

# UPAYA PEENCEGAHAN GANGGUAN KEPERIBADIAN PADA PERILAKU PEMIMPINAN DENGAN LAGU “TOMBO ATI”

**Sukataman**

*(Pascasarjana Institut Agama Islam Nahdlatul ‘Ulama Kebumen)*

*sukattamam@gmail.com*



## **Abstrak**

Pemimpin yang tidak sejalan dengan kebiasaan berarti pemimpin tersebut berada di simpang jalan. Faktor penyebab pemimpin tidak wajar tersebut dipengaruhi oleh gangguan-gangguan diri. Oleh sebab, sebuah gangguan diri bisa menyerang kapanpun, dimanapun, dan siapapun. Pemimpin yang sayogyanya bisa menjadi suri tauladan bagi bawahannya, terpaksa dikucilkan dan dikerdilkan karena gangguan-gangguan kepribadian yang tidak kunjung diatasi. Langkah-langkah untuk mencegah dan juga bisa sebagai penanganan pribadi yang sudah terkena gangguan kepribadian adalah mendekati diri kepada Sang Pencerah. Karena manusia pada hakikatnya adalah makhluk yang dipenuhi dengan nilai spiritual. Oleh karena pencegahan gangguan kepribadian dengan kajian psikologi islam atau nilai-nilai spiritual islam. Salah satu diantaranya adalah seorang pemimpin mengaplikasikan nilai-nilai spritual lagu “Tombo Ati” : *pertama*, moco Qur’an sak maknane (membaca al-Qur’an dan maknanya), *kedua*, weteng siro kudu luwe (puasa), *ketiga*, shalat wengi lakonono (shalat tengah malam), *keempat*, dzikir wengi ingkang suwe (dzikir yang lama), *kelima*, Wong kang Soleh kumpulono (berkumpul dengan Orang Solih).

**Kata Kunci:** *Gangguan Kepribadian, Perilaku Pemimpin, Lagu “Tombo Ati”*

## PENDAHULUAN

Kepemimpinan pada suatu kelompok adalah hal yang sangat penting. Mengorganisir atau mengatur kerumunan beberapa orang menjadi hal yang sangat menopang adanya ketertiban. Istilah pemimpinan adalah wujud anak dari kepemimpinan, seorang pemimpin harus mempunyai kredibilitas tinggi sehingga menjadi pemimpin yang mampu menjalankan tugas dengan baik. Pendek kata, dia akan menjadi pemimpin yang idealis. Menjadi pemimpin idealis tentu sama halnya sudah menjawab keinginan para pengikut yang sangat mendambakan pemimpin yang bisa mengayomi dan mensejahterakan.

Kecenderungan untuk mengangkat atau pemimpin merupakan perkara fitrah manusia, di mana Allah menciptakan manusia sesuai dengan fitrah tersebut. Manusia adalah makhluk madani (beradab), maka jelas ia tidak dapat hidup sendirian, dan terpisah dari manusia lainnya. Bahkan, ia harus hidup bersama dengan manusia yang lain agar persoalan-persoalan hidup dapat berjalan dengan baik dan segala kepentingannya terlaksana. Dan dampak dari hidup berbaur dengan sesama ialah terjadi benturan kepentingan dan menyebabkan gesekan antar satu sama lain sehingga menimbulkan pertikaian.<sup>1</sup>

Untuk itu, diperlukan seorang pemimpin sebagai rujukan ketika terjadi perselisihan di antara sesama manusia. Seorang pemimpin yang diterima semua kalangan untuk memutuskan perselisihan dan sengketa yang terjadi. Karena itu, mengangkat seorang pemimpin adalah sesuatu yang sangat penting untuk menjaga hak-hak sesama dan menjamin stabilitas hidup. Kecenderungan memilih dan mengikuti seorang pemimpin bukan hanya fitrah yang Allah tanamkan di dalam diri manusia semata. Bahkan, hewanpun memiliki kecenderungan ini. Dalam dunia serangga, tidak ada yang lebih menonjolkan fitrah mengikuti pemimpin melebihi lebah yang memiliki raja dari keturunan tertentu. Raja ini dijaga oleh koloni, segala keperluannya dipenuhi, dan koloni mengikuti ke manapun raja pergi. Dari ini sudah jelas, bahwa kerumunan yang terdiri dari dua atau lebih maka fitrah manusia akan tumbuh untuk memilih dan mengangkat seseorang pemimpin.

Sayangnya, menjadi pemimpin tidak semudah membalikkan telapak tangan. Berbagai gangguan akan menjadi pelengkap dalam menjalankan amanatnya. Masalah dan gangguan itulah sebagai ujian kepemimpinan,

---

<sup>1</sup> Syaikh Abdullah Ad-Dumaji, *Konsep Kepemimpinan dalam Islam*, (Jakarta Timur: Ummul Qura, 2016), hal,77.

dikatakan lulus dan tidaknya sebuah kepemimpinan akan diukur dengan terselesaikannya tugas selama menjadi pemimpin. Dan tidak sedikit seorang pemimpin menganggap gangguan-gangguan itu sebagai hal yang biasa dan wajar. Al-hasil, kepemimpinannya diambang kehancuran.

