pada kondisi sedemikian mencekam, manusia akan bergantung pada Tuhan, sang pemilik kekuasaan tertinggi.

Numa Denis Fustel De Coulanges mengemukakan dua sumber yang mendorong manusia beragama, yaitu: (1) sumber internal yang muncul dari proyeksi psikologis individu dan dari pengungkapan berbagai pengalaman subjektif yang terakumulasi, (2) sumber eksternal yang berasal dari respon manusia terhadap kekuatan alam.

W. I. Thomas, mengemukakan teori *the four wishes*, empat kebutuhan dasar yang mendasari perilaku manusia, yaitu (1) keinginan akan rasa aman (*the wish for security*), (2) keinginan untuk mendapatkan

mereka. Rasa bersalah tersebut memunculkan gagasan cara menebus kesalahan tindakannya dengan melakukan pemujaan arwah ayah yang telah dibunuhnya, agar tidak ada pembalasan dari arwah tersebut. Realisasi pemujaan itu kemudian dianggap Freud sebagai cikal bakal dari upacara keagamaan, sehingga menurut Freud agama muncul sebagai hasil dari ilusi manusia.

⁴⁸ Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, hal. 52-56. Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Piskologi Agama dan Psikologi Islam...*, hal. 34-36.

penghargaan (*the wish for recognition*), (3) keinginan untuk memperoleh tanggapan dan kasih sayang (*the wish for response*), serta (4) keinginan akan pengalaman baru (*the wish for new experience*). Teori ini kemudian banyak digunakan untuk memahami berbagai aspek kehidupan, seperti pendidikan, keluarga, pekerjaan, bahkan agama, karena keempat “wishes” dianggap universal dan berakar pada kebutuhan mendasar manusia.⁴⁹

Sedangkan Zakiah Daradjat, berpendapat bahwa dalam diri manusia terdapat kebutuhan pokok, yang membuat seseorang memerlukan agama. Melalui pelaksanaan ajaran agama yang baik, kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat terpenuhi. Kebutuhan tersebut antara lain:

- 1) Kebutuhan akan rasa kasih sayang yang dalam bentuk negatifnya dapat dilihat dalam kehidupan sehari-hari, seperti mengeluh, mengadu, menjilat atasan, mengkabinghitamkan orang, dll
- 2) Kebutuhan akan rasa aman merupakan kebutuhan yang mendorong manusia untuk memperoleh perlindungan, misalnya sistem perdukunan, pertapaan, dll
- 3) Kebutuhan akan rasa harga diri adalah kebutuhan yang bersifat individual yang mendorong manusia agar dirinya dihormati dan

⁴⁹ Teori The Four Wishes dikembangkan oleh sosiolog Amerika Serikat William Isaac Thomas (1863–1947) pada awal abad ke-20 sebagai bagian dari upayanya menjelaskan motivasi dasar perilaku manusia dalam konteks sosial. Dalam teorinya, Thomas berpendapat bahwa setiap tindakan manusia digerakkan oleh empat keinginan pokok (*four wishes*), yaitu:

1. keinginan akan rasa aman (*the wish for security*), keinginan tampak jelas dalam kenyataan kehidupan manusia untuk memperoleh perlindungan atau penyelamatan dirinya baik dalam berbentuk biologis maupun nonbiologis.
2. keinginan untuk mendapatkan penghargaan (*the wish for recognition*), merupakan dorongan yang mencerminkan kebutuhan manusia untuk diakui dan dihargai oleh orang lain. Individu mendambakan status terhormat dan rasa hormat dari lingkungannya.
3. keinginan untuk memperoleh tanggapan dan kasih sayang (*the wish for response*), keinginan ini melahirkan hasrat untuk menjalin hubungan kasih sayang dalam pergaulan
4. keinginan akan pengalaman baru (*the wish for new experience*), keinginan ini membuat manusia terus menerus ingin mencari dan mempelajari hal-hal baru. Manusia cenderung cepat bosan dengan rutinitas atau lingkungan yang sudah dikenalnya, sehingga selalu termotivasi mengembangkan diri dan menemukan sesuatu yang berada di luar dirinya.

Menurut Thomas, keempat keinginan tersebut bersifat universal dan menjadi “motor penggerak” perilaku manusia, yang manifestasinya dibentuk oleh kondisi sosial dan budaya di sekitarnya. Keseimbangan antara keempat kebutuhan ini menghasilkan individu yang berperilaku adaptif terhadap norma sosial, sedangkan ketidakseimbangannya dapat menimbulkan perilaku menyimpang atau disfungsi sosial. Teori ini kemudian menjadi salah satu dasar bagi pengembangan studi psikologi sosial dan teori motivasi modern, serta memberikan pengaruh besar terhadap pemahaman perilaku manusia dalam konteks sosiologis dan keagamaan. Lihat William Isaac Thomas, *The Unadjusted Girl: With Cases and Standpoint for Behavior Analysis*. Boston, MA: Little, Brown, and Company, diambil dari https://brocku.ca/MeadProject/Thomas/Thomas_1923/Thomas_1923_1.html dan C. J. Colyer, “W. I. Thomas and the Forgotten Four Wishes: A Case Study in the Sociology of Ideas”, *The American Sociologist*, 46(3), 2015, hal. 402–426.

dihargai oleh orang lain.

- 4) Kebutuhan akan rasa bebas adalah kebutuhan yang menyebabkan seseorang bertindak secara bebas untuk mencapai kondisi dan situasi yang lega.
- 5) Kebutuhan akan rasa sukses merupakan kebutuhan manusia yang menyebabkan ia mendambakan rasa keinginan untuk dibina dalam bentuk penghargaan terhadap hasil karyanya.
- 6) Keinginan rasa ingin tahu adalah kebutuhan yang menyebabkan manusia selalu meneliti sesuatu.

c. Perspektif Islam⁵⁰

Dalam perspektif Islam, Allah swt. menciptakan manusia dengan dibekali fitrah, yaitu pondasi alami yang diberikan Allah kepada manusia. Manusia sejak lahir telah membawa potensi beragama berupa kecenderungan untuk mengikuti agama yang benar, agama tauhid yaitu Islam, dan tidak ada yang boleh mengubah ciptaan Allah swt. tersebut. Namun, banyak manusia yang tidak menyadari bahwa mengikuti agama Islam adalah bagian dari fitrahnya. Hal tersebut disebutkan dalam firman Allah Swt.:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ⁵¹

Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Allah); (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui. (QS. Ar-Rûm/30:30)

Ibnu Katsir maupun Quraishy Shihab dalam tafsirnya menyebutkan bahwa “*fitrah Allah*” dalam QS. Ar-Rûm/30:30 tersebut adalah Islam, sebagai agama tauhid yang menjadi kondisi alami manusia. Allah menciptakan manusia dengan kemampuan untuk mengenal Tuhan meskipun lingkungan dan pendidikan bisa mempengaruhinya. Allah telah memfitrahkan makhluk-Nya untuk mengenal dan mengesahkan-Nya yang tidak ada illah (yang haq) selain-Nya.⁵¹ Agama Islam dirancang Allah Swt sesuai fitrah atau sifat asli kejadian manusia. Jadi, setiap manusia memiliki

⁵⁰ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 41-46

⁵¹ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 6*, Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004, hal. 371-372. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, hal. 53-56.

fitrah atau potensi bawaan untuk mengenal dan menyembah Tuhan. Fitrah ini menjadi sumber utama jiwa keagamaan manusia karena manusia diciptakan dengan naluri untuk bertuhan.⁵²

Fitrah beragama ini berkaitan dengan ikrar primordial manusia ketika Allah Swt. mengambil kesaksian terhadap jiwa manusia, dengan berfirman: “*Bukankah Aku ini Tuhanmu? Mereka menjawab betul (Engkau Tuhan Kami), kami menjadi saksi*”. (QS. al-A'râf/7:172). Inilah hakikat manusia yang telah mengenal Tuhan sejak awal penciptaannya. Atas dasar ini, secara empiris seluruh manusia tak terkecuali, memiliki kecenderungan untuk menyembah yang Esa (mentauhidkan Allah) dan senantiasa berusaha mencari dan mencapai ketauhidan.

Dalam pertumbuhannya manusia sendiri yang mengupayakan dan mengarahkan fitrah tersebut kepada iman dan tauhid. Ikrar primordial tersebut telah diteorikan oleh Rahman bahwa meskipun manusia tidak mengingat dan menyadari ikrar primordial ini tetapi memiliki kecenderungan secara universal melalui bisikan “hati nuraninya”. Sebagaimana hal ini ditegaskan juga oleh Naquib Al-Attas tentang adanya suatu rasa berhutang dalam ruh manusia karena telah dibawa dari tiada ke ada.⁵³

Namun demikian, keadaan fitrah tersebut dalam aktualisasinya memungkinkan mengalami perubahan, sebagaimana sabda Rasulullah saw bahwa setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah kemudian kedua orang tuanya yang akan menjadikan anak itu menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi.⁵⁴ Dari hal tersebut, dapat dipahami bahwa setiap anak yang lahir dalam keadaan fitrah, memiliki karakter-karakter atau kecintaan kepada kebaikan-kebaikan. Adanya larangan merubah fitrah pada QS. Ar-Rûm/30:30 menunjukkan perlunya upaya-upaya untuk menjaga fitrah tersebut dari berbagai penyimpangan. Sebab setelah teraktualisasikan

⁵² Hamka, *Tasawuf Modern*, Jakarta: Republika, 2002, hal. 78-80.

⁵³ Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Psikologi Agama dan Psikologi Islam...*, hal. 84-85 dan 88.

⁵⁴ Teks hadits lengkap:

حَدَّثَنَا آدَمُ حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي ذَنْبٍ عَنْ الرَّهْرِيِّ عَنْ أَبِي سَلَمَةَ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَلَّدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يَهُودَانِهِ أَوْ يَنْصَرَانِهِ أَوْ يَمَجْسَانِهِ كَمَا تَلِدُ الْبَيْهِيمَةُ تُنْتِجُ الْبَيْهِيمَةَ هَلْ تَرَى

فِيهَا جَذَاءً

Telah menceritakan kepada kami Adam, telah menceritakan kepada kami Ibnu Abu Dza'bi dari Az Zuhriy dari Abu Salamah bin 'Abdurrahman dari Abu Hurairah radhiallahu'anhu berkata, Nabi ﷺ bersabda, "Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fithrah. Kemudian kedua orang tuanyalah yang akan menjadikan anak itu menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi sebagaimana binatang ternak yang melahirkan binatang ternak dengan sempurna. Apakah kalian melihat ada cacat padanya? (HR. Bukhari: 1296)

maka manusia dapat menjadi orang beriman (mukmin) atau menyimpang atau menjadi musyrik (politeis) dipengaruhi oleh dirinya dan lingkungannya.

Fitrah beragama dalam diri manusia merupakan naluri “suci” yang menggerakkan hatinya untuk menerima kehadiran Allah Yang Maha Suci dan fitrah adalah jalan yang lurus menuju kepada kesuksesan yang hakiki. Para Nabi dan Rasul menurut Rahman bertugas “memelihara hati nurani manusia agar ia dapat membaca apa-apa yang telah digoreskan dalam hatinya secara lebih jelas dan meyakinkan”.⁵⁵

Fitrah beragama ini membentuk fondasi spiritualitas manusia dalam berbagai dimensinya, diantaranya:

1) Keberagaman sebagai potensi bawaan

Fitrah beragama dipahami sebagai kecenderungan alami manusia untuk mencari dan mengenal Tuhan. Hal ini memberikan manusia landasan untuk menerima nilai-nilai spiritual yang dibawa oleh agama. Dorongan beragama merupakan kebutuhan mendasar manusia yang berakar pada sifat psikologisnya. Fromm menyatakan bahwa kebutuhan manusia akan agama berasal dari kondisi dasar eksistensinya. Agama menyediakan objek pengabdian untuk mengatasi isolasi, keraguan, dan ketidakmampuan, serta memberikan makna pada hidup.⁵⁶

2) Fitrah beragama sebagai kecenderungan kepada kebenaran

Fitrah tidak hanya sekadar potensi, tetapi juga dorongan aktif manusia untuk mencari kebenaran dan makna hidup. Ini terlihat dari sifat manusia yang sering bertanya tentang asal-usul kehidupan, tujuan, dan hubungan dengan Sang Pencipta. Murtadha Muthahhari menyatakan bahwa manusia cenderung mencari kebenaran dan kesucian, sehingga tidak bisa hidup tanpa menyucikan atau memuja sesuatu. Kajian Karen Armstrong juga menunjukkan bahwa manusia selalu mengkontruksi konsep tentang Tuhan, baik di kalangan awam, teolog, filsuf, sufi, maupun reformis. Bahkan, Ia menggambarkan pencarian manusia terhadap eksistensi Tuhan sejak 30.000 tahun sebelum Masehi hingga era modern.⁵⁷

3) Keterkaitan dengan pendidikan dan lingkungan

Meskipun setiap manusia dilahirkan dalam fitrah yang suci,

⁵⁵ Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 82-89. Abdul Kholiq, *Pendidikan Karakter Nabawiyah*, Semarang: Perkumpulan Radio Komunitas Mutiara Qur'an, 2023, hal. 55

⁵⁶ M. Abdullah, *Understanding the Concept of Fitrah: Its Role in Human Development*. Kuala Lumpur: International Islamic University Press, 2020, hal. 45-50. Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 115

⁵⁷ S. H. Nasr, *Islam and the Perennial Philosophy*. New York: Routledge, 2015, hal. 123-127. Zulkifli Abdurrahman Usman, “Agama adalah Fitrah Manusia”, LSMA Aceh, 2023, <https://publishing.lsamaaceh.com/2023/08/19/agama-fitrah-manusia/>

pendidikan dan lingkungan sangat berperan dalam membentuk keberagaman seseorang, sebagaimana sabda Rasulullah saw bahwa Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fithrah. Kemudian kedua orang tuanyalah yang akan menjadikan anak itu menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi.

4) Fitrah beragama dalam perspektif psikologi Islam

Fitrah beragama merupakan elemen jiwa yang memengaruhi perilaku, motivasi, dan hubungan manusia dengan Tuhannya. Manusia yang hidup sesuai fitrah beragamanya akan menemukan kedamaian batin dan keharmonisan hidup.⁵⁸

Dengan demikian fitrah beragama pada manusia dapat termanifestasi melalui keinginan untuk beribadah sebagai bentuk berkomunikasi dengan Sang Pencipta, pencarian makna dan tujuan hidup, serta kecenderungan kepada moralitas untuk membedakan antara yang benar dan salah. Dari sini jelas bahwa fitrah beragama tidak hanya mencakup aspek spiritual, tetapi juga dimensi moral dan etis, yang semuanya membentuk dasar keberagaman manusia. Fitrah ini membentuk fondasi spiritualitas manusia yang kemudian dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti pendidikan dan budaya. Artinya, secara naluri manusia memiliki kesiapan untuk mengenal dan menyakini adanya Allah, karena pengetahuan dan pengakuan terhadap ilahi sebenarnya telah tertanam secara kokoh dalam fitrah manusia. Namun, perpaduan dengan jasad telah membuat berbagai kesibukan manusia untuk memenuhi berbagai tuntutan dan berbagai godaan serta tipu daya duniawi yang lain telah membuat pengetahuan dan pengakuan tersebut kadang-kadang terlengahkan, bahkan ada yang berbalik mengabaikan. Sehingga dalam perspektif Islam, pemeliharaan fitrah beragama adalah kunci untuk mencapai kehidupan yang tenteram, harmonis dan bermakna.⁵⁹ Allah menjanjikan ketenangan bagi jiwa yang selalu tunduk dan patuh terhadap perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya sebagaimana dalam firman-Nya: *“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentaram dengan mengingat Allah, Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram”* (QS. Ar-Ra’d/13: 28).

Selain fitrah beragama sebagaimana dijelaskan di atas, manusia juga dibekali fitrah lainnya meliputi: fitrah hanif, fitrah jasmaniyah (jasad) dan fitrah ruhiyah (ruh), fitrah nafs, fitrah aqliyah (akal), dan fitrah kemampuan dan kebebasan berkehendak.

⁵⁸ K. Suhail dan H.R. Chaudhry, “Predictors of Subjective Well-Being in an Eastern Muslim Culture”, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(4), 2008, hal. 375–380.

⁵⁹ Gulen, M. F., *Essentials of the Islamic Faith*, Clifton: Tughra Books, 2011, hal. 51-58. Abdullah, A., “Human Nature (Fitrah) and the Concept of Human Development.” *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 2018, hal. 15-28.

1) Fitrah hanif (kecenderungan kepada kebenaran)

Fitrah hanif adalah pengakuan bahwa manusia diciptakan dengan kecenderungan untuk mengenal Allah dan jalan kebenaran. Hal ini mencerminkan hubungan spiritual mendalam yang alami, meskipun manusia seringkali terpengaruh oleh lingkungan, budaya, dan hawa nafsu yang menyimpangkan mereka dari jalan lurus. Kembalinya seseorang kepada agama atau kebenaran adalah bentuk realisasi dari fitrah hanif ini.⁶⁰ Ayat al-Qur'an yang mengisyaratkan ini diantaranya terdapat dalam QS. Al-A'râf/7:172 dan QS. Ar-Rûm/30:30.

2) Fitrah jasmaniyah (jasad)

Fitrah jasmaniyah (jasad) merujuk pada aspek fisik manusia yang diciptakan Allah dengan kesempurnaan dan keistimewaan untuk menjalankan tugas sebagai khalifah di muka bumi, meliputi kesempurnaan penciptaan, keseimbangan fisik dan ruh, amanah dalam Islam. Fitrah jasmaniyah mencakup kebutuhan, fungsi, dan keterbatasan tubuh manusia yang selaras dengan tujuan penciptaan.⁶¹ Ayat al-Qur'an yang mengisyaratkan ini diantaranya terdapat dalam QS. As-Sajdah/32:7-9.

3) Fitrah ruhiyah (ruh)

Fitrah ruhiyah (ruh) merujuk pada elemen spiritual dalam manusia yang diberikan Allah sebagai unsur utama yang membedakan manusia dari makhluk lainnya. Ruh adalah elemen yang diberikan langsung oleh Allah, yang mencerminkan kemuliaan manusia di antara makhluk lainnya. Kehadiran ruh memungkinkan manusia untuk beribadah, berpikir tentang makna hidup, dan mencari Allah. Ruh menjadi aspek penting dalam dimensi fitrah manusia karena berfungsi sebagai sumber kehidupan, kesadaran, dan hubungan dengan Allah.⁶² Ayat al-Qur'an yang mengisyaratkan ini diantaranya terdapat dalam QS. Al-Isrâ'/17: 85 dan QS. As-Sajdah/32: 9.

4) Fitrah nafs (diri)

Fitrah nafs merujuk pada aspek psiko-fisik dan moral manusia yang melibatkan kepribadian, potensi, dan kehendak bebas. Dalam

⁶⁰ Osman Bakar, "The Concept of Fitrah in Islam", *Islamic Studies Journal*, Vol. 29, No. 2, 1990, hal. 25-45. Rosnani Hashim, "The Universal Principle of Fitrah and Its Role in Islamic Education", *International Journal of Islamic Thought*, Vol. 5, No. 1, 2015, hal. 73-85.

⁶¹ Saad Ismail, "Islamic Teachings on Body, Soul, and Mind", *Journal of Islamic Philosophy*, Vol. 15, No. 4, 2019, hal. 120-140. Ebrahim Moosa, "Man's Physical and Spiritual Creation in the Quran", *Quranic Studies Journal*, Vol. 10 No. 2, 2017, hal. 65-87. Basheer Nafi, "The Concept of Human Body in Islamic Theology", *Islamic Theology Journal*, Vol. 21 No. 3 (2015), hlm. 53-72

⁶² Osman Bakar, "The Concept of Ruh in Islamic Philosophy", *Islamic Studies Journal*, Vol. 43 No. 2, 2012, hal. 157-176. Yasien Mohamed, "Spiritual Development in Islam: Understanding the Ruh", *International Journal of Islamic Thought*, Vol. 8 No. 1, 2019, hal. 73-90.

khazanah Islam nafs dapat berarti jiwa (*soul*), nyawa, ruh, konasi yang berdaya syahwat dan *ghadhab*, kepribadian, dan substansi psikofisik manusia. Aspek nafs adalah keseluruhan kualitas khas kemanusiaan berupa pikiran, perasaan, kemauan, dan kebebasan. Ia memiliki peran penting dalam pengembangan diri manusia, baik dalam hal spiritual, intelektual, maupun hubungan dengan Allah. Dalam kaitan ini, Ibnu Miskwaihi menyebut tiga macam kekuatan manusia (*al-quwwah nafsiyah*), yaitu pertama, *quwwatun natiqah/malakiyah* (daya pikir) yaitu kekuatan berpikir yang dalam badan digunakannya otak; kedua *quwwatun ghodabiyah* (daya marah) atau *quwwatun sab'iyah* (daya kebuasan) yaitu keberanian menghadapi risiko, ambisi pada kekuasaan, kedudukan dan kehormatan yang dalam badan digunakannya hati; ketiga *quwwatun syahwiyah* (nafsu) atau *quwwatun bahimiyah* (daya hewani) yaitu keinginan kepada kelezatan makanan/minuman/seksualitas dan berbagai kenikmatan indrawi yang dalam badan digunakannya perut. Al-Ghazali dalam *Ihya Ulumuddin* membagi nafs menjadi tiga tingkatan, yaitu pertama, *nafs al-ammarah* yang mendorong pada keburukan atau tabiat jasad untuk mengejar prinsip-prinsip kenikmatan (*pleasure principle*); kedua, *nafs al-lawwamah* yang bersifat menyesali, bimbang dan introspektif; dan ketiga, *nafs al-muthmainnah* yang bersifat tenang, tenteram dan damai. Melalui proses penyucian diri (*tazkiyatun nafs*) dari sifat buruk dan menggantinya dengan sifat mulia manusia dapat mencapai tingkat ketenangan batin dan mendekatkan diri kepada Allah.⁶³ Ayat al-Qur'an yang mengisyaratkan ini diantaranya terdapat dalam QS. Asy-Syams/91: 7-10 dan QS. Al-Qiyamah/75:2.

5) Fitrah aqliyah (Akal)

Fitrah aqliyah merujuk pada potensi bawaan manusia dalam menggunakan akal untuk memahami, merenungkan, dan mengenal kebenaran, termasuk mengenal Tuhan. Akal adalah salah satu anugerah Allah yang membedakan manusia dari makhluk lain dan merupakan bagian dari fitrah yang memungkinkan manusia untuk berpikir logis dan rasional, memahami wahyu, dan meneliti alam semesta sebagai tanda-tanda keberadaan Allah serta menjadi dasar etika dan moral yang membedakan antara yang benar dan salah. Sebagai fitrah manusia, akal memiliki dua makna yaitu: akal jasmani dalam arti fisik salah satu organ tubuh yang disebut otak dan akal rohani yang merupakan cahaya nurani

⁶³ Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam...*, hal. 129-164. Nur Hasan, "Elemen-Elemen Psikologi Islami Dalam Pembentukan Akhlak", *Spiritualita*, Vol. 3 No.1, 2019, 105-124, <https://doi.org/10.30762/spr.v3i1.1516>. Ratnawati, "Asfek-Asfek Kejiwaan Dan Motivasi Manusia Dalam Konsepsi Islam", *Islamic Counseling*, Vol. 1 No. 01, 2017, hal. 41-61

dan daya nafsani yang mampu memperoleh pengetahuan dan temuan.⁶⁴ Ayat al-Qur'an yang mengisyaratkan ini diantaranya terdapat dalam QS. Al-'Ankabût/29: 43, QS. Al-Mulk/67: 10, QS. Al-Baqarah/2:164, QS. Al-Mu'minûn/23:68, QS. Al-Anfâl/8:22, QS. Al-Hajj/22:46.

6) Fitrah kemampuan dan kebebasan berkehendak

Allah memberi manusia kemampuan untuk memilih jalan, baik atau buruk, dengan tetap mempertanggungjawabkan pilihan itu. Kebebasan berkehendak manusia adalah bukti keadilan Allah, sehingga pahala dan dosa adalah hasil dari pilihan manusia sendiri. Fitrah kemampuan dan kebebasan berkehendak berfungsi sebagai dasar bagi tanggung jawab moral manusia dalam perspektif Islam. Manusia tidak hanya diciptakan dengan potensi yang melekat, tetapi juga dengan kekuatan untuk memilih jalan hidup mereka, baik menuju kebaikan atau keburukan.⁶⁵ Ayat al-Qur'an yang mengisyaratkan ini diantaranya terdapat dalam QS. Al-Balad/90: 10, QS. al-Kahf/18: 29.

2. Dimensi Keberagamaan

Dimensi keberagamaan adalah aspek-aspek atau bentuk-bentuk konkret ekspresi keberagamaan seseorang yaitu bagaimana potensi keberagamaan itu diwujudkan dalam kehidupan nyata. Gambaran keberagamaan yang menurut Deonchy sebagaimana dikutip Jalaludin Rakhmat disebut psikografi dikembangkan teknik analisisnya oleh C.Y. Glock dalam "*On the Study of Religious Commitment: Review of Recent Research Bearing on Religious Character Formation*" (1962). Glock mengklasifikasikan peta keberagamaan (psikografi) menjadi 5 (lima) dimensi, yaitu dimensi: ideologis, ritualistik, eksperiensial, intelektual, dan konsekuensial.⁶⁶

⁶⁴ Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Psikologi Agama dan Psikologi Islam...*, hal. 69-70. Muhammad Isnaini dan Iskandar, "Akal dan Kecerdasan dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Hadits". *Mushaf Journal: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Hadis*, Vol. 1 No. 1, 2021, 103–118. <https://mushafjournal.com/index.php/mj/article/view/13>.

⁶⁵ Zaimul Asroor, "Kebebasan Kehendak Manusia: Studi Kasus Penafsiran Bintu Shati", *Journal of Qur'an and Hadith Studies*, Vol. 8 No. 2, 2019, hal. 112-132. <https://doi.org/10.15408/quhas.v8i2.13393>. Amanda Sephira Nuraini dkk, "Membedah Konsep Takdir dalam Aqidah Islam: Antara Ketentuan Ilahi dan Kebebasan Manusia", *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, Vol. 2 No. 4, 2024, hal. 339–349. <https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i4.412>

⁶⁶ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar*, Bandung: PT Mizan, 2003, hal. 44-50. Roni Ismail, "Keberagamaan Koruptor Menurut Psikologi: Tinjauan Orientasi Keagamaan dan Psikografi Agama", *Esensia*, Vol. XIII No. 2, 2012, hal. 289-304 <https://doi.org/10.14421/esensia.v13i2.743>

a. Dimensi Ideologis

Dimensi ideologis merupakan aspek keberagamaan yang berkaitan dengan keyakinan dan kepercayaan seseorang. Kepercayaan, doktrin atau iman adalah hal paling mendasar dalam keberagamaan, yang membedakan satu agama dari agama lain, bahkan antar aliran dalam satu agama yang sama. Misalnya, kepercayaan kepada Trinitas dalam Kristen atau iman kepada Allah, Nabi, dan al-Quran dalam Islam merupakan contoh ideologi keagamaan. Dimensi ideologis ini dipastikan dimiliki oleh setiap orang beragama, sesuai dengan agama yang mereka anut, meskipun terkadang mereka tidak melaksanakan perintah agama dan hidup di luar ajaran agama. Dimensi ideologis ini biasanya tetap tertanam kuat dalam hati setiap individu yang beragama.

b. Dimensi Ritualistik

Dimensi ritualistik berkaitan dengan berbagai perilaku atau tindakan yang dilakukan dalam konteks beragama. Di sini, yang dimaksud dengan perilaku dan tindakan bukanlah perilaku umum yang dipengaruhi oleh keimanan seseorang, melainkan tindakan-tindakan khusus yang ditetapkan oleh agama, seperti tata cara ibadah, pembaptisan, pengakuan dosa, puasa, shalat, dan upacara-upacara khusus pada hari-hari suci. Contoh dimensi ritualistik dalam Islam diantaranya shalat menghadap kiblat lima kali sehari, puasa di bulan Ramadhan, dan pelaksanaan haji ke tanah suci.

c. Dimensi Intelektual

Setiap agama memiliki sejumlah informasi tertentu yang umumnya harus dipahami oleh para penganutnya. Dalam Islam, ilmu fiqh mencakup berbagai penjelasan dari para ulama mengenai pelaksanaan ibadah. Ilmu syari'ah memaparkan hukum-hukum Islam, termasuk yang halal dan haram, serta hal-hal yang diperbolehkan dan dilarang. Selain itu, ilmu tarikh, ilmu agama, dan filsafat adalah contoh dimensi intelektual lain yang dipelajari dan dimengerti oleh umat Islam sebagai aspek dari praktik keberagamaan mereka. Dalam agama Kristen, Perjanjian Baru menyajikan informasi tentang Kristus dan para rasul.

Respon seseorang terhadap ajaran agamanya sangat dipengaruhi oleh pengetahuannya. Individu yang sangat dogmatis cenderung menolak informasi dari kelompok lain yang berbeda keyakinan. Dengan kemajuan sistem pendidikan, ilmu pengetahuan dan teknologi, lebih mudah dan cepat untuk mengakses informasi ajaran agama sehingga dimensi intelektual tidak lagi hanya dimiliki oleh kelompok tertentu. Meskipun demikian, pengetahuan intelektual tentang agama tidak selalu sejalan dengan perilaku sehari-hari. Meskipun setiap orang yang beragama mengetahui bahwa mencuri dilarang—dari segi iman mereka memahami

bahwa hal tersebut dilarang Tuhan, dan dari segi ilmu mereka sadar bahwa korupsi dapat merugikan orang lain, bangsa, dan negara—tetapi pengetahuan tentang larangan mencuri dan konsekuensi hukumnya tidak selalu membuat mereka anti-mencuri atau korupsi.

d. Dimensi Eksperiensial

Dimensi eksperiensial berkaitan dengan perasaan keagamaan yang dialami oleh para penganut agama, yang dalam psikologi dikenal sebagai *religious experience*. Pengalaman keagamaan ini dapat berkisar dari yang sangat sederhana, seperti kekhususan saat beribadah, hingga yang sangat mendalam, seperti yang dialami oleh para sufi atau mistikus dari berbagai agama. Dimensi ini berada di atas tiga dimensi sebelumnya—yaitu ideologis, intelektual, dan ritual—dan berkaitan dengan sejauh mana ketiga dimensi tersebut memengaruhi pengalaman keagamaan seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

Misalnya, jika seseorang memiliki keyakinan pada Tuhan (dimensi ideologis), melaksanakan ritual ibadah (dimensi ritual), dan memahami bahwa mengambil milik orang lain adalah salah (dimensi intelektual), tetapi tetap melakukan tindakan korupsi ketika ada kesempatan, maka orang itu hanya menjalani agama berdasarkan tiga dimensi tersebut. Dalam hal ini, ia tidak memiliki dimensi eksperiensial dalam keberagamaannya, karena ketiga dimensi tersebut tidak berpengaruh pada pengalamannya untuk menghindari korupsi. Sebaliknya, jika seorang penganut agama memilih untuk tidak melakukan korupsi meskipun ada kesempatan, maka keberagamaannya telah menjadi bagian dari pengalaman hidupnya. Ia menjalani agama sesuai dengan keimanannya, pengetahuannya, dan niat baik dalam beribadah untuk berbuat kebaikan kepada siapa pun dan kapan pun.

e. Dimensi Konsekuensial

Dimensi konsekuensial menunjukkan dampak ajaran agama terhadap perilaku penganutnya dalam kehidupan sehari-hari, yang dapat bersifat positif ataupun negatif. Jalaluddin Rakhmat menyebutkan contoh seorang anggota DPRD di Kabupaten Bandung mengundurkan diri dari jabatannya dan memilih menjalani kehidupan saleh setelah bermimpi bertemu Rasulullah saw. Dorongan dari ajaran Islam yang baru dianutnya mendorong Martin Luther King Jr. untuk berjuang melawan diskriminasi rasial di Amerika. Sebaliknya, pengaruh agama telah mendorong Jim Jones untuk memotivasi hampir seribu pengikutnya meminum racun.

Dimensi konsekuensial dianggap sebagai dimensi tertinggi dalam keberagaman karena berkaitan langsung dengan efek agama dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang memahami bahwa memenuhi kewajiban terhadap orang miskin merupakan bagian dari ajaran agama

cenderung menghindari praktik korupsi dalam bentuk apa pun. Dimensi ini menjadi elemen penting dalam sejarah dan pengalaman keberagamaan seseorang. Namun, tidak semua penganut agama memiliki dimensi konsekuensial dan pengalaman tersebut; banyak koruptor di Indonesia adalah individu yang secara resmi memeluk agama tertentu.

3. Perkembangan Sikap Beragama

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya bahwa sikap beragama adalah suatu kondisi individu yang mendorongnya untuk bertingkah laku sesuai dengan ketaatannya terhadap agama yang dianut. Sikap tersebut muncul akibat adanya keselarasan antara keyakinan (unsur kognitif), perasaan (unsur afektif) dan perilaku (unsur konatif) terhadap agama. Jadi sikap beragama merupakan perpaduan yang kompleks antara pengetahuan, perasaan serta tindak keagamaan dalam diri seseorang. Sikap beragama ini mengalami perkembangan seiring perjalanan kehidupan seseorang, mulai dari masa kanak-kanak hingga usia dewasa dan lanjut usia. Proses ini mencakup perubahan dalam pemahaman, perasaan, dan sikap terhadap agama, yang dipengaruhi oleh faktor usia, pendidikan, lingkungan, dan pengalaman keagamaan. Bahkan, Zakiah Daradjat mengakui adanya perkembangan keberagamaan sejak bayi dalam kandungan. Untuk itu, Daradjat menyarankan agar nilai-nilai agama ditanamkan sejak awal kehidupan yaitu sejak sebelum kelahirannya. Hal ini dapat dipahami karena berkaitan dengan pemberian roh dalam tahap penciptaan, yang disertai energi untuk membangkitkan kesadaran.⁶⁷

a. Perkembangan Sikap Beragama Pada Masa Anak⁶⁸

Perkembangan beragama pada masa kanak-kanak merupakan proses yang kompleks dan melibatkan berbagai aspek psikologis, sosial, dan kultural. Perkembangannya didominasi oleh proses belajar melalui peniruan (imitasi) dan pemahaman konkret terhadap simbol-simbol agama. Anak-anak cenderung memahami ajaran agama berdasarkan apa yang mereka lihat dan dengar dari lingkungan terdekat, terutama keluarga atau figur otoritas keagamaan. Perkembangan beragama pada anak bergerak dari imajinasi ke rasionalitas, lalu ke personalisasi. Pemahaman

⁶⁷ Zakiah Dardjat, *Ilmu Jiwa Agama...*, hal. 109. Hadari Nawawi, *Hakikat Manusia Menurut Islam*, Surabaya: Al-Ikhlash, 1993, hal. 237

⁶⁸ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 69-70. Ending Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 134-137. Zainal Abidin, *Psikologi Perkembangan Anak dalam Perspektif Islam*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2018, hal. 67-72. Achmad Munib Darajat, *Perkembangan Jiwa Agama Anak*, Jakarta: Bulan Bintang, 1993, hal. 45-60. Ronald Goldman, *Religious Thinking from Childhood to Adolescence*, London: Routledge, 2008, hal. 30-40.

awal dibangun melalui cerita, lingkungan keluarga, dan pembiasaan ritual. Anak-anak mulai mengenal simbol-simbol agama seperti shalat, doa, dan puasa, tetapi seringkali tanpa pemahaman yang mendalam. Seiring bertambahnya usia, pemikiran anak menjadi lebih logis dan reflektif terhadap ajaran agama.

Ciri-ciri perkembangan beragama pada masa kanak-kanak:

- Imitasi perilaku. Anak meniru perilaku keagamaan orang tua atau figur otoritas, seperti berdoa, shalat, atau menghadiri tempat ibadah, tanpa memahami maknanya secara mendalam.
- Pemahaman konkret. Anak memahami konsep agama melalui hal-hal yang bersifat konkret. Misalnya, mereka menganggap Tuhan sebagai sosok seperti manusia dan memahami doa sebagai aktivitas berbicara langsung dengan Tuhan.
- Emosionalitas tinggi. Perasaan cinta, takut, atau kagum terhadap agama biasanya didasarkan pada cerita atau pengalaman emosional. Anak mungkin merasa takut pada “hukuman Tuhan” atau senang karena “Tuhan mencintai mereka”.
- Peran lingkungan sosial. Lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat sangat berpengaruh dalam pembentukan pola pikir religius anak. Pengalaman pertama dengan agama biasanya terjadi dalam konteks keluarga, seperti pengajaran tentang doa atau cerita-cerita keagamaan.

Tahap perkembangannya terlihat sebagai berikut:

1) *The fairly tale stage* (tingkat dongeng)

Pada anak berusia 3–6 tahun mengalami ciri-ciri perkembangan beragama pada umumnya seperti berikut. Pemahaman tentang Tuhan masih dipengaruhi oleh fantasi dan emosi. Anak menghubungkan konsep ketuhanan dengan cerita dongeng atau imajinasi yang cenderung tidak logis. Anak mulai mengenal konsep diri dan lingkungan mengajarkan nilai dasar agama melalui simbol, doa, dan cerita. Perhatian anak lebih tertuju pada pemuka agama atau tokoh-tokoh religius daripada isi ajarannya. Pada tingkat ini, pandangan teologis anak bersifat individual, emosional, spontan, tetapi memiliki makna teologis. Contohnya, anak mungkin membayangkan Tuhan sebagai sosok manusia besar yang baik hati.

2) *The realistic stage* (tingkat kepercayaan)

Tahap ini biasanya terjadi pada anak usia 7 tahun ke atas dimana anak mulai mengembangkan pola pikir logis dalam memahami agama, yang sebelumnya didominasi oleh emosi dan fantasi. Tahap ini anak menghubungkan Tuhan dengan konsep sebagai pencipta alam semesta, menggantikan pandangan emosional atau simbolis sebelumnya. Pertanyaan hal-hal yang lebih logis/rasional terkait ajaran agama mulai berkembang karena dorongan pemahaman logisnya. Contohnya, anak

memahami bahwa Tuhan menciptakan hujan, bukan sekadar sosok magis yang memberikan air. Hubungan dengan Tuhan bergeser dari emosional ke logis seiring pemikiran anak yang lebih rasional. Sehingga mereka mulai memahami ajaran agama secara sistematis, dan mulai dibiasakan melakukan ibadah rutin, seperti shalat atau doa, sebagai bentuk pengenalan tanggung jawab religius. Tahap ini merupakan pondasi bagi anak untuk mengembangkan identitas religius yang akan dibawa hingga dewasa. Anak mulai merasa memiliki hubungan personal dengan Tuhan berdasarkan pemahaman yang lebih logis, memahami nilai-nilai agama sebagai panduan moral seperti menghormati orang tua, membantu sesama dsb, dan mulai belajar menjalankan ajaran agama dengan lebih bertanggung jawab.

3) *The individual stage* (tingkat individu)

Pada tingkat ini biasanya mulai terjadi di akhir masa kanak-kanak menuju usia remaja. Pada tahap ini sikap beragama mencerminkan kematangan emosional, spiritual, dan intelektual pada anak, Anak mulai memiliki konsep ketuhanan yang lebih personal dan unik. Pemikiran tentang Tuhan dan agama menjadi lebih personal tidak lagi sepenuhnya bergantung pada pandangan orang tua atau lingkungan. Kepekaan emosi terhadap agama juga semakin tinggi dimana anak memiliki keterlibatan emosional yang lebih mendalam dalam pengalaman keagamaannya dan mereka menginternalisasi nilai-nilai agama sebagai bagian dari identitas. Tahap ini adalah awal dari pembentukan kedewasaan spiritual, yang akan memengaruhi pola keberagamaan sepanjang hayatnya. Lingkungan sosialnya turut berperan dalam membentuk cara pandangan anak tentang agama. Pada tahap ini, konsep ketuhanan anak berkembang menjadi: a) konvensional dan konservatif meski terpengaruh sedikit fantasi, b) personal yaitu pandangan individual yang murni, c) humanistik dimana agama menjadi etos humanis dalam diri mereka dalam menghayati ajaran agama.

b. Perkembangan Sikap Beragama Pada Masa Remaja⁶⁹

Masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa yang penuh dengan perubahan fisik, emosi, sosial, dan intelektual. Biasanya terjadi pada usia 12-18 tahun sebagai masa remaja awal dan usia 18-21 tahun sebagai masa remaja akhir. Pada masa ini, individu cenderung mencari identitas diri dan memisahkan diri dari kendali orang tua, sambil menghadapi tantangan untuk menemukan pegangan hidup yang mandiri.

Umumnya individu di masa remaja memiliki ciri-ciri umum

⁶⁹ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 103-106. Ending Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 155-161.

diantaranya: pertama, ketidakstabilan emosi dimana remaja sering mengalami perubahan suasana hati yang cepat, misalnya dari gelisah menjadi marah, lalu berubah menjadi pendiam; kedua, mengalami konflik sosial dan moral dimana remaja sering dihadapkan pada konflik antara nilai moral dan dorongan materialistis; ketiga, perkembangan kognitif ditandai mulai muncul kemampuan berpikir logis dan abstrak yang memungkinkan mereka memahami konsep keagamaan secara mendalam.

Pada masa remaja awal, biasanya terjadi sikap kritis terhadap agama karena inkonsistensi dalam perilaku orang beragama. Muncul pandangan skeptis dengan mulai mempertanyakan konsep ketuhanan yang kompleks. Di saat tersebut penghayatan keagamaan cenderung rendah dimana remaja cenderung enggan melakukan ritual keagamaan. Seiring waktu setelah masa keraguan tersebut, remaja akan mulai kembali memahami agama sebagai pegangan hidup. Pandangan mereka terhadap Tuhan menjadi lebih positif dan realistis serta penghayatan spiritual lebih tenang dan mampu mulai membedakan antara doktrin agama dengan perilaku manusia penganut agama.

Oleh karena itu pada tahap ini, sikap remaja dalam beragama memiliki karakteristik sebagai berikut.

- 1) Percaya ikut-ikutan orang lain. Kepercayaan terbentuk karena pengaruh lingkungan terdekat, seperti keluarga dan guru agama yang biasanya dihasilkan dari didikan sederhana dan belum melalui proses pemikiran kritis. Namun hal ini bersifat sementara biasanya hanya terjadi pada masa remaja usia 13-16 tahun, dan setelah itu berkembang menuju cara beragama yang lebih sadar seiring dengan kematangan psikologis
- 2) Percaya dengan kesadaran. Semangat keagamaan remaja mulai muncul, didorong oleh keinginan untuk membuktikan pribadi dan menjalankan agama sebagai wilayah yang baru, bukan lagi sebagai ikut-ikutan saja. Setelah melalui proses kebimbangan dan peninjauan kembali, remaja memilih keyakinannya secara sadar dan seringkali dengan analisis kritis. Fase ini biasanya terjadi pada usia 17 atau 18 tahun dan bisa bergerak secara positif (mencari rasionalitas dan kritis terhadap hal tak masuk akal) atau secara negatif (menerima pengaruh luar seperti khurafat yang tidak berdasar)
- 3) Percaya tapi ragu-ragu.

Beberapa remaja mengalami keraguan terhadap agama akibat beberapa hal yang belum terjawab. Keraguan remaja terhadap agamanya terbagi menjadi dua, yaitu keraguan disebabkan kegoncangan jiwa dan terjadinya proses perubahan dalam pribadinya dimana hal ini merupakan kewajaran, dan keraguan disebabkan adanya kontradiksi atas kenyataan yang dilihatnya dengan apa yang diyakininya, atau dengan pengetahuan

yang dimiliki.

4) Tidak-percaya atau cenderung ateis

Dalam kasus tertentu, kebimbangan yang berlarut-larut dapat membuat remaja mengingkari agama. Kurangnya keyakinan kepada Tuhan berakar pada dinamika masa kanak-kanak. Jika seorang anak merasa tunduk pada kekuasaan atau kezhaliman pengasuhnya, ia mulai menumbuhkan sentimen pemberontakan terhadap kendali pengasuhnya, yang kemudian meluas hingga menentang kekuasaan apa pun termasuk kekuasaan Tuhan.

Perkembangan sikap beragama pada masa remaja ini dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya:

- 1) pengaruh hati nurani, rasa bersalah, dan rasa malu yang mulai terbentuk melalui sosialisasi dan pengalaman masa kecil.
- 2) perkembangan emosi dan moral, dimana perasaan beragama remaja sering bersifat ambivalen, bergantung pada kestabilan emosional.
- 3) pertimbangan sosial, dimana konflik antara nilai moral dan dorongan materialis sering memengaruhi kehidupan keagamaan remaja
- 4) pengaruh lingkungan seperti orang tua, guru, dan teman sebaya yang memiliki peran besar dalam membentuk sikap keagamaan remaja.

Sedangkan Robert H. Thouless mengemukakan empat faktor keberagaman yang dimasukkan dalam kelompok utama, yaitu pengaruh-pengaruh sosial, berbagai pengalaman, kebutuhan, dan proses pemikiran.

Berdasarkan hal tersebut, masa remaja adalah masa kritis dalam perkembangan keagamaan. Pada masa ini, remaja mencari identitas diri melalui eksplorasi keyakinan dan penghayatan keagamaan. Keraguan yang dialami dapat menjadi kesempatan untuk memperdalam iman atau, jika tidak dikelola, menyebabkan krisis keyakinan. Pemahaman agama yang diberikan dengan cara yang sesuai akan membantu remaja membangun pegangan hidup yang stabil menuju kedewasaan dan kematangan beragama.

c. Perkembangan Sikap Beragama Pada Masa Dewasa⁷⁰

Tahap perkembangan beragama pada masa dewasa mencerminkan dinamika perubahan psikologis, sosial, dan spiritual individu. Sebagai masa kehidupan yang ditandai oleh kematangan fisik, emosional, dan pola pikir, masa masa dewasa membawa perubahan mendasar dalam cara individu memahami dan mengamalkan agama. Proses ini dipengaruhi oleh pengalaman masa anak-anak dan remaja, lingkungan sosial, serta kemampuan reflektif yang berkembang. Perkembangan keberagaman ini

⁷⁰ Ramadan Lubis, *Psikologi Agama...*, hal. 124-136. Ending Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 163-182.

dapat dibagi ke dalam tiga fase utama, yaitu dewasa awal, dewasa tengah, dan dewasa akhir, masing-masing dengan karakteristik dan tantangan unik.

1) Fase dewasa awal (18–35 Tahun)

Pada tahap ini, individu mulai membangun fondasi hidup melalui karir, keluarga, dan hubungan sosial. Keberagamaan sering kali menjadi sumber nilai yang memberikan arah dan makna hidup. Ciri-ciri keberagamaan pada dewasa awal meliputi:

- Pemilihan keyakinan. Individu tidak lagi hanya mengikuti agama secara turun-temurun, tetapi memilih berdasarkan pemikiran matang dan kebutuhan batin.
- Realitas spiritual. Norma agama diterapkan secara realistis dalam kehidupan sehari-hari, seperti dalam hubungan interpersonal dan pekerjaan.
- Tantangan psikologis. Ketegangan emosional akibat tantangan ekonomi, pekerjaan, atau kekhawatiran masa depan dapat memperkuat atau justru melemahkan keberagamaan.

Namun, keberagamaan dewasa awal seringkali rentan terhadap tekanan lingkungan, sehingga proses pendalaman agama sangat dipengaruhi oleh pembiasaan keagamaan pada masa kecil. Selain itu menurut seorang ahli psikologi, Lewis Sherril, masalah yang dihadapi fase dewasa awal adalah memilih arah hidup yang akan diambil dengan menghadapi godaan berbagai kemungkinan pilihan.

2) Fase dewasa tengah (35–60 Tahun):

Dewasa tengah adalah masa evaluasi dan refleksi, di mana individu cenderung meninjau kembali nilai-nilai hidup mereka. Fase ini juga ditandai oleh puncak karier dan kehidupan keluarga, yang sering memengaruhi intensitas religiusitas. Pada tahap ini, keberagamaan menjadi lebih stabil dan terintegrasi dengan aspek-aspek kehidupan.

- Evaluasi hidup. Individu mengevaluasi pencapaian hidup, mengembangkan filosofi pribadi, dan mempersiapkan diri menghadapi perubahan. Agama sering menjadi sumber makna untuk menghadapi transisi ini.
- Kesadaran akan kematian. Pemikiran tentang akhir hidup dan kehidupan setelah mati memotivasi individu untuk lebih mendalami spiritualitas.
- Hubungan sosial. Keberagamaan pada masa ini sering dihubungkan dengan kegiatan sosial, seperti partisipasi dalam komunitas keagamaan, yang memberikan dukungan sosial dan pengakuan.

Menurut Lewis Sherril, masalah utama pada masa ini terletak pada upaya mencapai pandangan hidup yang matang dan utuh sebagai landasan

untuk pengambilan keputusan yang selalu konsisten.

3) Fase dewasa akhir (60 tahun ke atas)

Dewasa akhir adalah masa refleksi mendalam, di mana individu cenderung pasrah terhadap kehidupan dan lebih fokus pada hal-hal yang esensial. Pada tahap ini, agama berfungsi sebagai sumber ketenangan batin dan jaminan spiritual. Keberagamaan pada tahap ini memiliki karakteristik sebagai berikut:

- Pasrah dan sederhana. Aktivitas keagamaan formal cenderung menurun, tetapi fokus pada nilai-nilai spiritual yang lebih mendalam meningkat.
- Kesadaran akan akhir hidup. Individu lebih intens memikirkan keberadaan Tuhan dan kehidupan setelah mati, yang sering memotivasi peningkatan ibadah dan kegiatan keagamaan.
- Kesederhanaan. Kehidupan lebih berpusat pada hal-hal yang sungguh berarti, dengan pola hidup sederhana yang didasarkan pada nilai-nilai agama.

Namun secara umum keberagamaan dewasa mencerminkan ciri-ciri umum terkait kematangan emosional, sosial, dan spiritual:

- Berbasis pemikiran matang. Individu menerima ajaran agama tidak secara ikut-ikutan, tetapi berdasarkan analisis dan pertimbangan rasional.
- Realistis dan konsisten. Norma agama diterapkan secara konsisten dalam perilaku dan sikap hidup.
- Terbuka dan kritis. Sikap keberagamaan lebih terbuka terhadap pluralitas dan kritis terhadap dogma yang tidak rasional.
- Tanggung jawab pribadi. Keberagamaan diwujudkan dalam tindakan yang mencerminkan tanggung jawab terhadap sistem nilai yang dianut.
- Hubungan sosial. Terdapat hubungan erat antara keberagamaan dan kehidupan sosial, seperti partisipasi dalam komunitas keagamaan.

Diantara hambatan dan faktor yang mempengaruhi perkembangan keberagamaan orang dewasa adalah bersumber dari faktor internal berupa kapasitas diri, pengalaman masa lalu, konflik batin, dan hubungan individu dengan Tuhan memengaruhi kedalaman keberagamaan, dan dari faktor eksternal berupa lingkungan sosial, musibah, dan pengalaman hidup dapat mempercepat atau menghambat kematangan spiritual. Lingkungan yang rigid dan intoleran cenderung membatasi pengembangan keberagamaan, sedangkan lingkungan inklusif mendorong refleksi dan pendalaman.

Pada masa dewasa matang, individu sering mencapai tahap kepercayaan konjungtif, di mana mereka mampu mengintegrasikan berbagai perspektif dan menerima pluralitas. Mereka memandang Tuhan tidak lagi sekadar simbol, tetapi sebagai sumber nilai universal. Pada tahap

ini, keberagaman menjadi sarana untuk melampaui batas-batas sosial dan tradisi sempit, sehingga individu lebih terbuka terhadap pandangan baru.

Berdasarkan hal tersebut, perkembangan beragama pada masa dewasa adalah proses dinamis yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup, lingkungan, dan refleksi individu. Setiap tahap memiliki karakteristik dan tantangan unik, tetapi secara umum ditandai oleh kematangan pemikiran, sikap realistis, dan integrasi spiritualitas dalam kehidupan. Keberagaman pada masa dewasa berfungsi sebagai sumber makna, ketenangan, dan jaminan spiritual, yang semakin berkembang seiring bertambahnya usia.

d. Perkembangan Sikap Beragama pada Masa Usia Lanjut⁷¹

Usia lanjut adalah bagian akhir dari masa dewasa. Usia lanjut terentang dari usia 60 tahun sampai akhir hayat. Sama dengan masa-masa kehidupan lainnya, usia lanjut memiliki karakteristik tersendiri. Ahli psikologi membagi usia lanjut kepada dua fase yaitu usia lanjut dini (60–70 tahun), ditandai oleh penurunan kemampuan fisik dan psikis yang menuntut penyesuaian diri; dan usia lanjut (70 tahun ke atas), ditandai oleh penurunan kesehatan yang signifikan sehingga aktifitas fisik lebih terbatas.

Perkembangan beragama pada usia lanjut merupakan proses yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman hidup, perubahan fisik, dan perubahan sosial. Perkembangan beragama pada usia lanjut ini dapat dilihat dari beberapa tahap berikut yang saling berkaitan

1) Penguatan keimanan dan keterhubungan spiritual

Pada usia lanjut, individu sering menghadapi perubahan besar, seperti pensiun, penurunan kesehatan, atau kehilangan orang yang tercinta. Hal ini dapat memicu kebutuhan untuk mencari kedamaian batin dan makna yang lebih dalam. Agama menjadi sumber hiburan dan ketenangan, serta memberi makna baru dalam kehidupan sehari-hari yang mungkin dirasakan lebih sunyi atau penuh tantangan. Keimanan dan spiritualitas seringkali diperkuat melalui praktik ibadah yang lebih rutin, doa, dan kontemplasi pribadi. Lansia semakin mendalami ajaran agama dan menemukan kenyamanan dalam hubungan spiritual yang lebih intim dengan Tuhan.

2) Penerimaan diri dan pemaknaan hidup

Seiring dengan bertambahnya usia, lansia mengalami penurunan kemampuan fisik dan perubahan dalam status sosial (misalnya, pensiun) dapat mengarah pada perasaan ketidakberdayaan atau kehilangan identitas, sekaligus dapat memicu pertanyaan eksistensial tentang makna

⁷¹ Ramadan Lubis, Psikologi Agama..., hal. 124-136. Ending Nasrudin dan Ujam Jaenudin, Psikologi Agama dan Spiritualitas..., hal. 182-188.

hidup dan penderitaan. Lansia kemudia belajar menerima kondisi fisik mereka, keterbatasan, dan peran baru mereka dalam kehidupan sosial. Lansia mulai merenungkan pengalaman hidup dan penderitaan mereka dalam kerangka ajaran agama. Agama mengajarkan mereka bahwa penderitaan memiliki makna atau tujuan yang lebih tinggi, misalnya untuk mencapai kesucian, pembelajaran, atau pengampunan. Ajaran agama membantu mereka memahami bahwa usia lanjut adalah bagian dari proses kehidupan yang harus dihargai dan diterima dengan rasa syukur. Lansia belajar menerima dan mencari hikmah dalam penderitaan mereka, serta memperkuat ketabahan untuk menghadapinya dengan keyakinan bahwa ada makna spiritual di balik setiap ujian. lansia berusaha mencapai kedamaian batin melalui penerimaan terhadap perubahan yang terjadi pada diri mereka dan lingkungan sekitar, serta memperdalam hubungan mereka dengan Tuhan. Melalui agama, lansia membangun kembali rasa harga diri dan merasa lebih relevan dalam kehidupan, meskipun secara fisik atau sosial mereka mungkin semakin terbatas.

3) Peran sosial dan keterlibatan dalam komunitas agama

Kehilangan peran aktif dalam dunia kerja atau kegiatan sosial lainnya sering membuat lansia merasa terisolasi atau tidak relevan dalam masyarakat. Dalam prosesnya, lansia mencari peran baru dalam komunitas agama, seperti menjadi mentor atau pelayan sosial, untuk tetap merasa dibutuhkan dan aktif. Rasa keterasingan sosial mendorong orang lanjut usia untuk mencari teman melalui komunitas keagamaan, yang menjadi tempat berbagi masalah dan mendapatkan pengakuan sosial. Komunitas agama menyediakan kesempatan untuk terlibat dalam kegiatan sosial yang bermakna dan mempererat hubungan interpersonal. Keterlibatan dalam komunitas agama dapat memberikan rasa tujuan dan makna yang kuat, serta mengurangi perasaan kesepian atau tidak berguna.

4) Refleksi pada kehidupan setelah mati

Kesadaran akan kematian yang semakin dekat di usia lanjut dapat menimbulkan kecemasan atau keinginan untuk memahami kehidupan setelah mati. Lansia sering merenungkan ajaran agama tentang kehidupan setelah mati, surga, atau neraka. Rasa takut akan kematian mendorong intensitas keberagamaan. Mereka mencari penghiburan dan keyakinan bahwa hidup mereka memiliki tujuan yang lebih besar, dan bahwa ada kelanjutan setelah kematian. Keyakinan pada kehidupan setelah mati memberikan rasa damai dan ketenangan dalam menghadapi akhir hayat, serta mendorong lansia untuk menyelesaikan urusan batin mereka dengan lebih tenang.

5) Kesejahteraan mental dan emosional melalui keagamaan

Tantangan mental dan emosional seperti kecemasan, kesepian, atau depresi sering muncul di usia lanjut. Lansia menggunakan agama sebagai

sumber kekuatan mental dan emosional untuk mengatasi perasaan tersebut. Ibadah rutin, doa, dan kegiatan spiritual membantu mengurangi stres dan kecemasan, serta memperbaiki kualitas hidup mereka. Agama berfungsi sebagai penopang kesehatan mental, memberi rasa damai, ketenangan, dan harapan di tengah tantangan hidup yang semakin berat.

Oleh karenanya orang lanjut usia cenderung masuk ke dalam tiga kategori keberagamaan:

- 1) matang dan mantap dalam meyakini ajaran agamanya. Pada kategori ini orang lanjut usia lebih memfokuskan diri pada persiapan ukhrawi melalui ibadah dan perbaikan diri. Ia tidak lagi berpikir pada pemenuhan hasrat duniawi.
- 2) Tertutup untuk menjalankan ajaran-ajaran agama. Kategori ini biasanya akibat faktor fisik yang telah merasa tua atau faktor mental yang senantiasa ingin bebas sehingga menghambat pengamalan agama.
- 3) Bimbang. Terjebak dalam kebimbangan antara beragama atau tidak beragama, beribadah atau tidak beribadah, sehingga berpotensi dapat mengarah pada konversi agama.

C. Motivasi Beragama Menuju Kematangan Beragama

Setelah uraian tentang sikap beragama, sumber jiwa keberagamaan, serta dimensi dan perkembangan keberagamaan, langkah berikutnya adalah menelaah bagaimana motivasi beragama menjadi kekuatan penggerak yang mengantarkan seseorang menuju tingkat kematangan beragama. Jika sikap dan dimensi keberagamaan menunjukkan bagaimana agama hadir dalam perilaku individu, sedangkan motivasi beragama menjelaskan dinamika dan energi batiniah yang mendorong seseorang untuk tetap konsisten dalam keyakinan dan pengamalannya.

Pemahaman manusia terhadap dunia sekitarnya sangat dipengaruhi oleh berbagai elemen mental, diantaranya adalah konsep diri (*self-concept*), cara pandang (*worldview*), nilai-nilai (*values*) dan keyakinan (*beliefs*).⁷² Keempat elemen ini tidak hanya membentuk cara berpikir dan berperilaku dalam konteks sosial, tetapi juga memiliki peran penting dalam proses perkembangan dan kematangan beragama seseorang.

Self-concept (konsep diri atau identitas) mencerminkan bagaimana seseorang memahami dirinya sendiri sebagai perwujudan dari apa yang dipikirkan dan diyakini tentang dirinya sendiri. Konsep diri merupakan salah satu bentuk spesifik dari keyakinan-keyakinan individu. Dalam konteks kebencanaan, konsep diri seseorang memegang peran yang signifikan dalam

⁷² Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono (Ed), *Konstruksi Masyarakat Tangguh Bencana...*, hal. 108

menentukan perilakunya. Jika konsep diri seseorang lebih berorientasi pada hubungan sosial (interdependen), maka tindakannya cenderung mengutamakan keselarasan dan keselamatan kelompok dibandingkan kepentingan pribadi. Konsep diri ideal yang mengedepankan nilai-nilai religius akan mengarahkan individu untuk bertindak sesuai ajaran agama daripada pertimbangan lain.

Worldview menggambarkan cara pandang seseorang terhadap lingkungan atau alam tempat mereka hidup. Dalam konteks kebencanaan *worldview* merupakan representasi mental seseorang tentang bencana alam. Representasi ini mencakup pengetahuan mengenai aspek alami dari bencana, keyakinan tentang faktor objektif maupun non-objektif penyebab bencana, perasaan yang muncul saat menghadapi bencana, harapan-harapan, serta rencana tindakan yang akan dilakukan. Terlepas dari pemahaman ilmiah seperti geologi, klimatologi, ataupun ekologi, seseorang atau suatu masyarakat bisa saja lebih memilih mempercayai penyebab non-objektif suatu bencana alam. Sebagai contoh, masyarakat sekitar Gunung Merapi mungkin lebih mempercayai bahwa meningkatnya aktivitas vulkanik gunung tersebut disebabkan oleh kemarahan penguasa gunung atau “Dhanyang”. Akibat keyakinan ini, masyarakat tersebut menganggap melakukan ritual persembahan atau sesaji kepada Dhanyang Gunung Merapi sebagai tindakan yang lebih tepat daripada melakukan evakuasi seperti yang disarankan pemerintah.

Values menurut Schwartz adalah sesuatu yang diyakini seseorang sebagai hal yang benar atau salah, serta sebagai panduan mengenai apa yang seharusnya dilakukan dan dihindari, sesuai dengan apa yang dianggap penting atau tidak penting. Rokeach menambahkan bahwa *values* merupakan keyakinan yang menetap dalam diri seseorang, yang menilai suatu cara bertindak atau tujuan hidup tertentu lebih baik secara pribadi maupun sosial dibandingkan alternatif lainnya. Menurut Ruhan dan Zanna *values* memiliki peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku seseorang. Allport memperkuat pandangan ini dengan menyatakan bahwa *values* adalah kekuatan utama dalam kehidupan manusia, karena *values* inilah yang mengarahkan seseorang dalam menjalani aktivitas untuk mencapai hal-hal yang mereka anggap penting dan bernilai. *Values* ini bersifat tahan lama dan memberikan kestabilan dalam perilaku seseorang. Namun demikian, *values* juga dapat mengalami penyesuaian karena pengaruh situasi tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa *values* tidak selalu kaku tetapi dapat berubah secara kontekstual.⁷³

Beliefs (keyakinan) menurut Triandis adalah hubungan yang terjalin di

⁷³ Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono (Ed), *Konstruksi Masyarakat Tangguh Bencana...*, hal. 107

antara kategori-kategori tertentu. Misalnya, pernyataan “bencana hanyalah cambuk kecil” mencakup dua kategori yaitu kategori “bencana” (yang mengacu pada kejadian tertentu yang memenuhi kriteria tertentu) dan kategori “cambuk kecil”. Menghubungkan “bencana” dengan “cambuk kecil” merupakan bentuk keyakinan individu atau kelompok masyarakat tertentu. Beberapa jenis keyakinan yang berperan penting dalam perilaku manusia, khususnya dalam konteks kebencanaan, adalah keyakinan terkait atribusi diri (*self-attribution*), keyakinan agama, dan keyakinan yang berasal dari kearifan lokal.⁷⁴

Secara integratif, *self-concept*, *worldview*, *values*, dan *beliefs* membentuk fondasi motivasi beragama yang mendukung kematangan spiritual. Individu yang matang secara religius tidak hanya memahami ajaran agama secara kognitif, tetapi juga menginternalisasikan nilai-nilai ilahiah dalam seluruh aspek kehidupan sosial dan moralnya. Inilah yang membedakan perilaku keagamaan yang bersifat ritualistik dari perilaku keagamaan yang reflektif dan bermakna.

1. Motivasi Beragama

Motivasi berasal dari kata motif yang berarti dorongan atau alasan yang menjadi pendorong tindakan seseorang. Menurut M. Utsman Najati, motivasi adalah kekuatan yang membangkitkan aktivitas, mengarahkan perilaku, dan membantu mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks beragama, dorongan dalam relung jiwa manusia untuk mencari dan merenungkan Sang Pencipta, menyembah-Nya, serta memohon pertolongan-Nya ketika menghadapi kesulitan disebut Jalaludin sebagai motivasi beragama. Motivasi beragama berarti dorongan internal dalam diri manusia yang mendorongnya untuk menjalankan perilaku keagamaan dengan tujuan tertentu, atau sebagai usaha yang mengarahkan seseorang untuk memeluk agama. Motivasi ini berakar pada fitrah manusia untuk mendekat kepada Tuhan, meminta perlindungan, dan memaknai hidupnya.⁷⁵

Menurut pandangan psikologi, ada empat motivasi utama yang mendorong seseorang untuk menunjukkan perilaku beragama:⁷⁶

a. Mengatasi frustrasi hidup

Frustrasi dapat muncul dari berbagai aspek kehidupan, seperti kesulitan menyesuaikan diri dengan alam (frustrasi alam), konflik sosial

⁷⁴ Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono (Ed), *Konstruksi Masyarakat Tangguh Bencana...*, hal. 109

⁷⁵ Ramadan Lubis, *Piskologi Agama...*, hal. 54. Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Piskologi Agama dan Psikologi Islami...*, hal. 36

⁷⁶ Ramadan Lubis, *Piskologi Agama...*, hal. 56. Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Piskologi Agama dan Psikologi Islami...*, hal. 37

antara individu dan masyarakat (frustrasi sosial) yang menyebabkan ketidakbahagiaan, dan rasa bersalah karena dosa (frustrasi moral), hingga menghadapi kenyataan tentang kematian. Keempat faktor ini dapat mendorong manusia untuk mendekat kepada agama.

b. Menjaga kesusilaan dan tata tertib sosial

Manusia memerlukan institusi atau norma sosial untuk menjamin keberlangsungan moralitas dan keteraturan dalam masyarakat. Dorongan untuk menjaga nilai-nilai sosial dan moral ini sering kali memunculkan perilaku religius, yang pada dasarnya diarahkan pada tujuan sosial dan moral.

c. Memenuhi rasa ingin tahu (*curiosity*)

Manusia memiliki kebutuhan intelektual untuk mencari jawaban atas pertanyaan mendasar, seperti asal-usul kehidupan, tujuan hidup, alasan penciptaan manusia, tugas-tugas yang harus dilakukan, serta harapan yang dapat dicapai. Jawaban atas pertanyaan-pertanyaan ini sering ditemukan dalam agama, yang pada akhirnya mendorong seseorang untuk memeluk kepercayaan tertentu.

d. Mengatasi ketakutan

Ketakutan merupakan aspek psikologis yang sering dihadapi manusia dalam hidupnya. Ketakutan terhadap berbagai hal, seperti bencana atau ketidakpastian hidup, dapat mendorong seseorang untuk berpegang pada agama sebagai sarana perlindungan dan penenang jiwa.

Dalam pandangan Abraham Maslow bahwa motivasi sebagai kebutuhan dasar manusia disusun dalam bentuk lima tingkatan hirarki kebutuhan, yaitu:

- Kebutuhan fisiologis, sebagai kebutuhan primer dan penting terkait aspek esensial fungsi biologis manusia, mencakup kebutuhan dasar seperti makan, minum, tempat tinggal dan kebutuhan seksual.
- Kebutuhan rasa aman, meliputi keamanan, stabilitas, dan perlindungan dari ketakutan atau risiko dan ancaman.
- Kebutuhan sosial, mencakup untuk mencari cinta, memiliki dan dicintai, mencakup persahabatan, keluarga, dan dukungan emosional.
- Kebutuhan harga diri, mencakup pengakuan, penghargaan, prestasi, dan keahlian.
- Kebutuhan aktualisasi diri: mencakup pengembangan bakat dan kreativitas, termasuk pengejaran makna hidup, serta kontribusi nyata pada dunia sekitarnya.⁷⁷

Jika hal tersebut dikorelasikan dalam konteks agama, dorongan beragama muncul sebagai dorongan psikis yang bersumber dari sifat dasar

⁷⁷ Khoirul Umam dan Akbar Yazidurrahma, "Islamisasi Teori Kebutuhan Abraham Maslow", *Dirosat: Journal of Islamic Studies*, Vol. 9 No. 1, 2024.

manusia. Dorongan kebutuhan ini berperan sebagai motivasi yang mendorong individu untuk memenuhi kebutuhan spiritual, yang dapat memengaruhi semua tingkatan hirarki kebutuhan tersebut. Misalnya, agama dapat memberikan rasa aman, dukungan emosional, pengakuan sosial, hingga menjadi sarana aktualisasi diri melalui nilai-nilai ajaran agama.

Sebagai sistem nilai, agama berfungsi sebagai kerangka acuan untuk menentukan sikap dan perilaku yang sejalan dengan keyakinan yang dianut. Norma-norma agama memberikan panduan dalam kehidupan sehari-hari, membentuk ciri khas individu yang tampak dalam cara bersikap, berpenampilan, atau memilih tujuan partisipasi dalam berbagai aktivitas. Dalam kehidupan individu, agama memberikan kemantapan batin, rasa bahagia, perlindungan, dan kepuasan. Perasaan positif ini kemudian menjadi pendorong utama untuk berbuat kebaikan, menghadapi tantangan hidup, dan menjalani kehidupan dengan keyakinan yang kokoh. Sehingga, motivasi beragama menjadi kekuatan utama yang memandu manusia untuk menjalankan kehidupan yang tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik dan emosional, tetapi juga kebutuhan spiritual yang mendalam.

Secara psikologis, motivasi seseorang terhadap agama dapat dikategorikan menjadi dua jenis orientasi utama, yaitu intrinsik dan ekstrinsik. Orientasi intrinsik, yaitu ketika seseorang menjadikan agama sebagai pusat motivasi hidupnya. Mereka yang memiliki orientasi ini cenderung didorong oleh tujuan spiritual yang mendalam. Individu dengan religiositas intrinsik menjalankan agamanya sebagai bagian dari identitas diri, seolah-olah mereka benar-benar “menghidupi” agama tersebut. Agama dijadikan motivasi utama dalam hidup, dengan fokus pada tujuan spiritual dan identitas religius. Sedangkan orientasi ekstrinsik mengacu pada penggunaan agama untuk memenuhi kebutuhan tertentu, seperti kesejahteraan, pengakuan sosial, atau status. Dalam hal ini, agama lebih dilihat sebagai sarana untuk mendapatkan dukungan, persetujuan, atau keuntungan sosial, dengan fokus pada aspek perilaku dan sosial. Berdasarkan hal ini, seseorang yang memiliki orientasi intrinsik dapat dikatakan “menghidupi” agama, sementara seseorang dengan orientasi ekstrinsik “menggunkan” agama.⁷⁸

Dalam pandangan Islam, Allah swt telah menetapkan landasan agama bagi manusia melalui para rasul-rasul-Nya sejak rasul pertama Nuh as, Ibrahim as, Musa as, dan Isa as, hingga rasul terakhir Muhammad saw yaitu agama tauhid sebagai fitrah. Hal ini sebagaimana disebutkan dalam firman-Nya di QS. Asy Syu'ara/42:13.⁷⁹ Al-Qur'an di berbagai ayatnya mendorong

⁷⁸ Pedro Araújo et.al, “Preliminary Validation Study of the Intrinsic Religious Motivation Scale and the Centrality of Religiosity Scale for the Portuguese Population”, *Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ.*, 11(3), 2021, 908-922. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11030067>

⁷⁹ Terjemahan QS. asy-Syu'ara/42: 13 adalah “*Dia (Allah) telah mensyariatkan*

umat manusia untuk beragama. Dari perspektif Al-Qur'an, terdapat empat faktor utama yang mendorong manusia untuk beragama:

a. Motivasi untuk mendapatkan surga dan selamat dari neraka

Dorongan ini menjadi motivasi dasar yang banyak ditegaskan dalam ayat-ayat Al-Qur'an, meskipun dalam pandangan tasawuf dianggap sebagai motivasi yang paling rendah. Al-Baqarah/2:201 secara eksplisit mengungkapkan doa memohon kebaikan di dunia dan akhirat, serta terhindar dari siksa neraka. Selain itu, dorongan masuk surga dijelaskan pula dalam QS. Az-Zukhruf/43:68-70, yang menggambarkan kebahagiaan penghuni surga sebagai hasil dari ketaatan kepada Allah.

b. Keinginan untuk beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah

Al-Qur'an mendorong manusia untuk beribadah kepada Allah sebagai wujud pengabdian. Kata ibadah sendiri disebut sebanyak 275 kali dalam Al-Qur'an, menunjukkan betapa pentingnya aktivitas ini. QS. Al-Fatihah/1:5 secara eksplisit menunjukkan motivasi beragama untuk beribadah kepada Allah. Ibadah kepada Allah adalah bentuk penghambaan dan kepatuhan yang penuh, di mana manusia menyadari statusnya sebagai hamba Allah. Sebagaimana tujuan penciptaan manusia untuk menyembah kepada Allah melalui ibadah. Ibadah memiliki cakupan sangat luas dimana penentu perbuatan termasuk ibadah atau bukan ibadah adalah niat. Ibadah dengan niat ikhlas hanya kepada Allah akan mendekatkan hubungan manusia dengan Allah, membuat manusia merasakan kehadiran-Nya dalam kehidupan sehari-hari, sebagaimana terungkap dalam Al-Baqarah/2:186.

c. Keinginan untuk mendapatkan keridhaan dan kecintaan Allah

Motivasi beragama ini disebutkan dalam QS. al-Fajr/89:27-30, dimana keridhaan dan kecintaan Allah ini lebih bernilai dan lebih mahal daripada setiap nikmat. Motivasi untuk mendapatkan keridhaan dan kecintaan Allah direalisasikan dengan memeluk agama Islam (QS. Al-Maidah/5:3, Qs. Ali Imran/9:31) dan menjalankan seluruh apa yang diperintahkan Allah dalam Islam (Qs. Al-Baqarah/2:207).

d. Keinginan untuk mendapatkan kesejahteraan dan kebahagiaan hidup

Hal ini dapat diwujudkan dengan selalu berpegang teguh pada ajaran agama, menunaikan perintah Allah dengan penuh keikhlasan dan selalu mengikuti aturan nilai-nilai yang digariskan Allah (Qs. Ar-

kepadamu agama yang telah diwasiatkan-Nya kepada Nuh dan apa yang telah Kami wahyukan kepadamu (Muhammad) dan apa yang telah Kami wasiatkan kepada Ibrahim, Musa dan Isa, yaitu tegakkanlah agama (keimanan dan ketakwaan) dan janganlah kamu berpecah belah di dalamnya. Sangat berat bagi orang-orang musyrik (untuk mengikuti) agama yang kamu serukan kepada mereka. Allah memilih orang yang Dia kehendaki kepada agama tauhid dan memberi petunjuk kepada (agama)-Nya bagi orang yang kembali (kepada-Nya)".

Ra'd/13:26-29). Agama menjanjikan berbagai kemudahan kepada orang-orang bertaqwa (Qs. At-Talaq/65:4-5), terbebas dari adzab dan duka cita (Qs. Az-Zumar/39:61), diberikan jalan keluar permasalahan dan rizki dari arah yang tidak disangka-sangka (Qs. At-Talaq/65:2-3) dan akan dilimpahkan keberkahan dari langit dan bumi (Qs. Al-A'raf/7:96).⁸⁰

Dalam Al-Qur'an, terdapat beberapa pernyataan, baik secara eksplisit maupun implisit, yang menunjukkan dorongan-dorongan yang memengaruhi manusia. Dorongan tersebut dapat berupa naluri bawaan atau insting, dan keinginan terhadap hal-hal yang memberikan kenikmatan seperti kecenderungan kuat terhadap dunia dan syahwat, termasuk dalam bentuk kesukaan pada perempuan, anak-anak, dan harta kekayaan (QS. Ali Imrân/9:14 dan QS. Al-Qiyâmah:20). Meskipun manusia tidak dilarang menikmati kehidupan dunia, kenikmatan tersebut tidak boleh menjadi tujuan utama. Sebaliknya, manusia harus mengarahkan motivasinya pada tujuan akhir, yakni alam akhirat, yang lebih bersifat psikis dibandingkan biologis.

2. Kematangan Beragama

Kematangan (maturitas) atau kedewasaan dalam beragama ditunjukkan oleh kesadaran yang tinggi dan keyakinan yang teguh atas kebenaran agamanya serta kebutuhannya terhadap agama dalam hidupnya.⁸¹ Keadaan ini mencerminkan seseorang mencapai kedewasaan dalam keyakinan, pemahaman dan pengalaman ajaran agama. Hal ini mencakup rasa cinta dan penghormatan yang tulus terhadap Tuhan, disertai kemampuan untuk mengontrol diri, baik secara emosional maupun perilaku, yang mengarah pada hubungan harmonis dengan Tuhan dan sesama. Jadi tidak hanya mencakup aspek ritual, tetapi juga kesadaran yang mendalam terhadap nilai-nilai keagamaan, penerimaan pluralitas, dan refleksi personal terhadap keimanan. Kematangan beragama terkait erat dengan kematangan usia dan pengalaman hidup, yang keadaannya tidak terjadi seketika, melainkan melalui proses yang melibatkan pendidikan agama sejak usia dini, pengalaman hidup, dan pembelajaran dari berbagai interaksi sosial.

Namun terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya hambatan dalam proses menuju kematangan beragama:

- Faktor internal, seperti kapasitas rasional dalam menerima ajaran agama dan pengalaman yang memengaruhi stabilitas keberagamaan. Individu yang memiliki kapasitas rasional tinggi cenderung lebih mudah memahami dan mengamalkan ajaran agama dengan keyakinan penuh.

⁸⁰ Endang Kartikowati dan Zubaedi, *Psikologi Agama dan Psikologi Islam*, Jakarta: Kencana, 2021, hal. 92-101.

⁸¹ M. Taufik, *Psikologi Agama...*, hal. 115

Begitu juga hal sebaliknya. Selain itu, faktor intern lain seperti temperamen, gangguan jiwa, konflik dan keraguan, dan kondisi jauh dari Tuhan akan mempengaruhi sikap beragama.

- Faktor eksternal, termasuk tradisi agama dan pendidikan keagamaan di lingkungan. Individu yang hidup di tengah lingkungan keagamaan yang dinamis, terbuka terhadap kritik, dan memfasilitasi pengalaman kualitatif dalam beragama, tingkat spiritualitasnya akan lebih berkembang dengan baik dan menerima perbedaan dan pluralitas ajaran. Begitu juga hal sebaliknya. Selain itu faktor eksternal lain yang berpengaruh adalah musibah dan kejahatan.⁸²

Mengukur atau menentukan tingkat kematangan keberagamaan seseorang bukan suatu hal yang mudah, karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain:

- Proses perkembangan psikologis manusia yang berkelanjutan. Perkembangan ini tidak pernah mencapai kesempurnaan sepenuhnya, melainkan berlangsung terus-menerus sepanjang hidup. Keematangan keberagamaan seseorang dapat terus berkembang seiring dengan pertumbuhan psikologisnya.
- Ketidaksiharian antara kematangan fisik dan keberagamaan. Meskipun sering kali kematangan keberagamaan dianggap sejalan dengan kematangan fisik, hal ini tidak selalu terjadi. Banyak individu yang secara usia tergolong dewasa tetapi belum mencapai kematangan beragama.
- Ketergantungan pada ajaran agama tertentu. Setiap agama memiliki standar dan ukuran sendiri untuk mendefinisikan kedewasaan beragama. Dalam Islam, misalnya, konsep seperti aqil baligh atau mumayyiz menjadi pedoman dalam menentukan tingkat kedewasaan spiritual.⁸³

Menurut Gordon Allport, konsep kematangan dalam beragama harus didasarkan pada teori kematangan kepribadian. Menurut Allport, orientasi beragama yang positif hanya dapat ditemukan pada individu dengan kepribadian yang matang. Ciri-ciri orang dengan keberagamaan yang matang meliputi:

- memiliki pengetahuan luas namun tetap rendah hati (*well-differentiated and self-critical*),
- memiliki kekuatan motivasi (*motivational force*),
- konsistensi moral (*moral consistency*),
- pandangan hidup yang holistik yang mencakup tanggung jawab kepada Tuhan dan tanggung jawab sosial (*comprehensiveness*),

⁸² Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 180-181. M. Taufik, *Psikologi Agama...*, hal. 116

⁸³ M. Taufik, *Psikologi Agama...*, hal. 117. Husnul Khotimah, "Perkembangan Keberagamaan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya", *Al Naqdu: Jurnal Kajian Keislaman*, Vol. 1 No. 1, 2020.

- pandangan hidup yang terintegrasi (integral) yang mencakup refleksi, harmoni, dan kehidupan yang bermakna, serta
- memiliki sifat heuristik (*heuristic*), yaitu selalu mencari kebenaran.

William James, yang dijuluki Jalaluddin Rakhmat sebagai bapak psikologi agama, menguraikan kriteria kematangan beragama secara menyeluruh.

- seseorang yang matang beragama memiliki kesadaran mendalam akan keberadaan Tuhan, yang berarti hati dan pikirannya selalu terhubung dengan-Nya.
- ia menjalani hubungan yang berkelanjutan dengan Tuhan melalui penyerahan diri.
- penyerahan diri ini menghasilkan kebahagiaan dan rasa kebebasan yang mendalam. Menurut James, sikap beragama ditandai oleh keyakinan pada ketertiban yang tak terlihat dan keinginan untuk hidup selaras dengannya.
- kematangan beragama membawa transformasi dari emosi menuju cinta dan harmoni, menjadikan seseorang bebas dari kebencian, prasangka, dan permusuhan.⁸⁴

Kepribadian manusia secara utuh terlihat dari ciri khas (*individuality*), sikap dan perilaku lahir dan batin (*personality*), pola pikir (*mentality*) dan jati diri (*identity*). Maka, kepribadian yang berlandaskan nilai-nilai agama akan terlihat dari kemampuan seseorang menampilkan ciri khasnya sebagai penganut agama, sikap dan perilaku yang selaras dengan ajaran agama, pola pikir yang cenderung mendukung keyakinan agamanya, serta kemampuannya untuk menjaga jati diri sebagai individu yang beragama.

Individu yang memiliki kedewasaan dalam beragama biasanya menunjukkan orientasi keagamaan yang intrinsik. Mereka ditandai dengan pengetahuan yang luas dan sikap rendah hati, serta menjadikan agama sebagai motivasi utama dalam hidup mereka. Mereka menjalani kehidupan yang bermoral secara konsisten, bertanggung jawab tidak hanya kepada sesama manusia tetapi juga kepada Tuhan, dan memiliki tujuan hidup yang bermakna, selalu berusaha mencari kebenaran. Dengan demikian, orang yang beragama secara intrinsik menerapkan prinsip-prinsip agama dalam semua aspek kehidupannya. Karena kematangan pribadi dan spiritual, individu dengan orientasi keagamaan yang intrinsik tidak melakukan tindakan yang bertentangan dengan nilai-nilai kepribadian dan agama mereka, seperti korupsi. Orientasi keagamaan ini dapat dipahami sebagai perilaku yang menyelamatkan, di mana agama atau iman dipahami sebagai kebutuhan dasar yang mendasari setiap tindakan. Mereka menempatkan iman di atas

⁸⁴ Ahmad Fikri Sabiq, "Analisis Kematangan Beragama dan Kepribadian serta Korelasi dan Kontribusinya terhadap Sikap Toleransi", *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, Vol. 2. No. 1, June 2020

pandangan hidup yang egosentris dan mengevaluasi realitas duniawi dalam konteks yang transendental. Hal ini menghasilkan sikap hidup yang qona'ah (kebercukupan), sehingga kemungkinan untuk terlibat dalam korupsi sangat rendah.⁸⁵

Individu dengan kematangan beragama sering menunjukkan kesehatan jiwa yang lebih baik, seperti optimisme, rasa tenang, dan kemampuan menerima kenyataan hidup; bersikap moderat dan menjunjung toleransi serta memiliki kesadaran totalitas untuk menjalankan agama dengan penuh keikhlasan, bukan sekadar formalitas. Lynn Wilcox menyebutkan bahwa kematangan keberagamaan mencakup aspek kesehatan jasmani, emosional, spiritual, dan mental. Wilcox menyebutnya dengan "kesehatan super", meliputi lima dimensi utama: jasmani, sosial, emosional, spiritual, dan mental. Setiap dimensi memiliki ciri-ciri khas sebagai berikut:

- Kesehatan jasmani. Ditandai dengan kebugaran fisik yang luar biasa, seperti bebas dari kecanduan, fleksibilitas tinggi, kendali fisik yang baik, sedikit kebutuhan tidur dan makan, kemampuan penyembuhan diri yang cepat, serta keadaan yang benar-benar rileks.
- Kesehatan sosial. Terlihat dari kemampuan menjalin hubungan antarpribadi yang istimewa, sikap tenang namun tegas, tidak tergantung pada orang lain atau norma budaya, rasa persatuan dengan umat manusia, selera humor yang baik, kemurahan hati, dan kesukaan dalam memberi.
- Kesehatan emosional. Mencakup kebebasan dari rasa takut, ketenangan batin, rasa puas, penerimaan diri, keseimbangan emosional, stabilitas, dan kemampuan menikmati hidup. Orang dengan kesehatan emosional ini cenderung harmonis, memiliki kebahagiaan mendalam, dan mampu mengalami ekstase.
- Kesehatan spiritual. Ditandai dengan kebaikan hati, cinta kasih, kerendahan hati yang tulus, kemampuan untuk menyembuhkan, sikap berserah diri kepada kekuatan ilahi, pemahaman mendalam tentang Tuhan, dan akhirnya mencapai persatuan dengan Tuhan.
- Kesehatan mental. Dihiasi kreativitas tinggi, persepsi yang efisien tentang realitas, fokus yang mendalam, produktivitas, dan semangat hidup. Orang dengan kesehatan mental ini memiliki kecerdasan yang melampaui tes intelektual, penghargaan terhadap hal-hal sederhana, serta kekaguman yang terus-menerus terhadap dunia seperti anak kecil.⁸⁶

⁸⁵ Roni Ismail, *Keberagamaan Koruptor Menurut Psikologi: Tinjauan Orientasi Keagamaan dan Psikografi Agama*, *Esensia*, Vol. XIII No. 2, 2012, hal. 289-304 <https://doi.org/10.14421/esensia.v13i2.743>

⁸⁶ M. Taufik, *Psikologi Agama...*, hal. 118.