## **KLASIFIKASI GANGGUAN KEPERIBADIAN**

Gangguan-gangguan kepribadian atau watak pada hakikatnya harus dibedakan dari gangguan-gangguan mental lain karena sesungguhnya gangguan-gangguan ini disebabkan oleh kekurangan pada struktur kepribadian dan bukan pada fungsinya. Neurosis (konflik psikologi bawah sadar), gangguan yang dapat menyebabkan kesulitan emosi yang sangat berat, gangguan ini tidak menghalangi orang mengadakan hubungan dengan orang lain secara nyata. Kira-kira dua abad kemudian, Sigmund Freud menerjemahkan bahwa neurosis adalah gangguan batin.<sup>2</sup>

Pada umumnya, cacat struktural itu adalah pola tingkah laku tidak mampu menyesuaikan diri yang berlangsung lama dan cirinya ialah memperlihatkan gangguan tingkah laku itu sendiri dan bukan pengalaman kecemasan subyektif atau perkembangan simptom-simptom mental atau emosional seperti yang terdapat pada gangguan-gangguan lain.

Di samping penting juga diketahui bahwa pada saat kebanyakan orang memperlihatkan beberapa simptom seperti yang terlihat pada gangguan-gangguan kepribadian. Misalnya, dependen, pasif, egosentrik, tidak emosional atau tidak merasa bersalah setelah melakukan suatu kesalahan. Tetapi hal ini pemimpin tidak berarti menderita salah satu dari gangguan kepribadian tersebut.

Ada 3 kelompok gangguan; gangguan kepribadian sosiopati, gangguan pola kepribadian, dan gangguan sifat kepribadian.

### **a. Gangguan sosiopatik**

Gangguan sosiopatik yaitu sebuah gangguan tingkah laku yang menentang tuntutan-tuntutan masyarakat atau tidak mau mentaati tuntutan-tuntutan masyarakat. Meskipun dia mengalami perasaan tidak enak atau mengalami gangguan dalam hubungan antarpribadi, namun

---

<sup>2</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bndung: CV Pustaka Setia, 2013),hal, 344.

unsur yang sangat penting ialah tingkah lakunya tidak konformis. Dalam hal ini seorang pemimpin cenderung menutup diri, sikap antisosial sudah melekat dalam jiwa pemimpin. Sehingga keengganan pemimpin untuk bermasyarakat dan *sesrawungan* dengan masyarakat sekitar membuatnya tidak melaksanakan tuntutan-tuntunan masyarakat.

#### **b. Gangguan pola kepribadian**

Kelompok pemimpin ini meliputi tipe-tipe utama kepribadian di mana ketidak mampuan menyesuaikan diri terungkap pola tingkah laku abnormal sepanjang hidup.<sup>3</sup> Gangguan tersebut, meskipun tidak psikotik, terdapat pada kepribadian-keprbadian yang sering digambarkan sebagai “prapsikotik”. Meskipun pemimpin-pemimpin semacam ini lebih mirip dengan pasien psikotik dari pada neorotik, namun mereka mungkin memperlihatkan beberapa ciri tertentu dari keduanya dan sebenarnya berada pada batas kemampuan menyesuaikan diri. Tipe-tipe gangguan pola kepribadian diantara lain paranoid, skizoid, skizopital, dan perbatasan.

##### **1. Gangguan kepribadian paranoid**

Kepekaan tajam seorang pemimpin dalam hubungan-hubungan antarpribadi yang disertai dengan kecenderungan untuk memproyeksikan perasaan-perasaan curiga, cemburu yang ekstrem, dan iri hati dalam hubungan-hubungan itu merupakan ciri yang sangat khas dari kepribadian paranoid. Pemimpin yang menderita paranoid curiga dan tidak percaya tanpa alasan terhadap orang-orang lain dan ia tetap berpendapat bahwa orang lain menjadi ancaman bagi dirinya meskipun terdapat bukti kuat bahwa sikapnya tidak dibenarkan.<sup>4</sup>

##### **2. Gangguan skizoid**

Simtom utama gangguan kepribadian skizoid ialah tidak tertarik kepada orang lain atau hubungan sosial. Pemimpin yang menderita gangguan kepribadian skizoid tidak hanya tidak bergaul dengan orang-orang lain, tetapi ia juga jarang memberikan respon terhadap orang lain, dan ia jarang isyarat timbal balik seperti senyum, dan

---

<sup>3</sup> Rosihan Anwar, *Akhlah Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), hal, 12.

<sup>4</sup> Sunaryo, *Psikologi untuk Keperawatan*, (Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 2014), hal, 122.

angguan. Pemimpin yang mengalami gangguan skizoid adalah orang yang menyendiri, tidak mampu memasuki hubungan antarpribadi yang harmonis dan bersahabat.

3. Gangguan skizotipal

Pemimpin yang mengalami gangguan skizotipal (*Schizotypal personality disorder*) memiliki ciri khas skizofreni, tetapi simtom-simtomnya tidak begitu berat untuk membenarkan diagnosis skizofrenia. Pemimpin yang menderita gangguan ini memiliki kepercayaan-kepercayaan yang aneh (misalnya ia mungkin berpikir bahwa ia adalah ahli nujum atau memiliki telepati jiwa), secara sosial aneh dan terisolasi atau memperlihatkan tingkah laku eksentrik atau khas.

4. Gangguan kepribadian perbatasan

Gangguan perbatasan (*border-line personality disorder*) adalah sebutan yang relatif baru. Ada sedikit kekacauan tentang apa yang termasuk dalam gangguan ini dan juga kontroversi mengenai apakah gangguan ini penting atau tidak. Gangguan ini bisa dibiangi sama dengan gangguan skizotipal.

**c. Gangguan sifat kepribadian**

Sifat (*trait*) adalah cara yang tetap digunakan pemimpin dalam mengadakan respon terhadap orang lain atau situasi-situasi yang melingkupinya. Misalnya, seorang pemimpin dengan sifat permusuhan pada umumnya akan mengadakan respon terhadap orang lain dengan cara otoriter, menentang, membrontak, atau suka menolak usulan bawahannya. Suatu sifat akan menyebabkan gangguan kepribadian bila mengganggu fungsi pribadi atau menyebabkan individu menderita atau mengalami banyak kesulitan. Pemimpin dengan sifat pemarah, dan jiwa tidak tenang bisa mengusir orang lain, dan dengan demikian ia menjadi sendirian atau kesepian dan mengalami depresi.

Individu-individu atau pemimpin-pemimpin dengan gangguan sifat, mereka lebih tergantung pada stres yang berasal dari lingkungan atau yang berasal dari dalam diri orang sendiri (endipsikis).<sup>5</sup> Individu-individu yang mendapat gangguan sifat kepribadian tidak dapat berkembang ke arah reaksi-reaksi psikopati.

---

<sup>5</sup> Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), hal, 22.

Dipandang dari segi dinamika kepribadian, gangguan sifat kepribadian dianggap sebagai akibat fiksasi pada taraf penyesuaian diri dengan melebih-lebihkan pola-pola tingkah laku tertentu atau sebagai akibat dari pola regresi ke taraf yang lebih dini dalam menghadapi stres.

1. Gangguan kepribadian pasif-Agresif

Pada dasarnya sama dengan psikopatologi maka tipe gangguan ini dikelompokkan sebagai berikut : pasif-dependen, pasif-agresif, dan tipe agresif. Ke tiga tipe tersebut kadang-kadang terlihat pada satu orang yang sama. Meskipun mungkin sering ada gejala kecemasan neorosis, namun para pasien itu tidak dianggap sebagai pasien neurotik karena gangguan mereka merupakan akibat dari perkembangan yang kurang pada struktur kepribadian dan bukan karena kepribadian mereka kurang berfungsi dengan baik.

2. Pasif-dependen

Sewaktu masih kanak-kanak, individu atau pemimpin ini sudah pasif dan dependen secara kekanak-kanakan, tetapi dewasa mereka berbuat seperti anak-anak yang tergantung pada dukungan orang tua. Ciri-ciri khasnya ialah tidak berdaya, tidak tegas, dan tergantung pada orang lain. Apabila mereka dituntun untuk memikul tanggung jawab atau mengambil prakarsa, mereka segera cemas dan panik. Dalam kebanyakan situasi dalam kebanyakan situasi mereka membutuhkan dukungan emosional yang kuat. Orang yang pasif-dependen cenderung mengadakan hubungan-hubungan manusia secara sepihak yang tidak memuaskan bagi mereka sendiri dan orang lain.

3. Pasif-agresif

Meskipun sikap pasif mereka sama dengan tipe pasif-dependen, namun pemimpin-pemimpin model ini memiliki agresi yang halus dan tak langsung pada hubungan mereka dengan orang lain. Rasa permusuhan mereka diungkapkan dengan cara mencibir, bersungut-sungut, keras kepala, tidak efisien, membuang-buang waktu atau berlengah-lengah. Mereka sering menghalang-halangi kegiatan orang lain yang berhubungan dengan diri mereka dengan melawan secara positif dan dengan taktik-taktik untuk menghalang-halangi secara halus.

4. Tipe-agresif

Tingkah laku pemimpin tipe-agresif ini ada hubungannya dengan kepribadian-kepribadian yang emosinya tidak stabil dan antisosial, maka orang inipun memperlihatkan ledakan-ledakan kejengkelan, kemarahan, dan bertingkah laku merusak sebagai respon terhadap frustrasi-frustrasi yang kecil sekalipun. Reaksi mereka dapat berbentuk perasaan dendam yang tidak sehat atau patalogik

### **HATI SEBAGAI SENTRAL GANGGUAN KEPERIBADIAN**

Kepribadian seorang pemimpin yang terganggu karena tempat yang menjadi pusat sifat dan sikap yaitu hati terganggu dan sakit. Sebagai akibatnya, perasaan cemas yang menghantui, tidak terciptanya ketegasan dalam mengambil keputusan, menutup diri, marah yang tidak terbendung hingga timbul dendam dan berakhir sifat yang buruk hingga mengkristal menjadi sebuah watak. Karena apa yang dilakukan seseorang sebagai cerminan gambaran hati. Jika seseorang melakukan hal yang terpuji, maka perbuatan berasal dari dalam hatinya. Sebaliknya, jika seseorang melakukan hal yang tecela berarti perbuatan itu cerminan dari hatinya. Hal ini disinggung dalam hadtis Nabi, *"Dalam tubuh manusia terdapat satu organ yang apabila ia baik maka seluruh tubuh menjadi baik, dan sebaliknya apabila ia rusak maka rusaklah seluruh tubuh, dan organ tubuh tersebut adalah hati"*