3. Keyakinan Agama Membentuk Intensi dan Perilaku

Perilaku manusia sangat dipengaruhi oleh keseluruhan pengalaman yang disadarinya. Kesadaran menjadi faktor utama yang memengaruhi tindakan seseorang. Dengan kata lain, apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh individu akan menentukan tindakan yang diambilnya. Perilaku manusia juga terwarnai oleh nilai-nilai dominan yang dimilikinya. Nilai-nilai dominan yang ada dalam diri seseorang akan menyentuh dan mewarnai seluruh unsur kepribadiannya sehingga turut berperan dalam menentukan perilakunya. Empat unsur kepribadian yang meliputi energi rohaniah, naluri, ego (aku sadar) dan super ego, secara aktif mempengaruhi aktivitas seseorang.⁸⁷

Secara fitrah manusia terdorong untuk melakukan sesuatu yang baik, benar, dan indah. Namun ketika apa yang menjadi kebutuhannya tidak terpenuhi secara nyata terkadang naluri mendorong manusia untuk segera memenuhinya meski harus bertentangan dengan nilai/norma yang terbentuk batin, baik norma masyarakat maupun agama. Mekanisme yang ada dalam kepribadian manusia akan menyelaraskan tingkah laku manusia agar tercapai ketenteraman batin. Ketika dorongan yang bertentangan nilai/norma dilaksanakan maka hal ini akan membangkitkan kegelisahan pada unsur kesadaran diri (ego), sedangkan pemenuhan dorongan yang tidak bertentangan dengan nilai/norma akan menjadikan ego tenteram. Jika ego-ideal (norma dan agama) berperan dominan maka ego akan terjaga dari pengaruh dorongan naluri yang menyalahi nilai/norma agama. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan pengendalian ego tergantung dari pembentukan ego-ideal, yang menurut Sigmund Freud ego-ideal ini terbentuk oleh lingkungan keluarga dan masyarakat.⁸⁸

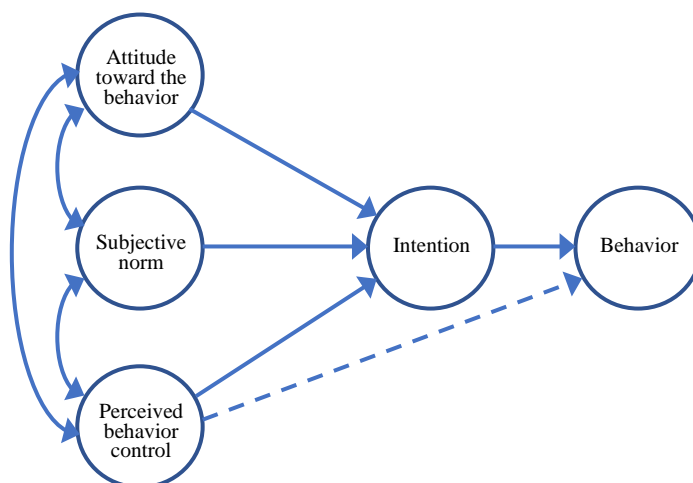
Nilai/norma masyarakat maupun agama, yang tertanam dalam batin

⁸⁷ Empat komponen utama dalam kepribadian manusia membentuk dinamika yang kompleks. (1) Energi rohaniah (*psychic energy*) berfungsi untuk mengatur berbagai aktivitas mental seperti berpikir, mengingat, dan mengamati. (2) Naluri, yang berasal dari kebutuhan fisik dan impuls emosional, berperan dalam memenuhi kebutuhan dasar seperti makan, minum, dan seks. (3) Ego, atau kesadaran diri, bertindak untuk meredakan ketegangan internal dengan menyesuaikan dorongan-dorongan yang muncul agar sesuai dengan realitas. Tugas utama ego adalah menjaga keseimbangan antara dorongan positif dan negatif, sehingga mampu mencegah munculnya kecemasan atau konflik batin. Di sisi lain, (4) superego berperan dalam memberikan penghargaan batin, seperti rasa puas, kebahagiaan, atau pencapaian, serta memberikan hukuman berupa rasa bersalah, dosa, atau penyesalan. Penghargaan ini dikendalikan oleh ego-ideal, sementara hukuman ditentukan oleh hati nurani. Misalnya, ketika seseorang merasa lapar tetapi tidak ada makanan, muncul dorongan untuk mencuri. Jika mencuri dilakukan, ego akan merasa bersalah karena melanggar norma yang diatur oleh ego-ideal. Namun, jika dorongan tersebut berhasil ditahan, hati nurani memberikan rasa puas sebagai bentuk penghargaan moral. Lihat Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Depok: Rajawali Pers, 2019, hal. 190-191

⁸⁸ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Depok: Rajawali Pers, 2019, hal. 192

individu memainkan peran penting dalam membentuk intensi dan perilakunya. Pengaruh agama terhadap sikap dan perilaku seseorang sangat signifikan karena keyakinan seseorang membentuk cara berpikir, bersikap, bereaksi, dan bertindak. Keyakinan ini terintegrasi dalam kepribadian individu, sehingga kesadaran beragama yang muncul dari keyakinan tersebut memengaruhi cara seseorang memahami peristiwa, bersikap, dan berperilaku. Hal ini menunjukkan kualitas kesadaran beragama berdampak langsung pada baik buruknya perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Ajzen, seorang psikolog sosial yang mengembangkan Teori Perilaku Terencana (*Theory of Planned Behavior* atau TPB), perspektif kepercayaan mampu memengaruhi seseorang untuk melaksanakan tingkah laku yang spesifik. Intensi merupakan awal terbentuknya perilaku seseorang sehingga menjadi indikator utama dari perilaku. Intensi dipengaruhi oleh tiga faktor utama: sikap terhadap perilaku (*attitude toward the behavior*), norma subjektif (*subjective norms*), dan persepsi kontrol perilaku (*perceived behavioral control*), sebagaimana digambarkan pada Gambar 2.1.⁸⁹



Gambar 2. 1 Teori Perilaku Terencana (*Theory of Planned Behaviour*)

Pendekatan psikologi agama dapat secara efektif memperkuat penerapan *Theory of Planned Behavior* (TPB) dalam upaya mengarahkan perubahan sikap dan tindakan terhadap mitigasi bencana, terutama melalui perspektif al-Qur'an. Dalam TPB, perilaku manusia diarahkan oleh tiga

⁸⁹ Icek Ajzen, The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 50(2), 1991, 179-211. Lihat Ni Nyoman Anggar Seni dan Ni Made Dwi Ratnad, "Theory Of Planned Behavior Untuk Memprediksi Niat Berinvestasi", *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 6.12 (2017): 4043-4068

komponen utama: sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan. Integrasi dengan nilai-nilai ajaran agama memberikan pengaruh moral dan spiritual yang signifikan terhadap ketiga komponen ini. Pendekatan psikologi agama memberikan dasar spiritual dan moral yang kuat untuk mengintegrasikan TPB dalam strategi mitigasi bencana. Melalui pembentukan sikap positif, norma sosial yang kuat, dan persepsi kontrol perilaku yang lebih baik, nilai-nilai al-Qur'an mampu memberikan landasan untuk perubahan sikap dan tindakan yang efektif terhadap mitigasi bencana.

Sikap individu terhadap perilaku (*attitude toward the behavior*) didasarkan pada evaluasi positif atau negatif terhadap tindakan tersebut. Jika seseorang percaya bahwa suatu tindakan akan memberikan hasil yang menguntungkan, maka sikapnya akan positif, dan ini meningkatkan intensi untuk melakukannya. Dalam konteks agama, ajaran dan keyakinan sering kali menjadi dasar pembentukan sikap, sehingga seseorang yang memiliki keyakinan agama yang kuat cenderung memiliki sikap positif terhadap perilaku yang sesuai dengan ajaran agamanya. Misalnya, agama dapat mengajarkan nilai moral atau etika tertentu seperti kejujuran, kepedulian terhadap sesama, kepedulian terhadap lingkungan atau larangan terhadap perilaku tertentu (misal mencuri atau berbohong). Keyakinan ini menjadi dasar bagi sikap positif terhadap perilaku yang sesuai dengan ajaran agama, dan sikap negatif terhadap perilaku yang bertentangan. Penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai religius dapat memperkuat hubungan antara sikap terhadap perilaku tertentu dengan intensi untuk melakukannya.

Terkait norma subjektif, merujuk pada persepsi seseorang tentang tekanan sosial untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku atau harapan dari orang-orang yang signifikan dalam kehidupan seseorang. Norma subjektif ini juga seringkali dipengaruhi oleh komunitas keagamaan. Dalam komunitas yang religius, norma-norma sosial sering kali mencerminkan ajaran agama, sehingga menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku tertentu. Misalnya, orang yang aktif dalam kelompok agama tertentu mungkin merasa tekanan sosial untuk menjalankan ibadah, membantu sesama atau mengikuti aturan moral yang diajarkan oleh agamanya. Pengaruh dari tokoh/pemimpin agama, keluarga atau teman yang religius juga memperkuat norma ini. Studi psikologis menegaskan bahwa tekanan sosial dari kelompok agama sering kali meningkatkan kepatuhan individu terhadap perilaku yang dianggap baik secara religius.⁹⁰

Adapun persepsi kontrol perilaku, mengacu pada sejauh mana

⁹⁰ Emmons, R. A. (1999). Religion in the Psychology of Personality: An Introduction. *Journal of Personality*, 67(6), 873–888.

seseorang merasa memiliki kemampuan atau sumber daya untuk melakukan suatu perilaku. Keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan, juga dapat dipengaruhi oleh agama. Dalam perspektif psikologis, keyakinan agama sering memberikan rasa tujuan dan keberdayaan, sehingga meningkatkan persepsi individu terhadap kemampuannya untuk mengatasi hambatan dan melaksanakan perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai agamanya. Contohnya, seseorang yang percaya bahwa Tuhan akan membantunya dalam melakukan perbuatan baik mungkin lebih percaya diri untuk bertindak, bahkan dalam situasi sulit. Contoh lain, keyakinan pada kekuatan doa atau intervensi ilahi dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang untuk mengatasi hambatan. Sebaliknya rasa bersalah atau dosa akibat melanggar ajaran agama dapat mengurangi persepsi kontrol seseorang atas perilaku tertentu. Penelitian menunjukkan bahwa religiusitas dapat meningkatkan efikasi diri, yang pada gilirannya memengaruhi intensi dan perilaku manusia.⁹¹

Kombinasi keyakinan agama dan teori TPB dapat memperkuat niat untuk bertindak dalam upaya mitigasi bencana. Pada TBP, niat atau intensi (*intention*) menjadi faktor penentu sebuah perilaku yang ditampilkan seseorang. Munculnya sebuah niat untuk berperilaku dipengaruhi beberapa faktor. TPB menganalisa enam konstruks atau faktor yang secara kolektif menggambarkan kemampuan pengendalian seseorang atas perilakunya, yaitu melalui.⁹²

- a. Sikap (*attitudes*) yang menunjukkan suka atau tidak suka sebagai hasil dari evaluasi rasa sukanya. Sikap terhadap perilaku ditentukan oleh sebuah keyakinan dalam individu yang melandasi perilaku berikut konsekuensinya. Implementasi dari keyakinan itu memungkinkan dari pandangan positif atau negatif tentang hasil yang diekresikannya. Sebagai contoh tentang pemahamannya atas sedekah. Secara pemahaman keagamaan, seseorang melakukan sedekah karena sebuah kebaikan yang mendapat pahala, maka ia memiliki sikap positif terhadap tindakan tersebut. Perilaku bersedekah itulah sebagai sebuah keputusan dari niat.
- b. Motivasi perilaku (*behavioral intention*) yang merujuk pada faktor motivasional yang mempengaruhi perilaku tertentu dengan mengembangkan asumsi semakin kuat motivasi atas tindakan tertentu, maka akan semakin memunculkan perilaku atas tindakan itu.

⁹¹ Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company.

⁹² Ni Nyoman Anggar Seni dan Ni Made Dwi Ratnad, "Theory Of Planned Behavior Untuk Memprediksi Niat Berinvestasi", *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 6.12 (2017): 4043-4068

- c. Norma subjektif (*subjective norms*) yaitu keyakinan yang dimiliki setiap orang tentang kesalahan dan kebenaran atas tindakan perilakunya. Norma subjektif merupakan persepsi individu terhadap perilaku orang lain yang akan memengaruhi individu tersebut untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku yang sedang dipertimbangkan. Jika lingkungan sosialnya, yaitu komunitas agama, mendukung atau mendorong bahkan mewajibkan sedekah maka norma subjektif akan menguatkan niat. Namun, niat bersedekah dapat berubah karena pengaruh orang lain atau faktor lainnya.
- d. Norma sosial (*social norms*) yaitu yang merujuk pada norma-norma adat dan budaya di lingkungannya yang seringkali menjadi acuan standar di kelompoknya.
- e. Kepemilikan daya (*perceived power*) yang merujuk ketersediaan fasilitas fisik maupun pengetahuan yang dapat memunculkan sebuah tindakan perilaku pada seseorang.
- f. Kontrol perilaku yang dipersepsikan, yaitu merujuk pada persepsi seseorang terhadap nyaman atau sulitnya melakukan perilaku tertentu yang diharapkan. Pengendalian atau kontrol perilaku merupakan sejauh mana seseorang merasa memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan tertentu. Misalnya jika seseorang merasa mampu secara finansial untuk mendonasikan uang, dan memiliki keyakinan bahwa tindakannya akan bernilai secara spiritual maka ia akan lebih mungkin melakukannya.

Dengan demikian, kesadaran agama dapat memperkuat semua elemen yang membentuk intensi dalam TPB, yaitu sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku. Hal ini menjelaskan mengapa keyakinan agama sering menjadi faktor penentu penting dalam perilaku manusia, terutama dalam konteks yang terkait dengan moralitas atau kewajiban sosial. Perspektif psikologis dalam TPB menyoroti bagaimana agama tidak hanya membentuk nilai-nilai dasar, tetapi juga menciptakan mekanisme sosial dan psikologis yang mendukung tindakan tertentu.

D. Implikasi Pendekatan Psikologi Agama dalam Menghadapi Persoalan Kehidupan

Agama tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, dan terjadinya pengingkaran terhadap agama adalah karena adanya faktor dari lingkungan tertentu baik lingkungan maupun internal dirinya. Secara fitrah, manusia memiliki unsur batin untuk tunduk dan patuh kepada kepada Zat Yang Maha Kuat. Sikap kepatuhan dan ketaatan inilah dalam psikologi kepribadian dinamakan pribadi (*self*) ataupun hati nurani (*conscience of man*). Di dalam Islam ditegaskan bahwa manusia memiliki fitrah beragama saat

dirinya diciptakan Allah. Fitrah beragama ini menjadikan manusia mempunyai naluri beragama.

Agama memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap perilaku yang merupakan implementasi dari kejiwaan atau mental mental individu. Individu manusia tidak akan mencapai atau memiliki mental yang sehat tanpa agama. Dalam kehidupan manusia, keberadaan agama dan proses kejiwaan manusia menjadi sebuah kesatuan dan mata rantai yang saling berkaitan. Sifat transendensi atau kekuatan supranatural dalam diri manusia secara disadari maupun di luar kesadarannya, akan terjadi.⁹³ Oleh karenanya, seringkali perilaku keseharian manusia ditentukan oleh hasil pengalaman atas keyakinan beragama dan perilaku dalam kehidupannya merupakan bentuk manifestasi atas keyakinan terhadap tuhan. Tidak dapat dipungkiri setiap jiwa manusia membutuhkan sentuhan-sentuhan spiritual karena sejatinya manusia itu adalah makhluk *homo religius*, yaitu makhluk yang memiliki sifat-sifat religius. Sementara berbagai hal terkait kehidupan psikis dan mental manusia beserta fenomena didalamnya dibahas dalam bidang psikologi. Maka psikologi agama dijadikan sebuah pendekatan utama dalam meneliti perkembangan keyakinan keagamaan manusia.⁹⁴

Dalam hal ini karena pentingnya mengamati agama yang dirasakan dalam hati, pikiran dan dilaksanakan dalam tindakan serta memantul dalam sikap dan cara hidup manusia. Menurut Mukti Ali, psikologi agama adalah ilmu yang meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkahlaku seseorang yang menyangkut tata cara berpikir, bersikap, berkreasi dan bertingkahlaku yang tidak dapat dipisahkan dari keyakinannya, karena keyakinan itu masuk dalam konstruksi kepribadiannya. Pengalaman beragama atau *religious experience* setidaknya mampu dipahami sebagai upaya membangkitkan semangat atau tawaran (*suggestions*) bahwa agama berperan sebagai pencegah konflik (*conflict prevention*), peringan atau kelonggaran ketegangan konflik (*mitigation*), dan sekaligus sebagai resolusi (*resolution*) atau *peacemaking and post-conflict peacebuilding*.⁹⁵ Agama yang memiliki daya dukung dalam menyelamatkan manusia.

Dalam Al-Qur'an terdapat ayat-ayat yang menunjukkan keadaan jiwa orang-orang yang beriman dan orang-orang kafir, sikap, tingkah laku,

⁹³ Daradjat, Zakiah. *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976, hal. 105. Wira Hadikusuma, "Memahami Agama Secara Psikologis Dan Relasinya Dalam Upaya Resolusi Konflik", *E-Journal System IAIN Bengkulu*, Bengkulu, Tanpa Tahun.

⁹⁴ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2003, hal. 10. L. Atkinson, dkk, *Instroduction of Psychology*, terj. Nurdjanah Taufik dan Rukmini Burhan, *Pengantar Psikologi*, Jakarta: Penerbit Airlangga, tt, hal. 19

⁹⁵ Judy Carter and Gordon S. Smith, *Religious Peacebuilding: From Potential to Action*, dalam Harold Coward and Gordon S. Smith (Eds), *Religion and Peace Building*, Albany: State University on New York Press, 2004, p. 279

kesehatan mental, penyakit dan gangguan kejiwaan serta kelainan sifat dan sikap yang terjadi karena kegoncangan kejiwaan, bahkan terdapat pula tentang perawatan jiwa, dan doa-doa.⁹⁶ Contohnya, ada ayat yang mengisahkan gejolak jiwa yang dialami oleh Nabi Ibrahim dalam proses pencarian Tuhan dan gejolak jiwa Nabi Adam yang merasa berdosa atas perilakunya yang menyalahi aturan Allah.⁹⁷

Seperti yang dikemukakan sebelumnya, bahwa pandangan Daradjat psikologi agama itu berfungsi untuk meneliti dan menelaah kehidupan beragama pada manusia dan mempelajari tingkat keberpengaruhannya terhadap perilaku dan kehidupannya. Perilaku seseorang yang tampak lahiriah terjadi karena dipengaruhi oleh keyakinan yang dianutnya. Karena pengalaman agama dapat menjadi fase pengembangan sejak permasalahan kehidupan yang sifatnya sederhana hingga yang kompleks. Realitas kehidupan yang kompleks itulah menjadi manifestasi beragama yang dikristalisasikan pemeluknya dalam berbagai bentuk kegiatan sehari-hari. Namun yang penting adalah melihat gejala-gejala keagamaan yang dapat dijelaskan melalui ilmu jiwa. Kesadaran yang muncul dalam pikiran dan hati yang kemudian termanifestasi dalam tindakan, seperti ibadah, dapat dikategorikan sebagai pengalaman agama baik melalui aspek perasaan (damai, tenang dan tentram).

Maka, dalam pandangan Daradjat, psikologi agama memiliki banyak implikasi dalam kehidupan manusia, di antaranya:

1. Membantu kepekaan terhadap nilai-nilai agama. Nilai-nilai agama yang diintegrasikan dalam kehidupan sehari-hari yang dipahami secara penuh kesadaran diri dapat membantu menemukan solusi di saat menghadapi permasalahan hidup manusia. Menurut Koentjaraningrat, emosi keagamaan menyebabkan suatu tindakan atau gagasan, mendapat suatu nilai keramat atau *sacred value*.⁹⁸ Ketika emosi keagamaan meningkat dalam diri seseorang maka dapat memunculkan konsep sistem kepercayaan dalam dirinya. Dalam masyarakat muslim sistem kepercayaannya menganut konsep tauhid. Sejak emosi keagamaan mulai aktif dalam kesadaran jiwanya, maka sejak itulah nilai-nilai agama menjadi sumber perilakunya.
2. Membentuk karakter. Nilai-nilai agama yang dipahami dengan kesadaran penuh memainkan peran penting dalam membentuk karakter manusia sejak usia dini. Yusuf Al-Qardawi berpendapat bahwa masyarakat Islam yang menerapkan ajaran Islam dan keyakinan mereka kepada Allah akan

⁹⁶ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2003, hal. 27.

⁹⁷ Jalaluddin, *Psikologi Agama*...., hal. 10. Sururin, *Ilmu Jiwa agama*, Jakarta: Rajagrafindo Persa, 2005, hal. 18.

⁹⁸ Koentjaraningrat, *Pengantar Ilmu Antropologi*, Jakarta : Aksara Baru, 1985, hal 267.

menghasilkan moralitas yang luhur, kepekaan sosial, dan kesadaran yang tinggi. Nilai-nilai agama berfungsi sebagai landasan utama dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk sosial, ekonomi, politik, hukum, pendidikan, seni, dan budaya. Oleh karena itu, Yusuf Al-Qardawi menyebut masyarakat Islam sebagai Masyarakat Rabbani, yakni masyarakat yang berpegang teguh pada nilai-nilai Ilahi.⁹⁹

3. Meningkatkan kecerdasan spiritual. Psikologi agama dapat membantu meningkatkan kecerdasan spiritual seseorang, yang tidak hanya dilihat dari pemahamannya, tetapi juga bagaimana ia menerapkan agama dalam kesehariannya.
4. Memahami perilaku seseorang. Psikologi agama dapat membantu memahami perilaku seseorang yang dipengaruhi oleh keyakinan beragama yang dianutnya. Masyarakat muslim tentu sebagai kelompok manusia yang kehidupannya berdasarkan ajaran agama Islam dan berkebudayaan Islam. Artinya ketika manusia menunjukkan pengakuan keberagamaannya maka agama menjadi suatu sistem dari kebiasaan atau tata cara, wewenang, dan kerjasama dalam menjalin hubungan sosial.¹⁰⁰
5. Mendorong kerukunan antar umat beragama. Psikologi agama dapat mendorong masyarakat hidup saling menghormati antar pemeluk agama sehingga tercipta kerukunan antar umat beragama. Kelompok-kelompok manusia yang beragama akan membentuk akhlak sesuai agama yang dianutnya, secara sadar, dan dalam kontrol sosial yang baik terhadap kehidupan lingkungannya.¹⁰¹
6. Meningkatkan kepercayaan pada Tuhan. Psikologi agama dapat membantu meningkatkan kepercayaan pada Tuhan dan memperkuat keyakinan terhadap agama yang kemudian menjadi kepribadian seseorang sebagai seorang yang beragama. Dalam psikologi agama, kepribadian adalah organisasi dinamis dari sistem psikofisik seorang individu manusia yang berperan menentukan cara menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, hingga membentuk sebuah kelompok. Psikologi agama seringkali mendiskusikan peran keilmuan ini terhadap resiliensi individu, hubungan antara praktik spiritual dengan kesehatan mental, dan agama sebagai

⁹⁹ Yusuf al-Qardawi, *Kayfa Nata Ma'a al-Qur'an fi al-Addin*, Kairo: Dar al- Syuruq, 2000, hal. 11. Lihat pada Syaiful Hamali, "Eksistensi Psikologi Agama Dalam Pengembangan Masyarakat Islam", *Jurnal TAPIs*, Vol. 8 No. 1 Januari-Juni 2012.

¹⁰⁰ Keilani HD, *Islam dan Aspek-aspek Kemasyarakatan*, Jakarta: Bumi Aksara, 1992, hal. 9

¹⁰¹ Syaiful Hamali, "Eksistensi Psikologi Agama Dalam Pengembangan Masyarakat Islam", *Jurnal TAPIs*, Vol.8 No.1 Januari-Juni 2012.

sumber kemampuan *coping* atau *reduksi stress* dan tekanan hidup. Sekalipun dalam kajian-kajian lain nya mendiskusikan tentang relasi kepribadian dengan tingkat keberagamaannya. Namun pada dasarnya bahwa praktik spiritual yang menjadi pilihan seseorang menunjukkan seseorang itu memahami persoalan spiritualitasnya dari pespektif ilmiah maupun praktik nyata sebagai manusia yang imani. Hal ini karena konsep spiritualitas atau kepercayaan kepada tuhan sejak awal digunakan dalam dirinya yang terintegrasi menjadi konsep diri. Dalam konsep ini dijelaskan bahwa spiritualitas atau keyakinan beragama adalah sebagai *healthy self-esteem* yang terintegrasi dalam aspek *self-efficacy* sebagai kemampuan diri berhubungan dengan kemampuan berpikir untuk mengatasi tantangan hidup yang menggambarkan tingkat rasionalitas seseorang, dan *self-respect* sebagai nilai diri bahwa setiap orang layak bahagia dan dapat mengekspresikan tingkat integritas keagamaannya.¹⁰²

7. Mempengaruhi sikap dan perilaku. Keyakinan agama memiliki pengaruh signifikan terhadap sikap dan perilaku individu, karena pola pikir, sikap, reaksi, dan tindakan seseorang sangat terkait dengan keyakinan yang dianutnya. Manusia secara alami memiliki sifat eksploratif dan potensial untuk berkembang, baik dalam aspek fisik maupun psikis. Potensi bawaan ini dapat dioptimalkan dalam kehidupan sehari-hari dan, jika dipadukan dengan keyakinan agama, akan tercermin dalam perilaku yang memengaruhi emosi serta pola pikir seseorang. Dalam psikologi agama, kesadaran akan nilai-nilai agama (*religious consciousness*) dan pengalaman spiritual (*religious experience*) menjadi elemen yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Psikologi agama secara khusus mempelajari dan menganalisis pengaruh keyakinan terhadap sikap serta perilaku manusia.¹⁰³

Dengan pemahaman terhadap dimensi-dimensi dalam psikologi agama sebagaimana telah diuraikan pada bab ini, seperti kesadaran beragama, pengalaman beragama, dan perilaku beragama, semakin menguatkan bahwa keberagamaan seseorang memengaruhi cara ia berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, termasuk risiko bencana alam. Keyakinan religius memainkan peran penting dalam membentuk ketangguhan psikologis (*psychological resilience*) dan motivasi untuk bertindak secara prososial. Oleh karena itu, pendekatan psikologi agama menjadi sangat relevan untuk diintegrasikan dalam strategi mitigasi bencana, terutama dalam membentuk sikap dan perilaku sadar risiko.

¹⁰² Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas: Memahami Perilaku Beragama dalam Perspektif Psikologi*, Lagood's Publishing, 2021, hal. 35-38.

¹⁰³ Zakiyah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama...*, hal. 9

Pada bab selanjutnya, akan dibahas bagaimana kerangka mitigasi bencana alam berkembang dalam perspektif ilmiah dan kebijakan publik, serta bagaimana strategi komunikasi risiko dirancang dalam menghadapi ancaman bencana. Pemahaman ini diperlukan sebagai dasar untuk mengintegrasikan nilai-nilai psikologi agama dalam upaya membangun masyarakat yang tangguh menghadapi bencana secara fisik, psikis, dan spiritual.

BAB III MITIGASI BENCANA ALAM

Sebagaimana telah dijelaskan pada bab sebelumnya, dimensi psikologi agama memberikan kerangka penting dalam memahami kesiapan dan respons masyarakat terhadap bencana. Namun, untuk menerapkan pendekatan tersebut secara efektif, diperlukan pemahaman yang komprehensif tentang teori dan praktik mitigasi bencana. Bab ini akan membahas diskursus mitigasi bencana alam, termasuk pemaknaan istilah bencana dari berbagai perspektif bidang keilmuan, klasifikasi, strategi, dimensi psikologis bencana dan tahapan-tahapan komunikasi risiko, yang akan mendasari pendekatan integratif berbasis nilai keagamaan pada bab-bab selanjutnya.

A. Pengertian Bencana dan Bencana Alam

Kata “bencana”¹ sudah tidak asing di telinga masyarakat. Penggunaannya pun telah dimaklumi secara umum dalam keseharian. Namun, mendefinisikan bencana tidak sesederhana sebagaimana orang mengucapkannya. Kata bencana seringkali menjadi sulit didefinisikan dan dijelaskan. Para filosof sendiri hampir tidak mendefinisikannya secara eksplisit. Mereka mendefinisikannya dengan cara yang sesuai dengan tujuan mereka sendiri. Hal ini dikarenakan bencana memiliki spektrum yang luas dan kompleks sehingga konsep bencana memiliki dimensi dari berbagai perspektif

¹ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) bencana adalah (1) sesuatu yang menyebabkan (menimbulkan) kesusahan, kerugian, atau penderitaan; kecelakaan; bahaya. (2) gangguan; godaan. Lihat “Bencana”, KBBI Daring VI, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/bencana>

keilmuan.²

Dari segi penyebab, bencana meliputi berbagai proses yang dapat mengancam keberlangsungan hidup manusia. Baik ancaman yang berasal dari kejadian alam yang secara langsung membahayakan kehidupan, seperti badai dan gempa bumi, maupun bencana yang diakibatkan oleh tindakan manusia, seperti kerusakan lingkungan dan pencemaran, yang menjadi pemicu secara tidak langsung. Jika bencana hanya dipandang sebagai fenomena alam, sudah banyak disiplin ilmu yang terlibat, seperti klimatologi, hidrologi, dan geomorfologi. Dengan memasukkan perilaku manusia sebagai salah satu faktor penyebab bencana, definisi bencana menjadi semakin kompleks. Berbagai isu seperti perubahan iklim, krisis air dan energi, urbanisasi, kriminalitas, kesehatan global, hingga kemiskinan, semuanya dapat dilihat sebagai bencana yang merupakan akibat dari aktivitas manusia. Keragaman ini menjadikan studi tentang bencana sangat luas dan rumit.

Kompleksitas bertambah dengan munculnya pendekatan baru yang memandang bencana juga sebagai fenomena sosial, sehingga mengakibatkan pergeseran dari sekadar mencari penyebab bencana kepada analisis dampak sosial yang ditimbulkan. Hal ini membuka peluang bagi berbagai disiplin ilmu, termasuk antropologi, sosiologi, psikologi, ekonomi, dan agama, untuk tidak hanya menjelaskan bencana, tetapi juga berkontribusi dalam upaya mengantisipasi risiko, penanganan dampak, dan pemulihan pasca-bencana. Dengan menjadikan bencana sebagai variabel independen dalam berbagai persoalan sosial, memungkinkan untuk melihat lebih jauh ke dalam dinamika di balik suatu fenomena sosial sehingga fenomena sosial dapat dipahami secara lebih mendalam. Misalnya dalam konteks agama, bencana membuka peluang bagi peneliti sosial keagamaan untuk mengeksplorasi berbagai pertanyaan. Apakah bencana menjadi bagian penting dalam interaksi antarumat beragama? Apakah bencana memengaruhi sikap keberagamaan, mendorong toleransi yang lebih besar, atau malah memperkuat fanatisme? Selain itu, bagaimana bencana memengaruhi keimanan dan pandangan seseorang terhadap dirinya dan dunia di sekitarnya? Apakah terjadi perubahan cara orang memaknai hidup, iman, dan hubungan sosial akibat pengalaman bencana?³

1. Berbagai Perspektif tentang Bencana

Berikut ini beberapa perspektif terkait bencana yaitu lingkungan, sosial-budaya, psikologi, dan agama. Perspektif tersebut tentunya saling beririsan dan tidak berdiri sendiri.

² Donal P. O'Mathun and Vilius Dranseika, *Disasters: Core Concepts and Ethical Theories*, Switzerland: Spriger, 2018, hal. 13

³ Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono (Ed.), *Agama, Budaya, dan Bencana*, Bandung: Mizan, 2012, hal. 7-8 dan 12-13

a. Perspektif ekologi

Dalam perspektif ekologi, bencana dipandang sebagai gangguan besar yang mengubah struktur, fungsi, dan dinamika suatu ekosistem. Dalam perspektif ini, bencana tidak hanya dilihat sebagai peristiwa alam yang merugikan manusia, tetapi juga sebagai fenomena yang memengaruhi keseimbangan ekosistem secara keseluruhan.⁴ Bencana, seperti banjir, kebakaran hutan, gempa bumi, atau badai, dianggap sebagai gangguan ekologis yang dapat memengaruhi komponen abiotik (seperti tanah dan air) serta biotik (seperti flora dan fauna) dalam suatu ekosistem. Misalnya, kebakaran hutan dapat menghancurkan vegetasi tetapi juga membuka peluang bagi spesies tertentu untuk tumbuh kembali dalam kondisi yang berbeda. Fenomena ini menunjukkan bahwa bencana memiliki efek destruktif sekaligus regeneratif pada ekosistem.⁵

Jadi secara ekologis, bencana dianggap sebagai bagian dari siklus alami yang mendorong evolusi ekosistem. Proses ini dikenal sebagai *succession*, dimana ekosistem yang terganggu secara perlahan pulih dan mencapai keseimbangan baru. Pandangan ini menempatkan bencana sebagai faktor penting dalam dinamika dan adaptasi lingkungan. Perspektif ekologi juga menyoroti bahwa aktivitas manusia sering memperburuk dampak bencana. Contohnya, penggundulan hutan dapat meningkatkan risiko tanah longsor atau banjir, sementara urbanisasi yang tidak terencana dapat memperbesar kerentanan manusia terhadap bencana alam. Hal ini menunjukkan bahwa ekosistem dan aktivitas manusia saling terkait dalam menciptakan kondisi yang rentan terhadap bencana. Dalam perspektif ekologi, penanggulangan bencana tidak hanya berfokus pada mitigasi kerugian manusia, tetapi juga pada pemulihan fungsi ekologis. Pendekatan seperti restorasi ekosistem, reboisasi, atau pengelolaan wilayah konservasi merupakan bagian dari solusi untuk mengurangi risiko dan dampak bencana di masa depan.⁶

⁴ Keith Smith dan David N. Petley. *Environmental Hazards: Assessing Risk and Reducing Disaster*, London: Routledge, 2013.

⁵ Monica G. Turner et. al., "Disturbance Dynamics and Ecological Responses", *BioScience*, Vol. 53 Issue 1, 2003, [https://doi.org/10.1641/0006-3568\(2003\)053\[0046:DDAERT\]2.0.CO;2](https://doi.org/10.1641/0006-3568(2003)053[0046:DDAERT]2.0.CO;2). Lance H. Gunderson, dan C.S. Holling, "Panarchy: Understanding Transformations in Human and Natural Systems" *Biological Conservation*, Vol. 114 Issue 2, 2003.

⁶ Susan L. Cutter, et. al. "Vulnerability to Environmental Hazards", *Progress in Human Geography*, Vol. 20 Issue 4, 2003. <https://doi.org/10.1177/030913259602000407>

b. Perspektif sosial-budaya

Perspektif sosiologis melihat bencana dari persepsi manusia atau masyarakat. Dalam perspektif sosiologi terhadap bencana adalah bagaimana manusia atau kelompok masyarakat menilai suatu kejadian. Dampak bencana akan dirasakan dan mempengaruhi perubahan struktur, nilai dan cara hidup suatu masyarakat termasuk juga bagaimana atau cara-cara manusia merespon terhadap bencana. Hal ini juga berkaitan dengan teori budaya yang membedakan budaya masyarakat tradisional dan masyarakat modern. Dalam pandangan budaya masyarakat tradisional bencana dipandang sebagai bentuk penghakiman Tuhan atas manusia yang ingkar kepada-Nya. Sedangkan masyarakat modern menyadari bencana sebagai sesuatu yang tidak dapat dihindari dari kehidupan masa kini. Mereka menempatkan bencana sebagai bagian dari unit sosial kehidupan manusia di dunia ini.⁷ Menurut Auguste Comte, di era globalisasi, manusia lebih mengedepankan akal sehat dengan meninggalkan kepercayaan yang bersifat abstrak, tahayul, dan mistis, sehingga masyarakat modern cenderung percaya pada hal-hal realistik yang dapat dibuktikan secara inderawi.⁸

Namun demikian, setiap manusia atau kelompok masyarakat mempunyai pengetahuan dan cara untuk menghadapi lingkungan demi kelangsungan hidupnya sebagai “*wisdom to cope with the local events*” atau dikenal dengan istilah “*local wisdom*”. Budaya dalam arti adat istiadat atau paham yang turun temurun serta melekat pada suatu komunitas masyarakat, menjadi bentuk kearifan lokal yang sangat mempengaruhi dan menentukan respon mereka terhadap bencana. Sebagai contoh bentuk kearifan lokal yang disebut Smong di Pulau Simeulue yaitu pengetahuan masyarakat tentang gempa bumi dan tsunami yang terjadi pada tahun 1907. Melalui syair yang mengisahkan kejadian tersebut dan bagaimana mereka harus bertindak disampaikan secara turun temurun menjadi pengetahuan dalam komunitas masyarakat tersebut. Atas kearifan lokal Smong ini, menurut catatan korban meninggal di pulau Simeulue pada kejadian tsunami Aceh Desember 2004 tidak sampai 10 orang, jauh lebih sedikit daripada korban di daratan Banda Aceh. Oleh karenanya, seluruh pengetahuan bersifat dinamis, terus berubah, berkembang dan beradaptasi karena respon masyarakat pada perubahan lingkungannya. Perspektif sosiologis bukan hanya sekedar pengetahuan, namun dapat menjadi

⁷ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana...*, hal. 14-15

⁸ Ida Matus Silmi dan Baiq Lily Handayani, “Modernitas Dan Bencana: Analisis Sosiologis Atas Dampak Bencana Dalam Kehidupan Masyarakat Modern”, *Jurnal Media Sosiologi dan Ilmu Sosial*, Vol. 25 Edisi 2 Tahun 2022, hal. 162-172, <http://jms.fisip.unsri.ac.id/index.php/jms/article/view/103>

panduan dalam menyusun kegiatan program, prioritas, dan strategi implementasi pengelolaan bencana yang berkelanjutan.⁹

Memahami bencana tidak cukup hanya dengan menyoroti bagaimana bencana terjadi, dampaknya, dan langkah penanganannya. Penting juga untuk mempertimbangkan peran masyarakat dalam konteks tersebut. Alih-alih semata-mata memandang masyarakat sebagai korban, namun penting untuk melibatkannya sebagai pemangku kepentingan utama dalam upaya pengurangan risiko bencana. Bencana membawa dimensi sosial, seperti hubungan antar individu, pengetahuan lokal, serta norma dan nilai sosial yang berlaku di masyarakat. Oleh karena itu, pengetahuan akademis teoretis perlu diterapkan dalam pendekatan berbasis masyarakat, disertai dengan penguatan kapasitas komunitas berbasis kearifan lokal. Upaya ini mencakup peningkatan kapasitas individu dan masyarakat agar lebih tangguh menghadapi risiko bencana.¹⁰

c. Perspektif psikologi

Perspektif psikologi melihat bencana berdasarkan persepsi manusia atau masyarakat, dan atas apa mereka rasakan terkait pengalaman emosional atas kejadian-kejadian yang dapat mengancam kelangsungan hidup mereka. Bencana merupakan suatu periode ketika orang mengalami gejala emosi yang campur aduk, antara kecemasan, ketakutan, teror, kehilangan, sedih, bersyukur, marah, frustrasi, bebas, pasrah dalam semua bayang-bayang dan intensinya.¹¹ Dalam perspektif ini, bencana menjadi peristiwa traumatis yang memiliki potensi untuk memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Bencana, baik alam maupun buatan manusia, dapat menyebabkan gangguan stres pasca-trauma (PTSD), kecemasan, dan depresi. Respon ini muncul karena individu terpapar pada ancaman nyata terhadap keselamatan dirinya atau orang lain, yang melampaui kemampuan mereka untuk mengatasinya secara emosional. Trauma dari bencana sering kali memengaruhi pikiran dan emosi jangka panjang, bahkan setelah situasi berbahaya telah berlalu.¹²

⁹ Rudy Pramono, "Perspektif Sosiologis dalam Penanggulangan Bencana", dalam *Jurnal Masyarakat dan Budaya*, Vol. 18 Tahun 2016, hal 81-96, <https://jmb.lipi.go.id/index.php/jmb/article/view/342>. Lihat juga Ida Matus Silmi dan Baiq Lily Handayani, "Modernitas Dan Bencana: Analisis Sosiologis Atas Dampak Bencana Dalam Kehidupan Masyarakat Modern", *Jurnal Media Sosiologi dan Ilmu Sosial*, Vol. 25 Edisi 2 Tahun 2022, hal. 162-172, <http://jms.fisip.unsri.ac.id/index.php/jms/article/view/103>

¹⁰ Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono (Ed), *Konstruksi Masyarakat Tangguh Bencana*, Bandung: Mizan, 2012, hal. 44-45

¹¹ Rudy Pramono, "Perspektif Sosiologis dalam Penanggulangan Bencana", dalam *Jurnal Masyarakat dan Budaya*, Volume 18 Tahun 2016

¹² Norris, F. H., et al. (2002). The Range, Magnitude, and Duration of the Effects of Disaster on Mental Health: Review Update 2001-2002. National Center for PTSD

Dinamika psikologis sosial dalam bencana digambarkan sesuai dengan tahapan terjadinya bencana, terdiri dari fase: (1) pra bencana, (2) kejadian, (3) bulan madu, (4) disilusi, (5) rekonstruksi, sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 2.1. Pada fase (1) pra bencana, ketika bencana yang tanpa ada peringatan misalnya orang akan diliputi perasaan rentan, tidak berdaya dan tidak aman. Adapun pada bencana dengan peringatan, orang mungkin akan merasa bersalah atau menyalahkan diri sendiri karena gagal menghindarkan terjadinya bencana. Pada fase (2) kejadian bencana, yang berdampak pada kerusakan dan kerugian diri keluarga dan harta benda, dapat mengakibatkan perasaan *shock*, ketidakpercayaan, kebingungan, dan panik. Pada fase (3) bulan madu, banyak perilaku penyelamatan dan solidaritas sehingga muncul harapan dan optimisme. Pada fase (4) disilusi yang biasanya dialami para korban pasca bencana, muncul kekecewaan, optimisme berganti menjadi keputusasaan, rasa kehilangan dan duka mendalam, ketegangan dan kelelahan meningkat, hingga konflik.¹³ Menurut Lazarus dan Folkman, teori stres dan coping menjelaskan bahwa bagaimana individu menilai situasi dan sumber daya yang dimiliki untuk mengatasinya, sangat menentukan respons psikologis mereka.¹⁴



Gambar 3.1 Dinamika psikologis sosial dalam bencana¹⁵

¹³ Rudy Pramono, "Perspektif Sosiologis dalam Penanggulangan Bencana", dalam *Jurnal Masyarakat dan Budaya*, Volume 18 Tahun 2016

¹⁴ Lazarus, R. S., & Folkman, S., *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer, 1984

¹⁵ Deborah J. DeWolfe, *Training Manual for Mental Health and Human Service*

Dukungan psiko-sosial dari keluarga, teman, dan komunitas memainkan peran penting dalam membantu individu pulih dari dampak bencana. Kehadiran sistem dukungan yang kuat dapat memberikan rasa aman, mengurangi isolasi, dan meningkatkan kesejahteraan emosional. Psikologi komunitas juga menekankan pentingnya keterlibatan kolektif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung, yang dapat membantu masyarakat secara keseluruhan bangkit kembali setelah bencana.¹⁶

Dalam kaitan ini, psikologi juga berperan dalam merancang strategi pencegahan dan intervensi untuk mengurangi dampak psikologis dari bencana. Program pelatihan kesiapsiagaan bencana, dukungan psiko-sosial, dan layanan konseling adalah beberapa cara untuk membantu individu mengembangkan ketahanan mental sebelum, selama, dan setelah bencana. Intervensi berbasis komunitas sering kali dianggap lebih efektif karena melibatkan orang-orang secara langsung dalam proses pemulihan.¹⁷

d. Perspektif agama

Perspektif agama memandang bencana dengan mengacu pada kitab-kitab yang dianut oleh masing-masing agama. Dalam banyak tradisi agama, bencana sering dipahami sebagai ujian dari Tuhan untuk menguji keimanan manusia. Dalam Islam misalnya, al-Qur'an menyatakan bahwa Allah menguji manusia dengan rasa takut, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan untuk mengetahui siapa yang sabar. Ujian ini bertujuan untuk menguatkan keimanan dan memberikan pahala bagi orang-orang yang sabar dalam menghadapi musibah. Selain itu berbagai macam krisis/musibah yang terjadi sebagai akibat dosa dan kemaksiatan manusia ditujukan agar manusia bertaubat dan kembali kepada-Nya. Begitu juga dalam agama Kristen, mengajarkan bahwa bencana bisa menjadi bentuk peringatan atau teguran akibat penyimpangan moral atau ketidaktaatan manusia terhadap ajaran agama. Alkitab menjelaskan tentang berbagai bencana terjadi dalam kehidupan manusia, sebagai bagian dari kehadiran Tuhan dalam mendidik dan menghukum umat-

Workers in Major Disasters, Washington DC: Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Center for Mental Health Services, 2000, hal. 5

¹⁶ Hobfoll, S. E., et al. (2007). *Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence*. Psychiatry

¹⁷ Bonanno, G. A., et al. (2010). *Weighing the Costs of Disaster: Consequences, Risks, and Resilience in Individuals, Families, and Communities*. Psychological Science in the Public Interest

Nya.¹⁸ Teguran-teguran tersebut dimaksudkan untuk mengingatkan manusia agar kembali kepada jalan Tuhan.

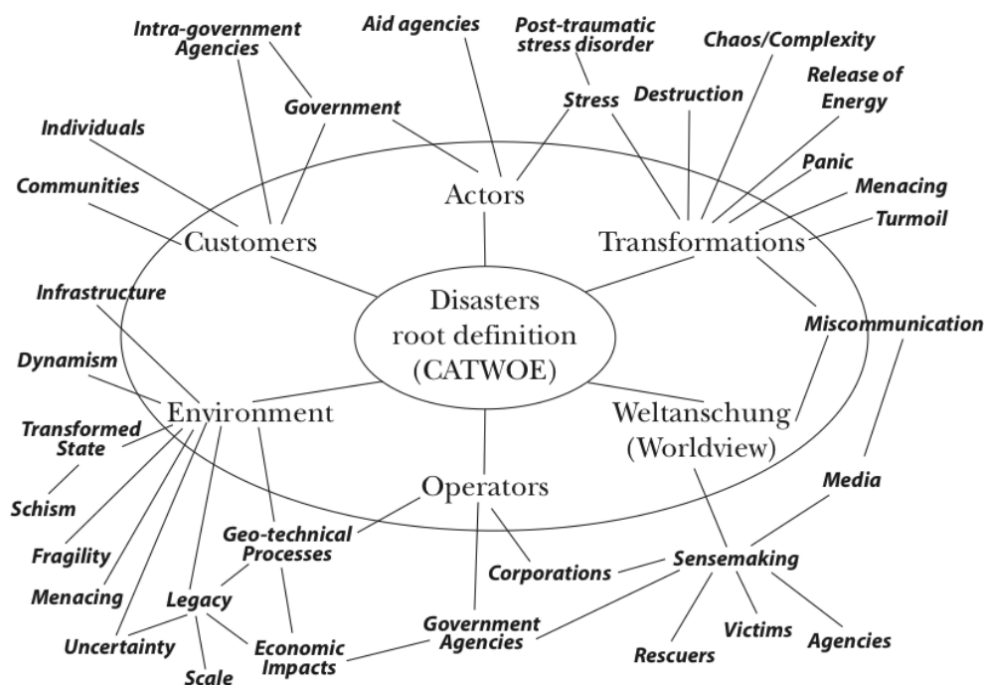
Ajaran Buddha mendasarkan pandangannya pada prinsip kausalitas atau hukum sebab-akibat yang saling terkait, sebagaimana ditemukan oleh Sang Buddha. Dalam Buddhisme, diyakini bahwa proses-proses alami dipengaruhi oleh kausalitas moral manusia. Buddhisme melihat manusia sebagai bagian dari alam, bukan sebagai pusatnya (tidak bersifat antroposentris). Oleh karena itu, untuk menciptakan keharmonisan, manusia tidak boleh memandang alam dan segala isinya hanya sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhannya sendiri. Berdasarkan hukum *patticasamuppada*, setiap peristiwa di alam memiliki pengaruh timbal balik, baik secara langsung maupun tidak langsung, terhadap komponen-komponen lainnya. Dengan demikian, kerusakan lingkungan yang dilakukan manusia akan memberikan dampak negatif yang lambat atau cepat akan dirasakan oleh manusia itu sendiri.¹⁹

Luasnya studi terkait bencana telah diidentifikasi mencakupi berbagai bidang kajian, diantaranya geografi, antropologi, sosiologi, studi pembangunan, ilmu kesehatan, dan ilmu geofisika termasuk teknik serta sosial psikologi. Salah satu teknik yang telah dikembangkan untuk menangani masalah yang kompleks dan tidak terdefinisi adalah “*soft system methodology*” (SSM), yang digagas Checkland melalui kerangka kerja CATWOE sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 3.2. Pendekatan sistem yang digagas oleh Checkland ini digunakan untuk memudahkan memahami kompleksitas konsep bencana. Inti dari teknik CATWOE adalah 6 (enam) elemen yang dianggap penting dalam membentuk karakteristik sistem. Kata CATWOE sendiri terdiri dari enam huruf penyusun yang masing-masing memiliki makna berikut. C (*customers*) yaitu pengguna atau penerima dampak suatu bencana, diantaranya individu, masyarakat, dan pemerintah. A (*actors*) adalah pemangku

¹⁸ Dalam pandangan Kristen, bencana sering kali dianggap sebagai akibat dari dosa manusia, seperti yang diilustrasikan dalam kisah banjir besar zaman Nabi Nuh (Kejadian 6:13-22). Di dalam Perjanjian Lama, Tuhan menimpakan bangsa Israel dengan tulah jika bangsa itu tidak taat dalam menjalankan perintah-perintah-Nya atau memberontak kepada-Nya. Tapi jika bangsa Israel menyesali dosa-dosanya dan berbalik kepada Tuhan maka akan diampuninya dan berdamai dengan bangsa itu, (Samuel 24:1-25). Tulah atau sampar adalah sejenis penyakit menular yang akut dan mematikan yang disebabkan oleh virus, dengan gejala demam tinggi, menceret, dan luka-luka pada kulit. Lihat Abraham Tefbana dan Djoys Anneke Rantung, “Perpektif Pendidikan Agama Kristen Terhadap Teologi Kebencanaan Dan Peran Gereja Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19” dalam *Luknos*, Vol 6 Nomor 1, 2020, https://luxnos.sttpd.ac.id/index.php/20_luxnos_20/article/view/32/17 dan Enggar Objantoro, “Bencana Alam Ditinjau dari Perspektif Teologi Alkitab”, dalam *Jurnal Simpson*, Volume I, Nomor 2, 2014, <https://core.ac.uk/reader/231150697>

¹⁹ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana*,.... hal. 18

kepentingan terkait dengan kejadian bencana yang memainkan peran langsung dan aktif dalam membentuk sifat peristiwa, seperti pemerintah, pemberi bantuan, dan pengelola dampak bencana. T (*transformation*) adalah suatu keadaan perubahan akibat suatu bencana berupa stres, trauma, panik, perasaan terancam, dan miskomunikasi. W (*weltanshuung* atau *wordview*) terdiri dari *sensemaking* dan miskomunikasi. O (*operator*) adalah mereka yang memiliki kendali atas peristiwa, seperti korporasi dan proses geoteknik, dan E (*environment*) adalah infrastruktur, dinamisme, *fragility*, *uncertainty* dan *legacy*.²⁰



Gambar 3.2 Abstraksi konsep bencana dengan teknik CATWOE²¹

Ronald W. Perry mengungkapkan beberapa definisi yang ditawarkan oleh Russell Dynes, Robert Stallings, Uriel Rosenthal, Anthony Oliver-Smith, Steve Kroll-Smith, dan Valerie Gunter dinilai dalam satu sisi memiliki kesamaan, mendefinisikan bencana sebagai peristiwa sosial dalam waktu sosial, pengakuan bahwa bencana bersifat mengganggu hubungan sosial, dan bencana terkait dalam konteks perubahan sosial (kemampuan beradaptasi manusia dan kelembagaan).

²⁰ Ronald W. Perry dan E.L. Quarantelli, "What is disaster?", Amerika: Xlibris Corporation, 2005, hal. 211-214. Lihat juga Wignyo Adiyoso, "Manajemen Bencana"..., hal. 10-12

²¹ Ronald W. Perry dan E.L. Quarantelli, "What is disaster?"..., hal. 214

Namun, menurut Perry senantiasa ada perbedaan dalam cara bagaimana mendefinisikan bencana. Tidak adanya konsensus tentang apa itu bencana, menimbulkan kesulitan yang signifikan dalam membangun model dan teori perilaku bencana. Beberapa perbedaan terletak pada: (1) pandangan konteks fenomena sebagai bencana atau bahaya; (2) pertanyaan tentang perspektif siapa yang digunakan sebagai acuan definisi; publik, korban, peneliti, pembuat kebijakan; (3) visi pembuat definisi tentang ilmu sosial; dan (4) isu-isu yang harus ditangani dalam hal taksonomi dan klasifikasi.²²

Hal tersebut senada dengan pendapat E. L. Quarantelli yang menunjukkan bahwa bencana memiliki beragam makna dan definisi. Quarantelli mengemukakan tiga konsep penting terkait bencana. Pertama, bencana secara objektif dipandang sebagai peristiwa yang diakui bersama, meskipun diamati dari perspektif dan sudut pandang yang beragam, mirip dengan kisah orang buta yang mencoba memahami gajah. Kedua, bencana merupakan konstruksi sosial yang menjadi ajang perdebatan, dimana para peneliti bersaing menggunakan berbagai teori untuk menjelaskan bencana sebagai fenomena sosial yang terbangun. Ketiga, bencana secara subjektif didefinisikan dengan cara yang beragam, bergantung pada sudut pandang para korban yang mengalaminya.²³

Namun demikian beragamnya makna dan definisi tentang bencana, dapat diambil kesepahaman dari rumusan definisi yang dikeluarkan secara kelembagaan sebagaimana Tabel 3.1 berikut ini.

Tabel 3.1 Berbagai definisi bencana²⁴

Definisi	Lembaga/organisasi
Bencana adalah suatu gangguan serius terhadap masyarakat yang menimbulkan kerugian secara meluas dan dirasakan oleh masyarakat, berbagai material, dan lingkungan (alam) dimana dampak yang ditimbulkan melebihi kemampuan manusia untuk mengatasinya dengan sumber daya yang ada	Asian Disaster Reduction Center, 2003
Bencana adalah suatu gangguan serius terhadap keberfungsian suatu masyarakat sehingga menyebabkan kerugian yang meluas pada kehidupan manusia dari segi materi, ekonomi atau lingkungan dan yang melampaui kemampuan masyarakat yang bersangkutan untuk mengatasi dengan menggunakan	International Strategy for Disaster Reduction/ ISDR, 2004

²² Ronald W. Perry dan E.L. Quarantelli, *What is disaster?...*, hal. 313 dan 323.

²³ Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono (Ed.), *Agama, Budaya, dan Bencana...*, hal.

²⁴ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana...* hal. 20-21.

sumberdaya mereka sendiri	
Bencana adalah peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan oleh faktor alam dan/atau faktor nonalam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda dan dampak psikologis	Undang-undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana
Bencana merupakan fenomena yang terjadi karena komponen-komponen ancaman dan kerentanan bekerjasama secara sistematis yang didorong oleh pemicu sehingga menyebabkan terjadinya risiko bencana pada komunitas	United Nation Depelovement Programme and Government of Indonesia/ UNDP, 2012
Bencana adalah sebuah gangguan serius di dalam fungsi komunitas atau masyarakat yang mengakibatkan kerugian materi, ekonomi, sosial, atau lingkungan yang melebihi kemampuan masyarakat untuk mengatasinya	Central Board of Secondary Education, 2016
Bencana adalah gangguan yang serius terhadap suatu komunitas dalam skala tertentu berupa peristiwa berbahaya yang berinteraksi dengan kerentanan dan kapasitas yang mendorong pada dampak kerugian manusia, material, ekonomi dan lingkungan	United Nation Office for Disaster Risk Reduction/UNISDR, 2016
Bencana adalah gangguan serius terhadap fungsi masyarakat yang melebihi kapasitasnya untuk mengatasinya dengan menggunakan sumber dayanya sendiri. Bencana dapat disebabkan oleh bahaya alam, buatan manusia dan teknologi, serta berbagai faktor yang mempengaruhi paparan dan kerentanan suatu masyarakat	International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies/IFRC

Berdasarkan definisi-definisi tersebut, secara umum bencana (*disaster*) dapat dikatakan sebagai suatu peristiwa yang disebabkan oleh faktor alam atau non-alam, yang dapat menimbulkan dampak signifikan berupa kerusakan atau kerugian pada aspek kehidupan manusia, seperti nyawa, ekonomi, sosial, lingkungan, serta budaya (peradaban) di suatu wilayah tertentu. Dalam pandangan umum, suatu peristiwa alam yang merusak dianggap sebagai bencana ketika dikaitkan dengan keberadaan korban. Misalnya, gempa bumi di daerah gurun yang tidak ada manusia sehingga tidak menyebabkan korban, tidak dianggap sebagai bencana. Hal ini menunjukkan bahwa bencana adalah hasil konstruksi makna dan interpretasi manusia. Jika tidak ada manusia di dunia, maka peristiwa

seperti gempa bumi dan letusan gunung api hanya akan dianggap sebagai fenomena alam biasa.

Secara umum bencana dikelompokkan menjadi tiga jenis.²⁵ Pertama bencana alam (*natural disasters*) yaitu peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam. Contohnya gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan dan tanah longsor. Kedua, bencana non alam yaitu kejadian yang disebabkan oleh aktivitas manusia atau faktor non-alamiah. Diantaranya karena faktor kesalahan manusia (*human error*) seperti kebakaran pabrik pakaian Rana Plaza di Dhaka, Bangladesh (2013) akibat kombinasi kelalaian konstruksi dan kurangnya regulasi.²⁶ Atau karena kegagalan teknologi dan infrastruktur, seperti kegagalan perangkat lunak *Maneuvering Characteristics Augmentation System* (MCAS) pada Boeing 737 MAX, yang menyebabkan tragedi pada 2018 dan 2019.²⁷ Atau karena aktivitas biologis yang melibatkan organisme hidup, seperti virus, bakteri, atau mikroorganisme lainnya, yang menyebabkan gangguan signifikan pada kesehatan manusia, hewan, atau ekosistem. Contohnya, pandemi Covid-19 (2020-sekarang) yang telah memengaruhi hampir semua sektor kehidupan manusia.²⁸ Ketiga, bencana sosial yaitu bencana yang disebabkan oleh tindakan manusia, baik secara sengaja seperti perang dan kerusuhan, maupun tidak sengaja seperti kemiskinan atau ketidakadilan sosial. Contohnya krisis ekonomi Asia (1997-1998) yang dipicu oleh kegagalan sistem keuangan, dimulai dari runtuhnya nilai mata uang Thailand (*baht*) kemudian krisis meluas ke negara-negara Asia lainnya, seperti Indonesia, Korea Selatan, dan Malaysia.²⁹ Kerusuhan sosial yang terjadi pada Mei 1998 di Indonesia yang dipicu oleh ketidakstabilan politik dan ekonomi.³⁰

²⁵ Pengelompokan jenis bencana berdasarkan kategorisasi dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana Indonesia (BNPB) dalam <https://bnpb.go.id/definisi-bencana> yang masih merujuk pada Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007 Tentang Penanggulangan Bencana.

²⁶ Rashedur Chowdhury, "Rana Plaza Fieldwork and Academic Anxiety: Some Reflections", *Journal of Management Studies*, 54:7 November 2017. <https://doi.org/10.1111/joms.12262>

²⁷ Nicas, J., Gelles, D., & Kitroeff, N., "Boeing's 737 Max: What's Happened After the Two Deadly Crashes," *The New York Times*, 2020.

²⁸ Rachel Edwards, "Economic Repercussions of the COVID-19 Pandemic on Emerging Economies," *Global Economic Review*, 2022. Zulfiqar Ali et al., "Impact of COVID-19 on the Global Economy: Evidence from Developed and Developing Countries," *Journal of Economic Studies*, 2021

²⁹ Hadi Soesastro, "The Economic Crisis in Indonesia: Impacts and Recovery," *Asian Economic Journal*, 1999. John D. Smith et al., "Social Inequalities and the Risk of Civil Conflict in Southeast Asia," *Conflict Studies Review*, 2020.

³⁰ Robert Hefner, "Violence and Citizenship in Post-Suharto Indonesia," *Critical Asian Studies*, 2000.

Mengingat luasnya pembahasan tentang bencana, dalam penelitian ini penulis membatasi pembahasan hanya terfokus pada bencana alam.

2. Pengertian Bencana Alam

Berdasarkan pengertian umum bencana di atas, bencana alam (*natural disaster*) dapat dipahami sebagai peristiwa atau rangkaian peristiwa yang disebabkan oleh fenomena alam, yang dapat mengakibatkan kerusakan atau kerugian pada aspek kehidupan manusia. Dalam konteks hukum di Indonesia, Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana mendefinisikan bencana alam sebagai bencana yang diakibatkan oleh kejadian atau serangkaian kejadian yang disebabkan oleh alam, termasuk gempa bumi, tsunami, gunung berapi, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor.

Sebagaimana telah disebutkan sebelumnya bahwa apa yang dipahami sebagai bencana alam sesungguhnya adalah hasil konstruksi makna dan interpretasi manusia. Sesuatu disebut bencana, misalnya tsunami atau gempa bumi, jika menimbulkan korban jiwa atau kerugian bagi manusia. Jika tidak ada manusia di bumi, maka tidak ada bencana, karena tidak ada yang dirugikan. Sebab, dari sudut pandang bumi, peristiwa-peristiwa tersebut hanyalah bagian dari fenomena alam biasa.

Bencana terjadi ketika fenomena alam yang ekstrem melebihi kapasitas masyarakat atau lingkungan untuk mengatasinya, sehingga menyebabkan gangguan yang signifikan terhadap kehidupan manusia. Bencana alam sering kali bukan hanya hasil dari fenomena alam itu sendiri, tetapi juga dipengaruhi oleh kerentanan sosial, ekonomi, dan politik suatu masyarakat. Bencana terjadi ketika interaksi antara bahaya alam dan kerentanan manusia menghasilkan dampak yang melampaui kemampuan masyarakat untuk pulih tanpa bantuan eksternal. Kerentanan ini mencakup faktor sosial, ekonomi, dan fisik yang memengaruhi kemampuan masyarakat untuk menghadapi ancaman bencana.³¹

Dari penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa bencana alam dapat terjadi karena ada dua kondisi yaitu adanya peristiwa atau gangguan yang mengancam dan merusak (*hazard*) dan kerentanan (*vulnerability*) masyarakat. Dan bencana tidak terjadi meskipun ada terjadi *hazard*, tetapi masyarakat tidak rentan, artinya masyarakat dapat mengatasi sendiri peristiwa yang mengganggu, atau jika kondisi masyarakat rentan, tetapi tidak terjadi *hazard*/peristiwa yang mengancam. Secara persamaan matematisnya, bencana dapat dirumuskan sebagai berikut:³²

³¹ Ben Wisner, Piers Blaikie, Terry Cannon, dan Ian Davis, *At Risk: Natural Hazards, People's Vulnerability and Disasters*. London: Routledge, 2004, hal. 11-12. Nugroho, *Manajemen Bencana di Indonesia*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2018, hal. 25

³² Moh. Rivai Nakoe dan Nur Ayini S. Lalu, *Manajemen Bencana*, Tuungagung: UD

$$D = H \times V$$

Dimana:

D : *disaster* (bencana)

H : *hazard* (bahaya)

V : *vulnerability* (kerentanan)

Pemahaman konsep bencana tidak terlepas dari istilah-istilah penting terkait kebencanaan. Beberapa istilah penting yang umum digunakan dalam kebencanaan diantaranya adalah sebagai berikut.³³

a. Ancaman (*threat*)

Adalah kondisi yang tidak terlindung dari bahaya, kerugian, luka-luka, atau kerusakan. Istilah ini bisa disebut juga sumber bahaya. Contohnya patahan yang ditemukan di dekat kawasan pemukiman merupakan ancaman bagi penduduk yang tinggal di lokasi tersebut. Kemungkinan patahan tersebut menjadi sumber gempa merupakan bahaya yang harus dihadapi penduduk tersebut.³⁴

b. Bahaya (*hazard*)

Adalah kejadian yang mengancam atau kemungkinan akan muncul fenomena yang berpotensi merusak dalam periode waktu dan area tertentu. Secara luas, bahaya diklasifikasikan menjadi bahaya dari alam dan bahaya akibat manusia serta bahaya alam yang terdapat campur tangan manusia misalnya banjir bandang yang dipicu selain hujan berlebihan juga oleh pembalakan hutan oleh manusia. *Hazard* dikelompokkan ke dalam tiga jenis berdasarkan sumber terjadinya, yaitu: a) *natural hazard*, adalah bahaya yang disebabkan oleh fenomena alam (meteorologi, geologi dan biologi) seperti tsunami, tanah longsor, banjir dan gunung berapi; b) *man made hazard*, adalah bahaya yang terjadi akibat kelalaian manusia seperti bencana akibat kegiatan industri, fasilitas pembangkit energi, pembuangan limbah, polusi, dan lainnya; c) *sosial hazard*, adalah bahaya akibat dari tindakan manusia yang bertindak secara antisosial.³⁵

c. Rawan bencana

Adalah kondisi atau karakteristik geologis, biologis, hidrologis, klimatologis, geografis, sosial, budaya, politik, ekonomi, dan teknologi pada suatu wilayah untuk jangka waktu tertentu yang mengurangi

Duta Sablon, 2022, hal. 7

³³ Agung Harijoko, Dian Puspitasari, Irfani Prabaningrum, dkk, *Manajemen Penanggulangan Bencana dan Pengurangan Risiko Bencana di Indonesia*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, hal. 6-9

³⁴ Bandhari (2014) dalam Agung Harijoko, Dian Puspitasari, Irfani Prabaningrum, dkk, *Manajemen Penanggulangan Bencana ...*, hal. 6

³⁵ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana ...*, hal. 21 dan 25.

kemampuan mencegah, meredam, mencapai kesiapan, dan mengurangi kemampuan untuk menanggapi dampak buruk bahaya tertentu.³⁶

d. Kerentanan (*vulnerability*)

Kerentanan dapat dimaknai sebagai kondisi yang tidak aman dari individu atau proses dari faktor fisik, sosial, ekonomi, lingkungan dan budaya serta menentukan kemungkinan atau skala kerusakan dari dampak suatu bahaya. Tingkat kerentanan melihat seberapa besar ketidakmampuan suatu sistem untuk bertahan terhadap gangguan tekanan eksternal dan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya bencana, karena bencana baru akan terjadi bila “bahaya” terjadi pada kondisi yang “rentan”. Penilaian kerentanan umumnya diterapkan untuk mengevaluasi secara komprehensif suatu area atau sistem dalam mengatasi gangguan tertentu/bahaya. Kerentanan dapat dilihat dari aspek sosial, fisik, ekonomi, dan lingkungan. Kerentanan sosial terdiri dari parameter kepadatan penduduk dan kelompok rentan. Kelompok rentan terdiri dari rasio jenis kelamin, rasio kelompok umur rentan, rasio penduduk miskin, dan rasio penduduk disabilitas. Kerentanan fisik terdiri dari parameter rumah, fasilitas umum (fasum) dan fasilitas kritis (faskris). Kerentanan ekonomi terdiri dari parameter kontribusi PDRB (Produk Domestik Regional Bruto) dan lahan produktif. Kerentanan lingkungan terdiri dari parameter hutan lindung, hutan alam, hutan bakau/mangrove, semak/belukar, dan rawa.³⁷

e. Kapasitas (*capacity*)

Adalah kualitas sumber energi yang merupakan kombinasi dari suatu kekuatan dan sumber daya yang tersedia di dalam individu, komunitas, masyarakat, atau organisasi yang dapat mengurangi tingkat risiko atau dampak bencana. Kualitas ini bisa dalam bentuk penangkalan, minimalisir risiko, kesiapsiagaan serta keahlian mempertahankan hidup dalam situasi dan kondisi darurat. Kapasitas tersebut meliputi: a) kapasitas fisik, yaitu kemampuan untuk memperoleh barang yang dibutuhkan untuk mencegah, mempersiapkan, mengatasi, dan memperbaiki apabila terjadi bencana; b) kapasitas sosial, yaitu terdapat tenaga yang terorganisir untuk dapat mencegah, mempersiapkan, mengatasi dan memperbaiki kembali daerah yang terkena bencana; c) kapasitas kelembagaan, yaitu kemampuan kolektif masyarakat dalam bentuk ikatan formal maupun nonformal dalam

³⁶ Undang Undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana

³⁷ Shitangsu Kumar Paul, “Vulnerability Concepts and its Application in Various Fields: A Review on Geographical Perspective”, *J. Life Earth Sci.*, Vol. 8: 63-81, 2013, <http://dx.doi.org/10.3329/jles.v8i0.20150>; Lihat Retno Sari Dewi dan Wiwandari Handayani, “Assessing Flood Vulnerability from Rapid Urban Growth: A Case of Central Java - Indonesia”, *Chinese Journal of Urban and Environmental Studies*, Vol. 11, No. 4, 2023, <http://dx.doi.org/10.1142/S2345748123500203>. Lihat juga Ridwan Yunus. (Ed.), *RBI: Resiko Bencana Indonesia...*, hal. 50-54

suatu sistem yang terorganisir dalam pengambilan keputusan pada sebuah pencegahan, tindakan, dan perbaikan bila terjadi bencana; dan d) kapasitas ekonomi, yaitu kemampuan masyarakat untuk menggunakan dan memanfaatkan sumber daya ekonomi sehingga bisa mencegah, mempersiapkan, mengatasi, dan memperbaiki perekonomian masyarakat dari bencana.³⁸

f. Risiko (*risk*)

Adalah potensi kerugian yang ditimbulkan akibat bencana pada suatu kawasan dan kurun waktu tertentu yang dapat berupa kematian, luka, sakit, jiwa terancam, hilangnya rasa aman, mengungsi, kerusakan atau kehilangan harta, dan gangguan kegiatan masyarakat.³⁹

g. Ketahanan (*resilience*)

Ketahanan merupakan kebalikan dari kerentanan, yaitu kapasitas suatu komunitas atau masyarakat yang berpotensi terkena bahaya untuk beradaptasi dengan melawan atau mengubah dan eradaptasi secara positif dalam menghadapi stres, risiko, dan kesulitan. Enam aspek ketahanan utama yaitu, ketahanan sosial ekonomi, ketahanan demografi, ketahanan kesehatan, ketahanan sosial politik, ketahanan modal sosial, dan ketahanan ekologis. Aspek-aspek ketahanan utama ini akan sangat penting untuk mengamankan kehidupan dan mata pencaharian populasi manusia dari kebuntuan/krisis perubahan iklim yang sedang berlangsung.⁴⁰

h. Mitigasi (*mitigation*)

Adalah serangkaian upaya untuk mengurangi risiko bencana baik melalui pembangunan fisik dan peningkatan kemampuan menghadapi ancaman bencana. Berdasarkan manajemen bencana masa kini dalam pendekatan empat tahap, mitigasi juga disebut dengan pengurangan risiko bencana meliputi pengurangan atau eliminasi kemungkinan atau konsekuensi dari bahaya.⁴¹

i. Kesiapsiagaan (*preparedness*)

Adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk mengantisipasi bencana melalui pengorganisasian sreta melalui langkah yang tepat guna dan berdaya guna (UU No. 24 tahun 2007). Kesiapsiagaan dalam empat fase manajemen bencana memiliki arti menyiapkan atau melengkapi orang

³⁸ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana*, hal. 26.

³⁹ Undang Undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana

⁴⁰ Ananda Y. Karunarathne, "Community Resilienceto Global Climate Change-Related Disasters", *Journal of Emergency Management and Disaster Communications*, Vol. 5, No. 1, 2024, 53–75, <http://dx.doi.org/10.1142/S2689980924500039> ; Lihat juga Jennifer M. First, "Post-traumatic stress and depression following disaster: examining the mediating role of disaster resilience", *Front Public Health*, 12:1272909, 2024, <http://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1272909>

⁴¹ Undang Undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana

yang mungkin terdampak bencana atau orang yang mampu membantu saat terjadi bencana dengan kelengkapan untuk meningkatkan kemungkinan untuk bertahan hidup atau mengurangi kehilangan secara finansial maupun kerusakan yang akan terjad.⁴²

j. Tanggap darurat (*reponse*)

Adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan dengan segera pada saat kejadian bencana untuk menangani dampak buruk yang ditimbulkan, yang meliputi kegiatan penyelamatan dan evakuasi korban, harta benda, pemenuhan kebutuhan dasar, perlindungan, pengurusan pengungsi, penyelamatan, serta pemulihan prasarana dan sarana (UU No. 24 tahun 2007). Tanggap darurat dalam fase manajemen bencana memiliki arti segala aksi untuk mengurangi atau mengeliminasi dampak bencana yang sedang terjadi atau setelah kejadian untuk mencegah penderitaan dan kerugian finansial lebih lanjut (Coppola, 2015)

k. Rehabilitasi

Adalah perbaikan dan pemulihan semua aspek pelayanan publik atau masyarakat sampai tingkat yang memadai pada wilayah pascabencana dengan sasaran utama untuk normalisasi atau berjalannya secara wajar semua aspek pemerintahan dan kehidupan masyarakat pada wilayah pascabencana (UU No. 24 tahun 2007). Usaha rehabilitasi dalam empat fase manajemen bencana merupakan bagian dari recovery (pemulihan) yang bertujuan untuk mengembalikan kehidupan korban dalam kondisi normal dikarenakan akibat dari konsekuensi bencana.⁴³

l. Rekonstruksi

Adalah pembangunan kembali semua prasarana dan sarana, kelembagaan pada wilayah pascabencana, baik pada tingkat pemerintahan maupun masyarakat dengan sasaran utama tumbuh dan berkembangnya kegiatan perekonomian, sosial dan budaya, tegaknya hukum dan ketertiban, dan bangkitnya peran serta masyarakat dalam segala aspek kehidupan bermasyarakat pada wilayah pascabencana (UU No. 24 tahun 2007).

m. Kontinjensi

Adalah suatu proses perencanaan dalam keadaan tidak menentu dimana terdapat skenario, tujuan, tindakan manajerial, dan teknis yang telah ditentukan dan disetujui serta sistem untuk menghadapi kejadian agar dapat mencegah maupun mengatasi situasi darurat dengan lebih baik.

⁴² Taylor A. Klein dan Lisandro Irizarry, "EMS Disaster Response", Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2024, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK560710/>

⁴³ Taylor A. Klein dan Lisandro Irizarry, "EMS Disaster Response".

3. Jenis dan Karakteristik Bencana Alam

Bencana alam adalah peristiwa yang disebabkan oleh fenomena alam yang membawa dampak destruktif terhadap manusia dan lingkungannya. Bencana alam dapat dikategorikan kedalam tiga jenis dengan karakteristik sebagai berikut.

a. Bencana hidrometeorologis

Bencana hidrometeorologis adalah bencana yang disebabkan oleh fenomena atmosfer, hidrologi, atau klimatologi., yang berpotensi menyebabkan kematian, cedera, kerusakan properti, gangguan sosial dan ekonomi, atau kerusakan lingkungan. Contoh bencana jenis ini meliputi banjir, gelombang laut, badai, longsor salju, kekeringan, serta bencana terkait suhu ekstrem dan kebakaran hutan atau semak belukar. Fenomena ini umumnya dipengaruhi oleh perubahan iklim, degradasi lingkungan, dan pola cuaca yang ekstrem. Ketika intensitas curah hujan tinggi di saat musim penghujan berpotensi mengakibatkan bencana banjir, longsor dan puting beliung. Sementara saat musim kemarau dan curah hujan rendah berpotensi terjadi bencana kekeringan, kebakaran hutan dan lahan. Di saat musim peralihan maka fenomena alam puting beliung menjadi ancaman bencana. Dampak bencana tersebut selain kerusakan fisik dan korban jiwa, juga kerugian ekonomi yang signifikan. Kerusakan tersebut umumnya diperburuk oleh tingginya tingkat paparan manusia terhadap wilayah yang rawan bencana.⁴⁴

Data Informasi Bencana Indonesi (DIBI)-BNPB mencatat data kejadian bencana alam pada periode tahun 2015 hingga 2021 lebih dari 74,10% adalah kejadian bencana hidrometeorologi. Meliputi kejadian bencana banjir, gelombang ekstrim, kebakaran lahan dan hutan, kekeringan, dan cuaca esktrim. Frekuensi bencana hidrometeorologi meningkat seiring terjadinya perubahan iklim. Jenis bencana ini memiliki dampak signifikan secara langsung maupun tidak langsung, terutama terhadap sektor ekonomi dan lingkungan. Aktivitas manusia, seperti perambahan hutan untuk perkebunan dan permukiman serta pembangunan yang mengganggu ekosistem daerah penyangga, turut memperburuk kondisi lingkungan. Bencana hidrometeorologis sering terjadi di wilayah dengan tingkat kerentanan tinggi akibat perubahan penggunaan lahan dan

⁴⁴ Fetty Arisandi K dan Choirul Umam, “Komunikasi Bencana Sebagai Sebuah Sistem Penanganan Bencana Di Indonesia”, *Mediakom: Jurnal Ilmu Komunikasi* Volume 3 No. 1 Juni 2019, 25-37, <https://doi.org/10.35760/mkm.2019.v3i1.1980>; Lihat juga Wei Zhang, Ming Luo, Si Gao, Weilin Chen, Vittal Hari dan Abdou Khouakhi, “Compound Hydrometeorological Extremes: Drivers, Mechanisms and Methods”, *Front. Earth Sci*, 9:673495, 2021, <https://doi.org/10.3389/feart.2021.673495>

urbanisasi.⁴⁵

Berikut adalah beberapa bencana yang tergolong hidrometeorologi.⁴⁶

- 1) Banjir, terjadi ketika aliran air meluap dari sungai, danau, atau badan air lainnya, menyebabkan gangguan signifikan pada kehidupan masyarakat, seperti korban jiwa, kerusakan lingkungan, kerugian material, dan dampak psikologis. Berdasarkan Peraturan Kepala BNPB Nomor 2 Tahun 2012 tentang Pedoman Umum Pengkajian Risiko Bencana, ukuran bahaya (*hazard*) dari banjir adalah ketinggian genangan. Daerah rawan banjir adalah wilayah dengan potensi atau frekuensi banjir tinggi berdasarkan karakteristik fisiknya. Untuk itu peta bahaya banjir diperlukan untuk mengukur risiko yang dapat diminimalkan dalam upaya pengurangan risiko bencana.
- 2) Tanah longsor, terjadi ketika massa tanah, batuan, atau puing-puing bergerak ke bawah lereng akibat gravitasi. Faktor penyebab utamanya meliputi curah hujan tinggi, gempa bumi, aktivitas vulkanik, penggundulan hutan, dan aktivitas manusia seperti pembangunan yang tidak terencana. Jenis tanah, kelerengan, penggunaan lahan, jenis batuan dan struktur geologi serta hidrologi merupakan variabel yang mempengaruhi tingkat kerawanan terjadinya tanah longsor.⁴⁷
- 3) Angin puting beliung, berupa angin kencang yang berputar dengan kecepatan tinggi, biasanya terjadi secara tiba-tiba dan dapat menyebabkan kerusakan signifikan pada bangunan dan lingkungan.
- 4) Curah hujan ekstrem adalah hujan yang terjadi di suatu lokasi dengan intensitas tinggi melebihi batas curah hujan biasanya. Bencana ini dipicu oleh pembentukan awan kumulonimbus yang terjadi di lapisan atmosfer yang cukup tinggi. Kondisi ini menyebabkan curah hujan meningkat disertai angin kencang, hujan es, dan berpotensi menyebabkan angin puting beliung.
- 5) Kekeringan. Kondisi di mana suatu wilayah mengalami defisit curah hujan dalam periode waktu yang panjang, mengakibatkan kekurangan air untuk kebutuhan pertanian, domestik, dan industri.

⁴⁵ Osmar Shalih dkk, *RBI: Risiko Bencana Indonesia*, Jakarta: Pusat Data Informasi dan Kebencanaan BNPB, 2023, hal. 30. A. Musanif, *Manajemen Risiko Bencana Hidrometeorologis*. Bandung: Penerbit ITB, 2019, hal. 45.

⁴⁶ Osmar Shalih dkk, *RBI: Risiko Bencana Indonesia...*, hal. 30-47

⁴⁷ Nina Awalia Safitri, "Manajemen Risiko Bencana Hidroklimatologi Untuk Ketahanan Kota Di Semarang", *Jurnal Biosains Pascasarjana*, Vol. 23, 2021. Yashar Alimohammadlou, A. Najafi, A. Yalcın, "Landslide process and impacts: A proposed classification method", *Catena*, Vol. 104, 2013, <https://doi.org/10.1016/j.catena.2012.11.013>. C. Deheragoda, "Social Impacts of Landslide Disasters with Special Reference to Sri Lanka", *Vidyodaya Journal of Humanities and Social Sciences*, 2019. <https://doi.org/10.31357/fhss/vjhss.v02i00.4050>.

- 6) Gelombang pasang: Peningkatan tinggi gelombang laut yang signifikan akibat angin kencang atau badai, yang dapat menyebabkan banjir di daerah pesisir
- 7) Kebakaran hutan dan lahan: Sering terjadi pada musim kemarau panjang, di mana vegetasi yang kering mudah terbakar, diperparah oleh angin kencang yang mempercepat penyebaran api.

b. Bencana geospasial

Bencana geospasial merupakan fenomena alam seperti gempa bumi, letusan gunung berapi, dan tsunami. Jenis bencana ini seringkali bersifat lokal tetapi memiliki dampak yang luas terhadap infrastruktur dan kehidupan manusia serta degradasi lingkungan.

Misalnya, gempa bumi terbaru pada Februari 2023 di Turki dan Suriah yang berkekuatan 7,8 telah menewaskan lebih dari 50.000 orang dan menghancurkan ribuan bangunan. Selain korban jiwa, bencana ini juga menyebabkan kerugian ekonomi yang besar dan mengakibatkan jutaan orang kehilangan tempat tinggal.

Fenomena geospasial ini sering terjadi di zona patahan aktif seperti “Cincin Api Pasifik”. Letak geografis Indonesia pada rangkaian cincin api pasifik menjadikannya daerah rawan bencana gempa bumi. Hampir 90% kejadian gempa di bumi terjadi pada zona tersebut dan hampir semuanya merupakan gempa besar di dunia.⁴⁸

⁴⁸ Cincin Api Pasifik (*Ring of Fire*) juga dikenal sebagai Sabuk Sirkum-Pasifik, adalah zona seismik dan vulkanik paling aktif di dunia, yang mengelilingi tepi Samudra Pasifik dalam bentuk busur tapal kuda (*horseshoe-shaped belt*). Wilayah ini mencakup sejumlah besar zona subduksi, palung samudra, serta rantai gunung berapi aktif. Cincin Api mengelilingi hampir seluruh tepi Samudra Pasifik, termasuk pantai barat Amerika Utara dan Selatan, Kepulauan Aleut, Jepang, Filipina, Indonesia, dan Selandia Baru, panjangnya kira-kira mencapai 40.000 km. Sekitar 75% gunung berapi aktif dunia dan sekitar 90% gempa bumi besar global terjadi di sepanjang sabuk ini. Aktivitas pada Cincin Api terjadi karena pergerakan lempeng tektonik konvergen, khususnya ketika lempeng samudra Pasifik dan lempeng-lempeng kecil di sekitarnya tersubduksi di bawah lempeng benua atau lempeng samudra lainnya. Proses subduksi ini menyebabkan pelelehan parsial mantel, menghasilkan magma yang naik ke permukaan dan membentuk gunung berapi busur (*volcanic arc*). Aktivitas seismik dan vulkanik di kawasan tersebut menjadi bukti kuat teori tektonik lempeng (*plate tectonics*) yang menjelaskan dinamika kerak bumi. Hal ini menyebabkan wilayah yang berada di jalur ini sering mengalami gempa bumi. Lihat John P. Grotzinger dan Thomas H. Jordan, *Understanding Earth* (7th ed.), New York: W.H. Freeman, 2024, hal. 30 – 32, diambil dari

https://fliphtml5.com/fvhoh/ixqm/Understanding_Earth%2C_7th_edition_by_John_Grotzinger%2C_Thomas_H._Jordan_%28z-lib.org%29-1-409/. Lihat juga Holy Kartika Nurwigati Sumartiningtyas, “Apa itu Cincin Api Pasifik yang Membuat Wilayah Indonesia Sering Gempa?”, dalam <https://www.kompas.com/sains/read/2022/11/23/160200423/apa-itu-cincin-api-pasifik-yang-membuat-wilayah-indonesia-sering-gempa-?page=all>. Lihat juga David N. Nguyen, Yuichiro Usuda, dan Fumihiko Imamura, “Gaps in and Opportunities for Disaster

Jenis-jenis bencana geospasial diantaranya:⁴⁹

- 1) Gempa bumi: getaran yang terjadi akibat pergeseran lempeng tektonik di bawah permukaan bumi. Gempa bumi dapat menyebabkan kerusakan infrastruktur dan memicu bencana lain seperti tsunami atau tanah longsor
- 2) Tsunami: gelombang laut besar yang disebabkan oleh gempa bumi bawah laut, letusan gunung berapi, atau tanah longsor di bawah laut. Tsunami dapat menyebabkan kerusakan parah di wilayah pesisir
- 3) Letusan gunung merapi: keluarnya material seperti lava, abu, dan gas dari dalam bumi melalui gunung berapi. Letusan dapat menyebabkan kerusakan lingkungan dan mengancam keselamatan penduduk di sekitarnya

c. Bencana biologis

Bencana biologis merupakan bencana yang disebabkan oleh proses organik atau faktor biologis, seperti paparan patogen (penyakit), mikroorganisme, racun, atau zat bioaktif. Berbagai bencana biologis tersebut dapat menimbulkan kematian, cedera, kerusakan tempat tinggal, gangguan sosial dan ekonomi, serta kerusakan lingkungan. Contohnya termasuk epidemi dan serangan hama serangga atau binatang.⁵⁰

Hingga saat ini bencana alam merupakan fenomena yang sulit diprediksi kedatangannya. Peningkatan suhu global akibat emisi gas rumah kaca dewasa ini telah meningkatkan kemungkinan terjadinya peristiwa cuaca ekstrem hingga dua kali lipat dibandingkan abad ke-20. Adanya perubahan iklim dapat memperburuk frekuensi dan intensitas bencana alam seperti badai, banjir, dan kebakaran hutan.⁵¹ Pemulihan ekonomi dari suatu bencana, terutama di wilayah dengan infrastruktur yang kurang memadai, sering kali membutuhkan waktu bertahun-tahun, terutama di negara-negara berkembang yang memiliki akses terbatas pada

Risk Reduction in Urban Areas Through International Standardization of Smart Community Infrastructure”, dalam *Sustainability*, 16(21):9586, 2024, <https://doi.org/10.3390/su16219586>. Lihat juga Osmar Shalih dkk, *RBI: Risiko Bencana Indonesia*, Jakarta: Pusat Data Informasi dan Kebencanaan BNPB, 2023, hal. 45

⁴⁹ Makmur Supriyatno, *Informasi Geospasial untuk Manajemen Bencana*, Jakarta: Makmur Cahaya Ilmu, 2018, hal. 248

⁵⁰ Fetty Arisandi K dan Choirul Umam, “Komunikasi Bencana Sebagai Sebuah Sistem Penanganan Bencana Di Indonesia” dalam *Mediakom: Jurnal Ilmu Komunikasi* Volume 3 No. 1 Juni 2019, 25-37, <https://doi.org/10.35760/mkm.2019.v3i1.1980>

⁵¹ David N. Nguyen, Yuichiro Usuda, Fumihiko Imamura, “Gaps in and Opportunities for Disaster Risk Reduction in Urban Areas Through International Standardization of Smart Community Infrastructure”, *Sustainability*, 16, 2024, 9586, <https://doi.org/10.3390/su16219586>; Lihat juga Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC), *AR6 Synthesis Report: Climate Change 2023*, <https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/>

bantuan internasional dan sumber daya keuangan. Begitu juga terhadap dampak psikologis yang signifikan bagi para penyintas, seperti gangguan stres pascatrauma (PTSD), depresi, dan kecemasan memerlukan waktu pemulihan yang panjang. Faktor-faktor seperti intensitas bencana, kehilangan orang yang dicintai, dan dukungan sosial yang minim memperburuk dampak psikologis ini.⁵²

Tabel 3. 2 Perbandingan bencana hidrometeorologis, geospasial, dan biologis

Aspek	Jenis Bencana		
	Hidrometeorologis	Geospasial	Biologis
Definisi	Bencana yang disebabkan oleh fenomena atmosfer, hidrologi, atau klimatologi.	Bencana yang terkait dengan kondisi geografis atau proses geologi tertentu.	Bencana yang disebabkan oleh organisme hidup seperti virus, bakteri, atau vektor penyakit lainnya.
Contoh	Banjir, kekeringan, angin topan, badai, gelombang panas.	Gempa bumi, tanah longsor, erupsi gunung berapi, tsunami.	Pandemi (COVID-19, Influenza), wabah demam berdarah, hama pertanian.
Penyebab Utama	Perubahan cuaca ekstrem, pola curah hujan, perubahan iklim.	Pergerakan lempeng tektonik, aktivitas vulkanik, perubahan lanskap.	Penyebaran patogen, mutasi genetik, perubahan ekosistem yang mendukung penyebaran organisme.
Durasi	Biasanya singkat (banjir) atau menengah (kekeringan).	Biasanya singkat (gempa), tetapi dampaknya bisa jangka panjang (tsunami).	Bisa singkat (wabah lokal) atau sangat panjang (pandemi global).
Dampak Utama	Kerusakan lingkungan,	Kerusakan fisik lingkungan	Gangguan kesehatan

⁵² Cavallo, E., & Noy, I. "The economics of natural disasters: A survey." *IDB Working Paper Series*, 2010, Lihat juga Norris, F. H., et al. "Epidemiology of trauma and post-traumatic stress disorder in post-disaster contexts." *Journal of Traumatic Stress*, 2002

	infrastruktur, dan ekonomi akibat air dan cuaca ekstrem.	seperti bangunan, tanah, atau lanskap.	masyarakat, kerugian ekonomi, dan ketahanan pangan.
Area Terdampak	Daerah dengan risiko hidrologi atau cuaca ekstrem (delta sungai, daerah tropis).	Daerah dengan risiko tektonik dan geologi tinggi (patahan aktif, vulkanik).	Wilayah dengan sanitasi buruk, populasi padat, atau rendahnya imunisasi.
Hubungan dengan Perubahan Iklim	Sangat erat; perubahan iklim memperparah intensitas dan frekuensi.	Tidak secara langsung, tetapi perubahan lanskap akibat iklim dapat meningkatkan risiko (misalnya, longsor akibat hujan ekstrem).	Perubahan iklim dapat memengaruhi distribusi vektor penyakit (misalnya nyamuk).