Hati yang dimaksud di sini adalah bukan hati yang bersifat fisik, tetapi hati yang bersifat rohani. Hati yang bersifat batin rohani ini mengambil tempat di dalam hati yang bersifat fisik jasmani. Hati adalah menduduki sentral dalam kehidupan manusia, tidak saja karena hati menjadi hakim dalam menentukan berbagai aktifitas setelah terlebih dahulu mendapatkan berbagai alternatif yang diinformasikan oleh kecerdasan nalar rasionalitas otak, tetapi juga karena hati menjadi tolak ukur dalam mengukur sehat tidaknya kondisi jiwa seseorang.<sup>6</sup> Hati yang sakit secara rohani akan melahirkan berbagai aktivitas yang tidak menyenangkan banyak orang dan bahkan secara fisik akan berpengaruh kepada kondisi badan pemilikinya. Artinya : apabila hati secara rohani berada dalam kondisi sakit yang tidak tertahankan, maka kondisi tersebut akan berpengaruh kepada kondisi fisik secara lahiriyah. Persoalannya

---

<sup>6</sup> M. Hasyim Syamsudi, *Akhlah Tasawuf*, (Malang: Madani Media, 2015), hal, 144.

kemudian menjadi sulit, karena seseorang yang secara rohani mengalami sakit hati. Orang yang sombong, tidak merasa bahwa dia sakit rohani. Hal ini tidak akan bisa disembuhkan dengan peralatan medis, juga tidak akan mampu mendeteksinya. Al-hasil, penyakit hati susah untuk mendapatkan pengobatan, oleh karenanya tempat yang satu hendaknya benar-benar dijaga oleh pemimpin guna bisa menjadi panutan bagi pengikutnya. Dalam QS al-Baqarah ayat 10 dan 12 disebutkan bahwa mereka yang hatinya disebut sakit oleh Allah adalah para munafik yang sikap dan kondisi hatinya berbeda dengan sikap dan kondisi akktivitas luarnya.

Al-Ustadz, al-Doktor, Wahbah al-Zuhaili dalam Tafsir al-Wajiz menafsirkan QS al-Baqarah ayat 10 dan 12 .

في قلوبهم فساد الاعتقاد، إما شكاً ونفاقاً، أو جهداً وتكديباً، فزادهم الله مرضاً آخر هو الحسد والحقد، بسبب إعلاي كلمة الله وتشبیت قواد الإسلام، ونصر المؤمنين، ولهم عذاب موجه بسبب كذبهم وادعائهم الايمان في الظاهر، وإذا قيل لهم لا تفسدوا في الأرض بالنفاق وموالاتة الكفار، وتفريق المؤمنين، ادعوا أنّهم مصلحون.

Artinya: *“Dalam hati mereka bersemi kejahatan akidah, berupa keraguan, kemunafikan, keangkuhan serta kedustaan. Maka Allah Swt. Kemudian menjadikan sakit hati mereka semakin parah dengan menambah penyakit lain seperti, kedengkian, keirian yang disebabkan karena semakin tinggi dan populernya kalimat Alah, semkin mantapnya kemenangan Islam serta semakin tertolongnya kaum beriman. Bagi mereka, adalah siksa yang menyakitkan dan apabila diserukan kepada mereka untuk tidak berbuat kerusakan untuk dimuka bumi dengan menebarkan kemunafikan dan persahabatan dengan orang kafir termasuk memeca belah kaum beriman, mka mereka mengaku bahwa mereka adalah orang-orang yang selalu berbuat kebaikan.”*<sup>7</sup>

Bagi hati pemimpin yang sakit, ketika sakitnya kambuh maka *mahabbah*, iman, ikhlas, dan tawakal kepada Allah bukan lagi sebagai unsur kehidupannya melainkan hati tersebut sarat dengan gejala angkara murka,

<sup>7</sup> Wahabah a-Zuhaili, *Tafsir al-Wajiz*, (Damaskus: Daru al-Fikr, 1994), halm. 4



lebih mengutamakan keinginan hawa nafsu, begitu gigih untuk mewujudkan hasratnya, bersikap *hasad*, sombong, senang membanggakan diri, tinggi hati, haus kedudukan, dan bila berkuasa senang melakukan perbuatan merusak yang pada hakikatnya merupakan unsur yang akan mengantarkannya kepada kehancuran sendiri. Jadi hati yang sakit adalah hati yang berada di sampingan jalan: satu arah mengajak agar menuju kepada Allah dan Rasul-Nya serta kebahagiaan akhirat yang kekal. Sedangkan satu arah lagi mengajaknya pada kebahagiaan sesaat. Hati yang sakit cenderung lebih memilih ajakan yang lebih gencar mengetuk pintunya.