B. Konsep Mitigasi Bencana Alam

Mitigasi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah tindakan mengurangi dampak bencana. Adapun dalam Kamus Cambridge, mitigasi adalah tindakan mengurangi seberapa berbahayanya, tidak menyenangkannya, atau buruknya suatu hal. Menurut Kamus Oxford, mitigasi adalah pengurangan pada seberapa tidak menyenangkan, serius, dll. Pengertian dalam Kamus Oxford ini lebih pada konteks hukum.⁵³ Sedangkan dalam Undang-undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana disebutkan bahwa mitigasi adalah serangkaian upaya untuk mengurangi risiko bencana, baik melalui pembangunan fisik maupun penyadaran dan peningkatan kemampuan menghadapi ancaman bencana. Mitigasi bencana menjadi salah satu bagian dalam penyelenggaraan penanggulangan bencana pada tahap prabencana, dalam situasi terdapat potensi terjadi bencana.⁵⁴

⁵³ KBBI VI Daring, "mitigasi", <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mitigasi>.
 Cambridge Dictionary, "mitigation",
<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/mitigation>.
 Oxford Learner's Dictionaries, "mitigation",
<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/mitigation?q=mitigation>

⁵⁴ Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana pada

Fokus utama dari mitigasi terletak pada langkah-langkah preventif dan persiapan yang bertujuan untuk meminimalkan kerugian dan meningkatkan kapasitas masyarakat dalam menghadapi bencana. Dalam konteks bencana alam, mitigasi sering dikaitkan dengan langkah-langkah proaktif yang dirancang untuk mengurangi potensi bahaya atau mengurangi dampak negatif dari bencana alam terhadap manusia, lingkungan, dan infrastruktur.

1. Pergeseran Paradigma Penanggulangan Bencana Alam

Berbagai kejadian bencana alam yang pernah terjadi telah memberikan pembelajaran berarti terhadap pola pikir masyarakat dunia akan arti pentingnya penanggulangan bencana alam sebelum terjadinya. Paradigma penanggulangan bencana pun mengalami pergeseran seiring perkembangan zaman.

Semula, fokus penanggulangan bencana alam adalah pada bantuan darurat dan penanganan krisis (*relief* dan *emergency*). Dalam paradigma ini, penanggulangan bencana alam bertujuan untuk mengembalikan keadaan seperti semula secepat mungkin, berorientasi pada pemenuhan kebutuhan mendesak seperti penyediaan pangan, tempat tinggal sementara, layanan kesehatan, dan pemulihan cepat untuk mengurangi dampak kerugian dan kerusakan. Selanjutnya bergeser ke paradigma mitigasi, yang memperluas fokus ke arah pencegahan dengan mengidentifikasi wilayah rawan bencana dan pola-pola kerawanan. Paradigma ini menekankan pengurangan risiko sebelum bencana terjadi melalui perencanaan yang matang. Kemudian berkembang lagi ke paradigma yang mengintegrasikan penanggulangan bencana dengan pembangunan berkelanjutan. Paradigma ini menempatkan penanggulangan bencana sebagai bagian integral dari program pembangunan. Pendekatan ini bertujuan mengurangi kerentanan masyarakat melalui penguatan ekonomi, penerapan teknologi, dan program pengentasan kemiskinan. Selanjutnya berkembang menjadi paradigma pengurangan risiko bencana/PRB (*disaster risk reduction/DRR*). Pendekatan ini menggabungkan perspektif teknis dan ilmiah dengan perhatian pada dimensi sosial, ekonomi, dan politik. Tujuannya adalah meningkatkan kapasitas masyarakat untuk mengelola risiko bencana, dengan menempatkan masyarakat sebagai subjek aktif, bukan sekadar objek bantuan, dalam proses penanggulangan bencana dan pembangunan. Paradigma ini menekankan pentingnya partisipasi masyarakat sebagai aktor utama dalam pengelolaan risiko bencana.⁵⁵

pasal 1 ayat 9, pasal 44 huruf c, dan pasal 47

⁵⁵ BPBD DIY, "Paradigma Penanggulangan Bencana Bergeser, BPBD DIY Berubah", 11 Desember 2023, <https://bpbjogjaprov.go.id/>. Pusklat Sumber Daya Air dan Kontruksi, *Modul Manajemen Penanggulangan Bencana Pelatihan Penanggulangan Bencana Banjir*, 2017, hal. 1 dan 60.

Perhatian untuk mengurangi risiko bencana telah lama menjadi perhatian dunia internasional. Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) misalnya telah memelopori resolusi mengenai hal ini. Pada 1999 Dewan Ekonomi dan Sosial PBB mengeluarkan resolusi yang dinamakan sebagai *International Strategy for Disaster Reduction* (ISDR). Strategi ini mencakup berbagai kegiatan jangka menengah hingga jangka panjang yang memanfaatkan beragam pengetahuan ilmiah dan teknologi. Tujuannya adalah membangun ketangguhan masyarakat terhadap dampak bencana alam, teknologi, maupun lingkungan, serta mengubah pola penanggulangan bencana menjadi pengelolaan risiko bencana dengan cara mengintegrasikan upaya pencegahan risiko ke dalam program pembangunan berkelanjutan. Adapun strategi ini bertujuan untuk:⁵⁶

- Meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap bencana alam, teknologi, lingkungan dan bencana sosial
- Mewujudkan komitmen pemerintah dalam mengurangi risiko bencana terhadap manusia, kehidupan manusia, infrastruktur sosial dan ekonomi serta sumber daya lingkungan
- Meningkatkan partisipasi masyarakat dalam pelaksanaan kegiatan pengurangan risiko bencana melalui peningkatan kemitraan dan perluasan jaringan upaya pengurangan risiko bencana
- Mengurangi kerugian ekonomi dan sosial akibat bencana

Menindaklanjuti hal ini, pada 2005 pun diselenggarakan Konferensi Pengurangan Bencana Dunia (*World Conference on Disaster Reduction*) di Kobe yang melahirkan Kerangka Aksi Hyogo. Kerangka ini disusun sebagai dasar untuk meminimalkan berbagai dampak kerugian akibat bencana—baik manusiawi, sosial, ekonomi, maupun lingkungan. Strategi utamanya mencakup:

- Menetapkan pengurangan risiko bencana sebagai prioritas nasional dan regional melalui kelembagaan yang kuat.
- Melakukan identifikasi, penilaian, dan pemantauan risiko secara berkelanjutan disertai penerapan sistem peringatan dini.
- Mengoptimalkan pengetahuan, inovasi, dan pendidikan guna meningkatkan kesadaran keselamatan dan ketangguhan masyarakat.
- Mengurangi faktor-faktor yang memicu peningkatan risiko bencana.
- Memperkuat kesiapsiagaan pada seluruh tingkat masyarakat untuk memastikan respons yang lebih efektif.⁵⁷

Di Indonesia sendiri, pengelolaan penanggulangan bencana telah diundangkan melalui Undang undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang

⁵⁶ Roni Eka Putra, *Mitigasi Pengurangan Risiko Bencana Gempa Bumi dari Perspektif Implementasi Kebijakan*, Depok: Rajawali Pers, 2018, hal. 30

⁵⁷ Roni Eka Putra, *Mitigasi Pengurangan Risiko Bencana Gempa Bumi..*, hal. 31

Penanggulangan Bencana. Undang-undang ini mengaktegorikan penyelenggaraan penanggulangan bencana ke dalam 3 (tiga) tahap, yakni (a) tahap pra bencana atau sebelum bencana terjadi, (b) tahap tanggap darurat saat terjadi bencana, dan (c) tahap pasca bencana. Tiga tahapan tersebut merupakan satu siklus penanggulangan bencana.

Mitigasi bencana berdasarkan undang-undang tersebut termasuk pada penanggulangan bencana tahapan pra bencana dalam situasi terdapat potensi bencana. Sebagaimana disebutkan dalam pasal 34 bahwa tahap pra bencana terbagi dua kegiatan yaitu penyelenggaraan penanggulangan bencana dalam situasi tidak terjadi bencana; dan dalam situasi terdapat potensi terjadinya bencana. Kegiatan penanggulangan bencana dalam situasi tidak terjadi bencana sebagaimana dalam Pasal 34 huruf a meliputi: a. perencanaan penanggulangan bencana; b. pengurangan risiko bencana; c. pencegahan; d. Pemaduan dalam perencanaan pembangunan; e. persyaratan analisis risiko bencana; f. pelaksanaan dan penegakan rencana tata ruang; g. pendidikan dan pelatihan; dan h. persyaratan standar teknis penanggulangan bencana. Sedangkan penyelenggaraan penanggulangan bencana dalam situasi terdapat potensi terjadi bencana sebagaimana dalam Pasal 34 huruf b meliputi: a. kesiapsiagaan; b. peringatan dini; dan c. mitigasi bencana.⁵⁸

Terdapat beberapa faktor yang dapat menimbulkan besarnya kerugian dalam bencana, antara lain: (1) kurangnya pemahaman tentang karakteristik bahaya (*hazard*), (2) sikap dan perilaku yang mengakibatkan rentannya kualitas sumber daya alam (*vulnerability*), (3) kurangnya informasi peringatan dini (*early warning*) sehingga mengakibatkan ketidaksiapan menghadapi bencana, (4) ketidakberdayaan/ketidakmampuan dalam menghadapi bahaya.⁵⁹ Menurut *Committe on Disaster Research In The Social Science* (CDRSS) upaya pengurangan risiko bencana mencakup setidaknya tiga proses penting. Pertama, *hazard mitigation* (mitigasi bahaya), yang meliputi mitigasi struktural seperti perencanaan desain dan pembangunan konstruksi dan mitigasi non-struktural yang berfokus pada pengaturan tata ruang dan pengendalian kepadatan penduduk. Kedua, *disaster preparedness* (kesiapsiagaan bencana), yakni membangun kesiapan masyarakat dalam menghadapi potensi bencana melalui berbagai kegiatan seperti penyusunan rencana evakuasi darurat, pelatihan bagi warga di kawasan rawan, penyuluhan mengenai risiko dan tanda-tanda bencana, serta penyediaan peralatan penyelamatan darurat yang mencakup dukungan material maupun finansial. Ketiga, *emergency response* (tanggap darurat), yang mencakup penyebaran informasi prediksi dan peringatan bencana, pelaksanaan evakuasi dan

⁵⁸ Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, pasal 1 ayat 9, pasal 34, pasal 44, dan pasal 47

⁵⁹ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana*, hal. 166.

perlindungan darurat, mobilisasi organisasi dan relawan, penyediaan sumber daya material, serta kegiatan pencarian dan penyelamatan.⁶⁰

Hal ini selaras dengan manajemen bencana modern terdiri dari 4 (empat) komponen fungsional utama, yaitu:⁶¹

- 1) Pencegahan dan mitigasi, yang bertujuan mengurangi atau menghilangkan risiko dan bahaya yang dapat memicu bencana. Pencegahan dan mitigasi adalah merupakan strategi penanggulangan bencana yang dilakukan pada tahapan prabencana saat tidak ada potensi terjadi bencana dengan berfokus pada strategi untuk meminimalisir risiko bencana. Seperti pembuatan tanggul, normalisasi saluran air dsb.
- 2) Kesiapsiagaan, yang dirancang untuk membekali masyarakat rentan dengan alat dan kemampuan guna meningkatkan daya tahan atau meminimalkan risiko saat bencana terjadi. Kesiapsiagaan berfokus pada strategi penanggulangan bencana yang dilakukan pada tahap prabencana saat ada potensi bencana, meliputi perencanaan, pelatihan petugas darurat, pengembangan sistem peringatan dini, pengadaan sistem komunikasi darurat, penyusunan rencana evakuasi, inventarisasi sumber daya, serta distribusi informasi kepada masyarakat,
- 3) Respons, yang mencakup tindakan cepat untuk mengurangi dampak bencana yang sedang berlangsung, diarahkan untuk menyelamatkan dan melindungi harta benda, kerusakan dan efek lain yang disebabkan oleh bencana.
- 4) Pemulihan, yang berfokus pada perbaikan dan rekonstruksi pascabencana dengan tujuan mengembalikan kondisi kehidupan masyarakat dan infrastruktur ke keadaan semula atau bahkan lebih baik.

Oleh karena itu pengelolaan risiko yang komprehensif terhadap ancaman bencana sangat dibutuhkan untuk mengurangi kerugian akibat bencana. Jika sebuah wilayah memiliki tingkat bahaya (*hazard*) dan kerentanan (*vulnerability*) yang tinggi, dampaknya tidak akan terlalu besar jika masyarakat di daerah tersebut memiliki kemampuan bertahan terhadap bencana (*disaster resilience*). Ketahanan terhadap bencana merupakan penilaian atas kemampuan sistem dan infrastruktur untuk mendeteksi, mencegah, dan mengatasi tantangan-tantangan serius yang muncul. Dengan

⁶⁰ Roni Eka Putra, *Mitigasi Pengurangan Risiko Bencana Gempa Bumi...*, hal. 67-68

⁶¹ Damon Coppola dan Erin K. Maloney dalam bukunya yang berjudul *Emergency Preparedness Strategies for Creating a Disaster Resilient Public* (2009) yang dikutip Desratri Timur Tresnanti, Anwar Kurniadi, Deffi Ayu Puspito, Pujo Widodo, Kusuma, "Komunikasi Bencana Sebagai Sistem Mitigasi Bencana Hidrometeorologi Akibat Perubahan Iklim di Jakarta" dalam *PENDIPA Journal of Science Education*, 8(2), 2024, 155-163

kata lain, meskipun wilayah tersebut rawan bencana dan memiliki jumlah penduduk yang besar, dampak negatif dapat diminimalkan jika masyarakat memiliki ketahanan yang memadai. Sebuah studi oleh Kellenberg dan Mobarak menyimpulkan bahwa negara-negara yang berinvestasi dalam infrastruktur mitigasi mengalami kerugian yang lebih kecil meskipun berada di wilayah rawan bencana. Shaw et al. menemukan bahwa program pendidikan dan pelatihan tanggap darurat secara signifikan meningkatkan kesiapan masyarakat dalam menghadapi bencana. Misalnya, komunitas yang diberikan pelatihan simulasi evakuasi memiliki tingkat keselamatan yang lebih tinggi selama bencana dibandingkan komunitas yang tidak menerima pelatihan serupa.⁶²

Dengan demikian, sebagaimana diungkapkan oleh Putera (2018)⁶³ bahwa mitigasi bencana hendaknya dilakukan sejak jauh-jauh hari sebelum peristiwa bencana itu terjadi atau tingkat kerawannya meningkat. Dalam hal ini pengetahuan, pemahaman, dan kesiapsiagaan harus terus disosialisasikan kepada masyarakat guna mengantisipasi dan meminimalkan kerugian jika sewaktu-waktu terjadi bencana. Keterlibatan aktif masyarakat sebagai pihak yang paling dekat dengan situasi di lapangan menjadi salah satu elemen kunci dalam pengelolaan bencana. Melibatkan mereka dapat meningkatkan kesadaran, respons cepat, dan mitigasi dampak bencana secara menyeluruh.

2. Pengurangan Risiko Bencana Alam Melalui Mitigasi

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya bahwa mitigasi bencana alam merupakan serangkaian upaya yang dilakukan untuk mengurangi risiko dan dampak negatif dari suatu bencana alam. Jadi secara umum tujuan utama mitigasi adalah meningkatkan ketahanan masyarakat dan lingkungan terhadap bencana agar terhindar dari kerugian yang lebih besar. Lebih rinci, mitigasi bencana alam dimaksudkan antara lain sebagai berikut:

a. Mengurangi dampak kerusakan infrastruktur

Mitigasi bertujuan untuk meminimalkan kerusakan fisik pada infrastruktur penting seperti bangunan, jalan, jembatan, dan fasilitas umum lainnya. Dengan penerapan teknologi tahan bencana, seperti bangunan tahan gempa atau tanggul penahan banjir, kerusakan dapat

⁶² Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono (Ed), *Konstruksi Masyarakat Tangguh Bencana...*, hal. 98. Lihat juga Derek K. Kellenberg dan Ahmed Mushfiq Mobarak, "Does rising income increase or decrease damage risk from natural disasters?" *Journal of Urban Economics*, Vol. 63, No. 3, 788-802, 2008. Lihat juga Rajib Shaw, Koichi Shiwaku Hirohide Kobayashi, Masami Kobayashi, "Linking experience, education, perception, and earthquake preparedness." dalam *Disaster Prevention and Management*, Vol. 13 No. 1, 39-49, 2004.

⁶³ Roni Ekha Putera, *Mitigasi Pengurangan Risiko Bencana Gempa...*, hal. 38

diminimalkan. Hal ini tidak hanya melindungi aset fisik tetapi juga memastikan aksesibilitas selama tanggap darurat bencana tetap terjaga. Berikut adalah beberapa contoh nyata mitigasi dalam kaitan tujuan tersebut:

- 1) Konstruksi tahan gempa. Pada wilayah rawan gempa seperti Jepang, teknologi seperti isolasi seismik telah secara signifikan mengurangi kerusakan infrastruktur selama gempa bumi. Bangunan yang dilengkapi sistem ini dapat tetap berdiri bahkan saat gempa besar seperti gempa Tohoku pada tahun 2011. Investasi dalam desain tahan gempa menghasilkan pengurangan besar dalam kerugian ekonomi dan korban jiwa.
- 2) Manajemen risiko banjir. Beberapa kota di Amerika Serikat, seperti Fort Collins, Colorado, berhasil mengurangi dampak banjir melalui regulasi pembangunan di dataran banjir. Setelah banjir besar tahun 1997 yang menyebabkan kerugian \$250 juta, mereka menerapkan larangan pembangunan di zona risiko tinggi. Hasilnya, dari 14.000 struktur yang dibangun setelah peraturan tersebut, hanya delapan yang mengalami kerusakan akibat banjir pada 2013.
- 3) Penggunaan infrastruktur hijau. Kota Milwaukee menerapkan pendekatan berbasis alam untuk manajemen air hujan dengan infrastruktur hijau seperti taman resapan. Pada 2014, inisiatif ini mampu menangkap 12 juta galon air hujan, yang membantu mengurangi tekanan pada sistem drainase kota. Kota ini menargetkan peningkatan kapasitas penangkapan hingga 50 juta galon pada 2029.
- 4) Proyek restorasi ekosistem. Program "Floodplains by Design" di negara bagian Washington, AS, telah menginvestasikan lebih dari \$115 juta untuk mengembalikan ekosistem sungai dan menghilangkan infrastruktur yang sudah usang. Program ini tidak hanya melindungi infrastruktur tetapi juga meningkatkan keberlanjutan lingkungan.⁶⁴

Strategi-strategi tersebut menunjukkan bahwa mitigasi yang tepat tidak hanya melindungi infrastruktur dari dampak langsung bencana, tetapi juga memberikan manfaat ekonomi dan sosial dalam jangka panjang. Implementasi kebijakan seperti kode bangunan modern dan solusi berbasis alam secara konsisten menghasilkan pengurangan kerugian hingga enam kali lipat dari biaya mitigasi.

⁶⁴ UNDRR, "Global Assessment Report on Disaster Risk Reduction," 2022. Lihat juga GovPilot, "What is Disaster Resilient Infrastructure? Why is it Needed?", <https://www.govpilot.com/blog/what-is-disaster-resilient-infrastructure-why-is-it-needed>. Lihat juga Pew, "Mitigation Matters: Policy Solutions to Reduce Local Flood Risk", 2019, <https://www.pewtrusts.org/en/research-and-analysis/articles/2019/11/19/mitigation-matters-policy-solutions-to-reduce-local-flood-risk>

b. Melindungi kehidupan manusia

Langkah-langkah mitigasi seperti peringatan dini, perencanaan evakuasi, dan pembangunan tempat perlindungan darurat bertujuan untuk melindungi nyawa manusia. Penyediaan jalur evakuasi yang memadai dan program edukasi masyarakat membantu mengurangi risiko korban jiwa akibat bencana. Beberapa contoh diantaranya:

- 1) Sistem peringatan dini (*early warning systems/EWS*). Setelah Tsunami Samudera Hindia 2004 yang menewaskan lebih dari 230.000 orang, sistem peringatan dini tsunami dipasang di berbagai negara di kawasan tersebut. Ketika tsunami terjadi di Palu-Indonesia 2018, sistem peringatan dini mampu memberikan peringatan meski terdapat tantangan dalam penyebaran informasi. Pada kasus Siklon Phailin-India 2013 dengan bantuan sistem peringatan dini, lebih dari satu juta orang berhasil dievakuasi sebelum siklon melanda. Hasilnya, jumlah korban jiwa hanya 44 orang, jauh lebih rendah dibandingkan siklon besar sebelumnya.
- 2) Evakuasi massal yang terorganisir. Pada kasus letusan Gunung Merapi di Indonesia 2010, sistem evakuasi berbasis komunitas yang diterapkan oleh Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) berhasil memindahkan ribuan penduduk dari zona bahaya, sehingga mengurangi korban jiwa.
- 3) Edukasi dan kesadaran masyarakat. Kesadaran masyarakat terhadap risiko bencana membantu mereka merespons secara cepat dan tepat. Contohnya di Jepang, simulasi tahunan dan edukasi masyarakat memungkinkan banyak penduduk bereaksi dengan cepat saat gempa dan tsunami terjadi. Ini adalah hasil dari investasi jangka panjang dalam pendidikan kebencanaan. Di Bangladesh, melalui pelatihan dan simulasi, lebih dari 3.000 desa kini memiliki tim tanggap darurat lokal, yang secara signifikan mengurangi jumlah korban selama banjir.
- 4) Inovasi teknologi untuk tanggap darurat. Contohnya, penggunaan drones untuk penyelamatan seperti di Nepal pasca gempa bumi 2015. Drones digunakan untuk menemukan korban dan menyediakan jalur bantuan yang lebih cepat. Teknologi ini membantu mempercepat evakuasi dan penyelamatan. Begitu juga aplikasi berbasis komunitas seperti Google Crisis Response menyediakan informasi lokasi aman dan peta evakuasi selama bencana, seperti digunakan saat kebakaran hutan di Australia pada 2019.⁶⁵

⁶⁵ BNPB, "Panduan Nasional Mitigasi Bencana," 2023. Lihat juga UNISDR, "Early Warning Practices can Save Lives: Selected Examples, 2010, https://www.unisdr.org/files/15254_EWSBLLfinalweb.pdf. Lihat juga GDPC, "Early Warning Systems", <https://preparecenter.org/topic/early-warning-systems>. Lihat juga USAID, "Early Warning, Preparedness, Mitigation, and Prevention",

Dengan kombinasi teknologi, edukasi, dan kesiapsiagaan, mitigasi bencana menjadi alat yang ampuh untuk menyelamatkan nyawa manusia bahkan dalam kondisi ekstrem. Hal ini memperlihatkan pentingnya investasi pada sistem peringatan dini, manajemen evakuasi, serta pemberdayaan masyarakat dalam menghadapi ancaman bencana.

c. Meminimalkan dampak ekonomi

Bencana sering kali mengakibatkan kerugian ekonomi yang signifikan. Mitigasi membantu mengurangi kerugian tersebut dan mempercepat proses pemulihan ekonomi di wilayah terdampak. Melalui pendekatan yang melindungi properti masyarakat dan pengelolaan risiko berbasis komunitas untuk memperkuat ketahanan ekonomi lokal. Pendekatan ini memastikan bahwa dampak bencana tidak berlanjut menjadi krisis ekonomi yang berkepanjangan bagi masyarakat terdampak. Diantara contoh dalam tujuan ini adalah sebagai berikut

- 1) Mengurangi biaya kerusakan langsung dan tidak langsung. Dengan investasi mitigasi seperti infrastruktur tahan bencana, maka dampak bencana berupa kerugian ekonomis dari kerusakan infrastruktur, kehilangan aset bisnis dan gangguan aktivitas ekonomi dapat dikurangi. Studi menunjukkan bahwa sejak Badai Katrina di AS 2005, setiap dolar yang diinvestasikan dalam mitigasi dapat menghemat hingga \$6 pada kerugian yang dihindari.
- 2) Peningkatan produktivitas pasca-bencana. Investasi dalam mitigasi tidak hanya melindungi aset fisik tetapi juga mempercepat pemulihan pasca-bencana. Misalnya, pada skenario gempa bumi di San Diego, investasi \$833 juta dalam mitigasi mampu mengurangi kerugian produksi hingga \$6,5 miliar, menghindari lebih dari 30.000 pekerjaan yang hilang, dan menjaga populasi tetap tinggal di wilayah tersebut.
- 3) Dampak positif pada pasar tenaga kerja. Simulasi dampak mitigasi Badai Irma di Miami menunjukkan bahwa investasi \$10,8 miliar mampu menyelamatkan lebih dari 184.000 pekerjaan yang akan hilang tanpa mitigasi. Hal ini menunjukkan bahwa mitigasi juga berkontribusi pada stabilitas pasar tenaga kerja dan kesejahteraan ekonomi masyarakat lokal.⁶⁶

Dengan implementasi strategi mitigasi bencana yang efektif, dampak ekonomi jangka pendek dan panjang dapat diminimalkan secara

<https://www.usaid.gov/working-crises-and-conflict/disaster-risk-reduction/early-warning-preparedness>.

⁶⁶ World Bank, "Financial Protection Against Natural Disasters," 2023. Lihat juga UNDRR, "Enhance Infrastructure Resilience", "Making Critical Infrastructure Resilient: Ensuring Continuity of Service - Policy and Regulations in Europe and Central Asia", <https://www.undrr.org>. Lihat juga FEMA, "Hazard Mitigation Planning", <https://www.fema.gov/emergency-managers/risk-management/hazard-mitigation-planning>

signifikan. Contoh-contoh di atas menunjukkan bagaimana investasi yang terencana dalam mitigasi tidak hanya melindungi aset ekonomi tetapi juga memastikan kelangsungan aktivitas ekonomi dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan.

d. Menjamin keberlanjutan layanan dasar

Mitigasi bencana mencakup langkah-langkah untuk melindungi dan menjaga operasional layanan penting seperti fasilitas kesehatan, pendidikan, air bersih, listrik, transportasi, komunikasi dan sistem energi. Kehilangan akses terhadap layanan ini selama bencana dapat memperburuk dampak bencana. Oleh karena itu, perlindungan terhadap infrastruktur layanan dasar menjadi prioritas dalam mitigasi. Contohnya, penggunaan perencanaan keberlanjutan seperti generator cadangan untuk menjaga layanan prioritas bagi pasien kritis dan pasien rawat jalan meski jaringan listrik terputus. Penggunaan pipa berteknologi tahan gempa yang telah diterapkan di Jepang untuk meminimalkan kerusakan jaringan selama gempa besar.

Mitigasi untuk menjamin keberlanjutan layanan dasar tidak hanya berfokus pada aspek teknis seperti penguatan infrastruktur, tetapi juga mencakup pengelolaan risiko sistemik, seperti memastikan rantai pasok tetap aktif selama keadaan darurat. Upaya ini melibatkan berbagai pemangku kepentingan dari pemerintah hingga komunitas lokal. Data kongkret dari berbagai insiden menunjukkan pentingnya strategi mitigasi yang menyeluruh dan terintegrasi untuk memastikan masyarakat tetap mendapatkan layanan dasar yang esensial selama bencana.⁶⁷

e. Mengurangi dampak psikologis

Bencana sering menimbulkan dampak psikologis seperti trauma dan stres. Mitigasi bertujuan untuk meminimalkan efek ini pada individu dan komunitas yang terkena dampak. Melalui program pendidikan, pelatihan dan simulasi bencana, membantu masyarakat lebih siap secara mental menghadapi situasi darurat. Kesadaran dan kesiapan psikologis dapat mengurangi risiko dampak psikososial jangka panjang pada korban.⁶⁸

Sebuah kajian menunjukkan bahwa hingga sepertiga dari populasi terdampak bencana dapat mengalami dampak psikologis yang signifikan. Misalnya, setelah bencana tsunami di Asia pada tahun 2004, banyak korban menunjukkan gejala PTSD yang berlangsung bertahun-tahun

⁶⁷ IFRC, "Ensuring Continuity of Critical Services During Disasters," 2023. Lihat juga The Joint Commission, "Quick Safety 41: Emergency management: Need for continuity of operations planning", 2018.

⁶⁸ International Journal of Disaster Risk Reduction, "Psychological Preparedness and Resilience," 2023

setelah kejadian. Intervensi seperti terapi berbasis trauma atau pendekatan kesehatan mental komunitas telah terbukti membantu mengurangi tingkat PTSD. Sebagai contoh, setelah badai Katrina di AS, program *trauma-focused cognitive behavioral therapy* membantu para penyintas mengatasi gejala trauma secara efektif. Dukungan sosial yang terorganisir juga memainkan peran penting dalam mitigasi dampak psikologis. Di Jepang, setelah gempa dan tsunami 2011, pendirian pusat dukungan mental di komunitas-komunitas yang terkena dampak memberikan fasilitas konseling, yang signifikan mengurangi perasaan isolasi sosial dan kecemasan para korban. Penelitian menunjukkan bahwa masyarakat yang memiliki pengetahuan tentang kesiapsiagaan psikologis lebih mampu menghadapi stres terkait bencana. Misalnya, pelatihan pengelolaan stres bagi warga di Australia yang menghadapi musim siklon menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan ketahanan emosional mereka selama musim bencana.⁶⁹

Hal tersebut menunjukkan bahwa fokus pada pengurangan dampak psikologis bencana melalui intervensi dini, dukungan sosial, dan pendidikan psikologis adalah langkah strategis dalam mitigasi bencana secara holistik. Pendekatan ini tidak hanya melindungi kesejahteraan mental tetapi juga mempercepat proses pemulihan sosial komunitas yang terdampak.

f. Meningkatkan ketangguhan lingkungan

Selain dampak pada manusia dan infrastruktur, mitigasi juga bertujuan untuk melindungi ekosistem secara umum, antara lain:

- 1) Mengurangi kerusakan ekosistem penting. Mitigasi lingkungan sering melibatkan restorasi ekosistem seperti mangrove, hutan, dan terumbu karang yang secara alami melindungi wilayah pesisir dari badai dan banjir. Contohnya, di Kabupaten Demak, Indonesia, sebuah proyek pemulihan 20 km sabuk mangrove tidak hanya mengurangi banjir, tetapi juga meningkatkan produksi akuakultur dan melindungi 70.000 penduduk lokal. Selain itu, proyek ini membantu meningkatkan penyimpanan karbon dan keanekaragaman hayati.
- 2) Melindungi infrastruktur penting. Penggunaan solusi berbasis alam (*nature-based solutions*) membantu mengurangi dampak bencana terhadap infrastruktur dasar. Misalnya, di Belanda, strategi "Room for the River" memberikan ruang tambahan bagi sungai untuk mengalir selama banjir. Ini telah mengurangi risiko kerusakan ekonomi dan memungkinkan sungai Rhine mengangkut volume air yang lebih

⁶⁹ MDPI, "Impact of Natural Disasters on Mental Health: Evidence and Implications", <https://www.mdpi.com/>. FEMA, "The Role of Community-Based Interventions in Disaster Recovery", <https://www.fema.gov/>

besar, memberikan perlindungan jangka panjang. Di Kabupaten Cirebon-Indonesia, proyek rehabilitasi pesisir yang melibatkan penanaman mangrove dan penguatan tanggul bertujuan untuk mengurangi dampak banjir dan erosi di kawasan pesisir yang padat penduduk dan memiliki infrastruktur penting. Upaya ini tidak hanya melindungi infrastruktur tetapi juga meningkatkan ketahanan lingkungan dan ekonomi masyarakat sekitar.

- 3) Memastikan keberlanjutan pasokan air. Di Meksiko, 50 juta hektar cekungan sungai dijadikan kawasan konservasi untuk melindungi pasokan air bagi lebih dari 45 juta orang. Kawasan ini mencakup cadangan air yang mampu menjaga aliran sungai dan mengurangi dampak perubahan iklim pada pasokan air. Di Jawa Barat - Indonesia, program pengelolaan dan perlindungan Cekungan Air Subdas Citarum, melibatkan restorasi hutan dan perlindungan kawasan resapan air untuk memastikan keberlanjutan pasokan air bagi lebih dari 30 juta orang. Program ini juga melibatkan konservasi lahan untuk menjaga kualitas air dan mencegah kontaminasi.
- 4) Meningkatkan ketangguhan urban dan rural. Proyek hijau di Kanada seperti pemulihan rawa asin di Teluk Fundy menunjukkan bagaimana investasi senilai \$20 juta mampu melindungi ribuan penduduk dari banjir pesisir, melestarikan lahan pertanian, dan menciptakan solusi berbasis alam yang dapat direplikasi di berbagai wilayah. Program pembangunan rumah tahan bencana di kawasan rawan bencana di Indonesia seperti di daerah Kabupaten Bandung dan Cianjur. Program ini melibatkan konstruksi rumah yang menggunakan bahan tahan gempa dan dilengkapi dengan sistem drainase yang baik untuk mengurangi risiko banjir dan longsor.⁷⁰

Strategi mitigasi bencana yang fokus pada ketangguhan lingkungan tidak hanya melindungi komunitas dari bencana, tetapi juga memberikan manfaat tambahan seperti penyimpanan karbon, perlindungan keanekaragaman hayati, dan keberlanjutan jangka panjang. Pendekatan ini semakin relevan dalam menghadapi perubahan iklim global.

⁷⁰ FEMA, "Building Community Resilience With Nature-Based Solutions", 2021, https://www.fema.gov/sites/default/files/documents/fema_riskmap-nature-based-solutions-guide_2021.pdf. Lihat juga GCA, "12 great examples of how countries are adapting to climate change", <https://gca.org/12-great-examples-of-how-countries-are-adapting-to-climate-change/>. Lihat juga UNEP, "Nature-Based Solutions for Disaster Risk Reduction," 2023

3. Jenis Mitigasi Bencana Alam

Mitigasi bencana alam merupakan salah satu komponen utama dalam manajemen risiko bencana yang bertujuan untuk mengurangi dampak negatif dari bencana melalui langkah-langkah struktural dan non-struktural. Selain itu mitigasi meliputi tiga unsur berupa penilaian bahaya (*hazard assessment*) untuk mengidentifikasi ancaman serta seberapa luas dampaknya, lalu peringatan (*warning*) yang berguna memberi kesadaran kesiapsiagaan pada masyarakat di daerah yang berpotensi adanya bencana, kemudian persiapan (*preparedness*) yang terkait dengan sistem peringatan dan evakuasi jika telah terjadi bencana.⁷¹

a. Identifikasi dan Pemetaan Risiko Bencana Alam

Identifikasi dan pemetaan risiko merupakan langkah awal yang penting dalam mitigasi bencana alam. Risiko bencana alam diperhitungkan dengan menggabungkan faktor bahaya (*hazard*) dan kerentanan (*vulnerability*) serta mempertimbangkan kapasitas (*capacity*). Penilaian risiko bencana alam dilakukan dengan melakukan identifikasi bahaya, tinjauan karakteristik teknis bahaya (seperti lokasi, intensitas, frekuensi, dan probabilitasnya), analisis paparan dan kerentanan (termasuk dimensi fisik, sosial, kesehatan, lingkungan dan ekonomi) dan evaluasi efektivitas kapasitas koping yang berlaku dan alternatif sehubungan dengan kemungkinan skenario risiko.⁷²

Peta risiko memberikan gambaran tentang wilayah yang membutuhkan intervensi prioritas. Hasil kajian risiko bencana memperlihatkan potensi dampak negatif yang mungkin timbul akibat suatu potensi bencana yang ada. Potensi dampak negatif dihitung dengan mempertimbangkan tingkat kerentanan dan kapasitas kawasan tersebut. Potensi dampak negatif tersebut menggambarkan potensi jumlah jiwa, kerugian harta benda, dan kerusakan lingkungan yang terpapar oleh potensi bencana. Evaluasi suatu risiko bencana dapat dianalisis dari keterhubungannya antara bahaya, kerentanan, dan kapasitas, sebagaimana dinyatakan dalam formula berikut:⁷³

$$R = \frac{H \times V}{C}$$

Dimana:

R : *risk* (risiko bencana)
 H : *hazard* (bahaya)

⁷¹ Roni Eka Putra, *Mitigasi Pengurangan Risiko Bencana Gempa Bumi...*, hal 39-40

⁷² Janes Jainurakhma, *Keperawatan Bencana dan Kegawatdaruratan...*, hal. 129

⁷³ Ridwan Yunus. (Ed.), *RBI: Risiko Bencana Indonesia...*, hal. 34

V : *vulnerability* (kerentanan)
 C : *capacity* (kapasitas)

Namun evaluasi risiko bencana tersebut bukanlah satu-satu metode. Diantara metodologi lain yang sering digunakan adalah *Hazard Identification and Risk Analysis* (HIRA). HIRA mengurutkan risiko berdasarkan frekuensi (*frequency*) terjadinya bahaya dan tingkat konsekuensi (*consequences*) terjadinya risiko. Metode HIRA paling mudah dipakai, namun dalam penerapannya mengandalkan improvisasi penganalisis dalam menentukan tingkat frekuensi dan kosenkuensi. Metode HIRA mengestimasi risiko bencana dengan mengelompokkannya ke dalam lima jenis, yaitu *minimal risk*, *minor risk*, *moderate risk*, *major risk*, dan *severe risk*, sebagaimana Tabel 3.2 berikut.⁷⁴

Tabel 3. 3 Metode *Hazard Identification and Risk Analysis* untuk Mengestimasi Risiko

	Cons				
fr	1	2	3	4	5
5	Minor	Moderate	Major	Severe	Severe
4	Minor	Moderate	Major	Severe	Severe
3	Minimal	Minor	Moderate	Major	Severe
2	Minimal	Minimal	Minor	Moderate	Major
1	Minimal	Minimal	Minimal	Minor	Moderate

Dengan memahami kajian risiko tersebut, pemerintah dan masyarakat dapat membuat strategi dan kebijakan yang tepat terkait penanganan dan pengurangan risiko bencana secara efektif. Tindakan yang diambil bertujuan memastikan populasi dan lingkungan akan terlindungi, atau dimungkinkan untuk mengurangi besaran bahaya yang akan muncul hingga tanpa ada konsekuensi atau dampak negatif.⁷⁵ Diantara tindakan mitigasi yang dilakukan menurut pasal 47 Undang undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, meliputi: (1) Pelaksanaan penataan ruang, (2) pengaturan pembangunan, pembangunan infrastruktur, tata bangunan, dan (3) Penyelenggaraan pendidikan, penyuluhan dan pelatihan baik secara konvensional maupun modern.

Secara umum ketiga lingkup tersebut dapat dikategorikan ke dalam

⁷⁴ Janes Jainurakhma, *Keperawatan Bencana dan Kegawatdaruratan...*, hal. 130

⁷⁵ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana...*, hal 167-168

dua jenis, yaitu mitigasi struktural dan mitigasi non-struktural sebagaimana akan dijelaskan berikut ini.

b. Mitigasi Struktural

Mitigasi struktural adalah upaya untuk mengurangi risiko bencana melalui intervensi fisik pada infrastruktur dan lingkungan yang dirancang khusus untuk menahan dampak bencana. Mitigasi ini bertujuan untuk memperkuat struktur dan konstruksi bangunan, melindungi fasilitas vital, dan mengurangi dampak fisik dari bencana alam seperti gempa bumi, banjir, atau tsunami. Mitigasi struktural biasanya melibatkan rekayasa teknis dan konstruksi yang dirancang untuk melindungi manusia dan properti dari dampak bencana, seperti pembangunan tanggul, kanal, dan bangunan tahan gempa untuk mengurangi kerentanan fisik terhadap ancaman bencana.⁷⁶ Diantaranya contohnya:

- 1) Mitigasi struktural untuk bencana gempa bumi. Bangunan tahan gempa menggunakan teknologi konstruksi yang fleksibel dan bahan bangunan yang mampu menyerap getaran gempa. Kemudian isolator seismik yaitu sistem yang dipasang di fondasi bangunan untuk mengurangi efek guncangan pada struktur bangunan. Contohnya gedung Sains Universitas Gadjah Mada (UGM) yang dirancang menggunakan teknologi tahan gempa.⁷⁷
- 2) Mitigasi struktural untuk banjir. Sistem drainase kota yang dirancang dalam rangka mengurangi genangan air dengan mempercepat aliran air ke saluran pembuangan. Tanggul dan bendungan yang dibangun dalam rangka mencegah luapan air sungai atau laut yang dapat menyebabkan banjir di wilayah pemukiman. Contohnya, bendungan Katulampa di Bogor yang berfungsi sebagai pengendali banjir Jakarta.⁷⁸
- 3) Mitigasi struktural untuk tsunami. Jalur evakuasi vertikal yaitu bangunan tinggi yang berfungsi sebagai tempat evakuasi sementara untuk masyarakat di wilayah pesisir. Tembok laut (*sea wall*) sebagai struktur yang dibangun di sepanjang garis pantai untuk menahan gelombang tsunami sebelum mencapai daratan. Contohnya tembok laut di Prefektur Fukushima, Jepang, dibangun setelah tsunami 2011. Proyek Giant Sea Wall Jakarta bertujuan melindungi ibu kota Indonesia dari banjir rob akibat kenaikan permukaan air laut dan

⁷⁶ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana...*, hal. 169. Lihat juga Badan Nasional Penanggulangan Bencana. *Panduan Umum Mitigasi Bencana Banjir*. Jakarta: BNPB, 2020, hlm. 34. Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat. *Teknologi Bangunan Tahan Gempa di Indonesia*. Jakarta: KemenPUPR, 2019, hlm. 12

⁷⁷ Kusuma, D. *Penerapan Teknologi Isolator Seismik pada Bangunan Modern di Indonesia*. Yogyakarta: UGM Press, 2021, hlm. 89-90

⁷⁸ Pemerintah Provinsi DKI Jakarta. *Giant Sea Wall Jakarta: Perlindungan Terhadap Banjir Rob*. Jakarta: Pemprov DKI, 2021, hlm. 45.

subsiden tanah di wilayah pesisir utara Jakarta.⁷⁹

- 4) *Building codes* atau kode bangunan adalah seperangkat standar teknis yang dirancang untuk memastikan keamanan, stabilitas, dan keberlanjutan bangunan di suatu kawasan, dalam rangka mengendalikan pemanfaatan ruang. *Building codes* membantu dalam mitigasi bencana dengan cara mengurangi risiko keruntuhan bangunan, melindungi infrastruktur vital, dan memastikan ketahanan lingkungan. Contohnya penerapan SNI 1726:2019 di Indonesia, yang menetapkan standar ketahanan gempa untuk infrastruktur publik di wilayah rawan gempa seperti Padang dan Yogyakarta.⁸⁰

c. Mitigasi Non-struktural

Mitigasi non-struktural adalah upaya mengurangi risiko bencana alam melalui tindakan yang tidak melibatkan pembangunan fisik bangunan atau infrastruktur. Fokusnya adalah pada penguatan kapasitas masyarakat, penyebaran informasi, dan pembuatan kebijakan yang mendukung kesiapsiagaan bencana. Mitigasi non-struktural melibatkan kebijakan, penyusunan peraturan dan perundang-undangan, pembentukan kelembagaan, pelatihan dan pendidikan, dan peningkatan kesadaran masyarakat untuk mengurangi risiko. Diantaranya contohnya:

- 1) Kebijakan dan peraturan. Penerapan kebijakan tata ruang seperti melarang pembangunan di daerah rawan bencana zona patahan gempa atau daerah banjir. Regulasi pembangunan yang mewajibkan penggunaan bahan bangunan tertentu atau standar teknis tertentu untuk bangunan di wilayah rawan bencana. Juga program desa tangguh bencana di beberapa kabupaten rawan bencana merupakan bentuk mitigasi non-struktural berbasis masyarakat. Program ini melibatkan pelatihan kesiapsiagaan, perencanaan evakuasi, dan simulasi bencana secara berkala untuk meningkatkan kapasitas komunitas lokal dalam menghadapi gempa bumi dan letusan gunung berapi.
- 2) Sistem peringatan dini. Mengembangkan sistem yang dapat memberikan peringatan sebelum bencana terjadi, seperti tsunami, banjir, atau gempa bumi, dilengkapi alat deteksi tanda awal bencana dan sistem jaringan komunikasi yang efektif untuk menyebarkan informasi peringatan dini kepada masyarakat. Penguatan sistem

⁷⁹ Nakamura, T., *The Sea Wall and Its Impact on Tsunami Disaster Management in Japan*. Tokyo: Japan Disaster Studies Institute, 2018, hal. 15-16. Lihat juga Pemerintah Provinsi DKI Jakarta, *Giant Sea Wall Jakarta: Perlindungan Terhadap Banjir Rob*. Jakarta: Pemprov DKI, 2021, hal. 45.

⁸⁰ Badan Standarisasi Nasional. SNI 1726:2019: Tata Cara Perencanaan Ketahanan Gempa untuk Bangunan Gedung dan Non-Gedung. Jakarta: BSN, 2019, hal. 23. Lihat juga National Institute of Standards and Technology (NIST). *Building Codes and Their Role in Disaster Mitigation*. Washington DC: NIST Press, 2018, hal. 12.

kesehatan melalui deteksi dini dan perencanaan pandemi terbukti efektif dalam mengurangi beban Covid-19 di beberapa negara.

- 3) Sistem Informasi Geografis (SIG) yang digunakan oleh pemerintah daerah dalam mengelola risiko banjir melalui pemetaan daerah rawan dan penentuan lokasi pengungsian sementara yang strategis.
- 4) Pendidikan dan kesadaran publik. Program sosialisasi, edukasi dan simulasi bencana dalam rangka mengedukasi masyarakat untuk meningkatkan kesiapsiagaan baik sebelum, selama, dan setelah bencana. Peningkatan kapasitas masyarakat untuk dapat melakukan pertolongan pertama, evakuasi mandiri, dan membangun kembali kehidupan setelah bencana.
- 5) Perencanaan dan manajemen risiko. Misalnya pembuatan rencana kontingensi, menyusun rencana yang detail tentang langkah-langkah yang akan diambil sebelum, selama, dan setelah terjadinya bencana serta pembentukan tim reaksi cepat yang terlatih untuk melakukan evakuasi, pertolongan pertama, dan penanganan pasca bencana.⁸¹

Penelitian Ganggal Tuladhar dkk di Nepal menegaskan bahwa inisiatif yang diambil untuk pendidikan bencana tidak cukup dan tantangan utama untuk pengurangan risiko bencana/PRB (*disaster risk reduction/DRR*) di komunitas sekolah untuk negara seperti Nepal adalah menerapkan metode, terutama pada tingkat individu. Demikian pula, pendidikan bencana seharusnya tidak hanya dibatasi pada siswa sekolah, tetapi juga harus dipromosikan ke keluarga dan masyarakat, yang sangat penting untuk menguraikan pengetahuan tentang PRB dan untuk berkontribusi pada masyarakat yang aman dari bencana di negaranya.⁸²

Berdasarkan hal tersebut di atas, mitigasi bencana tidak hanya terbatas pada pembangunan fisik infrastruktur semata. Pendekatan psikologis yang menekankan pada kesadaran individu dan masyarakat juga sangat penting. Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 telah memberikan landasan hukum bagi upaya ini, dengan menegaskan bahwa setiap warga negara memiliki kewajiban untuk menjaga lingkungan dan masyarakat. Dengan demikian, upaya mitigasi bencana menjadi tanggung jawab bersama yang melibatkan pemerintah dan seluruh lapisan

⁸¹ Wignyo Adiyoso, *Manajemen Bencana...*, hal. 172. Lihat LIPI, *Panduan Kesiapsiagaan Bencana untuk Sekolah*, Bandung: LIPI Press, 2017, hal. 78. Lihat juga UNISDR. *Developing Early Warning Systems: A Checklist*. Geneva: United Nations, 2006, hal. 23. Lihat Jeremy Roberts, "Early Detection Systems for Pandemics: Lessons from COVID-19," *Health Policy Insights*, 2021.

⁸² Ganggal Tuladhar, Ryuichi Yatabe, Ranjan Kumar Dahal, Netra Prakash Bhandary, "Knowledge of disaster risk reduction among school students in Nepal", *Geomatics, Natural Hazards and Risk*, Vol. 5, No. 3, 190–207, 2014, <http://dx.doi.org/10.1080/19475705.2013.809556>

masyarakat.

C. Dimensi Psikologis dalam Mitigasi Bencana Alam

Pendekatan psikologi selama ini lebih banyak berperan dalam penanganan kebencanaan dalam tahapan respons seperti pemberian *treatment*. Padahal ilmu psikologi mampu berada di tahap yang lebih awal yaitu mitigasi, tahap untuk memperkecil risiko bencana. Salah satu hipotesis psikologis menyatakan bahwa gangguan psikologis, misalnya stres, dapat berkurang jika manusia mampu memperkirakan terjadinya suatu peristiwa. Maka pendekatan psikologi dapat berkontribusi dalam tahap mitigasi, diantaranya melalui kemampuan berkomunikasi dan melakukan psikoedukasi terhadap masyarakat.⁸³

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa bencana menyebabkan dampak signifikan yang mempengaruhi psikologis dan kesehatan mental penyintas. Semakin besar tingkat paparan yang dialami penyintas bencana, semakin intens reaksi pascabencana yang dirasakan. Faktor seperti kehilangan anggota keluarga, rumah, dan komunitas termasuk dampak tinggi yang memicu kesedihan dan trauma. Hal tersebut semakin memperberat dampak psikologis dan memperpanjang masa pemulihan. Kesehatan mental yang terus-menerus terganggu seringkali menyebabkan penyakit mental lainnya. Penyintas dengan paparan tinggi cenderung mengalami lebih banyak kecemasan, kesulitan fungsi kognitif, depresi, kesedihan, gejala pascatrauma, keluhan fisik, dan dalam beberapa kasus, penyalahgunaan alkohol atau zat aditif, bahkan hingga bunuh diri. Beberapa penyintas bencana mungkin mengalami efek psikologis jangka panjang yang parah yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka saat melakukan aktivitas sehari-hari.⁸⁴

Dampak psikososial akibat bencana yang dialami relatif beragam tergantung dari tingkat paparan dan ketahanan, diantaranya stress dan trauma (*extreme peritraumatic stress*) yang terjadi < 2 hari setelah bencana, gangguan stres akut (*acute stress disorder*) hari kedua sampai dengan 30 hari dan gangguan stres pasca trauma (*post traumatic disorder*) yang biasanya muncul > 30 hari. Gejala psikologis yang berbahaya dan paling umum terlihat pada penyintas bencana adalah gangguan stres pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*/PTSD). PTSD adalah sindrom yang terjadi sebagai akibat dari ancaman serius atau pengalaman atas peristiwa yang tragis atau menakutkan secara psikologis, antara lain pengalaman mendekati kematian, trauma terkait

⁸³ Mengenal Psikologi Kebencanaan Lebih Dekat, 2015, dalam <https://psikologi.ugm.ac.id/mengenal-psikologi-kebencanaan-lebih-dekat/>

⁸⁴ Deborah J. DeWolfe, *Training Manual for Mental Health and Human Service Workers in Major Disasters...*, hal. 6-7. Lihat juga Suprpto dkk., *Keperawatan Kegawatdaruratan dan Manajemen Bencana...*, hal. 145-146

perang, kepanikan atau ketakutan yang ekstrim, ketidakmampuan menyelamatkan diri dari bencana, terjebak dalam bencana dalam waktu yang lama, kekerasan fisik atau kekerasan seksual, konflik interpersonal, atau penyakit medis. PTSD sebagai gangguan mental yang muncul sesudah bencana termasuk gangguan mental yang lebih berbahaya dari pada stres saat terjadi peristiwa bencana. Stres yang hadir selama bencana biasanya lebih mudah diobati daripada PTSD. PTSD dapat mempengaruhi kinerja psikologis, konsep diri, perkembangan, dan hubungan seseorang bahkan menyebabkan efek perilaku eksterim. PTSD membuat motivasi korban untuk bertahan hidup melemah dan relatif sulit diobati. Tanpa pengobatan, PTSD memperburuk dan mempengaruhi perkembangan gangguan fisik, emosional, mental, perilaku, dan kejiwaan.⁸⁵

Gejala fisik PTSD meliputi kelelahan, suhu tubuh tinggi, menggigil, lesu, mual, pusing, sesak napas, dan panik. Aspek emosional meliputi lekas marah, kehilangan semangat hidup, kecemasan, perasaan kontrol, dan perasaan rendah diri. Aspek mental termasuk kebingungan, ketidakmampuan untuk memecahkan masalah, konsentrasi yang buruk, dan memori yang buruk. Aspek perilaku meliputi gangguan tidur, anoreksia, makan berlebihan, merokok, minum alkohol, penghindaran, sering menangis, ketidakmampuan berbicara, imobilitas, kegelisahan, hiperaktif, lekas marah, pikiran untuk bunuh diri, gerakan anggota tubuh spontan, pengulangan, rasa malu yang berlebihan, dan keegoisan. Isolasi, menyalahkan orang lain. Aspek spiritual meliputi keputusan, keputusan, menyalahkan Tuhan, berhenti beribadah, perasaan tidak berdaya, meragukan iman, dan tidak setia. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar masalah psikologis pada pasien pasca bencana adalah depresi, menangis, marah dan kecemasan. Masalah spiritual yang muncul pada pasien pasca bencana adalah putus asa, merasa bersalah, dan menutup diri.⁸⁶

Dampak psikologis bencana tidak hanya dialami oleh orang dewasa tetapi juga oleh anak-anak yang menjadi penyintas. Selama bencana, anak-anak dan keluarga kerap menunjukkan berbagai gejala perilaku dan reaksi emosional yang normal sebagai respons terhadap kondisi. Pada anak-anak, gejala khusus dapat berupa tantrum, peningkatan sensitivitas, perilaku hiperaktif, atau ketergantungan yang berlebihan. Kondisi ini dapat bertambah buruk jika orang tua mengalami stres terutama ketika mereka merasa tidak

⁸⁵ Janes Jainurakhma dkk, *Keperawatan Bencana dan Kegawatdaruratan...*, hal. 222. dan Suprpto dkk., *Keperawatan Kegawatdaruratan dan Manajemen Bencana...*, hal. 150-160

⁸⁶ Suprpto dkk, *Keperawatan Kegawatdaruratan dan Manajemen Bencana...*, hal. 159-160. Cut Husna dan Jeni Elvania, "Pengetahuan Dan Sikap Perawat Terhadap Penanganan Masalah Psikologis Dan Spiritual Pada Pasien Pasca Bencana: A Comparative Study", *Jurnal Perawat Indonesia*, Vol. 4 No. 2, 2020, hal 357-366.

mampu memberikan dukungan yang memadai. Faktor-faktor seperti tingkat paparan terhadap ancaman (misalnya ancaman jiwa, cedera, atau kehilangan), usia muda, jenis kelamin, kemampuan mengatasi stres, dukungan sosial yang minim, dan beban stres tambahan memengaruhi tingkat dampak psikologis. Reaksi emosional orang tua sangat berpengaruh terhadap pikiran, emosi, dan perilaku anak. Orang tua yang tertekan berpotensi meningkatkan kerentanan anak terhadap efek psikologis bencana. Sebaliknya, orang tua yang mampu memberikan dukungan emosional, kehangatan, konsistensi, serta menjadi teladan dalam menghadapi stres dapat membantu melindungi anak-anak dari dampak psikologis negatif.⁸⁷

Setiap penyintas mengalami bencana melalui sudut pandangnya sendiri. Makna yang diberikan penyintas terhadap bencana, kepribadian dan gaya bertahan yang melekat pada penyintas, serta pandangan dunia dan keyakinan spiritualnya berkontribusi pada cara orang tersebut memandang, mengatasi, dan pulih dari bencana. Pengalaman dengan kehilangan atau bencana dapat meningkatkan kemampuan mengatasi atau dapat membahayakan kemampuan mengatasi karena masalah yang belum terselesaikan yang terkait dengan peristiwa masa lalu tersebut. Pada umumnya anak-anak dan orang dewasa pulih dari pengalaman traumatis seiring waktu dan dukungan, meski tanpa intervensi profesional. Namun upaya untuk keluar dari keadaan psikologis yang merugikan membutuhkan keterampilan resiliensi.

Resiliensi adalah kemampuan individu, masyarakat atau komunitas untuk mengatasi, beradaptasi, dan tumbuh kembali setelah mengalami peristiwa traumatis atau stres yang signifikan, seperti bencana alam. Perspektif psikologi memandang resiliensi bukan sekadar kemampuan untuk bertahan hidup, tetapi juga kemampuan untuk berkembang dan menemukan makna baru dari pengalaman yang sulit. Dengan membangun resiliensi sebelum bencana terjadi, individu dan komunitas akan lebih siap menghadapi situasi yang sulit dan memiliki kemampuan untuk pulih lebih cepat. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung mengalami dampak psikologis yang lebih ringan setelah bencana dan lebih cepat kembali ke kehidupan normal. Sebaliknya tingkat resiliensi yang rendah pada penyintas bencana berpengaruh pada gangguan psikologis seperti stress dan PTSD.⁸⁸

⁸⁷ Teori Motivasi Protektif (Protection Motivation Theory/PMT) merupakan salah satu teori yang berfokus pada kondisi psikologis yang menjelaskan kecenderungan orang untuk melindungi diri mereka sendiri. Kevin R. Ronan et.al, "Promoting Child and Family Resilience to Disasters: Effects, Interventions, and Prevention Effectiveness", *Children, Youth and Environments*, 18(1), 2008

⁸⁸ Deborah J. DeWolfe, *Training Manual for Mental Health and Human Service Workers in Major Disasters...*, hal. 9. George A. Bonanno, "Loss, trauma, and human

Ketika diyakini upaya pencegahan itu lebih baik tetapi sebagian besar masyarakat tidak melaksanakan tindakan perlindungan diri yang direkomendasikan oleh lembaga/pemerintah selama masa non-krisis atau sebelum terjadi kejadian bencana. Mengapa orang enggan bersiap menghadapi bencana? Menurut Teori Motivasi Protektif (*Protection Motivation Theory/PMT*) bahwa motivasi seseorang dalam menghadapi ancaman tergantung pada persepsi mereka terhadap bahaya dan efikasi⁸⁹ serta kemampuan untuk mengatasinya. Alasan seseorang tidak melakukan tindakan pencegahan dipengaruhi oleh empat komponen utama, yaitu

1. persepsi risiko rendah; jika individu tidak merasa terancam atau menganggap bencana sebagai peristiwa yang jarang terjadi, mereka cenderung tidak termotivasi untuk melakukan persiapan;
2. persepsi keparahan rendah; jika individu tidak menyadari betapa parahnya dampak bencana, mereka mungkin meremehkan pentingnya persiapan;
3. efikasi respons rendah; individu mungkin merasa bahwa tindakan persiapan yang mereka lakukan tidak akan cukup untuk melindungi mereka dari dampak bencana; dan
4. efikasi diri rendah; individu mungkin merasa tidak mampu atau tidak yakin diri untuk melakukan tindakan persiapan.

Maka, menurut PMT semakin besar ancaman yang dirasakan dan semakin yakin seseorang akan kemampuannya mengatasi ancaman, semakin besar kemungkinan mereka akan mengambil tindakan preventif.⁹⁰

Hal tersebut menunjukkan bahwa respons manusia terhadap bencana tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga melibatkan dimensi psikologis yang kompleks. Oleh karenanya, mitigasi bencana tidak hanya berfokus pada mengurangi dampak fisik, tetapi juga pada menjaga kesehatan mental masyarakat. Program mitigasi yang tidak mempertimbangkan aspek psikologis masyarakat akan sulit diterima dan dilaksanakan. Suksesnya program mitigasi jangka panjang sangat bergantung pada perubahan perilaku yang berkelanjutan, yang dipengaruhi oleh faktor psikologis.

Dalam hal ini aspek psikologis memegang peranan krusial dalam

resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events?”, *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, Vol. 5, No. 1, 2004, hal. 101-113, dan *American Psychologist*, Vol. 59, No. 1, 2004, hal. 20-28.

⁸⁹ Efikasi adalah konsep psikologi yang merujuk pada keyakinan individu tentang kemampuan mereka untuk mencapai tujuan yang diinginkan melalui tindakan yang mereka lakukan. Efikasi yang tinggi dapat meningkatkan motivasi, perilaku, dan prestasi individu, sedangkan efikasi yang rendah dapat menghambatnya. Konsep ini dikembangkan oleh Albert Bandura, seorang psikolog Amerika Serikat. Lihat Caprara, G. V., & Cervone, D., “Personality and self-efficacy in the prediction of job performance”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(3), 621-637,

⁹⁰ Davit Marikyan dan Papagiannidis, “Protection Motivation Theory: A review”, *TheoryHub Book*, 2023, <https://open.ncl.ac.uk/theories/10/protection-motivation-theory/>

upaya mitigasi bencana. Persepsi individu terhadap risiko, emosi yang dirasakan, dan dukungan sosial yang diterima secara langsung memengaruhi bagaimana mereka bertindak preventif, merespon dan pulih dari bencana. Persepsi risiko individu terhadap bencana sangat bervariasi dan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti pengalaman pribadi, informasi yang diterima, dan tingkat kepercayaan terhadap sumber informasi. Kesiapsiagaan psikologis yang memadai memungkinkan individu untuk menghadapi bencana dengan lebih tenang dan mengambil tindakan yang tepat. Sementara itu, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas dapat menjadi penyangga yang kuat bagi individu yang mengalami stres/trauma akibat bencana.

Pemahaman terhadap dimensi psikologis dalam mitigasi bencana membantu memahami bagaimana individu dan masyarakat dapat mengurangi risiko bencana, merespons situasi darurat, serta memulihkan diri setelah bencana. Pemanfaatan teori psikologi dalam mitigasi bencana dapat meningkatkan kesiapsiagaan, memperkuat ketahanan mental, dan mengurangi dampak psikologis dari bencana.

Menurut Hobfoll et al. terdapat elemen kapasitas psikologi yang saling berinteraksi untuk memperkuat ketahanan individu dan komunitas. Dengan mempertimbangkan kapasitas psikologis ini, mitigasi bencana tidak hanya menanggulangi kerugian fisik tetapi juga meminimalkan kerusakan psikologis yang dapat berdampak panjang. Diantara elemen yang dimaksud adalah:⁹¹

1. Efikasi diri (*self-efficacy*)

Efikasi diri, atau *self-efficacy*, adalah keyakinan individu pada kemampuannya untuk menghadapi tantangan. Dalam konteks mitigasi bencana, individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengambil keputusan cepat dan efektif saat menghadapi situasi darurat. Mereka juga lebih cenderung untuk memanfaatkan sumber daya yang tersedia dan tetap tenang di tengah kekacauan. Maddux dan Jansen mengungkapkan bahwa keyakinan ini memungkinkan individu untuk mempersiapkan langkah-langkah pencegahan, meningkatkan resiliensi individu sehingga lebih mampu mengelola emosi mereka, menjaga ketenangan, dan membuat keputusan yang tepat saat menghadapi situasi genting.⁹² Oleh karenanya efikasi diri berperan penting dalam mitigasi

⁹¹ Hobfoll, S. E., Watson, P., Bell, C. C., et al., *Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence*, Psychiatry, 2007. Lihat W. H. Freeman Norris, F. H., Stevens, S. P., Pfefferbaum, B., Wyche, K. F., & Pfefferbaum, R. L., "Community Resilience as a Metaphor, Theory, Set of Capacities, and Strategy for Disaster Readiness", *American Journal of Community Psychology*, 41(1-2), 2008, 127-150. Lihat juga Cohen, S., & Wills, T. A. "Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis", *Psychological Bulletin*, 98(2), 1985, 310-357

⁹² Maddux, J. E., *Self-Efficacy: Theory, Research, and Application*, Taylor & Francis, 2016, hal. 20-30. Lihat juga Jansen, M., Scherer, R., & Schroeders, U., *Contemporary Educational Psychology*, Elsevier, 2015, hal. 70-85.

bencana dalam meningkatkan kesiapan, motivasi, kreativitas, dan resiliensi individu.

2. Peran komunitas

Komunitas menyediakan lingkungan yang mendukung, di mana individu dapat saling membantu selama dan setelah bencana. Keterlibatan dalam komunitas memperkuat rasa kebersamaan dan meningkatkan kapasitas kolektif untuk mengatasi dampak bencana. Dalam konteks mitigasi, komunitas yang solid dapat mempercepat pemulihan emosional dan fisik. Hobfoll et al. menekankan bahwa keterlibatan komunitas membantu menciptakan rasa aman dan stabilitas yang penting bagi pemulihan psikologis. Penelitian menunjukkan bahwa solidaritas komunitas dapat mengurangi perasaan isolasi dan meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi bencana. Norris et al. (2008) juga menyoroti bahwa kapasitas komunitas merupakan komponen penting dari ketahanan pascabencana.

3. Dukungan sosial

Dukungan sosial mencakup bantuan emosional, material, dan instrumental yang diterima individu dari keluarga, teman, atau kelompok sosial. Dukungan ini sangat penting dalam mitigasi bencana karena dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan coping, dan memberikan rasa harapan kepada individu yang terdampak. Hobfoll et al. mengidentifikasi dukungan sosial sebagai elemen krusial untuk mengurangi dampak psikologis jangka panjang dari bencana. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan dukungan sosial yang kuat lebih kecil kemungkinannya untuk mengembangkan gangguan seperti PTSD. Penelitian lain juga menemukan bahwa dukungan sosial berperan sebagai *buffer* terhadap stres.

D. Komunikasi Risiko sebagai Elemen Penting dalam Mitigasi Bencana Alam

Komunikasi risiko bencana adalah proses penyampaian informasi yang jelas, akurat, dan tepat waktu kepada masyarakat sebelum, selama, dan setelah bencana terjadi. Tujuan utamanya adalah mencegah dan mengurangi kerugian akibat bencana, mempersiapkan masyarakat sebelum bencana, menyebarkan informasi selama bencana dan membantu pemulihan selanjutnya. Komunikasi risiko yang efektif merupakan aspek krusial dalam mitigasi bencana karena dapat mempengaruhi persepsi masyarakat terhadap ancaman, memandu tindakan mitigasi, dan meningkatkan partisipasi mereka dalam upaya pengurangan risiko, menyelamatkan nyawa dan harta benda,

serta mempercepat pemulihan.⁹³

Namun, terkadang terjadi kontraproduktif atas informasi peristiwa yang berpotensi menimbulkan bencana tersebut. Alih-alih membangun kesiapsiagaan namun yang terjadi justru memunculkan rasa takut.⁹⁴ Persepsi masyarakat tentang risiko bahaya bencana dan perilaku evakuasi sangat mempengaruhi kesehatan yang akan dialami nantinya. Tingkat keparahan dan pengalaman bencana masa lalu sangat berkorelasi dengan persepsi ancaman bencana dan keinginan masyarakat untuk dievakuasi saat bencana. Peningkatan pengetahuan tentang manajemen bencana kepada masyarakat penting dilakukan untuk kesiapsiagaan. Faktor lain yang mempengaruhi persepsi risiko dan keputusan evakuasi adalah pengalaman terkait besarnya kerugian yang dialami dalam bencana sebelumnya, serta persuasi oleh keluarga dan teman.⁹⁵

Tantangan utama dalam komunikasi risiko adalah bagaimana membentuk persepsi yang benar terhadap ancaman dan meningkatkan kepatuhan terhadap pesan mitigatif. Dalam konteks mitigasi berbasis psikologi agama, komunikasi risiko bukan sekadar transmisi data semata, tetapi juga mencakup dimensi emosional dan nilai. Psikologi agama berperan di sini dengan memperkuat motivasi internal, seperti rasa tanggung jawab spiritual dan nilai moral untuk melindungi diri dan sesama.⁹⁶

Penelitian Desratri Timur Tresnanti dkk mengungkapkan bahwa pendekatan mitigasi, kesiapsiagaan, respons, dan pemulihan yang didukung oleh komunikasi yang terarah dan inklusif terbukti mampu meningkatkan ketahanan masyarakat. Inisiatif seperti sosialisasi, simulasi kesiapsiagaan, kemudian penggunaan media sosial efektif dalam menyebarkan informasi dan meningkatkan kesiapan masyarakat.⁹⁷ Pelibatan psikolog atau profesional kesehatan mental lainnya untuk bekerjasama dengan organisasi tanggap

⁹³ Petrus Ana Andung, Jakobis J. Messakh, dan Meryana M. Doko, *Komunikasi Bencana: Konsep, Teori & Praktik Baik Berbasis Kearifan Lokal*, Sidoarjo: Zifatama Jawar, 2023, hal. 20-21. Lihat juga Erik Wood dan Sarah K. Mille, "Cognitive Dissonance and Disaster Risk Communication", *Journal of Emergency Management and Disaster Communications*, Vol. 2, No. 1, 2021, 39-56, <http://dx.doi.org/10.1142/S2689980920500062>

⁹⁴ Douglas Paton, "Disaster risk reduction: Psychological perspectives on preparedness"....

⁹⁵ Arif Munandar, "Keperawatan Bencana dan Kegawatdaruratan"..., hal. 110

⁹⁶ Pargament, K. I. *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. New York: Guilford Press, 2007, hal 132-150. Vincent Covello dan Petter M. Sandman, "Risk communication: Evolution and revolution" dalam Anthony Wolbarst (Ed.), *Solutions to an Environment in Peril*. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2001, hal 164-178.

⁹⁷ Desratri Timur Tresnanti, Anwar Kurniadi, Deffi Ayu Puspito, Pujo Widodo, Kusuma, "Komunikasi Bencana Sebagai Sistem Mitigasi Bencana Hidrometeorologi Akibat Perubahan Iklim di Jakarta", dalam *PENDIPA Journal of Science Education*, 8(2), 2024, 155-163, <https://doi.org/10.33369/pendipa.8.2.155-163>.

darurat tidak hanya dapat membantu mengatasi tekanan setelah kejadian traumatis terjadi, tetapi juga dapat bertindak sebagai semacam penguat untuk membantu mencegah atau mengurangi paparan sejak awal.⁹⁸

Beberapa peran penting komunikasi risiko dalam mitigasi bencana, diantaranya:⁹⁹

1. Peningkatan kesadaran publik

Komunikasi risiko meningkatkan pemahaman masyarakat tentang ancaman bencana, baik dari aspek ilmiah maupun sosial. Informasi yang disampaikan mencakup potensi bahaya, tingkat risiko, dan tindakan yang dapat diambil untuk mengurangi dampak bencana. Contoh: Program edukasi kesiapsiagaan tsunami di Aceh pasca-bencana 2004 yang dilakukan oleh pemerintah dan organisasi internasional berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat lokal.

2. Mengurangi ketidakpastian dan kepanikan

Dengan memberikan informasi yang jelas dan akurat selama situasi darurat, komunikasi risiko membantu mengurangi ketidakpastian dan kepanikan di kalangan masyarakat. Ini juga memfasilitasi koordinasi yang lebih baik antara otoritas dan komunitas terdampak. Contoh: Sistem peringatan dini gempa di Jepang yang disertai komunikasi risiko melalui media massa berhasil mengurangi kepanikan masyarakat selama gempa besar Tohoku 2014.

3. Meningkatkan kepercayaan pada otoritas

Komunikasi risiko yang transparan dan konsisten dapat meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap pemerintah dan institusi penanggulangan bencana. Kepercayaan ini penting untuk memastikan kepatuhan masyarakat terhadap instruksi evakuasi atau tindakan mitigasi lainnya.

Menurut model *Crisis and Emergency Risk Communication* (CERC), komunikasi risiko bencana dapat dibagi ke dalam lima tahap berikut.¹⁰⁰

1. Tahap prakrisis (*pre-crisis*)

Tahap ini merupakan fase penting untuk menyampaikan informasi mengenai risiko, peringatan, dan kesiapsiagaan bencana. Pada tahap ini

⁹⁸ Erik Wood dan Sarah K. Mille, “Cognitive Dissonance and Disaster Risk Communication”, *Journal of Emergency Management and Disaster Communications*, Vol. 2, No. 1, 2021, 39–56, <http://dx.doi.org/10.1142/S2689980920500062>

⁹⁹ Shaw, R. *Tsunami Risk Reduction for the Coastal Zone: A Guide for Community-Based Approaches*. New York: Springer, 2008, hlm. 55-60. Lihat Nakamura, H. *The Role of Early Warning Systems in Reducing Earthquake Risk in Japan*. Tokyo: Seismic Safety Institute, 2018, hlm. 89-93. Lihat ellnow, T. L., Ulmer, R. R., Seeger, M. W., & Littlefield, R. S. *Effective Risk Communication: A Message-Centered Approach*. New York: Springer, 2009, hal. 68-72.

¹⁰⁰ Barbara Reynolds, dan Matthew W. Seeger, *Crisis and Emergency Risk Communication Manual*. Atlanta: CDC, 2018, hal. 23-27

dilakukan edukasi preventif kepada masyarakat agar memahami potensi bencana dan membangun kewaspadaan yang lebih baik. Masyarakat diharapkan mampu mengenali risiko dan dampak bencana, memahami berbagai bentuk pesan peringatan, serta bekerja sama dengan lembaga atau organisasi terkait dalam aktivitas kesiapsiagaan dini. Ketidaktahuan terhadap risiko sejak awal berpotensi meningkatkan kemungkinan terjadinya krisis.

2. Tahap peristiwa awal (*initial event*)

Tahap ini ditandai oleh penyampaian informasi yang cepat dan tepat kepada masyarakat untuk mengurangi risiko dan ketidakpastian akibat bencana. Pada tahap ini diberikan penjelasan awal mengenai kejadian bencana serta instruksi darurat. Tujuannya adalah membangun empati, mendorong penggunaan nalar dibanding reaksi emosional, membantu pengambilan keputusan yang didasarkan pada pemahaman menyeluruh atas situasi, serta menguatkan dukungan dan kerja sama dalam upaya pemulihan.

3. Tahap pemeliharaan (*maintenance*),

Tahap ini merupakan fase lanjutan dalam pengelolaan risiko dan pengurangan ketidakpastian setelah bencana terjadi. Pada tahap ini, komunikasi krisis bertujuan memberi masyarakat pemahaman tentang risiko yang masih berlangsung, menjelaskan faktor-faktor penyebabnya, serta membangun sikap dan pandangan yang kuat berdasarkan informasi yang benar dan terverifikasi—melanjutkan fondasi yang sudah dibentuk pada tahap peristiwa awal.

4. Tahap resolusi (*resolution*)

Pada tahap ini dilakukan komunikasi dan edukasi publik berupa pembaruan informasi mengenai penanganan serta diskusi tentang penyebab dan risiko baru untuk membangun pemahaman yang lebih baik tentang risiko bencana. Kegiatannya mencakup penyampaian informasi dan imbauan terkait upaya pemulihan dan rekonstruksi, memfasilitasi diskusi dan penyelesaian masalah, memperbarui pemahaman masyarakat tentang risiko dan respons yang tepat, serta meningkatkan kapasitas dan citra lembaga terkait.

5. Tahap evaluasi (*evaluation*)

Tahap ini berisi diskusi dan kesepakatan mengenai pelajaran serta pemahaman baru tentang risiko. Tujuannya untuk menilai secara menyeluruh seluruh proses komunikasi dan edukasi, sekaligus mendokumentasikan pembelajaran sepanjang siklus yang berlangsung. Intinya, semua pihak dapat mencapai pemahaman berkelanjutan tentang risiko bencana dan cara mengurangnya.

Dari kelima tahapan tersebut dapat disimpulkan bahwa mitigasi bencana perlu menjadi bagian penting dalam program literasi kebencanaan yang dilakukan secara sinergis oleh seluruh pemangku kepentingan. Mitigasi juga merupakan bentuk komunikasi krisis dan risiko yang tidak hanya menjadi

tanggung jawab pemerintah, tetapi juga lembaga media yang berperan besar dalam mendukung penyampaian informasi publik dan edukasi mitigasi secara berkelanjutan melalui pemberitaan dan budaya preventif.

Dalam konteks kebencanaan ini, persepsi akan bahaya tidak hanya dipengaruhi oleh informasi objektif, tetapi juga oleh makna religius yang disematkan pada peristiwa tersebut. Ketika individu meyakini bahwa menjaga keselamatan diri dan sesama merupakan bagian dari amanah keagamaan, maka kepatuhan terhadap pesan mitigatif cenderung meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa integrasi nilai agama dalam komunikasi risiko dapat memperkuat niat dan sikap kooperatif masyarakat terhadap upaya mitigasi.

BAB IV

ISYARAT AL-QURAN TERKAIT PENDEKATAN PSIKOLOGI AGAMA DALAM MITIGASI BENCANA ALAM

Pada bab ini penulis mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an secara tematik yang relevan dengan pendekatan psikologi agama, fenomena bencana alam dan upaya mitigasinya. Hal ini bertujuan untuk menggali nilai-nilai religius yang dapat memperkuat kesiapan psikologis, spiritual, dan sosial masyarakat dalam menghadapi risiko bencana. Setiap prinsip Qur'ani akan mengarahkan dan membentuk cara manusia dalam menilai peristiwa, mengelola emosi, menguatkan tekad, lalu bergerak sesuai sunnatullah.

Isi kandungan Al-Qur'an sesungguhnya mencakup lebih dari sekadar kisah-kisah umat terdahulu, akidah, kepercayaan, syariat, dan ibadah. Al-Qur'an mendorong manusia untuk tidak hanya memahami makna yang tertulis (*maktub*), tetapi juga untuk memperhatikan yang tidak tertulis (*ghairu maktub*), baik itu ayat-ayat quranyah maupun kauniyah yang berkaitan dengan alam ciptaan Allah. Al-Qur'an, melalui ayat-ayatnya, mendorong umat manusia untuk menggunakan akal dan ilmu pengetahuan dalam memahami tanda-tanda dari ciptaan Allah sebagai wujud proaktif dalam mengelola dan mengantisipasi ancaman.¹

¹ Hasan Zaini, "Bencana Menurut Perspektif Al-Qur'an", *El-Hekam* 4 No. 1, 2020, hal. 2-3. M Farid, "Penanggulangan Bencana Aktualisasi Ayat-ayat Al-Qur'an dalam Pengendalian Musibah", *Institutional Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, 2023, hal. 53. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/69976>

A. Isyarat Al-Qur`an terkait Pendekatan Psikologi Agama

Pendekatan psikologi agama mengintegrasikan konsep-konsep agama dengan prinsip-prinsip psikologi untuk memahami hubungan antara dimensi spiritual dan kehidupan psikologis seseorang. Bagaimana keyakinan, pengalaman, praktik, dan nilai-nilai keagamaan memengaruhi pikiran, emosi, dan perilaku manusia. Al-Qur'an memberikan berbagai isyarat yang dapat digunakan untuk memahami pendekatan psikologi agama, yang fokusnya adalah pada bagaimana ayat-ayat Al-Qur'an membicarakan atau berinteraksi dengan kondisi psikologis manusia. Beberapa ayat dalam Al-Qur'an menyentuh berbagai aspek jiwa manusia, seperti ketenangan, kebahagiaan, rasa takut, dan kecemasan, serta memberikan panduan praktis untuk mengelola kondisi psikologis tersebut melalui pendekatan spiritual.

Oleh karena psikologi agama mencakup ruang lingkup kesadaran beragama dan pengalaman beragama maka berikut ini akan diungkap beberapa isyarat Al-Qur'an yang relevan.

1. Isyarat Al-Qur'an terkait Kesadaran Beragama

Sebagaimana telah disebutkan pada bab sebelumnya, bahwa kesadaran beragama (*religious consciousness*) sebagai kesadaran individu terhadap keberadaan Tuhan atau kekuatan transenden yang melibatkan pemahaman, keyakinan, dan pengamalan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Semakin tinggi kesadaran beragama seseorang, semakin besar pula pengaruh agama dalam membentuk kepribadian, sikap, dan perilaku sehari-harinya. Kesadaran ini berperan dalam membantu individu menghadapi tantangan hidup, memberikan rasa makna, serta berfungsi sebagai sumber ketenangan jiwa dan penyembuhan psikologis. Kesadaran beragama ini melibatkan dimensi kognitif, afektif, konatif hingga perilaku keagamaan.²

Kesadaran beragama menurut Al-Qur'an tidak dapat dilepaskan dari cara pandang manusia terhadap hakikat dirinya sebagai manusia. Oleh karena itu, pendekatan psikologi agama dalam konteks mitigasi bencana perlu diawali dengan pemahaman antropologis Qur'ani. Agus Abdul Rahman³ menjelaskan setidaknya tiga gambaran diri manusia di dalam Al-Qur'an, antara lain:

a. Asal-usul manusia

Bahwa manusia diciptakan oleh Allah Swt. dari tanah (QS. Âli-`Imrân/3: 59; Al-An`âm: 2; Al-A`râf/7: 12; Al-Hijr: 26) atau tanah liat

² Endin Nasrudin dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Agama dan Spiritualitas...*, hal. 87-105

³ Agus Abdul Rahman, "Psikologi Qur'ani: Konseptualisasi Dan Implementasi," dalam *Psikologi Islam: Kajian Teoritik Dan Penelitian Empirik*, Yogyakarta: Asosiasi Psikologi Islam & Arti Bumi Intaran, 2019, hal. 9

(QS. Al-Hijr: 28-29, 33; Al-Isrâ/17: 61; Al-Kahf/18: 37) atau saripati air yang hina atau air mani (QS. As-Sajdah/32: 8). Setelah itu, Allah SWT menyempurnakan ciptaan-Nya (QS. Al-Mu'minûn/23: 13-14) dan meniupkan 'ruh', serta memberikan pendengaran, penglihatan dan hati (QS. As-Sajdah/32: 9-10). Kecuali penciptaan Nabi Adam dan Nabi Isa yang langsung tanpa proses sebagaimana manusia pada umumnya (QS. Âli-'Imrân/33: 59, Al-Isrâ/17: 61).⁴ Kesadaran akan asal-usul ini menumbuhkan kerendahan hati dan pemahaman bahwa keberadaan manusia sepenuhnya bergantung kepada Allah. Manusia sesungguhnya "berhutang" kepada Allah atas eksistensi dirinya yang hidup dan atas seluruh nikmat dari-Nya, sehingga dengan kesadaran tersebut melahirkan sikap menghambakan diri dengan ketundukan total dan beribadah hanya kepada-Nya Sang Pemberi hidup dan berbagai fasilitas kehidupan.⁵

b. Tujuan dan misi hidup manusia

Allah Swt. menegaskan bahwa setiap manusia diciptakan tiada lain untuk mengabdikan diri kepada Allah (QS. Adz-Dzâriyât/51: 56), sebagai khalifah di muka bumi (QS. Al-Baqarah/2: 30, QS. Al-Ahzâb/33: 72), dan menebar rahmat ke semesta alam (QS. Al-Anbiyâ/21: 107). Allah pun memberikan tugas bagi manusia untuk selalu mengajak kepada kebaikan dan mencegah manusia dari keburukan (QS. Âli 'Imrân/3: 104). Bahkan untuk tujuan dan misi itu, manusia diberikan berbagai fasilitas yang ada di langit dan di bumi (QS. Luqmân/31: 20, QS. Al-Jâtsiyah/45:12-13). Maka hidup manusia bukan hanya berorientasi untuk dirinya sendiri, namun ada misi ilahiah yang harus ditunaikannya, dan dipertanggungjawabkannya di hari perhitungan (QS. Al-Isrâ/17: 36; QS. Fushshilat/41: 22).⁶ Kesadaran akan tujuan dan misi hidup ini memberi orientasi spiritual dan sosial yang kuat, dimana hidup bukan sekadar pemenuhan kebutuhan duniawi, tetapi sebagai panggilan Ilahi yang harus ditunaikan dengan kesungguhan. Kesadaran ini merupakan bagian dari dimensi konatif dalam psikologi agama, di mana tindakan dan komitmen spiritual menjadi dorongan perilaku yang bertanggung jawab dan bernilai ilahiah.

c. Karakteristik positif dan negatif manusia

Allah Swt. memberikan gambaran manusia sebagai makhluk yang

⁴ Aat Hidayat, "Psikologi dan Kepribadian Manusia: Perspektif Al-Qur'an dan Pendidikan Islam", *Jurnal Penelitian*, Vol. 11 No. 2, 2017, <http://dx.doi.org/10.21043/jupe.v11i2.3488>

⁵ Fauzan, "Konsep 'Ad-dîn' Menurut Naquib Al-Attas", *Al-Madâris*, Vol. 2 No. 1, 2021, hal. 120-121. <https://doi.org/10.47887/amd.v2i1.26>

⁶ Ibrahim Bafadhol, "Tujuan Hidup Dalam Perspektif Al-Qur'an", *Al-Tadabur Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 2 No. 3, 2017, <https://doi.org/10.30868/at.v2i03.193>

memiliki kelebihan dibanding makhluk yang lainnya (QS. Al-Isrâ/19: 70). Secara fisik manusia diciptakan dengan bentuk yang paling baik (QS. At-Tîn/95: 4), berjenis kelamin laki laki ataupun perempuan (QS. An-Nisâ/4: 1); memiliki instrumen lengkap untuk memperoleh pengetahuan (QS. Al-Mulk/67: 23, QS. Al-Hajj/22: 46); mempunyai pengetahuan mengenai konsep-konsep (QS. Al-Baqarah/2: 31), diberikan kebebasan untuk memilih tindakan (QS. Al-Kahf/18: 29, QS. Asy-Syams/91:7-8), dan memiliki kemampuan untuk menentukan nasibnya sendiri (QS. Ar-Ra'd/13:11).⁷ Gambaran ini membentuk kesadaran bahwa manusia memiliki akuntabilitas atas semua tindakannya karena setiap tindakan memiliki konsekuensi spiritual berupa pahala atau dosa, surga atau neraka dsb.

Hakikat kemanusiaan tersebut tidak hanya menjadi dasar teoritis, tetapi juga memberikan arah dalam membangun kesadaran beragama yang utuh dan fungsional, khususnya dalam menghadapi situasi krisis seperti bencana. Kesadaran ini tidak bersifat tunggal, melainkan terdiri dari berbagai dimensi yang saling terkait dan saling menguatkan. Oleh karena itu, bagian berikut ini akan membahas mengenai isyarat Al-Qur'an berkaitan dimensi-dimensi utama dalam kesadaran beragama yang terdiri dari dimensi kognitif, afektif, dan konatif.

a. Dimensi kognitif

Dimensi ini tercermin dari pemahaman tentang ajaran agama, doktrin, dan nilai-nilai spiritual. Beberapa ayat Al-Qur'an yang mengisyaratkan hal ini diantaranya sebagai berikut.

Tabel 4.1 Isyarat Al-Qur'an terkait kesadaran beragama (dimensi kognitif)

No	Ayat dan Surat	Interpretasi Makna Ayat
1	QS. Âli 'Imrân/3: 190-191; Yûnus/10: 101	Tafakkur (perenungan mendalam) terhadap ciptaan Allah sebagai sarana mendekati diri kepada-Nya dan meningkatkan kesadaran spiritual.
2	QS. Al-Baqarah/2: 269, QS. Az-Zumar/39: 9	Keutamaan ilmu dan hikmah. Pemahaman tentang hikmah Allah menjadi indikator kesadaran kognitif. Hanya orang-orang yang menggunakan akalanya dengan baik yang dapat memahami kebesaran Allah dan memperoleh kebajikan.

⁷ Mhd. Idris dan Desri Ari Enghariano, "Karakteristik Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an", *Al-Fawatih Jurnal Kajian Al-Qur'an dan Hadis*, Vol 1. No. 1, 2020, hal. 1-16 <https://doi.org/10.24952/alfawatih.v1i1.2671>.

3	QS. Fushshilat/41: 53	Tanda-tanda kekuasaan Allah, baik di alam maupun pada diri manusia, menjadi dasar untuk menguatkan pemahaman dan keyakinan terhadap kebenaran Al-Qur'an.
4	QS. Al-'Ankabût/ 29: 41-43	Hanya Allah satu-satunya pelindung sejati, bergantung kepada selain Allah adalah sia-sia dan rapuh. Pemahaman atas hikmah hanya dicapai oleh orang yang menggunakan akal dan pemahaman mendalam.
5	QS. Al-Ghâsiyah/ 88: 17–20, QS. An-Nahl/16: 11–12	Dorongan untuk memperhatikan penciptaan unta, langit, gunung, dan bumi, termasuk juga fenomena alam seperti hujan, tumbuhan, dan siklus malam dan siang sebagai bagian dari proses kognitif dalam mengenal kebesaran Allah dan memperkuat keimanan

Dari interpretasi makna ayat tersebut dapat dipahami bahwa ayat-ayat tersebut di atas memiliki makna yang berfokus pada pentingnya penggunaan akal, ilmu, dan refleksi untuk memahami ajaran agama. Kesadaran beragama secara kognitif ini menekankan pada penguasaan ilmu, pemahaman mendalam terhadap tanda-tanda kebesaran Allah, serta refleksi terhadap wahyu dan ciptaan-Nya. Seperti dalam salah satu firman Allah Swt. berikut ini.

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩٠﴾ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ
اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا
بِاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩١﴾

(190) Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi serta pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang yang berakal, (191) (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk, atau dalam keadaan berbaring, dan memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata), “Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan semua ini sia-sia. Mahasuci Engkau. Lindungilah kami dari adzab neraka. (QS. Âli ‘Imrân/3: 190-191)

Pada penafsiran ayat tersebut, Ibnu Katsir menjelaskan bahwa pada ketinggian dan keluasan langit, pada kerendahan bumi serta kepadatannya, juga pada tanda-tanda kekuasaan-Nya yang terdapat pada ciptaan-Nya yang dapat dijangkau oleh indera manusia, semua itu adalah ketetapan Allah yang

Maha Perkasa lagi Maha Mengetahui sebagai tanda-tanda bagi orang yang berakal (*ulul albab*). *Ulul albab* adalah mereka yang memiliki akal yang sempurna dan bersih, yang mengetahui hakikat banyak hal secara jelas dan nyata. Bukan orang tuli dan bisu yang tidak berakal. Az-Zuhaili menyebutkan bahwa orang-orang yang berakal adalah yang menggabungkan antara dzikir dan pikir, mereka tidak pernah memutus dzikir kepada Allah baik dengan hati maupun dengan lisannya dalam segala keadaan, baik ketika berdiri, duduk, berbaring, dan lainnya agar selalu berhubungan dengan Tuhannya. Nabi Isa as. berkata bahwa berbahagialah orang yang lisannya selalu berdzikir, diamnya selalu berpikir tentang kekuasaan Allah dan pandangannya memiliki *'ibrah*/pelajaran. Al-Hasan Al-Bashri mengatakan bahwa berpikir sejenak lebih baik dari bangun shalat malam.

Menurut kedua mufasir tersebut, ayat ini merupakan seruan bagi orang-orang berakal agar menggunakan potensi pikirannya untuk merenungkan ciptaan Allah. Melalui tafakkur, hati menjadi hidup, iman menguat, dan keyakinan terhadap tauhid semakin kokoh. Dalam proses ini, terjadi keterpaduan antara dzikir dan tafakkur. Dzikir menghubungkan hati dengan Allah, sementara tafakkur menghubungkan akal dengan tanda-tanda kekuasaan-Nya. Keduanya membentuk harmoni antara dimensi rasional dan spiritual dalam diri manusia, sehingga melahirkan kesadaran tauhid yang murni, memperteguh keimanan, dan menjauhkan manusia dari segala bentuk kesyirikan.⁸

Hal ini selaras dengan dimensi kognitif dalam psikologi agama, dimana proses berpikir, menyadari, dan memahami makna kehidupan religius menjadi langkah awal dalam membentuk iman yang dewasa dan bertanggung jawab.⁹ Dengan demikian, aktivitas berpikir dan tafakur/perenungan akan Kemahabesaran Allah adalah sebagai ibadah yang memiliki kedudukan penting. Hal tersebut menguatkan interaksi kognitif individu yang meningkatkan kesadaran beragamanya.

b. Dimensi afektif

Dimensi ini melibatkan perasaan atau emosi yang muncul dalam hubungan individu dengan Tuhan, seperti rasa syukur, takut, cinta, atau ketenangan. Beberapa ayat Al-Qur'an yang mengisyaratkan hal ini diantaranya sebagai berikut.

⁸ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 2*, Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004, hal. 210-211. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, Jakarta: Gema Insani Pers. 2016, hal. 545-547

⁹ Paloutzian, R. F., & Park, C. L. *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, New York: Guilford Press, 2013, hal. 103-105

Tabel 4.2 Isyarat Al-Qur'an terkait kesadaran beragama (dimensi afektif)

No	Ayat dan Surat	Interpretasi Makna Ayat
1	QS. Al-Baqarah/2: 165	Cinta kepada Allah adalah bentuk emosi yang kuat yang memotivasi kesadaran dan perilaku keagamaan. Orang beriman mencintai Allah lebih dari segalanya
2	QS. Al-An'âm/6: 82	Keimanan murni tanpa tercampur kesyirikan akan membawa kepada keamanan dan petunjuk dari Allah, menimbulkan ketenteraman batin dan kebebasan dari rasa takut atau kecemasan
3	QS. Ar-Ra'd/13: 28	Hubungan emosional dengan mengingat Allah menimbulkan rasa tenteram, merupakan aspek penting dari kesadaran beragama
4	QS. Fâthir/35: 28	Rasa takut kepada Allah adalah bentuk emosi keagamaan yang lahir dari kesadaran tentang kebesaran-Nya
5	QS. Az-Zumar/39: 53	Harapan dan rasa syukur atas rahmat Allah memperkuat optimisme dan ketenangan jiwa.

Dari interpretasi makna pada tabel di atas dapat dipahami bahwa ayat-ayat tersebut menekankan pentingnya merenungkan hubungan emosional dengan Allah untuk memperkuat iman dan memotivasi perilaku keagamaan. Kesadaran beragama pada dimensi afektif tercermin melalui berbagai emosi yang mendalam dalam hubungan individu dengan Allah. Emosi tersebut meliputi perasaan syukur, cinta, takut, sabar, dan ketenangan hati yang dihasilkan dari hubungan emosionalnya dengan Allah. Allah Swt berfirman:

﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾

Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), merekalah orang-orang yang mendapat rasa aman dan mendapat petunjuk. (QS. Al-An'âm/6: 82)

Menurut M. Quraish Shihab ayat ini menegaskan jaminan keamanan khusus yang bersifat istimewa bagi orang-orang yang beriman dan tidak mencampurkan keimanan mereka dengan kezhaliman (ظلم). Jika ظلم dimaknai sebagai syirik, maka keamanan tersebut berarti terbebas dari adzab dunia yang menimpa kaum durhaka dan selamat dari siksa kekal di neraka. Namun, jika

ظلم dimaknai lebih luas sebagai segala bentuk dosa, maka keamanan tersebut mencakup kesejahteraan hidup di dunia yang penuh keberkahan serta kebahagiaan ukhrawi dengan derajat mulia. Selain itu, frasa وَهُمْ مُهْتَدُونَ (*mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk*) menunjukkan bahwa mereka memiliki pemahaman yang benar mengenai tujuan hidup, cara mencapainya, dan kemampuan mewujudkannya. Jadi, keimanan yang murni tanpa kezhaliman menghadirkan keamanan dan petunjuk hakiki bagi seorang mukmin.¹⁰

Wahbah Az-Zuhaili mengomentari penafsiran ayat tersebut bahwa tidaklah mengherankan jika kaum musyrik hidup dalam kegelisahan, ketakutan terhadap takdir, dan cemas akan masa depan, karena kemusyrikan adalah sumber utama kegundahan. Sedangkan orang-orang beriman yang mentauhidkan Allah dijamin memperoleh rasa aman, asalkan memenuhi dua syarat yaitu kesempurnaan iman dalam pengetahuan, dan tidak mencampurkan iman dengan kezhaliman, yakni kesempurnaan dalam praktik.¹¹

Dengan demikian, rasa aman baik aman batin maupun aman dalam kehidupan, yang terbebas dari kegelisahan dan ketakutan terhadap takdir dan masa depan, lahir dari kesadaran akan tauhid yang murni yang tidak dicampuri dengan kezhaliman/syirik. Kesadaran akan hal ini menjadikannya mampu bertindak rasional dan tidak larut dalam keputusan ketika ditimpa musibah.

c. Dimensi konatif

Dimensi konatif mencakup dorongan, niat, dan usaha seseorang untuk mewujudkan nilai-nilai keagamaannya dalam tindakan nyata. Ini melibatkan kehendak manusia untuk bertindak berdasarkan keyakinan religiusnya. Beberapa ayat Al-Qur'an yang mengisyaratkan hal ini diantaranya sebagai berikut.

Tabel 4.3 Isyarat Al-Qur'an terkait kesadaran beragama (dimensi konatif)

No	Surat dan Ayat	Interpretasi Makna Ayat
1	QS. Al-Baqarah/2: 286	Pentingnya kehendak dan usaha manusia dalam menjalankan agama. Motivasi untuk berbuat baik dan menghindari keburukan adalah wujud dari dimensi konatif.
2	QS. An-Najm/53: 39-40, At-Taubah/9: 105	Kehendak untuk berusaha dan bekerja keras sesuai ajaran agama dan usaha adalah wujud nyata dari kesadaran konatif untuk berbuat

¹⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Volume 4*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, hal. 177

¹¹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 4...*, hal 252

		kebaikan.
3	QS. Al-Mâ'ûn/107: 4-7	Niat yang tulus dalam beribadah dan membantu sesama menunjukkan pentingnya motivasi internal dalam melaksanakan ajaran agama.
4	Âli 'Imrân/3: 133; Az-Zumar/39: 53	Kesadaran konatif melibatkan motivasi untuk berlomba-lomba dalam kebaikan, bertaubat, dan memohon ampun kepada Allah dengan penuh harapan akan rahmat-Nya.

Berdasarkan interpretasi makna ayat di atas, dapat dipahami bahwa keberhasilan spiritual seseorang berkaitan erat dengan kehendak dan usahanya dalam berbuat baik, bertaubat, dan memperbaiki diri. Allah memberikan nilai atas setiap usaha manusia, menjadikannya tanggung jawab dan jalan menuju rahmat-Nya. Allah Swt. berfirman:

وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عِلْمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ
فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿١٠٥﴾

Katakanlah (Nabi Muhammad), "Bekerjalah! Maka, Allah, rasul-Nya, dan orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu. Kamu akan dikembalikan kepada (Zat) yang mengetahui yang gaib dan yang nyata. Lalu, Dia akan memberitakan kepada kamu apa yang selama ini kamu kerjakan." (QS. At-Taubah/9: 105)

Az-Zuhaili ketika menafsirkan ayat tersebut menegaskan bahwa pekerjaan itu merupakan dasar kebahagiaan seseorang. Ayat ini merupakan ancaman dan peringatan bagi orang yang bersikap keras kepala terus menerus melakukan dosa dan menjauhi taubat. Sebab di hari kiamat, semua perbuatan akan diperlihatkan kepada Allah, rasul dan orang-orang mukmin. Sebagaimana disebutkan juga dalam hadits dari Jabir bin Abdullah bahwa Rasulullah ﷺ bersabda: *"Sesungguhnya amal perbuatan kalian akan diperlihatkan kepada kerabat dan keluarga dekat kalian di kubur mereka, jika itu adalah perbuatan yang baik maka mereka akan bergembira dengannya, dan jika itu adalah perbuatan yang buruk mereka berkata, 'Ya Allah ya Tuhanku, ilhami mereka untuk berbuat taat kepada Engkau.'"* (HR. Abu Dawud)¹²

Ibnu Katsir menguatkan penafsirannya terhadap ayat tersebut dengan menyebutkan ayat-ayat lain seperti QS. Al-Hâqqah/69: 18, QS. Ath-

¹² Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 6...*, hal. 53

Thâriq/86: 9, dan QS. Al-‘Âdiyât/100: 10, seraya menyebutkan bahwa terkadang Allah menampakkan perbuatan yang tampak maupun tersembunyi dalam dada manusia kepada umat manusia di dunia.¹³

Kesadaran akan penampakan amal perbuatan tersebut baik di dunia terlebih di akhirat dapat melahirkan kesadaran beragama dalam dimensi konatif. Kesadaran beragama dalam dimensi konatif menekankan penerapan nyata ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari, pentingnya usaha, motivasi, dan niat yang kuat untuk menjalankan ajaran agama. Hal ini mencerminkan sejauh mana seseorang benar-benar menghidupi agamanya, baik melalui ibadah ritual, tindakan moral, keterlibatan sosial, maupun dalam pengambilan keputusan sehari-hari yang berbasis nilai-nilai agama. Kesadaran konatif mencerminkan kesiapan bertindak secara aktif berdasarkan kesadaran dan pengalaman iman serta menjadi pendorong awal yang mengarah pada tindakan nyata dan konsisten dalam beribadah atau melakukan kebaikan.

2. Isyarat Al-Qur’an terkait Pengalaman Beragama

Sebagaimana telah dijelaskan pada bab sebelumnya bahwa pengalaman beragama merujuk pada perasaan, emosi, atau pengalaman subjektif seseorang yang berkaitan dengan kehadiran atau interaksi dengan sesuatu yang dianggap sakral, ilahi, atau transenden. Dengan kata lain, perasaan yang muncul dalam diri manusia setelah menjalankan ajaran agama. Beberapa ayat Al-Qur’an yang mengisyaratkan hal ini diantaranya sebagai berikut.

Tabel 4.4 Isyarat Al-Qur’an terkait pengalaman beragama

No.	Surat dan Ayat	Interpretasi Makna Ayat
1	Ar-Ra’d/13: 28	Pengalaman ketenangan batin yang dirasakan melalui dzikir mengingat Allah. Hal ini adalah wujud pengalaman emosional yang mendalam dalam hubungan dengan Allah.
2	Az-Zumar/39: 53	Pengalaman beragama berupa rasa harapan dan penghiburan yang mendalam saat menyadari rahmat Allah. Pengalaman ini memberikan penghayatan emosional dan spiritual.
3	At-Taubah/9: 51	Bertawakal kepada Allah memberikan rasa percaya dan ketenangan dalam menghadapi segala ketetapan-Nya. Hal ini adalah interaksi spiritual yang mendalam antara individu dan yang ilahi.

¹³ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4...*, hal. 150

4	Al-Anfâl/8: 2	Ayat ini menggambarkan pengalaman beragama berupa rasa takut, kagum, dan meningkatnya iman ketika nama Allah disebut atau ayat-ayat-Nya dibacakan. Emosi ini memperkuat hubungan dengan Allah.
5	Al-Baqarah/2: 186	Pengalaman beragama dirasakan ketika seseorang berdoa kepada Allah dan merasakan kedekatan dengan-Nya. Doa menjadi sarana interaksi langsung dengan yang ilahi, memberikan penghayatan spiritual.

Berdasarkan interpretasi makna ayat tersebut dapat dipahami bahwa pengalaman beragama dalam isyarat Al-Qur'an tersebut terwujud melalui berbagai aktifitas ibadah, dzikir, doa, tawakal, dan refleksi terhadap ayat-ayat Allah. Interaksi ini memunculkan perasaan ketenangan, harapan, iman, dan kedekatan dengan Allah, yang memberikan penghayatan emosional dan spiritual yang mendalam dalam kehidupan seseorang.

Pada salah satu ayatnya, Allah Swt. berfirman:

﴿ قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴾

Katakanlah (Nabi Muhammad), “Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas (dengan menzalimi) dirinya sendiri, janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (QS. Az-Zumar/39: 53)

Ayat tersebut menjelaskan kesempurnaan rahmat, kemurahan, dan kebaikan Allah kepada hamba-hamba yang beriman. Dia mengampuni dosa-dosa jika hamba-hamba bertaubat dan beribadah dengan ikhlas kepada-Nya. Banyak orang merasa dosanya terlalu besar untuk diampuni, sehingga putus asa dari rahmat dan kasih sayang Allah. Hidupnya terasa gelap karena telah menjauh dari ajaran agama dan petunjuk kebenaran, penuh dosa dan kemaksiatan. Namun, Allah tetap mengasihi dan melarang berputus asa. Bahkan Allah memandangnya sebagai hamba-Nya yang layak menerima kasih sayang jika hamba tersebut menyadari kesalahan dan memohon ampunan. Pesan ini menjadi dorongan bagi kaum kafir untuk meninggalkan kesesatan dan bertaubat dengan beriman kepada Allah serta peringatan bagi orang mukmin yang bermaksiat agar segera bertaubat, sebab taubat dapat

menghapus dosa¹⁴

Imam Saukani mengatakan bahwa ayat ini menjadi ayat yang paling memberikan harapan dalam Al-Qur'an. Ayat tersebut memberikan harapan dan motivasi kuat pada pengalaman spiritual individu. Allah melarang hamba-Nya berputus asa terhadap rahmat dan kasih sayang-Nya. Sebaliknya Allah mendorong hamba-Nya agar segera meminta ampun dan bertobat kepada-Nya atas segala keterlanjuran dan kesalahan yang telah dilakukan. Bahkan Allah juga menegaskan bahwa Allah mengampuni segala dosa kecuali dosa syirik yang dibawa mati.¹⁵ Sebagaimana dalam hadits juga disebutkan bahwa Nabi ﷺ bersabda, “*Barang siapa yang mati, sedangkan dia menyeru selain Allah sebagai tandingannya maka dia masuk neraka.*” (HR. Bukhari No. 4137).¹⁶

Rasa harapan dan penghiburan yang mendalam saat menyadari rahmat Allah ini menjadi pengalaman beragama individu. Pengalaman ini memberikan penghayatan emosional dan spiritual. Dalam psikologi agama, hal ini dapat membantu individu yang menghadapi stres atau depresi untuk dapat membangun pola pikir positif. Pengalaman beragama, sebagaimana tergambar dalam isyarat Al-Qur'an, berfungsi sebagai mekanisme psikospiritual yang memperkuat daya tahan jiwa, membentuk ketenangan, menumbuhkan empati, dan mempercepat pemulihan dalam situasi musibah. Dengan menjadikan pengalaman batin sebagai landasan keberagamaan, masyarakat tidak hanya siap secara fisik, tetapi juga kuat secara spiritual dan emosional dalam menghadapi musibah.

3. Isyarat Al-Qur'an terkait Dimensi Psikologis Bencana

Kejadian bencana alam atau *natural disaster* merupakan salah satu fenomena yang terjadi di alam semesta yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan manusia. Berbagai peristiwa bencana alam meliputi gempa bumi, angin topan, banjir, tsunami, tanah longsor, dan letusan gunung berapi seringkali mengakibatkan berbagai dampak yang besar bagi keberlangsungan kehidupan manusia, baik dari segi sosial, ekonomi, lingkungan dan juga

¹⁴ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 12...*, hal 281-283

¹⁵ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 12...*, hal 282.

¹⁶ Teks hadits lengkap:

حَدَّثَنَا عَبْدَانُ عَنْ أَبِي حَمْزَةَ عَنْ الْأَعْمَشِ عَنْ شَقِيقٍ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَلِمَةً وَقُلْتُ أَخْبِرْنِي قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ مَاتَ وَهُوَ يَدْعُو مِنْ دُونِ اللَّهِ يَدًّا دَخَلَ النَّارَ وَقُلْتُ أَنَا مَنْ مَاتَ وَهُوَ لَا يَدْعُو لِلَّهِ يَدًّا دَخَلَ الْجَنَّةَ

Telah menceritakan kepada kami Abdan dari Abu Hamzah dari Al A'masy dari Syaqiq dari Abdullah, Nabi ﷺ bersabda beberapa kalimat yang aku tambahkan. Nabi ﷺ bersabda, “Barang siapa yang mati, sedangkan dia menyeru selain Allah sebagai tandingannya maka dia masuk neraka.” Sedangkan aku berkata, “Barang siapa yang mati dan dia tidak menyekutukan Allah dengan sesuatu maka dia masuk surga”, (HR. Bukhari: 4137, isnad shahih). Lihat Ensiklopedi Hadits Versi 18.8.0, Android: Lidwa, 2014.

psikologis.

Sebagai sebuah fenomena alam, bencana alam memang dapat dilihat melalui sisi geologis dan meteorologis. Namun, dalam pandangan Islam bencana juga memiliki dimensi spiritual dan moral. Oleh karenanya mitigasi bencana melalui pendekatan psikologi agama tidak hanya melibatkan upaya fisik dan teknis, tetapi juga menyentuh dimensi kejiwaan manusia. Dimensi ini penting, karena bencana, baik yang bersifat alamiah maupun sosial, sering kali menimbulkan tekanan mental, trauma, dan kekacauan emosional. Kondisi jiwa yang tidak tenang, gelisah, resah, bingung dan sebagainya hingga stres dan trauma dapat dikategorikan sebagai gangguan jiwa yang diistilahkan dalam psikopatologi adalah neurosis hingga psikosis.¹⁷

Al-Qur'an memberikan berbagai isyarat tentang kondisi psikis dan emosi manusia ketika menghadapi bencana, mencakup reaksi alami seperti ketakutan, keputusasaan, hingga kesabaran dan tawakal, sebagaimana pada Tabel 4.5 berikut.

Tabel 4.5 Isyarat Al-Qur'an terkait aspek psikologis bencana

No	Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat	Aspek Psikologis
1	QS. Al-Baqarah/2:153, 155-156; QS. An-Nahl/16:112	Allah menguji manusia dengan rasa takut, kelaparan, kehilangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Namun, bagi orang yang bersabar, ada kabar gembira. Sabar dan shalat sebagai penolong dari kesulitan	Ketakutan dan kekhawatiran dalam krisis; Mekanisme coping sabar dan shalat untuk menstabilkan mental
2	QS. Al-Isrâ'/17:83;	Manusia cenderung lupa dan berpaling dari Allah saat	Keputusasaan dan ketidakstabilan

¹⁷ Neurosis adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan gangguan psikologis yang melibatkan kecemasan, ketegangan, atau ketakutan berlebihan tanpa adanya gangguan mental yang parah seperti skizofrenia. Orang yang mengalami neurosis biasanya menyadari kecemasannya dan dapat berfungsi dalam kehidupan sehari-hari meskipun mengalami gejala yang mengganggu. Gangguan neurosis dapat mencakup gangguan kecemasan umum, fobia, atau gangguan obsesif-kompulsif (OCD). Namun istilah neurosis sudah jarang digunakan secara luas, digantikan dengan istilah yang lebih spesifik seperti gangguan kecemasan, gangguan depresi, gangguan OCD dsb. Sedangkan psikosis adalah gangguan mental yang serius yang menyebabkan individu kehilangan kontak dengan kenyataan. Dalam kondisi ini, seseorang mungkin mengalami perubahan dalam cara berpikir, perasaan, dan perilaku yang sangat mengganggu. Psikosis dapat mengarah pada kesulitan dalam membedakan antara apa yang nyata dan apa yang tidak nyata. Biasanya dicirikan adanya delusi, halusinasi, gangguan pikiran, dan perubahan perilaku. Lihat American Psychiatric Association, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.

	QS. Al-Hajj/22:11	diberi nikmat, namun menjadi putus asa saat tertimpa musibah.	emosi
3	QS. Al-An'âm/6:42; QS. Al-A'râf/7:94	Allah mengarahkan berbagai ujian agar manusia lebih dekat kepada-Nya dengan penuh kesadaran dan introspeksi diri.	Refleksi diri; kesadaran spiritual menguatkan pengendalian diri
4	QS. At-Taubah/9:51; QS. Al-Hadîd/57:22–23; QS. At-Taghâbun/64:11	Setiap musibah adalah ketetapan Allah yang tidak dapat dielakkan, seorang mukmin dituntut untuk bertawakal, tidak larut dalam kesedihan atas kehilangan, dan tidak sombong atas keberhasilan	Penerimaan takdir, tawakal dan keseimbangan emosional; mengurangi rasa cemas
5	QS. Az-Zumar/39:53; QS. Yusuf/12:87; QS. Asy-Syahr/94:5–7	Harapan dan optimisme terhadap rahmat Allah mendorong manusia untuk bangkit dari keterpurukan dan keputusasaan.	Optimisme dan motivasi pemulihan

Dimensi bencana dalam Al-Qur'an sebagaimana Tabel 4.5 di atas tidak hanya menggambarkan bencana sebagai fenomena alam, tetapi juga sebagai ujian psikologis dan spiritual bagi manusia. Ayat-ayat tersebut memberikan panduan bagaimana kejiwaan manusia dapat dikelola untuk menghadapi bencana dengan tenang, sabar, dan penuh harapan. Sebab, bencana dapat menguatkan atau menghancurkan jiwa tergantung sikap mentalnya. Oleh karenanya, secara psikologis Al-Qur'an menawarkan *coping mechanism* yang utuh untuk membangun ketahanan mental (*psychological resilience*) dalam menghadapi krisis/bencana.¹⁸ Dimensi psikologis tersebut diantaranya

¹⁸ *Coping mechanism* atau mekanisme koping didefinisikan sebagai pikiran dan perilaku yang digerakkan untuk mengelola situasi penuh tekanan, baik dari dalam diri maupun dari luar diri seseorang. Istilah ini digunakan secara khusus untuk menunjukkan upaya sadar dan sukarela dalam menggerakkan tindakan, berbeda dengan mekanisme pertahanan diri (*defense mechanisms*) yang merupakan respons adaptif bawah sadar atau tidak sadar. Meskipun, keduanya memiliki tujuan yang sama, yaitu untuk mengurangi atau mentoleransi stres. Lihat Emad B. Algorani dan Vikas Gupta, *Coping Mechanisms* dalam StatPearls, StatPearls Publishing, 2023. Lihat juga Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya", *Jurnal Konseling Andi Matappa*, Vol. 1 No. 2, 2017. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>. M. Venner, "Adjustment, coping and defense mechanisms--deciding factors in the therapeutic process", *Z Gesamte Inn Med*, 1988 Jan

1. Kesadaran atas takdir dan hikmah Allah

Kesadaran bahwa bencana adalah bagian dari takdir Allah dapat menumbuhkan sikap menerima (*acceptance*), mengurangi rasa cemas dan ketakutan yang berlebihan. Bencana yang terjadi adalah bagian dari *sunnatullah* yang tidak dapat dihindari, sebab terjadinya sudah atas kehendak dan izin dari Allah Swt (QS. At-Taghâbun/64:11) bahkan sudah tertulis dalam Kitab Lauh Mahfuzh sebelum manusia dan makhluk lain diciptakan-Nya (QS. Al-Hadîd/57:22). Tidak ada yang dapat menolak ataupun melawan kekuasaan-Nya jika Allah sudah berkehendak menimpakan bencana atau menghendaki rahmat atas hamba-Nya (QS. Al-Ahzâb/33:17). Namun demikian kesadaran ini tidak sampai terjebak pada fatalistik yang pesimistik dengan kepasrahan tanpa usaha. Sebab, kesadaran terhadap ayat-ayat Al-Qur'an seperti QS. Ar-Ra'd/13:11, QS. An-Najm/53:39, QS. Al-Muddatstsir/74:38 dan QS. Al-Kahf/18:29 secara eksplisit memotivasi manusia untuk melakukan usaha agar terjadi perubahan pada keadaan dirinya.¹⁹ Dalam hal ini keimanan kepada hikmah Allah mendorong manusia untuk menerima musibah dengan cara pandang positif. Penerimaan terhadap takdir dan hikmah Allah mendorong keseimbangan emosional, mengurangi rasa cemas, memunculkan ketenangan jiwa dan sikap optimis.

2. Kesabaran dan keteguhan hati

Kesabaran menghadapi musibah adalah inti dari ketahanan psikologis. Kesabaran menguatkan jiwa dalam menghadapi bencana, membantu manusia menerima ujian sebagai bagian dari takdir Allah. QS. Al-Baqarah/2:155-156 sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, mengajarkan manusia untuk merespons bencana dengan ketenangan dan keyakinan bahwa segala sesuatu milik Allah. Kalimat *istirja`*, *innâ lillâhi wa innâ ilaihi râji'ûn*,²⁰ memberikan penguatan mental bahwa ada harapan dan tujuan akhir yang baik setelah musibah. Menurut Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah, dengan memahami makna kalimat ini akan meringankan beban pada saat menghadapi musibah. Sabar dalam ayat ini mencakup ketahanan mental untuk menghadapi musibah, mengatasi trauma, dan tidak terjebak dalam keputusasaan.²¹

15;43(2):40-3

¹⁹ Bukhori Brata Kusuma dan Muzani, "Pendidikan Bencana Dalam Perspektif Islam", *Kamaya: Jurnal Ilmu Agama*, Vol. 7 No. 4, 2024, <https://doi.org/10.37329/kamaya.v7i4.3749>

²⁰ Istilah *istirja* lebih terperinci akan dibahas selanjutnya dalam Manajemen psikologis dan spiritual terkait bencana pada sub bab IV.B.2.e.

²¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Volume 1*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, hal. 365-367. Pembahasan terkait sabar akan dibahas selanjutnya dalam Manajemen psikologis dan spiritual terkait bencana pada sub bab IV.B.2.e.

Secara psikologis, kesabaran berfungsi sebagai *self-regulation mechanism* yang menjaga kestabilan emosi dan mencegah keputusan. Kesabaran ini diiringi sikap optimis dan berharap pada pertolongan Allah dengan kesadaran QS. Asy-Syahr/94:6-7 bahwa sesungguhnya di dalam kesulitan apa pun pasti terdapat kemudahan yang menyertainya. Di dalam setiap kesempitan, terdapat kelapangan, dan di dalam setiap kekurangan sarana untuk mencapai suatu keinginan, terdapat pula jalan keluarnya.

3. Penerimaan dan Tawakal

Segala sesuatu yang menimpa manusia sudah dalam ketetapan Allah (QS. At-Taubah/9: 51). Dengan ayat tersebut, Nabi Muhammad ﷺ diperintahkan untuk mengatakan kepada orang-orang munafik dengan menegaskan bahwa tidak ada sesuatu pun—baik atau buruk, keberhasilan atau kegagalan—yang menimpa mereka kecuali apa yang telah ditetapkan Allah dalam Kitab Suci. Pandangan ini memastikan bahwa mereka tidak menjadi sombong dalam keberhasilan maupun patah semangat dalam kegagalan, sebagaimana dinyatakan dalam QS. Al-Hadîd/57:22-23. Orang-orang beriman percaya bahwa Allah, pelindung mereka, tidak akan pernah meninggalkan mereka, dan mereka diingatkan untuk menaruh kepercayaan penuh kepada-Nya setelah melakukan upaya terbaik mereka.²²

Dengan tawakal, seorang mukmin dapat menerima musibah dengan tenang, yakin bahwa Allah adalah sebaik-baik pelindung. Tawakal memberikan ketenangan jiwa setelah upaya maksimal dilakukan. Tawakal mengurangi stres akibat ketidakpastian hasil sekaligus menanamkan rasa percaya diri dalam menghadapi bencana, karena manusia menyadari bahwa hasil akhir ada di tangan Allah. Dalam Tafsir Al-Maraghi, tawakal dipahami sebagai sikap menerima hasil usaha dengan lapang dada, sehingga menjaga stabilitas emosi dalam situasi sulit.²³

4. Keseimbangan dan Pengendalian Respon Emosional

Rasa takut dan cemas adalah reaksi alamiah saat bencana terjadi. Namun, keyakinan yang kuat terhadap *sunnatullah* sebagaimana dalam QS. Al-Hadîd/57: 22-23 memberikan dorongan psikologis untuk merespon bencana secara seimbang dan tidak berlebihan, agar manusia tidak terlalu sedih atas kehilangan dan tidak terlalu gembira atas keberhasilan. Spirit QS. At-Taubah/9:51 menanamkan keyakinan bahwa Allah adalah pelindung, sehingga keyakinan ini dapat mengurangi

²² Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid IV*, Jakarta: Kementerian Agama, 2011, hal. 130 dan Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid IX...*, hal. 27

²³ Ahmad Musthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi. Beirut: Dar Ihya Al-Turats Al-Arabi*, 1946, Juz 4, hal. 48-49.

kecemasan yang berlebihan. Spirit QS. Yûnus/10:62-63 menegaskan bahwa wali-wali Allah tidak merasa takut atau bersedih karena iman dan takwa mereka menumbuhkan stabilitas emosional. Begitu juga spirit QS. Al-Baqarah/2: 286 menjadi kendali atas rasa takut dan cemas berlebihan serta membangun efikasi diri dengan keyakinan bahwa segala cobaan yang datang sesuai dengan kemampuan seseorang.

Ayat-ayat tersebut mengajarkan prinsip keseimbangan yang menjadi dasar *emotional regulation* dan *spiritual resilience* dalam menghadapi perubahan drastis akibat bencana. Keyakinan yang dilandasi spirit Al-Qur'an ini membantu manusia untuk tetap fokus pada tindakan mitigasi yang diperlukan.

5. Motivasi untuk Berusaha dan Harapan akan Rahmat Allah

Harapan akan rahmat Allah menjadi kekuatan psikologis dalam menghadapi dan memulihkan diri dari dampak bencana. Rahmat Allah adalah sumber kekuatan spiritual yang mendorong manusia untuk bangkit kembali setelah bencana. Keyakinan bahwa rahmat Allah sangat luas (QS. Az-Zumar/39:53) dan berputus asa dari rahmat Allah bisa menjerumuskan pada kekufuran (QS. Yûsuf/12:87) dapat menumbuhkan optimisme dan harapan akan jalan keluar dari setiap kesulitan sebagaimana dikatakan oleh Wahbah Az-Zuhaili ketika menafsirkan ayat tersebut.²⁴ Begitu juga janji Allah dalam QS. Asy-Syahr/94:5-6 yang memberikan harapan bahwa bersama datangnya bencana akan ada kemudahan dan jalan keluar. Secara psikologis, ayat-ayat ini memperkuat *hope-based coping* yang membantu seseorang bangkit dari keterpurukan dan trauma pasca-bencana.

6. Introspeksi dan Kesadaran terhadap Kesalahan

Kesadaran bahwa musibah adalah konsekuensi atas perbuatan ulah manusia, dan Allah Maha Pemaaf dan Maha Penerima Taubat (QS. Asy-Syûra/42:30) akan mendorong langkah introspektif terhadap dosa dan kelalaian manusia, baik terhadap hubungan dengan Allah maupun terhadap lingkungan, baik secara individu maupun kolektif. Begitu juga QS. Al-An'âm/6:42 dan QS. Al-A'râf/7:94 menunjukkan bahwa musibah berupa kesempitan, kemelaratan, dan penderitaan adalah sarana untuk menumbuhkan kesadaran dan introspeksi. Allah menguji sejumlah umat dengan kesulitan agar mereka bersikap rendah hati dan memohon kepada-Nya.

Dalam Tafsir Al-Qurthubi, introspeksi dipandang sebagai awal dari perbaikan moral, spiritual, dan perilaku sosial, yang dapat mencegah/mengurangi risiko bencana di masa depan. Dalam hal ini, secara psikologis, introspeksi menjadi bagian dari *meaning-making*

²⁴ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 12...*, hal. 221-223.

process, yaitu pencarian makna positif di balik penderitaan, yang memperkuat adaptasi pascabencana.

7. Solidaritas Sosial Menghargai dan Melindungi Kehidupan

Surat Al-Baqarah/2: 195 yang artinya “*Dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah. Sungguh, Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik,*” mendorong manusia untuk melindungi diri dan orang lain dari bahaya, termasuk bencana. Menurut Shihab, musibah dalam konteks negatif yang terjadi di mana-mana, terjadi akibat dari ulah tangan manusia itu sendiri baik karena dosa ataupun kemaksiatan yang terjadi terus menerus atau dapat disebabkan juga karna kecerobohan mereka karena tidak berhati-hati dan berlebih-lebihan. Akan hal ini dalam QS. Asy-Syûrâ/42:30, bahwa bencana ataupun musibah yang terjadi di dunia ini terjadi atas sebab ulah manusia itu sendiri. Bencana yang terjadi sebagai teguran dan hukuman atas pelanggaran yang telah dilakukan manusia.²⁵

Solidaritas sosial dalam menghadapi bencana dapat mengurangi tekanan emosional, memberikan kekuatan psikologis baik kepada korban maupun relawan dan mempercepat pemulihan korban. Surat Al-Mâidah/5:2 yang artinya “*...tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan....*” mendorong terciptanya solidaritas sosial. Menurut Shihab ayat tersebut merupakan prinsip dasar dalam menjalin kerjasama dengan siapa pun, selama tujuannya adalah kebajikan dan ketakwaan.²⁶ Tolong-menolong dalam kebajikan mencakup segala perbuatan yang mendatangkan manfaat bagi umat manusia, baik dalam aspek dunia maupun akhirat. Sebaliknya terlarang tolong menolong dalam perbuatan dosa dan kejahatan.

B. Isyarat Al-Qur’an terkait Mitigasi Bencana Alam

Sebagaimana dijelaskan pada bab sebelumnya bahwa mitigasi bencana alam merupakan serangkaian upaya yang dilakukan untuk mengurangi risiko dan dampak negatif dari suatu bencana alam. Tujuan utamanya adalah meningkatkan ketahanan masyarakat dan lingkungan terhadap bencana agar terhindar dari kerugian yang lebih besar. Kehadiran bencana alam sebagai bagian dari *sunnatullah* memang sulit untuk diprediksi, tetapi manusia telah dianugerahi oleh Allah Swt. kemampuan untuk berpikir, merencanakan dan mengambil langkah antisipatif guna meminimalkan risiko dan dampaknya melalui berbagai langkah mitigasi.

²⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah Volume 1...*, hal. 503

²⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah Volume 3...*, hal. 14

Secara etimologis, istilah mitigasi ini dapat direlevansikan dalam bahasa Arab dengan kata تخفيف (*takhfif*) yang berarti keringanan, meringankan, mengurangi berat, menjadi sedikit, mengurangi, menenangkan, meredakan, membebaskan, menentramkan, melemahkan, memperlambat. Kata ini memiliki berbagai derivasinya antara lain:

- خَفَّفَ - يُخَفِّفُ (*khaffafa - yukhaffifu*): meringankan, mengurangi, menenangkan
- خَفِيف (*khaffif*): ringan, tidak berat.
- تَخْفِيف (*takhfif*): tindakan atau proses meringankan, pelonggaran, atau pengurangan beban.
- اسْتِخْفَاف (*istikhfâf*): meremehkan, menganggap enteng (makna negatif).²⁷

Berdasarkan pengertian tersebut, konsep *takhfif* merujuk pada segala bentuk tindakan yang menyebabkan sesuatu menjadi lebih ringan, baik secara fisik, sosial, emosional, maupun spiritual. Prinsip ini selaras dengan isyarat Al-Qur'an terkait konsep *takhfif* bahwa Allah swt. berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِصَاصُ فِي الْقَتْلِ ۚ الْحُرُّ بِالْحُرِّ وَالْعَبْدُ بِالْعَبْدِ وَالْأُنثَىٰ بِالْأُنثَىٰ ۚ فَمَنْ عُفِيَ لَهُ مِنْ أَخِيهِ شَيْءٌ فَاتَّبِعْهُ بِالْمَعْرُوفِ ۚ وَأَدَاءٌ إِلَيْهِ بِإِحْسَانٍ ۚ ذَلِكَ تَخْفِيفٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَرَحْمَةٌ ۚ فَمَنْ اعْتَدَىٰ بَعْدَ ذَلِكَ فَلَهُ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴿١٧٨﴾

Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan kepadamu (melaksanakan) kisas berkenaan dengan orang-orang yang dibunuh. Orang merdeka dengan orang merdeka, hamba sahaya dengan hamba sahaya, dan perempuan dengan perempuan. Siapa yang memperoleh maaf dari saudaranya hendaklah mengikutinya dengan cara yang patut dan hendaklah menunaikan kepadanya dengan cara yang baik. Yang demikian itu adalah *takhfif* (keringanan) dan rahmat dari Tuhanmu. Siapa yang melampaui batas setelah itu, maka ia akan mendapat adzab yang sangat pedih. (QS. Al-Baqarah/2: 178)

Ibnu Katsir dan Az-Zuhaili ketika menafsirkan ayat ini menjelaskan bahwa sebelum Islam di kalangan kaum Yahudi mewajibkan hukuman *qishash* bagi pembunuh tanpa ada pemaafan dan *diyât*. Di kalangan kaum Nasrani mewajibkan pemaafan tanpa ada *diyât*. Sedang di kalangan bangsa Arab jahiliyah berkembang kebiasaan balas dendam. Allah memberi keluangan dengan membolehkan pengambilan *diyât* sebagai pengganti *qishash*.²⁸

²⁷ Almaany, "Terjemahan dan Arti تخفيف di Kamus Istilah Semua Indonesia Arab". 2010-2024, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/تخفيف/>

²⁸ Makna *qishash* adalah persamaan, artinya menindak pelanggar dengan hukuman serupa yang diperbuatnya terhadap korban. *Qishash* bagi orang yang membunuh adalah

Penggantian *qishash* dengan *diyath* adalah pengurangan beban sosial dan emosional serta mencegah rantai balas dendam. Hal ini sebagai bentuk keringanan (*takhfif*) dan rahmat dari Allah.

Ayat tersebut menggambarkan prinsip *takhfif* sebagai kebijakan yang menekan dampak negatif sosial berupa konflik dan dendam. QS. Al-Baqarah/2: 178 mencontohkan *takhfif* melalui mekanisme sosial (penghapusan dendam melalui *diyath*). Dalam konteks mitigasi bencana, *takhfif* berarti pengurangan potensi kerusakan dan penderitaan, baik fisik, psikologis, maupun sosial melalui pendekatan rasional dan penuh kasih. Termasuk bentuk mitigasi di dalamnya adalah perencanaan, pengendalian risiko, dan penyiapan ketahanan masyarakat.

Di era modern, mitigasi berbasis sains dan teknologi telah menunjukkan kemajuan pesat, tetapi nilai-nilai religius tetap memegang peranan penting. Integrasi antara ilmu pengetahuan dan ajaran Al-Qur'an, sebagaimana diusulkan oleh Nasr, dapat memperkuat keimanan seiring menciptakan kehidupan yang lebih aman dan selaras dengan alam. Dengan memahami pesan-pesan Al-Qur'an dan menggabungkannya dengan kemajuan ilmu pengetahuan, manusia mampu menghadapi bencana dengan lebih bijaksana dan penuh keimanan. Hal ini sejalan juga dengan Ahmed dan Walji, yang menekankan pentingnya pengintegrasian nilai-nilai agama dalam strategi mitigasi bencana.²⁹

Oleh karena itu mengkaji isyarat di dalam Al-Qur'an terkait mitigasi bencana, baik mitigasi struktural maupun mitigasi non struktural dapat menjadikan inspirasi dan panduan bagi keselamatan dan kesejahteraan hidup manusia. Konsep *takhfif* (meringankan beban atau risiko) sebagai wujud rahmat Allah untuk menjaga keberlangsungan hidup manusia.

1. Isyarat Al-Qur'an terkait Mitigasi Struktural

Mitigasi struktural berfokus pada intervensi fisik dan teknis yang nyata dan dapat diukur pada infrastruktur dan lingkungan. Tujuannya untuk

dibunuh. Sedang *diyath* adalah tebusan yaitu bentuk pembayaran denda dimana pelanggar membayarkan denda kepada korbannya. Hal ini menjadi pilihan, *qishash* tidak bersifat harus, boleh memaafkan atau menggugurkan *qishash* dan meminta ganti *diyath* ataupun tanpa ganti *diyath*. Dalam pelaksanaan *qishash*, para imam fatwa sepakat bahwa syariat Islam tidak mengizinkan siapa pun menjalankan sendiri hukuman *qishash* terhadap orang lain tanpa melibatkan penguasa. Hak pelaksanaan *qishash* berada di tangan penguasa. Lihat Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 1*, hal. 334-337. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1...*, hal. 356-359.

²⁹ Seyyed Hossein Nasr, *Science and Civilization in Islam*, Cambridge: Harvard University Press, 1968, hlm. 314. R. B. Ahmed dan M. M. Walji, "The Role of Islamic Teachings in Disaster Preparedness and Response", *Disaster Prevention and Management*, 2020, vol. 29 no. 1, hal. 42-58

memperkuat dan melindungi fasilitas vital serta mengurangi risiko bencana alam, sehingga mitigasi ini bersifat preventif langsung terhadap kerusakan. Beberapa isyarat Al-Qur'an yang relevan diantaranya sebagai berikut.

a. Pemanfaatan sumber daya untuk membangun perencanaan dan infrastruktur yang tangguh

Beberapa ayat yang dapat menjadi isyarat Al-Qur'an dalam mitigasi struktural berkaitan dengan pemanfaatan sumber daya untuk membangun perencanaan dan infrastruktur yang tangguh, diantaranya sebagai berikut.

Tabel 4.6 Isyarat Al-Qur'an terkait pemanfaatan sumber daya untuk membangun perencanaan dan infrastruktur yang tangguh

No.	Surat dan Ayat	Interpretasi Makna Ayat
1	QS. Al-Kahf/18: 95–96	Perencanaan teknis dan pemanfaatan sumber daya alam (besi dan tembaga) untuk membangun dinding penghalang yang kokoh dan tahan lama. Adanya inovasi teknologi dan pembangunan berbasis ilmu pengetahuan. Hal ini sebagai bentuk mitigasi struktural preventif menghadapi ancaman Ya'juj dan Ma'juj.
2	QS. Yûsuf/12: 47–49	Nabi Yusuf as. menunjukkan mitigasi berbasis perencanaan ekonomi dan sumber daya pangan. Penyiapan strategi ketahanan pangan nasional melalui penyimpanan hasil panen selama tujuh tahun subur untuk menghadapi tujuh tahun paceklik. Hal ini sebagai bentuk mitigasi dan manajemen risiko berbasis wahyu dan rasionalitas.
3	QS. Al-Mu'minûn/23: 27	Nabi Nuh as. diperintahkan oleh Allah untuk membangun bahtera dengan pengawasan dan petunjuk-Nya jauh sebelum bencana datang. Ayat ini menunjukkan pentingnya perencanaan jangka panjang, teknologi konstruksi, dan sistem peringatan dini (<i>early warning</i>).
4	QS. Saba'/34: 15–16	Gambaran sistem pertanian dan irigasi yang subur di negeri Saba', namun rusak karena kelalaian dan ketidaktaatan manusia serta lemahnya perawatan infrastruktur, hingga

		datang banjir besar.
5	QS. Ar-Ra'd/13: 11	Perubahan sosial dan keamanan bergantung pada usaha manusia. Dalam konteks mitigasi, perlunya inisiatif manusia dalam merancang sistem perlindungan dan kesiapsiagaan bencana

Berdasarkan interpretasi makna isyarat ayat Al-Qur'an di atas dapat dipahami bahwa mitigasi struktural dalam Al-Qur'an merupakan wujud integrasi antara iman, ilmu, dan amal. Pembangunan infrastruktur fisik yang tangguh, manajemen sumber daya yang efisien, dan sistem sosial yang disiplin merupakan bentuk mitigasi bencana sekaligus manifestasi dari perintah Allah agar manusia berperan aktif dalam memelihara keberlangsungan kehidupan di bumi.

Salah satu contoh dari isyarat Al-Qur'an yang menguatkan pentingnya perencanaan dan pembangunan infrastruktur yang tangguh terdapat pada kisah Nabi Nuh as. dalam QS. Al-Mu'minûn/23:27. Allah Swt. berfirman;

فَأَوْحَيْنَا إِلَيْهِ أَنْ اصْنَعِ الْفُلَ بِأَعْيُنِنَا وَوَحَيْنَا فَإِذَا جَاءَ أَمْرُنَا وَفَارَ التَّنُّورُ فَاسْلُكْ فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ وَأَهْلَكَ إِلَّا مَنْ سَبَقَ عَلَيْهِ الْقَوْلُ مِنْهُمْ وَلَا تُخَاطِبُنِي فِي الَّذِينَ ظَلَمُوا إِنَّهُمْ مُّغْرَقُونَ ﴿٢٧﴾

Kami wahyukan kepadanya, "Buatlah kapal dengan pengawasan dan petunjuk Kami. Apabila perintah Kami telah datang dan tungku (dapur) telah memancarkan air, masukkanlah ke dalam (kapal) itu sepasang-sepasang dari setiap jenis (binatang), juga keluargamu, kecuali orang yang lebih dahulu ditetapkan (akan ditimpa siksaan) di antara mereka. Janganlah engkau bicarakan dengan-Ku tentang orang-orang yang zalim. Sesungguhnya mereka itu akan ditenggelamkan. (QS. Al-Mu'minûn/23: 27)

Dalam ayat ini, tergambar bagaimana bahtera Nabi Nuh memiliki daya tampung yang memadai sehingga dapat memuat Nabi Nuh, keluarga, kaumnya yang beriman serta berbagai jenis pasangan binatang. Juga digambarkan kekuatan dan ketangguhannya mampu menentang dahsyatnya badai gelombang air bah yang sampai ke puncak Gunung Judi yang tingginya sekitar 2000 meter di atas permukaan laut. Menurut riwayat sebagaimana dikutip Az-Zuhaili dalam Tafsir Al-Munir bahwa Ibnu Abbas menyebutkan bahtera Nabi Nuh terbuat dari kayu jati dengan dimensi panjangnya mencapai 300 hasta, lebarnya 50 hasta dan tinggi atau dalamnya 30 hasta. Diketahui pula bahwa proses pembuatan bahtera itu diajarkan langsung oleh malaikat.

Terdapat perbedaan pendapat mengenai lamanya Nabi Nuh menggunakan bahteranya. Ibnu Abbas menyebutkan dua tahun, Ka'b berpendapat 30 tahun, sementara Zaid bin Aslam menyatakan 100 tahun.³⁰

Kisah Nabi Nuh dalam QS. Al-Mu'minûn/23:27 menunjukkan pentingnya antisipasi dan kesiapsiagaan struktural. Dalam hal perencanaan tergambar bagaimana persiapan yang dilakukan oleh Nabi Nuh untuk membuat sebuah bahtera dilakukan dalam waktu yang relatif lama jauh sebelum bencana datang. Menurut Ibnu Katsir, beberapa ulama Salaf mengatakan mengatakan bahwa Nabi Nuh menyiapkan bahtera dilakukan selama 100 tahun dari mulai menanam pohon-pohonan, setelah besar ditebang dan dikeringkan, kemudian diproses hingga halus 100 tahun lagi atau menurut pendapat lain adalah 40 tahun.³¹

Pembuatan bahtera oleh Nabi Nuh dalam bimbingan wahyu Allah mengisyaratkan bentuk tindakan perencanaan preventif dan ketaatan dalam menghadapi bencana, yaitu pembangunan infrastruktur yang tangguh tahan bencana. Perintah tersebut dapat diartikan sebagai keharusan untuk mengambil tindakan preventif yang berbasis pengetahuan dan arahan yang tepat. Ketangguhan insfrastruktur tersebut meminimalkan risiko bencana. Selain itu ayat-ayat tersebut mengindikasikan selain isyarat perencanaan yaitu terkait pembuatan bahtera yang dilakukan oleh Nabi Nuh jauh sebelum banjir besar terjadi juga terkait pengelolaan yang baik dalam tindakan penyelamatan pra bencana. Perlu adanya sistem peringatan dini (*early warning*) sebagai bagian dari perencanaan dan pembagunan infrastruktur tanggap bencana. Kewaspadaan terhadap *early warning* yang dalam hal ini ditandai dengan tungku yang memancarkan air, adalah hal yang sangat penting. Tindakan penyelamatan oleh Nabi Nuh dilakukan secara cermat setelah mewaspadai datangnya *early warning* tersebut.

Nilai-nilai ini sejalan dengan sabda Nabi ﷺ: *“Allah akan memberikan rahmat kepada seseorang yang berusaha dengan baik, membelanjakan uang secara sederhana, dan dapat menyisihkan kelebihan untuk menjaga saat dia miskin dan membutuhkannya.”* (HR. Muslim dan Ahmad). Hadits ini menguatkan pesan Al-Qur'an bahwa usaha, efisiensi, dan perencanaan masa depan, termasuk membangun infrastruktur yang sesuai kebutuhan dan kemampuan, merupakan bagian dari sikap hidup yang diridhai Allah.

Ayat lain yang menjadi isyarat pentingnya pengelolaan sumber daya secara bijak dan terukur dalam membangun infrastruktur tangguh terdapat

³⁰ Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Ilmi Kisah Para Nabi Pra-Ibrahim dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, Jakarta: Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an, 2012, hal. 61. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 6*, Jakarta: Gema Insani Pers, 2016, hal. 335-336

³¹ Ibnu Katsir, “Surat Hud ayat 36-39” dalam Aplikasi Tafsir Ibnu Katsir 30 Juz Lengkap, Kampungsunnah, 2013

dalam kisah Nabi Yusuf as, pada QS. Yûsuf/12: 47-49. Allah berfirman:

قَالَ تَزْرَعُونَ سَبْعَ سِنِينَ دَابًّا فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُوهُ فِي سُنْبُلِهِ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّا تَأْكُلُونَ ﴿٤٧﴾ ثُمَّ يَأْتِي مِنْ
بَعْدِ ذَلِكَ سَبْعُ شِدَادٍ يَأْكُلْنَ مَا قَدَّمْتُمْ لَهُنَّ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّا تَحْصِنُونَ ﴿٤٨﴾ ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ عَامٌ
فِيهِ يُغَاثُ النَّاسُ وَفِيهِ يَعْرِضُونَ ﴿٤٩﴾

(47) (Yusuf) berkata, “Bercocoktanamlah kamu tujuh tahun berturut-turut! Kemudian apa yang kamu tuai, biarkanlah di tangkainya, kecuali sedikit untuk kamu makan. (48) Kemudian, sesudah itu akan datang tujuh (tahun) yang sangat sulit (paceklik) yang menghabiskan apa yang kamu simpan untuk menghadapinya, kecuali sedikit dari apa (bibit gandum) yang kamu simpan. (49) Setelah itu akan datang tahun, ketika manusia diberi hujan (dengan cukup) dan pada masa itu mereka memeras (anggur). (QS. Yûsuf/12: 47-49)

Dalam ayat tersebut, Allah telah mengisyaratkan bagaimana Nabi Yusuf melakukan perencanaan menghadapi musim paceklik, yakni masa sulit ketika makanan dan minuman menjadi langka dan tidak tersedia akibat kondisi alam. Dengan perencanaan dan kesiagaan, Al-Qur’an mengajarkan pentingnya mitigasi bencana sebagai bagian dan upaya manusia untuk menghadapi tantangan kehidupan terutama dalam menghadapi bencana.³²

Mimpi yang dialami oleh Raja Mesir tentang tujuh ekor sapi betina yang gemuk-gemuk dimakan oleh tujuh ekor sapi betina yang kurus-kurus, serta terdapat tujuh bulir gandum yang hijau dan bulat dan tujuh bulir gandum yang kering, telah membuat Raja Mesir khawatir. Tidak ada satu orang penafsir mimpi kerajaan yang dapat menafsirkan mimpi Raja. Akhirnya Nabi Yusuf dengan bimbingan wahyu Allah dapat memberikan penafsiran mimpi tersebut sekaligus solusinya sehingga membuat Raja terkesima.³³

Mitigasi bencana paceklik yang dilakukan oleh Nabi Yusuf sesuai dengan wahyu dari Allah Swt, tidak hanya menafsirkan mimpi sang Raja Mesir, namun Nabi Yusuf juga memberikan solusi dalam menyelesaikan

³² Republika, “Alquran Abadikan Strategi Jitu Swasembada Pangan Nabi Yusuf Hadapi Paceklik,” dalam *Republika*, Jumat 27 Oktober 2023, diakses 7 Oktober 2024, <https://iqra.republika.co.id/berita/s36ouq320/alquran-abadikan-strategi-jitu-swasembada-pangan-nabi-yusuf-hadapi-paceklik>

³³ Beta Pujangga Mukti, “Strategi Ketahanan Pangan Nabi Yusuf Studi Analisis Tentang Sistem Ketahanan Pangan Nabi Yusuf Dalam Al-Quran Surat Yusuf Ayat : 46-49,” *Jurnal Tarjih dan Pengembangan Pemikiran Islam* 16, no. 1 (2019): hal. 41. Ali Imron, *Semiotika Al-Qur’an: Metode Dan Aplikasi Terhadap Kisah Yusuf*, Yogyakarta: Teras, 2011, hal. 112

ancaman yang akan terjadi di Mesir. Nabi Yusuf merekomendasikan pemberlakuan dan pembudayaan hidup hemat untuk mengatur dan menjaga keseimbangan pola konsumsi makanan selama musim paceklik berlangsung. Maka tidak heran jika Nabi Yusuf, Raja Mesir, dan seluruh masyarakat Mesir hanya memakan gandum sebanyak satu kali dalam sehari.³⁴

Nabi Yusuf mencontohkan pengelolaan sumber daya pangan yang bijak, sedangkan Nabi Nuh menunjukkan tindakan preventif dan kepatuhan dalam menghadapi risiko besar. Isyarat Al-Qur'an melalui kisah Nabi Yusuf tersebut memberikan pelajaran berharga mengenai mitigasi bencana yang relevan untuk diterapkan di masa sekarang, yaitu pentingnya perencanaan dan pembangunan infrastruktur yang tangguh. Kedua kisah tersebut, menunjukkan bahwa Islam menekankan konsep *resilience* (ketangguhan) melalui keseimbangan antara ikhtiar rasional dan ketundukan spiritual kepada Allah. Dengan demikian, mitigasi bencana dalam perspektif Islam bukan hanya tindakan teknis, tetapi juga manifestasi dari iman, amanah, dan tanggung jawab sosial untuk menjaga kehidupan dan keberlanjutan umat manusia.

b. Kewajiban memelihara keseimbangan ekologi

Beberapa ayat Al-Qur'an yang dapat menjadi isyarat untuk mitigasi dalam bentuk memelihara keseimbangan ekologi³⁵ diantaranya adalah sebagai

³⁴ Mukti, "Strategi Ketahanan Pangan Nabi Yusuf Studi Analisis Tentang Sistem Ketahanan Pangan Nabi Yusuf Dalam Al-Quran Surat Yusuf Ayat : 46-49," hal. 43

³⁵ Istilah ekologi berasal dari bahasa Yunani, yaitu dari kata *oikos* yang berarti "rumah" atau "tempat tinggal", dan *logos* yang berarti "ilmu". Dengan demikian, ekologi dapat diartikan sebagai ilmu yang mempelajari "rumah tangga kehidupan" di dalam habitatnya. Dalam konteks yang lebih luas, ekologi dipahami sebagai kajian tentang sistem ekonomi alam, di mana terjadi proses pertukaran materi, energi, dan informasi secara berkesinambungan. Secara ilmiah, ekologi membahas hubungan timbal balik antara makhluk hidup dengan lingkungan alam di sekitarnya. Sementara itu, ekosistem merupakan bentuk konkret dari sistem ekologi yang menunjukkan keterkaitan dan interaksi timbal balik antara organisme hidup dengan lingkungannya, di mana seluruh komponen saling berperan dan bekerja secara teratur sebagai satu kesatuan yang utuh. Salah satu prinsip mendasar dalam ekologi adalah keberagaman hayati dan fungsi masing-masing unsur kehidupan. Salah satu contohnya, saat ini diperkirakan terdapat sekitar 280.000 hingga 325.000 jenis tumbuhan yang hidup di darat maupun di perairan, dan sekitar 10% di antaranya terdapat di Indonesia. Dari lebih dari 10.000 spesies pohon yang ada di dunia, sekitar 25.000 hingga 30.000 di antaranya merupakan tumbuhan berbunga yang tumbuh di wilayah nusantara. Keanekaragaman hayati ini memiliki manfaat besar, tidak hanya sebagai sumber pangan, energi, dan obat-obatan, tetapi juga berperan penting dalam menjaga keseimbangan alam. Setiap makhluk hidup memiliki hak untuk hidup dan berkembang di bumi, bukan semata karena kegunaannya bagi manusia, tetapi karena keberadaannya menjadi bagian dari keseimbangan ekosistem. Ketidakseimbangan terhadap sistem ini akan menimbulkan berbagai persoalan ekologis dan lingkungan. Lihat Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, "Pelestarian Lingkungan Hidup" dalam *Tafsir Al-Qur'an Tematik Seri 4*, Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2009,

berikut.

Tabel 4.7 Isyarat Al-Qur'an terkait memelihara keseimbangan ekologi

No.	Surat dan Ayat	Interpretasi Makna Ayat
1	Al-A'râf/7: 56, Ar-Rûm/30: 41	Larangan membuat kerusakan di muka bumi setelah Allah memperbaikinya, menegaskan tanggung jawab manusia untuk menjaga keseimbangan alam dan mencegah aktivitas yang dapat menyebabkan degradasi lingkungan. Bentuk mitigasi struktural dengan menciptakan perencanaan pembangunan yang berwawasan lingkungan dan sistem pengelolaan lingkungan yang berkelanjutan untuk mencegah bencana akibat ulah manusia
2	Al-Baqarah/2: 205	Gambaran karakter orang yang membuat kerusakan di bumi dengan menghancurkan tanaman dan ternak, simbol dari kehancuran ekosistem. Mitigasi strukturalnya menuntut kebijakan konservasi sumber daya alam dan sistem perlindungan terhadap keragaman hayati agar kehidupan tetap seimbang
3	Hûd/11: 61	Allah memerintahkan kaum Tsamud untuk memakmurkan bumi dan tidak berbuat kerusakan. Ini menjadi dasar tanggung jawab manusia sebagai khalifah untuk membangun peradaban tanpa merusak lingkungan. Mitigasi strukturalnya diwujudkan dalam pembangunan berkelanjutan yang menjaga kelestarian alam
4	Ar-Rahmân/55:7– 9, Al-An'âm/6:141	Allah menciptakan keseimbangan (mizân) dalam alam semesta dan memerintahkan agar manusia tidak merusak keseimbangan itu, tidak berlebih-lebihan dalam memanfaatkan hasil bumi. Prinsip keseimbangan ekologi dan pengelolaan sumber daya secara proporsional dan efisien

Berdasarkan interpretasi makna ayat Al-Qur'an di atas dapat dipahami bahwa mitigasi struktural dalam konteks ini mencakup perencanaan pembangunan dan pengelolaan sumber daya alam yang menjaga keseimbangan ekologis. Prinsip keseimbangan ini dilandasi kesadaran bahwa bumi dan segala isinya adalah amanah Allah yang harus dikelola secara bijak dan tidak berlebihan atau melampaui batas dalam mengeksploitasinya, sebab menjaga alam berarti menjaga keberlangsungan kehidupan manusia itu sendiri. Allah Swt. berfirman:

وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٥٦﴾

Janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi setelah diatur dengan baik. Berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut dan penuh harap. Sesungguhnya rahmat Allah sangat dekat dengan orang-orang yang berbuat baik. (QS. Al-A'râf/7: 56)

Ayat ini menjelaskan bahwa membuat kekacauan sesuatu yang telah tertata lebih buruk daripada membuat kacau sesuatu yang sudah kacau. Jika tidak sanggup membuat sesuatu lebih baik, maka janganlah merusak. Ayat ini menegaskan larangan keras terhadap segala bentuk perusakan, termasuk merusak hubungan, menyakiti orang lain, merusak mata pencaharian, dan merusak lingkungan. Allah menciptakan bumi beserta sumber dayanya untuk kemaslahatan manusia agar dikelola secara bijaksana demi kesejahteraan. Setiap Muslim tentu memiliki kewajiban untuk memelihara dan menjaga kelestarian alam. Hal tersebut merupakan isyarat Al-Qur'an kepada manusia untuk melakukan upaya pencegahan terjadinya sebuah bencana. Shihab menjelaskan bahwa kerusakan alam, seperti deforestasi, polusi, atau eksploitasi berlebihan, dapat memicu bencana yang lebih besar, seperti banjir dan tanah longsor. Oleh karena itu, menjaga keseimbangan ekologi adalah kewajiban moral dan religius.³⁶

Kerusakan terhadap aneka ragam hayati akibat perilaku manusia yang tidak bertanggung jawab akan mengganggu keseimbangan ekologis sebagaimana disebutkan Az-Zuhaili dan Shihab ketika menyoroti QS. Al-Baqarah/2: 205. Melalui ayat ini menegaskan bahwa perbuatan merusak keseimbangan ekologi adalah hal yang tidak disukai Allah. Shihab memberikan penekanan bahwa ayat ini mengajarkan manusia untuk berhati-hati terhadap pihak-pihak yang berpura-pura membawa kebaikan, tetapi

³⁶ Abdulkarim Abdulmalik Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 4...*, hal. 2400-2401. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah...*, hal. 226.

sebenarnya menyebarkan kerusakan.³⁷ Eksploitasi sumber daya alam yang berlebihan tanpa memperhatikan ekosistem dan dampak jangka panjang dapat memicu kerusakan dan bencana.

Islam memerintahkan menjaga keseimbangan antara kebutuhan manusia dan kelestarian lingkungan. Pelestarian lingkungan menjadi salah satu kunci untuk mencegah kerusakan yang lebih besar. QS. Hūd/11:61 yang artinya “*Dia telah menciptakan kamu dari bumi (tanah) dan menjadikan kamu pemakmurnya*”, menyiratkan tanggung jawab manusia untuk menjaga dan mengelola bumi dengan baik (pemakmur). Pengelolaan lingkungan, air, tanah dan energi yang berkelanjutan adalah tugas manusia dalam upaya mitigasi bencana. Dengan akal dan pikiran yang dianugerahkan Allah, manusia dapat mengatur, mengelola, dan merencanakan segalanya sebagai Khalifah di muka bumi.³⁸ Kepemimpinan manusia atas bumi menuntut tindakan yang berorientasi pada kelestarian lingkungan. Bahkan dalam sebuah hadits yang diriwayatkan dari Anas bin Malik ra, bahwa Rasulullah ﷺ menegaskan sekiranya hari kiamat datang dan seseorang masih memiliki sebuah bibit tanaman yang mampu ia tanam, maka hendaklah ia menanamnya.³⁹ Hal ini menjadi isyarat kuat atas kewajiban melakukan rehabilitasi lingkungan seperti menanam bibit pohon hingga saat-saat terakhir sebelum kiamat. Tugas ini tidak hanya mencakup memperbaiki kondisi bumi, akan tetapi dimaknai juga dalam meningkatkan sikap dan akhlak terhadap Allah, Rasulullah, alam, dan sesama manusia.

2. Isyarat Al-Qur'an terkait Mitigasi Non Struktural

Mitigasi non-struktural berfokus pada aspek pendidikan, budaya, kebijakan, kesiapsiagaan dan pendekatan sosial untuk mengurangi dampak bencana.

³⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Jilid 1...*, hal. 462. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir al-Munir Jilid 2...*, hal. 216

³⁸ Mustolikh Mustolikh et al., “Bencana Alam Dan Etika Lingkungan Hidup Dalam Al-Qur'an,” *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities* 6, No. 0281, 2022, hal. 173

³⁹ Teks lengkap hadits:

حَدَّثَنَا بِهِرُ حَدَّثَنَا حَمَّادٌ حَدَّثَنَا هِشَامُ بْنُ زَيْدٍ قَالَ سَمِعْتُ أَنَسَ بْنَ مَالِكٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ قَامَتْ السَّاعَةُ وَبِيَدِ أَحَدِكُمْ فَسِيلَةٌ فَإِنْ اسْتَطَاعَ أَنْ لَا يَقُومَ حَتَّى يَغْرِسَهَا فَلْيَفْعَلْ

Telah bercerita kepada kami Bahz, telah bercerita kepada kami Hamad, telah bercerita kepada kami Hisyam bin Zaid berkata, saya mendengar Anas bin Malik berkata, Rasulullah ﷺ bersabda, "Jika terjadi hari kiamat sedang salah seorang dari kalian mempunyai bibit kurma, jika mampu hendaklah jangan berdiri sampai dia menanamnya. (HR. Ahmad No. 12512 dengan isnad shahih). Lihat Musnad Anas bin Malik ra dalam *Ensiklopedi Hadits Versi 18.8.0...*, 2014.

a. Kewajiban memanfaatkan akal dan ilmu pengetahuan mengelola risiko

Al-Qur'an sering kali menyeru manusia agar menggunakan akal untuk berpikir, merenung, dan mempelajari fenomena alam serta kehidupan. Pengelolaan risiko seperti prediksi bencana, perencanaan kota, *risk assessment* memerlukan penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Tabel 4.8 Isyarat Al-Qur'an terkait kewajiban memanfaatkan akal dan ilmu pengetahuan mengelola risiko

No.	Surat dan Ayat	Interpretasi Makna Ayat
1	QS. Al-'Alaq/96: 1–5, QS. Al-Jâtsiyah/45: 13	Seruan kepada manusia untuk membaca, meneliti, dan terus belajar. Aktivitas berpikir dan belajar sebagai dasar memahami kehidupan dan mengelola alam semesta. Dengan ilmu, manusia dapat mengenali tanda-tanda kebesaran Allah dan mengantisipasi risiko yang mungkin terjadi dalam kehidupannya
2	QS. Al-Baqarah/2: 164 QS. Al-Ghâsiyah/ 88: 17–20 QS. Adz-Dzâriyât/ 51: 20-21	Penciptaan diri manusia, unta, langit, gunung, dan bumi serta berbagai fenomena alam — pergantian siang dan malam, hujan, pertumbuhan tumbuhan, dan peredaran angin— sebagai tanda-tanda kebesaran Allah yang dapat dipelajari dengan akal oleh orang yang berpikir. Ayat ini menuntun manusia tentang pentingnya penelitian terhadap gejala alam dan memanfaatkan ilmu pengetahuan
3	QS. Âli 'Imrân/3: 190–191	Keseimbangan antara mengingat Allah (dzikir) dan berpikir tentang ciptaan-Nya (tafakur). Manusia yang berakal dianjurkan untuk merenungi alam semesta agar memahami kebesaran dan kebijaksanaan Allah, sehingga bersikap bijak dalam mengelola sumber daya alam
4	QS. Al-Mulk/67: 15	Bumi dijadikan oleh Allah mudah untuk dijelajahi dan dimanfaatkan manusia. Ayat ini mengandung pesan tanggung jawab manusia untuk eksplorasi dan memanfaatkan potensi bumi secara bijak dan seimbang.

Berdasarkan interpretasi makna ayat Al-Qur'an di atas dapat dipahami

bahwa Al-Qur'an mendorong manusia untuk menggunakan akal dan ilmu pengetahuan dalam memahami dan mengelola fenomena alam. Aktivitas berpikir (tafakkur), meneliti, dan belajar merupakan bagian dari ibadah yang tidak hanya memperkuat iman tetapi juga wujud tanggung jawab khalifah di bumi dalam menjaga keseimbangan dan keberlanjutan ciptaan Allah.

Allah Swt. berfirman:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَع النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيْحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿١٦٤﴾

Sesungguhnya pada penciptaan langit dan bumi, pergantian malam dan siang, bahtera yang berlayar di laut dengan (muatan) yang bermanfaat bagi manusia, apa yang Allah turunkan dari langit berupa air, lalu dengannya Dia menghidupkan bumi setelah mati (kering), dan Dia menebarkan di dalamnya semua jenis hewan, dan pengisaran angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi, (semua itu) sungguh merupakan tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang mengerti. (QS. Al-Baqarah/2: 164)⁴⁰

Dalam ayat ini, Allah Swt. menuntun manusia untuk memahami ciptaan-Nya dengan melihat, memperhatikan, dan memikirkan ciptaan-Nya di sekitar mereka. Penciptaan langit dan bumi beserta isi di dalamnya menyimpan rahasia dan tanda-tanda kebesaran Allah. Sebagian ciptaan-Nya jelas terlihat dan mudah dipahami manfaatnya, sementara sebagian lainnya membutuhkan pemikiran dan perenungan yang mendalam untuk memahami maknanya. Shihab menambahkan penegasan dalam QS. Âli 'Imrân/3: 190-191 juga mengisyaratkan petunjuk tentang pentingnya merenungkan fenomena alam untuk meningkatkan iman dan pengetahuan. Menurut Shihab, ayat ini menjadi landasan kewajiban manusia menggunakan akalnya untuk memahami ciptaan Allah dan meningkatkan ilmu.⁴¹ Begitu juga dalam QS. Al-Ghâsiyah/88:17-20 menjadi isyarat untuk eksplorasi sains yang mendalam untuk memahami fenomena alam, tidak hanya pada berhenti pada pengamatan permukaan.

⁴⁰ Dalam catatan kaki terjemah Quran Kemenag, disebutkan bahwa pergantian malam dan siang akibat rotasi bumi menggerakkan udara secara global berupa angin. Dengan angin, kapal dapat bergerak menggunakan layar. Angin pula yang menggerakkan uap air dari lautan hingga membentuk awan lalu mendorongnya ke daratan hingga tercurah sebagai hujan. Dengan hujan itu, tumbuhlah tumbuhan yang menghidupi beragam jenis hewan. Quran Kemenag, "Surat Al-Baqarah ayat 164", LMPQ, 2022

⁴¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, hal. 324

Hal ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an secara jelas mengisyaratkan pentingnya menggunakan akal dan ilmu pengetahuan sebagai bagian dari ibadah dan tanggung jawab manusia. Islam begitu tegas menempatkan akal pikiran sebagai bagian penting yang harus ada dalam setiap aktivitas. Ungkapan masyhur di kalangan para ulama bahwa tidak ada agama bagi orang yang tidak berakal menunjukkan betapa pentingnya akal pikiran sebagai salah satu syarat dalam menjalankan agama.⁴² Bahkan manusia yang tidak menggunakan hati, akal dan indranya untuk memahami, berpikir, melihat, dan mendengar tanda-tanda kebesaran Allah di alam, menjadi hilang kemanusiaannya lebih buruk dari hewan ternak (QS. Al-A'râf/7: 179).

Firman Allah dalam QS. Yûnus/10: 101 mengajarkan pentingnya mengamati fenomena alam untuk memahami tanda-tanda bahaya yang mungkin terjadi. Dalam penafsirannya, Al-Qurthubi dan Az-Zuhaili menjelaskan bahwa Allah memerintahkan manusia untuk merenungi ciptaan langit, bumi, dan segala yang ada di dalamnya termasuk keteraturan alam yang menakjubkan. Pemikiran ini menuntun pada pengakuan akan Sang Pencipta, penguatan iman kepada rasul, dan keyakinan terhadap Al-Qur'an. Namun, refleksi semata tidak bermanfaat bagi mereka yang menolak keimanan atau hatinya tertutup terhadap kebenaran.⁴³

Ayat-ayat tersebut menegaskan pentingnya kontemplasi terhadap fenomena alam. Mengintegrasikan pengamatan alam dengan keimanan, menghasilkan perilaku yang bertanggung jawab terhadap alam. Allah memperlihatkan banyak fenomena alam adalah sistem yang teratur. Pergantian siang dan malam, siklus air, dan angin menunjukkan pola yang dapat diprediksi dan dimanfaatkan untuk kepentingan manusia. Dengan mempelajari pola-pola dalam fenomena alam baik fenomena geologis, atmosfer, dan ekologi dan lainnya melalui pengembangan ilmu-ilmu seperti geologi, meteorologi, klimatologi, hidrologi, ekologi, dll akan memahami potensi-potensi yang ada termasuk potensi bahaya. Kemampuan berpikir dan menganalisis fenomena alam ini menjadi dasar bagi manusia untuk merencanakan, mengelola sumber daya, dan mengambil langkah-langkah preventif dalam menghadapi risiko serta bencana seperti cuaca buruk, perubahan iklim, gempa, tanah longsor dan sebagainya.

Pemanfaatan akal dan ilmu pengetahuan tersebut digunakan untuk mengelola risiko bencana, perlindungan lingkungan dan memperbaiki kehidupan manusia. Fenomena alam geologis, atmosfer, dan ekologi seperti siklus air, angin, dan keberadaan makhluk hidup yang disebutkan dalam ayat-

⁴² Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Fenomena Kejiwaan Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2016, hal. 66-67

⁴³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 6...*, hal. 264-265. Lihat juga Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi* 8, Jakarta: Pustaka Azzam, 2008, hal. 927.

ayat tersebut mendorong peningkatan ilmu-ilmu seperti geologi, meteorologi, klimatologi, hidrologi, ekologi, dll untuk kebermanfaatannya manusia dan mengelola risiko bencana. Mengenali fenomena alam akan membentuk kesadaran terhadap potensi bahaya yang hal ini menjadi landasan dalam membangun kewaspadaan dan mitigasi risiko bencana. Dengan demikian, ayat-ayat tersebut membentuk landasan religius bagi pengembangan ilmu pengetahuan, inovasi, dan tindakan preventif yang bertujuan menjaga keselamatan dan keseimbangan ekosistem.

b. Menghindari penyebab bencana

Beberapa isyarat Al-Qur'an tentang penyebab bencana, diantaranya sebagai berikut.

Tabel 4.9 Isyarat Al-Qur'an terkait penyebab bencana

No.	Kategori Penyebab	Surat dan Ayat	Interpretasi Pesan Ayat
1	<i>Takdzib</i> / mendustakan ayat-ayat Allah dan ajaran para rasul-Nya	QS. Al-A'râf/7:96-97, 182, QS. Yûnus/10:13, QS. Al-An'âm/6: 44-45, QS. An-Nahl/16:119,	Orang yang mendustakan ayat Allah akan ditimpa adzab dan kesusahan sebagai konsekuensi ketidaktaatan
2	<i>Zhalim</i> (Aniaya terhadap diri sendiri atau orang lain)	QS. Al-A'râf/7:96-97, QS. Hûd/11:117, QS. Yûnus/10:44, QS. Fushshilat/41:46, QS. Al-Isrâ'/17:16, QS. Al-Ahzâb/33:72, QS. Al-Hujurat/49:6, QS. Asy-Syûrâ/42:42	Tindakan zalim, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain, memicu bencana, kerusakan sosial, dan kesulitan hidup
3	<i>Isyraf</i> (Berlebihan dalam maksiat dan eksploitasi alam)	QS. Al-A'râf/31, QS. Al-An'âm/6:141, QS. Al-Isrâ'/17:37, QS. Al-A'râf/7:96-97	Berlebihan dalam tindakan dan eksploitasi sumber daya alam menimbulkan kerusakan ekologis dan bencana
4	<i>Jahl</i> (Berlaku bodoh terhadap kebenaran dan pengelolaan alam)	QS. Fushshilat/41:46, QS. Al-An'âm/6:141, QS. Asy-Syûrâ/42:42, QS. An-Nahl/16:23, QS. Al-Ahzâb/33:72	Ketidaktahuan atau pengabaian terhadap petunjuk Allah dan pengelolaan lingkungan yang salah menimbulkan risiko kerusakan dan

No.	Kategori Penyebab	Surat dan Ayat	Interpretasi Pesan Ayat
			bencana
5	<i>Takabbur</i> (Sombong dan kufur nikmat)	QS. Lukman/31:18	Kesombongan dan menolak nikmat Allah menyebabkan kerusakan moral, sosial, dan konsekuensi alam

Penyebab bencana sebagaimana pada Tabel 4.9 di atas dapat dijelaskan secara ringkas sebagai berikut.

1) *Takdzib*/mendustakan ayat-ayat Allah dan ajaran para rasul-Nya,

Hukuman untuk mereka yang mendustakan Allah Swt. dan Rasul-Nya ditunaikan ketika di dunia berupa adzab/bencana, sebagaimana firman Allah:

وَالَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا سَنَسْتَدْرِجُهُمْ مِنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُونَ ﴿١٨٢﴾

Orang-orang yang mendustakan ayat-ayat Kami akan Kami biarkan mereka berangsur-angsur (menuju kebinasaan) dari arah yang tidak mereka ketahui. (QS. Al-A'râf/7: 182)

Pembiaran dalam ayat tersebut dapat dicontohkan seperti orang yang berbuat maksiat, tetapi hidupnya terlihat makin sukses, sehingga dia makin berani berbuat maksiat. Dia tidak sadar bahwa apa yang dia lakukan menuntunnya menuju kebinasaan. Dia tertipu oleh kebesaran dan kekuatannya sendiri yang justru akan membinasakannya secara *istidraj*.⁴⁴ Sebagaimana Ibnu Katsir menjelaskan bahwa Allah membukakan bagi mereka semua pintu rezeki dan semua segi kehidupan di dunia, hingga mereka benar-benar terperdaya oleh apa yang sedang mereka alami, dan mereka berkeyakinan bahwa diri mereka mempunyai sesuatu pegangan (QS. Al-An'âm/6: 44-45), dan Allah tenggelamkan mereka di dalamnya dalam waktu yang cukup lama.⁴⁵

Firman Allah Swt.

وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ أَمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ ﴿١٦﴾ أَفَأَمِنَ أَهْلُ الْقُرَىٰ أَنْ يَأْتِيَهُمْ بَأْسُنَا بَيَاتًا وَهُمْ نَائِمُونَ ﴿١٧﴾

⁴⁴ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid III...*, hal. 536-537

⁴⁵ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3...*, hal. 496

(96) *Sekiranya penduduk negeri-negeri beriman dan bertakwa, niscaya Kami akan membukakan untuk mereka berbagai keberkahan dari langit dan bumi. Akan tetapi, mereka mendustakan (para rasul dan ayat-ayat Kami). Maka, Kami menyiksa mereka disebabkan oleh apa yang selalu mereka kerjakan.*

(97) *Apakah penduduk negeri-negeri itu merasa aman dari siksa Kami yang datang pada malam hari ketika mereka sedang tidur? (QS. Al-A'râf/7:96-97)*

Ayat ini menegaskan bahwa jika masyarakat suatu wilayah beriman kepada Nabi Muhammad ﷺ dan menjalankan ketakwaan dengan menjauhi kemaksiatan dan penyembahan selain Allah, Allah akan melimpahkan berbagai berkah, seperti hujan yang menyuburkan tanaman dan ternak serta ilmu pengetahuan untuk mengelola alam, sehingga kehidupan menjadi sejahtera dan aman dari bencana. Sebaliknya, jika mereka menolak keimanan dan terus melakukan kesyirikan serta dosa, Allah akan menimpakan adzab sesuai Sunnatullah, meskipun tidak seberat hukuman yang menimpa umat durhaka terdahulu.⁴⁶

2) *zhalim/aniaya* terhadap diri sendiri atau kepada orang lain.

Allah SWT membenci orang yang berbuat zhalim. Padahal kezhaliman itu hanya akan membawa keburukan pada diri sendiri. Allah SWT sendiri menegaskan, misalnya dalam QS. Yûnus/10: 44 dan QS. Fushshilat/41: 46, bahwa Allah tidak pernah menzhalimi manusia, akan tetapi kerap kali manusia itu sendiri yang justru berbuat zhalim dan kezhaliman yang dilakukan manusia akan kembali kepada mereka. Firman Allah Swt.:

وَلَقَدْ أَهَلَكْنَا الْقُرُونََ مِنْ قَبْلِكُمْ لَمَّا ظَلَمُوا وَجَاءَتْهُمْ رُسُلُهُمْ بِالْبَيِّنَاتِ وَمَا كَانُوا لِيُؤْمِنُوا كَذَلِكَ نَجْزِي الْقَوْمَ الْمُجْرِمِينَ ﴿١٣﴾

Sungguh, Kami benar-benar telah membinasakan beberapa generasi sebelum kamu ketika mereka berbuat zhalim, padahal para rasul mereka telah datang membawa bukti-bukti yang nyata. Namun, mereka sama sekali tidak mau beriman. Demikianlah, Kami memberi balasan kepada kaum yang berbuat dosa. (QS. Yûnus/10: 13)

Allah telah menimpakan dua jenis adzab kepada umat-umat terdahulu karena keingkaran dan kezhaliman mereka, yaitu (1) pemusnahan total terhadap seluruh kaum yang mendustakan rasul dan berbuat zhalim, seperti yang

⁴⁶ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid III...*, hal. 417-418

dialami oleh kaum ‘Ad, Tsamud, dan Nuh; (2) Adzab berupa kerusakan dan kekacauan dalam masyarakat. Kerusakan tersebut terjadi akibat pribadi-pribadi yang telah rusak, hidup berlebihan dalam kemewahan, gemar berfoya-foya, menuruti hawa nafsu, serta kerusakan akhlak. Akibatnya, kelompok yang lemah tertindas oleh yang kuat. Ketika mereka mendustakan para rasul yang membawa petunjuk kebenaran, mereka menjadi tak mampu menerima ajaran itu karena telah terbiasa hidup zalim, kafir, dan hanya mementingkan duniawi. Iman pun tak lagi tersisa, sehingga Allah menghancurkan dan memusnahkan mereka sepenuhnya.⁴⁷ Menurut Shihab ketika sebagian besar manusia tenggelam dalam kezaliman, terjerumus dalam kesombongan, kemewahan dan dosa, serta melampaui batas maka disitulah Allah membinasakan mereka.⁴⁸ Sementara itu, “*Tuhanmu tidak akan membinasakan negeri-negeri secara zalim sedangkan penduduknya berbuat kebaikan*” (QS. Hûd/11: 117).