Oleh karenanya, hati dibagi menjadi 3 bagian seperti yang tertera dalam firman Nya QS al-Hajj 52-54 :

وما أرسلنا من قبلك من رسول ولا نبي إلا إذا تمنى ألقى الشيطان في أمنيته  
فينسخ الله ما يلقي الشيطان ثم يحكم الله آياته والله عليم حكيم (٥٢) ليجعل  
ما يلقي الشيطان فتنة للذين في قلوبهم مرض والقاسية قلوبهم وإن الظالمين  
لفي شقاق بعيد (٥٣) وليعلم الذين أتوا العلم أنه الحق من ربك فيؤمنوا به  
فتُخِبَتْ له قلوبهم وإن الله لهاد للذين آمنوا إلى صراط مستقيم (٥٤)

Artinya: “Dan Kami tidak mengutus sebelum kamu seorang rasul pun dan tidak (pula) seorang nabi, melainkan apabila ia mempunyai sesuatu keinginan, syaitan pun memasukkan godaan-godaan terhadap keinginan itu, Allah menghilangkan apa yang dimasukkan oleh syaitan itu, dan Allah menguatkan ayat-ayat-Nya. Dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana (52). Agar Dia menjadikan apa yang dimasukkan oleh syaitan itu, sebagai cobaan bagi orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit dan yang kasar hatinya. Dan sesungguhnya orang-orang yang dzalim itu, benar-benar dalam permusuhan yang sangat (53). Dan agar orang-orang yang telah diberi ilmu, meyakini bahwasanya Al Qur’an itulah yang hak dari Tuhanmu lalu mereka beriman dan tunduk hati mereka kepadanya, dan sesungguhnya Allah adalah Pemberi petunjuk bagi orang-orang yang beriman kepada jalan yang lurus (54).

Dalam ayat di atas Allah telah menjadikan hati manusia terdiri atas tiga macam: dua macam hati yang mengalami cobaan, dan satu hati yang selamat. Dua macam hati yang cobaan yaitu hati yang berpenyakit dan hati yang keras membatu. Sedangkan hati yang selamat yaitu hati yang beriman dan patuh kepada Tuhannya serta hati yang tentram, merendah, berserah diri dan patuh

kepada-Nya. Hati dan anggota badan dituntut agar sehat dan tidak berpenyakit sehingga berfungsi sesuai dengan fitrah kejadiannya<sup>8</sup>

## **HUBUNGAN HATI DENGAN PERILAKU PEMIMPIN**

Hubungan hati dan perilaku tidak bisa dipisah, hati sebagai penggerak kehendak bertindak sedangkan anggota tubuh sebagai perwujudan kehendak hati. Itu sebabnya antara hati dan perilaku mempunyai korelasi yang sangat kuat. Hati yang jernih nan suci akan berdampak bagi pemimpin dalam tanggung jawabnya. Di bawah ini macam-macam sifat pemimpin yang menggambarkan keringnya hati gangguan diri pemimpin;

a. Memberikan perhatian kepada manusia

Dalam kelompok perilaku ini, seorang pemimpin memfokuskan perhatiannya kepada hubungan-hubungan sosial yang terwujud dalam berapa sifat yang mendasar.

1. Benar-benar memberikan perhatian kepada kebutuhan-kebutuhan pengikut.
2. Kemauan yang keras untuk memperbaiki keadaan mereka.
3. Mendengar usulan dan koreksi-koreksi mereka.
4. Memberikan dukungan terhadap cita-cita dan ambisi mereka.
5. Menjadikan dirinya sebagai bagian dari mereka .
6. Berinteraksi dengan baik dan adil.
7. Memperhatikan ketenangan dan menjelaskn ketika terjadi problem dan musibah.
8. Mengikutsertakan mereka dalam mengambil keputusan.

b. Memberikan perhatian kepada pekerjaan

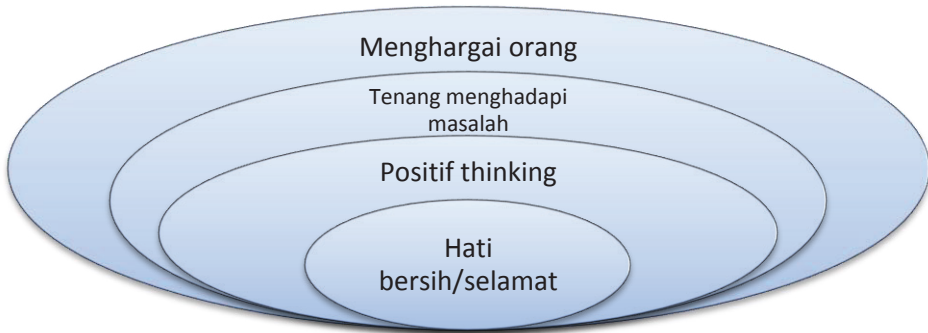
Di sini pemimpin lebih memfokuskan kepada hasil dan pelaksanaan kerja dengan teliti dan sempurna dalam batas waktu yang telah ditentukan. Hal itu terwujud dalam beberapa sifat.

- a. Menentukan tugas dan cermat.
- b. Membagikan peran kepada orang yang melaksanakan dengan jelas
- c. Menentukan hal-hal yang diwajibkan, dibolehkan, dan yang dilarang (prosedur dan kebijakan-kebijakan).

---

<sup>8</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2013), hal, 344.

- d. Tegas dalam menerapkan perintah.
- e. Mengoptimalkan kerja pegawai.<sup>9</sup>



**Gambar I**  
**Perilaku Cermin Hati**

Gambar di atas mengisyaratkan bahwa hati seorang pemimpin mempunyai kaitan erat dengan perilaku dalam bertindak. Cerminan perilaku yang tampak dari hati yang bersih akan tampak pula dalam perilaku kesehariannya. Perilaku terpuji akan senantiasa menjadi rutinitas seorang pemimpin, karena hatinya dijaga.