Kezhaliman terbagi menjadi dua jenis, yaitu kezhaliman terhadap Allah Swt dan kezhaliman terhadap sesama manusia. Kezhaliman kepada Allah swt dapat diampuni melalui taubat yang sebenar-benarnya disertai dengan komitmen untuk tidak mengulangi perbuatan tersebut. Sementara, kezhaliman terhadap manusia tidak cukup hanya dengan bertaubat, tetapi juga harus disertai dengan meminta maaf kepada pihak yang dizhalimi. Jika tidak, pelaku kezhaliman akan menerima balasannya di akhirat. Dalam tafsir *al-Jami’ li Ahkamil Qur’an*, Imam al-Qurthubi menjelaskan bahwa Allah akan mempertemukan orang yang zhalim dengan orang yang dizhalimi. Pada saat itu, pihak yang dizhalimi akan mengambil pahala dari amal ibadah dan kebaikan pelaku kezhaliman, sesuai dengan kadar kezhaliman yang pernah dilakukan kepadanya. Jika pahala tersebut tidak mencukupi untuk membayar kezhaliman yang telah diperbuat, maka dosa-dosa pihak yang dizhalimi akan diberikan kepada pelaku kezhaliman.⁴⁹

3) *isyraf*/berlebihan dalam berbuat maksiat dan mengeksploitasi alam

Allah SWT memberikan hak kepada manusia untuk mengelola dan mengonsumsi apa yang ada di bumi. Akan tetapi Allah SWT juga telah memberikan aturan main untuk manusia, di antaranya ialah manusia dilarang untuk berlebih-lebihan. Allah tidak menyukai perbuatan berlebih-lebihan, sebagaimana hal ini ditegaskan di beberapa ayat, diantaranya: QS. Al-Arâf/7:

⁴⁷ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, *Al-Qur’an dan Tafsirnya Jilid IV...*, hal. 275

⁴⁸ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Jilid 6...*, hal 371

⁴⁹ Sunnatullah, “Larangan Berbuat Zhalim dan Pembelaan Islam pada Orang yang Dizhalimi”, dalam *NU Online*, diakses 9 Desember 2024, <https://nu.or.id/syariah/larangan-berbuat-zhalim-dan-pembelaan-islam-pada-orang-yang-dizhalimi-jfrss>

31, QS. Al-An'âm/6: 141, QS. Asy-Syûrâ/42: 42).

إِنَّمَا السَّبِيلُ عَلَى الَّذِينَ يَظْلِمُونَ النَّاسَ وَيَبْغُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ أُولَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ
الْيَمُّ

Sesungguhnya alasan (untuk menyalahkan) itu hanya ada pada orang-orang yang menganiaya manusia dan melampaui batas di bumi tanpa hak (alasan yang benar). Mereka itu mendapat siksa yang sangat pedih. (QS. Asy-Syûrâ/42: 42)

Terkait ayat di atas, Imam ar-Razi dalam tafsir *Mafatihul Ghaib* menjelaskan bahwa ketika Allah Swt. berfirman, “sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebihan,” ini adalah inti dari ancaman, sesungguhnya setiap sesuatu yang tidak disenangi oleh Allah akan menjadi penghalang dari pahala, karena hakikat dari cinta Allah ta’ala adalah memberikan pahala kepadanya.⁵⁰

Dalam perkara kebaikan seperti ibadah pun manusia dilarang dalam berlebihan sehingga mengakibatkan kerugian pada dirinya sendiri. Nabi Muhammad ﷺ memerintahkan agar umatnya beribadah sesuai dengan kemampuan, tanpa meninggalkan hak-hak lain yang harus mereka penuhi. Selain beribadah manusia juga memiliki kewajiban untuk mencari nafkah, beristirahat, bersosialisasi, dan sebagainya. Hal yang sama juga berlaku dalam konteks pengelolaan alam. Manusia diperbolehkan mengambil apapun yang Allah Swt. sediakan di bumi, baik itu tumbuhan, hewan, atau sumber daya mineral, akan tetapi Allah Swt. mengancam apabila manusia mengambilnya secara rakus tanpa memperhatikan hak-hak alam dan sesama manusia lainnya.

Dalam mengelola alam, hal ditekankan konsep *mashlahat* yang berdasarkan pada *maqashid al-syari’ah*. Imam al-Syatibi dalam *al-Muwafaqat Fî Ushul al-Ahkâm* menyebutkan bahwa syariat Islam bertujuan untuk mewujudkan kemashlahatan makhluk secara mutlak. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Yusuf al-Qaradhawi dalam *al-Ijtihad al-Mu’ashir*, bahwa dimana ada kemashlahatan maka di sanalah terdapat hukum Allah Swt.⁵¹

وَإِذَا أَرَدْنَا أَنْ نُهْلِكَ قَرْيَةً أَمَرْنَا مُتْرَفِيهَا فَفَسَقُوا فِيهَا فَحَقَّ عَلَيْهَا الْقَوْلُ فَدَمَّرْنَاهَا تَدْمِيرًا

Jika Kami hendak membinasakan suatu negeri, Kami perintahkan orang-

⁵⁰ Sunnatullah, “Larangan Boros Air di Musim Kemarau Panjang”, dalam *NU Online*, diakses 9 Desember 2024, <https://islam.nu.or.id/syariah/larangan-boros-air-dimusim-kemarau-panjang-wOPwX>

⁵¹ Ahmad Thohari, “Epistemologi Fikih Lingkungan: Revitalisasi Konsep Maslahah”, *Az-Zarqa*, Vol. 5 No. 2, 2013, <https://doi.org/10.14421/azzarqa.v5i2.1317>

orang yang hidup mewah di negeri itu (agar menaati Allah). Lalu, mereka melakukan kedurhakaan di negeri itu sehingga pantaslah berlaku padanya perkataan (adzab Kami). Maka, Kami hancurkan (negeri itu) sehancur-hancurnya. (QS. Al-Isrâ'/17: 16)

Dalam tafsir Ibnu Katsir disebutkan bahwa Allah menjadikan orang-orang jahat di antara mereka berkuasa, lalu mereka melakukan kedurhakaan dan kerusakan di dalamnya. Bilamana mereka melakukan hal tersebut, Allah membinasakan mereka dengan adzab-Nya. Hal senada disebutkan menurut riwayat Ibnu Juraij, dari Ibnu Abbas, dan pendapat yang sama dikatakan pula oleh Sa'id ibnu Jubair bahwa Allah perintahkan mereka untuk mengerjakan ketaatan, tetapi sebaliknya mereka mengerjakan perbuatan-perbuatan yang keji, karenanya mereka berhak mendapat hukuman.

4) *jahl*/berlaku bodoh terhadap kebenaran dan dalam mengelola alam

Allah SWT di antaranya menegaskan agar kita tidak mengikuti orang-orang yang bodoh dan menyesatkan.

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا
وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا^{٥٢}

Sesungguhnya Kami telah menawarkan amanat kepada langit, bumi, dan gunung-gunung; tetapi semuanya enggan untuk memikul amanat itu dan mereka khawatir tidak akan melaksanakannya. Lalu, dipikullah amanat itu oleh manusia. Sesungguhnya ia (manusia) sangat zhalim lagi sangat bodoh. (QS. Al-Ahzâb/33: 72)

Ayat tersebut menegaskan bahwa manusia akan menjadi sangat zhalim dan bodoh apabila menyia-nyiakan amanat yang telah disanggupi sebelumnya. Amanat dalam ayat tersebut kalau diartikan secara sempit adalah kewajiban-kewajiban agama. Namun, secara luas bisa dipahami sebagai segala sesuatu yang diserahkan kepada seseorang untuk dipelihara dan ditunaikan dengan sebaik-baiknya serta berusaha maksimal untuk tidak menyia-nyiakannya. Apa pun bentuk amanat itu, harus dipertanggungjawabkan oleh penerima kepada pemberi amanat.⁵² Karenanya untuk menunaikan amanat dengan baik pun manusia perlu pengetahuan yang baik dan benar. Ketidaktelitian terhadap informasi yang salah berpotensi mencelakakan orang lain. Hal ini

⁵² Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid VIII...*, hal.

sebagaimana diisyaratkan dalam Al-Qur'an,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصِحُّوا عَلَىٰ
مَا فَعَلْتُمْ نُدَمِينَ

Wahai orang-orang yang beriman, jika seorang fasik datang kepadamu membawa berita penting, maka telitilah kebenarannya agar kamu tidak mencelakakan suatu kaum karena ketidaktahuan(-mu) yang berakibat kamu menyesali perbuatanmu itu. (QS. Al-Hujurat/49: 6)

Konsep *tabayyun* atau meneliti kebenaran adalah sebuah kewajiban yang harus dilakukan terhadap segala hal, termasuk tentang lingkungan dan alam. Ketidakjelasan dan kesalahan pengetahuan dan informasi dapat berdampak buruk baik untuk masyarakat maupun alam. Kerap kali manusia berbuat kerusakan dan keburukan akibat ketidaktahuannya.

Meski demikian, kesalahan dan kelalaian yang diakibatkan karena kebodohan atau ketidaktahuan pelakunya bukan berarti tidak akan diampuni oleh Allah SWT. Justru Allah akan mengampuni orang-orang bertaubat dan memperbaiki dirinya dari melakukan keburukan karena kebodohan (QS. An-Nahl/16: 119). Dalam tafsir *Mafatihul Ghaib*, Imam ar-Razi menyebutkan ayat tersebut menafsirkan bahwa berbuat dosa dan melanggar syariat bukanlah penghalang bagi para pendosa untuk bertobat, mendapatkan ampunan, dan merasakan rahmat-Nya. Selanjutnya, lafaz (السُّوء) yang berarti kejelekan dalam ayat tersebut ditafsirkan sebagai segala hal yang berkaitan dengan kekufuran dan maksiat.⁵³

5) *takabbur*/sombong dan kufur nikmat

Sombong adalah menolak kebenaran dan merendahkan orang lain. Istilah sombong dalam Al-Qur'an sendiri memiliki banyak kata seperti *takabara*, *mukhtal*, *marahan fakhur*, dan sebagainya. Namun apapun itu sikap ini termasuk sikap tercela yang sangat dibenci oleh Allah Swt. Dia bahkan tidak akan mengampuni sebuah kesalahan atau dosa apabila dilakukan disertai dengan kesombongan. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh Ibnu Hadjar al-Atsqalani yang mengutip pernyataan Sufyan ats-Tsauri dalam kitab *Nashaibul Ibad*, bahwa "Setiap maksiat yang dilakukan dari unsur syahwat atau keinginan, pengampunan dari Allah layak diharapkan. Setiap maksiat yang timbul dari kesombongan, tidak bisa diharapkan ampunannya dari Allah.

⁵³ Muhaimin Yasin, "Tafsir Surat An-Nahl ayat 119: Pintu Ampunan Allah Selalu Terbuka", dalam *NU Online*, diakses 12 Desember 2024, <https://islam.nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-an-nahl-ayat-119-pintu-ampunan-allah-selalu-terbuka-XV0Yo>

Karena maksiat iblis, bertumpu atas dasar kesombongan, dan kesalahan Adam pondasinya adalah mengikuti keinginan saja.”⁵⁴

وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ

Janganlah memalingkan wajahmu dari manusia (karena sombong) dan janganlah berjalan di bumi ini dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi sangat membanggakan diri. (QS. Lukman/31: 18)

As-Suyuthi dalam *Tafsir Jalalain* menjelaskan bahwa ayat di atas merupakan wasiat Luqman pada anaknya agar berbudi pekerti baik dengan tidak berbangga diri dan merendahkan orang lain.⁵⁵ Selain dalam konteks pada sesama manusia, kesombongan juga dilarang dalam konteks berhubungan dengan alam.

Sombong dalam konteks berhubungan dengan alam dalam hal ini misalnya manusia merasa berkuasa sehingga merasa berhak melakukan apapun terhadap alam demi kepentingannya. Karena ia memiliki harta dan jabatan, ia merasa bisa berbuat apa saja meski harus merusak alam dan lingkungan. Ia melupakan posisi dirinya sebagai hamba yang dihadapan Allah SWT sebenarnya tidak ada apa-apanya. Banyak kerusakan alam dan timbulnya bencana akibat kesombongan manusia ini. Akibat terburuk dari kesombongan ini ialah di mana manusia tidak akan lagi bisa melihat kebenaran. Ia terlalu congkak untuk menyadari kesalahannya. Allah Swt. berfirman:

سَأَصْرِفُ عَنْ آيَاتِيَ الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَإِنْ يَرَوْا كُلَّ آيَةٍ لَا يُؤْمِنُوا بِهَا
وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الرُّشْدِ لَا يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الْعِجْيِ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا ذَلِكَ
بِأَنَّهُمْ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَكَانُوا عَنْهَا غَافِلِينَ

Aku akan memalingkan orang-orang yang menyombongkan diri di bumi tanpa alasan yang benar dari tanda-tanda (kekuasaan-Ku). Jika mereka melihat semua tanda-tanda itu, mereka tetap tidak mau beriman padanya. Jika mereka melihat jalan kebenaran, mereka tetap tidak mau menempuhnya.

⁵⁴ Mahbib Khoiron, “Dosa yang Dibarengi Sombong Tidak Akan Diampuni Allah”, dalam *NU Online*, diakses 12 Desember 2024, <https://www.nu.or.id/syariah/dosa-yang-dibarengi-sombong-tidak-akan-diampuni-allah-yBmeA>

⁵⁵ Dian Islamiati, Hammah, dan Sri Sunantri, “Konsep Sombong dalam Al-Qur’an: Analisis Surah Luqman Ayat 18 dalam Tafsir Jalalain”, *Jurnal Ilmiah Falsafah*, Vol. 10 No. 1, 2024, <https://doi.org/10.37567/jif.v10i1.2467>

(Sebaliknya,) jika mereka melihat jalan kesesatan, mereka menempuhnya. Demikian itu adalah karena mereka mendustakan ayat-ayat Kami dan mereka selalu lengah terhadapnya. (QS. Al-A'râf/7: 146)

Hal tersebut mengisyaratkan bahwa bencana sering kali merupakan akibat dari perilaku manusia yang menyimpang dari petunjuk Allah, baik berupa penolakan kebenaran, ketidakadilan, perilaku berlebihan, kebodohan dalam pengelolaan, maupun kesombongan. Pada saat yang sama, Al-Qur'an juga memberikan petunjuk mitigatif, yaitu: (1) memperkuat keimanan dan kepatuhan pada Allah, (2) menegakkan keadilan sosial dan etika dalam interaksi manusia, (3) mengelola sumber daya alam secara bijak dan berkelanjutan, (4) menggunakan ilmu dan akal dalam perencanaan dan mitigasi risiko, (5) menumbuhkan sikap rendah hati dan rasa syukur.

c. Kepemimpinan dan tata kelola yang tanggap

Kepemimpinan dan tata kelola yang tanggap dalam kerangka mitigasi bencana ditegaskan oleh Al-Qur'an melalui berbagai kisah dan perintah. Pemimpin yang efektif harus memiliki kemampuan untuk merencanakan, memanfaatkan ilmu pengetahuan, dan melindungi masyarakat dari bahaya. Literatur tafsir mendukung interpretasi ini dengan menjelaskan pentingnya strategi mitigasi berbasis keadilan, ilmu, dan visi lingkungan yang luas. Kisah Nabi Yusuf dalam QS. Yûsuf/12:47-49 sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, menunjukkan perencanaan mitigasi terhadap bencana kelaparan melalui langkah-langkah strategis yang dipimpin oleh seorang pemimpin yang bijak. Az-Zuhaili dalam Tafsir Al-Munir menyoroti bahwa ayat ini adalah pelajaran penting tentang pentingnya perencanaan berbasis ilmu dan manajemen risiko yang baik.⁵⁶ Pemimpin yang bertanggung jawab harus memastikan bahwa tindakannya tidak mengarah pada kerusakan lingkungan yang memperburuk risiko bencana. QS. Al-Baqarah/2: 205 sebelumnya selain anjuran untuk memelihara keseimbangan ekologi juga mengisyaratkan bahwa kepemimpinan yang buruk dapat menyebabkan kerusakan alam yang memicu bencana.

Begitu juga kisah Nabi Nuh dalam Al-Qur'an (QS. Al-Mu'minûn/23: 27) dapat dianggap sebagai contoh utama kepemimpinan dan tata kelola yang tanggap dalam menghadapi bencana, terutama melalui perencanaan, kepatuhan terhadap perintah Allah, dan usaha menyelamatkan umatnya. Kepemimpinan Nabi Nuh mencakup ketegasan dalam melaksanakan arahan ilahi meskipun menghadapi ejekan dari kaumnya.⁵⁷ Hal ini menunjukkan bahwa kepemimpinan yang tanggap harus berani bertindak berdasarkan

⁵⁶ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 6...*, hal. 513

⁵⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Jilid 3...*, hal. 460

pengetahuan dan prediksi yang dapat diandalkan. Nabi Nuh mengambil langkah proaktif dan antisipatif dengan membangun kapal dan menyelamatkan berbagai spesies makhluk hidup. Perencanaan, kewaspadaan terhadap *early warning*, kecermatan dalam tindakan penyelamatan yang dilakukan oleh Nabi Nuh menunjukkan kemampuan yang harus dimiliki dalam kepemimpinan tanggap bencana, kepemimpinan yang tidak hanya berfokus pada penyelamatan manusia, tetapi juga kelestarian kehidupan secara keseluruhan.

d. Evakuasi dan respon cepat

Kisah Nabi Nuh dan Nabi Luth dalam menghadapi bencana yang akan terjadi (QS. Al-Mu'minûn/23:27, QS. Al-Qamar/54:13, QS. Hûd/11: 81) dapat menjadi isyarat pentingnya melakukan mitigasi non-struktural yaitu kebijakan evakuasi dan respon cepat. Kebijakan ini menekankan pada penguatan kapasitas/kesiapan mental, prosedural, penyebarluasan informasi dan kebijakan penanggulangan risiko bencana. Evakuasi dan respon cepat ini dipandang sebagai bentuk nyata dari prinsip ikhtiar untuk menghindari kebinasaan.

QS. Al-Mu'minûn/23:27, QS. Al-Qamar/54:13 sebagaimana telah diuraikan pada bagian sebelumnya, berisi perintah Allah kepada Nabi Nuh untuk membangun kapal sebagai langkah persiapan menghadapi bencana besar (banjir). Hal ini menandakan pentingnya perencanaan dan ketaatan dalam menghadapi ancaman bencana, yaitu pembangunan infrastruktur tangguh yang tahan bencana sebagaimana telah diulas sebelumnya. Selain itu ayat ini juga mengisyaratkan pentingnya kebijakan evakuasi dan respon cepat. Bahtera yang dibangun oleh Nabi Nuh dalam ayat tersebut digunakan untuk mengevakuasi, khususnya segala yang bernyawa, untuk diselamatkan dari ancaman bencana. Begitu juga dalam kisah Nabi Luth dalam melakukan tindakan evakuasi dan respon cepat menyelamatkan kaum yang beriman, seperti difirmankan Allah dalam QS. Hûd/11: 81. Kalimat perintah,

فَأَسْرِ بِأَهْلِكَ بِقِطْعٍ مِنَ اللَّيْلِ (pergilah di sebagian malam)

menunjukkan perintah evakuasi dini segera sebagai bentuk penyelamatan jiwa dari bencana besar yang akan terjadi. Waktu malam hari dipilih karena dari segi taktis-strategis waktu malam hari memungkinkan pergerakan yang memberikan keamanan, perlindungan dari bahaya langsung ataupun meminimalkan gangguan dari masyarakat. Perintah untuk tidak menoleh ke belakang sebagai bentuk disiplin evakuasi, meninggalkan zona bahaya tanpa ragu dan fokus pada keselamatan. Hal ini sejalan dengan prinsip psikologis dalam respon bencana yaitu menjaga stabilitas emosional agar proses evakuasi berjalan efektif.

e. Manajemen psikologis dan spiritual terkait bencana

1) *Istirja'*

Istilah *Istirja'* (استرجاع) dalam bahasa Arab dapat diartikan sebagai mengembalikan.⁵⁸ Firman Allah dalam QS Al-Baqarah/2: 155-156:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

(155) Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar. (156) (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan “*Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji'ūn*” (sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya hanya kepada-Nya kami akan kembali). (QS. Al-Baqarah/2: 155-156)

Ketika membahas ayat tersebut, Shihab menjelaskan bahwa ucapan *istirja'* bukan sekadar kalimat pasrah, tetapi ungkapan iman yang mencerminkan keyakinan bahwa semua yang dimiliki oleh manusia hanyalah titipan Allah. Ketika sesuatu diambil kembali oleh-Nya, seorang mukmin seharusnya tetap bersyukur, karena Allah lebih mengetahui apa yang terbaik bagi hamba-Nya. Ucapan *istirja'* ini membantu seseorang untuk menghadapi musibah dengan hati yang tenang dan lapang, mengingat bahwa kehilangan adalah bagian dari sunnatullah dan ujian keimanan. Menurut Shihab, orang yang mampu mengamalkan *istirja'* menunjukkan kedewasaan spiritual, karena dia memahami bahwa hidup adalah perjalanan menuju Allah, dan musibah adalah salah satu cara untuk mendekatkan diri kepada-Nya.⁵⁹

Dalam Kitab Shahih Muslim disebutkan hadits rasulullah yang menerangkan bahwa seseorang yang membaca *istirja'* ketika tertimpa musibah dan berdoa agar Allah memberi pahala karena musibah tersebut dan memohon agar Allah menukarnya dengan yang lebih baik daripadanya maka Allah akan menukar baginya dengan yang lebih baik.⁶⁰

⁵⁸ Kalimat *istirja'* diambil dari penggalan QS. Al-Baqarah/2: 156 yaitu *إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ* (*innā lillāhi wa innā ilaihi rāji'ūn*) yang berarti “Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya kepada-Nya kita semua akan kembali

⁵⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Volume 1...*, hal. 365-367

⁶⁰ Teks hadits lengkap:

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ أَبِي كَثِيرٍ عَنْ ابْنِ سَفِينَةَ عَنْ أُمِّ سَلَمَةَ أَنَّهَا قَالَتْ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ مَا مِنْ مُسْلِمٍ عَنْ عُمَرَ بْنِ كَثِيرٍ بْنِ أَفْلَحٍ عَنْ ابْنِ سَفِينَةَ عَنْ أُمِّ سَلَمَةَ أَنَّهَا قَالَتْ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ مَا مِنْ مُسْلِمٍ

Az-Zuhaili menjelaskan bahwa ayat-ayat Al-Qur'an dan hadist-hadist yang mengatur ajaran agama menganjurkan sikap sabar, mengucapkan *innâ lillâhi wa innâ ilaihi râji'ûn*, berbicara dengan ucapan yang diridhai Allah, menerima takdir dan ketetapan Allah dengan lapang dada, serta ikhlas terhadap keputusan-Nya. Apabila sikap-sikap tersebut diwujudkan, Allah akan meringankan beban musibah, menggantinya dengan sesuatu yang lebih baik, serta memberikan pahala kepada orang yang bersabar, termasuk menerima amal mereka dan memasukkan mereka ke dalam surga.⁶¹

Dengan demikian, apa yang dimiliki oleh manusia di dunia, termasuk dirinya sendiri sesungguhnya adalah milik Allah Swt. Sewaktu-waktu bisa saja Allah swt mengambilnya baik itu sebagai bentuk ujian maupun hukuman. Segala apa yang dimiliki dan datang dari manusia, berupa harta benda duniawi, adalah terbatas dan tidak kekal. Sedang apa yang ada pada sisi Allah, berupa pahala dan ganjaran dalam surga, tidak ada batasnya, tak putus-putus bahkan selama-lamanya (QS. An-Nahl/16: 96, QS. Asy-Syûrâ/42: 36, QS. Al-Kahf/18: 46).

Pemahaman atas konsep *Istirja'* ini juga akan membuat manusia bisa

تُصِيبُهُ مُصِيبَةٌ فَيَقُولُ مَا أَمَرَهُ اللَّهُ { إِيَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ } اللَّهُمَّ أَجْزِنِي فِي مُصِيبَتِي وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا إِلَّا أَخْلَفَ اللَّهُ لَهُ خَيْرًا مِنْهَا قَالَتْ فَلَمَّا مَاتَ أَبُو سَلَمَةَ قُلْتُ أَيُّ الْمُسْلِمِينَ خَيْرٌ مِنْ أَبِي سَلَمَةَ أَوْلَ بَيْتٍ هَاجَرَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ إِنِّي قُلْتُهَا فَأَخْلَفَ اللَّهُ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَتْ أَرْسَلَ إِلَيَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَاطِبُ بْنُ أَبِي بَلْتَعَةَ يَخْطُبُنِي لَهُ فَقُلْتُ إِنَّ لِي بَيْتًا وَأَنَا غَيُورٌ فَقَالَ أَمَا ابْتَيْتَهَا فَتَدْعُو اللَّهَ أَنْ يُغْنِيَهَا عَنْهَا وَأَدْعُو اللَّهَ أَنْ يَذْهَبَ بِالْقَبْرِ

Telah menceritakan kepada kami Yahya bin Ayyub dan Qutaibah dan Ibnu Hujr semuanya dari Isma'il bin Ja'far - Ibnu Ayyub berkata- telah menceritakan kepada kami Isma'il, telah mengabarkan kepadaku Sa'd bin Sa'id dari Umar bin Katsir bin Aflah dari Ibnu Safinah dari Ummu Salamah bahwa ia berkata, saya mendengar Rasulullah ﷺ bersabda, Tidaklah seorang mukmin tertimpa musibah lalu ia membaca apa yang telah diperintahkan oleh Allah, *innâ lillâhi wa innâ ilaihi râji'ûn allâhumma`jurnî fî mushibatî wa akhlif lî khairan minhâ* (Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan akan kembali kepada Allah. Ya Allah, berilah kami pahala karena musibah ini dan tukarlah bagiku dengan yang lebih baik daripadanya).' melainkan Allah menukar baginya dengan yang lebih baik." Ummu Salamah berkata, Ketika Abu Salamah telah meninggal, saya bertanya, "Orang muslim manakan yang lebih baik daripada Abu Salamah? Dia adalah orang-orang yang pertama-tama hijrah kepada Rasulullah ﷺ. Kemudian akupun mengucapkan doa tersebut. Maka Allah pun menggantikannya bagiku Rasulullah ﷺ." Ummu Salamah mengkisahkan; Rasulullah ﷺ mengutus Hatib bin Abu Balta'ah melamarku untuk beliau sendiri. Maka saya pun menjawab, "Bagaimana mungkin, aku telah mempunyai seorang anak wanita, dan aku sendiri adalah seorang pencemburu." Selanjutnya beliau pun menjawab, "Adapun anaknya, maka kita doakan semoga Allah mencukupkan kebutuhannya, dan aku mendoakan pula semoga Allah menghilangkan rasa cemburunya itu." (HR. Muslim: 1525, shahih menurut ijma' ulama). "Bab Apa yang diucapkan saat tertimpa musibah" dalam *Ensiklopedi Hadits Versi 18.8.0...*, 2014.

⁶¹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1...*, hal. 302.

lebih membangun sikap ikhlas dan sabar dalam menjalani hidup. Ketika terjadi bencana yang menimpa dirinya atau keluarga dan kerabatnya, dan mengakibatkan ia kehilangan orang yang ia sayangi, atau harta benda yang ia miliki, maka kesadaran atas konsep *istirja'* ini akan mengendalikan dirinya sebab ia tahu bahwa semua yang ia miliki tidak lain hanyalah pemberian dari Allah SWT. Semua termasuk dirinya kelak akan kembali kepada Allah Swt. Hal ini melahirkan ketenangan saat menghadapi kehilangan.

2) Sabar dan taqwa

Sikap sabar merupakan hal yang ditekankan oleh Allah Swt agar dimiliki oleh orang-orang yang beriman.⁶² Dalam konteks psikologi agama, kesabaran adalah mekanisme coping (*coping mechanism*) yang sangat penting untuk menghadapi situasi sulit, termasuk ancaman bencana. Kesabaran yang berakar pada iman memberikan ketenangan jiwa dan kemampuan untuk tetap tenang dalam tekanan. Kesabaran ini juga membantu individu untuk tetap terhubung dengan komunitas beriman yang memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan mental, rasa kebersamaan dan dukungan emosional. Kesabaran membantu masyarakat untuk tidak panik ketika menghadapi ancaman bencana dan tetap berfokus pada langkah mitigasi.

Allah Swt. berfirman:

وَكَايِنَ مِنْ نَبِيِّ قَاتَلَ مَعَهُ رَبِّيُونَ كَثِيرًا فَمَا وَهِنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعُفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ

Dan betapa banyak nabi yang berperang didampingi sejumlah besar dari pengikut(nya) yang bertakwa. Mereka tidak lemah karena bencana yang menimpanya di jalan Allah, tidak patah semangat dan tidak (pula) menyerah (kepada musuh). Dan Allah mencintai orang-orang yang sabar. (QS. Ali 'Imrân/3: 146).

Dalam ayat tersebut dijelaskan bagaimana para nabi, termasuk Nabi Muhammad ﷺ bersama para sahabatnya, kerap kali berperang melawan pihak-pihak yang memusuhi dakwah mereka. Mereka bersabar namun bukan berarti tidak melakukan apapun. Mereka tetap bergerak dan bersiap siaga menghadapi tiap serangan dari musuh-musuh yang datang hingga Allah Swt. pun menolong dan memberikan mereka kemenangan. Hal ini menunjukkan bahwa

⁶² Sabar berasal dari bahasa Arab الصبر (ash-shabru) yang dalam Tafsir Al-Munir disebutkan oleh Az-Zuhaili artinya meneguhkan jiwa agar kuat menanggung derita. Kata yang bermakna sabar dari asal kata صبر disebut dalam Al-Qur'an sebanyak 103 kali pada 93 ayat. Kata ini kemudian diserap dalam bahasa Indonesia menjadi kata "sabar". Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1...*, 2016, hal. 298

sabar bukan berarti menjadi orang yang lemah dan pasrah pada keadaan. Akan tetapi menguatkan diri dan tetap berikhtiar maksimal sebagai bagian dari sabar.⁶³ Sebagaimana hal ini diterangkan dalam Al-Qur'an: "*Wahai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu, kuatkanlah kesabaranmu, tetaplah bersiap siaga di perbatasan (negerimu), dan bertakwalah kepada Allah agar kamu beruntung.* (QS. Ali 'Imrân/3: 200)

Az-Zuhaili menjelaskan bahwa sabar adalah faktor mental yang paling kuat pengaruhnya terhadap jiwa. Amal-amal individual maupun sosial yang besar sulit membuahkan hasil kecuali dengan keteguhan dan perjuangan keras dan kunci untuk hal itu adalah sabar. Kabar gembira dari Allah diperuntukkan kepada orang-orang sabar yang beriman kepada qadha dan qadar yaitu orang-orang yang bersabar pada saat musibah baru saja menimpa diiringi dengan pengharapan pahala dari Allah seraya beristirja'.⁶⁴

Perintah untuk bersabar di dalam Al-Qur'an juga kerap beriringan dengan perintah menjalankan ibadah lainnya, seperti shalat, "*Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya (salat) itu benar-benar berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyuk*"(QS. Al-Baqarah/2: 45) dan "*mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar*" QS. Al-Baqarah/2: 153). Hal ini menunjukkan bahwa kedua ibadah itu tidak dapat terpisahkan, dan menjadi amalan yang mengundang solusi. Az-Zuhaili menjelaskan bahwa sabar termasuk aspek mental yang berpengaruh sangat kuat terhadap jiwa, sedangkan shalat adalah amal fisik yang paling besar pengaruhnya terhadap manusia. Sebab shalat adalah saran menjalin hubungan yang erat dengan Sang Khalik. Oleh karenanya Allah perintahkan orang beriman agar tetap mengerjakan shalat dan memperkokoh batinnya dengan sifat tabah dan sabar, agar tabah tidak mudah diombang-ambingkan oleh perhiasan kehidupan dunia seperti kekayaan, pangkat dan kedudukan, bahkan musibah.⁶⁵

Selain sabar, konsep taqwa (kesadaran dan ketaatan kepada Allah) merupakan fondasi utama dalam menghadapi segala urusan hidup, termasuk mitigasi bencana. Al-Qur'an menegaskan bahwa taqwa adalah bekal yang

⁶³ Abdul Wahab Ahmad, "Meluruskan Makna Sabar", *NU Online*, diakses 9 Desember 2024, <https://nu.or.id/tasawuf-akhlak/meluruskan-makna-sabar-4RiAI>

⁶⁴ Dalam hadits riwayat Bukhari dari Anas disebutkan bahwa Rasulullah ﷺ bersabda: "Kesabaran (yang mendapat pahala besar) adalah yang ada pada saat musibah baru saja menimpa." Dalam hadits lain yang diriwayatkan oleh Muslim dari Ummu Salamah r.a., ia berkata: Aku pernah mendengar Rasulullah ﷺ bersabda: "setiap hamba yang tertimpa musibah lalu berucap 'Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah kami akan kembali. Ya Allah, berilah aku pahala dari musibahku dan berilah aku ganti yang lebih baik' pasti akan diberi pahala oleh Allah dalam musibahnya dan pasti diberi ganti yang lebih baik". Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munawwar Jilid 1...*, hal. 300-301

⁶⁵ Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munawwar Jilid 1...*, hal. 300-301

paling esensial yang menjamin keselamatan di dunia dan akhirat (QS. Al-Baqarah/2: 197). Az-Zuhaili menjelaskan bahwa jika ingin meraih dunia dan akhirat maka mutlak dibutuhkan kesalehan, istiqamah, dan membekali diri dengan taqwa.⁶⁶ Ibnu Katsir dalam kitab tafsirnya mengutip riwayat hadis dari Imam Ahmad yang bersumber dari Abu Dzar. Hadis ini menceritakan bahwa Rasulullah ﷺ pernah membacakan penggalan firman Allah dalam QS. Ath-Thalaq/65: 2-3 kepada Abu Dzar,

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا . وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ

“Siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan membukakan jalan keluar baginya. dan menganugerahkan kepadanya rezeki dari arah yang tidak dia duga”. Kemudian Rasulullah ﷺ menegaskan bahwa seandainya seluruh ummat Islam berpegang teguh dan mengamalkan ayat ini, niscaya hal itu sudah mencukupi segala kebutuhan dan urusan mereka dunia dan akhirat. Makna ayat ini diperkaya oleh tafsiran para sahabat dan tabi'in; Ali bin Abi Thalhah yang bersumber dari Ibnu Abbas menjelaskan bahwa jalan keluar adalah keselamatan dari segala kesusahan/bencana di dunia dan akhirat, sedangkan Qatadah menafsirkan *makhrajan* sebagai solusi atas kerancuan masalah dan kemudahan saat sakaratul maut. Sementara rezeki dari arah tak terduga adalah rezeki yang datang dari arah yang tidak diketahuinya dan tanpa pernah diharapkan atau diangan-angankan sebelumnya.⁶⁷

Penjelasan di atas menegaskan bahwa taqwa adalah modal spiritual utama. Dalam konteks bencana, taqwa adalah mitigasi spiritual. Seseorang yang bertaqwa akan menjalani hidup dengan integritas, menjauhi maksiat yang berpotensi mendatangkan adzab, dan senantiasa berbuat baik. Taqwa mendorong individu untuk melakukan ikhtiar yang benar dan tidak berbuat curang. Kemudian terkait rezeki, tidaklah selalu berupa harta. Pertolongan dan logistik yang datang dari sumber tidak terduga juga termasuk perwujudan janji rezeki. Kemudahan, ide, bantuan orang lain, atau bahkan kekuatan mental yang tiba-tiba hadir juga merupakan jaminan rezeki tak terduga bagi orang yang bertaqwa.

3) ikhtiar dan tawakkal

Konsep ikhtiar dan tawakkal⁶⁸ membantu membangun kesadaran religius, di mana mitigasi bencana tidak hanya dipandang sebagai tanggung

⁶⁶ Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2...*, hal. 478

⁶⁷ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 8...*, hal. 212

⁶⁸ Tawakkal adalah bersandar kepada Allah Swt. dengan menampakkan kelemahan dirinya. Dalam segala hal tawakkal dibarengi dengan ikhtiar. Az-Zuhaili mengomentari bahwa QS. Ali 'Imrân/3:159 menegaskan tawakkal dilakukan setelah ikhtiar atau usaha maksimal. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2...*, hal 480.

jawab teknis tetapi juga spiritual. Kesadaran bahwa bencana adalah bagian dari takdir dan ujian dari Allah kepada manusia. Sikap ikhtiar membawa manusia untuk memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi guna memitigasi risiko, sedangkan tawakal memperkuat mental dan keyakinan kepada Allah, sehingga masyarakat lebih tangguh menghadapi bencana. Ikhtiar dan tawakal diletakkan secara seimbang dan proporsional.

Al-Qur'an mengajarkan pentingnya usaha manusia dalam menghadapi tantangan hidup, termasuk bencana. Firman Allah Swt. dalam QS. Ar-Ra'd/13:11 menegaskan bahwa Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri. Ini mengandung makna bahwa mitigasi bencana harus didahului oleh usaha manusia, seperti persiapan teknis, edukasi, dan perencanaan matang untuk mengurangi risiko. Shihab memberi komentar terhadap ayat tersebut bahwa perubahan hidup seseorang atau masyarakat bergantung pada usaha mereka sendiri. Sikap dan kehendak manusia menjadi "syarat" yang mendahului perbuatan Allah Swt.⁶⁹

Hal tersebut menegaskan bahwa mitigasi bencana harus dimulai dari usaha manusia. Sebagai khalifah di muka bumi, manusia memiliki tanggung jawab untuk menjaga keseimbangan lingkungan dan melindungi dirinya dari bahaya yang hal ini juga merupakan bagian dari bernilai ibadah. Dalam konteks mitigasi, usaha ini misalnya mencakup:

- Peningkatan kapasitas dan kesiapsiagaan masyarakat, misalnya melalui edukasi mengenai bahaya bencana dan langkah-langkah keselamatan, serta pelatihan dan simulasi kebencanaan
- Perencanaan dan teknologi. Mitigasi yang berbasis ilmu pengetahuan adalah bentuk nyata dari ikhtiar manusia yang diperintahkan dalam ayat tersebut. Diantaranya penggunaan teknologi untuk mendeteksi potensi bencana seperti alat pendeteksi gempa atau tsunami; infrastruktur tahan bencana seperti bendungan atau rumah tahan gempa; Merancang tata ruang kota yang aman dari risiko bencana.
- Pengelolaan lingkungan, yaitu melakukan pembangunan yang ramah lingkungan, reboisasi, penghijauan, dan pengelolaan sumber daya alam untuk mencegah banjir dan tanah longsor.

Adapun tawakal merupakan sikap berserah diri seiring dengan usaha maksimal, bahkan sebelum dan setelah usaha dilakukan. Tawakal kepada Allah mendatangkan dua hal yaitu pertama adalah cinta Allah, sebagaimana firman Allah: "*kemudian apabila engkau telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sungguh, Allah mencintai orang-orang yang bertawakal*" (QS. Ali 'Imrân/3:159) dan kedua adalah kecukupan, sebagaimana firman Allah: "*Barangsiapa bertawakal kepada Allah, niscaya*

⁶⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Jilid 6...*, hal. 570-572

Allah akan mencukupkan (keperluannya)” (QS. Ath-Thalaq/65:3). Pesan ayat ini menanamkan keyakinan bahwa Allah adalah sebaik-baik pelindung, yang akan memberikan pertolongan dan kecukupan bagi mereka yang bergantung kepada-Nya. Konsep tawakal ini mengajarkan bahwa meskipun manusia telah melakukan segala ikhtiar, hasilnya tetap berada dalam kehendak Allah.

Bencana sering kali membawa trauma, ketakutan, atau kehilangan yang besar. Tawakal membantu individu dan masyarakat menghadapi kenyataan tersebut dengan lebih baik. Tawakal memberikan ketenangan jiwa dan menguatkan kesadaran spiritual dalam menghadapi bencana. Tawakal menjadi elemen penting untuk memperkuat kesiapan mental dan spiritual masyarakat, sehingga mereka dapat menghadapi bencana dengan ketenangan, kesabaran, dan keyakinan terhadap takdir Allah.

Dengan demikian, dalam konteks mitigasi bencana, ikhtiar dan tawakal bermanfaat dalam hal:

- Meningkatkan ketenangan jiwa atau mengurangi ketakutan berlebihan terhadap ancaman bencana. Dengan tawakal, masyarakat tidak mudah panik ketika bencana datang.
- Mengurangi trauma bencana. Korban bencana dapat menerima musibah sebagai bagian dari takdir Allah dan bangkit kembali.
- Menguatkan solidaritas sosial. Tawakal menciptakan semangat gotong royong di tengah masyarakat dalam menghadapi dampak bencana.

4) sadar dan kembali kepada Allah

Ayat al-Qur’an terkait sadar dan kembali kepada Allah yaitu taubat sebagai isyarat mitigasi bencana, diantaranya terdapat dalam Surat Hûd/11:52

وَيَقَوْمِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيَزِدْكُمْ قُوَّةً إِلَى قُوَّتِكُمْ وَلَا تَتَوَلَّوْا مُجْرِمِينَ ﴿٥٢﴾

Wahai kaumku, mohonlah ampunan kepada Tuhanmu kemudian bertobatlah kepada-Nya! Niscaya Dia akan menurunkan untukmu hujan yang sangat deras, menambahkan kekuatan melebihi kekuatanmu, dan janganlah kamu berpaling menjadi orang-orang yang berdosa. (QS. Hûd/11:52)

Dalam Tafsir Al-Mishbah dijelaskan bahwa ayat ini memperingatkan agar barhati-hati jangan sampai mendurhakai atau mempersekutukan Yang Maha Esa, karena akibat kedurhakaan kepada Allah bisa mendatangkan bencana. Ayat ini memerintahkan untuk memohon ampunan dan bertaubat kepada Allah dengan meninggalkan kedurhakaan kepada-Nya dan bertekad

untuk tidak mengulanginya.⁷⁰

Al-Qur'an memberikan solusi terkait mitigasi bencana secara aspek spritual, yakni memperbaiki diri dengan cara bertaubat dan menegakkan tauhid serta menghindari syirik. Ibnul Qayyim berkata bahwa "tidaklah suatu *bala'* turun melainkan karena dosa, dan tidaklah dosa tersebut akan diangkat melainkan dengan taubat".⁷¹ Dengan kesadaran yang terbangun, manusia dapat mengubah pandangan terhadap bencana justru sebagai pengingat untuk kembali kepada Allah (QS. Asy-Syûrâ/42:30) dan meyakini bahwa taubat adalah jalan untuk memperoleh rahmat Allah (QS. At-Taubah/9:104).

Taubat bukan hanya pengakuan dosa, tetapi juga upaya memperbaiki hubungan dengan Allah dan lingkungan. Hubungan ini meliputi cara manusia memanfaatkan sumber daya alam dan menjaga keseimbangan ekosistem. Taubat dalam hal ini adalah kesadaran kolektif untuk menghentikan perusakan alam dan memperbaiki kerusakan yang telah terjadi serta memelihara keseimbangan lingkungan. Taubat harus disertai perubahan perilaku yang mencerminkan tanggung jawab yang tulus kepada Allah dan kepedulian terhadap sesama dan alam lingkungan. Konsekuensinya taubat kepada Allah memiliki korelasi kuat dengan mitigasi bencana karena mengajarkan kesadaran, introspeksi, dan perbaikan diri serta lingkungan.

f. Membangun solidaritas sosial

Al-Qur'an memberikan petunjuk untuk membangun solidaritas sosial yang relevan dalam konteks mitigasi bencana. Solidaritas sosial dalam Islam diorientasikan pada hubungan antar individu, masyarakat, dan lingkungan, yang menjadi faktor kunci dalam mempersiapkan dan menghadapi bencana. Diantaranya firman Allah swt. yang artinya: "*Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.*" (QS. Al-Maidah/5:2)

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa tolong-menolong dalam kebajikan itulah ketaqwaan dan meninggalkan segala bentuk kemungkaran juga itulah ketakwaan. Dosa (الإثم) berarti meninggalkan apa yang Allah perintahkan untuk mengerjakannya dan permusuhan (العدوان) berarti melanggar apa yang telah ditetapkan Allah dalam urusan agama dan melanggar apa yang telah diwajibkan-Nya. Shihab menegaskan bahwa ayat tersebut merupakan prinsip dasar dalam menjalin kerjasama dengan siapapun selama tujuannya adalah kebajikan dan ketakwaan.⁷²

Perintah tolong menolong dalam kebajikan tersebut mencakup segala

⁷⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Volume 6...*, hal. 273-274

⁷¹ Ibn al-Qayyim Al-Jawziyyah, *Ilam Al-Muwaqqi'in*, n.d., Juz I: hal. 287.

⁷² Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3...*, hal. 9. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Volume 3...*, hal. 14

perbuatan yang mendatangkan manfaat bagi umat manusia, baik dalam aspek dunia maupun akhirat. Kebajikan ini melibatkan tindakan nyata, seperti menolong yang membutuhkan dan bekerja sama untuk kesejahteraan umum. Ayat tersebut menegaskan pentingnya kerja sama dan solidaritas dalam mencegah kerusakan, termasuk mitigasi bencana, yang membutuhkan sinergi antara individu, komunitas, dan institusi. Upaya ini adalah wujud kebajikan dan takwa, karena bertujuan melindungi kehidupan manusia. Sebaliknya larangan kerjasama dalam dosa dan kemaksiatan dapat diterapkan dengan menghindari tindakan yang memperparah risiko bencana, seperti eksploitasi lingkungan secara berlebihan, *illegal logging*, atau pembangunan di zona rawan bencana tanpa mempertimbangkan dampaknya. Aktivitas semacam itu melanggar prinsip kebajikan dan berkontribusi pada kerusakan alam yang memperbesar potensi bencana. Hal tersebut adalah wujud dari tanggung jawab kolektif.

Diantara wujud solidaritas sosial adalah mendahulukan kepentingan bersama daripada kepentingan sendiri. Ketika individu menginginkan agar orang lain memperoleh kebaikan sebagaimana ia menginginkan kebaikan itu untuk dirinya. Hal ini merupakan bentuk nyata dari ajaran Islam yang mengutamakan persaudaraan dan saling membantu, yang menjadi dasar terciptanya persatuan dan kesatuan dalam masyarakat. Allah Swt. berfirman:

وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ
حَاجَةً تَمَّأُ أَوْ تَوْأَوْا وَيُؤْتِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ
الْمُفْلِحُونَ ﴿٩﴾

Orang-orang (Ansar) yang telah menempati kota (Madinah) dan beriman sebelum (kedatangan) mereka (Muhajirin) mencintai orang yang berhijrah ke (tempat) mereka. Mereka tidak mendapatkan keinginan di dalam hatinya terhadap apa yang diberikan (kepada Muhajirin). Mereka mengutamakan (Muhajirin) daripada dirinya sendiri meskipun mempunyai keperluan yang mendesak. Siapa yang dijaga dirinya dari kekikiran itulah orang-orang yang beruntung. (QS. Al-Hasyr/59:9)

Dalam hadis dijelaskan:

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ اتَّقُوا الظُّلْمَ فَإِنَّ الظُّلْمَ ظُلُمَاتٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ.
وَاتَّقُوا الشُّحَّ فَإِنَّ الشُّحَّ قَدْ أَهْلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ حَمَلَهُمْ عَلَى أَنْ سَفَكُوا دِمَاءَهُمْ وَاسْتَحَلُّوا

مَحَارِمُهُمْ. (رواه أحمد والبخاري ومسلم والبيهقي عن جابر بن عبد الله)

Rasulullah ﷺ bersabda, “Peliharalah dirimu dari perbuatan zalim, sesungguhnya perbuatan zalim (menimbulkan) kegelapan di hari Kiamat, peliharalah dirimu dari sifat-sifat kikir, karena sesungguhnya kikir itu menghancurkan orang-orang yang sebelum kamu, menimbulkan pertumpahan darah di antara mereka dan akan menghalalkan yang mereka haramkan. (Riwayat Ahmad, al-Bukhari, Muslim, dan al-Baihaqi dari Jabir bin ‘Abdullah)

Al-Qur’an juga mengisyaratkan terbangunnya solidaritas sosial yang kuat memerlukan kesabaran di dalamnya. Sebab berada di dalam heterogenitas suatu komunitas memungkinkan adanya perbedaan, gesekan dan konflik jika tidak disikapi positif. Perintah sabar dalam QS. Al-Kahfi/18:28 ini berkorelasi dengan hubungan sosial.

وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدْوَةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنِكَ عَنْهُمْ
تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تَطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرْطًا

Bersabarlah engkau (Nabi Muhammad) bersama orang-orang yang menyeru Tuhannya pada pagi dan petang hari dengan mengharap keridaan-Nya. Janganlah kedua matamu berpaling dari mereka karena mengharapkan perhiasan kehidupan dunia. Janganlah engkau mengikuti orang yang hatinya telah Kami lalaikan dari mengingat Kami serta menuruti hawa nafsunya dan keadaannya melewati batas. (QS. Al-Kahf/18: 28)

Shihab menjelaskan ayat ini bahwa Allah memerintahkan Rasulullah ﷺ untuk tetap dekat dengan orang-orang mukmin yang ikhlas, meskipun mereka adalah golongan lemah secara sosial atau ekonomi. Perintah ini mencerminkan nilai persaudaraan iman yang tidak ditentukan oleh status duniawi. Ayat ini menjadi pedoman untuk menjaga hubungan dengan Allah dan komunitas beriman. Al-Maraghi menyatakan bahwa kesabaran di sini bukan hanya dalam arti fisik, tetapi juga kesabaran dalam berdakwah dan mempertahankan nilai-nilai agama di tengah berbagai ujian duniawi. Bahaya hawa nafsu dan kelalaian bahwa orang yang hatinya telah lalai dari mengingat Allah akan selalu mengikuti hawa nafsu dan menolak petunjuk. Rasulullah ﷺ diperintahkan untuk menjauhi orang-orang seperti itu, karena keberadaan mereka dapat melemahkan semangat iman.⁷³

⁷³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*..., hlm. 225-228. Ahmad Musthafa Al-

Bersabar dalam ayat tersebut menekankan ketahanan dan konsistensi komunitas dalam usaha mencegah atau meminimalkan dampak bencana. Misalnya, masyarakat perlu bersabar dalam mendukung program mitigasi seperti edukasi kesiapsiagaan, pelatihan evakuasi, atau reboisasi hutan. Kerjasama dengan komunitas yang berorientasi pada kebaikan, seperti komunitas peduli lingkungan, membantu menciptakan langkah mitigasi yang berlandaskan nilai-nilai agama dan sosial. Dalam mitigasi bencana, ayat tersebut memberikan peringatan agar tidak terpengaruh oleh kelompok atau individu yang hanya mementingkan kepentingan pribadi atau kelompok tanpa memedulikan dampaknya terhadap masyarakat dan lingkungan.

Bentuk lainnya adalah membangun solidaritas dalam pemeliharaan lingkungan sebagai bentuk solidaritas ekologis, yang relevan dalam pencegahan bencana ekologis. Misal, dalam QS. Al-A'râf/7: 56, "*Dan janganlah kamu membuat kerusakan di muka bumi setelah (Allah) memperbaikinya*". Ayat ini mengajarkan bahwa menjaga harmoni lingkungan adalah bagian dari tanggung jawab sosial, yang dapat mengurangi risiko bencana seperti banjir atau tanah longsor.

Komunitas yang mampu menerima bencana alam atau dampaknya dengan sikap terbuka cenderung lebih aktif dalam pengambilan keputusan kolektif. Pengakuan bahwa individu atau komunitas memiliki kontribusi terhadap risiko bencana menjadi elemen penting dalam upaya persiapan dan mitigasi bencana. Persepsi semata sudah memberikan dampak signifikan terhadap isu terkait bencana, apalagi jika didasari oleh keyakinan teologis agama. Hubungan bencana alam dengan "kemarahan Tuhan" bukan hanya soal persepsi, melainkan bentuk keyakinan teologis. Kemampuan menerima kesalahan bisa muncul karena adanya keyakinan agama.⁷⁴

C. Term Al-Qur'an terkait Bencana

Dalam Al-Qur'an, beberapa istilah sering digunakan untuk menggambarkan bencana atau kejadian yang mengakibatkan kerusakan pada harta benda dan nyawa manusia. Beberapa di antaranya adalah *musibah*, *bala'*, *'iqab*, *fitnah*, *adzab*, *sayyiat*, *ba's*, *dharra'*, *fasad*, *tadmîr*, dan *halak*.⁷⁵ Dalam hal ini yang akan penulis bahas adalah *fasad*, *tadmîr*, *halak*, *bala'*, *fitnah*, *adzab*, *iqab*, dan *musibah*.

Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi...*, hlm. 115-116

⁷⁴ Agus Indiyanto dan Arqom Kuswanjono, *Agama, Budaya dan Bencana...*, hal. 21

⁷⁵ Zaini, "Bencana Menurut Perspektif Al-Qur'an"..., hal. 4.

1. Term Yang Menunjukkan Pada Kerusakan Kolektif

a. Kerusakan (*fasâd*)

Secara umum kata *fasâd* – فساد – dari kata dasar فسَد dalam pengertian umum bahasa Arab berarti membusuk, membusukkan, menguraikan, merusakkan, rusak. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata *fasâd* berarti kerusakan (moral dan sebagainya), kebinasaan. *Al-fasâdu* berarti kerusakan; keluarnya sesuatu dari garis normal baik dalam jumlah kecil maupun banyak, digunakan untuk jiwa, badan dan benda-benda yang dapat keluar dari garis normalnya.⁷⁶

Di dalam al-Qur'an kata *fasad* digunakan dalam berbagai bentuk turunannya sebagai kata kerja dan kata benda, yang mengandung makna kerusakan atau kebinasaan, dengan merujuk pada perbuatan, orang atau keadaan. Kata فسَد dengan berbagai variasinya dalam bentuk kata kerja dan kata benda terulang sebanyak 50 kali, yaitu terdapat pada 47 ayat. Sebanyak 18 kali disebutkan dalam bentuk kata kerja yang merujuk pada makna membuat kerusakan sebagaimana pada Tabel 4.10 Adapun dalam bentuk kata benda disebutkan sebanyak 32 kali yang merujuk pada makna kerusakan atau keadaan rusak/binasa, sebagaimana pada Tabel 4.11 di bawah.⁷⁷

Tabel 4.10 Variasi kata فسَد dalam bentuk kata kerja di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	لَفْسَدَتِ	2 kali: Al-Baqarah/2: 251; Al-Mu'minûn/ 23: 71	Kerusakan terjadi jika kebenaran tidak ditegakkan; keadilan mencegah kerusakan di bumi.
2	لَفْسَدَتَا	1 kali: Al-Anbiyâ/ 21: 22	Kerusakan di langit dan bumi akan terjadi jika terdapat lebih dari satu Tuhan yang berkuasa.
3	يُفْسِدُ	1 kali: Al-Baqarah/2: 30	Kekhawatiran akan kerusakan yang dapat ditimbulkan manusia di bumi; manusia diberi tanggung jawab sebagai khalifah
4	يُفْسِدُونَ	5 kali: Al-Baqarah/ 2: 27, Ar-Ra'd/13:	Orang yang melanggar perjanjian Allah dan memutuskan hubungan

⁷⁶ KBBI IV Daring, "Arti Kata Fasad," Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/fasad>. Lihat juga "Ayat-ayat yang mengandung kata فسَد", *Aplikasi Tafsir Ibnu Kasir Berbasis Android*, Versi 6.19, update 2024.

⁷⁷ Tanzil, "Kata Dasar فسَد Dalam Al-Qur'an", 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/فسد/>. "Ayat-ayat yang mengandung kata فسَد", *Aplikasi Tafsir Ibnu Kasir Berbasis Android*, Versi 6.19, update 2024.

		25, An-Nahl/16: 88, Asy-Syu'ara/26:152, An-Naml/27: 48	membawa kepada kerusakan besar di bumi
5	تَفْسِيرًا	4 kali: Al-Baqarah/2: 11; Al-A'râf/7: 56, 85; Muhammad/47: 22	Menyerukan kebaikan tetapi bertindak merusak; dilarang membuat kerusakan di bumi dan memutuskan hubungan sesama manusia
6	لَتُفْسِدَنَّ	1 kali: Al-Isrâ'/17: 4	Kerusakan dilakukan karena penyimpangan manusia dari jalan yang benar
7	لَيُفْسِدَ	1 kali: Al-Baqarah/2: 205	Orang munafik berbuat kerusakan di bumi meskipun tampaknya menyerukan kebaikan
8	لَيُفْسِدُوا	1 kali: Al-A'râf/7: 127	Pemimpin yang takut kehilangan kekuasaan cenderung melakukan kerusakan untuk mempertahankannya
9	لَتُفْسِدَ	1 kali: Yusuf/12:73	Tuduhan kerusakan (dalam konteks pencurian) sebagai bentuk ketidakadilan yang berpotensi merusak keharmonisan hubungan
10	أَفْسَدُوهَا	1 kali: An-Naml/27: 34	Pemimpin (perempuan) menyadari bahwa peperangan akan membawa kerusakan besar di masyarakat

Tabel 4.11 Variasi kata فَسَدَ dalam bentuk kata benda di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	فَسَادًا	1 kali: Al-Anfâl/8:73	Kerusakan sosial berupa perpecahan akan terjadi jika umat Islam tidak bersatu
2	الْفَسَادُ	1 kali: Ar-Rûm/30: 41	Kerusakan di darat dan laut adalah akibat perbuatan manusia, sebagai pengingat agar kembali ke jalan yang benar
3	الْفَسَادِ	1 kali: Hûd/11: 116	Kerusakan terjadi karena kurangnya orang-orang yang melarang keburukan dan menjaga kebaikan di masyarakat.
4	الْفَسَادِ	4 kali: Al-Baqarah/2: 205; Al-Qashash/28: 4;	Fasad dalam konteks penindasan dan tirani penguasa, yang menghancurkan tatanan masyarakat

		Ghafir/40: 26; Al-Fajr/89:12	
5	فَسَادًا	3 kali: Al-Ma'idah/5: 33, 64; Al-Qashash/28: 83	Kerusakan akibat berbagai kejahatan besar seperti pemberontakan dan menentang hukum Allah dan Rasul-Nya
6	فَسَادٍ	1 kali: Al-Ma'idah/5: 32	Membunuh satu jiwa tanpa alasan yang benar dianggap sebagai kerusakan besar di muka bumi
7	الْمُفْسِدَ	1 kali: Al-Baqarah/2: 220	Kerusakan dapat terjadi jika pengelolaan urusan anak yatim tidak dilakukan dengan bijak
8	مُفْسِدُونَ	1 kali: Al-Kahfi/18: 94	Kerusakan yang disebabkan oleh penindasan atau ancaman fisik dari pihak yang lebih kuat (contoh: Ya'juj dan Ma'juj)
9	الْمُفْسِدُونَ	1 kali: Al-Baqarah/2: 12	Orang munafik disebut sebagai pembuat kerusakan meskipun mereka mengklaim sebagai membuat perbaikan
10	مُفْسِدِينَ	5 kali: Al-Baqarah/2: 60; Al-A'râf/7: 74; Hûd/11:85; Asy-Syu'ara/26: 183; Al-'Ankabût/29: 36	Kerusakan berupa ketidakadilan ekonomi, seperti mengurangi timbangan atau berbuat zalim dalam perdagangan
11	الْمُفْسِدِينَ	10 kali: Al-Ma'idah/5: 64; Al-A'râf/7: 86, 103, 142; Yûnus/10: 81, 91; An-Naml/27: 14; Al-Qashash/28: 4, 77; Al-'Ankabût/29: 30	Kerusakan dari penolakan terhadap kebenaran, pengingkaran ayat-ayat Allah, dan kejahatan moral
12	بِالْمُفْسِدِينَ	2 kali: Ali 'Imrân/3: 63; Yûnus/10: 40	Fasad sebagai akibat dari perpecahan akibat penolakan terhadap kebenaran dan perselisihan dalam agama
13	كَالْمُفْسِدِينَ	1 kali: Shad/38: 28	Allah tidak akan menyamakan orang-orang yang membuat kerusakan dengan mereka yang berbuat kebaikan

Berdasarkan kesimpulan pengertian ayat pada tabel di atas, penggunaan kata *fasad* dengan berbagai bentuknya memiliki cakupan yang luas. Terlihat bahwa Al-Qur'an menggunakannya untuk menunjukkan berbagai bentuk kerusakan, baik fisik, sosial, maupun moral, serta peringatan untuk menghindarinya.

Salah satu ayat yang penulis akan uraikan lebih lanjut terkait term *fasad* adalah QS. Ar-Rûm/30:41 berikut.⁷⁸

ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ
يَرْجِعُونَ ﴿٤١﴾

Telah tampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan perbuatan tangan manusia. (Melalui hal itu) Allah membuat mereka merasakan sebagian dari (akibat) perbuatan mereka agar mereka kembali (ke jalan yang benar) (QS. Ar-Rûm/30:41)

Ayat ini membahas mengenai kerusakan (فَسَادٌ) yang terjadi di muka bumi. Az-Zuhaili menerangkan bahwa kerusakan (الفساد) artinya suatu kondisi yang kacau dan rusak, seperti kekeringan, paceklik, mimimnya tetumbuhan, banyaknya kejadian kebakaran, banjir, rebaknya aksi-aksi kejahatan, perampokan dan perampasan harta secara zhalim, banyaknya kemudharatan dan bencana serta menimnya kemanfaatan dan kebaikan.⁷⁹

Ibnu Katsir mengutip beberapa riwayat, seperti dari Mujahid yang menjelaskan bahwa kerusakan di daratan mencakup pembunuhan dan dosa di kalangan manusia, sementara kerusakan di laut mencakup pembajakan dan penjarahan kapal serta berkurangnya hasil tanaman dan buah-buahan adalah disebabkan oleh perbuatan maksiat. Hal itu semua adalah kehendak dan balasan dari Allah bagi perbuatan-perbuatan maksiat mereka agar mereka kembali ke jalan yang benar. Ibnu Katsir juga mengutip perkataan Abul 'Aliyah bahwa perilaku maksiat kepada Allah di bumi menandakan dia telah berbuat kerusakan di dalamnya, karena kebaikan bumi dan langit adalah dengan sebab ketaatan. Menurut para mufasir, termasuk Ibnu Katsir, ayat ini turun sebagai peringatan umum tentang akibat dari perbuatan manusia yang melanggar aturan Allah. Kerusakan yang

⁷⁸ Dari 50 ayat yang mengandung kata *fasad* sebagaimana tertuang dalam Tabel 4.1 dan 4.2, penulis tidak membahas ke-50 ayat seluruhnya tetapi membatasi hanya pada QS. Ar-Rûm/30/30:41 untuk pembahasan tafsir lebih lanjut. Hal ini untuk menghindari pembahasan yang terlalu luas.

⁷⁹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 11...*, hal. 119

disebutkan meliputi berbagai aspek, seperti:

- 1) kerusakan moral dan sosial: perpecahan, penindasan, dan hilangnya keadilan sosial di masyarakat.
- 2) kerusakan ekologis: penurunan hasil bumi dan bencana alam yang terjadi akibat eksploitasi berlebihan dan kelalaian manusia.
- 3) kerusakan ekonomi: perdagangan yang tidak adil, perampokan, serta kezhaliman dalam bisnis dan politik.⁸⁰

Fasad merujuk pada perilaku manusia yang buruk dan membawa dampak negatif terhadap kehidupan di bumi, mencakup kerusakan sosial maupun lingkungan. Istilah ini mencakup berbagai tindakan yang bertentangan dengan nilai-nilai kebaikan, seperti kesombongan, pembangkangan terhadap perintah Allah, perilaku zhalim, tindakan yang menyebabkan perpecahan, hingga kekerasan dan pertumpahan darah. *Fasad* menggambarkan segala bentuk penyimpangan manusia yang mengakibatkan ketidakseimbangan dalam kehidupan masyarakat dan alam semesta.

Surat Ar-Rûm/30:41 memiliki keterkaitan erat dengan fenomena bencana alam sebagai akibat dari perbuatan manusia yang melanggar aturan Allah. Ayat ini menjelaskan bahwa kerusakan di darat dan laut disebabkan oleh perbuatan tangan manusia, mencakup perilaku yang tidak selaras dengan kehendak Allah. Kerusakan ekologis seperti deforestasi, pencemaran air dan udara, serta eksploitasi sumber daya alam tanpa batas merupakan contoh nyata dari *fasad* yang disebut dalam ayat ini. Perbuatan manusia ini seringkali menjadi pemicu terjadinya bencana alam seperti banjir, longsor, kekeringan, dan pemanasan global. Ayat ini memberikan peringatan bahwa tindakan semacam itu tidak hanya merusak alam, tetapi juga membawa akibat langsung berupa bencana.

Adapun kerusakan moral, seperti keserakahan dan ketidakadilan sosial, turut memperparah dampak bencana. Misalnya, pembangunan yang tidak adil dan perampasan lahan menyebabkan masyarakat miskin menjadi kelompok yang paling rentan terhadap bencana. Perpecahan dan konflik juga dapat menghambat upaya mitigasi dan penanggulangan bencana. Tujuan utama dari peringatan ini, sebagaimana disebutkan dalam ayat, adalah agar manusia “kembali (ke jalan yang benar)”.

Dari penjelasan diatas, kesalahan individu seperti kezaliman, kebohongan, atau pelanggaran hukum Allah seringkali menjadi awal dari kerusakan kolektif. Dengan menyadari bahwa bencana adalah akibat dari pelanggaran terhadap hukum Allah dan ketidakseimbangan dalam menjaga alam, manusia diharapkan bertaubat, memperbaiki perilaku, dan

⁸⁰ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 6...*, hal. 380.

menjaga hubungan harmonis dengan lingkungan.

b. Kehancuran (*tadmîr*)

Dalam pengertian umum kata *tadmîr* – تَدْمِيرٌ dalam bahasa Arab, mengandung arti pembinaan, kerusakan, penghancuran, kecelakaan, kerusakan, sabotase, subversi atau dapat juga berarti memasukkan kehancuran ke dalam sesuatu.⁸¹ *Tadmîr* merupakan sifat dari sebuah kejadian buruk bagi umat manusia. Sifat yang berarti hancur sehancur-hancurnya. *Tadmîr* merupakan kehancuran yang bermula dari sebuah peristiwa alam dan berawal dari perbuatan manusia. Sifat kehancuran yang muncul ini yang kemudian menjadi bencana bagi umat manusia karena kesalahan mereka sendiri tanpa memperhitungkan faktor dan resiko dari perbuatan yang telah mereka lakukan.⁸²

Dalam Al-Quran, kata dasar دَمَّرَ dengan berbagai kata variasi bentukannya termasuk kata *tadmîr* – تَدْمِيرٌ telah disebutkan sebanyak 10 kali pada 8 ayat dalam surat Al-Qur'an sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 4.12 dan Tabel 4.13 di bawah ini. Dalam bentuk kata kerja, term tersebut berkaitan dengan makna menghancurkan/membinasakan, sementara berbentuk kata benda berkaitan dengan makna pengancuran, pembinasaan, sebenar-benarnya binasa, atau sehancur-hancurnya.⁸³

Tabel 4.12 Variasi kata دَمَّرَ dalam bentuk kata benda di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	تَدْمِيرًا	2 kali: Al-Isrâ'/17: 16; Al-Furqân/25/25: 36	Kehancuran adalah akibat dari kedurhakaan suatu kaum yang menolak peringatan dari Allah

Tabel 4.13 Variasi kata دَمَّرَ dalam bentuk kata kerja di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	تَدْمَرُ	1 kali: Al-Ahqaf/46:	Kehancuran total yang disebabkan

⁸¹ Almaany, "Terjemahan dan Arti تَدْمِيرٌ di Kamus Istilah Semua Indonesia Arab", 2010-2024, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/تدمير/>. "Ayat-ayat yang mengandung kata دَمَّرَ", *Aplikasi Tafsir Ibnu Kasir Berbasis Android*, Versi 6.19, update 2024.

⁸² Ilham, "Istilah-Istilah Bencana Dalam Islam, Apa Saja?," Muhammadiyah, last modified 2022, <https://muhammadiyah.or.id/2022/11/istilah-istilah-bencana-dalam-islam-apa-saja/>

⁸³ Tanzil, "Kata Dasar دَمَّرَ Dalam Al-Qur'an," 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/دَمَّرَ>. "Ayat-ayat yang mengandung kata دَمَّرَ", *Aplikasi Tafsir Ibnu Kasir Berbasis Android*, Versi 6.19, update 2024.

		25	oleh adzab Allah, seperti angin yang menghancurkan segala sesuatu
2	دَمَّرَ	1 kali: Muhammad/47: 10	Kehancuran sebagai akibat dari tindakan zalim kaum terdahulu, menjadi pelajaran bagi orang-orang setelahnya
3	دَمَّرْنَا	3 kali: Al-A'râf/7: 137; Asy-Syu'ara/26: 172; Ash-Shaafat/37: 136	Kehancuran yang menimpa kaum zalim, sementara kaum yang tertindas diberikan pertolongan oleh Allah
4	دَمَّرْنَاهُمْ	1 kali: An-Naml/27: 51	Tadmir dalam konteks makar kaum yang durhaka; mereka dihancurkan oleh akibat perbuatan mereka sendiri
5	فَدَمَّرْنَاهَا	1 kali: Al-Isrâ'/17: 16	Kehancuran terjadi ketika penduduk suatu negeri menolak kebenaran dan terus-menerus berbuat dosa
6	فَدَمَّرْنَاهُمْ	1 kali: Al-Furqân/25/25: 36	Kehancuran kaum-kaum terdahulu dijelaskan sebagai akibat kedurhakaan kepada Allah dan rasul-Nya

Berdasarkan kesimpulan pengertaaian arti dari tabel di atas, penggunaan kata *tadmir* merujuk pada kehancuran yang terjadi secara total dan menyeluruh sebagai akibat dari dosa, kedurhakaan, dan kezaliman suatu kaum. Penyebab kehancuran umumnya terkait dengan penolakan terhadap risalah Allah, kezaliman, dan tindakan dosa yang dilakukan secara kolektif. Dalam hal ini Allah tidak menghancurkan suatu kaum kecuali setelah peringatan melalui para rasul.

Berikut penjelasan singkat dari QS. Al-Isrâ'/17:16 dan QS. Al-Ahqâf/46:25.⁸⁴

وَوَإِذَا أَرَدْنَا أَنْ نُهْلِكَ قَرْيَةً أَمَرْنَا مُتْرَفِيهَا فَفَسَقُوا فِيهَا فَحَقَّ عَلَيْهَا الْقَوْلُ فَدَمَّرْنَاهَا

تَدْمِيرًا ﴿١٦﴾

Jika Kami hendak membinasakan suatu negeri, Kami perintahkan orang-orang yang hidup mewah di negeri itu (agar menaati Allah). Lalu, mereka melakukan kedurhakaan di negeri itu sehingga pantaslah berlaku padanya perkataan (adzab Kami). Maka, Kami hancurkan (negeri itu)

⁸⁴ Untuk menghindari pembahasan yang terlalu luas, dari 10 pengulangan berbagai bentuk kata *tadmir* pada tabel di atas, penulis memilih hanya surat Al-Isrâ'/17:16 dan surat Al-Ahqâf/46:25 yang akan duuraikan lebih lanjut.

sehancur-hancurnya. (QS Al-Isrâ'/17:16).

Pada ayat ini yang menjadi sebab turunnya (*asbabun nuzul*) adalah peringatan umum yang Allah berikan kepada semua umat manusia melalui kisah-kisah bangsa terdahulu yang dihancurkan karena dosa dan kedurhakaan mereka, terutama yang dilakukan oleh para pemimpin dan orang-orang kaya yang semestinya memimpin dengan kebaikan tetapi justru menjadi perintis adanya kerusakan. Dalam Tafsir Al-Azhar ayat ini menjelaskan bahwa Allah memberikan perintah kepada *mutrafin* (orang-orang yang hidup mewah dan berkedudukan tinggi) untuk menjalankan kebaikan, karena merekalah yang memiliki pengaruh besar di masyarakat. Namun, jika mereka justru memilih jalan fasik (melanggar perintah Allah dan berbuat maksiat), mereka menjadi sumber kerusakan bagi negeri tersebut. Kekayaan dan kekuasaan cenderung membuat seseorang merasa tidak terkendali jika tidak diimbangi dengan iman. Mereka mulai melakukan penindasan, mengabaikan hukum, dan menyebarkan kerusakan moral serta sosial di masyarakat.⁸⁵

Shihab menjelaskan bahwa ketika para pemimpin suatu negeri bergaya hidup foya-foya penuh kemewahan sering menyebabkan mereka melalaikan tugas-tugas dan hak-hak rakyatnya sehingga menimbulkan kemiskinan dan kecemburuan sosial. Hal ini akan berdampak melemahkan ikatan sosial, menimbulkan pertikaian, dan akhirnya meruntuhkan sistem yang mereka pimpin, yang mengakibatkan kehancuran masyarakat atau negara. Shihab menegaskan bahwa jika telah banyak *mutrafin* sehingga kebejatan mereka merajalela tanpa ada yang meluruskannya maka kebinasaan masyarakat itu akan segera tiba.⁸⁶

Dari penjelasan diatas, QS. Al-Isrâ'/17:16 menunjukkan hubungan langsung antara kefasikan manusia, terutama mereka yang berada di posisi kekuasaan, dengan bencana yang menimpa suatu negeri. Bencana bukan hanya fenomena alam, tetapi sering kali menjadi adzab dan peringatan dari Allah agar manusia kembali ke jalan yang benar.

تُدْمِرُ كُلَّ شَيْءٍ بِأَمْرِ رَبِّهَا فَاصْبِرُوا لَا يُرَى إِلَّا مَسْكَنُهُمْ كَذَلِكَ نَجْزِي الْقَوْمَ الْمُجْرِمِينَ ﴿١٥﴾

(Adzab itu) menghancurkan segala sesuatu dengan perintah Tuhannya sehingga mereka (kaum 'Ad) menjadi tidak terlihat lagi, kecuali hanya (bekas-bekas) tempat tinggal mereka. Demikianlah Kami memberi balasan kepada kaum yang durhaka. (QS. Al-Ahqâf/46:25)

⁸⁵ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 6...*, hal. 4025

⁸⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Volume 7...*, hal. 434

Az-Zuhaili menjelaskan bahwa Allah memberi gambaran angin topan yang dahsyat menghancurkan dan membinasakan segala sesuatu yang dilaluinya, jiwa dan harta benda kaum 'Ad binasa tanpa tersisa. Sebagaimana hal ini juga di sebutkan dalam QS. Adz-Dzâriyât/51:42. Itulah ketetapan Allah bagi orang yang mendustakan rasul-rasul dan melanggar perintah-Nya. Az-Zuhaili menambahkan hadits dari Imam Muslim yang meriwayatkan dari Ibnu Abbas ra bahwa Rasulullah ﷺ bersabda: “*aku diberi pertolongan dengan ash-shaba (angin utara), sedang kaum 'Ad dibinasakan dengan ad-Dabbuur (angin selatan).*”⁸⁷

Dalam tafsir Al-Azhar disebutkan bahwa Allah mengirimkan bencana angin topan yang sangat dahsyat tersebut selama tujuh malam delapan hari sehingga kaum 'Ad punah, tidak ada lagi yang terlihat selain bekas reruntuhan rumah-rumah mereka dan jasad-jasad yang terserak jadi bangkai. Kebesaran dan kesombongan kaum 'Ad karena kekayaan yang diberikan Allah selama itu tidak ada artinya lagi. Kaum 'Ad yang dikenal dengan sebutan *Iram Dzatul 'Imad* (*Iram* yang mempunyai bangunan-bangunan bertiang tinggi), seperti disebutkan dalam QS. Al-Fajr: 6-8 sebagai simbol kemewahan dan kejayaan. Namun, kehebatan tersebut tidak berarti apa-apa ketika adzab Allah datang. Kekuatan fisik dan kemegahan mereka tidak mampu menahan bencana yang Allah kirimkan.⁸⁸

Surat Al-Ahqâf/46:25 tersebut memberikan gambaran jelas tentang bagaimana bencana alam dapat menjadi adzab dari Allah terhadap kaum yang durhaka. Kaum 'Ad telah melampaui batas dalam kesombongan dan kezhaliman, sehingga mereka dihancurkan dengan cara yang sangat dahsyat. Hal ini menunjukkan bahwa kekuatan fisik, kekayaan, dan kemegahan yang mereka banggakan tidak dapat melindungi mereka dari adzab Allah. Ayat ini juga menjadi peringatan bagi umat manusia agar tidak mengikuti jejak kaum yang telah dihancurkan sebelumnya.

Ayat-ayat tersebut memiliki relevansi untuk memahami hubungan antara kerusakan moral, sosial, dan ekologis yang dilakukan manusia dengan bencana yang terjadi. Keterkaitan yang ada pada ayat-ayat tersebut yaitu

1) Bencana sebagai akibat kefasikan

Bencana sering kali terjadi akibat perbuatan manusia yang melanggar aturan Allah. Kemudian Allah mengirimkan bencana sebagai peringatan sekaligus hukuman atas kemaksiatan yang dilakukan secara bersama oleh masyarakat, terutama yang dipelopori oleh para pemimpin atau orang kaya yang seharusnya menjadi teladan. Contohnya adalah gempa bumi dan tsunami yang diiringi dengan peringatan akan kerusakan

⁸⁷ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsi Al-Munir Jilid 13...*, hal. 317.

⁸⁸ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 9...*, hal. 6666

moral di masyarakat.

2) Eksploitasi alam secara berlebihan

Di zaman sekarang, banyak bencana alam yang terjadi karena kerusakan lingkungan. Penebangan hutan, polusi, dan eksploitasi sumber daya alam yang berlebihan sering kali dipimpin oleh perusahaan besar atau pemerintah yang lebih mementingkan keuntungan daripada keseimbangan alam. Hal ini sejalan dengan ayat di atas, di mana kefasikan para pemimpin menyebabkan kehancuran negeri.

3) Ketidakadilan sosial dan kerusakan moral

Ketimpangan ekonomi, korupsi, dan penindasan sering menjadi awal mula dari kehancuran suatu negeri. Misalnya, konflik sosial atau perang saudara sering terjadi akibat ketidakadilan, yang akhirnya membawa kehancuran pada negeri tersebut.

4) Bencana sebagai peringatan untuk kembali kepada Allah

Ayat ini juga mengandung pelajaran bahwa bencana adalah peringatan dari Allah agar manusia kembali kepada-Nya, memperbaiki diri, dan meninggalkan kemaksiatan. Jika peringatan ini diabaikan, kehancuran yang lebih besar bisa terjadi.

Bencana alam seperti angin topan, badai, atau gempa bumi sering kali menghancurkan kehidupan dan peradaban manusia, mengingatkan bahwa segala sesuatu di dunia ini rapuh, tunduk dan tidak mampu melawan kekuatan alam ketika Allah menghendaki. Kesombongan manusia modern terhadap teknologi, ilmu pengetahuan, dan kekuatan ekonomi sering kali membuat mereka lalai akan peringatan Allah. Hal ini dapat berujung pada kerusakan moral, sosial, dan akhirnya bencana besar yang menimpa. Allah mengingatkan bahwa kekuatan fisik dan kejayaan tidak akan melindungi manusia dari adzab-Nya.

c. Kebinasaaan (*halak*)

Dalam pengertian umum kata *halak* – هلك dalam bahasa Arab, mengandung arti binasa, rusak, habis, mati, meninggal dunia; mengkonsumsi, menghabiskan, menggunakan; atau membinasakan, menghancurkan, merusakkan.⁸⁹ *Halak* memiliki perbedaan dengan *fasad*. Di dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa *halak* sebagian besar dihubungkan dengan perbuatan yang dilakukan oleh Allah Swt, bukan umat manusia. *Halak* merupakan tindakan yang dilakukan oleh Allah Swt untuk memusnahkan, mematikan, atau membinasakan individu maupun kelompok. Penyebutan kata *halak* (هلك) dan berbagai variasi bentukannya dalam Al-Quran ditemukan sebanyak 68 kali dalam 63 ayat, yaitu 57 kali dalam bentuk kata kerja sebagaimana Tabel 4.14 dan 11 kali dalam bentuk kata benda dan Tabel 4.15.⁹⁰

⁸⁹ <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/هلك/>

⁹⁰ Tanzil, "Kata Halak Dalam Al-Qur'an," 2007-2024,

Tabel 4.14 Variasi kata هلك dalam bentuk kata kerja di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Jumlah Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	أَهْلَكْنَا	1 kali: Al-A'râf/7:155	Kerusakan dan kehancuran akibat dosa dan kelalaian manusia terhadap perintah Allah
2	أَقْتُلْهُنَّ	1 kali: Al-A'râf/7:173	Kehancuran menjadi peringatan agar manusia tidak mengingkari perjanjian dengan Allah
3	أَهْلَكَ	3 kali: Thaahaa:132; Al-Qashash:78; An-Najm:50	Kehancuran individu atau kelompok akibat kesombongan dan lupa pada sumber rezeki yang berasal dari Allah
4	أَهْلَكْنِي	1 kali: Al-Mulk:28	Ancaman kehancuran bagi orang-orang yang mendustakan ayat-ayat Allah dan berpaling dari kebenaran
5	أَهْلَكْتَهُمْ	1 kali: Al-A'râf/7:155	Hukuman kehancuran diturunkan sebagai teguran bagi kesalahan kolektif suatu kaum
6	أَهْلَكْتَ	1 kali: Al-Balad:6	Keyakinan palsu bahwa kekuatan manusia bisa melindungi dari kehancuran
7	أَهْلَكْنَا	15 kali: Al-An'aam:6, Yûnus:13, Al-Hijr:4, Al-Isrâ':17, Maryam:74, 98, Thaahaa:128, Asy-Syu'araa':208, Al-Qashash:43, 58, As-Sajdah:26, YaaSiin:31, Shaad:3, Al-Ahqaaf:27, Qaaf:36	Kehancuran umat terdahulu sebagai akibat dari kekufuran dan dosa besar mereka
8	أَهْلَكْنَا	1 kali: Al-Qamar:51	Kehancuran dalam bentuk adzab yang pasti menimpa orang-orang zalim
9	أَهْلَكْنَاهَا	2 kali: Al-A'râf/7:4,	Banyaknya negeri yang hancur akibat

		Al-Hajj:45	pendustaan mereka terhadap rasul dan ajaran Allah
10	أَهْلَكْنَاهَا	2 kali: Al-Anbiyâ'/21:6, 95	Kehancuran suatu kaum menjadi tanda bahwa mereka tidak dapat kembali setelah mati kecuali di akhirat
11	أَهْلَكْتَهُمْ	1 kali: Thaahaa:134	Penyesalan kaum yang telah binasa karena tidak menerima peringatan sebelum kehancuran
12	أَهْلَكْنَاهُمْ	3 kali: Al-Kahfi:59, Ad-Dukhaan:37, Muhammad:13	Kota-kota yang dihancurkan sebagai balasan atas kedurhakaan penduduknya
13	فَأَهْلَكْنَاهُ	1 kali: Ali 'Imrân:117	Kehancuran amal perbuatan orang-orang yang tidak ikhlas dan tidak beriman kepada Allah
14	فَأَهْلَكْنَا	1 kali: Az-Zukhruf:8	Kehancuran umat terdahulu menjadi peringatan bagi umat setelahnya
15	فَأَهْلَكْنَاهُمْ	2 kali: Al-An'aam:6, Al-Anfâl/8:54	Kehancuran kaum sebagai pengulangan sunnatullah terhadap orang-orang yang zalim
16	فَأَهْلَكْنَاهُمْ	1 kali: Asy-Syu'araa':139	Adzab kehancuran akibat kezaliman yang dilakukan secara terus-menerus
17	فَأَهْلَكُوا	2 kali: Al-Haaqqah:5, 6	Kaum yang dihancurkan secara total oleh adzab Allah karena dosa besar mereka
18	لَنُهْلِكَنَّ	1 kali: Ibrahim:13	Kehancuran kaum akibat penolakan mereka terhadap para nabi dan perintah Allah
19	لِيُهْلِكَ	1 kali: Hûd/11:117	Allah tidak menghancurkan suatu negeri secara zalim jika penduduknya adalah orang-orang yang berbuat kebaikan
20	لِيُهْلِكَ	1 kali: Al-Anfâl/8:42	Kehancuran direncanakan oleh Allah sebagai bagian dari ketetapan-Nya
21	نُهْلِكُ	1 kali: Al-Mursalaat:16	Kehancuran kaum terdahulu menjadi pelajaran bagi generasi berikutnya
22	نُهْلِكُ	1 kali: Al-Isrâ':16	Kehancuran terjadi ketika suatu kaum terus-menerus melakukan kezaliman setelah diperingatkan
23	هَلَكٌ	4 kali: An-Nisa:176, Al-Anfâl/8:42,	Kehancuran dapat bersifat fisik, sosial, atau spiritual akibat dosa dan

		Ghafir:34, Al-Haaqqah:29	pelanggaran hukum Allah
24	وَأَهْلَكْنَا	1 kali: Al-Anbiyâ'/21:9	Kehancuran adalah balasan atas kezaliman dan penolakan terhadap kebenaran
25	وَيُهْلِكُ	1 kali: Al-Baqarah:205	Kehancuran di muka bumi terjadi karena perbuatan manusia yang merusak tatanan kehidupan
26	يُهْلِكُ	2 kali: Al-An'aam:47, Al-Ahqaaf:35	Kehancuran sebagai ancaman serius bagi orang-orang yang mengabaikan peringatan Allah
27	يُهْلِكُ	2 kali: Al-Maidah:17, Al-A'râf/7:129	Kehancuran menjadi bukti kekuasaan Allah atas segala sesuatu
28	يُهْلِكُنَا	1 kali: Al-Jaatsiyah:24	Kehancuran terjadi akibat keyakinan keliru yang menolak konsep akhirat
29	يُهْلِكُونَ	2 kali: Al-An'aam:26, At-Taubah:42	Kehancuran moral terjadi ketika orang-orang menolak kebenaran untuk kepentingan duniawi
30	التَّهْلُكَةِ	1 kali: Al-Baqarah:195	Kehancuran diri sendiri terjadi akibat pelanggaran atau kezaliman terhadap diri sendiri

Tabel 4.15 Variasi kata هلك dalam bentuk kata benda di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	لِمَهْلِكِهِمْ	1 kali: Al-Kahfi:59	Allah menghancurkan negeri-negeri yang terus-menerus melakukan dosa dan maksiat
2	مَهْلِكًا	1 kali: An-Naml:49	Kehancuran terjadi ketika manusia melakukan makar melawan hukum Allah
3	مُهْلِكًا	2 kali: Al-An'aam:131, Al-Qashash:59	Allah tidak menghancurkan suatu kaum tanpa memberikan peringatan terlebih dahulu
4	مُهْلِكُهُمْ	1 kali: Al-A'râf/7:164	Kehancuran adalah balasan bagi mereka yang terus melanggar larangan Allah
5	مُهْلِكُوهَا	1 kali: Al-Isrâ':58	Kehancuran adalah bagian dari sunnatullah yang berlaku bagi kaum yang melampaui batas

6	مُهْلِكُوا	1 kali: Al-'Ankabût/29:31	Kehancuran kaum seperti kaum Luth menjadi contoh nyata akibat dosa besar
7	مُهْلِكِي	1 kali: Al-Qashash:59	Kehancuran negeri ditentukan oleh Allah setelah datangnya rasul yang memberi peringatan
8	هَالِكٌ	1 kali: Al-Qashash:88	Semua yang ada akan binasa, kecuali Allah yang Maha Kekal
9	الْمُهْلِكِينَ	1 kali: Al-Mu'minuun:48	Kaum yang mendustakan nabi mereka dihancurkan sebagai balasan atas kezaliman mereka
10	الْمُهْلِكِينَ	1 kali: Yusuf:85	Kehancuran juga bisa bersifat emosional, seperti penderitaan akibat kehilangan yang besar

Berdasarkan kesimpulan makna ayat-ayat pada tabel tersebut, dapat dimengerti bahwa penggunaan kata *halak* dengan berbagai variasi bentuknya mencakupi makna kehancuran fisik, moral dan spiritual. Kehancuran tersebut sebagai akibat dari menolak kebenaran, menyimpang dari jalan Allah, kezhaliman, dosa dan kemaksiatan. Kehancuran sering kali merupakan bentuk adzab yang pasti diberikan kepada kaum yang melampaui batas, mengingkari rasul, atau merusak tatanan kehidupan

Salah satunya sebagaimana dalam QS. Hûd/11: 116-117 berikut: ⁹¹

فَلَوْلَا كَانَ مِنَ الْقُرُونِ مِنْ قَبْلِكُمْ أُولُوا بَقِيَّةَ يَنْهَوْنَ عَنِ الْفَسَادِ فِي الْأَرْضِ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّنْ أَنْجَيْنَا مِنْهُمْ وَاتَّبَعَ الَّذِينَ ظَلَمُوا مَا أُتْرِفُوا فِيهِ وَكَانُوا مُجْرِمِينَ ﴿١١٦﴾ وَمَا كَانَ رَبُّكَ لِيُهْلِكَ الْقُرَىٰ بِظُلْمٍ وَأَهْلِهَا مُصْلِحُونَ ﴿١١٧﴾

(116) Maka, mengapa tidak ada di antara generasi sebelum kamu sekelompok orang yang mempunyai keutamaan yang melarang (berbuat) kerusakan di bumi, kecuali sebagian kecil, yaitu orang yang telah Kami selamatkan di antara mereka? Orang-orang yang zalim hanya mementingkan kenikmatan dan kemewahan dan mereka adalah orang-orang yang berdosa. (117) Tuhanmu tidak akan membinasakan negeri-negeri secara zalim sedangkan penduduknya berbuat kebaikan. (QS. Hûd/11: 116-117)

Shihab menafsirkan bahwa sungguh sangat disayangkan pada masa

⁹¹ Oleh karena banyaknya ayat yang terkait term *halak* sebagaimana tabel tersebut, penulis membatasi uraian pembahasan term *halak* hanya pada surat Hûd/11: 116-117.

lampau, sebelum kehancuran dan adzab menimpa mereka, tidak ada satupun dari umat terdahulu yang dianugerahi dengan hikmah, jiwa yang suci, dan amal kebajikan yang senantiasa menentang dan mencegah terjadinya kerusakan di muka bumi. Hanya sebagian kecil saja, yaitu mereka yang Kami selamatkan, yang melaksanakan kewajiban tersebut. Sementara itu, mayoritas dari mereka yang telah tenggelam dalam kezaliman, tidak mampu mencegah terjadinya kemaksiatan dan kerusakan. Sebaliknya, mereka menjadi sombong dan terlena dengan kemewahan yang mereka nikmati, sehingga mereka melampaui batas dan terjerumus dalam dosa. Sikap pembangkangan mereka pun mendarah daging, sehingga mereka menjadi orang-orang yang zalim. Akibat dari kemaksiatan mereka yang meluas, Allah pun membinasakan mereka. Akan tetapi, hal ini bukanlah tindakan kezaliman dari Allah, karena Dia tidak pernah menganiaya seorang pun.⁹²

Az-Zuhaili menjelaskan bahwa Allah SWT menyebutkan dua sebab kehancuran umat-umat terdahulu. Pertama di antara mereka tidak ada sekelompok kaum yang mencegah kerusakan di muka bumi. Kedua, orang-orang zalim lebih mementingkan kenikmatan syahwat dunia sibuk memperebutkan kekuasaan. Menurut Az-Zuhaili orang-orang *zhalim* hanya mengikuti kemauan diri mereka sendiri. Yang dimaksud *alladziina zhalamu* menurutnya adalah orang yang meninggalkan *nahi munkar*.⁹³

Dengan demikian, dapat dimengerti bahwa ayat ini mengkritik umat-umat terdahulu yang tidak memiliki kelompok orang-orang bijak dan beriman yang dapat mencegah kerusakan dan kezaliman di masyarakat. Hanya sedikit orang beriman yang terselamatkan karena mereka mengingatkan umat mereka, tetapi mayoritas orang lalai dalam kemewahan duniawi dan melakukan dosa. Kezaliman dan kecintaan berlebihan pada dunia menjadi penyebab utama kehancuran umat.