**Gambar II**  
**Perilaku cerminan hati**

Gambar di atas tampak perilaku-perilaku yang mencerminkan isi hati. Perilaku yang tidak elok akan pada pemimpin dari hati yang sakit dan

<sup>9</sup> Thariq M. As – Suwaidan, *Shina'atul Qaid*, (Jakarta: Gema Insani, 2005), hal, 105.

mengalami gangguan diri. Perilaku yang tidak terpuji lama-kelamaan akan menjadi kebiasaan dan menjadi ciri bagi gaya kepemimpinan.

## HISTORIS DAN LIRIK SYAIR “TOMBO ATI”

Syair Tombo Ati sudah sangat dikenal di masyarakat, syair ini sering dilantunkan baik saat pengajian, berdzikir, atau sekedar mendengarkannya dari media masa. Seorang ulama yang pertama kali menggagasnya adalah ulama Shufi yang populer di masanya, yaitu Syaikh Abu Ishaq al-khawwash yang wafat pada tahun 291 H (Syaikh an-Nawawi dalam al-Adzkar 107). Pada awalnya ini adalah sebuah ungkapan kata mutiara yang penuh hikmah, namun ketika ditransformasikan ke masyarakat Indonesia ternyata berbentuk syair yang memiliki lagu tertentu, sebagaimana dalam syair Arab juga memiliki lagu tertentu dengan 16 wazan.<sup>10</sup>

Beberapa orang banyak memberikan argumennya tentang sub versi historis syair tombo ati. Syair “Tombo Ati” alias obat hati yang berjumlah lima amalan ibadah adalah syair berbahasa Jawa yang populer secara turun-temurun. Syair yang berisi nasihat ini semakin booming setelah masuk ke dunia rekaman yang dilantunkan seniman Muslim Emha Ainun Najib dan dilanjutkan oleh penyanyi Opick dengan versi bahasa Indonesianya. Ada pihak yang menyebutkan bahwa syair Tombo Ati ini berasal dari Sunan Bonang salah satu ulama shalih penyebar Islam di tanah Jawa, di mana beliau menggunakan syair itu dalam sebagai media dakwah. Dari kalangan ulama’ terdahulu juga menorehkan pena dan menulis kitab *Sifat al-Shafwah* karya Ibnu Al Jauzi (597 H) ulama besar madzhab Hanbali, di mana saat beliau menulis biografi Yahya Bin Muadz Ar Razi ulama yang wafat di Naishabur tahun 258 H, beliau menuliskan bahwa Yahya menyampaikan 5 obat hati. Dalam kitab itu Yahya bin Muadz menyatakan, “*Dawa’ al qalb khomsah asya*” (obat hati ada 5 perkara), yang dalam bahasa Jawa, “*tombo ati iku limo perkarane*” (obat hati ada 5 perkara).<sup>11</sup>

Dewasa ini, syair tombo ati hati hanya sebagai lantunan lagu yang merdu yang memanjakan kuping belaka. Padahal maksud dari seorang yang

---

<sup>10</sup> Hujjahnu.com dipublikasikan pada Pebruari 2013. diakses pada tanggal 29 Januari 2018

<sup>11</sup> Hujjahnu.com dipublikasikan pada Pebruari 2013. diakses pada tanggal 29 Januari 2018.

memprakarsai syair ini adalah agar pesan yang dibungkus dengan lagu bisa terapkan dalam kehidupan. Bait-bait syair menganjurkan kebajikan, salah satu poin kebajikan dari 5 manakala dilakukan akan memberikan ketenangan hati dan kejernihan bersikap dan bertindak. Di bawah ini “syair tombo ati”:

Tombo ati iku ono limo perkarane  
Kaping siji, moco Qur’an sak maknane  
Kaping loro, weteng siro kudu luwe  
Kaping telu, shalat wengi lakonono  
Kaping pate, dzikir wengi ingkang suwe  
Kaping limo, wong kang sholeh kumpulono

## **NILAI – NILAI SPIRITUAL SYAIR “TOMBO ATI” SEBAGAI OBAT GANGGUAN PERILAKU**

Kata “spiritual” menegaskan sifat dasar manusia, yaitu sebagai makhluk yang secara mendasar dekat dengan Tuhannya, paling tidak selalu mencoba berjalan ke arah-Nya.<sup>12</sup> Manusia sebagai pemimpin diri sendiri atau orang lain, akan mendapati gangguan kepribadian. Seperti pemaparan sebelumnya, gangguan bisa muncul dari luar dan dalam. Gangguan itu bisa meredupkan hakikat pemimpin sebagai makhluk spiritual, meredupnya kesadaran pemimpin akan berdampak kepada gaya kepemimpinan yang menghalalkan segala cara, dan berbuat semaunya.

Upaya kembali ke jalan yang lurus, seorang pemimpin mesti melakukannya agar kepercayaan bawahan terjaga karena seorang pemimpin termasuk *public figure*.

### **1. Moco Qur’an sak maknane (قراءة القرآن بالتدبير)**

Membaca, merenungkan dan menghayati makna kandungan ayat-ayat al-Qur’an dapat dijadikan dzikir kepada Allah, penenang hati manusia yang gundah gulana, sedih dan gelisah. Sebab, al-Qur’an bukanlah kalam makhluk, tetapi kalam Allah yang disampaikan menggunakan bahasa hamba, sehingga alunannya dapat menumbuhkan rasa kedekatan, kepatuhan, dan ketenangan batin yang luar biasa bagi yang membacanya. Firman Allah dalam QS al-Isra’

<sup>12</sup> Abdul kadir Riyadi, *Antropologi Tasawuf*, (Jakarta: LP3ES, 2017), hal, 15.

{17} : 82. Al-Qur'an dapat menjadi obat penawar kerinduan kepada Allah, penyembuh luka hati, penenang jiwa, dan rahmat bagi orang yang beriman dan orang-orang yang mau mengetahui dan memahami kandungan isinya. Al-Qura'an menjadi berkah bagi manusia yang benar-benar dan secara sadar menjadikannya sebagai pedoman hidup. Karena al-Qur'an merupakan bukti kebesaran dan kecintaan Allah, maka wajar jika dikatakan bahwa al-Qur'an menjadi jalan bagi hati dan akal untuk mengenal-Nya. Keberkahan dan ketenangan hidup akan kita raih, karena al-Quran tersendiri adalah kitab penuh keberkahan seperti yang tertera dalam QS Shad {38}:29.<sup>13</sup> Alhasil, membaca dan merenungkan makna al-Qur'an berakhir *action* di dalam kehidupan sehari yang bertendensi berdasarkan ajaran-ajaran *qur'aniy*.<sup>14</sup>

## 2. *Weteng siro kudu luwe* (خلاء البطن)

Puasa menyehatkan rohani manusia, orang yang melakukan puasa itu menunjukkan kuatnya iman. Betapa tidak, ia selalu menahan lapar meski tidak seorangpun yang mengetahuinya, karena dalam hatinya terbetik keyakinan Tuan pasti mengetahuinya.

Manfaat lain yang bisa dipetik dari spiritualitas ialah secara psikologis menanamkan rasa disiplin, baik disiplin jiwa, moral dan sosial. Puasa memberikan dasar latihan untuk menahan larangan puasa, membentuk kesadaran hidup yang lebih tinggi. Menuju kesempurnaan rohani yang terang berjiwa besar dan tahan uji, tidak mudah putus asa.<sup>15</sup>

Allah Swt berfirman yang artinya: "... Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan" (al-A'raf: 031)

Begitu pula sabda Rasulullah Saw

أَخْبَرَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْحَسَنِ بْنِ قُتَيْبَةَ، قَالَ: حَدَّثَنَا حَزْمَلَةُ بْنُ يَحْيَى، قَالَ: حَدَّثَنَا  
ابْنُ وَهْبٍ، قَالَ: حَدَّثَنِي مُعَاوِيَةُ بْنُ صَالِحٍ، عَنْ يَحْيَى بْنِ جَابِرٍ، عَنِ ابْنِ الْقَدَامِ بْنِ  
مَعْدِي كَرِبٍ: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: مَا مِنْ وِعَاءٍ مَلَأَ ابْنُ آدَمَ

<sup>13</sup> Aunur Rafiq, *Opick Oase Spiritual dalam Senandung*, (Jakarta: Hikmah, 2006), hal, 206.

<sup>14</sup> Muhammad Sholikhin, *Tasawuf Aktual* (Semarang: Pustaka Nuun, 2001), hal, 221.

<sup>15</sup> M. Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), hal, 153.

وَعَاءٌ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، حَسْبُ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتُ يُقَمِّنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا بُدَّ، فَتُلْتُ  
لِطَعَامِهِ، وَتُلْتُ لِشَرَابِهِ، وَتُلْتُ لِنَفْسِهِ. رواه ابن حبان

Artinya: "Tidak ada wadah yang memenuhi manusia yang lebih buruk daripada perutnya. Cukuplah baginya beberapa asupan untuk menegakkan punggungnya. Jika masih kurang, maka sepertiga untuk makanannya, sepertiga lagi untuk minumannya, dan sepertiga berikutnya untuk nafasnya." (HR Ibnu Hibban)

Perut yang lapar atau yang berpuasa adalah untuk melatih kesabaran dan dapat menghilangkan penyakit sombong, pemaarah, iri hati, melemahkan nafsu birahi, dan sebagainya.

روي عن النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ : لَا تَمِيتُوا الْقَلْبَ بِكَثْرَةِ الطَّعَامِ  
وَالشَّرَابِ فَإِنَّ الْقَلْبَ يَمُوتُ كَالزَّرْعِ إِذَا كُثِرَ عَلَيْهِ الْهَاءُ

Artinya : "Diriwayatkan dari Nabi Muhammad saw bahwa beliau bersabda : janganlah kamu membunuh hatimu dengan perbanyak makan dan minum, sesungguhnya hati akan mati seperti halnya tanaman yang mati karena kebanyakan air".<sup>16</sup>

### 3. *Shalat wengi lakonono* (قيام الليل)

Allah Swt berfirman yang artinya: "Dan pada sebagian malam hari bersembahyang tahajudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu: mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang terpuji." (al-Isra': 79)

Dan sabda Rasulullah Saw :

عَنْ أَبِي أُمَامَةَ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ : عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ  
فَإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ وَهُوَ قُرْبَةٌ إِلَى رَبِّكُمْ وَمَكْفَرَةٌ لِلْسَّيِّئَاتِ وَمَنْهَاةٌ لِلْإِثْمِ.  
قَالَ أَبُو عَيْسَى وَهَذَا أَصْحَحُ مِنْ حَدِيثِ أَبِي إِدْرِيسَ عَنْ بِلَالٍ. رواه الطبراني والبيهقي  
والحاكم عن سلمان.