2. Term Yang Menunjukkan Pada Kerusakan Secara Makna

a. Ujian (*balâ'*)

Kata *balâ'* – بلاء atau بلو dalam bahasa Arab, memiliki arti cobaan berat, bencana, kemalangan, musibah, wabah, kejahatan, cambuk.⁹⁴ Menurut KBBI IV Daring, kata *balâ'* berarti malapetaka, kemalangan, cobaan.⁹⁵ *Bala'* merupakan ujian atau cobaan, baik yang diberikan Allah Swt berupa kebaikan (*al-hasanat*) atau nikmat maupun yang berupa keburukan (*al-sayyi'at*) atau

⁹² M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Jilid 6...*, hal 371

⁹³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Munir Julid 6...*, hal. 425

⁹⁴ Almaany, "Terjemahan dan Arti بلاء di Kamus Istilah Semua Indonesia Arab, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/بلاء/> dan Almaany, "Terjemahan dan Arti بلو di Kamus Istilah Semua Indonesia Arab, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/بلو/>

⁹⁵ KBBI IV Daring, "Arti Kata Bala," Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/bala>

malapetaka. *Balâ'* dapat datang dari kejadian atau fenomena di alam semesta ini seperti gempa bumi, tsunami, banjir, tanah longsor, dan lain sebagainya. Bahkan, *balâ'* dapat datang dari diri manusia itu sendiri dan sosial kemasyarakatan (penyakit, kerusuhan, kekurangan, dan lain sebagainya).⁹⁶

Kata *balâ'* memiliki bentuk jamak yakni *balaya*.⁹⁷ Dalam Al-Quran, pengulangan kata *balâ'* sebanyak 38 kali pada 35 ayat.⁹⁸

Tabel 4.16 Variasi kata بَلَاء dalam bentuk kata benda di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	بَلَاء	5 kali: Al-Baqarah/2: 49; Al A'raf/7:141; Al-Anfâl/8:17; Ibrahim/14:6; Ad Dukhan/44 : 33	<i>Balâ'</i> dalam bentuk penyelamatan Bani Israil dari perbudakan Firaun sebagai ujian yang melibatkan rahmat dan kebesaran Allah
2	الْبَلَاء	1 kali: Ash Shaffaat/37: 106	<i>Balâ'</i> besar berupa ujian keimanan Nabi Ibrahim saat diperintahkan menyembelih putranya
3	مَبْتَلِيكُمْ	1 kali: Al-Baqarah/2: 249	<i>Balâ'</i> berupa ujian kepada tentara Thalut dengan larangan minum dari sungai sebagai penguji ketaatan
4	لَمَبْتَلِينَ	1 kali: Al Mukminun/23: 30	<i>Balâ'</i> berupa penyelamatan Nabi Nuh dan kaumnya dari banjir besar sebagai pelajaran bagi umat manusia

Tabel 4.17 Variasi kata بَلَاء dalam bentuk kata kerja di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	اِبْتَلَى	21 kali: Al-Baqarah/2: 124	Ujian besar yang dihadapi Nabi Ibrahim dalam rangka membentuknya sebagai pemimpin umat
2	اِبْتَلَاهُ	1 kali: Al Fajr/89: 15, 16	<i>Balâ'</i> dalam bentuk kekayaan dan kemiskinan sebagai ujian kesyukuran

⁹⁶ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 5...*, hal. 3545. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1*, hal. 302

⁹⁷ Abdul Mustaqim, "Teologi Bencana Dalam Perspektif Al-Qur'an," *Nun: Jurnal Studi Alquran dan Tafsir di Nusantara* 1, no. 1, 2015, hal. 99-100s

⁹⁸ Tanzil, "Kata Bala' Dalam Al-Qur'an," 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/>

			dan kesabaran manusia
3	وَأَنْتَبَلُونَكُمْ	1 kali: Al-Baqarah/2: 155	<i>Balâ'</i> berupa ketakutan, kelaparan, dan kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan sebagai ujian kesabaran
4	لِيَبْتَلِيَكُمْ	1 kali: Ali 'Imrân/3: 152	Ujian kekalahan sementara dalam Perang Uhud untuk menguji keimanan dan ketaatan umat Muslim
5	وَلِيَبْتَلِيَنِي	1 kali: Ali 'Imrân/3: 154	<i>Balâ'</i> berupa rasa takut dan kesedihan dalam peperangan sebagai bentuk pengujian iman
6	لَتَبْلُؤَنَّ	1 kali: Ali 'Imrân/3: 186	<i>Balâ'</i> berupa gangguan dari musuh dan tantangan hidup yang menguji kesabaran dan keimanan
7	وَإِتْلُوا	1 kali: An-Nisa/4:6	Ujian bagi wali dalam menjaga harta anak yatim hingga mereka mencapai kedewasaan
8	لِيَبْلُؤَكُمْ	4 kali: Al Maidah/5: 48, Al An'am/6: 165, Hûd/11:7, Al Mulk/67: 2	<i>Balâ'</i> berupa perbedaan hukum, kekuasaan di bumi, penciptaan hidup dan mati untuk menguji amal manusia
9	لِيَبْلُؤَنَّكُمْ	2 kali: Al Maidah/5: 94 Muhammad/47: 31	Ujian berupa hal-hal yang diharamkan atau diharamkan untuk menguji ketaatan dan kesabaran manusia
10	تَبْلُؤُهُمْ	1 kali: Al A'raf/7: 163	Ujian kepada kaum Yahudi melalui larangan bekerja di hari Sabtu sebagai pengujian ketaatan
11	وَبَلَّوْنَاهُمْ	2 kali: Al A'raf/7: 168; Al Qalam/68: 17	<i>Balâ'</i> berupa perubahan kondisi (kemakmuran/kesulitan) untuk menguji kesyukuran dan kesabaran
12	بَلَّوْنَا	1 kali: Al Qalam/68: 17	Ujian kepada pemilik kebun yang bersifat material untuk menguji keikhlasan dan rasa syukur
13	وَلِيَبْتَلِيَنِي	1 kali: Al-Anfâl/8: 17	<i>Balâ'</i> berupa kemenangan dalam perang yang merupakan ujian keyakinan dan tawakal kepada Allah
14	تَبْلُؤُو	1 kali: Yûnus/10: 30	Ujian di hari kiamat sebagai momen kebenaran setiap amal manusia menjadi jelas
15	يَبْلُؤُكُمْ	1 kali: An Nahl/16 :92	<i>Balâ'</i> berupa tanggung jawab menepati perjanjian untuk menguji

			komitmen manusia terhadap janji mereka
16	لِنَبْلُوهُمْ	1 kali: Al Kahf/18: 7	<i>Balâ'</i> berupa keindahan dunia sebagai ujian siapa yang terbaik amalnya
17	يَبْلَى	1 kali: Taha/20: 120	<i>Balâ'</i> berupa godaan Iblis kepada Adam di surga sebagai ujian awal manusia
18	وَنَبْلُوَكُمْ	1 kali: Al Anbiya/21:35	<i>Balâ'</i> berupa kematian dan kehidupan sebagai ujian manusia dalam menjalani kehidupan yang diberi Allah
19	لِيَبْلُوَنِي	1 kali: An Naml/27: 40	Ujian kepada Nabi Sulaiman untuk bersyukur atas nikmat kekuasaan dan pengetahuan
20	ابْتَلَى	1 kali: Al Ahzab/33: 11	<i>Balâ'</i> berupa ketakutan dalam perang sebagai ujian keimanan dan keikhlasan
21	لِيَبْلُوَ	1 kali: Muhammad/47: 4	<i>Balâ'</i> berupa peperangan untuk menguji kesabaran dan keberanian umat Muslim
22	وَنَبْلُو	1 kali: Muhammad/47: 31	<i>Balâ'</i> berupa ujian untuk menyaring siapa yang benar-benar berjihad dan sabar
23	نَبَّأْتِيهِ	1 kali: Al Insan/76: 2	Ujian manusia diciptakan dari nutfah untuk melihat siapa yang bersyukur atau kufur
24	تَبْلَى	1 kali: Thariq/86: 9	<i>Balâ'</i> berupa penghakiman di Hari Kiamat yang mengungkap seluruh amal manusia

Dalam Al-Qur'an, istilah *balâ'* seringkali diartikan untuk merujuk kepada ujian yang berupa kenikmatan. Ujian tersebut seperti kekayaan bahkan kemuliaan yang didapat seseorang. Selain itu, istilah *balâ'* juga dapat berupa keburukan seperti kemiskinan, kematian, kegagalan dan lain sebagainya.⁹⁹ Hal ini sebagaimana surat Al-Baqarah/2:155 berikut.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالشَّمْرِتِ وَالصَّبْرِينَ ﴿١٥٥﴾

Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan,

⁹⁹ Abdul Mustaqim, "Teologi Bencana Dalam Perspektif Al-Qur'an", *Nun: Jurnal Studi Alquran dan Tafsir di Nusantara 1*, No. 1, 2015, hal. 106

kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar. (Q.S Al-Baqarah/2:155)

Menurut Az-Zuhaili, dalam ayat ini bahwa Allah menjelaskan bahwa adakalanya kenikmatan diiringi dengan cobaan dan musibah. Tetapi tidak ada obatnya selain meminta pertolongan kepada Allah melalui sabar dan shalat. Sebab, kesabaran menguatkan tekad dan memperteguh kemauan dalam menghadapi kesulitan. Sedang shalat adalah induknya ibadah yang menjadi faktor ketenangan jiwa orang beriman.¹⁰⁰

Dalam tafsirnya, Buya Hamka menjelaskan bahwa ujian adalah bagian dari kehidupan manusia. Allah menguji keimanan, kesabaran, dan ketabahan melalui berbagai cobaan. Diantara bentuk ujian adalah: (1) rasa takut, yang bisa muncul dari ancaman musuh, penyakit, atau situasi tidak pasti, (2) kelaparan dan kekurangan makanan seperti yang dialami umat Islam di Madinah pada masa Nabi, ketika mereka menghadapi kesulitan ekonomi dan kelangkaan makanan, (3) kehilangan harta benda, seperti yang dialami para sahabat yang hijrah ke Madinah, meninggalkan harta mereka di Makkah, (4) kehilangan orang-orang tercinta, seperti keluarga atau sahabat yang gugur di medan perang seperti Perang Badar dan Uhud, (5) kehilangan hasil pertanian, seperti kerusakan tanaman akibat bencana, juga termasuk ujian. Bagi masyarakat agraris, gagal panen menjadi tantangan besar yang menguji kesabaran mereka.¹⁰¹

وَاذْأَنْجَيْنَكُم مِّنْ آلِ فِرْعَوْنَ يَسُومُونَكُمْ سُوءَ الْعَذَابِ يُقْتُلُونَ أَبْنَاءَكُمْ وَيَسْتَحْيُونَ نِسَاءَكُمْ وَفِي ذَلِكُمْ بَلَاءٌ مِّنْ رَبِّكُمْ عَظِيمٌ ﴿٤١﴾

(Ingatlah wahai Bani Israil) ketika Kami menyelamatkan kamu dari para pengikut Fir'aun yang menyiksa kamu dengan siksaan yang paling buruk. Mereka membunuh anak-anakmu yang laki-laki dan membiarkan hidup anak-anakmu yang perempuan. Pada yang demikian itu terdapat cobaan yang besar dari Tuhanmu. (QS. Al-A'râf/7:141)

Dalam Tafsir Al-Azhar, QS. Al-A'râf/7: 141 ini menyoroti pengalaman Bani Israil yang diselamatkan oleh Allah dari penindasan Fir'aun dan bala tentaranya. Allah mengingatkan Bani Israil akan nikmat besar yang diberikan-Nya ketika mereka diselamatkan dari penindasan Fir'aun. Fir'aun tidak hanya memperbudak mereka, tetapi juga membunuh anak laki-laki

¹⁰⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Manar Jilid 1...*, hal. 299

¹⁰¹ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 1...*, hal. 351-352

mereka dan membiarkan perempuan mereka hidup, tindakan yang merendahkan dan melumpuhkan mereka secara psikologis dan fisik.

Bencana sebagai ujian besar, penindasan juga disebut sebagai *balâ'* yang amat besar dari Allah. Dalam konteks bencana, ayat ini menunjukkan bahwa musibah atau ujian berat dapat menjadi sarana untuk menyadarkan manusia akan kekuasaan Allah dan pentingnya kembali kepada-Nya. Selain itu, keutamaan tauhid bani israil setelah diselamatkan, masih tergoda untuk meminta nabi mereka membuat tuhan lain dalam bentuk berhala, seperti yang mereka lihat dari bangsa-bangsa lain. Bahaya syirik, bahkan setelah menyaksikan mukjizat besar, mereka masih terjerumus dalam potensi syirik, yaitu menyembah selain Allah atau membuat perantara untuk beribadah.

Ayat ini menekankan pentingnya belajar dari sejarah, yaitu bagaimana Allah menyelamatkan umat-Nya dari bencana dan ujian besar, serta mengingatkan mereka untuk tetap bertauhid. Namun, manusia sering lupa akan nikmat dan peringatan Allah, sehingga kembali melakukan kesalahan yang sama. Orang Islam juga diingatkan untuk berhati-hati agar tidak terperosok dalam bentuk-bentuk syirik modern, seperti menggantungkan harapan kepada perantara selain Allah, meskipun dalam bentuk tradisi atau budaya.¹⁰²

Berdasarkan hal tersebut di atas, menunjukkan bahwa *balâ'* adalah ujian dari Allah untuk menguji iman, kesabaran, syukur, dan keikhlasan manusia. Ujian dapat berupa kenikmatan atau kesulitan, kemenangan atau kekalahan, dan kehidupan dunia atau kematian akhirat. Semuanya dimaksudkan untuk membentuk karakter dan menunjukkan siapa yang terbaik amalnya. Jika manusia berhasil melewatinya dengan tetap bertauhid, mereka akan mendapatkan pertolongan dan nikmat yang lebih besar. Sebaliknya, jika manusia lalai dan mencari pertolongan kepada selain Allah, bencana tersebut dapat berujung pada kehancuran spiritual.

b. Kekacauan (*fitnah*)

Kata *fitnah* – فِتْنَةٌ dalam bahasa Arab berarti hasutan, kekacauan, godaan, gangguan, kegelisahan, keributan, huru-hara; yang menggiurkan, menggoda, glamor, sihir, godaan, pedekatan. Sedangkan di dalam al-Qur'an kata فِتْنَةٌ sering diartikan sebagai bencana, cobaan, percobaan, ujian, *fitnah*.¹⁰³ Menurut Ibn Manzur dalam kitabnya *Lisan al-'Arab*, makna dari kata *fitnah* berbeda-beda tergantung konteksnya, antara lain: cobaan atau ujian kufur, syirik, penganiayaan, bencana dan lain-lain.¹⁰⁴ Kadang-kadang *fitnah* ini datangnya dari Allah dan terkadang pula dari manusia, seperti sakit, musibah,

¹⁰² Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 4...*, hal. 2494

¹⁰³ Almaany, "Terjemahan dan Arti فِتْنَةٌ di Kamus Istilah Quran Indonesia Arab", 2010-2024, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/فتنة/>

¹⁰⁴ Ibn Manzur. *Lisān al-'Arab*, Mesir: Dar al Miṣriyah, [t.th]), jilid XVII, 193-4.

kematian, adzab dan kejadian-kejadian yang tidak disukai lainnya.¹⁰⁵ Fitnah juga dapat diartikan sebagai sebuah peristiwa yang muncul dari hubungan antar manusia yang melahirkan dampak negatif berupa kematian, ketakutan, kesesatan, kesengsaraan, dan kericuhan atau kekacauan.¹⁰⁶

Menurut KBBI IV Daring, secara etimologi fitnah berarti: (1) perkataan bohong atau tanpa berdasarkan kebenaran yang disebarakan dengan maksud menjelekkkan orang (seperti menodai nama baik, merugikan kehormatan orang); (2) perbuatan yang menimbulkan kekacauan, seperti mengusir orang lain dari kampung halamannya, merampas harta, menyakiti orang lain, menghalangi dari jalan Allah, atau melakukan kemusyrikan.¹⁰⁷ Kata fitnah disebutkan di dalam Al-Quran sebanyak 60 kali dalam 58 ayat, yaitu 37 kali dalam bentuk kata benda dan 23 kali dalam bentuk kata kerja sebagaimana pada Tabel 4.18 dan Tabel 4.19.¹⁰⁸

Tabel 4.18 Variasi kata فِتْنَةٌ dalam bentuk kata benda di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Jumlah Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	بِفْتَنَيْنِ	1 kali :Ash-Shâffât:162	Fitnah dalam konteks iblis yang tidak memiliki kekuasaan atas orang-orang yang ikhlas
2	فِتْنًا	1 kali :Thâhâ/20:40	Fitnah berupa ujian yang dialami Nabi Musa sejak kecil sebagai bagian dari rencana Allah
3	فِتْنَةٌ	10 kali :Al-Anfâl/8:25, Yûnus/10:85, Al-Isrâ'/17:60, Al-Anbiyâ'/21:35, Al-Hajj/22:53, Al-Furqân/25:20, Ash-Shâffât/37:63, Al-Qamar:27, Al-	Fitnah sebagai ujian yang dapat menimpa orang beriman maupun tidak beriman untuk menguji keimanan

¹⁰⁵ “Kosakata 460: fitnah”, Kamus Al-Qur'an, *Aplikasi Tafsir Ibnu Kasir*, Versi 6.19, update 2024.

¹⁰⁶ Ilham, “Istilah-Istilah Bencana Dalam Islam, Apa Saja?”, <https://muhammadiyah.or.id/2022/11/istilah-istilah-bencana-dalam-islam-apa-saja/>

¹⁰⁷ KBBI IV Daring, “Arti Kata Fitnah,” Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/fitnah>

¹⁰⁸ Tanzil, “Kata Fitnah Dalam Al-Qur'an,” 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/فتن>

		Mumtahinah/60:5, Al- Muddaththir/74:31	
4	فِتْنَةٌ	11 kali :Al- Baqarah/2:102, 193, Al- Maidah/5:71, Al- Anfâl/8:28, 39, 73, Al-Anbiyâ'/21:111, Al-Hajj:11, An- Nûr/24:63, Az- Zumar:49, At- Taghaabun:15	Fitnah dalam bentuk cobaan, godaan, atau penghalang untuk mencapai jalan yang benar
5	فِتْنَةٌ	1 kali :Al- 'Ankabût/29:10	Fitnah dalam bentuk ujian keimanan bagi orang-orang yang lemah iman ketika menghadapi tantangan
6	فِتْنَتِكُمْ	1 kali :Adz- Dzâriyât/51:14	Fitnah sebagai hukuman neraka bagi orang-orang yang mendustakan kebenaran
7	فِتْنَتُهُ	1 kali :Al- Maidah/5:41	Fitnah berupa hati yang rusak sehingga mereka mudah berpaling dari kebenaran
8	فِتْنَتِكَ	1 kali :Al- A'râf/7:155	Fitnah sebagai ujian yang menimpa Bani Israil untuk membuktikan siapa yang sabar dan taat
9	فِتْنَتُهُمْ	1 kali :Al- An'âm/6:23	Fitnah sebagai dalih atau alasan palsu yang digunakan orang kafir di Hari Kiamat
10	وَالْفِتْنَةُ	2 kali :Al- Baqarah/2:191, 217	Fitnah sebagai gangguan terhadap agama yang lebih buruk dari pembunuhan
11	الْفِتْنَةَ	3 kali :At- Taubah/9:47, 48, Al-Ahzâb:14	Fitnah berupa hasutan atau pengkhianatan yang dilakukan oleh orang munafik
12	الْفِتْنَةِ	3 kali :Ali 'Imrân/3:7, An- Nisâ/4:91, At- Taubah/9:49	Fitnah dalam bentuk penyimpangan atau kekacauan yang menguji keimanan seseorang
13	الْمَفْتُونُ	1 kali :Al-Qalam:6	Fitnah berupa arogansi atau

		kesombongan yang membawa kehancuran
--	--	-------------------------------------

Tabel 4.19 Variasi kata **فِتْنَةٌ** dalam bentuk kata kerja di dalam Al-Qur'an

No	Bentuk kata	Jumlah Pengulangan pada Ayat Al-Qur'an	Interpretasi Makna Ayat
1	تَفْتِيحٌ	1 kali: At-Taubah:49	Fitnah berupa ketakutan terhadap godaan dunia yang memalingkan seseorang dari kebenaran
2	تُفْتَنُونَ	1 kali: An-Naml:47	Fitnah berupa tuduhan palsu yang dilontarkan oleh kaum yang menolak kebenaran
3	فَتْنًا	1 kali: Al-Hadid:14	Fitnah berupa penyesalan di Hari Kiamat bagi orang yang tertipu oleh dunia
4	فَتْنًا	1 kali: Al-Buruj:10	Fitnah berupa penyiksaan terhadap orang-orang beriman sebagai ujian atas keteguhan mereka
5	فَتْنًا	5 kali: Al-An'am:53, Thaha:85, Al-'Ankabût:3, Shad:34, Ad-Dukhan:17	Fitnah sebagai ujian yang membedakan antara yang benar dan salah
6	فَتْنًا	1 kali: Shaad:24	Fitnah berupa kesalahan manusia yang membutuhkan pengampunan Allah
7	فَتْنًا	1 kali: Thaahaa:90	Fitnah berupa penyembahan anak sapi oleh kaum Nabi Musa sebagai ujian keimanan
8	فَتْنًا	1 kali: An-Nahl:110	Fitnah berupa penganiayaan yang dialami orang-orang beriman sebelum hijrah
9	لِيُفْتِنُوكَ	1 kali: Al-Isrâ':73	Fitnah berupa godaan kepada Nabi Muhammad ﷺ untuk menyimpang dari wahyu
10	لِيُفْتِنَهُمْ	1 kali: Thaahaa:131	Fitnah berupa godaan terhadap kemewahan dunia yang dapat

			melalaikan manusia dari akhirat
11	لِنَقُتِبَهُمْ	<i>1 kali: Al-Jinn:17</i>	Fitnah berupa peringatan yang diberikan kepada manusia untuk menguji siapa yang bertobat
12	وَفِتْنَاكَ	<i>1 kali: Thaahaa:40</i>	Fitnah berupa pengalaman hidup Nabi Musa yang membentuknya menjadi rasul
13	يَفْتِنُكُمْ	<i>1 kali: An-Nisa:101</i>	Fitnah berupa gangguan dari orang kafir yang dapat membahayakan umat Islam
14	يَفْتِنُكُمْ	<i>1 kali: Al-A'râf/7:27</i>	Fitnah berupa tipu daya setan yang terus menggoda manusia
15	يَفْتِنُهُمْ	<i>1 kali: Yûnus:83</i>	Fitnah berupa tekanan dari Firaun kepada kaum Nabi Musa yang lemah iman
16	يَفْتِنُوكَ	<i>1 kali: Al-Maidah:49</i>	Fitnah berupa ketertarikan kepada hukum selain dari Allah sebagai ujian
17	يَفْتِنُونَ	<i>1 kali: At-Taubah:126, Al-'Ankabût/29:2, Adz-Dzâriyât/51:13</i>	Fitnah sebagai ujian yang menunjukkan siapa yang benar-benar beriman

Berdasarkan tabel tersebut, ayat-ayat ini menunjukkan bahwa kata fitnah memiliki berbagai makna, termasuk ujian keimanan, godaan duniawi, gangguan agama, hasutan, cobaan dalam bentuk kesulitan, maupun kenikmatan. Semua bentuk fitnah bertujuan untuk menguji keimanan manusia, membedakan yang benar dari yang salah, dan menunjukkan keteguhan hati seseorang di jalan Allah. Menurut Ad Damaghani, kata fitnah dan berbagai variasi bentuknya dalam Al-Qur'an digunakan untuk sebelas pemakaian, yaitu: kemusyrikan; kekafiran; adzab; ujian dan cobaan; dibakar dengan api; pembunuhan; dihalang-halangi dari jalan yang benar; kesesatan dan kebingungan; uzur; kesukaran; dan gila.¹⁰⁹

Diantaranya penulis akan memberikan ulasan singkat terkait QS. Al-Baqarah/2:191 dan QS. Al-Anfâl/8:25 berikut.¹¹⁰

¹⁰⁹ “Kosakata 460: fitnah”, Kamus Al-Qur'an, *Aplikasi Tafsir Ibnu Kasir*, Versi 6.19, update 2024.

¹¹⁰ Penulis membatasi hanya pada dua ayat tersebut, tidak seluruh ayat yang mengandung term fitnah, karena terlalu luasnya pembahasan.

وَأَقْتُلُوهُمْ حَيْثُ تَقِفْتُمُوهُمْ وَأَخْرِجُوهُمْ مِّنْ حَيْثُ أَخْرَجْتُمُوهُمْ وَالْفِتْنَةُ أَشَدُّ مِنَ الْقَتْلِ وَلَا تَقْتُلُوهُمْ عِنْدَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ حَتَّى يُقْتَلُوا فِيهِ فَإِن قُتِلُوا فَاقْتُلُوهُمْ كَذَلِكَ جَزَاءُ الْكٰفِرِينَ ﴿١٩١﴾

Bunuhlah mereka (yang memerangimu) di mana pun kamu jumpai dan usirlah mereka dari tempat mereka mengusirmu. Padahal, fitnah itu lebih kejam daripada pembunuhan. Lalu janganlah kamu perangi mereka di Masjidilharam, kecuali jika mereka memerangimu di tempat itu. Jika mereka memerangimu, maka perangilah mereka. Demikianlah balasan bagi orang-orang kafir. (QS. Al-Baqarah/2: 191)

Menurut Al-Qur'an dan Tafsirnya Kementerian Agama, *fitnah* dalam ayat ini adalah perbuatan yang menimbulkan kekacauan, seperti mengusir orang dari kampung halamannya, merampas harta, menganiaya/menyakiti orang lain, menghalangi orang dari jalan Allah Swt., atau melakukan kemusyrikan.¹¹¹ Dalam Al-Qur'an, kata *fitnah* digunakan untuk menyatakan sejumlah makna sesuai dengan konteksnya, seperti 'ujian', 'cobaan', 'adzab', 'menghalangi kebenaran', dan 'mengusir orang dari kampung halamannya'.

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa sebab turunnya adalah kezhaliman yang dilakukan oleh orang-orang kafir kepada Nabi Muhammad ﷺ dan para kaum Muslimin lainnya. *Asbâbun Nuzûl* ayat ini berkaitan dengan perintah membela diri terhadap kezhaliman kaum musyrikin Quraisy yang telah memfitnah, menyiksa, dan mengusir kaum Muslimin dari tanah air mereka. Ayat ini menegaskan bahwa *fitnah* dan kerusakan merupakan bentuk bencana sosial yang dampaknya lebih buruk daripada pembunuhan, karena dapat menghancurkan stabilitas dan keharmonisan masyarakat.¹¹² Dalam menghadapi bencana sosial seperti ini, Al-Qur'an menggarisbawahi pentingnya langkah preventif dan reaktif melalui penegakan hukum dan keadilan untuk menjaga stabilitas dan kedamaian umat.

QS. Al-Baqarah/2:191 yang menceritakan tentang bahayanya *fitnah* juga memiliki hubungan dengan QS. Al-Anfâl/7: 25:

وَاتَّقُوا فِتْنَةً لَا تُصِيبَنَّ الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْكُمْ خَاصَّةً وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢٥﴾

Peliharalah dirimu dari siksaan yang tidak hanya menimpa orang-orang yang

¹¹¹ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid I...*, hal. 289

¹¹² Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid I...*, hal. 446-447

zalim saja di antara kamu. Ketahuilah bahwa Allah Mahakeras hukumannya. (QS. Al-Anfâl/7: 25)

Az-Zuhaili ketika menafsirkan ayat tersebut menjelaskan sebab turunnya ayat 25 ini. Disebutkan oleh Zubair bin Awwam, Hasan al-Bashri dan as-Sudiy dan yang lain bahwa ia turun berkenaan dengan Perang Jamal tahun 36 H. Zubair berkata, 'Ayat ini turun tentang kami. Kami telah membacanya beberapa lama dan kami tidak menyangka bahwa kami yang dimaksud, ternyata memang kami yang dimaksud ayat tersebut.' Hasan berkata, 'Ayat ini turun berkenaan dengan Ali, Ammar; Thalhan dan Zubair yaitu khususnya tentang Perang famal.' As-Sudiy berkata, 'Ayat tersebut turun tentang para ahli Badar namun mereka berperang pada saat Perang Jamal. Diriwayatkan bahwa suatu ketika Zubair berjalan bersama Nabi saw., tiba-tiba datangnya Ali. Zubair tersenyum padanya. Kemudian Rasulullah ﷺ bertanya kepada Zubair, "Bagaimana cintamu kepada Ali?" Ia menjawab, "Wahai Rasulullah, ibu dan ayahku menjadi tebusanmu, sesungguhnya aku mencintainya seperti cintaku kepada anakku atau bahkan lebih lagi." Rasulullah ﷺ bersabda, "Bagaimana nanti kalau seandainya engkau malah datang untuk memerangnya?". Lalu Az-Zuhaili mengutip perkataan Ibnu Abbas bahwa ayat ini diturunkan terkait perintah Allah kepada para sahabat Rasulullah SAW untuk tidak membiarkan kemungkaran di antara mereka, karena adzab Allah dapat menimpa semua pihak, baik yang zalim maupun yang saleh. Penafsiran ini didukung oleh banyak hadits shahih seperti dalam Shahih Muslim dari Zainab bin Fahsy, ia bertanya kepada Rasulullah ﷺ, "Wahai Rasulullah, apakah kita mungkin akan dibinasakan sementara di antara kita ada orang-orang yang saleh?" Rasulullah ﷺ menjawab, "Ya, kalau sudah banyak kekotoran (maksiat)".

Kemudian Az-Zuhaili menyimpulkan bahwa orang banyak juga akan mendapat siksa disebabkan dosa orang-orang tertentu. Di samping itu, sebuah adzab berhak ditimpakan ketika amar ma'ruf dan nahi munkar sudah ditinggalkan.¹¹³

Fitnah pertama yang terjadi di masa Utsman bin Affan menjadi awal sejarah konflik internal di kalangan Muslim, termasuk Perang Jamal, Shiffin, dan pembunuhan Husain. Fitnah ini juga memicu munculnya bid'ah serta berbagai kemungkaran. Hingga kini, fitnah serupa terus muncul dalam bentuk nasionalisme, perpecahan agama, serta fragmentasi umat Islam ke dalam berbagai kelompok dan partai politik.

Dalam ayat ini, Allah Swt mengingatkan untuk menjauhi dan melindungi diri dari fitnah, karena fitnah adalah ancaman besar yang dapat merusak kehidupan bermasyarakat. Awalnya, fitnah bermakna ujian atau

¹¹³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 5...*, hal. 269 dan 272-273

cobaan, tetapi kemudian berkembang menjadi konflik dan perpecahan akibat hasutan, tuduhan, atau perilaku curang antarindividu atau kelompok. Fitnah menimbulkan suasana penuh kecurigaan, saling menyalahkan, dan kecemburuan, sehingga mengganggu keamanan dan kedamaian. Dampaknya tidak hanya dirasakan oleh pelaku kezaliman atau pihak bersalah, tetapi juga oleh orang-orang yang tidak terlibat, baik yang jujur maupun yang curang. Fitnah sangat berbahaya karena dapat menghancurkan persatuan umat atau bangsa. Padahal, persatuan harus bertumpu pada keimanan kepada Allah dan mengutamakan kepentingan bersama di atas kepentingan pribadi atau kelompok. Ketika ego lebih diutamakan, fitnah mudah menyusup, mengakibatkan kerichuan, dan meruntuhkan stabilitas yang telah dibangun dengan susah payah..¹¹⁴

Konteks ini memiliki relevansi kuat dengan QS Al-Baqarah/2: 191, yang menyebut bahwa fitnah lebih buruk daripada pembunuhan. Ayat ini menegaskan bahwa tindakan memfitnah, mengusik kedamaian, dan memecah belah masyarakat membawa dampak yang jauh lebih destruktif dibandingkan hilangnya nyawa. Dalam perspektif ini, fitnah merupakan bencana sosial yang harus dihindari dan dicegah melalui persatuan, ketaatan kepada Allah, serta penegakan keadilan.

Seperti yang diperingatkan dalam tafsir ayat di atas, menjaga kesatuan dan disiplin adalah kunci keberhasilan suatu komunitas, sebagaimana kemenangan dalam Perang Badar dicapai melalui persatuan yang kokoh. Ketika fitnah muncul, hal itu berpotensi menghancurkan kesatuan yang telah terbangun. Oleh karena itu, Al-Qur'an memberikan peringatan tegas untuk menjauhi fitnah agar tidak menciptakan kehancuran dari dalam yang merugikan semua pihak.

c. Siksaan ('*adzâb*)

Kata '*adzâb* – عَذَابٌ dalam bahasa Arab berarti siksaan, kesakitan, nyeri sekali, kesedihan mendalam, sakit, penderitaan.¹¹⁵ Di dalam Al Mu'jam Al Arabi lafadz '*adzâb* bermakna kesakitan yang kuat menimpa tubuh dan jiwa, atau bermakna siksaan, hukuman dan setiap yang memberatkan diri atau jiwa.¹¹⁶ Menurut KBBI IV Daring, kata adzab berarti: (1) siksa Tuhan yang diganjarkan kepada manusia yang meninggalkan perintah dan melanggar larangan agama, (2) siksaan.¹¹⁷

Menurut bahasa, '*adzâb* memiliki kandungan makna yakni air dingin

¹¹⁴ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 4...*, hal. 2724-2725

¹¹⁵ Almaany, "Terjemahan dan Arti عَذَابٌ di Kamus Istilah Semua Indonesia Arab", 2010-2024, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/عذاب>

¹¹⁶ "Kosakata 384: adzab", Kamus Al-Qur'an, Aplikasi Tafsir Ibnu Kasir, Versi 6.19, update 2024.

¹¹⁷ KBBI IV Daring, "Arti Kata Adzab," Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/adzab>

yang segar, sangat lapar dan haus dan tidak tidur sepanjang malam. Sebagian ahli bahasa mengartikan ‘*adzâb* ini dengan air yang terkena kotoran dan kemudian menjadi keruh warnanya dan kemudian air tersebut berlumut. Dalam hal ini ‘*adzâb* dapat dipahami bahwa dapat menimbulkan kehidupan yang rumit.¹¹⁸ Kejadian yang dikategorikan sebagai ‘*adzab* dapat mencakup fenomena alam dahsyat seperti tsunami, tanah longsor, banjir, letusan gunung berapi, dan gempa bumi, serta peristiwa sosial besar seperti peperangan dan berbagai ancaman sosial lainnya. Semua ini berfungsi sebagai pengingat bagi manusia untuk kembali ke jalan yang benar mematuhi ketentuan Allah Swt.¹¹⁹

Di dalam Al-Quran kata ‘*adzab* disebut sebanyak 373 kali pada 336 ayat.¹²⁰ Diantaranya term *adzab* dalam QS. Ali ‘Imrân/3: 77 dan QS. Al-‘Ankabût/29:40 berikut.

إِنَّ الَّذِينَ يَشْتَرُونَ بِعَهْدِ اللَّهِ وَأَيْمَانِهِمْ ثَمَنًا قَلِيلًا أُولَٰئِكَ لَا خَلَاقَ لَهُمْ فِي الْآخِرَةِ وَلَا يُكَلِّمُهُمُ اللَّهُ وَلَا يَنْظُرُ إِلَيْهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلَا يُزَكِّيهِمْ^ط وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴿٧٧﴾

Sesungguhnya orang-orang yang memperjualbelikan janji Allah dan sumpah-sumpah mereka dengan harga murah, mereka itu tidak memperoleh bagian di akhirat, Allah tidak akan menyapa mereka, tidak akan memperhatikan mereka pada hari Kiamat, dan tidak akan menyucikan mereka. Bagi mereka adzab yang pedih. (QS. Ali ‘Imrân/3: 77)

Ayat tersebut mengingatkan dengan tegas tentang bahaya menyalahgunakan janji atau sumpah atas nama Allah untuk meraih keuntungan duniawi yang sepele. Ayat ini menyoroti bahwa tindakan seperti itu tidak hanya menodai kesucian nama Allah, tetapi juga melanggar prinsip kejujuran. Meskipun keuntungan duniawi yang didapat tampak menggoda, nilainya sangat kecil dibandingkan dengan balasan di akhirat. Akibatnya, mereka yang melakukan perbuatan ini akan kehilangan kesempatan untuk meraih kebahagiaan di akhirat, tidak menerima rahmat Allah, tidak disucikan dari dosa, dan menghadapi siksa yang pedih di neraka. Ayat ini menegaskan pentingnya menjaga kejujuran dalam ucapan dan janji, serta mengingatkan

¹¹⁸ Mustajib Daroini and Tutik Hamidah, “Musibah Dalam Perspektif Al-Qur’an: Pendekatan Tafsir Maudu’i,” *Journal of Qur’an and Hadith Studies* 10, no. 2, 2021, hal. 209

¹¹⁹ Ilham, “Istilah-Istilah Bencana Dalam Islam, Apa Saja?,” <https://muhammadiyah.or.id/2022/11/istilah-istilah-bencana-dalam-islam-apa-saja/>

¹²⁰ Tanzil, “Kata Adzab Dalam Al-Qur’an”, 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/عذاب>. Pada bagian ini penulis tidak menguraikannya dalam bentuk tabel seperti pada bagian-bagian sebelumnya dikarenakan banyaknya pengulangan kata tersebut.

bahwa tujuan hidup seharusnya lebih mengutamakan balasan akhirat dibandingkan kenikmatan duniawi yang sementara. Ancaman adzab ini menjadi pengingat agar manusia berhati-hati dalam menggunakan nama Allah untuk sumpah, karena dampaknya sangat berat di akhirat.

QS Ali ‘Imrân/3: 77 juga mengulas perilaku orang-orang yang dengan mudah mempermainkan janji dan sumpah demi keuntungan materi yang kecil. Salah satu riwayat terkait ayat ini menyebutkan tentang seorang Muslim bernama Asy’ast yang berselisih dengan seorang Yahudi mengenai kepemilikan tanah. Ketika Asy’ast kekurangan bukti, pihak Yahudi memenangkan sengketa dengan sumpah palsu. Ayat ini mengingatkan umat Islam untuk tidak meniru perilaku tersebut, karena akibatnya di akhirat sangatlah berat: mereka kehilangan hak di akhirat, dihukum dengan siksaan yang menyakitkan, dan Allah tidak peduli kepada mereka.

Riwayat lainnya mengisahkan seorang pedagang yang bersumpah palsu di pasar demi meningkatkan harga jual barangnya, sekalipun merugikan orang lain. Meskipun ia memperoleh keuntungan duniawi, konsekuensi yang menantinya di akhirat jauh lebih besar: adzab pedih, diabaikan oleh Allah, dan tidak pernah disucikan dari dosa. Selain itu, terdapat pula kisah kaum Yahudi yang memanipulasi ayat-ayat Taurat melalui sumpah palsu untuk memenangkan argumen dengan cara curang. Berbagai riwayat ini memperlihatkan betapa besar dosa yang ditimbulkan dari menggunakan sumpah untuk kebohongan.¹²¹

Dalam konteks dimensi bencana menurut Al-Qur’an, ayat ini menunjukkan bahwa kebohongan dan pelanggaran sumpah adalah bentuk kerusakan moral yang dapat mengarah pada bencana sosial. Ketidakjujuran dan manipulasi kebenaran memicu hilangnya kepercayaan dalam masyarakat, menciptakan ketidakadilan, dan merusak tatanan kehidupan bersama. Dalam pandangan Al-Qur’an, menjaga integritas dalam janji dan sumpah adalah langkah preventif untuk mencegah kerusakan lebih besar yang dapat merusak stabilitas sosial dan membawa bencana di dunia maupun di akhirat.

Selain itu, ayat yang relevan terkait adzab yaitu terdapat pada QS. Al-‘Ankabût ayat 40. Di jelaskan di dalam surat ini bahwa Allah akan memusnahkan mereka (umat manusia) yang ingkar kepada-Nya dan Rasul-Nya.

فَكُلًّا أَخَذْنَا بِذَنْبِهِ فَمِنْهُمْ مَّنْ أَرْسَلْنَا عَلَيْهِ حَاصِبًا وَمِنْهُمْ مَّنْ أَخَذَتْهُ الصَّيْحَةُ وَمِنْهُمْ مَّنْ خَسَفْنَا بِهِ الْأَرْضَ وَمِنْهُمْ مَّنْ أَغْرَقْنَا وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيظْلِمَهُمْ وَلَكِنْ كَانُوا أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴿٤٠﴾

Masing-masing (dari mereka) Kami adzab karena dosanya. Di antara mereka

¹²¹ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 2...*, hal. 813-815

ada yang Kami timpakan angin kencang (yang mengandung) batu kerikil, ada yang ditimpa suara keras yang mengguntur, ada yang Kami benamkan ke dalam bumi, dan ada pula yang Kami tenggelamkan. Tidaklah Allah menzalimi mereka, tetapi merekalah yang menzalimi dirinya sendiri. (QS. Al-‘Ankabût/29:40)

Surat Al-‘Ankabût/29: 40 berbicara tentang bagaimana setiap kaum yang mendustakan nabi-nabi Allah dan melakukan dosa akan menerima adzab yang setimpal dengan kesalahan mereka. Dalam ayat ini, Allah menjelaskan bahwa setiap kaum yang dihukum memiliki siksaan yang sesuai dengan dosa-dosa mereka, seperti yang terjadi pada kaum 'Ad yang dihancurkan dengan hujan batu, kaum Tsamud yang dihancurkan dengan suara pekikan keras, Qarun yang ditenggelamkan ke dalam bumi, dan Fir'aun yang tenggelam di lautan. Semua hukuman ini merupakan bentuk keadilan Allah terhadap mereka yang telah aniaya terhadap diri mereka sendiri.¹²²

Asbâbun nuzûl ayat ini berhubungan dengan penentangan dan perlawanan terhadap nabi-nabi Allah oleh berbagai kaum yang tidak mau menerima wahyu-Nya. Ayat ini turun untuk mengingatkan umat manusia tentang akibat dari kebencian, penolakan terhadap kebenaran, dan kesombongan yang menyebabkan kehancuran sebuah umat. Allah menurunkan adzab-adzab tersebut sebagai balasan terhadap dosa mereka yang telah mendustakan dan menentang para rasul-Nya.¹²³

Kontekstualitasnya terhadap dimensi bencana menurut perspektif al-qur'an adalah bahwa bencana yang menimpa suatu kaum merupakan bentuk hukuman yang setimpal dengan dosa-dosa yang mereka lakukan. Adzab-adzab yang diterima oleh kaum-kaum yang disebutkan dalam ayat ini menggambarkan betapa pentingnya keadilan Allah, di mana setiap individu atau umat yang melanggar perintah-Nya dan melakukan kejahatan akan menghadapi akibat yang sesuai dengan perbuatan mereka. Bencana yang terjadi bukanlah karena Allah ingin menganiaya, melainkan sebagai hasil dari tindakan mereka yang aniaya terhadap diri mereka sendiri, akibat menentang kebenaran dan tidak mengikuti petunjuk Allah. Dengan demikian, bencana atau adzab ini merupakan bentuk peringatan bagi umat manusia agar tidak mengabaikan ajaran Allah, dan untuk menjaga kedamaian dan keadilan di dunia.

d. Sanksi atas pelanggaran (*'Iqâb*)

Kata عقاب dalam bahasa Arab berarti hukuman, balasan, sanksi, ganjaran.¹²⁴ Dalam KBBI Daring, hukuman diartikan sebagai siksa dan

¹²² Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 7...*, hal. 5431

¹²³ Abdulkarim Abdul Malik Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 7...*, hal. 5431-5432.

¹²⁴ Almaany, "Terjemahan dan Arti عقاب di Kamus Istilah Semua Indonesia Arab",

sebagainya yang dikenakan kepada orang yang melanggar undang-undang dan sebagainya, atau berarti keputusan yang dijatuhkan hakim.¹²⁵

Iqab mengacu pada peristiwa yang Allah timpakan kepada manusia sebagai akibat dari mendustakan Allah dan Rasul-Nya. Peristiwa ini bersifat menyakitkan dan membawa kerugian bagi manusia. Selain itu, iqab juga merupakan bentuk "balasan" atas tindakan yang dilakukan manusia di dunia. Namun, jika manusia mampu memahami ketentuan Allah dan mempertimbangkan dampak perilakunya terhadap diri sendiri dan lingkungan, maka ia dapat terhindar dari iqab.¹²⁶ Menurut istilah Iqab dapat diartikan sebagai sebuah metode pendidikan yang memiliki tujuan untuk memperbaiki sikap maupun akhlak seseorang yang sedang menempuh pendidikan dengan cara memberikan sebuah hukuman yang membuat jera.¹²⁷

Kata *iqab* dengan berbagai variasi bentukannya disebutkan di dalam Al-Quran sebanyak 80 kali dalam 74 ayat.¹²⁸ Salah satunya adalah QS. Al-Maidah/5: 98 berikut.

اعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ وَأَنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿٩٨﴾

Ketahuiilah bahwa Allah sangat keras hukuman-Nya dan bahwa Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (QS. Al-Maidah/5: 98)

Ayat ini menjelaskan dua sifat Allah yang saling melengkapi: Maha Keras Hukuman-Nya (*Syadîdul 'Iqab*) dan Maha Pengampun lagi Maha Penyayang (*Ghafûrur Rahîm*). Allah menegakkan keadilan dengan memberikan hukuman berat bagi yang melanggar aturan-Nya, namun tetap membuka pintu rahmat dan ampunan bagi mereka yang bertobat. Pesan utama ayat ini adalah tanggung jawab manusia untuk menaati hukum Allah, menjauhi dosa, dan memperbanyak amal kebaikan. Selain itu, ayat ini menjadi pengingat bahwa pelanggaran dapat mendatangkan adzab, sementara rahmat

2010-2024, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/عقب>. KBBI IV Daring, "Arti Kata Fitnah," Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/fitnah>

¹²⁵ KBBI IV Daring, "Arti Kata Hukuman," Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/hukuman>

¹²⁶ Ilham, "Istilah-Istilah Bencana Dalam Islam, Apa Saja?," <https://muhammadiyah.or.id/2022/11/istilah-istilah-bencana-dalam-islam-apa-saja/>

¹²⁷ Vioni Oktarini Zuhriati, Sulaiman Horta Siregar, "Hakikat Iqab Dan Hukuman Dalam Pendidikan Islam," *Jurnal Kajian Pendidikan Islam dan Keagamaan*, Vol. 7 No. 4, 2023, hal. 291.

¹²⁸ Tanzil, "Kata Adzab Dalam Al-Qur'an", 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/عقب>. Pada bagian ini penulis tidak menguraikannya dalam bentuk tabel seperti pada bagian-bagian sebelumnya dikarenakan banyaknya pengulangan kata tersebut.

Allah tersedia bagi yang mau introspeksi dan memperbaiki diri. QS. Al-Maidah/5:98 menekankan sifat edukatif Allah, di mana bencana sering kali berfungsi sebagai peringatan agar manusia kembali kepada-Nya dan memperbaiki hubungan spiritual mereka.¹²⁹

سَلِّ بِبَنِي إِسْرَائِيلَ كَمَا آتَيْنَاهُمْ مِنْ آيَةٍ بَيِّنَةٍ وَمَنْ يُبَدِّلْ نِعْمَةَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَتْهُ فَإِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ
الْعِقَابِ ﴿٢١١﴾

Tanyakanlah kepada Bani Israil, “Berapa banyak bukti nyata (kebenaran) yang telah Kami anugerahkan kepada mereka?” Siapa yang menukar nikmat Allah (dengan kekufuran) setelah (nikmat itu) datang kepadanya, sesungguhnya Allah Mahakeras hukuman-Nya. (QS. Al-Baqarah/2: 211)

Az-Zuhaili menjelaskan tafsir ayat tersebut bahwa Allah memperingatkan keras siapa saja yang mengubah hukum-Nya atau menukar nikmat berupa petunjuk dan kebenaran dengan kesesatan dan kekafiran. Mereka akan menerima adzab berat sebagai bagian dari keadilan Allah untuk membedakan yang baik dan buruk. Orang-orang kafir, yang terlalu mencintai dunia, lebih mengutamakan kesenangan sementara daripada kebahagiaan abadi di akhirat. Mereka bahkan mengejek orang beriman, terutama yang fakir, karena memilih ibadah dan amal baik daripada kenikmatan dunia. Mereka salah mengira bahwa kenikmatan dunia adalah tanda keunggulan, padahal Allah menegaskan bahwa kebenaran terletak pada persiapan untuk akhirat melalui akidah lurus, amal saleh, dan akhlak mulia.¹³⁰

Dalam Al-Qur’an dan Tafsirnya Kementerian Agama dijelaskan bahwa Bani Israil rusak akibat pengaruh keduniaan, melakukan banyak dosa, dan mengingkari nikmat Allah. Nabi Muhammad ﷺ diperintahkan untuk mengingatkan mereka melalui pertanyaan tentang banyaknya ayat dan tanda kekuasaan Allah yang telah mereka saksikan, seperti mukjizat Nabi Musa AS—tongkat yang memancarkan dua belas mata air, awan peneduh di padang pasir, dan makanan manna serta salwa. Meski demikian, mereka tetap keras kepala dan tidak menunjukkan tanda-tanda kesadaran. Allah SWT memberikan peringatan tegas bahwa siapa pun yang mengganti nikmat Allah dengan kekafiran akan mendapatkan adzab yang pedih, terutama di akhirat, dengan siksaan neraka Jahanam.¹³¹

Ayat ini mengandung relevansi dalam memahami bencana sebagai

¹²⁹ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 3...*, hal. 1889-1890

¹³⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1...*, hal. 469

¹³¹ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, *Al-Qur’an dan Tafsirnya Jilid 1...*, hal.

ujian dan pembelajaran yang mengarah pada transformasi spiritual dan sosial. Bencana bukan sekadar akibat dari faktor alamiah tetapi mencerminkan pentingnya ketaatan manusia terhadap hukum ilahi. Allah memberikan ruang bagi manusia untuk merespons ujian ini dengan memperbaiki perilaku, mengutamakan amal kebajikan, dan membangun solidaritas dalam masyarakat. Oleh karenanya, menanamkan kesadaran akan tanggung jawab manusia terhadap Allah dan ciptaan-Nya menjadi langkah penting dalam mencegah bencana serupa di masa depan dan mencapai keberkahan hidup yang lebih luas.

3. Term Yang Menunjukkan Keburukan Atau Bahaya

Term yang menunjukkan keburukan atau bahaya dalam hal ini direpresentasikan oleh kata *musibah* – مُصِيبَةٌ. Kata *musibah* – مُصِيبَةٌ dari asal akar kata صوب dalam pengertian umum bahasa Arab berarti musibah, bencana, malapetaka, kemalangan, penderitaan, atau setiap hal buruk yang menimpa.¹³² Menurut KBBI, musibah berarti (1) kejadian (peristiwa) menyedihkan yang menimpa, (2) malapetaka; bencana.¹³³ Menurut al-Raghib al-Asfahaniy ‘musibah’ bermakna lemparan (*al-ramiyyah*) yang penggunaannya dikhususkan untuk pengertian bahaya atau bencana.¹³⁴ Di dalam Al-Quran variasi kata musibah disebutkan sebanyak 76 kali pada 55 ayat dalam 63 variasi bentuk kata kerja dan 13 variasi kata benda.¹³⁵

Tabel 4. 20 Variasi dari kata dasar صوب dalam bentuk kata kerja di dalam Al-Qur’an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur’an	Interpretasi Makna Ayat
1	صَوَابًا	1 kali : An-Naba:38	Menekankan keagungan hari Kiamat, di mana hanya Allah yang berkuasa, dan musibah dunia adalah pengingat akan kekuasaan-Nya.
2	فَصَبَّ	1 kali : Al-Fajr:13	Menggambarkan akibat buruk yang

¹³² Almaany, “Terjemahan dan Arti مُصِيبَةٌ di Kamus Istilah Semua Indonesia Arab”, 2010-2024, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/مصيبة>. KBBI IV Daring, “Arti Kata Fitnah,” Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/musibah>

¹³³ KBBI IV Daring, “Arti Kata Musibah,” Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/musibah>

¹³⁴ Al-Raghib Al-Ashfahaniy, *Mufradat Alfaz Al-Qur’an*, Damaskus: Dar al-Qalam, 2002, hal. 495.

¹³⁵ Tanzil, “Kata Adzab Dalam Al-Qur’an”, 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/صوب>

			menimpa kaum Aad karena kesombongan dan kedurhakaan mereka, menunjukkan bahwa musibah adalah konsekuensi dosa.
3	مُصِيبَةٌ	1 kali : At-Taubah/9:50	Mengungkap sikap munafik yang senang atas musibah orang beriman, mengajarkan pentingnya keikhlasan dan empati terhadap sesama.
4	مُصِيبَتُهَا	1 kali : Hûd/11:81	Menjelaskan penyelamatan Nabi Luth dari musibah sebagai balasan atas ketaatannya kepada Allah, menegaskan peran iman dalam menghadapi musibah.
5	مُصِيبَةٌ	3 kali : Al-Baqarah/2:156, Ali ‘Imrân/3:165, An-Nisâ/4:72	Menekankan sikap sabar, introspeksi, dan penerimaan bahwa segala musibah terjadi dengan izin Allah untuk menguji keimanan.
6	مُصِيبَةٌ	2 kali : An-Nisâ/4:62, Al-Qashash:47	Musibah menjadi pengingat akan tanggung jawab manusia untuk mengikuti perintah Allah dan tidak mengabaikan peringatan-Nya.
7	مُصِيبَةٌ	3 kali : Asy-Syûra/42:30, Al-Hadîd:22, At-Taghâbun:11	Mengajarkan bahwa musibah adalah akibat dari perbuatan manusia, ketetapan Allah, dan ujian yang dapat mendatangkan hikmah jika dihadapi dengan sabar.
8	مُصِيبَةٌ	1 kali : Al-Maidah:106	Mengaitkan musibah (seperti kematian) dengan keharusan menjaga keadilan, menunjukkan pentingnya tanggung jawab sosial dalam menghadapi musibah.

Tabel 4. 21 Variasi dari kata dasar صوب dalam bentuk kata benda di dalam Al-Qur’an

No	Bentuk kata	Pengulangan pada Ayat Al-Qur’an	Interpretasi Makna Ayat
1	أَصَابَ	5 kali : Hûd/11:89, Ar-Rûm:48, Shâd:36, Al-Hadîd:22, At-Taghâbûn:11	Semua musibah terjadi atas izin dan ketentuan Allah, menjadi ujian untuk kesabaran dan keimanan.

2	أَصَابَتْ	1 kali : Ali 'Imrân:117	Amal yang tidak didasari keimanan akan berakhir sia-sia, seperti tanaman yang hancur terkena musibah alam.
3	أَصَابَتْهُ	1 kali : Al-Hajj:11	Orang beriman yang tidak teguh mudah terombang-ambing saat menghadapi musibah.
4	أَصَابَكَ	3 kali : An-Nisâ':79, Luqman:17	Musibah sering kali merupakan konsekuensi dari kesalahan manusia.
5	أَصَابَهَا	1 kali : Al-Baqarah:265	Amal yang ikhlas seperti kebun subur yang tetap bertahan meski musibah datang.
6	أَصَابَهُمْ	2 kali : Ali 'Imrân:172, Asy-Syûra:39	Kesabaran membawa pahala dan keteguhan iman.
7	أَصَابَهُمْ	3 kali : Ali 'Imrân:146, Hûd/11:81, Al-Hajj:35	Ketabahan adalah kunci menghadapi musibah, sebagaimana para nabi menghadapinya dengan sabar.
8	أَصَابَهُ	1 kali : Al-Hajj:11	Iman yang tidak kokoh membuat seseorang goyah saat mendapat musibah.
9	أَصَابَتْكُمْ	1 kali : Ali 'Imrân:165	Musibah adalah peluang untuk introspeksi dan kembali kepada Allah.
10	أَصَابَتْهُمْ	1 kali : Al-A'râf/7:100	Musibah sering kali mengandung pelajaran agar manusia kembali kepada Allah.
11	أَصَابَتْكُمْ	2 kali : Ali 'Imrân:165, An-Nisa:72	Musibah bisa terjadi akibat kelemahan dan kekhilafan manusia.
12	أَصَابَتْهُمْ	2 kali : Al-Baqarah:156, An-Nisa:62	Sikap sabar dan tawakal adalah respon terbaik saat menghadapi musibah.
13	أَصَابَكُمْ	1 kali : Asy-Syuura:30	Musibah sering kali merupakan akibat dosa yang dilakukan manusia.
14	أَصَابَكُمْ	3 kali : Ali 'Imrân:153, Ali 'Imrân:166, An-	Musibah adalah ujian yang menguatkan keimanan dan mendekatkan manusia kepada

		Nisa:73	Allah.
15	أَصِيبٌ	1 kali : Al-A'râf/7:156	Musibah juga mengandung rahmat dan hikmah dari Allah.
16	تُصِيبُكَ	2 kali : At-Taubah:50	Orang munafik cenderung berbahagia saat orang lain tertimpa musibah.
17	تُصِيبُكُمْ	1 kali : Ali 'Imrân:120	Orang munafik senang melihat musibah menimpa orang beriman.
18	تُصِيبُهُمْ	5 kali : An-Nisa:78, Al-A'râf/7:131, Ar-Rûm/30:36, Asy-Syuura:48	Banyak manusia tidak memahami hikmah musibah dan cenderung menyalahkan takdir.
19	تُصِيبُنَا	1 kali : Al-Maidah:52	Orang munafik hanya peduli pada keuntungan duniawi, bukan hikmah dari musibah.
20	تُصِيبَنَّ	1 kali : Al-Anfâl/8:25	Musibah dapat melanda seluruh komunitas sebagai akibat dosa kolektif.
21	تُصِيبُهُمْ	1 kali : Al-Qashash:47	Musibah sering kali membuat manusia sadar setelah lalai.
22	تُصِيبُهُمْ	1 kali : An-Nûr/24:63	Menghindari musibah dengan mentaati Allah dan Rasul-Nya.
23	تُصِيبُهُمْ	1 kali : Arraad:31	Musibah menunjukkan kekuasaan Allah atas alam semesta.
24	تُصِيبُوا	1 kali : Al-Hujuraat:6	Fitnah dapat menyebabkan musibah besar jika tidak disikapi dengan hati-hati.
25	سَيُصِيبُ	2 kali : Al-An'aam:124, At-Taubah:90	Kesombongan manusia sering kali menjadi penyebab musibah.
26	سَيُصِيبُهُمْ	1 kali : Az-Zumar:51	Musibah dapat menjadi hukuman atas perbuatan dosa manusia.
27	فَأَصَابَهَا	1 kali : Al-Baqarah:266	Amal tanpa keikhlasan tidak akan bertahan saat musibah datang.
28	فَأَصَابَهُمْ	2 kali : An-Nahl:34, Az-Zumar:51	Musibah sering kali terjadi karena pengingkaran manusia terhadap nikmat Allah.
29	فَأَصَابَهُ	1 kali : Al-Baqarah:264	Amal yang tidak ikhlas seperti tanah tandus yang hancur oleh musibah.
30	فَأَصَابَتْكُمْ	1 kali : Al-	Kejujuran dapat mencegah musibah

		Maidah:106	dalam persaksian.
31	فَقْصِيْبِكُمْ	1 kali : Al-Fath:25	Musibah mengandung hikmah yang mendekatkan manusia kepada kebenaran.
32	فَيُصِيْبُ	2 kali : Arraad:13, An-Nûr/24:43	Fenomena alam yang tampak sebagai musibah menunjukkan kebesaran Allah.
33	وَاصَابُهُ	1 kali : Al-Baqarah:266	Amal yang ikhlas tetap tumbuh subur meski diterpa musibah.
34	يُصِيْبِكُمْ	1 kali : Ghafir:28	Musibah menjadi pengingat untuk berdakwah dan berbuat kebaikan.
35	يُصِيْبُهَا	1 kali : Al-Baqarah:265	Amal yang ikhlas membuahkan hasil bahkan saat menghadapi musibah.
36	يُصِيْبِكُمْ	1 kali : Hûd/11:89	Musibah menjadi momen penting untuk memberikan nasihat kepada yang lain.
37	يُصِيْبِكُمْ	1 kali : At-Taubah:52	Orang beriman meyakini bahwa semua musibah terjadi dengan izin Allah.
38	يُصِيْبِنَا	1 kali : At-Taubah:51	Musibah adalah ujian yang harus dihadapi dengan tawakal kepada Allah.
39	يُصِيْبِيَهُمْ	1 kali : Al-Maidah:49	Keadilan dalam penanganan musibah sangat penting untuk menjaga keharmonisan.
40	يُصِيْبِيَهُمْ	1 kali : An-Nûr/24:63	Menghindari musibah dengan mentaati Allah dan Rasul-Nya.
41	يُصِيْبُ	1 kali : Yûnus:107	Tidak ada yang mampu menghilangkan musibah kecuali Allah.
42	يُصِيْبِيَهُمْ	1 kali : At-Taubah:120	Orang beriman menghadapi musibah dengan kesabaran, karena itu menjadi tanda keimanan.

Berdasarkan kesimpulan interpretasi makna ayat tersebut, dapat dipahami bahwa musibah yang terjadi bukan sekadar bentuk hukuman, tetapi juga ujian, peringatan, dan sarana pembelajaran untuk mendekatkan manusia kepada Allah. Respon terhadap musibah mencerminkan kualitas iman seseorang, sehingga penting untuk menghadapi musibah dengan sabar, tawakal, dan introspeksi diri, sambil terus berupaya memperbaiki hubungan

dengan Allah dan sesama manusia.

Diantaranya ayat tersebut adalah QS. Al-Baqarah/2:156 dan QS. An-Nisa/4:62.

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan “*Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji’ūn*” (sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya hanya kepada-Nya kami akan kembali). (QS. Al-Baqarah/2: 156).

Ayat ini menjelaskan mengenai bagaimana Allah akan menguji kaum Muslim dengan beragam cobaan, seperti rasa takut, kelaparan, dan kekurangan dalam harta, jiwa, serta makanan. Ujian ini bertujuan membentuk umat yang memiliki mental tangguh, keyakinan kokoh, jiwa sabar, dan ketahanan dalam menghadapi berbagai tantangan. Mereka yang mampu bersabar akan memperoleh kabar gembira dari Allah sebagai balasan atas ketabahan mereka.

Sebab turunnya ayat ini karena pada saat itu kaum muslimin sedang ditimpa banyak musibah baik dari kesulitan, kematian dalam peperangan, dan kesulitan lainnya. Hal yang menyakitkan bukan hanya diderita oleh kaum Muslimin saja, namun Nabi Muhammad ﷺ juga merasakan musibah tersebut. Pada perang Uhud, Nabi Muhammad ﷺ kehilangan pamannya yaitu Hamzah bin Abdul Muthalib. Buya Hamka menjelaskan bahwa pengorbanan adalah syarat utama dalam setiap perjalanan menuju keberhasilan, baik di dunia maupun di akhirat. Kesabaran dalam menghadapi cobaan menjadi jalan bagi seseorang untuk memperoleh kabar gembira dari Allah berupa ganjaran yang besar dan kehidupan yang lebih baik. Pesan ini menginspirasi agar tetap teguh dalam iman dan tidak berputus asa ketika menghadapi tantangan atau kehilangan dalam hidup.

Dalam perspektif Al-Qur'an, bencana dipahami bukan hanya sebagai peristiwa fisik semata, tetapi juga sebagai ujian dan pengingat ilahi untuk manusia. Surat Al-Baqarah/2:156, yang memuat pernyataan “*innā lillāhi wa innā ilaihi rāji’ūn*” (Sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nya kami kembali), memberikan kerangka spiritual yang kokoh dalam menyikapi bencana. Ayat ini menempatkan bencana dalam konteks ketuhanan, yaitu sebagai takdir yang telah ditetapkan oleh Allah untuk menguji kesabaran, keikhlasan, dan ketundukan manusia kepada-Nya.¹³⁶

Ayat tersebut mengajarkan umat untuk tidak hanya menerima bencana sebagai cobaan, tetapi juga merenungi kesalahan kolektif yang mungkin telah dilakukan sehingga menimbulkan kerusakan di muka bumi. Selain itu, ayat ini juga menuntun manusia bagaimana merespons bencana secara spiritual dan

¹³⁶ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 1...*, hal. 352

sosial. Bencana bukan hanya hukuman, tetapi juga ujian kesabaran dan peluang untuk memperbaiki diri, membangun solidaritas, dan kembali kepada jalan yang benar sesuai dengan perintah Allah. Ayat ini menjadi landasan yang mengarahkan umat Islam untuk melihat bencana sebagai bagian dari perjalanan menuju kesempurnaan spiritual dan tanggung jawab kolektif di muka bumi.

Kemudian Allah Swt berfirman:

فَكَيْفَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ ثُمَّ جَاءُوكَ يَخْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنَّ آرْدَنَّا إِلَّا إِحْسَانًا
وَتَوَفِينَا ﴿١١﴾

Bagaimana halnya apabila (kelak) musibah menimpa mereka (orang munafik) karena perbuatannya sendiri. Kemudian, mereka datang kepadamu (Nabi Muhammad) sambil bersumpah, “Demi Allah, kami sekali-kali tidak menghendaki selain kebaikan dan perdamaian. (QS. An-Nisa/4:62)

Ayat ini menjelaskan sikap orang-orang munafik yang melakukan tindakan menyimpang dari aturan Allah. Ketika mereka menghadapi dampak buruk dari perbuatannya, mereka sering mencari pembenaran dengan menyatakan niat baik atau klaim perdamaian. Ayat ini menjadi peringatan tentang ketulusan dalam mengikuti hukum Allah dan konsekuensi dari penyimpangan tersebut. *Asbâbun nuzûl* ayat ini berkenaan dengan orang-orang munafik yang hanya taat secara lahiriah, namun melanggar aturan Allah secara nyata. Ketika dampak dari perbuatan mereka menimpa, mereka mencoba mengelak dari tanggung jawabnya dengan bersumpah bahwa tujuan mereka adalah kebaikan dan perdamaian. Salah satu tafsir menyebutkan bahwa ini terkait dengan kasus orang-orang yang enggan tunduk kepada keputusan Rasulullah ﷺ dalam perselisihan, lalu mereka malah mencari hukum kepada pihak lain.¹³⁷

Dengan demikian musibah dalam Al-Qur'an dipahami sebagai peristiwa yang mengandung makna mendalam secara spiritual, moral dan sosial. Musibah bukan sekadar kesulitan, melainkan juga cara untuk introspeksi, mempererat hubungan dengan Allah, dan memperoleh hikmah bagi kehidupan di dunia maupun akhirat.

D. Dimensi Bencana Perspektif Al-Qur'an

Pada penjelasan term Al-Qur'an terkait bencana yang telah disebutkan sebelumnya, dapat diketahui bahwa Al-Qur'an memberikan penjelasan

¹³⁷ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 2...*, hal. 1290.

tentang bencana dalam cakupan makna yang luas yang memberikan wawasan terhadap berbagai aspek kehidupan manusia. Dilihat dari aspek spiritual, bencana mengajarkan kesabaran dan penguatan iman. Dari segi moral dan sosial, diantara faktor penyebab terjadinya bencana adalah perilaku manusia sebagai akar masalah. Dari aspek ekologi, menekankan pentingnya pelestarian alam untuk mencegah atau mengurangi risiko bencana.

Untuk mendapatkan gambaran lebih kongkrit terkait dimensi bencana berikut akan dijelaskan kejadian bencana yang dikisahkan dalam Al-Qur'an.

1. Kejadian Bencana Alam yang Dikisahkan dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an telah mengisahkan kehidupan para nabi termasuk di dalamnya mengenai kejadian bencana yang pernah menimpa umat-umat terdahulu. Kisah itu diceritakan kembali dalam Al-Qur'an agar manusia, khususnya umat Islam, dapat menimba hikmah dan pelajaran untuk tidak mengulangi hal yang sama yang telah dilakukan oleh umat terdahulu yang ingkar dari peringatan Allah SWT.

a. Bencana Banjir pada Kaum Nabi Nuh dan Kaum Nabi Sulaiman

Nabi Nuh adalah keturunan kesembilan dari nabi Adam dan sebagai nabi keempat setelah nabi Adam, Nabi Siyth, dan Nabi Idris. Kisah Nabi Nuh mencakup peringatan Allah kepada kaum Nabi Nuh yang durhaka, pembangunan bahtera sebagai perintah ilahi, serta terjadinya banjir besar yang memusnahkan kaum yang ingkar. Bencana dalam riwayat Nabi Nuh adalah penggalan kisah kengerian yang luar biasa, ketika Allah membinasakan orang-orang kafir melalui alam. Al-Qur'an menceritakan kisah tersebut dalam beberapa ayat diantaranya Surat Hûd/11:37-48, Asy-Syu'ara/26:105-122, Al-'Ankabût/29:14-15, dan al-Qamar/54:9-15.¹³⁸ Berikut ini akan dikemukakan beberapa keterangan diantara ayat-ayat tersebut.

وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحًا إِلَىٰ قَوْمِهِ فَلَبِثَ فِيهِمْ أَلْفَ سَنَةٍ إِلَّا خَمْسِينَ عَامًا فَأَخَذَهُمُ الطُّوفَانُ وَهُمْ ظَالِمُونَ

(14) *Sungguh, Kami benar-benar telah mengutus Nuh kepada kaumnya, lalu dia tinggal bersama mereka selama seribu tahun kurang lima puluh tahun. Kemudian, mereka dilanda **banjir besar** dalam keadaan sebagai orang-orang zhalim. (QS. Al-'Ankabût/29: 14)*

Ayat ini menenginformasikan bahwa setelah kaum Nabi Nuh didakwahi oleh Nabi Nuh selama 950 tahun, sebuah waktu yang sangat

¹³⁸ Departemen Agama RI, *Syamil Al-Qur'an The Miracle 15 in 1*, Bandung: Sygma, 2009, hal

panjang untuk ukuran jaman sekarang, mereka masih tidak mau beriman sehingga ditimpakan banjir besar dalam keadaan *zhalim*. Bagaimana terjadinya banjir besar tersebut juga diceritakan dalam Al-Qur'an.

فَفَتَحْنَا أَبْوَابَ السَّمَاءِ بِمَاءٍ مُّثَمَرٍ ۖ وَفَجَّرْنَا الْأَرْضَ عُيُونًا فَالْتَقَى الْمَاءُ عَلَىٰ أَمْرٍ قَدْ قُدِرَ... فَكَيْفَ
كَانَ عَذَابِي وَعَذَابِي

(11) Lalu, Kami membukakan pintu-pintu langit dengan (menurunkan) air yang tercurah. (12) Kami pun menjadikan bumi menyemburkan banyak mata air. Maka, berkumpullah semua air itu sehingga (meluap dan menimbulkan) **bencana yang telah ditetapkan**.... (16) Betapa dahsyatnya adzab dan peringatan-Ku! (QS. al-Qamar/54:11-12, 16)

Dahsyatnya banjir yang menimpa kaum Nabi Nuh dalam ayat tersebut tergambar ketika langit menumpahkan bermiliar kubik air dengan sangat luar biasa deras dan air dari bumi menyembur hebat dari dalam tanah sehingga air langit dan air bumi bertemu sesuai perintah Allah, ditambah juga dengan topan yang sangat kencang. Saat itu bumi berubah menjadi hamparan samudera yang luas dan segalanya menjadi mencekam. Kemudian dalam surat Hûd/11:42 disebutkan bahtera Nabi Nuh berada dalam gelombang banjir laksana gungung-gunung. Gelombang banjir besar itu menggunung dan mampu mengangkat bahtera Nabi Nuh sampai ke puncak Gunung Judi yang tingginya sekitar 2000 meter di atas permukaan laut. Hal ini menggambarkan banjir yang terjadi adalah bukan banjir biasa.¹³⁹

Pada kisah lainnya Al-Qur'an menyebutkan kejadian banjir besar juga menimpa kaum Nabi Sulaiman as, yaitu kaum Saba' karena kedurhakaan mereka kepada Allah Swt.

فَاعْرَضُوا فَاَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ سَيْلَ الْعَرِمِ وَبَدَّلْنَاهُمْ بِجَنَّتَيْهِمْ جَدَّتَيْنِ ذَوَاتِيْ اَكْلِ خَمِطٍ وَّاَثَلٍ وَشَيْءٍ
مِّنْ سِدْرٍ قَلِيْلٍ. ذٰلِكَ جَزٰٓئُهُمْ بِمَا كَفَرُوْا وَاَهْلٌ يُّجْرٰٓئِيْ اِلَّا الْكٰفِرُوْرَ

(16) Akan tetapi, mereka berpaling sehingga Kami datangkan kepada mereka **banjir besar** dan Kami ganti kedua kebun mereka dengan dua kebun yang ditumbuhi (pohon-pohon) berbuah pahit, pohon asal (sejenis

¹³⁹ Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Ilmi Kisah Para Nabi Pra-Ibrahim dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, Jakarta: Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an, 2012, hal. 61

cemara) dan sedikit pohon sidir (bidara). (17) Demikianlah, Kami balas mereka karena kekafirannya. Kami tidak menjatuhkan adzab, kecuali hanya kepada orang-orang yang sangat kufur. (QS. Saba/34: 16-17)

Ibnu Katsir mengaitkan peristiwa banjir besar ini dengan keadilan Allah dalam menghukum kaum yang ingkar dan melindungi hamba-hamba-Nya yang taat. Az-Zuhaili menekankan aspek universal dari kisah ini, yaitu tentang pentingnya keimanan kepada Allah dan konsekuensi dari kesombongan serta keingkaran. Bahtera Nabi Nuh digambarkan sebagai simbol keselamatan bagi orang-orang yang beriman dan merupakan mukjizat yang membuktikan kebenaran risalah Nabi Nuh. Kisah ini juga menjadi peringatan bagi umat Islam untuk tidak meremehkan perintah Allah.¹⁴⁰

Kisah banjir besar pada masa Nabi Nuh dan Nabi Sulaiman merupakan salah satu peristiwa penting yang menjadi contoh nyata bagaimana Al-Qur'an tidak hanya sekadar menceritakan peristiwa masa lalu, tetapi juga memberikan pelajaran universal tentang hubungan manusia dengan Sang Pencipta. Banjir besar pada masa Nabi Nuh disebabkan oleh kedurhakaan kaum yang menolak dakwah tauhid, mendustakan risalah, dan bersikeras dalam kemaksiatan. Banjir tersebut menjadi adzab yang memusnahkan kaum yang ingkar. Banjir besar di negeri Saba` pada masa Nabi Sulaiman terjadi akibat ketidaksyukuran terhadap nikmat Allah. Peristiwa tersebut menunjukkan bahwa kelalaian dalam mensyukuri nikmat juga dapat mendatangkan bencana.

b. Bencana Hujan Batu pada Kaum Nabi Luth

Al-Qur'an menyebutkan peristiwa hujan batu yang menghancurkan kaum Nabi Lut as., penduduk Sodom, karena mereka melakukan perbuatan yang dimurkai Allah swt tanpa malu atau menahan diri yaitu hubungan seksual sesama jenis (homoseksual). Kisah diadzabnya penduduk Sodom yang durhaka disebutkan dalam QS. Al-A'râf/7: 84, QS. Hûd/11: 82-83, QS. Al-Hijr/15:73-74, QS. Al-Anbiyâ/21: 74-75, QS. Al-'Ankabût/29: 28-35 dan QS. Al-Qamar/54: 33-38. Diantaranya sebagai berikut.

وَأَمْطَرْنَا عَلَيْهِمْ مَطَرًا فَانظُرْ كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُجْرِمِينَ ﴿٨٤﴾

(84) *Kami hujani mereka dengan hujan (batu). Perhatikanlah, bagaimana*

¹⁴⁰ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3*, Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004, hal. 550-560. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 11...*, hal 298-305.

kesudahan para pendurhaka. (QS. Al-A'râf/7: 84)

Dalam tafsir disebutkan bahwa batu yang menjadi adzab itu dikenal dengan “batu sijjil” dari langit sebagaimana batu itu disebut juga dalam surat Hjr/15:74 dan Hûd/11:82.¹⁴¹

فَأَخَذَتْهُمُ الصَّيْحَةُ مُشْرِقِينَ ﴿٧٣﴾ فَجَعَلْنَا عَالِيَهَا سَافِلَهَا وَأَمْطَرْنَا عَلَيْهِمْ حِجَارَةً مِنْ سِجِّيلٍ ﴿٧٤﴾

(73) Maka, mereka dibinasakan oleh **suara keras** yang mengguntur ketika matahari terbit. (74) Maka, Kami menjungkirbalikkan (negeri itu) dan Kami menghujani mereka dengan tanah yang membatu. (QS. al-Hjr/15:73-74)

Ibnu Katsir dan Az-Zuhaili menjelaskan bahwa Allah menghujani mereka dengan batu sebagai adzab atas dosa-dosa besar mereka, terutama perilaku seksual menyimpang (homoseksualitas) yang belum pernah dilakukan oleh umat sebelumnya. Hujan batu adalah bentuk hukuman yang mengerikan dan sangat dahsyat bagi kaum Luth karena mereka mengingkari perintah Allah dan mendustakan Nabi Luth.¹⁴²

Peristiwa tersebut menjadi pelajaran bagi umat manusia untuk menjauhi dosa dan kejahatan moral. Beberapa faktor yang menyebabkan kaum Nabi Luth ditimpa adzab tersebut diantaranya karena pelanggaran fitrah dan moral yaitu dengan melakukan perbuatan menyimpang secara kolektif yaitu perilaku homoseksual (*liwath*); pendustaan terhadap dakwah Nabi Luth yang mengajak kepada tauhid dan perbaikan akhlak; tidak hanya menolak kebenaran, tetapi juga menunjukkan permusuhan dengan mencoba mengusir Nabi Luth dan menyerang tamunya (para malaikat);

¹⁴¹ Batu sijjil (سِجِّيل) dapat diartikan sebagai batu keras yang terbakar api yaitu tanah keras yang telah membatu. Istilah ini digunakan dalam Al-Qur'an untuk menggambarkan bentuk adzab, terutama dalam kisah-kisah umat terdahulu. Dalam kisah Nabi Luth, sijjil merujuk pada batu dari tanah yang dibakar, yang digunakan Allah untuk menghukum kaum Luth. “Kami menghujani mereka dengan batu dari tanah yang terbakar secara bertubi-tubi” (QS. Hûd/11: 82). Begitu juga batu sijjil menimpa pasukan gajah yang dipimpin Abrahah, “Dia mengirimkan kepada mereka burung yang berbondong-bondong, yang melempari mereka dengan batu dari tanah liat yang dibakar”. (QS. Al-Fil/105:3-4). Menurut beberapa ahli tafsir, batu sijjil ini bukan sekadar batu biasa, melainkan memiliki karakteristik khusus, seperti berasal dari langit dan menjadi alat adzab yang luar biasa beratnya. Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 6...*, hal. 377-378

¹⁴² Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4...*, hal. 295-297. Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 7...*, hal. 100-102

selain itu kelalaian dan kesombongan mereka yang terus melanjutkan dosa meskipun telah diberikan peringatan oleh Allah.

c. Bencana Gempa Bumi pada Kaum Nabi Syu'aib dan Nabi Musa

Al-Quran menyebutkan kejadian bencana gempa yang pernah terjadi pada Kaum Nabi Syu'aib diantaranya dalam Surat Al-A'râf/7:91

فَأَخَذَتْهُمُ الرَّجْفَةُ فَأَصْبَحُوا فِي دَارِهِمْ جُثَمِينَ^{١٤٣}

Maka, gempa (dahsyat) menimpa mereka sehingga mereka menjadi (mayat-mayat yang) bergelimpangan di dalam (reruntuhan) tempat tinggal mereka. (QS. Al-A'râf/7:91)

Dalam Tafsir Ibnu Katsir dan Tafsir al-Munir dijelaskan bahwa Allah mengabarkan tentang kaum Nabi Syu'aib dengan perilakunya yang buruk, seperti menipu dalam takaran dan timbangan, berbuat kerusakan di muka bumi, serta menolak dakwah tauhid yang disampaikan Nabi Syu'aib. Tidak hanya mengabaikannya, tetapi juga mencemooh Nabi Syu'aib dan menantang adzab Allah. Kerasnya kekufuran, kesombongan, keangkuhan dan kesesatan kaum Nabi Syu'aib serta sikap hati yang menolak kebenaran sehingga Allah mengadzab mereka. Bahkan mereka menyesatkan dan berusaha mengafirkan orang-orang yang telah beriman kepada Nabi Syu'aib. Allah telah menimpakan kepada mereka adzab melalui awan yang mengandung jilatan api sangat panas yang menyala-nyala disertai suara keras yang sangat mengerikan dan gempa bumi yang sangat dahsyat sehingga membinasakan mereka seluruhnya.¹⁴³

Dari kisah kaum Nabi Syu'aib yang diadzab dengan gempa memberi pelajaran bahwa diantara penyebab bencana yang menimpa yaitu: adanya kecurangan dalam timbangan dan takaran mencerminkan ketidakadilan sosial dan ekonomi, juga adanya kerusakan moral dan sosial yang meluas di tengah masyarakat serta pendustaan terhadap ajaran tauhid dan penolakan keras terhadap Nabi Syu'aib.

وَاخْتَارَ مُوسَىٰ قَوْمَهُ سَبْعِينَ رَجُلًا لِّمِيقَاتِنَا فَلَمَّا أَخَذَتْهُمُ الرَّجْفَةُ قَالَ رَبِّ لَوْ شِئْتَ أَهْلَكْتَهُم مِّن قَبْلِ وَإِنِّي لَأَتَّبِعُهُمُ الْكُفْرَ إِنَّهُمْ كَانُوا لَمِنَ الْكٰفِرِينَ
فَتَشَاءُ أَنْتَ وَلِيْنَا فَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الْغٰفِرِينَ

¹⁴³ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3...*, hal. 422. Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 5...*, hal. 34-35

(155) Musa memilih tujuh puluh orang dari kaumnya untuk (memohon tobat kepada Kami) pada waktu yang telah Kami tentukan. Ketika mereka ditimpa **gempa bumi**, Musa berkata, “Ya Tuhanku, jika Engkau kehendaki, tentulah Engkau membinasakan mereka dan aku sebelum ini. Apakah Engkau akan membinasakan kami karena perbuatan orang-orang yang kurang akal di antara kami? (Penyembahan terhadap patung anak sapi) itu hanyalah cobaan dari-Mu. Engkau menyesatkan siapa yang Engkau kehendaki dengan cobaan itu dan Engkau memberi petunjuk siapa yang Engkau kehendaki. Engkaulah Pelindung kami. Maka, ampunilah kami dan berilah kami rahmat. Engkaulah sebaik-baik pemberi ampun. (QS. Al-A’râf/7: 155)

Dalam tafsirnya, Ibnu Katsir menyebutkan bahwa setelah Musa dan 70 orang lelaki dari kaumnya berdoa dan diantara doa tersebut ada yang Allah tidak suka kepada permintaan yang mereka panjatkan itu, lalu mereka ditimpa oleh gempa. Perkataan Ibnu Abbas, Qatadah, Mujahid dan Ibnu Jarir bahwa halilantar/gempa tersebut disebabkan karena mereka tidak mau melepaskan diri/meninggalkan kaumnya dalam penyembahan terhadap anak lembu dan juga tidak mencegahnya.¹⁴⁴

Dari tafsiran ayat ini menunjukkan bahwa bencana tersebut tiada lain disebabkan karena perbuatan yang mengundang murka Allah, yaitu penyembahan berhala (anak sapi) yang menunjukkan kedurhakaan kepada Allah setelah sebelumnya menerima nikmat-Nya, sikap tidak hormat dan berani kepada Allah seperti meminta untuk melihat-Nya secara langsung, serta keingkaran terhadap ajaran Nabi Musa, meskipun telah menyaksikan berbagai mukjizat.

d. Bencana Angin Topan pada Kaum ‘Ad dan Perang Khandaq

Al-Qur’an menceritakan kisah terkait bencana angin topan yang menimpa kaum ‘Ad yang mendustakan Nabi Hud as. Angin topan tersebut digambarkan sebagai angin dingin yang sangat keras yang membawa adzab. Hal ini diantaranya terdapat dalam QS Al-Ahqâf/46:24-25 dan QS. Al-Hâqqah/69:6-8.

فَلَمَّا رَأَوْهُ عَارِضًا مُّسْتَقْبِلَ أَوْدِيَّتِهِمْ قَالَوا هَذَا عَارِضٌ مُّمْطِرُنَا بَلْ هُوَ مَا اسْتَعْجَلْتُمْ بِهِ رِيحٌ
فِيهَا عَذَابٌ . تُدَمِّرُ كُلَّ شَيْءٍ بِأَمْرِ رَبِّهَا فَأَصْبَحُوا لَا يُرَى إِلَّا مَسَكِنُهُمْ كَذَلِكَ نَجْزِي الْقَوْمَ

¹⁴⁴ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3...*, hal. 463

(24) Maka, ketika melihat adzab itu berupa awan yang menuju ke lembah-lembah mereka, mereka berkata, “Inilah awan yang akan menurunkan hujan kepada kita.” (Bukan,) tetapi itu adzab yang kamu minta agar disegerakan kedatangannya, (yaitu) **angin yang mengandung adzab** yang sangat pedih. (25) (Adzab itu) menghancurkan segala sesuatu dengan perintah Tuhannya sehingga mereka (kaum ‘Ad) menjadi tidak terlihat lagi, kecuali hanya (bekas-bekas) tempat tinggal mereka. Demikianlah Kami memberi balasan kepada kaum yang durhaka. (QS. Al-Ahqâf/46:24-25)

وَأَمَّا عَادٌ فَأُهْلِكُوا بِرِيحٍ صَرْصَرٍ عَاتِيَةٍ ۖ سَخَّرَهَا عَلَيْهِمْ سَبْعَ لَيَالٍ وَتَمَنِيَةً أَيَّامٍ حُسُومًا فَتَرَى الْقَوْمَ فِيهَا صَرْعَى كَأَنَّهُمْ أُعْجَازُ نَخْلٍ خَاوِيَةٍ ۚ فَهَلْ تَرَى لَهُم مِّنْ بَاقِيَةٍ

(6) sedangkan (kaum) ‘Ad telah dibinasakan dengan **angin topan yang sangat dingin**. (7) Dia menimpakan angin itu kepada mereka selama tujuh malam delapan hari terus-menerus. Maka, kamu melihat kaum (‘Ad) pada waktu itu mati bergelimpangan seperti batang-batang pohon kurma yang telah (lapuk) bagian dalamnya. (8) Adakah kamu melihat seorang pun yang masih tersisa di antara mereka? (QS. Al-Hâqqah/69:6-8)

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa Kaum ‘Ad awalnya mengira awan yang mendekati mereka adalah tanda datangnya hujan dan keberkahan. Shihab menjelaskan bahwa tatkala Allah hendak membinasakan mereka dengan satu siksa mereka melihatnya yaitu berupa awan yang terbentang di ufuk menuju ke lembab-lembah tempat kediaman mereka, dan sesuai kebiasaan mereka mengira awan alamiah sebagai tanda datangnya hujan yang ditunggu-tunggunya. Namun, angin tersebut justru menjadi adzab yang membawa kehancuran. Bahkan Az-Zuahaili menegaskan bahwa angin tersebut tidak hanya keras tetapi juga membawa suara yang sangat menakutkan, sehingga menambah kengerian yang dirasakan oleh kaum ‘Ad. Angin itu terus-menerus berhembus selama tujuh malam delapan hari hingga memusnahkan mereka seluruhnya tanpa tersisa.¹⁴⁵

Dari ayat dan kisah kaum ‘Ad dapat dipahami bahwa diantara penyebab datangnya adzab adalah mendustakan dakwah Nabi Hud,

¹⁴⁵ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 7...*, hal. 370-371. Wahbah az-Zuahaili, *Tafsir al-Munir...*, hal 317. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah...*, hal. 99-100

mengejek dan menentang Nabi Hud meskipun telah diberi peringatan berulang kali. Keangkuhan dan penolakan kaum ‘Ad terhadap Allah dimana mereka merasa tidak memerlukan Allah karena kekuatan fisik dan kecanggihan teknologi, bahkan secara terbuka menantang Allah untuk menurunkan adzab sebagai bukti kebenaran dakwah Nabi Hud.

Bencana angin topan juga terjadi pada perang Khandaq sebagaimana diceritakan dalam QS. Al-Ahzâb/33:9.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ جَاءَتْكُمْ جُنُودٌ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا وَجُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا ۗ وَكَانَ اللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرًا

(9) *Wahai orang-orang yang beriman, ingatlah nikmat Allah (yang telah dikaruniakan) kepadamu ketika bala tentara datang kepadamu, lalu Kami kirimkan kepada mereka **angin topan** dan bala tentara (malaikat) yang tidak dapat terlihat olehmu. Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.* (QS. Al-Ahzâb/33:9)

Ayat ini menginformasikan mengenai pertolongan Allah kepada kaum mukminin pada Perang Khandak. Dalam ayat tersebut, Allah mengingatkan umat muslim tentang nikmat besar yang diberikan-Nya ketika dikepung oleh pasukan koalisi, yang terdiri dari tentara Quraisy, Bani Gatafân, Bani an-Nadîr (yang telah diusir Rasulullah ﷺ ke Khaibar), serta pasukan lainnya yang menyerang Madinah. Setelah sebulan terkepung, Allah mengirimkan pertolongan-Nya dengan pasukan malaikat dan angin topan yang sangat dingin dan kencang pada malam yang juga sangat dingin. Angin tersebut menerbangkan kemah-kemah pasukan musuh dan menimbulkan ketakutan yang mendalam di hati mereka. Salah seorang pemimpin mereka, Tulaiyah bin Khawailid al-Asadi, bahkan berkata, “Muhammad telah menyihir kalian, selamatkan diri kalian!” Akibatnya, Perang Ahzab dimenangkan oleh kaum Muslimin tanpa pertempuran, karena musuh-musuh mereka diusir oleh pasukan malaikat dan angin topan yang sangat dahsyat tersebut.¹⁴⁶

Dari hal tersebut dapat dipetik hikmah bahwa penyebab utama bencana tersebut adalah permusuhan terhadap Islam dan Rasulullah ﷺ, penolakan terhadap kebenaran dan keadilan serta kesombongan dan keangkuhan atas kekuatan mereka.

Semua kisah-kisah tersebut di atas menggambarkan betapa agungnya kekuasaan Allah menggerakkan alam semesta menjadi kejadian

¹⁴⁶ Quran Kemenag, “Tafsir Tahlili Al-Ahzâb Ayat 9”, LPMQ, 2022

dahsyat dengan daya hancur yang hebat yang ditimpakan sebagai adzab terhadap kaum yang durhaka kepada Allah dan rasul-Nya. Al-Qur'an menyebut langsung bentuk adzabnya seperti banjir, hujan batu, gempa bumi, dan angin topan.

2. Dimensi Bencana Perspektif Al-Qur'an

Berdasarkan penjelasan term Al-Qur'an terkait bencana yang telah disebutkan sebelumnya, semakin jelas bahwa Al-Qur'an memberikan penjelasan tentang bencana dalam cakupan makna yang luas yang memberikan wawasan terhadap berbagai aspek kehidupan manusia. Dilihat dari aspek spiritual, bencana mengajarkan kesabaran dan penguatan iman. Dari segi moral dan sosial, diantara faktor penyebab terjadinya bencana adalah perilaku manusia sebagai akar masalah. Dari aspek ekologi, menekankan pentingnya pelestarian alam untuk mencegah atau mengurangi risiko bencana. Berdasarkan hal tersebut, bencana dalam perspektif Al-Qur'an setidaknya terbagi kedalam tiga dimensi berikut.

a. Murni Kehendak dan Izin Allah

Sebagai sebuah fenomena alam, bencana tidak hanya dapat dilihat melalui sisi geologis dan meteorologis semata. Namun, dalam pandangan Islam bencana juga memiliki dimensi spiritual dan moral. Melalui ayat-ayat Al-Qur'an, banyak sekali petunjuk dan kandungan pembelajaran yang dapat dipetik oleh umat manusia. Kita dapat memahami bahwa bencana adalah Sunnatullah atau ketentuan Allah Swt yang harus diyakini secara penuh oleh umat manusia terutama bagi seorang Muslim. Apapun yang telah ditetapkan oleh Allah sudah pasti terjadi, sebagaimana firman Allah Swt.

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لَكِنِّي لَا تَأْسُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٣﴾

(22) Tidak ada bencana (apa pun) yang menimpa di bumi dan tidak (juga yang menimpa) dirimu, kecuali telah tertulis dalam Kitab (Lauh Mahfuz) sebelum Kami mewujudkannya. Sesungguhnya hal itu mudah bagi Allah. (23) (Yang demikian itu kami tetapkan) agar kamu tidak bersedih terhadap apa yang luput dari kamu dan tidak pula terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri. (QS. Al-Hadid/57:22-23)

Firman Allah dalam surat Al-Hadid/57:22-23 ini menjelaskan bagaimana Al-Qur'an telah mengisyaratkan bahwa di dunia ini, bencana dapat terjadi kapan saja, seperti gunung meletus, tsunami, longsor, banjir dan

lainnya, bahkan hal kecil yang menimpa manusia seperti gagal dalam pekerjaan, kecelakaan, sakit, terjatuh dan lain sebagainya adalah terjadi atas kehendak Allah sebagai pencipta.¹⁴⁷ Sebab, musibah atau bencana yang dialami oleh umat manusia sejatinya telah ditulis di *Lauh al-Mahfudz*. Oleh karenanya Al-Qur'an telah menjelaskan agar manusia tidak melupakan Allah Swt meski ditimpa bencana dan manusia diperingatkan agar tidak berlebihan dalam menanggapi dan juga tidak terlalu berduka cita dalam menghadapinya. Karena musibah sejatinya ada ijin dan kehendak Allah Swt di dalamnya.¹⁴⁸

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿١١﴾

Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa (seseorang), kecuali dengan izin Allah. Siapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Allah Maha Mengetahui segala sesuatu. (QS. At-Taghâbun/11/64:11)

Pada tafsir Al-Azhar, ayat ini menjelaskan bagaimana segala peristiwa yang terjadi, baik kenikmatan maupun musibah, itu sudah menjadi ketentuan Allah atau bagian dari takdir Allah, dengan begitu ayat ini juga menanamkan keyakinan kepada umatNya bahwa musibah bukan sekedar kebetulan, melainkan ujian yang sudah Allah atur. Solusi ujian ini adalah beriman. Dengan sebab iman, Allah pasti memberikan petunjuk untuk mengatasi musibah tersebut. Hati menjadi bersyukur ketika diberi kenikmatan dan bersabar ketika ditimpa musibah.¹⁴⁹

قُلْ مَنْ ذَا الَّذِي يَعْصِمُكُمْ مِنَ اللَّهِ إِنْ أَرَادَ بِكُمْ سُوءًا أَوْ أَرَادَ بِكُمْ رَحْمَةً وَلَا يَجِدُونَ لَهُمْ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا ﴿١٧﴾

Katakanlah, “Siapa yang dapat melindungi kamu dari (ketentuan) Allah jika Dia menghendaki bencana atasmu atau menghendaki rahmat untuk dirimu?” Mereka itu tidak akan mendapatkan pelindung dan penolong selain Allah. (QS. Al-Ahzâb/33:17)

Dengan demikian secara ontologis, Al-Qur'an menerangkan bahwa

¹⁴⁷ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 9...*, hal. 7189.

¹⁴⁸ Fakhr Al-Din Al-Razi, *Mafâtîh Al-Ghayb*, Beirut: Dâr ‘Ihya’ al-Turath al-A’rab, 1420, hal. 170.

¹⁴⁹ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 10...*, hal. 93.

bencana merupakan sebuah takdir atau *sunnatullah* yang tidak dapat dihindari, sebab terjadinya sudah atas kehendak dan izin dari Allah Swt (QS. Al-Taghabun/64:11) dan sudah tertulis dalam Kitab Lauh Mahfuz (Q.S. Al-Hadid/57:22). Tidak ada yang dapat menolak ataupun melawan kekuasaannya jika Allah sudah berkehendak menimpakan bencana atau menghendaki rahmat atas hamba-Nya (QS. Al-Ahzâb/33:17). Namun, hal demikian tidak berarti fatalisme atau menafikan usaha manusia, karena setiap manusia telah diberikan kemampuan memilih sesuatu yang baik yang mendatangkan balasan kebaikan dan sesuatu yang buruk yang mendatangkan hukuman (QS. Al-Kahfi/18:29, Al-Balad:10, Al-Insan:3, Asy-Syams:7-10, Ar-Ra'd:11).

Menurut M. Yakub (2020) makna bencana dapat dikategorikan menjadi tiga kategori:¹⁵⁰

1) Bencana sebagai bentuk hukuman

Pada bentuk ini bencana dianggap terjadi akibat pengingkaran manusia atas aturan yang telah ditetapkan oleh-Nya, konsekuensi atas pembangkangan terhadap perintah Allah setelah mereka melalaikan peringatan yang berulang-ulang. Dalam peristilahan Al-Qur'an bencana tersebut kerap disebut sebagai adzab atau siksa. Adzab tersebut bersifat final, diberikan kepada kaum yang menolak kebenaran. Dalam hal ini mereka yang berbuat dosa dan merusakkan langsung mendapatkan hukuman di dunia berupa bencana. Umat-umat yang dihukum dalam Al-Qur'an menunjukkan pola penolakan atas kebenaran yang dibawa oleh para nabi. Penolakan ini sering kali disertai dengan tindakan melampaui batas yaitu melakukan kesyirikan, menolak dakwah para nabi dan bahkan menyakiti mereka.

Allah Swt. berfirman:

وَإِذَا أَرَدْنَا أَنْ نُهْلِكَ قَرْيَةً أَمَرْنَا مُتْرَفِيهَا فَفَسَقُوا فِيهَا فَحَقَّ عَلَيْهَا الْقَوْلُ فَدَمَّرْنَاهَا تَدْمِيرًا

Jika Kami hendak membinasakan suatu negeri, Kami perintahkan orang-orang yang hidup mewah di negeri itu (agar menaati Allah). Lalu, mereka melakukan kedurhakaan di negeri itu sehingga pantaslah berlaku padanya perkataan (adzab Kami). Maka, Kami hancurkan (negeri itu) sehancurnya. (QS. Al-Isrâ'/17:16)

Hal ini sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, kejadian bencana dahsyat telah terjadi pada umat-umat terdahulu. Kaum Nabi Nuh

¹⁵⁰ M. Yakub, "Memaknai Musibah Dalam Al-Qur'an," in *Tafsir Musibah: Esai Agama, Lingkungan, Sosial-Politik, Dan Covid-19*, Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 2020, hal. 27–33

diadzab dengan banjir besar karena mereka menyombongkan diri dan menolak dakwah tauhid. Kaum Nabi Luth dihujani batu hingga binasa karena mereka melakukan perbuatan keji homosexual. Kaum ‘Ad Nabi Hud ditimpa angin topan selama tujuh malam delapan hari karena kesombongan mereka. Bencana tersebut adalah bentuk hukuman yang mengerikan dan sangat dahsyat bagi mereka yang mengingkari perintah Allah dan mendustakan ajaran Nabi setelah datang peringatan yang berulang-ulang.

وَأَنِ احْكُم بَيْنَهُم بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ وَلَا تَتَّبِعْ أَهْوَاءَهُمْ وَاحْذَرْهُمْ أَنْ يَفْتِنُوكَ عَنْ بَعْضِ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ إِلَيْكَ فَإِنْ تَوَلَّوْا فَاعْلَمُوا أَنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُصِيبَهُمْ بِبَعْضِ ذُنُوبِهِمْ وَإِنَّ كَثِيرًا مِنَ النَّاسِ لَفَاسِقُونَ ﴿٤٩﴾

Hendaklah engkau memutuskan (urusan) di antara mereka menurut aturan yang diturunkan Allah dan janganlah engkau mengikuti hawa nafsu mereka. Waspadailah mereka agar mereka tidak dapat memperdayakan engkau untuk meninggalkan sebagian apa yang telah diturunkan Allah kepadamu. Jika mereka berpaling (dari hukum yang telah diturunkan Allah), ketahuilah bahwa sesungguhnya Allah berkehendak menimpakan musibah kepada mereka disebabkan sebagian dosa-dosa mereka. Sesungguhnya banyak dari manusia adalah orang-orang yang fasik. (QS. Al-Maidah/5: 49)

Az-Zuhaili menjelaskan bahwa penyebutan ‘sebagian’ pada dosa mereka tersebut menunjukkan mereka memiliki dosa yang menumpuk sangat banyak jumlahnya. Dosa berpaling dari hukum Allah dan menginginkan yang lainnya, meskipun itu juga sangat besar, tetapi dikatakan baru hanya sebagian dan salah satu dari dosa-dosa mereka. Hal itu memberi pengertian betapa besarnya dosa berpaling dari hukum Allah dan betapa mereka begitu berlebihan dalam melakukannya. Hal itu diantara yang menjadi sebab tertimpa bencana di dunia.¹⁵¹

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hukuman kebinasaan merupakan konsekuensi dari kezhaliman dan dosa. Sebaliknya, Allah tidak akan membinasakan suatu kaum apabila mereka beriman dan berbuat baik, sebagaimana disebutkan dalam firman Allah: “Tuhanmu tidak akan membinasakan negeri-negeri secara zhalim sedangkan penduduknya berbuat kebaikan.” (QS. Hûd/11: 117).

¹⁵¹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 3...*, hal. 548

2) Bencana sebagai bentuk teguran dan peringatan

Meski Allah SWT menurunkan musibah dan bencana kepada mereka yang berbuat dosa dan kerusakan, namun bukan berarti itu adalah hukuman langsung, bisa jadi itu adalah sebuah cara yang digunakan oleh-Nya untuk memberi peringatan agar manusia berhenti berbuat dosa dan kerusakan. Dalam Surat Ar-Rûm/30:41 yang telah disebutkan sebelumnya, Ibnu Katsir menjelaskan bahwa kerusakan yang terjadi adalah bentuk ujian dari Allah agar manusia merasakan akibat perbuatannya. Bencana alam dapat dipahami sebagai salah satu bentuk peringatan atau teguran dari Allah agar manusia menyadari kesalahannya dan kembali ke jalan yang benar¹⁵².

Firman Allah yang menyebutkan "*supaya Allah merasakan kepada mereka sebagian dari (akibat) perbuatan mereka*" menegaskan bahwa bencana itu adalah pengingat untuk introspeksi. Bencana sering kali menyadarkan manusia dari kelalaian dan membawa mereka mendekat kepada Allah. Sedangkan Allah Maha Pemaaf terhadap kesalahan-kesalahan hamba-Nya, sebagaimana firman-Nya:

﴿ وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَنْ كَثِيرٍ ﴾^{١٣٠}

Musibah apa pun yang menimpa kamu adalah karena perbuatan tanganmu sendiri dan (Allah) memaafkan banyak (kesalahanmu). (QS. Asy-Syûrâ/42: 30)

Dalam ayat lain disebutkan bahwa bencana sebagai bentuk teguran dan peringatan ketika banyak yang diam membiarkan terhadap kemungkarannya sehingga kemungkarannya merajalela. Dalam hal ini bencana tidak hanya bersifat individu, tetapi juga dapat menimpa komunitas sebagai akibat dari dosa kolektif. Hal ini menjadi teguran dan peringatan bagi kaum yang berpikir.

﴿ وَاتَّقُوا فِتْنَةً لَا تُصِيبَنَّ الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْكُمْ خَاصَّةً وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴾^{١٥١}

Peliharalah dirimu dari musibah (siksaan) yang tidak hanya menimpa orang-orang yang zalim saja di antara kamu. Ketahuilah bahwa Allah Maha Keras hukuman-Nya. (QS. Al-Anfâl/8:25)

¹⁵² Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4...*, hal. 380. Wahbah az-Zuhaili, ..., hal. 272-273.

Az-Zuhaili mengutip perkataan Ibnu Abbas bahwa ayat tersebut turun berkenaan dengan para sahabat Rasulullah ﷺ dimana Allah swt memerintahkan orang-orang beriman untuk tidak mengakui kemungkarannya yang terjadi antara mereka karena Allah akan meratakan adzab-Nya pada mereka seluruhnya. Ibnu Katsir menjelaskan bahwa Allah Swt. memperingatkan hamba-hamba-Nya yang mukmin agar waspada terhadap fitnah yaitu cobaan dan bencana. Apabila ia datang menimpa, maka pengaruhnya meluas dan menimpa semua orang secara umum, tidak hanya orang-orang durhaka dan orang yang melakukan dosa saja, melainkan bencana dan siksaan itu mencakup kesemuanya; tidak ada yang dapat menolaknya, tidak ada pula yang dapat melenyapkannya.¹⁵³

Sebagaimana juga disebutkan dalam dalam Shahih Muslim dari Zainab bin fahsy, ia bertanya kepada Rasulullah ﷺ, "*Wahai Rasulullah, apakah kita mungkin akan dibinasakan sementara di antara kita ada orang-orang yang saleh?*" Rasulullah ﷺ menjawab, "*Ya, kalau sudah banyak kekotoran (maksiat)*". Dan dalam hadits yang diriwayatkan oleh Imam Ahmad dan Abu Dawud dari al-Mundzir bin Jarir, dari bapaknya, ia berkata, "*Rasulullah ﷺ bersabda, Tidaklah suatu kaum mengerjakan maksiat sementara di antara mereka ada orang yang lebih mulia dari mereka dan memiliki kekuatan tapi ia tidak mengubahnya, melainkan Allah akan timpakan siksaan pada mereka secara rata.* (HR Imam Ahmad dan Abu Dawud).

Terkadang bencana di dunia sebagai teguran sekaligus bentuk kasih sayang Allah yang menghendaki kebaikan pada hamba-Nya. Sebagaimana disabdakan Rasulullah dalam sebuah hadits bahwa kebaikan dari Allah kepada hamba-Nya diwujudkan melalui teguran atau hukuman yang disegerakan di dunia sehingga dosanya bersih sebelum akhirat. Sebaliknya, keburukan diwujudkan dengan menahan balasan dosa hingga hamba tersebut menerimanya secara penuh di hari kiamat.¹⁵⁴

¹⁵³ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 6...*, hal. 380

¹⁵⁴ Teks hadits lengkap:

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ حَدَّثَنَا اللَّيْثُ عَنْ يَزِيدَ بْنِ أَبِي حَبِيبٍ عَنْ سَعْدِ بْنِ سِنَانٍَ عَنْ أَنَسٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدِهِ الْخَيْرَ عَجَّلَ لَهُ الْعُقُوبَةَ فِي الدُّنْيَا وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدِهِ الشَّرَّ أَمْسَكَ عَنْهُ بِذَنْبِهِ حَتَّى يُؤَافِيَ بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

Telah menceritakan kepada kami Qutaibah, telah menceritakan kepada kami Al Laits dari Yazid bin Abu Habib dari Sa'id bin Sinan dari Anas berkata, Rasulullah ﷺ bersabda, "Apabila Allah menghendaki kebaikan kepada hamba-Nya, maka Allah menyegerakan hukumannya di dunia, dan apabila Allah menghendaki keburukan kepada hamba-Nya maka Allah menahan

3) Bencana sebagai bentuk ujian untuk kenaikan derajat keimanan dan bentuk kasih sayang Allah

Al-Qur'an juga menyebutkan bahwa bencana yang menimpa manusia tidak selalu berarti negatif dalam arti sebagai peringatan dan hukuman atas perbuatan salah dan lalai manusia, namun juga bisa bermakna positif yaitu sebagai bentuk ujian dan kesempatan yang diberikan Allah kepada manusia untuk melakukan introspeksi diri (muhasabah) yang apabila manusia bersabar dan bertaubat lantas akan diberi ganjaran kebaikan.¹⁵⁵

Bencana dipersepsikan sebagai ujian (*ibtila'*) bagi manusia sebagaimana dinyatakan oleh Allah dalam Surat Al-Baqarah/2:155 adalah suatu keniscayaan bagi orang yang beriman, apabila ia menginginkan derajat yang tinggi di sisi Allah, melalui kesabarannya. Surat Al-Baqarah/2:155 sebagaimana telah disebut pada term *bala'* pada bagian sebelumnya, mencakup berbagai bentuk ujian, diantaranya: (1) bencana alam seperti gempa bumi, banjir, kekeringan, dan badai dapat menyebabkan semua jenis kerugian; (2) ketakutan sebagai bencana menimbulkan rasa takut akan keselamatan diri dan keluarga, (3) kelaparan sebagai bencana seperti kekeringan atau banjir sering mengakibatkan kekurangan bahan makanan masal, (4) kekurangan harta benda seperti rumah dan alat-alat produksi yang rusak akibat bencana, (5) kehilangan jiwa dengan banyak orang kehilangan nyawa dalam bencana, (6) kekurangan buah-buahan yakni hasil pertanian yang seringkali hancur oleh bencana alam. Dampak bencana tersebut dirasakan bukan hanya kepada mereka yang berbuat dosa dan kerusakan, namun mereka yang beriman dan beramal saleh pun bisa jadi terkena bencana (QS. Al-Anfâl/8:25). Bencana dalam bentuk ini menjadi ujian keimanan.

Ketika menafsirkan ayat tersebut, Shihab menjelaskan bahwa ujian dan cobaan itu hakikatnya sedikit, betapapun besarnya cobaan, jika dibandingkan potensi yang Allah berikan kepada manusia dan balasan pahala yang akan diterima. Sedikit dari rasa takut yakni keresahan hati atas sesuatu yang buruk atau tidak disukai, sedikit rasa lapar yakni keinginan makan tapi tidak mendapatkan makanan. Begitu juga aneka korban baik harta, jiwa dan buah-buahan, dalam arti buah sebenarnya maupun dalam arti buah dari cita-cita. Itu semua hakikatnya sedikit, maka bersabar dan tidak berputus asa karena ada kabar gembira berupa pahala surga dan

dosanya sehingga dia terima kelak di hari kiamat. (HR. Tirmidzi: 2319, isnad hasan shahih). "Bab Sabar terhadap bencana" dalam *Ensiklopedi Hadits Versi 18.8.0...*, 2014.

¹⁵⁵ Kerwanto Kerwanto, "Wawasan Al-Qur'an Tentang Mitigasi Bencana," *Jurnal Islam Transformatif: Kajian Islam Dan Perubahan Sosial* 1, no. 2 (November 3, 2024): 38.

segala kenikmatannya.¹⁵⁶

Allah swt. menguji mereka dengan berbagai cobaan, seperti banjir, gempa, penyakit, atau kesulitan ekonomi. Jika mereka sabar dan tetap istiqamah, mereka adalah orang-orang beriman sejati. Allah akan mengangkat derajat mereka, menghapus dosa-dosanya, dan memberi kabar gembira berupa surga dengan segala kenikmatannya. Ujian adalah bentuk kasih sayang Allah untuk memperkokoh keimanan hamba-Nya. *“Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan hanya dengan mengatakan, 'Kami telah beriman,' dan mereka tidak diuji?”* (QS. Al-‘Ankabût/29: 2). *Setiap yang bernyawa akan merasakan kematian. Kami menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan. Kepada Kamilah kamu akan dikembalikan.* (QS. Al-Anbiya/21: 35).

Oleh karenanya kesabaran dalam menghadapi ujian adalah tanda keimanan, dan Allah memberi kabar gembira berupa pahala besar kepada orang yang bersabar. Allah menguji manusia melalui kesulitan tersebut agar dosa-dosa mereka dihapus dan hati mereka disucikan. *“Dan apa saja musibah yang menimpa kamu adalah karena perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu)”* (QS. Asy-Syûrâ/42: 30). Musibah adalah kasih sayang Allah yang diberikan untuk mengingatkan manusia dan memberikan kesempatan untuk bertobat. Dosa-dosa kecil dibersihkan melalui musibah, sebagaimana dalam hadits disebutkan: *“Tidaklah seorang mukmin ditimpa musibah, bahkan hanya karena tertusuk duri, melainkan Allah menghapuskan dosa-dosanya dengan itu”*. (HR. Bukhari dan Muslim).

Selain itu, Allah menimpakan kesulitan di dunia sebagai bentuk peringatan agar manusia tidak terkena adzab yang lebih berat di akhirat. Adzab ringan di dunia adalah kasih sayang Allah untuk mencegah manusia dari adzab kekal di akhirat. *“Kami pasti akan menimpakan kepada mereka sebagian adzab yang dekat (di dunia) sebelum adzab yang lebih besar (di akhirat) agar mereka kembali (ke jalan yang benar)”* (QS. As-Sajdah/32: 21). Adzab ringan di dunia adalah kasih sayang Allah untuk mencegah manusia dari adzab kekal di akhirat.

b. Konsekuensi dari Ulah Manusia

Dalam hal ini ada hubungan kausalitas antara perilaku manusia dengan kejadian bencana. Bencana yang menimpa manusia tidak lain disebabkan oleh perbuatan manusia itu sendiri yang durhaka baik terhadap alam maupun terhadap Allah SWT dan ajaran-ajaran-Nya. Beberapa ayat Al-Qur’an telah mengisyaratkan hal ini, salah satunya QS. Asy-Syûrâ:

¹⁵⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Volume 1 ...*, hal. 365-366. Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 1...*, hal 352

30.¹⁵⁷

وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَنْ كَثِيرٍ

Musibah apa pun yang menimpa kamu adalah karena perbuatan tanganmu sendiri dan (Allah) memaafkan banyak (kesalahanmu). (QS. Asy-Syûrâ: 30)

Dalam QS. Al-A'râf ayat 96 secara tegas dinyatakan bahwa bencana adalah sebab ulah perbuatan manusia yang mengingkari ayat-ayat Allah seraya meninggalkan iman dan takwa. "Jikalau sekiranya penduduk negeri-negeri beriman dan bertaqwa, Pastilah kami akan melimpahkan kepada mereka berkah dari langit dan bumi, tetapi mereka mendustakan (ayat-ayat kami) itu, maka kami siksa mereka disebabkan perbuatannya."

Ulah manusia yang menyebabkan berbagai kerusakan terjadi baik di daratan maupun di lautan (QS. Ar-Rûm/30:41, QS. al-Baqarah/2: 205), contohnya pengrusakan hutan yang menyebabkan timbulnya bencana lain seperti tanah longsor, banjir dsb. Bentuk lainnya yang mendatangkan bencana adalah perilaku yang melampaui batas norma-norma baik agama maupun kemanusiaan serta pengingkaran terhadap nikmat-nikmat Allah. Ketika perilaku tersebut telah pada puncaknya, maka Allah akan menjatuhkan keputusan-Nya. (QS. Al-Isrâ'/17:16, QS. An-Nahl: 12).

وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعَمِ
اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ

Allah telah membuat suatu perumpamaan sebuah negeri yang dahulu aman lagi tenteram yang rezekinya datang kepadanya berlimpah ruah dari setiap tempat, tetapi (penduduknya) mengingkari nikmat-nikmat Allah. Oleh karena itu, Allah menimpakan kepada mereka bencana kelaparan dan ketakutan karena apa yang selalu mereka perbuat. (QS. An-Nahl/16: 112)

Ayat tersebut menggambarkan perumpamaan yang Allah buat untuk memberi pelajaran tentang dampak dari sikap ingkar terhadap nikmat-Nya. Bahwa nikmat yang diberikan Allah dapat berubah menjadi adzab jika manusia tidak bersyukur dan justru ingkar. Keamanan, rezeki,

¹⁵⁷ Abdul Mustaqim, "Teologi Bencana Dalam Perspektif Al-Qur'an," *Nun: Jurnal Studi Alquran Dan Tafsir Di Nusantara* 1, no. 1 (December 28, 2015): 105, <https://doi.org/10.32495/nun.v1i1.9>.

dan kemakmuran adalah anugerah besar yang harus disyukuri dengan memperkuat iman dan melaksanakan perintah Allah. Mengingkari nikmat dapat menyebabkan adzab yang mencakup aspek material (kelaparan) dan spiritual (ketakutan). Ayat ini memberi pelajaran atas kesadaran adanya sebab-akibat. Segala bencana yang menimpa suatu masyarakat sering kali berkaitan dengan perilaku manusia, seperti ketidakadilan, keserakahan, dan kerusakan moral.

c. Kezhaliman Manusia

Bencana bisa datang karena kezhaliman yang dilakukan manusia di bumi ini. Datangnya bencana untuk mengingatkan mereka yang berbuat kezhaliman agar memperbaiki kembali hubungannya dengan Allah dan kembali ke jalan yang benar.

فَكُلًّا أَخَذْنَا بِذَنْبِهِ فَمِنْهُمْ مَّنْ أَرْسَلْنَا عَلَيْهِ حَاصِبًا وَمِنْهُمْ مَّنْ أَخَذَتْهُ الصَّيْحَةُ وَمِنْهُمْ مَّنْ خَسَفْنَا بِهِ الْأَرْضَ وَمِنْهُمْ مَّنْ أَغْرَقْنَا وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيظْلِمَهُمْ وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴿٤٠﴾

Masing-masing (dari mereka) Kami adzab karena dosanya. Di antara mereka ada yang Kami timpakan angin kencang (yang mengandung) batu kerikil, ada yang ditimpa suara keras yang mengguntur, ada yang Kami benamkan ke dalam bumi, dan ada pula yang Kami tenggelamkan. Tidakkah Allah menzhalimi mereka, tetapi merekalah yang menzhalimi dirinya sendiri. (QS. Al-'Ankabût/29: 40)

Ibnu Katsir dalam tafsirnya menjelaskan bahwa ayat ini merangkum kisah beberapa umat yang diadzab oleh Allah karena kedurhakaan mereka. Setiap adzab disesuaikan dengan bentuk dosa mereka: Kaum Nabi Nuh ditenggelamkan dengan banjir besar karena kekufuran mereka terhadap risalah Nabi Nuh. Kaum 'Ad dihancurkan oleh angin kencang selama tujuh malam delapan hari berturut-turut karena kesombongan dan pengingkaran terhadap Nabi Hud. Kaum Tsamud dihancurkan oleh suara keras yang mengguncang karena kedurhakaan mereka kepada Nabi Shalih. Kaum Luth dibalikkan negeri mereka dan dilempari batu dari langit karena perbuatan homoseksual. Kaum Fir'aun ditenggelamkan di laut karena kekufuran dan kezhaliman mereka kepada Nabi Musa dan umatnya. Ditekankan dalam ayat tersebut bahwa Allah tidak menzhalimi mereka, melainkan mereka sendiri yang menzhalimi diri mereka dengan kekufuran dan kejahatan. Ayat ini menjadi peringatan agar manusia mengambil pelajaran dari kehancuran umat-umat terdahulu. Az-

Zuhaili menegaskan bahwa ayat ini mengingatkan umat manusia agar senantiasa bertakwa dan tidak melampaui batas, karena Allah Maha Adil dalam menghukum umat yang melanggar hukum-hukum-Nya.¹⁵⁸

وَمَا كَانَ رَبُّكَ لِيُهْلِكَ الْقُرَىٰ بِظُلْمٍ وَأَهْلُهَا مُصْلِحُونَ

Tuhanmu tidak akan membinasakan negeri-negeri secara zhalim sedangkan penduduknya berbuat kebaikan. (QS. Hûd/11: 117)

Ibnu Katsir dan Wahbah az-Zuhaili menjelaskan bahwa ayat ini menegaskan keadilan Allah. Allah tidak akan menghancurkan suatu negeri secara zhalim, selama penduduknya adalah orang-orang yang berbuat kebaikan dan tidak melakukan kerusakan. Kehancuran hanya terjadi jika kezhaliman, kekufuran, dan maksiat telah merajalela. Ayat ini menunjukkan prinsip fundamental dalam hukum Allah terhadap manusia. Allah tidak akan menghancurkan suatu negeri jika penduduknya berlaku adil dan taat kepada-Nya. Kehancuran terjadi karena mereka melanggar hukum Allah dan melakukan kezhaliman yang sistemik. Ayat ini adalah janji sekaligus peringatan dari Allah. Umat manusia diajak untuk terus melakukan perbaikan di tengah masyarakat. Sebab, adzab Allah tidak akan ditimpakan kecuali kepada orang-orang yang melampaui batas dan berbuat kezhaliman. Ayat ini juga memberikan harapan bahwa Allah memberikan keberkahan kepada masyarakat yang menjunjung keadilan dan kebaikan. Az-Zuhaili juga menjelaskan bahwa keberadaan segelintir orang yang saleh tidak cukup mencegah adzab jika mayoritas masyarakat melakukan kerusakan. Namun, jika keadilan ditegakkan secara menyeluruh, Allah akan menjaga keberlangsungan negeri tersebut. Ayat ini memberikan pelajaran tentang pentingnya amar ma'ruf nahi munkar sebagai upaya mempertahankan keberkahan suatu masyarakat. Selain itu dalam konteks mitigasi bencana, ayat ini mengisyaratkan bahwa bencana sering kali terjadi akibat ketidakseimbangan dalam interaksi manusia dengan lingkungannya. bahwa memahami pola alam dan menjaga harmoni dengannya adalah kunci untuk menghindari kerusakan besar.¹⁵⁹

وَمَا كَانَ رَبُّكَ مُهْلِكَ الْقُرَىٰ حَتَّىٰ يَبْعَثَ فِي أُمَمٍ رَسُولًا يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِنَا وَمَا كُنَّا مُهْلِكِي الْقُرَىٰ

¹⁵⁸ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir jilid 6...*, hal. 295-297. Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir ...*, hal. 100-102

¹⁵⁹ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4...*, hal. 446-447. Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir jilid 12...*, hal. 174-176.

Tuhanmu tidak akan membinasakan negeri-negeri, sebelum Dia mengutus seorang rasul di ibukotanya yang membacakan ayat-ayat Kami kepada mereka. Tidak pernah (pula) Kami membinasakan (penduduk) negeri-negeri, kecuali penduduknya dalam keadaan zhalim. (QS. Al-Qashash/28:59)

QS. Al-Qashash ayat 59 sejatinya telah memberikan isyarat kepada manusia untuk tidak membiarkan kezhaliman merajalela begitu saja. Sebab, bencana akibat kelalaian yang ditimbulkan oleh manusia tidak hanya berdampak pada dirinya sendiri saja, namun juga berdampak kepada orang lain di sekitarnya termasuk kepada mereka yang beriman kepada Allah Swt.¹⁶⁰ Dalam ayat tersebut Allah menekankan bahwa bencana tidak akan menimpa atau ditimpakan tanpa sebab kecuali setelah adanya kedzhaliman yang dilakukan oleh manusia. Hal ini mengingatkan bahwa bencana datang sebagai peringatan dalam bentuk kasih sayang Tuhan agar manusia tidak selamanya terus-menerus melakukan kemaksiatan dan jauh dari Rahmat Allah swt. Manusia seringkali lupa karena terlalu sibuk dengan dunia, dengan adanya bencana sebetulnya manusia sedang diingatkan untuk kembali kepada Allah dan kembali ke jalan yang lurus dan benar. Hal ini mengingatkan bahwa bencana datang sebagai peringatan dalam bentuk kasih sayang Tuhan agar manusia tidak selamanya terus-menerus melakukan kemaksiatan dan jauh dari Rahmat Allah swt. Sebab, manusia seringkali lupa karena terlalu sibuk dengan dunia, dengan adanya bencana sebetulnya manusia sedang diingatkan untuk kembali kepada Allah dan kembali ke jalan yang lurus dan benar.¹⁶¹

Berdasarkan hal tersebut di atas, dapat dipahami bahwa bencana perspektif Al-Qur'an memiliki beberapa aspek seperti spritual, moral, sosial, dan ekologi seperti yang sudah dijelaskan di atas. Secara spritualitas bencana datang untuk menguji kesabaran dan iman seseorang dalam menghadapi cobaan yang diberikan Allah Swt. Secara moral dan sosial, bencana mengingatkan manusia agar tidak berlebihan dalam mengeksploitasi alam dan melupakan tanggung jawabnya untuk merawat dan menjaga ekosistem alam, serta tetap menjaga hubungan baik dengan Allah dan sesama manusia. Secara ekologis, mengingatkan manusia agar manusia dapat menjaga keseimbangan dan menghindari kerusakan alam. Oleh karenanya wawasan perspektif al-Qur'an terkait bencana berpengaruh signifikan terhadap aspek kejiwaan seseorang membantu proses keseimbangan dan kesehatan psikis.

¹⁶⁰ Dan *et al.*, "Musibah Perspektif Al-Qur'an"..., hal. 20.

¹⁶¹ Abdul Mustaqim, "Teologi Bencana Dalam Perspektif Al-Qur'an"..., hal. 106.

BAB V

IMPELEMENTASI PENDEKATAN PSIKOLOGI AGAMA DALAM MITIGASI BENCANA ALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Bab ini merupakan bagian sintesis dan jawaban atas rumusan utama penelitian, yaitu bagaimana strategi implementasi pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam perspektif Al-Qur'an.

Mitigasi bencana alam pada hakikatnya merupakan proses multidimensional yang tidak hanya melibatkan aspek teknis dan struktural, tetapi juga aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Oleh karenanya dalam menjalankan mitigasi bencana alam perlu melibatkan banyak pihak dengan menerapkan berbagai pendekatan dan kebijakan guna memaksimalkan upayanya dalam meminimalisir kerugian ketika terjadinya bencana. Dalam konteks penanggulangan bencana, memprediksi dan mengendalikan perilaku masyarakat perlu dilakukan agar memudahkan pengambilan kebijakan dalam merespon bencana. Prediksi ini diantaranya dilakukan melalui analisis niat (*intention*) individu untuk bertindak, yang menurut Teori Perilaku Terencana (TPB) dipengaruhi oleh tiga faktor. *Pertama*, sikap terhadap tindakan, yakni bagaimana seseorang mengevaluasi suatu tindakan, seperti evakuasi atau persiapan logistik. *Kedua*, norma subyektif, yakni tekanan sosial yang dirasakan untuk melakukan tindakan tertentu. *Ketiga*, kontrol perilaku yang dirasakan yakni keyakinan seseorang tentang kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan.¹

Adapun pendekatan psikologi agama berperan sebagai penguat

¹ Icek Ajzen, *The Theory of Planned Behavior...*, hlm. 179-211. Martin Fishbein dan Icek Ajzen, *Predicting and Changing Behavior: The Reasoned Action Approach*, New York: Psychology Press, 2010, hlm. 20-25.

sekaligus pengarah dari ketiga komponen tersebut melalui internalisasi nilai-nilai agama. Psikologi agama menguatkan dari aspek keyakinan dan nilai-nilai agama yang secara langsung memengaruhi sikap dan perilaku individu. Keyakinan agama bukan sekedar aspek kognitif tetapi mengarahkan individu pada kesadaran bahwa agama itu selalu hadir dalam diri manusia. Nilai-nilai agama yang terinternalisasi melalui pengalaman keberagaman mempengaruhi keputusan dalam bertindak. Dalam hal ini, narasi keagamaan akan memotivasi tindakan prososial dan memperkuat solidaritas komunitas.

Pendekatan psikologi agama dan pemahaman atas perilaku terencana (TPB) dapat memberikan gambaran bagaimana masyarakat memandang terjadinya sebuah bencana dan bagaimana akan bertindak sebelum, ketika, dan sesudah terjadinya bencana. Pendekatan psikologi agama menguatkan intensi dan perilaku berbasis nilai-nilai agama sehingga individu dan masyarakat mampu berpikir positif, bersikap proaktif, dan bertindak preventif terhadap bencana.

Model integratif dalam penelitian ini, yaitu model mitigasi bencana berbasis psikologi agama perspektif Al-Qur'an ini merupakan konstruksi teoretik yang menjelaskan bahwa nilai-nilai Qur'ani berfungsi sebagai sumber pembentukan sistem keyakinan religius yang memengaruhi dimensi psikologis individu, yaitu *behavior belief*, *normative belief*, dan *control belief*. Ketiga dimensi ini secara simultan membentuk resiliensi psikologis. Resiliensi tersebut selanjutnya mendorong terbentuknya perilaku mitigasi bencana yang bersifat preventif, adaptif, dan partisipatif. Implementasi ini dilakukan melalui empat level, yaitu kognitif (pembentukan kesadaran), afektif (penguatan emosi dan sikap), sosial (pembentukan norma kolektif), dan perilaku (tindakan mitigasi nyata). Dimulai dari rekonstruksi kognitif berbasis nilai-nilai Al-Qur'an, dilanjutkan dengan aktivasi afektif melalui mekanisme regulasi emosi dan coping religius, serta diakhiri dengan pembentukan perilaku mitigatif melalui latihan berulang, penguatan norma sosial, dan penciptaan isyarat lingkungan. Proses ini bersifat siklik dan berkelanjutan, sehingga menghasilkan habituasi perilaku kesiapsiagaan. Dengan demikian, mitigasi bencana tidak hanya menjadi pengetahuan, tetapi terinternalisasi sebagai kesadaran, sikap, dan kebiasaan kolektif masyarakat. Dengan demikian model ini menegaskan bahwa internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai pedoman normatif, tetapi juga sebagai mekanisme psikologis yang efektif dalam membangun kesiapsiagaan dan ketangguhan masyarakat dalam menghadapi bencana.

Diantara langkah awal implementasi yaitu perlunya melakukan analisis konteks sosial dan keagamaan. Langkah ini penting dilakukan untuk memperoleh pemahaman mendalam kondisi sosial keagamaan masyarakat/komunitas terutama di daerah rawan bencana alam, sehingga strategi rekonstruksi kognitif berbasis nilai-nilai Al-Qur'an dapat berjalan

dengan harmonis. Selanjutnya langkah penyiapan psikologis dan sadar bencana dengan menguatkan narasi kebencanaan berbasis nilai-nilai Al-Qur'an, mendorong terbentuknya intensi positif dalam mitigasi bencana, membangun cara berpikir positif, bersikap promotif dan preventif, didukung dengan teknik coping religius serta pemberdayaan komunitas sosial. Penjelasan lebih detail diuraikan sebagai berikut.

A. Melakukan Analisis Konteks Sosial dan Keagamaan

Pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana membutuhkan pemahaman mendalam tentang konteks sosial dan keagamaan karena keduanya memainkan peran penting dalam membentuk persepsi, respon, dan daya tahan individu serta komunitas. Oleh karena itu, analisis konteks sosial dan keagamaan dalam mitigasi bencana alam merupakan langkah implementatif awal untuk memahami secara mendalam terhadap nilai-nilai budaya, agama, dan norma sosial masyarakat. Proses ini penting dan strategis dalam merancang pendekatan yang relevan dan efektif dalam mendorong perilaku mitigatif yang kontekstual dan dapat diterima masyarakat.

Analisis konteks sosial mencakup pemetaan tipologi masyarakat berdasarkan karakteristik sosial budaya, struktur sosial, dan pola pola interaksi yang terjadi dalam sebuah komunitas, termasuk cara komunitas tersebut merespons ancaman bencana. Di Indonesia, dengan keanekaragaman budaya, suku, dan kondisi geografis, tipologi sosial menjadi alat penting untuk memahami dinamika sosial yang kompleks dan beragam. Tipologi sosial di Indonesia dapat diklasifikasikan menjadi masyarakat tradisional, modern, transisional, dan multikultural. Klasifikasi ini penting karena setiap tipe masyarakat memiliki cara pandang, sistem nilai, serta respons yang berbeda terhadap risiko bencana. Oleh karena itu, strategi mitigasi berbasis psikologi agama harus disesuaikan dengan karakteristik sosial tersebut agar dapat membentuk perilaku yang efektif dan berkelanjutan. Beberapa tipologi sosial masyarakat Indonesia diantaranya: ²

1. Masyarakat tradisional.

Masyarakat tradisional tinggal di daerah pedesaan, umumnya bergantung pada sektor agraris atau sumber daya alam, memiliki struktur sosial yang cenderung hierarkis dan berbasis adat. Contohnya komunitas masyarakat Baduy di Banten yang hidup berdasarkan nilai-nilai tradisional dan adat istiadat lokal tanpa banyak pengaruh modernisasi.

2. Masyarakat modern

Pada masyarakat modern, telah memiliki orientasi pada industri,

² Koentjaraningrat, *Kebudayaan, Mentalitas dan Pembangunan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2009, hal. 35-50. Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Press, 2006, hal. 132-140.

teknologi, dan urbanisasi. Hubungan sosial lebih bersifat rasional dan berdasarkan fungsi. Dari segi struktur sosial, masyarakat modern cenderung terbuka dan fleksibel. Contohnya adalah penduduk perkotaan di Jakarta atau Surabaya yang bekerja di sektor formal seperti industri, teknologi, dan jasa.

3. Masyarakat Transisi

Masyarakat transisi adalah mereka yang termasuk dalam proses perubahan dari tradisional ke modern. Tipe masyarakat transisi cenderung sering mengalami konflik nilai akibat perbedaan generasi dan gaya hidup. Dari segi struktur sosial, menunjukkan perpaduan antara adat istiadat dan modernisasi. Contohnya adalah masyarakat di daerah pinggiran kota seperti Tangerang atau Bekasi, yang masih mempertahankan tradisi agraris sambil beradaptasi dengan pengaruh industrialisasi.

4. Masyarakat Multikultural

Masyarakat multikultural memiliki ciri-ciri antara lain terdiri atas berbagai suku, agama, dan budaya, memiliki sistem toleransi sosial yang tinggi, potensi konflik sosial sering muncul akibat perbedaan budaya atau politik. Contohnya masyarakat di wilayah seperti Sumatera Utara (Medan) atau Kalimantan Barat yang dihuni oleh berbagai etnis seperti Melayu, Batak, Tionghoa, dan Dayak.

Dalam menganalisis konteks sosial selain yang telah disebutkan di atas, juga dilakukan dengan mempertimbangkan bagaimana pergulatan identitas yang terjadi dalam masyarakat tersebut. Pergulatan identitas merujuk pada proses sosial dan kultural di mana individu atau kelompok bernegosiasi, mempertahankan, atau menyesuaikan identitas mereka di tengah dinamika sosial, politik, dan ekonomi.

Di Indonesia, pergulatan identitas sangat kompleks karena keberagaman budaya, agama, suku, dan sejarah kolonial. Bagaimana kelompok-kelompok berbeda berinteraksi dalam konteks multikultural, bagaimana identitas suku dan agama muncul dalam ruang publik dan politik, serta bagaimana itu memengaruhi hubungan antar kelompok. Sebagai salah satu contoh pergulatan identitas etnis Tionghoa yang sering menghadapi stigma sosial, tetapi kini semakin diterima dalam budaya Indonesia melalui tradisi seperti Cap Go Meh.³

Setiap komunitas memiliki norma sosial, adat, dan tradisi yang dapat memengaruhi bagaimana merespons ancaman bencana. Dengan memahami kondisi tersebut maka mengintegrasikan kearifan lokal ke dalam program mitigasi akan membantu meningkatkan penerimaan masyarakat. Seringkali masyarakat adat memiliki kearifan lokal yang mengajarkan mitigasi berbasis pengalaman sejarah kehidupannya dengan bencana. Kearifan lokal merupakan

³ Hoon, C. Y. *Chinese Identity in Post-Suharto Indonesia: Culture, Politics and Media*. Brighton: Sussex Academic Press, 2008, hal. 90-110.

bagian penting dalam analisis konteks sosial, karena mencerminkan pengetahuan kolektif yang terbentuk melalui pengalaman historis masyarakat dalam menghadapi bencana. Kearifan lokal menjadi strategi efektif masyarakat tersebut untuk bertahan dan berhasil menjalani kehidupannya dengan baik. Strategi adaptif ini merupakan hasil warisan kepercayaan dan adat istiadat yang diajarkan dan dipraktikkan secara turun temurun dari generasi ke generasi. Oleh karena itu, integrasi antara nilai-nilai agama dan kearifan lokal menjadi pendekatan yang efektif dalam memperkuat kesiapsiagaan masyarakat.

Salah satu contohnya adalah Smong⁴, yaitu kearifan lokal masyarakat Simeulue-Aceh berupa cerita turun-temurun dari pengalaman menghadapi gempa dan tsunami, disampaikan melalui nafi, tradisi tutur berisi nasihat. Pada bencana tsunami 2004, Smong membantu menyelamatkan banyak nyawa, membuatnya diakui dunia sebagai model mitigasi bencana. Kini, kisah Smong dilestarikan melalui seni seperti Nandong, lagu, dan puisi, agar terus diwariskan kepada generasi muda.⁵ Contoh kedua adalah kearifan lokal warga di Kampung Naga, Tasikmalaya – Jawa Barat. Masyarakat Desa Kampung Naga sadar akan risiko bencana longsor dan banjir karena wilayahnya dikelilingi perbukitan. Pengetahuan lokal yang diwariskan turun temurun tetap terpelihara, yaitu merancang dan membangun rumah yang sehat dan memiliki daya tahan terhadap gempa dan teknik pembuatan talud tanah menggunakan susunan batu serta berbagai pengetahuan lokal lain yang terus dipertahankan.⁶

⁴ Kearifan lokal Smong adalah bentuk pengetahuan tradisional masyarakat Simeulue, Aceh, yang terkait dengan mitigasi bencana tsunami. Smong dalam bahasa lokal berarti “tsunami”. Pengetahuan ini diturunkan melalui cerita rakyat, lagu, dan tradisi lisan untuk memperingatkan masyarakat tentang bahaya gempa bumi yang diikuti oleh air laut surut. Salah satu pesan inti dari Smong adalah bahwa jika terjadi gempa besar disertai air laut yang surut, masyarakat harus segera mengungsi ke tempat yang lebih tinggi untuk menyelamatkan diri. Diantara prinsip-prinsip Smong adalah 1) pemantauan alam; adanya gempa bumi yang kuat dan surutnya air laut dianggap sebagai tanda awal datangnya tsunami; 2) penerapan nilai komunitas; pengetahuan smong ini diwariskan dari generasi ke generasi melalui cerita rakyat, lagu, dan nasihat adat; 3) mitigasi risiko: tradisi smong ini membantu masyarakat untuk bertindak cepat dan menyelamatkan diri ketika terjadi bencana.

Kearifan lokal Smong telah terbukti efektif, terutama pada peristiwa tsunami Samudra Hindia tahun 2004. Berkat kearifan lokal ini, banyak penduduk Simeulue berhasil menyelamatkan diri sebelum tsunami melanda. Syamsyidik, et.al., *Aceh Pasca Lima Belas Tahun Tsunami: Kilas Balik dan Proses Pemulihan*, Banda Aceh: Tsunami and Disaster Mitigation Research Center (TDMRC), 2019, hal III-10 dan VI-12.

⁵ Dishub Aceh, “Smong, Kearifan Lokal untuk Mitigasi Bencana”, 2020, <https://dishub.acehprov.go.id/smong-kearifan-lokal-untuk-mitigasi-bencana/>

⁶ Kearifan lokal dari Kampung Naga dalam mengelola lingkungan diantaranya: 1) Zonasi lahan dengan proporsi daerah penyangga lebih besar (3:1) dimana hal ini smenjaga keseimbangan lingkungan, 2) Teknologi sengkedan atau terracing efektif mencegah erosi dan longsor, terutama dengan penguatan batu pada tebing teras.3) Hutan tetap terjaga untuk fungsi

Contoh lainnya kearifan lokal masyarakat Baduy yang berakar kuat pada *pikukuh* (ketentuan adat) efektif dalam mitigasi berbagai bencana. Mereka membuat ladang (*huma*) dengan melakukan tebang-bakar hutan namun tidak terjadi bencana kebakaran hutan ataupun longsor. Hunian penduduknya berada dekat dengan sungai tetapi tidak mengalami bencana banjir yang melanda permukiman. Meski rumah-rumah Baduy terbuat dari bahan mudah terbakar seperti kayu, bambu, rumbia, dan ijuk, kebakaran besar hampir tidak pernah terjadi. Wilayah Baduy termasuk daerah rawan gempa Jawa bagian Barat, namun minim terjadi kerusakan bangunan akibat bencana gempa. Begitu juga praktik pelestarian lingkungan yang didasarkan pada kearifan lokal dapat ditemukan pada berbagai masyarakat adat lainnya seperti Kasepuhan (Jawa Barat), Siberut (Sumatera Barat), Kajang (Sulawesi Selatan), dan Dani (Papua). Secara umum komunitas-komunitas tersebut memiliki keyakinan bahwa lingkungan sekitar, seperti hutan, gunung, atau sumber air, tidak hanya dimiliki oleh manusia tetapi juga oleh entitas lain. Oleh karena itu, terdapat kewajiban etis masyarakat setempat untuk menghormati dan melindungi wilayahnya tersebut, bahkan seringkali dihormati sebagai situs yang disakralkan.⁷

Analisis konteks keagamaan bertujuan untuk memahami bagaimana keyakinan agama memengaruhi respon individu/komunitas terkait bencana sekaligus bagaimana pesan-pesan keagamaan dapat diintegrasikan dalam strategi mitigasi agar lebih efektif dan diterima oleh masyarakat. Bagaimana orang beragama menafsirkan bahaya alam dan memahami risiko (kesadaran bencana) sekaligus mengatur perilakunya dan memengaruhi emosi publik terkait bencana. Agama menyediakan nilai-nilai moral dan praktis yang dapat memotivasi masyarakat untuk melindungi lingkungan dan mempersiapkan diri menghadapi bencana. Pesan-pesan agama diidentifikasi untuk dapat meningkatkan kesadaran akan mitigasi bencana. Dalam hal respons psikologis, atribut agama dapat membina dan mendorong ketahanan bencana individu dan sosial. Kesadaran bencana yang dipengaruhi oleh keyakinan agama meningkatkan kemampuan respon individu/masyarakat mengatasi bencana.⁸ Dalam hal ini, agama berfungsi sebagai sistem makna yang

klimatologis, hidrologis, dan ekologis. 4) Tata ruang Kampung Naga mendukung daur ulang air alami, menjaga kebersihan air sungai dan sawah. 5) Rumah panggung kayu sistem knockdown terbukti tahan terhadap kerusakan akibat gempa. Lihat Rizki Nurislaminingsih, Neneng Komariah, Eka Purna Yudha, "Pemetaan Pengetahuan Lokal Sunda di Kampung Naga-Tasikmalaya", *ANUVA*, Volume 6, No. 2, 2022, hal. 217-230.

⁷ Raden Cecep Eka Permana, Isman Pratama Nasution, dan Jajang Gunawijaya, "Kearifan Lokal Tentang Mitigasi Bencana Pada Masyarakat Baduy", *Makara Sosial Humaniora*, Volume 15 No. 1, Juli 2011, hal. 67-76. <https://doi.org/10.7454/mssh.v15i1.954>

⁸ Lei Sun, Yan Deng, Wenhua Qi, "Two impact pathways from religious belief to public disaster response: Findings from a literature review", *International Journal of Disaster Risk Reduction*, Vol. 27, 2018, <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2017.10.004>

membentuk persepsi risiko, regulasi emosi, serta orientasi tindakan. Oleh karena itu, pemetaan dimensi keberagamaan menjadi penting untuk memahami sejauh mana nilai-nilai agama telah terinternalisasi dan berpengaruh terhadap perilaku mitigasi.

Sebagai contoh, analisis konteks keagamaan untuk mitigasi bencana ini dapat menggunakan kerangka lima dimensi keberagamaan yaitu ideologis, ritualistik, eksperiensial, intelektual, dan konsekuensial. Dengan menggunakan peta keberagamaan lima dimensi tersebut, analisis konteks keagamaan menjadi lebih sistematis dan dapat membantu memetakan “keberagamaan komunitas” secara menyeluruh.

1. Dimensi ideologis

Dimensi ideologis berfokus pada bagaimana keyakinan/ideologi agama menjelaskan bencana, misalnya “bencana adalah ujian”, “adab”, “kesalahan manusia”, atau “alam semata”. Contohnya di Aceh, ditemukan narasi yang relatif kuat bahwa bencana adalah “takdir ilahi” membuat masyarakat Aceh, khususnya bagian pesisir, cenderung pasif dalam menghadapi risiko bencana. Namun pasca gempa bumi dan tsunami 2004 secara bertahap mengalami transformasi menuju pemahaman yang proaktif bahwa “kewajiban manusia menjaga alam sebagai amanah”. Tokoh agama, yaitu ulama, telah berperan penting dalam pergeseran perspektif masyarakat akan pentingnya mitigasi proaktif. Masyarakat didorong berperan aktif, partisipatif secara terorganisir dalam pengurangan risiko bencana.⁹

2. Dimensi ritualistik

Dalam dimensi ritualistik, bagaimana praktik ibadah dan ritual dijadikan sarana menghadapi bencana, seperti doa bersama, istighasah, gotong-royong, dan sebagainya. Contohnya kondisi di Aceh menunjukkan bahwa agama berperan signifikan dalam pemulihan psikologis korban bencana. Doa, ritual keagamaan dan kegiatan komunitas berbasis agama memberikan dukungan emosional, rasa tenang, dan kekuatan spiritual bagi para penyintas bencana sehingga dapat meningkatkan efektivitas dan keberlanjutan program pemulihan pascabencana jika diimplementasikan secara sensitif terhadap nilai-nilai keagamaan masyarakat.¹⁰

3. Dimensi eksperiensial

Fokus analisis dalam dimensi eksperiensial adalah bagaimana pengalaman spiritual atau keagamaan (merasakan hadirnya Tuhan, merasa

⁹ Fatimahsyam, “Islam and Disaster Risk Reduction: The Role of Local Religious Leaders in Transforming Communities in Gampong Deah Glumpang Banda Aceh”, *Sinthop*, Vol. 3 No. 2, 2024, <https://doi.org/10.22373/sinthop.v3i2.6144>.

¹⁰ Dito Alif Pratama, “The Role Of Religion in Dealing With Natural Disaster Trauma: A Case Study Of The Survivor Of Aceh's Earthquake And Tsunami in 2004”, *Empirisma: Jurnal Pemikiran dan Kebudayaan Islam*, Vol. 32 No. 2, 2023, <https://doi.org/10.30762/empirisma.v32i2.1104>

terhubung komunitas agama) membantu individu/komunitas dalam merespon bencana. Agama tidak hanya sebagai sistem keyakinan, tetapi juga pengalaman eksistensial yang menumbuhkan makna dan harapan di tengah penderitaan. Sebagai contohnya, para penyintas bencana menunjukkan bahwa pengalaman spiritual seperti berdoa, berzikir, dan berserah diri (tawakkal) menjadi sumber kekuatan utama untuk mengatasi trauma kehilangan keluarga dan harta. Mereka merasakan ketenangan batin dan kedekatan dengan Allah ketika memperbanyak ibadah. Rasa sabar dan syukur dipersepsi sebagai bagian dari cara Tuhan meneguhkan iman mereka. Secara psikologis, coping religius ini membantu resiliensi psikologi lebih tinggi, menurunkan tingkat stres pascabencana dan mempercepat pemulihan sosial.¹¹

4. Dimensi intelektual

Dalam dimensi intelektual fokus analisisnya pada sejauh mana komunitas memahami ajaran agama secara rasional terkait lingkungan dan bencana. Bagaimana masyarakat memahami bencana sebagai fenomena alam yang memiliki hikmah teologis dan pelajaran ilmiah. Contohnya mata pelajaran Pendidikan Agama dapat menjadi sarana efektif dalam menumbuhkan kesadaran mitigasi bencana dengan menanamkan nilai iman kepada takdir Allah (aspek spiritual), pemahaman ilmiah tentang sunnatullah (aspek intelektual) dan tanggung jawab moral manusia sebagai khalifah di bumi untuk menjaga lingkungan (aspek etis). Pemahaman intelektual terhadap teks agama melahirkan sikap ilmiah dan tanggung jawab ekologis.¹²

5. Dimensi konsekuensial

Dalam dimensi konsekuensial, bagaimana keyakinan dan nilai keagamaan diwujudkan dalam tindakan nyata yaitu tindakan sosial mitigatif. Misalnya partisipasi dalam simulasi bencana, evakuasi berbasis masjid/gereja, kegiatan lingkungan, gotong royong dan solidaritas. Contohnya di Aceh, nilai-nilai dan norma-norma tauhid, kesabaran, keikhlasan, tawakal, tolong menolong dan kebersamaan telah disosialisasikan dan terus dijalankan oleh keluarga dan tokoh agama melalui pendidikan secara turun temurun. Keyakinan agama tersebut berperan penting sebagai modal sosial yang menjadi kekuatan spiritual dan sosial masyarakat Aceh dalam mitigasi bencana dan mewujudkan ketahanan terhadap bencana.¹³

¹¹ Dito Alif Pratama, "The Role Of Religion in Dealing With Natural Disaster Trauma: A Case Study Of The Survivor Of Aceh's Earthquake And Tsunami in 2004", *Empirisma: Jurnal Pemikiran dan Kebudayaan Islam*, Vol. 32 No. 2, 2023, <https://doi.org/10.30762/empirisma.v32i2.1104>

¹² Muhammad Tahdianoor, Dina Hermina, Nuril Huda, "Pendidikan Agama Islam Berwawasan Mitigasi Bencana", *Fikruna: Jurnal Ilmiah Kependidikan dan Kemasyarakatan*, Vol. 6 No. 1, 2024, <https://doi.org/10.56489/fik.v6i1.141>

¹³ Fajri M Kasim, Abidin Nurdin, dan M Rizwan, "Agama, Modal Sosial dan Ketahanan Masyarakat dalam Menghadapi Bencana di Kota Banda Aceh", *Jantro Jurnal Antropologi: Isu-isu Sosial Budaya*, Vol. 23 No. 1, 2021,

Secara implementatif analisis dan pemetaan terhadap kondisi sosial dan keagamaan masyarakat dapat dilakukan melalui penelitian survey, wawancara mendalam, observasi perilaku bencana, pemetaan kearifan lokal, dan analisis literasi mitigasi. Tentu, selain kondisi demografi, keyakinan agama, nilai-nilai budaya dan norma sosial yang berlaku, penelitian tersebut juga diarahkan mengidentifikasi faktor psikologis dan agama. Hal ini dilakukan untuk memahami pandangan masyarakat tentang bencana dan bagaimana agama memengaruhi cara pandang masyarakat terhadap bencana serta mengidentifikasi risiko bencana dan menganalisis perilaku yang telah terjadi selama bencana sebelumnya untuk memahami sikap dan hambatan yang mungkin ada, termasuk menganalisis bagaimana tingkat literasi masyarakat tentang mitigasi bencana. Seperti yang ditemukan di Aceh, dengan analisis konteks keagamaan membantu mengenali hambatan seperti pandangan fatalistik “bencana tak bisa dicegah karena kehendak Tuhan” yang dapat menghambat tindakan mitigasi dan membalikinya menumbuhkan narasi proaktif mitigasi. Melalui hal tersebut dapat diperoleh data mendalam tentang dinamika keagamaan, sosial, dan kepercayaan lokal.

B. Membangun Kesiapan Psikologis Kebencanaan Berbasis Nilai-nilai Agama

Salah satu hipotesis psikologis sebagaimana telah disebutkan pada bab sebelumnya, mengungkapkan bahwa kemampuan untuk memprediksi dan mengontrol suatu peristiwa akan mengurangi tingkat stres yang dialami. Artinya, jika penduduk Indonesia yang berada di daerah rawan bencana dapat memprediksi ancaman bencana maka mereka akan lebih siap secara psikologis. Namun pada kenyataannya tidak ada yang dapat memprediksi secara akurat kapan ancaman bencana akan terjadi, hanya daerah rawan bencana yang dapat dikenali. Karenanya pengetahuan terhadap daerah rawan bencana dan risikonya menjadi penting. Jika masyarakat memiliki pengetahuan dan pemahaman objektif terkait hal tersebut maka dapat dijadikan pijakan akan kesiapan psikologis. Kesiapan psikologis ini dapat membantu orang untuk berpikir dengan jelas dan rasional, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko cedera serius dan kehilangan nyawa ataupun kerugian harta benda. Penelitian lain juga menguatkan bahwa efikasi diri, *coping religius*, pendidikan pertolongan pertama psikologis berpengaruh signifikan terhadap kesiapan psikologis individu terhadap bencana.¹⁴

<https://doi.org/10.25077/jantro.v23.n1.p66-73.2021>

¹⁴ Douglas Paton, “Stress in disaster response: a risk management approach”, *Disaster Prevention and Management*, Vol. 12 No. 3, 2003, hal. 203-209. <https://doi.org/10.1108/09653560310480677>. Arini Mayang Fa'uni dan Raden Rachmy Diana, “Psychological Preparedness for Disaster in Terms of Self Efficacy and Religious

Dalam konteks kebencanaan ini, dimensi atau domain mental manusia yaitu aspek kognitif, afektif dan konatif saling berinteraksi melengkapi kesiapan psikologis. Aspek kognitif melibatkan pengetahuan tentang lingkungan ancaman bencana dan respons adaptif; aspek afektif terutama berkaitan kesadaran diri dan pengendalian emosi; aspek konatif menyediakan energi motivasional yang mendorong individu untuk menerjemahkan pengetahuan dan regulasi emosi ke dalam perilaku. Pemahaman yang baik tentang risiko ancaman (aspek kognitif) memungkinkan individu untuk memiliki efikasi diri yang baik, merasa lebih percaya diri dan mengelola stresnya (aspek afektif) serta mendorong tindakan nyata (aspek konatif). Sebaliknya, pengendalian emosi (aspek afektif) mendukung kemampuan kognitif dalam membuat keputusan tindakan yang rasional dan adaptif (aspek konatif). Ketiganya harus berjalan simultan. Tiga dimensi psikis ini membentuk struktur sikap dan perilaku manusia secara utuh. Ketika nilai agama mengisi ketiga dimensi ini secara seimbang, kesiapan kebencanaan menjadi terinternalisasi, sehingga bukan hanya pengetahuan luar, melainkan bagian dari kepribadian.

Sebagaimana telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya, ketika nilai-nilai agama menyentuh ketiga dimensi psikis tersebut, maka nilai-nilai agama secara kognitif membentuk cara berpikir/pandang (*worldview*) yang realistis dan bermakna; secara afektif menyediakan regulasi emosi yang dalam dan berkelanjutan; dan secara konatif mengkonversi keyakinan menjadi tindakan nyata sebagai wujud tanggung jawab moral. Agama membantu pemaknaan individu dalam memahami mengapa bencana terjadi tanpa jatuh ke dalam keputusasaan (*meaning-making*), menurunkan respon stres melalui ritual, doa, dzikir, dll (regulasi emosi), dan menguatkan jaringan dukungan sosial/komunitas seperti melalui nilai gotong-royong, sedekah, dan solidaritas.

Kemampuan mental (aspek kognitif) seseorang untuk memahami, menganalisis, dan memproses informasi tentang ancaman yang dihadapi (literasi kebencanaan) mencakup:¹⁵

- a. Pengetahuan tentang ancaman; yaitu pemahaman tentang karakteristik ancaman, seperti jenis risiko, tingkat keparahan, dan potensi dampaknya. Pengetahuan ini memungkinkan individu untuk menyusun strategi yang sesuai dalam menghadapi bahaya.
- b. Pemrosesan informasi dan perencanaan adaptif; yaitu kemampuan untuk

Coping”, *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 12 No. 1, 2021, hal. 28-39. Nurhayat Kilic a dan Nuray Simsek, “The effects of psychological first aid training on disaster preparedness perception and self-efficacy”, *Nurse Education Today*, Vol. 83, 2019, <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.104203>

¹⁵ Perry, R. W. & Lindell, M. K, *Preparedness for Emergency Response: Guidelines for the Emergency Planning Process*, Washington DC: FEMA Publications, 2003, hal. 12-20. Slovic, P, *The Perception of Risk*, London: Earthscan Publications, 2000, hal. 75-80.

mengintegrasikan informasi yang tersedia guna merancang rencana aksi yang realistis dan efektif. Ini melibatkan pengambilan keputusan berdasarkan fakta, logika, dan pengalaman sebelumnya.

- c. Persepsi risiko; dimana persepsi terhadap tingkat bahaya yang dihadapi sering kali menentukan tingkat kesiapan seseorang. Persepsi yang lebih akurat dapat meningkatkan kewaspadaan dan kesiapan bertindak.
 - Oleh karena itu, hal yang perlu dibangun diantaranya adalah
 - a. Pemahaman teologis yang sehat; Misalnya konsep tentang sunnatullah (hukum alam ciptaan Allah), ilmu sebagai ibadah, tafakkur, hikmah di balik musibah, dan lainnya. Konsep tersebut diantaranya berfungsi secara kognitif membingkai bencana sebagai fenomena alam yang dapat dipelajari, mendorong pencarian pengetahuan tentang mitigasi, peta risiko, dan prosedur evakuasi serta melatih kemampuan analisis risiko danantisipasi sekaligus membangun paradigma sehat bahwa bencana bagian dari peristiwa yang bermakna. Upaya mitigasi bukanlah bentuk penolakan terhadap takdir, melainkan manifestasi dari pemahaman yang benar terhadap kehendak Tuhan yang mensyaratkan ikhtiar manusia.
 - b. Literasi kebencanaan; Meliputi pengenalan jenis dan risiko bencana di wilayah tempat tinggal, pemahaman sistem peringatan dini, dan pengetahuan jalur evakuasi.
 - c. Skema kognitif resiliensi; Membangun keyakinan berbasis pengalaman spiritual umat terdahulu (kisah Nabi Yunus, Nabi Ayub, dll) dan kemampuan *reframing* dengan melihat bencana sebagai ujian yang meningkatkan derajat.

Integrasi antara makna Qur'ani dan proses kognitif menjadi dasar penting dalam membangun kesiapsiagaan berbasis kesadaran beragama. Sebagai contohnya, QS. Ar-Rûm/30:41 dan QS. Âli 'Imrân/3: 190 memberikan isyarat dan inspirasi dalam membangun skema kognitif kausalitas yang sehat bahwa bencana alam memiliki sebab yang dapat diidentifikasi yaitu perilaku manusia terhadap alam termasuk cara pencegahannya. Begitu juga inspirasi dan nilai Qur'ani berkaitan dengan penyebab bencana seperti diulas pada Bab IV diantaranya *takdzib* (QS. Al-A'râf/7:96-97, 182, QS. Yûnus/10:13, QS. Al-An'âm/6: 44-45, QS. An-Nahl/16:119), *zhalim* (QS. Al-A'râf/7:96-97, QS. Hûd/11:117, QS. Yûnus/10:44, QS. Fushshilat/41:46, QS. Al-Isrâ''/17:16, QS. Al-Ahzâb/33:72, QS. Al-Hujurat/49:6, QS. Asy-Syûrâ/42:42), *isyraf* (QS. Al-A'râf/31, QS. Al-An'âm/6:141, QS. Al-Isrâ''/17:37, QS. Al-A'râf/7:96-97), *jahl* (QS. Fushshilat/41:46, QS. Al-An'âm/6:141, QS. Asy-Syûrâ/42:42, QS. An-Nahl/16:23, QS. Al-Ahzâb/33:72) dan *takabbur* (QS. Lukman/31:18). Ayat-ayat ini mendorong literasi lingkungan dan kebencanaan sebagai bagian dari kesadaran iman serta mencegah persepsi kognitif yang berbahaya bahwa

bencana datang tiba-tiba tanpa sebab dan tidak ada yang bisa dilakukan. Kesadaran ini mendorong individu untuk tidak bersikap fatalistik, tetapi justru proaktif dalam menghindari risiko melalui pengetahuan dan kewaspadaan. Dalam hal ini keimanan mendorong pengembangan ilmu pengetahuannya dan sebaliknya pengetahuan menjadi penguat keimanan. Ilmu yang diraih seseorang dalam memahami ancaman atau risiko dapat memperkuat keimanan kepada Allah. Pemahaman ini mendorong rasa tawakal (berserah diri) yang tidak hanya didasari oleh emosi tetapi juga oleh logika yang mendalam.¹⁶

Adapun kemampuan individu untuk mengenali, mengelola, dan menggunakan emosi secara konstruktif dalam situasi penuh tekanan (aspek afektif) meliputi beberapa elemen penting:¹⁷

- a. Kesadaran emosional; yaitu kesadaran terhadap perasaan dan emosi yang muncul saat menghadapi ancaman. Ini mencakup kemampuan untuk mengenali perasaan takut, cemas, atau stres tanpa kehilangan kendali.
- b. Pengendalian emosi; yaitu kemampuan untuk tetap tenang dan tidak bertindak impulsif, bahkan dalam situasi berisiko tinggi. Hal ini memungkinkan individu untuk membuat keputusan yang lebih rasional.
- c. Regulasi emosi positif; yaitu penggunaan emosi positif, seperti harapan atau rasa percaya diri, untuk meningkatkan daya tahan mental dan ketangguhan menghadapi situasi sulit.

Pada dimensi afektif ini, nilai-nilai berbasis al-Qur'an menjadi pondasinya, sebagaimana telah disebutkan pada bab sebelumnya terkait dimensi psikologis bencana, seperti sabar (QS. Al-Baqarah/2: 177), tawakkal (QS. Ath-Thalaq/65:3; QS. Âli 'Imrân/3:159), ikhtiar (QS. Ar-Ra'd/13:11), harapan optimisme (QS. Az-Zumar/39:53), dsb. Internalisasi nilai-nilai religius ini berfungsi sebagai sumber energi psikologis yang memperkuat daya tahan individu dalam menghadapi tekanan dan ketidakpastian, bahkan sebelum bencana terjadi. Lebih jauh lagi pengendalian emosi dan kesadaran diri diproses melalui *tazkiyah an-nafs* (penyucian jiwa) yaitu usaha membersihkan jiwa dari sifat-sifat tercela (seperti iri hati, kesombongan, dan kebencian) dan mengisinya dengan sifat-sifat terpuji (seperti keikhlasan, kesabaran, dan rasa syukur). Hal ini sebagaimana firman Allah: "*Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu (tazkiyah an-nafs), dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.*" (QS. Asy-Syams: 9-10). Ayat ini menegaskan bahwa *tazkiyah an-nafs* adalah proses esensial untuk mencapai keberuntungan di sisi Allah.¹⁸

¹⁶ Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, Kairo: Dar al-Hadith, Juz 4, 2005, hal. 245

¹⁷ Lazarus, R. S. & Folkman, S., *Stress, Appraisal, and Coping*, New York: Springer, 1984, hal. 35-45. Gross, J. J., *Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations*, New York: Guilford Press, 2014, hal. 85-95.

¹⁸ Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, Kairo: Dar al-Hadith, Juz 3, 2005, hal. 85. Al-Raghib Al-Isfahani, *Al-Dhari'ah ila Makarim al-Shari'ah*, Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah,

Narasi kebencanaan perspektif Al-Qur'an yang dibangun tersebut akan meningkatkan kesadaran kognitif dan afektif seseorang sehingga mampu memosisikan dirinya sesuai cara pandang Al-Qur'an. Regulasi emosi dalam perspektif Qur'ani bersifat aktif dan adaptif, bukan pasif. Kesadaran kognitif dan pengelolaan emosi tersebut menjadi salah satu tanda orang bertakwa. Orang yang bertakwa adalah yang mampu memahami (kognitif) ancaman dan kebutuhan hidupnya melalui ilmu yang bersumber dari wahyu, sekaligus mampu mengelola emosinya dalam ketaatan kepada Allah. Oleh karenanya tawakal dapat dipandang sebagai simbiosis kognitif-afektif. Dalam Islam, tawakal adalah gabungan antara pengertian kognitif (memahami ancaman dan solusi melalui usaha manusia) dan afektif (berserah diri kepada Allah setelah usaha dilakukan). Sebagaimana Shihab menyoroti pentingnya keseimbangan antara usaha manusia (kognitif) dan penyerahan diri kepada Allah (afektif) dalam memaknai tawakal.¹⁹

Selanjutnya motivasi konatif menentukan sejauh mana seseorang bersedia mengubah perilaku, mengambil keputusan preventif, dan berpartisipasi dalam upaya peningkatan kapasitas diri. Individu yang memiliki daya konatif kuat umumnya menunjukkan kesiapan psikologis lebih baik karena mereka tidak hanya memahami risiko secara kognitif dan mengelola emosi secara afektif, tetapi juga memiliki kemauan kuat untuk bertindak berdasarkan pemahaman tersebut. Dengan demikian, aspek konatif menjembatani antara pengetahuan, emosi, dan perilaku nyata, sehingga menjadi faktor penting dalam mendorong kesiapan psikologis yang komprehensif. Pendekatan psikologi agama mengarahkan individu untuk tidak berhenti pada kesadaran kognitif dan stabilitas emosional, tetapi juga mendorong implementasi dalam bentuk perilaku mitigasi.

Secara implementatif dalam hal ini dapat dilakukan misalnya melalui program psikoedukasi berbasis al-Qur'an. Tujuannya untuk meningkatkan kesiapan psikologis dan membangun mentalitas tanggap bencana, antara lain: peningkatan kesadaran risiko, pengembangan keterampilan praktis, peningkatan resiliensi psikologis, mendorong tindakan preventif, dan penguatan solidaritas sosial. Disamping itu narasi kebencanaan perspektif Al-Qur'an diintervensikan di setiap tahapan komunikasi risiko sebagaimana model *Crisis and Emergency Risk Communication* (CERC) yang telah disebutkan pada Bab II meliputi tahap prakrisis, tahap peristiwa awal, tahap pemeliharaan, tahap resolusi, dan tahap evaluasi.²⁰

1. Tahap prakrisis (*pre-crisis*), kegiatan preventif dan edukasi kepada

1986, hal. 89

¹⁹ Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, Jilid 2, hal. 128

²⁰ Barbara Reynolds, dan Matthew W. Seeger, *Crisis and Emergency Risk Communication Manual...*, hal. 23-27

masyarakat mengenai potensi bencana dilakukan untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang kesiapsiagaan. Masyarakat diharapkan mengenali risiko serta dampak bencana, memahami berbagai pesan peringatan, dan bekerja sama dengan lembaga terkait dalam upaya kesiapsiagaan awal. Risiko yang tidak dikenali dari awal dapat berpotensi menjadi krisis. Tahap ini menekankan kesiapsiagaan, keterbukaan informasi, dan pengelolaan emosi. Narasi qurani diintervensikan untuk dapat menjadi landasan membangun kesadaran awal dalam memahami risiko, mengenali potensi bahaya, dan membentuk budaya mitigasi sejak awal. Al-Qur'an berulang kali mengisyaratkan agar manusia mengenali tanda-tanda/ayat, memahami fenomena alam, dan mengantisipasi mudharat sebelum terjadi, sebagaimana tercermin dalam perintah *i'tidâr* (antisipasi), *tadabbur* (perenungan), dan *ihtiyât* (kehati-hatian). Misalnya, menanamkan kesadaran bahwa bencana adalah bagian dari *sunnatullah* yang dapat berulang (QS. Saba'/34: 19; QS. Al-Taghâbun/64: 11), sehingga masyarakat terdorong untuk bersiap, bukan bersikap abai. Edukasi tentang tanggung jawab manusia dalam menjaga bumi (QS. Al-Baqarah/2: 30, QS. Al-A'râf/7: 56), sehingga kesiapsiagaan menjadi bagian dari ibadah sosial. Mendorong sinergi kerjasama sebagai implementasi dari nilai ta'awun/kerjasama dalam kebaikan (QS. Al-Mâ'idah/5: 2).

2. Tahap peristiwa awal (*initial event*), komunikasi yang cepat dan tepat kepada masyarakat penting untuk mengurangi risiko dan ketidakpastian saat bencana. Pada tahap ini disampaikan informasi awal tentang kejadian serta instruksi darurat. Tujuannya adalah membangun empati, menuntun masyarakat berpikir rasional, mendasarkan keputusan pada pemahaman yang komprehensif, serta mendorong terbentuknya dukungan dan kerja sama dalam upaya pemulihan. Ketika bencana terjadi, komunikasi pada tahap awal harus menyeimbangkan kecepatan, ketepatan, dan ketenangan, sebuah prinsip yang sejalan dengan seruan Al-Qur'an. Misalnya: seruan untuk tidak panik dan tidak menyebarkan informasi mentah (QS. An-Nisâ'/4: 83); mengutamakan akal sehat dan keteguhan hati dalam situasi guncangan (QS. Yûnus/10: 22; QS. Al-Anfâl/8: 46); menunjukkan empati, saling menguatkan, dan saling menolong (QS. Al-Hujurât/49: 10–12; QS. Al-Baqarah/2: 214). Hal ini agar informasi darurat diperoleh secara jelas dan dapat dipercaya, mereduksi ketidakpastian, menjaga ketenangan, dan memastikan masyarakat memahami langkah penyelamatan secara tepat.
3. Tahap pemeliharaan (*maintenance*), merupakan fase lanjutan dalam mengelola risiko dan mengurangi ketidakpastian setelah terjadinya bencana. Fokus komunikasi krisis pada tahap ini adalah meminimalkan kebingungan publik dengan menjelaskan risiko-risiko yang masih berlangsung, mengidentifikasi penyebabnya, serta membangun sikap dan

pendapat masyarakat yang kuat berdasarkan informasi yang akurat—melanjutkan dasar yang telah dibentuk pada fase peristiwa awal. Al-Qur'an memberikan kerangka nilai yang berfungsi sebagai psikologi pemulihan yang berkelanjutan. Misalnya keterbukaan informasi dan kejujuran menyampaikan informasi (QS. Al-Baqarah/2: 42) agar ada update berkala tentang risiko lanjutan; bimbingan dan pendampingan secara kontinu sebagaimana dicontohkan Nabi Nuh, Nabi Hud, dan Nabi Musa agar tidak terjadi fatalistik; membangun sikap yang teguh (QS. Āli 'Imrân/3: 200) agar tidak terjatuh pada sikap apatis, berputus asa, ataupun terjadinya konflik sosial.

4. Tahap resolusi (*resolution*), Komunikasi dan edukasi publik yang memuat pembaruan mengenai langkah-langkah penyelesaian serta diskusi tentang penyebab dan risiko baru untuk membangun pemahaman baru terkait risiko bencana. Aktivitasnya meliputi penyampaian informasi dan persuasi tentang upaya pemulihan dan rekonstruksi, fasilitasi diskusi dan penyelesaian masalah, peningkatan dan pembaruan pemahaman publik mengenai risiko dan respons, serta penguatan kapasitas dan citra organisasi/lembaga. Narasi Qur'ani yang meneguhkan bukan menyalahkan dapat diintervensi agar menguatkan masyarakat bahwa pemulihan dan bangkit dari keterpurukan adalah bagian dari sunnatullah dan ujian yang melahirkan penguatan (QS. Al-A'râf/7: 56, QS. Asy-Syûrâ/42: 30; QS. Al-Baqarah/2: 155–157).
5. Tahap evaluasi (*evaluation*), mencakup diskusi dan penyepakatan atas pelajaran serta pemahaman baru tentang risiko. Pada tahap ini dilakukan penilaian menyeluruh terhadap seluruh proses komunikasi dan edukasi, sekaligus pendokumentasian hasil pembelajaran. Hal tersebut memperkuat keberlanjutan pemahaman semua pihak mengenai risiko bencana dan cara-cara untuk mengurangnya. Nilai-nilai Al-Qur'an menekankan konsep muhasabah (QS. Al-Hasyr/59: 18), pengambilan ibrah dari peristiwa (QS. Yûsuf/12: 111). Pada tahap ini memastikan seluruh siklus CERC berkembang menjadi kesadaran jangka panjang.

C. Membentuk Intensi Positif dan Perilaku Mitigatif Berbasis Al-Qur'an

Mitigasi bencana sangat berkaitan erat dengan sikap dan persepsi individu maupun masyarakat terhadap bencana. Dalam hal ini, memprediksi dan mengendalikan perilaku masyarakat harus dilakukan agar memudahkan pengambilan kebijakan dalam merespon bencana. Prediksi atas perilaku individu dapat dilaksanakan dengan melihat niat (*intention*) dalam bertindak yang mana hal ini dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku, norma subyektif, dan kontrol perilaku. Sedangkan sikap atau perilaku ketika berhadapan dengan bencana ditentukan pula oleh keyakinan tentang konsekuensi dari suatu

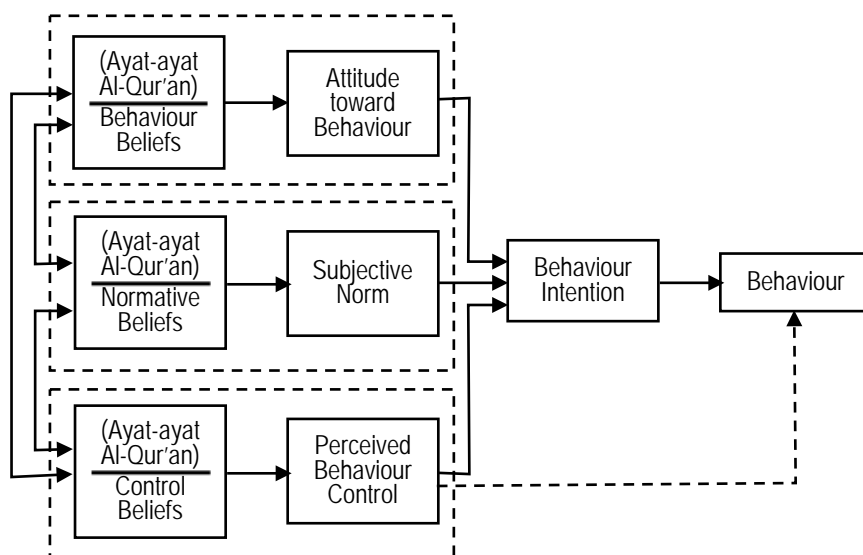
tindakan yang disebut keyakinan perilaku (*behavioral beliefs*). Di sinilah perspektif psikologi agama akan berguna dalam rangka menguatkan mitigasi bencana. Agama merupakan sumber keyakinan yang menjadi penentu dan faktor utama penggerak dalam berperilaku, termasuk ketika menghadapi sebuah bencana. Sehingga dengan memahami melalui kaca mata psikologi agama, akan lebih memudahkan dalam melihat bagaimana individu maupun masyarakat bertindak.²¹

Integrasi pendekatan psikologi agama dan Teori Perilaku Terencana/*Theory of Planned Behaviour* (TPB) dalam mitigasi bencana menghasilkan kerangka yang lebih kaya untuk memahami dan mendorong perilaku mitigasi yang efektif. Psikologi agama berperan dalam memahami pengaruh keyakinan dan nilai-nilai agama terhadap perilaku individu dan mendorong tanggung jawab kolektif, meningkatkan resiliensi psikologis terhadap bencana. Sementara TPB memberikan kerangka yang sistematis untuk memprediksi dan memengaruhi perilaku manusia berdasarkan sikap terhadap perilaku, norma subjektif dan kontrol persepsional. Integrasi kedua pendekatan ini memberikan dasar konseptual untuk memanfaatkan dimensi keagamaan sebagai alat efektif dalam mengubah perilaku masyarakat terhadap bencana.

Intervensi keyakinan agama dalam TPB memperkuat niat untuk bertindak. Agama tidak hanya membentuk nilai-nilai dasar, tetapi juga menciptakan mekanisme sosial dan psikologis yang mendukung tindakan tertentu. Nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an maupun Hadits yang merupakan sumber ajaran Islam dapat dijadikan sebagai bagian dari pembentukan kesadaran dan keyakinan untuk bersikap dan bertindak menjaga lingkungan dan keharmonisan sosial dalam rangka mitigasi bencana. Menurut Farid Hamzens (2020) tafsir ayat-ayat Al-Qur'an tentang bencana dan musibah, menjadi dasar tindakan pengendalian risiko bencana mengintervensi tiga ranah keyakinan (*belief*) yang memengaruhi intensi dan perilaku, sebagaimana terlihat pada Gambar 5.1. *Pertama, behavior belief* yaitu yang membentuk sikap terhadap perilaku menghadapi bencana. *Kedua, normative belief* yaitu yang melandasi tindakan-tindakan orang lain sebagai figur panutan untuk ditiru dan diacu tindakannya. *Ketiga, control belief* yaitu yang membentuk kepercayaan terhadap diri individu bahwa mereka mampu melakukan tindakan untuk menanggulangi bencana dan menekan timbulnya musibah.²²

²¹ Ben Wisner et al. *At Risk: Natural Hazards, People's Vulnerability and Disasters*. London: Routledge, 2004, hlm. 45-52. Icek Ajzen, *The Theory of Planned Behavior*. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, Vol. 50, No. 2, 1991, hlm. 179-211. Martin Fishbein dan Icek Ajzen, *Predicting and Changing Behavior: The Reasoned Action Approach*. New York: Psychology Press, 2010, hlm. 20-25.

²² Farid Hamzens, "Penanggulangan Bencana: Aktualisasi Ayat-Ayat Al-Qur'an



Gambar 5. 1 Intervensi Ayat-ayat Al-Qur'an dalam Membentuk Intensi dan Perilaku²³

Gambar 5.1 di atas dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Sikap (*Attitude Toward Behaviour*) terhadap Perilaku berbasis Nilai-Nilai Al-Qur'an

Sikap terhadap perilaku ditentukan oleh sebuah keyakinan dalam individu yang melandasi perilaku berikut konsekuensinya. Sikap ini terbentuk dari kepercayaan terhadap konsekuensi perilaku (*beliefs about outcomes*) dan evaluasi terhadap konsekuensi tersebut (*evaluation of outcomes*). Implementasi dari hal tersebut memungkinkan dari pandangan positif atau negatif tentang hasil yang diekspresikannya. Dalam konteks mitigasi bencana, sikap terhadap perilaku mencakup bagaimana individu memandang tindakan mitigasi—apakah sebagai hal yang bermanfaat, bernilai, atau relevan dengan keyakinan mereka.

Dengan melalui narasi keagamaan mengaitkan konsep mitigasi dengan ajaran agama. Keyakinan (*behavior belief*) atas ajaran agama akan mengintervensi sikap terhadap perilaku mitigasi bencana. Al-Qur'an mengajarkan manusia untuk berperilaku proaktif dalam menjaga keseimbangan bumi, memitigasi kerusakan, dan mempersiapkan diri terhadap kemungkinan bahaya. Sebagaimana telah dijelaskan pada bagian sebelumnya,

Dalam Pengendalian Musibah,” dalam Tafsir Musibah: Esai Agama, Lingkungan, Sosial-Politik, Dan Covid-19, Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 2020, hal. 51-58

²³ Farid Hamzens, “Penanggulangan Bencana...”, hal. 52

keyakinan bahwa segala sesuatu terjadi atas kehendak Allah (QS. Al-Taghâbun/64:11) yang sudah tertulis dalam Kitab Lauh Mahfuz (QS. Al-Hadîd/57:22). Jika sesuatu hal itu terjadi maka tidak ada yang dapat mengindarinya (QS. Al-Ahzâb/33:17). Namun itu bukan berarti fatalisme, karena manusia diberikan kehendak menentukan pilihannya sendiri (QS. Al-Kahfi/18:29, QS. Al-Balad/90:10, QS. Al-Insân/76:3, QS. Asy-Syams/91:7-10, QS. Ar-Ra'd/11) dan Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya (QS. Al-Baqarah/2: 286) dan setiap kesulitan akan diikuti oleh kemudahan (QS. Al-Insyirah: 5-6) serta Allah tidak zalim terhadap manusia tetapi justru menghendaki kebaikan bagi hamba-hamba-Nya dengan memaafkan kesalahan dan menghapuskan dosa-dosanya (QS. Yunus/10:44, QS. Fussilat/46, QS. Al-Baqarah/2:185, QS. Al-A'râf/7:56, QS. Al-Kahfi/18:49, QS. Ibrâhim/14:7, QS. Asy-Syura/42:30). Setiap ujian bagi orang beriman adalah kebaikan dari Allah sekaligus sarana peningkatan iman dan kedekatan kepada Allah (QS. At-Taghâbun/64: 11).

Begitu juga keyakinan bencana datang atas kehendak Allah swt sebagai bentuk ujian, peringatan dan/atau hukuman karena banyaknya manusia yang berbuat inkar seperti syirik, kufur nikmat, penipuan, perjudian, perzinahan, dan sebagainya. Misal, bencana kelaparan dan ketakutan akibat mengingkari nikmat-nikmat Allah (QS. An-Nahl/16: 112), melupakan Allah ketika mendapat nikmat padahal itu adalah ujian apakah bersyukur atau kufur (QS. Az-Zumar/39: 49), musibah (kalah perang) karena kesalahan diri (QS. Âli-'Imrân/3: 165), musibah karena kemunafikan (QS. An-Nisâ'/4: 62), putus asa ketika ditimpa musibah karena kesalahan diri sendiri (QS. Ar-Rûm/30: 36, Asy-Syûrâ/42: 30) dan sebagainya.

Ayat-ayat tersebut adalah contoh bagaimana Al-Qur'an memberikan panduan tentang cara menghadapi hadirnya bencana. Keyakinan ini akan menggerakkan seseorang untuk memandang bencana secara positif, cepat bangkit saat musibah terjadi, dan tetap optimis karena meyakini bahwa setiap ketetapan Allah mengandung kebaikan. Sikap tersebut membantu mencegah munculnya keluhan, rasa pesimis, maupun tekanan psikologis akibat bencana. Dengan keyakinan ini maka zapada masa pra-bencana, perilaku masyarakat harus dikendalikan dari perbuatan yang ingkar dan menyimpang. Perilaku yang harus dikedepankan adalah perilaku yang mencerminkan amal saleh, yang produktif dan positif terhadap sesama manusia maupun lingkungan. Maka, nilai-nilai tersebut dapat memperkuat sikap positif terhadap tindakan mitigasi bencana, contoh diantaranya sebagai berikut:²⁴

a. Kewajiban menjaga bumi

²⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah Jilid 5...*, hlm. 37-45. Hasan Al-Banna, *Manhaj Rabbani: Kembali kepada Al-Qur'an dan Sunnah*, Jakarta: Gema Insani Press, 2003, hlm. 45-50. Nuruddin Sulaiman, *Fikih Bencana dalam Perspektif Al-Qur'an*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018, hlm. 65-72.

Al-Qur'an mengajarkan bahwa manusia adalah khalifah di bumi yang bertanggung jawab menjaga dan memelihara alam, seperti dalam firman Allah Swt.:

﴿ وَالِى تَمُودَ أَخَاهُمْ ضَلِيحًا قَالَ يَاقَوْمِ اعْبُدُوا اللّٰهَ مَا لَكُم مِّنْ إِلٰهٍ غَيْرُهُ هُوَ أَنشَأَكُم مِّنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا فَاسْتَغْفِرُوهُ ثُمَّ تَوْبُوا إِلَيْهِ إِنَّ رَبِّي قَرِيبٌ مُّجِيبٌ ﴿٦١﴾ ﴾

Kepada (kaum) Samud (Kami utus) saudara mereka, Saleh. Dia berkata, "Wahai kaumku, sembahlah Allah! Sekali-kali tidak ada tuhan bagimu selain Dia. Dia telah menciptakanmu dari bumi (tanah) dan menjadikanmu pemakmurnya. Oleh karena itu, mohonlah ampunan kepada-Nya, kemudian bertobatlah kepada-Nya. Sesungguhnya Tuhanku sangat dekat lagi Maha Memperkenankan (doa hamba-Nya). (QS. Hûd/11: 61).

Dalam Tafsir Qur'an Kemenag dijelaskan bahwa setelah manusia berkembang dan bertambah generasi di atas bumi, mereka diserahi tugas memakmurkannya, sebagai anugerah dan karunia dari Allah. Dengan karunia itu kaum Samud telah hidup senang bahkan mereka telah dapat pula membuat rumah tempat berlindung yang aman. Demikian besarnya karunia dan nikmat Allah yang diberikan kepada mereka. Maka mereka wajib mensyukuri nikmat itu dengan mengagungkan dan memuliakan-Nya dan tidak menyembah selain-Nya.²⁵

Anugerah dan karunia dari Allah kepada manusia sebagai pemakmur bumi (khalifah) sekaligus itu menjadi amanah yang diemban manusia. Sikap positif terhadap perilaku mitigasi bencana didorong oleh pemahaman keyakinan nilai-nilai religius bahwa menjaga keselamatan diri, keluarga, dan masyarakat adalah bagian dari tanggung jawab manusia sebagai khalifah (pemimpin) di bumi. Hal ini akan mendorong sikap proaktif untuk memitigasi risiko bencana, di mana manusia harus memelihara keseimbangan alam, mencegah kerusakan, dan menghindari kebinasaaan.

b. Larangan merusak lingkungan

Al-Qur'an secara eksplisit melarang manusia melakukan kerusakan, baik terhadap alam maupun masyarakat, seperti dalam firman Allah swt:

﴿ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ ۞﴾

²⁵ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Tafsirnya...*, hal. 439

المُحْسِنِينَ ﴿٥٦﴾

Janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi setelah diatur dengan baik. Berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut dan penuh harap. Sesungguhnya rahmat Allah sangat dekat dengan orang-orang yang berbuat baik (QS. Al-A'râf/7: 56).

Ayat tersebut dijelaskan dalam Tafsir Al-Azhar bahwa membuat kerusakan sesuatu yang telah tertata itu lebih buruk daripada membuat kerusakan pada sesuatu yang sudah rusak. Jika tidak sanggup membuat sesuatu lebih baik, maka janganlah merusak. Setiap muslim memiliki kewajiban untuk memelihara dan menjaga kelestarian bumi. Hal tersebut merupakan isyarat Al-Qur'an kepada manusia untuk melakukan upaya pencegahan terjadinya sebuah bencana.²⁶

Dalam konteks mitigasi bencana, sikap ini mendorong manusia untuk mengurangi risiko yang muncul akibat aktivitas destruktif seperti penebangan liar, penggundulan hutan, atau pembangunan yang tidak ramah lingkungan.

c. Prinsip kehati-hatian (*ihthyath*)

Al-Qur'an mengajarkan untuk bersikap hati-hati dalam menghadapi bahaya atau risiko, sebagaimana Allah menyuruh manusia mempersiapkan diri terhadap potensi ancaman. Allah Swt. berfirman:

وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ
مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ ۗ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا
تُظَلَمُونَ ﴿٦٠﴾

Persiapkanlah untuk (menghadapi) mereka apa yang kamu mampu, berupa kekuatan (yang kamu miliki) dan pasukan berkuda. Dengannya (persiapan itu) kamu membuat gentar musuh Allah, musuh kamu dan orang-orang selain mereka yang kamu tidak mengetahuinya, (tetapi) Allah mengetahuinya. Apa pun yang kamu infakkan di jalan Allah niscaya akan dibalas secara penuh kepadamu, sedangkan kamu tidak akan dizalimi. (QS. Al-Anfâl/8: 60).

Dalam menafsirkan ayat tersebut, Az-Zuhaili menyebutkan bahwa dengan ayat tersebut Allah SWT memerintahkan orang-orang beriman untuk mempersiapkan berbagai kekuatan materi, moril dan persenjataan

²⁶ Abdulkarim Abdulmalik Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 4...*, hal. 2400.

perang yang sesuai untuk setiap masa dan mempersiapkan pasukan perang dengan kemampuan tertinggi karena pasukan merupakan benteng dan pertahanan umat yang kuat. Tentunya semua itu sesuai dengan kemampuan dan kesanggupan.²⁷

Ayat tersebut sejatinya adalah konteks perang tetapi dapat direlevansikan dengan konteks mitigasi bencana. Prinsip dalam ayat ini relevan dalam membangun sikap proaktif terhadap mitigasi bencana, seperti membuat perencanaan evakuasi atau membangun infrastruktur tahan gempa atau bentuk kesiapsiagaan dan peningkatan resiliensi masyarakat.

d. Ikhtiar sebagai bentuk ibadah

Islam memandang usaha manusia (ikhtiar) sebagai bagian dari ibadah. Dalam mitigasi bencana, usaha melindungi diri, keluarga, dan masyarakat dapat dilihat sebagai implementasi ajaran untuk memperbaiki keadaan sebagaimana disebutkan dalam QS. Ar-Ra'd/13:11

لَهُ مَعْقِبَتٌ مِّنْ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Baginya (manusia) ada (malaikat-malaikat) yang menyertainya secara bergiliran dari depan dan belakangnya yang menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, tidak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (QS. Ar-Ra'd/13: 11).

Dengan berbasis keyakinan tersebut, sikap seseorang lahir dari kesadaran beragamanya kemudian menunjukkan perilaku nyata untuk mitigasi bencana itulah sebagai sebuah keputusan dari niat yang menjadi pengalaman beragama. Hal ini merealisasikan bahwa nilai-nilai Al-Qur'an dapat membentuk sikap positif terhadap mitigasi bencana sebagai bagian dari tanggung jawab spiritual dan sosial.

Berpikir positif adalah suatu sikap mental yang menekankan pada harapan dan keyakinan akan hasil yang baik dalam situasi apapun, termasuk bencana. Ini termasuk kemampuan untuk melihat sisi baik dari segala hal dan mengatasi tantangan dengan optimisme. Berpikir positif dapat meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional serta mengurangi stres. Sikap berpikir

²⁷ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 5...*, hal 338

positif tidak berarti pasrah tanpa usaha. Berpikir positif dalam mitigasi bencana merupakan bentuk optimisme yang didasarkan pada keyakinan bahwa setiap kejadian merupakan ketetapan Allah yang memiliki hikmah dan tujuan ilahiah.

Berdasarkan keyakinan ini, setiap orang dapat mengubah cara pandangya terhadap bencana, karena hal tersebut sangat memengaruhi strategi mitigasi, baik secara pribadi maupun bersama. Bencana tidak selalu dipahami sebagai hukuman, tetapi sebagai bentuk kasih sayang Allah untuk mencegah kerusakan yang lebih besar. Bencana dapat menjadi pemicu bagi manusia untuk membangun peradaban yang lebih baik. Saat bencana terjadi, itu merupakan dorongan untuk melakukan penelitian, pengembangan ilmu, dan menemukan pengetahuan baru agar manusia dapat hidup selaras dengan alam. Bencana juga menjadi perintah untuk melakukan perbaikan diri, memperkuat solidaritas sosial antara yang terdampak dan tidak terdampak, karena seluruh manusia diciptakan oleh Tuhan yang sama, yaitu Allah SWT.

Strategi untuk membentuk sikap positif terhadap perilaku mitigasi dapat mencakup diantaranya:

- a. Pendidikan berbasis nilai-nilai keagamaan: Mengintegrasikan nilai-nilai Al-Qur'an dalam program pembelajaran dan pelatihan mitigasi bencana.
- b. Narasi keagamaan: Membingkai mitigasi sebagai bagian dari amal saleh dan tanggung jawab terhadap Allah.
- c. Pemanfaatan peran tokoh agama: Melibatkan tokoh agama dalam mengampanyekan narasi keagamaan dalam mitigasi bencana.

2. Norma Subjektif (*Subjective Norm*) Berbasis Nilai-nilai Al-Qur'an

Norma subjektif merujuk pada persepsi individu terhadap tekanan sosial atau harapan dari orang-orang yang penting dalam hidupnya untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku. Norma subjektif terbentuk melalui kepercayaan normatif (*normative beliefs*) yaitu keyakinan tentang apa yang dianggap penting oleh orang lain terkait tindakan tertentu, dan motivasi untuk patuh (*motivation to comply*) yakni keinginan untuk mengikuti harapan atau tuntutan sosial.

Dalam konteks mitigasi bencana, norma ini melibatkan nilai-nilai kolektif sesuai ajaran agama, seperti solidaritas, tanggung jawab sosial, dan kerja sama; bagaimana pengaruh keluarga, masyarakat, dan pemimpin agama membentuk perilaku seseorang terhadap upaya mitigasi. Penelitian Brie Loskota menunjukkan bahwa organisasi berbasis agama berperan penting dalam setiap fase bencana—mitigasi, kesiapsiagaan, respons, dan pemulihan. Keyakinan agama mengarahkan perilaku masyarakat melalui norma sosial dan subjektif berbasis spiritualitas, meningkatkan niat untuk bertindak dalam

mitigasi bencana dengan nilai solidaritas dan tanggung jawab sosial.²⁸

Dalam perspektif Al-Qur'an, norma subjektif sangat relevan dengan prinsip ukhuwah Islamiyah (persaudaraan Islam). Perilaku yang dipengaruhi oleh pandangan orang lain diarahkan untuk menciptakan harmoni dan tolong-menolong dalam kebaikan, sebagaimana firman Allah dalam Surah Al-Mâidah/5:2 "...*tolong-menolonglah kamu dalam kebaikan dan takwa..*". Selain itu norma sosial berupa norma adat dan budaya juga memengaruhi niat melalui internalisasi nilai-nilai komunitas. Dalam mitigasi bencana, norma sosial yang didasarkan pada ajaran agama seringkali menjadi pedoman tindakan, seperti gotong royong dan kepedulian kepada tetangga. Hal ini tercermin dalam Surah An-Nisa/4:36, "*Berbuat baiklah kepada kedua orang tua, kerabat, anak-anak yatim, dan tetangga.*"

Nilai-nilai tersebut relevan untuk membangun norma subjektif yang mendukung mitigasi bencana, diantara contohnya:

a. Kewajiban Menjaga Kehidupan Bersama

Al-Qur'an menggarisbawahi pentingnya menjaga kehidupan kolektif dan saling membantu: "*Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran...*" (QS. Al-Mâidah/5: 2). Dalam konteks mitigasi bencana, ayat ini mendorong masyarakat untuk membangun norma sosial yang mendukung tindakan preventif, seperti kerja sama dalam membangun infrastruktur tahan bencana atau menyelenggarakan pelatihan kesiapsiagaan.

b. Keteladanan Pemimpin

Norma sosial sering dibentuk oleh perilaku dan arahan dari pemimpin komunitas. Dalam Islam, pemimpin memiliki tanggung jawab untuk melindungi dan membimbing umatnya: "*Dan (ingatlah), ketika suatu umat berkata kepada pemimpinnya: 'Mengapa kamu tidak mencegah kerusakan di bumi ini?'*" (QS. Al-A'râf/7: 85). Ayat ini menekankan pentingnya pemimpin memberikan contoh yang baik dalam mencegah risiko bencana, misalnya dengan mengadvokasi pentingnya mitigasi.

c. Komunitas sebagai Penopang Norma Sosial

Al-Qur'an mendorong pembentukan masyarakat yang berbasis nilai-nilai kebajikan. Sebuah komunitas yang kokoh dapat memperkuat norma-norma mitigasi bencana: "*Dan hendaklah di antara kamu ada segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf, dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang*

²⁸ Brie Loskota, Hebah Farrag, dan Richard Flory, "Faithful Action: Working with Religious Groups in Disaster Planning, Response and Recovery", USCDornsife, 2012, <https://crcc.usc.edu/report/faithful-action-working-with-religious-groups-in-disaster-planning-response-and-recovery/>

beruntung" (QS. Ali 'Imrân/3: 104). Norma kolektif ini dapat diterjemahkan ke dalam tindakan seperti pendidikan bersama tentang risiko bencana atau inisiatif kolektif untuk menjaga lingkungan.

d. Pentingnya Persatuan dalam Menghadapi Bahaya

Al-Qur'an juga mengajarkan pentingnya persatuan dalam menghadapi ancaman, termasuk bencana: "*Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang berperang di jalan-Nya dalam barisan yang teratur, seakan-akan mereka seperti suatu bangunan yang tersusun kokoh*" (QS. Ash-Shâff/61: 4). Norma sosial yang kuat dapat mendorong individu untuk bertindak demi kepentingan bersama, seperti berpartisipasi dalam simulasi bencana atau mendukung kebijakan mitigasi.

Norma subjektif menguatkan sikap promotif dalam mitigasi bencana. Sikap promotif dilandasi pola pikir yang berorientasi pada pengembangan, kemajuan, atau pemberdayaan. Sikap promotif dalam mitigasi bencana tercermin dalam ajakan untuk saling membantu dan melindungi sesama. Ciri-ciri bersikap promotif diantaranya adalah

- a. proaktif yakni tidak menunggu keadaan berubah, tetapi mengambil inisiatif untuk memulai perubahan;
- b. optimis, yakni memiliki pandangan positif bahwa perubahan yang diinginkan dapat tercapai;
- c. kreatif, yakni berpikir inovatif untuk mencari solusi dan peluang baru; (d) kolaboratif, yakni membangun kerja sama dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama;
- d. berorientasi pada solusi, yaitu fokus pada apa yang bisa dilakukan untuk memperbaiki situasi daripada mengeluhkan masalah.

Pendekatan promotif mendorong kolaborasi dalam membangun kesiapsiagaan bencana, seperti edukasi mitigasi kepada masyarakat, pelatihan evakuasi, dan kampanye sadar bencana. Pendekatan promotif juga mencakup pemberdayaan masyarakat untuk menjaga lingkungan sebagai langkah pencegahan bencana alam, seperti banjir atau tanah longsor.²⁹ Al-Qur'an memerintahkan manusia untuk saling bekerja sama dalam kebajikan dan senantiasa bersegera dalam kebajikan (QS. Al-Mâidah/5:2, 148; QS. Al-Isrâ'/17:7) dan memperhatikan apa yang telah diperbuat serta mendorong untuk selalu berusaha memberikan yang terbaik dan bertindak demi kebaikan di masa depan (QS. Al-Hasyr/59:18).

Strategi yang mungkin dapat dilakukan dalam rangka penguatan norma subjektif dalam mitigasi bencana, diantaranya:

a. Melibatkan Tokoh Agama

Tokoh agama dapat menyampaikan pesan mitigasi melalui khutbah,

²⁹ Muhammad Yusuf, *Islam dan Lingkungan Hidup*, Bandung: Mizan, 2007, hal. 75-79.

- pengajian, atau fatwa. Sebagai figur otoritas, tokoh agama mampu membentuk norma subjektif yang kuat di masyarakat.
- b. Memanfaatkan Solidaritas Komunitas
Mengadakan kegiatan mitigasi berbasis komunitas, seperti pelatihan evakuasi atau diskusi lingkungan di masjid, dapat memperkuat norma sosial untuk bertindak.
 - c. Narasi Keagamaan yang Kolektif
Menggaitkan mitigasi dengan nilai kebajikan dan kewajiban agama dapat meningkatkan motivasi masyarakat untuk mematuhi norma mitigasi.

3. Persepsi Kontrol Perilaku (*Perceived Behavioral Control*) Berbasis Nilai-nilai Al-Qur'an

Persepsi kontrol terhadap perilaku adalah keyakinan individu tentang kemampuan diri untuk mengendalikan atau memengaruhi suatu perilaku tertentu. Kontrol perilaku ini merujuk pada sejauh mana seseorang merasa mampu melakukan suatu tindakan berdasarkan sumber daya, keterampilan, atau hambatan yang ada. Komponen ini mencakup: *pertama*, keyakinan kontrol, yakni persepsi individu tentang faktor-faktor yang dapat mempermudah atau menghambat perilaku; dan *kedua*, kemampuan diri (*self-efficacy*) yaitu keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk bertindak efektif. Dalam konteks mitigasi bencana, kontrol perilaku berkaitan dengan bagaimana individu merasa mampu berpartisipasi dalam tindakan pencegahan atau penanggulangan risiko bencana, seperti memahami ancaman, kesiapsiagaan, evakuasi, atau upaya pelestarian lingkungan.

Dalam hal ini, Al-Qur'an memberikan banyak prinsip yang relevan untuk memperkuat kontrol perilaku individu, terutama dalam konteks menghadapi tantangan seperti mitigasi bencana. Al-Qur'an mengajarkan bahwa manusia memiliki peran proaktif dalam menjaga keselamatan diri dan lingkungan serta perbaikan berkelanjutan (QS. Ar-Ra'd/13:11). Sebagaimana Allah memberikan potensi dan akal untuk berpikir dan bertindak sekaligus menandakan bahwa manusia memiliki kendali atas tindakannya dalam rangka mengatasi tantangan, termasuk dalam mitigasi bencana. Persepsi kontrol ini tercermin dalam kesadaran bahwa langkah preventif, seperti pendidikan mitigasi, simulasi evakuasi, dan persiapan darurat, merupakan bagian dari tanggung jawab manusia.

Kontrol diperlukan sebagai bentuk pengawasan agar seseorang senantiasa berada pada jalur yang ditentukan sesuai aturan. Dalam Islam dikenal konsep *ihsan* dimana seorang muslim harus menjalani hidup dan ibadah dengan keyakinan bahwa dirinya selalu diawasi oleh Allah swt. Hal yang sama juga berlaku dalam konteks bermasyarakat. Pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana juga mendorong individu untuk memanfaatkan

daya yang ada (pengetahuan, fasilitas) sekaligus berserah diri kepada Allah, sehingga meningkatkan efikasi diri dalam bertindak. Beberapa nilai kunci diantaranya³⁰

1. Keyakinan pada Ikhtiar dan Tindakan Nyata

Al-Qur'an mengajarkan bahwa manusia harus berikhtiar dengan maksimal dalam menghadapi segala situasi. Keyakinan ini memperkuat kontrol perilaku, karena memberikan motivasi bahwa usaha manusia adalah bagian dari kehendak Allah: "*Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.*" (QS. Ar-Ra'd/13: 11). Ayat ini menegaskan bahwa keberhasilan mitigasi bencana memerlukan tindakan nyata dan tidak cukup hanya dengan berserah diri kepada takdir.

2. Larangan Bergantung pada Takdir tanpa Usaha

Islam melarang sikap fatalisme (pasrah tanpa usaha). Sebaliknya, Al-Qur'an mendorong manusia untuk bertindak sesuai dengan kemampuan yang diberikan oleh Allah: "*Maka bertakwalah kamu kepada Allah menurut kesanggupanmu...*" (QS. At-Taghâbun/64: 16). Ayat ini mengajarkan pentingnya menyesuaikan usaha dengan kapasitas yang ada. Dalam mitigasi bencana, kontrol perilaku diperkuat ketika individu yakin bahwa sekecil apapun tindakan mitigasi dapat memberikan dampak.

3. Optimisme terhadap Pertolongan Allah

Keimanan kepada Allah memberikan rasa optimisme yang mengurangi rasa takut atau ragu dalam menghadapi bencana. Keyakinan bahwa Allah selalu memberikan pertolongan kepada hamba-Nya yang berusaha menjadi penguat kontrol perilaku: "*Dan janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah...*" (QS. Az-Zumar/39: 53). Dalam konteks mitigasi, keyakinan ini dapat mendorong individu untuk merasa mampu melakukan langkah-langkah preventif, seperti mengikuti pelatihan atau membangun sistem perlindungan diri.

4. Kesiapan Mental dan Spiritual

Al-Qur'an sering mengingatkan manusia untuk bersiap-siap menghadapi berbagai tantangan, termasuk bencana. Ini mencerminkan prinsip proaktif untuk mengurangi risiko dengan kesiapan diri: "*Dan siapkanlah untuk menghadapi mereka kekuatan apa saja yang kamu sanggupi...*" (QS. Al-Anfâl: 60). Dalam mitigasi bencana, kontrol perilaku dapat diperkuat melalui pengembangan kapasitas individu, seperti pelatihan kesiapsiagaan dan pembangunan infrastruktur yang memadai.

Persepsi kontrol perilaku menguatkan sikap preventif dalam mitigasi

³⁰ Nurudin Ahmad, *Fiqh Bencana: Perspektif Islam dalam Penanggulangan Bencana Alam*, Jakarta: Erlangga, 2008, hal. 45–50. Azyumardi Azra, *Islam Substantif*, Bandung: Mizan, 2003, hal. 87–93.

bencana. Preventif dalam mitigasi bencana berarti mengambil langkah-langkah untuk mengurangi risiko dan dampak bencana di masa depan. Al-Qur'an mengajarkan pentingnya berusaha (ikhtiar) sebagai bentuk tanggung jawab manusia atas amanah bumi. Tindakan preventif sesuai dengan konsep "ikhtiar" yang diajarkan Al-Qur'an. Dalam QS. Ar-Ra'd: 11, Allah menyatakan bahwa perubahan nasib suatu kaum bergantung pada usahanya sendiri. Preventif dalam mitigasi bencana mencakup perencanaan strategis, pengelolaan lingkungan, dan penguatan infrastruktur agar dampak bencana dapat diminimalkan. Pentingnya kesadaran kolektif dan tindakan nyata, seperti pengelolaan lingkungan yang baik, pembangunan infrastruktur yang tahan bencana, dan penataan kota yang adaptif terhadap risiko alam. Langkah preventif melibatkan perencanaan yang matang, sebagaimana diajarkan oleh Nabi Yusuf dalam QS. Yusuf: 47-49, tentang penyimpanan hasil panen untuk menghadapi masa paceklik. Langkah preventif juga dapat diwujudkan melalui inovasi teknologi, seperti *early warning system*, dengan tetap mengedepankan nilai-nilai keimanan.³¹

Upaya membangun prinsip positif, promotif dan preventif diantaranya dapat dilakukan dengan mengintegrasikan narasi kebencanaan perspektif Al-Qur'an dalam program psikoedukasi. Penerapan psikoedukasi dalam strategi mitigasi bencana bertujuan untuk membantu meningkatkan kesiapsiagaan, mengurangi risiko trauma psikologis, dan membangun resiliensi masyarakat³². Program psikoedukasi dapat dirancang berdasarkan pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan komunitas setempat, termasuk sesi pelatihan tentang berpikir positif, penguatan kapasitas individu untuk kesiapsiagaan, dan penyebaran informasi preventif kepada masyarakat yang rentan terhadap bencana. Diantara narasi kebencanaan perspektif Al-Qur'an dalam pendekatan positif, promotif dan preventif adalah dengan mensosialisasikan berbagai faktor penyebab bencana dan upaya untuk menghindari atau menjauhinya seperti yang disebutkan pada Bab IV, yaitu (1) *takdzib*/mendustakan ayat-ayat Allah dan ajaran para rasul-Nya, (2) *zhalim/aniaya* terhadap diri sendiri atau kepada orang lain, (3) *isyraf*/berlebihan dalam berbuat maksiat dan mengeksploitasi alam, (4) *jahl*/berlaku bodoh terhadap kebenaran dan dalam mengelola alam, (5) *takabbur*/sombong dan kufur nikmat

Secara implementatif, beberapa strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kontrol perilaku masyarakat meliputi:

1. Peningkatan Kapasitas dan Keterampilan

Melaksanakan pelatihan mitigasi bencana berbasis nilai

³¹ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik ...*, hal. 232-236.

³² Ellen P. Lukens dan William R Mcfarlane, "Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Considerations for Practice, Research, and Policy", *Brief Treatment and Crisis Intervention* 4(3), 2004.

keagamaan, seperti simulasi evakuasi dan pembangunan infrastruktur ramah bencana.

2. Internalisasi Nilai-nilai seperti ikhtiar, optimisme, kesiapan, dan tanggung jawab individu

Mengaitkan usaha mitigasi dengan ajaran Islam tentang tanggung jawab individu terhadap keselamatan diri dan lingkungan. Integrasi nilai-nilai tersebut ke dalam kebijakan dan program mitigasi dapat meningkatkan kepercayaan diri masyarakat untuk mengambil langkah konkret demi mencegah atau mengurangi dampak bencana.

3. Penguatan Psikologis dan Spiritual

Membekali masyarakat dengan dukungan emosional dan spiritual melalui pengajian atau khutbah yang memberikan motivasi untuk bertindak.

4. Pemberdayaan Komunitas

Mendorong keterlibatan aktif masyarakat melalui organisasi berbasis agama yang berfokus pada mitigasi bencana.

Berdasarkan hal tersebut di atas, mitigasi bencana tidak hanya memerlukan kesiapan fisik dan teknologi, tetapi juga kekuatan psikis yang berakar pada prinsip keimanan. Al-Qur'an memberikan pedoman yang mendalam mengenai pentingnya bersikap dan bertindak positif, promotif, dan preventif sebagai strategi penguatan daya psikis dalam menghadapi bencana. Dengan memahami hal ini, individu dan masyarakat dapat lebih tangguh dan siap menghadapi ancaman bencana.

Daya psikis meliputi kemampuan mental (kognitif), emosional (afektif), dan motivasi (konatif) yang menjadi dasar seseorang untuk mengembangkan kesadaran agama dan mengalami perasaan spiritual. Aspek kognitif, terkait pemahaman terhadap konsep agama dan interpretasi doktrin didasarkan pada daya pikir. Individu yang memiliki daya psikis kognitif yang baik cenderung memiliki kesadaran agama yang lebih reflektif. Pada aspek afektif, emosi yang dihasilkan dari praktik agama, seperti rasa damai saat beribadah, dipengaruhi oleh keseimbangan daya psikis emosional. Pada aspek konatif, motivasi untuk menjalankan ibadah atau mencari pengalaman spiritual berasal dari daya psikis konatif yang mendorong tindakan.³³ Ayat-ayat Al-Qur'an yang telah disebutkan pada penjelasan sebelumnya memandu manusia untuk senantiasa berpikir positif, bersikap promotif, dan bersikap preventif.

³³ Edi Saffan, "Urgensi Doa, Ikhtiar Dan Kesadaran Beragama Dalam Kehidupan Manusia (Suatu Tinjauan Psikologis)", *Fitra Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 2 No 1, 2016. W. Wahidin, Muhamad Rozikan, Dina Fatma Septiani, "Pengaruh Sosial-Budaya Akademik Terhadap Kesadaran Beragama: Implikasi Terhadap Konseling Religius Di Perguruan Tinggi", *Edu Consilium: Jurnal BK Pendidikan Islam*, Vol 3 No 1, 2022

D. Menguatkan Dukungan Emosional dan Spiritual berbasis al-Qur'an

Bencana sering kali menyebabkan tekanan emosional yang mendalam seperti stres, kecemasan dan trauma. Kondisi jiwa yang tidak tenang, gelisah, resah, bingung dan sebagainya hingga stres dan trauma dikategorikan sebagai gangguan kejiwaan. Dukungan emosional dan spiritual penting dilakukan bahkan sejak sebelum terjadi bencana untuk memberikan harapan dan optimisme serta ketenangan jiwa dalam situasi krisis, termasuk kemampuan mengelola kondisi psikologis dirinya. Dukungan tersebut diantaranya dapat dilakukan melalui strategi coping religius.

Mekanisme coping religius merujuk pada strategi atau cara seseorang dalam menghadapi tekanan, tantangan, atau musibah menggunakan prinsip-prinsip ajaran agama, yang dalam hal ini Islam. Pendekatan ini memadukan elemen spiritual, emosional, dan sosial untuk membantu individu mengelola stres dan tekanan hidup, terlebih saat menghadapi bencana dan pasca bencana. Coping religius dilakukan untuk meningkatkan tingkat resiliensi seseorang yang sangat berperan dalam pemulihan dari trauma atau meminimalisasi resiko dari gangguan stres pasca trauma atau *post-traumatic stress disorder* PTSD.³⁴

Tingginya stres dan rendahnya kemampuan penyesuaian diri salah satunya dipengaruhi tingkat religiusitas yang rendah. Hal ini karena kekuatan spiritual dapat meningkatkan rasa percaya diri dan optimisme. Religiusitas berperan penting dalam kehidupan manusia, karena keyakinan yang kuat kepada Tuhan serta sikap pasrah dan berserah diri dapat menciptakan optimisme dan perasaan positif seperti ketenangan, kenyamanan, kebahagiaan, dan rasa aman. Maka, dengan kemampuan coping religius yang baik, seseorang lebih mampu mengelola emosi, mengurangi kecemasan, dan mengatasi stres.³⁵

Coping religius, seperti dzikir dan doa (QS. Ar-Ra'd/13: 28), sabar dan ibadah (QS. Al-Baqarah/2: 153, QS. Tâha/20: 132, QS. Âli-Imrân/3: 146), berserah diri kepada Allah (QS. At-Taubah/9: 51), syukur dan optimisme (QS. Ibrâhîm/14: 7) atau keyakinan akan takdir dan keadilan Tuhan, dapat memberikan ketenangan batin dan rasa aman. Keyakinan bahwa ada kekuatan lebih besar yang mengatur kehidupan membantu penyintas bencana menerima

³⁴ Mita Octarina dan Tina Afiatin, "Efektivitas Pelatihan Koping Religius Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi", *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 5 No. 1 Juni 2013. Faulkner, S. A., & Pargament, K. I., "The role of religion and spirituality in disaster response and recovery", In J. S. H. Lee & A. G. H. K. Yip (Eds.), *Handbook of Disaster Risk Reduction and Management*, London: Routledge, 2010, hal. 213-226

³⁵ Anida Maghfirah, *Islamic Religious Coping: Solusi Kesehatan Mental Dalam Melewati Masa Pandemi* dalam Yulia Hairina, Imadduddin dan Mahdia Fadhila, *Covid-19 dan Psikologi Islam*, Banjarmasin: Antasari Press, 2021, hal. 155-163

keadaan dan mengurangi perasaan putus asa.

Dukungan emosional dan spiritual dalam strategi mitigasi bencana diharapkan dapat menguatkan ketahanan psikologis, mendorong solidaritas dan dukungan sosial, meningkatkan optimisme dan harapan, mengelola emosi secara konstruktif, mendukung proses pemulihan jangka panjang.

Agar memperoleh hasil yang lebih efektif maka perlu:

- a. Pendekatan multikultural dan inklusif yaitu dilakukan dengan menghormati keberagaman agama agar tidak menimbulkan eksklusi sosial.
- b. Kolaborasi dengan psikologi dan ilmu sosial lain serta terintegrasi dengan strategi mitigasi berbasis ilmu pengetahuan
- c. Peningkatan literasi religius, diantaranya dilakukan edukasi tentang praktik coping religius yang sehat. Hal ini dapat mencegah penyalahgunaan konsep religiusitas, misalnya fatalisme yang berlebihan.

E. Mengembangkan dan Memberdayakan Komunitas Sosial (*Community Social Engagement*)

Langkah mengembangkan dan memberdayakan komunitas sosial berbasis nilai agama dalam mitigasi bencana adalah langkah untuk memperkuat solidaritas, meningkatkan kesadaran kolektif, dan membangun ketangguhan masyarakat. Langkah ini mengintegrasikan nilai spiritual dengan praktik mitigasi yang berbasis pada kebutuhan lokal. Partisipasi masyarakat yang tinggal di kawasan rawan bencana sangat penting dalam perencanaan pengurangan risiko bencana. Mereka memiliki kemampuan untuk mengenali kebutuhan dan menentukan prioritas penanganan. UNESCO (2007) menegaskan bahwa keterlibatan masyarakat lokal, baik pada tahap kesiapsiagaan maupun penanganan darurat, diperlukan karena:

1. Masyarakat paling memahami kondisi, peluang, hambatan, dan persoalan di wilayahnya sendiri.
2. Mereka memiliki kepentingan terbesar untuk mengetahui cara bertahan dalam situasi yang mengancam.
3. Jika tidak mampu mengenali keterbatasan dan mengatasinya, masyarakat akan menanggung kerugian besar; namun, mereka juga akan memperoleh manfaat besar bila mampu meminimalkan dampak bencana.
4. Masyarakat yang tangguh dan mandiri dapat menjadi mitra penting bagi pemerintah dalam menangani bencana, seperti banjir, di wilayah mereka.³⁶

Dengan melibatkan masyarakat secara aktif sejak tahap identifikasi masalah hingga perencanaan dan perancangan, ketangguhan komunitas terhadap bencana dapat meningkat. Keterlibatan ini mempercepat

³⁶ Muh Aris Marfai, dalam “Kontruksi Masyarakat Tangguh Bencana”,... hal 64

terwujudnya masyarakat yang tangguh bencana. Kesiapsiagaan juga tercermin dari perubahan perilaku mitigasi dan upaya adaptasi yang dilakukan sebagai bentuk kesiapan menghadapi bencana.³⁷

Adapun secara lebih teknisnya, implementasi mitigasi bencana yang melibatkan pendekatan psikologi agama ini setidaknya ada beberapa hal yang dapat dilakukan dalam kaitannya *community social engagement*, antara lain:³⁸

- a. Melibatkan elit lokal (tokoh agama, tokoh adat, pemimpin komunitas atau pemerintah lokal) sebagai penggerak dalam program mitigasi bencana yang tidak hanya sebagai penyampai pesan, namun juga terlibat sejak awal penyusunan perencanaan dengan memanfaatkan forum resmi sosial keagamaan yang ada. Hal ini perlu dilakukan antara lain untuk memberikan justifikasi teologis kepada masyarakat. Bagaimana pun, partisipasi komunitas masyarakat dalam proses mitigasi adalah hal yang penting. Di lingkungan masyarakat sendiri terdapat berbagai lembaga keagamaan seperti masjid, mushola, organisasi masyarakat, majelis ta'lim, pesantren, madrasah, dan sebagainya. Termasuk juga elit keagamaan yang dipandang sebagai tokoh seperti guru, kiai, ustadz, penghulu, dan sebagainya. Melibatkan para tokoh masyarakat dan keagamaan itu penting agar masyarakat dapat tersentuh secara emosional ketika pesan-pesan terkait mitigasi dapat tersampaikan.
- b. Meningkatkan upaya sistematis untuk menyebarkan wacana pengarusutamaan isu-isu yang terkait kebencanaan dan mitigasi bencana dalam forum-forum keagamaan seperti fikih lingkungan, akhlak terhadap alam maupun sesama masyarakat, dan mencakup pesan moral tentang menjaga lingkungan dan tanggung jawab sosial. Sebagaimana telah dijelaskan di atas, bahwa dalam ajaran Islam sendiri banyak perintah mengenai pentingnya menjaga keharmonisan dan keteraturan hidup sosial maupun keseimbangan alam. Hal-hal yang sederhana seperti membuang sampah pada tempatnya, tidak menebang pohon secara liar, tidak membakar sampah sembarangan, menjaga kebersihan adalah bagian dari ajaran agama yang merupakan bagian dari mitigasi bencana. Perlu ditekankan pula secara teologis hakikat dan peran manusia. Bahwa manusia diciptakan oleh Allah Swt sebagai khalifah di muka bumi

³⁷ Muh Aris Marfai, dalam “Kontruksi Masyarakat Tangguh Bencana”, hal 69

³⁸ Achmad Zainal Arifin, “Merekonstruksi Peran Agama Dalam Proses Mitigasi Bencana:,” *Talenta Conference Series: Local Wisdom, Social, and Arts (LWSA)* 2, no. 1 (November 20, 2019): 1–9, <https://doi.org/10.32734/lwsa.v2i1.580>; Dewi Hidayati, “Peningkatan Kompetensi Mitigasi Bencana Siswa Dengan Implementasi Pendekatan Bencana Dalam Perspektif Islam,” *Syaikhuna: Jurnal Pendidikan Dan Pranata Islam* 9, no. 1 (March 26, 2018): 29–54, <https://doi.org/10.36835/syaikhuna.v9i1.3189>; Ahmad Teguh Purnawanto, “Membangun Kesadaran Lingkungan Untuk Mitigasi Perubahan Iklim: Perspektif Islam,” *JURNAL PEDAGOGY* 17, no. 1 (April 4, 2024): 1–19.

diberikan amanah untuk mengelola dan merawat bumi. Karenanya banyak sekali dalil-dali baik itu ayat Al-Qur'an maupun Hadits Nabi yang berbicara seputar pelestarian lingkungan, merawat alam, mencegah kerusakan, dan sebagainya. Hal-hal seperti ini yang perlu sering digencarkan untuk membangun kesadaran dan pengalaman menjaga keseimbangan ekologi.

- c. Memberdayakan lembaga keagamaan sebagai pusat mitigasi. Narasi kebencanaan perspektif Al-Qur'an diintegrasikan kedalam muatan kurikulum pembelajaran dan pelatihan. Masjid, pesantren, madrasah, atau komunitas keagamaan dapat berfungsi sebagai pusat kegiatan mitigasi bencana. Lembaga ini dapat menjadi tempat pelatihan, gudang logistik, dan pusat informasi bagi masyarakat.
- d. Optimalisasi dan pemberdayaan filantropi dalam Islam yang berkelanjutan dapat dimanfaatkan dalam rangka penanggulangan bencana baik pada tahap pra-bencana seperti mitigasi, atau tahap tanggap bencana ataupun tahap pemulihan pasca bencana. Di dalam Al-Qur'an sendiri banyak disebutkan bagaimana seseorang harus berbuat baik, saling berbagi, dan tolong-menolong dalam kebaikan sebagaimana telah diulas pada bab sebelumnya. Melalui narasi berbasis nilai-nilai Al-Qur'an ini tentu akan lebih mudah menggerakkan masyarakat untuk saling membantu dalam penanggulangan bencana baik sebelum terjadi bencana, saat tanggap darurat maupun saat proses pemulihan pasca bencana.

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan pada Bab I sampai dengan Bab V, penulis menyimpulkan bahwa implementasi pendekatan psikologi agama dalam mitigasi bencana alam perspektif Al-Qur'an dapat dilakukan dengan cara meningkatkan intervensi narasi kebencanaan perspektif Al-Qur'an ke dalam strategi mitigasi bencana alam dan komunikasi risiko sehingga meningkatkan pola pikir dan perilaku yang lebih positif, promotif dan preventif dalam mengelola risiko bencana alam. Langkah-langkah implementasinya antara lain: *Pertama*, melakukan analisis konteks sosial dan keagamaan melalui penelitian survey, wawancara mendalam, observasi perilaku bencana, pemetaan kearifan lokal, dan analisis literasi mitigasi. *Kedua*, membangun kesiapan psikologis kebencanaan melalui psikoedukasi berbasis Al-Qur'an. *Ketiga*, membentuk intensi positif dan perilaku mitigatif melalui intervensi *behaviour beliefs*, *norm beliefs*, *control beliefs* ke dalam *attitude toward behaviour*, *subjective norm* dan *perceived behaviour control*. *Keempat*, menguatkan dukungan emosional dan spiritual melalui peningkatan keterampilan coping religius berbasis nilai-nilai Al-Qur'an. *Kelima*, mengembangkan dan memberdayakan komunitas sosial untuk membangun lingkungan kondusif dalam strategi mitigasi bencana.

Kesimpulan disertasi ini didasarkan dari beberapa temuan, sebagai berikut:

1. Bencana alam adalah peristiwa yang disebabkan oleh faktor alam berupa hidrometeorologis, geospasial, atau biologis yang menimbulkan kerugian

signifikan pada kehidupan manusia. Selain dampak fisik, sosial dan ekonomi, juga dampak psikologis seperti kecemasan, depresi, gangguan stres pascatrauma (PTSD) dan gangguan perilaku. Untuk itu strategi mitigasi bencana alam, baik mitigasi struktural dan non struktural harus dilakukan jauh sebelum bencana terjadi untuk mengurangi dampak kerusakan infrastruktur, melindungi kehidupan manusia, meminimalkan dampak ekonomi, menjamin keberlanjutan layanan dasar, mengurangi dampak psikologis, dan meningkatkan ketangguhan lingkungan. Mitigasi bencana menempatkan masyarakat sebagai subjek aktif dalam pengelolaan risiko bencana.

2. Pendekatan psikologi agama, yang mengintegrasikan kesadaran beragama dan pengalaman beragama, mendorong perubahan sikap dan perilaku mitigasi sesuai nilai agama. Dalam *Theory of Planned Behaviour* (TPB), niat untuk berperilaku mitigasi dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku (*attitude toward behavior*), norma subjektif (*subjective norms*), dan kontrol perilaku yang dirasakan (*perceived behavioral control*). Integrasi nilai-nilai Al-Qur'an dapat memperkuat ketiga aspek tersebut: *behavioral beliefs* mengintervensi sikap terhadap perilaku, *normative beliefs* mendasari norma subjektif, dan *control beliefs* meningkatkan keyakinan individu untuk bertindak mengurangi risiko bencana. Isyarat Al-Qur'an terkait kesadaran beragama pada dimensi kognitif (QS. 3:190-191, QS. 10:101, QS. 2:269, QS. 39:9, QS. 41:53, QS. 29:41-43); pada dimensi afektif (QS. 2:165, QS. 6:82, QS. 13:28, QS. 35:28, QS. 39:53); pada dimensi konatif (QS. 2:286, QS. 53:39-40, QS. 9:105, QS. 108:4-7, QS. 13:11, QS. 3:133; QS. 39:53); dan pengalaman beragama (QS. 13:28, QS. 39:53, QS. 9:51, QS. 8:2, QS. 2:186). Dimensi psikologis bencana diantaranya kesadaran akan takdir dan hikmah Allah (QS. 64:11, QS. 57:22-23, QS. 33:17); kesabaran dan keteguhan hati (QS. 2:155-156, QS. 94:6-7); keseimbangan dan pengendalian respon emosional (QS. 9:51, QS. 57:22-23, QS. 10:62-63); motivasi untuk berusaha dan harapan akan rahmat Allah (QS. 2:286, QS. 12:87, QS. 94:5-6); introspeksi dan kesadaran terhadap kesalahan (QS. 42:30); solidaritas sosial menghargai dan melindungi kehidupan (QS. 2:195, QS. 5:2).
3. Beberapa term di dalam al-Qur'an terkait bencana teridentifikasi sebagai berikut: *fasad* (50 kata/47 ayat), *tadmira* (10 kata/8 ayat), *halak* (68 kata/63 ayat); *bala`* (38 kata/35 ayat), *fitnah* (60 kata/58 ayat), *adzab* (373 kata/336 ayat), *iqab* (80 kata/74 ayat); *musibah* (76 kata/55 ayat). Diidentifikasi juga tiga dimensi bencana yaitu: a) murni kehendak Allah (hukuman, teguran, ujian); b) konsekuensi ulah manusia; c) kezhaliman manusia. Isyarat al-Qur'an terkait mitigasi struktural: a) pemanfaatan sumber daya untuk membangun perencanaan dan infrastruktur yang tangguh (QS. 12:47-49, QS. 11:37); b) memelihara keseimbangan ekologi (QS. 7:56,

QS. 2:205, QS. 11:61, QS. 30:41, QS. 6:141, QS. 7:31, 56). Isyarat Al-Qur'an terkait mitigasi non struktural: a) kewajiban memanfaatkan akal dan ilmu pengetahuan mengelola risiko (QS. 96:1-5, QS. 45:13, QS. 2:164, QS. 3: 190-191, QS. 88: 17-20, QS. 51:20-21, QS. 67:15); b) menghindari penyebab bencana: *takdzib*, *zhalim*, *isyraf*, *jahl*, *takabbur*; c) kepemimpinan dan tata kelola yang tanggap (QS. 12:47-49, QS. 23: 27); d) evakuasi dan respon cepat (QS. 11: 37 dan 81, QS. 23:27, QS. 54: 13); e) manajemen psikologis dan spiritual terkait bencana yaitu *istirja'* (QS. 2:155-156); sabar dan taqwa (QS. 3: 45, 146, 153, 200); ikhtiar dan tawakkal (QS. 13:11, QS. 3:159, QS, 65:3, QS. 2:286); sadar dan kembali kepada Allah (QS. 11:52, QS. 42:30, QS. 9:104); f) membangun soladiritas sosial (QS. 5:2, QS. 59:9, QS. 18:28, QS. 7:56).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat dikemukakan dari penelitian ini sebagai berikut.

1. Narasi kebencanaan berbasis keagamaan, khususnya perspektif Al-Qur'an, perlu digalakan lebih terstruktur dan masif agar semakin banyak masyarakat yang tercerahkan dan meningkatkan kesadaran kognitif, afektif dan konatif sehingga mendorong tindakan kongkrit dalam mitigasi bencana. Hal ini dapat dilakukan terutama melibatkan para tokoh agama, psikolog, aktivis komunitas masyarakat dan pemerintah.
2. Penelitian mitigasi bencana atau pengurangan risiko bencana tidak hanya terbatas pada bencana alam, tetapi juga pada bencana non-alam dan sosial yang mana hal ini memerlukan pendekatan multidisiplin sehingga penelitian ini dapat dilanjutkan dengan menggunakan pendekatan-pendekatan dan dimensi keilmuan lainnya yang dapat bermanfaat baik secara teoritis akademis maupun praktis.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A. "Human Nature (Fitrah) and the Concept of Human Development." *Islamic Guidance and Counseling Journal*, Vol 1 No. 1, 2018.
- Abdullah, M. *Understanding the Concept of Fitrah: Its Role in Human Development*. Kuala Lumpur: International Islamic University Press, 2020.
- Adiyoso, Wignyo. *Manajemen Bencana*, Jakarta: Bumi Aksara, 2018.
- Ajzen, Icek. "The Theory of Planned Behavior", *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, Vol. 50, No. 2, 1991.
- Aksa, Furqan Ishak dan Egianinta Sinulingga. "Risk Perception and Preparedness in Flash Flood-Affected Communities: Evidence from Bahorok, Indonesia", *Geosfera Indonesia*, Vol. 7 No. 1, 2022, <https://doi.org/10.19184/geosi.v7i1.28645>
- Al-Ashfahaniy, Al-Raghib. *Mufradat Alfaz Al-Qur'an*, Damaskus: Dar al-Qalam, 2002.
- Al-Banna, Hasan. *Manhaj Rabbani: Kembali kepada Al-Qur'an dan Sunnah*, Jakarta: Gema Insani Press, 2003.
- Al-Ghazali. *Ihya Ulumuddin*, Kairo: Dar al-Hadith, 2005.
- Al-Jawziyyah, Ibn al-Qayyim. *Ilam Al-Muwaqqi'in*, tt., Juz I, hal. 287.
- Al-Isfahani, Al-Raghib. *Al-Dhari'ah ila Makarim al-Shari'ah*, Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1986.
- Al-Maraghi, Ahmad Musthafa. *Tafsir Al-Maraghi*. Beirut: Dar Ihya Al-Turats Al-Arabi, 1946.

- Al-Qurthubi. *Tafsir Al-Qurthubi* (Tahqiq: Mahmud Hamid Utsman), Jakarta: Pustaka Azzam, 2009.
- Al-Qurtubi. *Tafsir Al-Qurtubi*, Kairo: Dar al-Kutub al-Misriyyah, 1964.
- Al-Syeikh, Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq. *Tafsir Ibnu Katsir*, (M. Abdul Ghoffar EM. dan Abu Ihsan Al-Atsari, penerjemah), Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004.
- Ali, M. *Psikologi Agama: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2010.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
- Amrullah, Abdulmalik Abdulkarim. *Tafsir Al-Azhar*, Pustaka Nasional PTE LTD Singapura, 2003.
- Arifin, Achmad Zainal. "Reconstructing the Role of Religion in the Process of Disaster Mitigation", *Talenta Conference Series: Local Wisdom, Social, and Arts (LWSA)*, Vol 2 No 1, 2019. <https://doi.org/10.32734/lwsa.v2i1.580>
- Azra, Azyumardi. *Islam Substantif*, Bandung: Mizan, 2003.
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir*, Jakarta: Gema Insani Pers. 2016
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. *Panduan Nasional Mitigasi Bencana*, Jakarta: BNPB, 2023.
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. *Panduan Umum Mitigasi Bencana Banjir*. Jakarta: BNPB, 2020
- Badan Standarisasi Nasional. *SNI 1726:2019: Tata Cara Perencanaan Ketahanan Gempa untuk Bangunan Gedung dan Non-Gedung*. Jakarta: BSN, 2019.
- Bafadhol, Ibrahim. "Tujuan Hidup Dalam Perspektif Al-Qur'an", *Al-Tadabur Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 2 No. 3, 2017, <https://doi.org/10.30868/at.v2i03.193>
- Bandura, A. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company, 1997.
- Bauto, Laode Monto. *Perspektif Agama dan Kebudayaan dalam Masyarakat*, Bandung: UPI Press, 2018
- Bhat, AM. "Human Psychology (Fitrah) from Islamic Perspective", *International Journal of Nusantara Islam*, 2016.
- Bonanno, G. A., et al. Weighing the Costs of Disaster: Consequences, Risks, and Resilience in Individuals, Families, and Communities. *Psychological Science in the Public Interest*, 2010.
- Bonanno, George A. "Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events?", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, Vol. S, No. 1, 2004, hal. 101-113, dan

- American Psychologist, Vol. 59, No. 1, 2004, hal. 20-28.
- Caprara, G. V., & Cervone, D. "Personality and self-efficacy in the prediction of job performance". *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(3), 621-637
- Carter, Judy and Gordon S. Smith. *Religious Peacebuilding: From Potential to Action*, dalam Harold Coward and Gordon S. Smith (Eds), *Religion and Peace Building*, Albany: State University on New York Press, 2004
- Cavallo, E., & Noy, I. "The economics of natural disasters: A survey." *IDB Working Paper Series*, 2010,
- Crapps, Robert W. *An Introduction to Psychology of Religion*, Georgia: Mercer University Press, 1986, dalam <https://archive.org/details/introductiontops0000crap/page/n7/mode/2up>.
- Daradjat, Zakiyah. *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta, Bulan Bintang, 1976
- Daroini, Mustajib and Tutik Hamidah, "Musibah Dalam Perspektif Al-Qur'an (Pendekatan Tafsir Maudhu'i)," *Journal of Qur'an and Hadith Studies*, Vol. 10, No. 2, 2021.
- Departeman Agama RI. *Syamil Al-Qur'an The Miracle 15 in 1*, Bandung: Sygma, 2009
- DeWolfe, Deborah J. *Training Manual for Mental Health and Human Service Workers in Major Disasters*, Washington DC: Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Center for Mental Health Services, 2000
- Dharmawan, Arya Hadi. "Konflik-Sosial dan Resolusi Konflik: Analisis Sosio-Budaya (Dengan Fokus Perhatian Kalimantan Barat)", *Seminar PERAGI Pontianak*, 2006 dalam https://yonariza.com/wp-content/uploads/2013/09/2006_dharmawan_konflik_sosial.pdf.
- Eliade, Mircea. *Patterns in Comparative Religion*, Lincoln: University of Nebraska Press, 1996
- Ellison, C. G., & Levin, J. S., "The Religion-Health Connection: Evidence, Theory, and Future Directions", *Health Education & Behavior*, 25(6), 1998, 700-720.
- Emmons, R. A. (1999). "Religion in the Psychology of Personality: An Introduction". *Journal of Personality*, 67(6), 873-888.
- Farid, M. *Penanggulangan Bencana Aktualisasi Ayat-ayat Al-Qur'an dalam Pengendalian Musibah*, Institutional Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023, hal. 53. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/69976>
- Faulkner, S. A., & Pargament, K. I., "The role of religion and spirituality in disaster response and recovery", In J. S. H. Lee & A. G. H. K. Yip (Eds.), *Handbook of Disaster Risk Reduction and Management*,

- London: Routledge, 2010, hal. 213-226
- Fa'uni, Mayang Arini dan Raden Rachmy Diana, "Psychological Preparedness for Disaster in Terms of Self Efficacy and Religious Coping", *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 12 No. 1, 2021, hal. 28-39.
- Fauzan. "Konsep 'Ad-din' Menurut Naquib Al-Attas", *Al-Madâris*, Vol. 2 No. 1, 2021, hal. 120-121. <https://doi.org/10.47887/amd.v2i1.26>
- Fetty Arisandi K dan Choirul Umam, "Komunikasi Bencana Sebagai Sebuah Sistem Penanganan Bencana Di Indonesia", *Mediakom: Jurnal Ilmu Komunikasi*, Volume 3 No. 1 Juni 2019, 25-37, <https://doi.org/10.35760/mkm.2019.v3i1.1980>
- First, Jennifer M. "Post-traumatic stress and depression following disaster: examining the mediating role of disaster resilience", *Front Public Health*, 12:1272909, 2024, <http://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1272909>
- Fishbein, Martin dan Icek Ajzen. *Predicting and Changing Behavior: The Reasoned Action Approach*. New York: Psychology Press, 2010
- Gulen, M. F. *Essentials of the Islamic Faith*, Clifton: Tughra Books, 2011
- Gunderson, Lance H., dan C.S. Holling. "Panarchy: Understanding Transformations in Human and Natural Systems", *Biological Conservation*, Vol. 114 Issue 2, 2003.
- Hakim, Adeeba dan Amrita. "Religious meaning-making and prosocial action among disaster response volunteers", *Mental Health, Religion & Culture*, Vol. 25 Issue 7, 2022, <https://doi.org/10.1080/13674676.2022.2116634>
- Hamka. *Tasawuf Modern*, Jakarta: Republika, 2002, hal. 78-80.
- Hamzens, Farid. "Penanggulangan Bencana: Aktualisasi Ayat-Ayat Al-Qur'an Dalam Pengendalian Musibah," dalam *Tafsir Musibah: Esai Agama, Lingkungan, Sosial-Politik, Dan Covid-19*, Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 2020
- Harijoko, Agung, *et al.* *Manajemen Penanggulangan Bencana dan Pengurangan Risiko Bencana di Indonesia*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Harold G. Koenig, *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*, Academic Press, 2018
- Hick, John. *Philosophy of Religion*, Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1990
- Hidayat, Aat. "Psikologi dan Kepribadian Manusia: Perspektif Al-Qur'an dan Pendidikan Islam". *Jurnal Penelitian*, Vol. 11 No. 2, 2017. <http://dx.doi.org/10.21043/jupe.v11i2.3488>
- Hidayati, Dewi. "Peningkatan Kompetensi Mitigasi Bencana Siswa Dengan Implementasi Pendekatan Bencana Dalam Perspektif Islam," *Syaikhuna: Jurnal Pendidikan Dan Pranata Islam*, Vol 9, No. 1,

- 2018, hal. 29–54, <https://doi.org/10.36835/syaikhuna.v9i1.3189>
- Hobfoll, S. E., et al. *Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence*. Psychiatry, 2007
- Hood Jr., Ralph W., Peter C. Hill, & Bernard Spilka. *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*, New York: Guilford Press, 2018
- Hu, Jilei, Yunzhi Tan, Wenjun Zou. “Key factors influencing earthquake-induced liquefaction and their direct and mediation effects”, *PLoS ONE*, 16(2): e0246387, 2021, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246387>
- Husna, Cut dan Jeni Elvania. “Pengetahuan Dan Sikap Perawat Terhadap Penanganan Masalah Psikologis Dan Spiritual Pada Pasien Pasca Bencana: A Comparative Study”, *Jurnal Perawat Indonesia*, Vol. 4 No. 2, 2020, hal 357-366
- IASC, “Technical Note on Linking Disaster Risk Reduction (DRR) and Mental Health and Psychosocial Support”, *IASC Reference Group on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*, 2021
- Ibn Manẓur. *Lisān al-‘Arab*, Mesir: Dar al Miṣriyah, [t.th]), jilid XVII, 193-4.
- IFRC. "Ensuring Continuity of Critical Services During Disasters," 2023.
- Idris, Mhd. dan Desri Ari Enghariano, “Karakteristik Manusia dalam Perspektif Al-Qur’an”, *Al-Fawatih Jurnal Kajian Al-Qur’an dan Hadis*, Vol 1. No. 1, 2020, hal. 1-16 <https://doi.org/10.24952/alfawatih.v1i1.2671>
- Indiyanto, Agus dan Arqom Kuswanjono (Ed), *Konstruksi Masyarakat Tangguh Bencana*, Bandung: Mizan, 2012
- International Monetary Fund. “World Economic Outlook: April 2021”, *IMF Report*, 2021
- Iqbal, Imam. “Konflik Etno-Religius di Indonesia Kontemporer Dalam Pandangan Orde Baru”, *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, 9(1), 1–24, 2017, dalam <https://ejournal.iainsorong.ac.id/index.php/Tasamuh/article/view/47>
- Iskandar, Mizaj. “Fiqh Anticipation: Mitigation Concept Based on Islamic Law”, *IOP Conf. Series: Earth and Environmental Science* 273, 2019, <https://doi.org/10.1088/1755-1315/273/1/012045>
- Islamiati, Dian, Hamnah, dan Sri Sunantri. “Konsep Sombong Dalam Al-Qur’an (Analisis Surat Luqman Ayat 18 Dalam Tafsir Jalalain),” *Jurnal Ilmiah Falsafah: Jurnal Kajian Filsafat, Teologi, Dan Humaniora*, Vol. 1, No. 1, 2024.
- Ismail, Roni. “Keberagamaan Koruptor Menurut Psikologi: Tinjauan Orientasi Keagamaan dan Psikografi Agama”, *Esensia*, Vol. XIII No. 2, 2012, hal. 289-304 <https://doi.org/10.14421/esensia.v13i2.743>

- Isnaini, Muhammad dan Iskandar. “Akal dan Kecerdasan dalam Perspektif Al-Qur’an Dan Hadits”. *Mushaf Journal: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Hadis*, Vol. 1 No. 1, 2021, 103–118. <https://mushafjournal.com/index.php/mj/article/view/13>
- Jaenurakhma, Janes, *et al.* *Keperawatan Bencana dan Kegawatdaruratan: Teori dan Penerapan*, Bandung: Media Sains Indonesia, 2020.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2019.
- Joakim, Erin P. dan Robert S. White, “Exploring the Impact of Religious Beliefs, Leadership, and Networks on Response and Recovery of Disaster-affected Populations: A Case Study from Indonesia”, *Journal of Contemporary Religion*, Vol 30 Issue 2, 2015, hal. 193-212, <https://doi.org/10.1080/13537903.2015.1025538>
- Kartikowati, Endang dan Zubaedi. *Psikologi Agama dan Psikologi Islam*, Jakarta: Kencana, 2021.
- Kartono, Kartini. *Psikologi Umum*. Bandung: Mandar Maju. 1990.
- Karunarathne, Ananda Y. “Community Resilienceto Global Climate Change-Related Disasters”, *Journal of Emergency Management and Disaster Communications*, Vol. 5, No. 1, 2024, 53–75, <http://dx.doi.org/10.1142/S2689980924500039>
- Keilani, HD. *Islam dan Aspek-aspek Kemasyarakatan*, Jakarta: Bumi Aksara, Cet. I, 1992.
- Kellenberg, Derek K. dan Ahmed Mushfiq Mobarak. “Does rising income increase or decrease damage risk from natural disasters?” *Journal of Urban Economics*, Vol. 63, No. 3, 788-802, 2008. Rajib Shaw, Koichi Shiwaku Hirohide Kobayashi, Masami Kobayashi, "Linking experience, education, perception, and earthquake preparedness." *Disaster Prevention and Management*, Vol. 13 No. 1, 39-49, 2004
- Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat. *Teknologi Bangunan Tahan Gempa di Indonesia*. Jakarta: KemenPUPR, 2019
- Kerwanto. “Wawasan Al-Qur’an Tentang Mitigasi Bencana,” *Jurnal Islam Transformatif: Kajian Islam Dan Perubahan Sosial*, Vol 1, No. 2, 2024
- Kholiq, Abdul. *Pendidikan Karakter Nabawiyah*, Semarang: Perkumpulan Radio Komunitas Mutiara Qur’an, 2023
- Koenig, Harold G. *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*. London: Academic Press, 2018.
- Koentjaraningrat, *Pengantar Ilmu Antropologi*, Jakarta : Aksara Baru. Cet. V, 1985, h. 267.

- Kusuma, Bukhori Brata dan Muzani. "Pendidikan Bencana Dalam Perspektif Islam", *Kamaya: Jurnal Ilmu Agama*, Vol. 7 No. 4, 2024, <https://doi.org/10.37329/kamaya.v7i4.3749>
- Kusuma, D. *Penerapan Teknologi Isolator Seismik pada Bangunan Modern di Indonesia*. Yogyakarta: UGM Press, 2021
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, Jakarta: Kementerian Agama, 2011.
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. *Tafsir Ilmi Kisah Para Nabi Pra-Ibrahim dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, Jakarta: Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an, 2012.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S., *Stress, Appraisal, and Coping*, New York: Springer, 1984, hal. 35-45. Gross, J. J., *Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations*, New York: Guilford Press, 2014, hal. 85-95.
- LIPI. *Panduan Kesiapsiagaan Bencana untuk Sekolah*, Bandung: LIPI Press, 2017,
- Liu, Jing, *et al.*, "The Impact of Climate Change on Hydrological Processes of the Glacierized Watershed and Projections", *Remote Sens*, 14(6), 1314, 2022, dalam <https://www.mdpi.com/2072-4292/14/6/1314>
- Maghfirah, Anida. "Islamic Religious Coping: Solusi Kesehatan Mental Dalam Melewati Masa Pandemi" dalam Yulia Hairina, Imadduddin dan Mahdia Fadhila, *Covid-19 dan Psikologi Islam*, Banjarmasin: Antasari Press, 2021, hal. 155-163
- Martin, Nina Ariyani. "Psikologi: Definisi, Sejarah, dan Metode", *Modul I Psikologi Perpustakaan*, Jakarta: Universitas Terbuka, dalam <https://repository.ut.ac.id/4133/1/PUST2226-M1.pdf>
- McGeehan, Kathleen M. dan Charlene K. Baker. "Religious narratives and their implications for disaster risk reduction", *Disasters*, Vol. 41 Issue 2, 2017, hal. 258-281, <https://doi.org/10.1111/disa.12200>
- McNamara, Patrick, *The Neuroscience of Religious Experience*, Cambridge: Cambridge University Press, 2019
- Miller, George A. *Psychology: The Science of Mental Life*, Harvard University Press, 1962
- Milstein, Glen. "Disasters, psychological traumas, and religions: Resiliencies examined", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(6), 2019, 559-562. <https://doi.org/10.1037/tra0000510>
- Mofid, Moh. *Teori Dasar Psikologi Agama*, Malang: Institut Agama Islam Sunan Kalijogo, 2020
- Moosa, Ebrahim. "Man's Physical and Spiritual Creation in the Quran", *Quranic Studies Journal*, Vol. 10 No. 2, 2017, hal. 65-87.

- Morgan, CT, *et al.* *Introduction to Psychology*, 6th ed. Tokyo: McGraw-Hill Kogakusha, 1979
- Mubarak, (Ed.). *w Epidemiologi Penyakit Tropis*, Purbalingga: Eureka Media Aksara, Juni 2024.
- Mujib, Abdul. *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, PT Raja Grafindo Persada, 2006
- Mukti, Beta Pujangga. “Strategi Ketahanan Pangan Nabi Yusuf Studi Analisis Tentang Sistem Ketahanan Pangan Nabi Yusuf Dalam Al-Quran Surat Yusuf Ayat : 46-49,” *Jurnal Tarjih dan Pengembangan Pemikiran Islam* 16, no. 1 (2019): hal. 41.
- Muna, Farah. *Dialog dan Toleransi Antaragama dalam Perspektif Pendidikan*, Jakarta: Prenada Media, 2020
- Murdan, Muhammad Nur. “Menakar Eksistensi Agama Pada Era Distrupsi”, *Al-Mustla: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman dan Kemasyarakatan*, Vol. 5 Nomor 2, 2023, hal. 278-301.
- Mustaqim, Abdul. “Teologi Bencana Dalam Perspektif Al-Qur’an”, *Nun: Jurnal Studi Alquran dan Tafsir di Nusantara*, Vol 1, No. 1, 2015
- Mustolikh *et al.*, “Bencana Alam Dan Etika Lingkungan Hidup Dalam Al-Qur’an,” *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities* 6, No. 0281, 2022.
- Nafi, Basheer. “The Concept of Human Body in Islamic Theology”, *Islamic Theology Journal*, Vol. 21 No. 3, 2015, hlm. 53-72
- Nakamura, T. *The Sea Wall and Its Impact on Tsunami Disaster Management in Japan*, Tokyo: Japan Disaster Studies Institute, 2018
- Nakoe, Moh. Rivai dan Nur Ayini S. Lalu. *Manajemen Bencana*, Tuungagung: UD Duta Sablon, 2022
- Nashori, Fuad. *Psikologi Sosial Keagamaan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018
- Nasr, S. H., *Islam and the Perennial Philosophy*. New York: Routledge, 2015
- Nasrudin, Endin dan Ujam Jaenudin. *Psikologi Agama dan Spiritualitas: Memahami Perilaku Beragama dalam Perspektif Psikologi*, Bandung: Lagood’ Publishing, 2021
- National Institute of Standards and Technology (NIST). *Building Codes and Their Role in Disaster Mitigation*. Washington DC: NIST Press, 2018
- Nawawi, Hadari, *Hakikat Manusia Menurut Islam*, Surabaya: Al-Ikhlash, 1993.
- Nelson, James M. *Psychology, Religion, and Spirituality*. New York: Springer, 2012
- Nguyen, David N., Yuichiro Usuda, dan Fumihiko Imamura, “Gaps in and Opportunities for Disaster Risk Reduction in Urban Areas Through International Standardization of Smart Community Infrastructure”, *Sustainability*, 16(21):9586, 2024,

<https://doi.org/10.3390/su16219586>

- Nicas, J., Gelles, D., & Kitroeff, N., "Boeing's 737 Max: What's Happened After the Two Deadly Crashes," *The New York Times*, 2020
- Norris, F. H., *et al.* "Epidemiology of trauma and post-traumatic stress disorder in post-disaster contexts", *Journal of Traumatic Stress*, 2002.
- Norris, F. H., *et al.* "The Range, Magnitude, and Duration of the Effects of Disaster on Mental Health: Review Update 2001-2002". *National Center for PTSD*, 2022
- Nuraini, Sephira, Amanda, *et al.* "Membedah Konsep Takdir dalam Aqidah Islam: Antara Ketentuan Ilahi dan Kebebasan Manusia", *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, Vol. 2 No. 4, 2024, hal. 339–349. <https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i4.412>
- O'Mathun, Donal P. and Vilius Dranseika. *Disasters: Core Concepts and Ethical Theories*, Switzerland: Spriger, 2018
- Objantoro, Enggar. "Bencana Alam Ditinjau dari Perspektif Teologi Alkitab", *Jurnal Simpson*, Volume I, Nomor 2, 2014, <https://core.ac.uk/reader/231150697>
- Octarina, Mita dan Tina Afiatin, "Efektivitas Pelatihan Koping Religius Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi", *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 5 No. 1 Juni 2013.
- Paton, Douglas, "Disaster risk reduction: Psychological perspectives on preparedness", *Australian Journal of Psychology*, 71:4, 2019, hal. 327-341, <https://doi.org/10.1111/ajpy.12237>
- _____. "Stress in disaster response: a risk management approach", *Disaster Prevention and Management*, Vol. 12 No. 3, 2003, hal. 203-209. <https://doi.org/10.1108/09653560310480677>
- Paloutzian, R. F., & Park, C. L. *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, New York: Guilford Press, 2013
- Purnawanto, Ahmad Teguh, "Membangun Kesadaran Lingkungan Untuk Mitigasi Perubahan Iklim: Perspektif Islam," *Jurnal Pedagogy*, Vol 17, no. 1 April 4, 2024, hal. 1–19.
- Permana, Raden Cecep Eka, Isman Pratama Nasution, dan Jajang Gunawijaya. "Kearifan Lokal Tentang Mitigasi Bencana Pada Masyarakat Baduy", *Makara Sosial Humaniora*, Vol. 15 No. 1, Juli 2011, hal. 67-76. <https://doi.org/10.7454/mssh.v15i1.954>
- Rahman, Abdurrahman, *Spiritualitas dan Kesehatan Mental: Membangun Kesadaran Beragama yang Sehat*, Bandung: Pustaka Pelajar, 2019
- Rahman, Agus Abdul, "Psikologi Qur'ani: Konseptualisasi Dan Implementasi", dalam *Psikologi Islam: Kajian Teoritik Dan Penelitian Empirik*, Yogyakarta: Asosiasi Psikologi Islam & Arti Bumi Intaran, 2019

- Rakmat, Jalaluddin. *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar*, Bandung: PT Mizan, 2003
- Roberts, Jeremy. "Early Detection Systems for Pandemics: Lessons from COVID-19," *Health Policy Insights*, 2021.
- Rosyidi, Hamim, *Psikologi Agama*, Surabaya: Jaudar Press, 2010
- Santosa, Harry, *Fitrah Based Education*, Bekasi: Yayasan Cahaya Mutiara Timur, 2017
- Seni, Ni Nyoman Anggar dan Ni Made Dwi Ratnad. "Theory Of Planned Behavior Untuk Memprediksi Niat Berinvestasi", *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 6.12 (2017): 4043-4068
- Shalih, Osmar, *et al. RBI: Risiko Bencana Indonesia*, Jakarta: Pusat Data Informasi dan Kebencanaan BNPB, 2023
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2002
- Silmi, Ida Matus dan Baiq Lily Handayani, "Modernitas Dan Bencana: Analisis Sosiologis Atas Dampak Bencana Dalam Kehidupan Masyarakat Modern", *Jurnal Media Sosiologi dan Ilmu Sosial*, Vol. 25 Edisi 2 Tahun 2022, hal. 162-172, <http://jms.fisip.unsri.ac.id/index.php/jms/article/view/103>
- Sitorus, Masganti. *Psikologi Agama*. Medan, Independen, 2015
- Smart, Ninian. *Dimensions of the Sacred: An Anatomy of the World's Beliefs*, Berkeley: University of California Press, 1996
- Smith, John D. *et al.* "Social Inequalities and the Risk of Civil Conflict in Southeast Asia", *Conflict Studies Review*, 2020.
- Smith, Keith dan David N. Petley. *Environmental Hazards: Assessing Risk and Reducing Disaster*, London: Routledge, 2013
- Soesastro, Hadi. "The Economic Crisis in Indonesia: Impacts and Recovery," *Asian Economic Journal*, 1999.
- Sun, Lei dan Wenhua Qi. "Tibetan Buddhist belief and disaster resilience: a qualitative exploration of the Yushu area, China", *Disasters*, Vol. 47, Issues 3, 2022, hal. 788-805, <https://doi.org/10.1111/disa.12563>
- Suwardi, Ismail. *Mitigasi Bencana*, Indramayu: Penerbit Adab, 2021
- Syamsyidik, *et al.* *Aceh Pasca Lima Belas Tahun Tsunami: Kilas Balik dan Proses Pemulihan*. Banda Aceh: Tsunami and Disaster Mitigation Research Center (TDMRC), 2019.
- Taufik, M. *Psikologi Agama*. Mataram: Sanabil, 2020
- Tefbana, Abraham, dan Djoys Anneke Rantung. "Perpektif Pendidikan Agama Kristen Terhadap Teologi Kebencanaan Dan Peran Gereja Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19", *Luknos*, Vol 6 Nomor 1, 2020, https://luxnos.sttpd.ac.id/index.php/20_luxnos_20/article/view/32/17

- Thohari, Ahmad, “Epistemologi Fikih Lingkungan: Revitalisasi Konsep Masalahah,” *Az-Zarqa*, Vol 5, No. 2 (2013): 147.
- Thouless, Robert H., *An Introduction to The Psychology of Religion*, Cambridge: The University Press, 1924, dalam <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.523/page/n3/mode/2up>
- Tomasoa, Lyonly Evany dan Sri Yulianto Joko Prasetyo. “Analisis Index Vegetasi Pesisir Pantai Aceh Pasca Tsunami Menggunakan Citra Satelit Landsat 7 dan Landsat 8 Dengan Metode Clustering Algoritma K-Means”, *Indonesian Journal of Modeling and Computing* 1, 28-35, 2018, hal. 28, dalam <https://ejournal.uksw.edu/icm/article/view/1492>
- Torres, Maria dan Kevin Nguyen. "The Role of Misinformation in Exacerbating Pandemic Response," *Public Health Journal*, 2021
- Tresnanti, Desratri Timur, Anwar Kurniadi, Deffi Ayu Puspito, Pujo Widodo, Kusuma. “Komunikasi Bencana Sebagai Sistem Mitigasi Bencana Hidrometeorologi Akibat Perubahan Iklim di Jakarta”, *PENDIPA Journal of Science Education*, 8(2), 2024, 155-163
- Triyanta, Agus. “Teologi Bencana dan Rekonstruksi Etika Pembangunan (Perspektif Islam)”, 2005, <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/Unisia/article/view/5396>
- Tuladhar, Gangalal, Ryuichi Yatabe, Ranjan Kumar Dahal, Netra Prakash Bhandary. “Knowledge of disaster risk reduction among school students in Nepal”, *Geomatics, Natural Hazards and Risk*, Vol. 5, No. 3, 190–207, 2014, <http://dx.doi.org/10.1080/19475705.2013.809556>
- Turner, Monica G, *et al.*, “Disturbance Dynamics and Ecological Responses”, *BioScience*, Vol. 53 Issue 1, 2003, [https://doi.org/10.1641/0006-3568\(2003\)0530046:DDAERT\]2.0.CO;2](https://doi.org/10.1641/0006-3568(2003)0530046:DDAERT]2.0.CO;2).
- Umeokafor, Nnedinma and Abimbola Windapo, “The Influence of Religious Consciousness on Construction Health and Safety Practices and Performance”, *Journal of Construction in Developing Countries*, Vol. 24 Issue 1, 2019: 23-47. doi: 10.21315/jcdc2019.24.1.2
- Wisner, Ben, *et al.* *At Risk: Natural Hazards, People’s Vulnerability and Disasters*. London: Routledge, 2004.
- Yakub, M. “Memaknai Musibah Dalam Al-Qur’an,” dalam *Tafsir Musibah: Esai Agama, Lingkungan, Sosial-Politik, Dan Covid-19*, Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 2020.
- Yusuf, Muhammad. *Islam dan Lingkungan Hidup*, Bandung: Mizan, 2007.
- Zaini, Hasan. “Bencana Menurut Perspektif Al-Qur’an”, *El-Hekam*, Vol. 4 No. 1, 2020.

Zhang, Wei, et.al. "Compound Hydrometeorological Extremes: Drivers, Mechanisms and Methods", *Front. Earth Sci*, 9:673495, 2021, <https://doi.org/10.3389/feart.2021.673495>

Peraturan Perundang-undangan

Republik Indonesia, *Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana*
Kementerian Lingkungan Hidup Dan Kehutanan. *Surat Edaran Inspektorat Jenderal Nomor: Se.05/Ijen/Set.Itjen/Set 1/4/2020 Tentang Pelaksanaan Pengawasan Intern Atas Refocussing Kegiatan Dan Realokasi Anggaran Serta Pengadaan Barang/Jasa Kementerian Lingkungan Hidup Dan Kehutanan Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*, Jakarta, 8 April 2020.

Website

Almaany. 2010-2024, <https://www.almaany.com>
Badan Pusat Statistik. "Statistik Lingkungan: Jumlah Kejadian dan Korban yang Diakibatkan Bencana Alam" dalam <https://www.bps.go.id/id/statistics-table?subject=539>
FEMA. "The Role of Community-Based Interventions in Disaster Recovery", <https://www.fema.gov/>
GDPC. "Early Warning Systems", <https://preparecenter.org/topic/early-warning-systems>
Geoportal Data Bencana Indonesia Badan Nasional Penanggulangan Bencana. "Infografis Bencana Indonesia tahun 2018, 2021, 2022 2023" dalam <https://gis.bnpb.go.id>.
GovPilot. "What is Disaster Resilient Infrastructure? Why is it Needed?", <https://www.govpilot.com/blog/what-is-disaster-resilient-infrastructure-why-is-it-needed>
Ilham. "Istilah-Istilah Bencana Dalam Islam, Apa Saja?," *Muhammadiyah*, 2022, <https://muhammadiyah.or.id/2022/11/istilah-istilah-bencana-dalam-islam-apa-saja/>
Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC), *AR6 Synthesis Report: Climate Change 2023*, <https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/>
International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC). "Types of Disasters: Non-natural Disasters." <https://www.ifrc.org>.
KBBI IV Daring. Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id>

- Loskota, Brie, Hebah Farrag, dan Richard Flory. "Faithful Action: Working with Religious Groups in Disaster Planning, Response and Recovery", *USCDornsife*, 2012, <https://crcc.usc.edu/report/faithful-action-working-with-religious-groups-in-disaster-planning-response-and-recovery/>
- Marikyan, Davit dan Papagiannidis. "Protection Motivation Theory: A review", *TheoryHub Book*, 2023, <https://open.ncl.ac.uk/theories/10/protection-motivation-theory/>
- Maslow, Abraham. "His Theory & Contribution to Psychology", <https://positivepsychology.com/abraham-maslow/>
- MDPI. "Impact of Natural Disasters on Mental Health: Evidence and Implications", <https://www.mdpi.com/>
- NU Online. 2024, <https://islam.nu.or.id/syariah/>
- _____. 2024, <https://islam.nu.or.id/tafsir/>
- Psikologi UGM. "Mengenal Psikologi Kebencanaan Lebih Dekat", 2015, dalam <https://psikologi.ugm.ac.id/mengenal-psikologi-kebencanaan-lebih-dekat/>
- Tanzil. "Kata Dasar Dalam Al-Qur'an", 2007-2024, <https://tanzil.net/#search/root/>
- Usman, Z. A. "Agama adalah Fitrah Manusia", LSMA Aceh, 2023, <https://publishing.lsmaaceh.com/2023/08/19/agama-fitrah-manusia/>

Aplikasi Berbasis Android:

Ensiklopedi Hadits Versi 18.8.2 (update 2025), Android: Lidwa, 2014.