Artinya: "Lakukanlah shalat malam. Sebab shalat malam adalah perilaku orang-

<sup>16</sup> Muhammad Ghazali al-Thausi, *Minhaj al-abidin*, (Jeddah, Al-Haramain), hal, 41.

*orang saleh sebelum kalian, mendekatkan diri kepada Allah, menjadikan ridla Allah, menghapus kejelekan, mencegah perbuatan dosa dan menolak penyakit dari tubuh.” (HR Thabrani, al-Baihaqi dan al-Hakim dari Salman)*

Ibadah malam atau Tahajud adalah untuk mengobati segala jenis penyakit hati

#### 4. **Dzikir wengi ingkang suwe** (التضرع عند السحر)

Allah Swt berfirman yang artinya: “Mereka (orang-orang yang bertaqwa) sedikit sekali tidur di waktu malam; Dan di akhir-akhir malam (waktu sahur) mereka memohon ampun (kepada Allah).” (adz-dzariyat: 17-18)

Dan sabda Rasulullah Saw

عن ابن عمر قال رسول الله صلى الله عليه وسلم لا تكثروا الكلام بغير ذكر الله فان كثرة الكلام بغير ذكر الله قسوة القلب وإن ابعث الناس من الله القلب القاسي (رواه الترمذی)

Artinya: “*Janganlah banyak bicara dengan selain dzikir kepada Allah. Karena banyak bicara dengan selain dzikir kepada Allah menyebabkan kerasnya hati. Dan sesungguhnya manusia yang paling jauh dari Allah adalah hati yang keras.*” (HR Turmudzi)

Keutamaan dzikir sangat banyak sekali dapat mengobati segala jenis penyakit hati.

#### 5. **Wong kang sholeh kumpulono** (مجالسة الصالحين)

Pancaran emosional orang yang soleh bisa memberikan pencerahan bagi orang yang dekat dengannya, gangguan-gangguan diri atau penyakit hati bisa terpendam dengan petuah-petuah dan nasihat-nasihat dari orang soleh. Istilah lain kumpul dengan orang soleh yaitu *jejer pandita*, *tudangguru* (orang bugis) sudah pernah dilakukan oleh para pahlawan Indonesia, kumpul dengan orang yang dilakukan oleh mereka dengan maksud dapat petunjuk untuk memerangi komunis. Contoh, Sultan Nuku dari Tidore, Maluku jejer pandita dengan Kiai Oemar, seorang ulama’ revolusioner asal Makassar yang erupakan ideolog dan komandan para pelaut dan bajak laut di perairan Indonesia Timur. Pangeran Diponegoro jejer pandita pada gurunya, Kyai Taftajani, dari peasantren Mlangi Yogyakarta, dan juga Kiai Maja, sebelum mengobarkan perang terhadap



Belanda juga Founding Father negara Indonesia, Sukarno jejer Pandita jejer dengan seorang ulama'.<sup>17</sup>

Allah Swt berfirman yang artinya: “Dan bersabarlah kamu bersama-sama dengan orang-orang yang menyeru Tuhannya di pagi dan senja hari dengan mengharap keridhaan-Nya; dan janganlah kedua matamu berpaling dari mereka (karena) mengharapkan perhiasan kehidupan dunia ini; dan janganlah kamu mengikuti orang yang hatinya telah Kami lalaikan dari mengingati Kami, serta menuruti hawa nafsunya dan adalah keadaannya itu melewati batas.” (al-kahfi: 28)

Memilih orang solih sebagai sahabat adalah untuk menularkan energi positif seperti ibadah, dan untuk menghilangkan sifat dan perilaku buruk lainnya. Seperti syair anjuran dalam syair;

عن البرء لا تسأل وأبصر قرينه \* فكلّ قرينٍ بالمقارن يقتدي

فإن كان ذا شرٍّ فجانبه سرعة \* وإن كان ذا خيرٍ فقارنه تهتدي<sup>18</sup>

Artinya: “Janganlah kamu tanya tentang seseorang kepada seseorang tersebut tapi lihatlah temannya, karena orang yang berteman dengan orang yang menjadi temannya akan mengikuti. Jika seseorang tersebut mempunyai perangai yang jelek maka jauhilah segera, sebaliknya jika seseorang tersebut berperangai baik maka bertemanlah dengannya maka kamu pada suatu hari akan mendapatkan hidayah”

البرء على دين خليله فليتنظر أحدكم من يخال

Artinya: “Seseorang akan mencocoki kebiasaan teman karibnya. Oleh karenanya, perhatikanlah siapa yang akan menjadi teman karib kalian”. (HR. Abu Daud).

## KESIMPULAN

Penjabaraan terkait gangguan perilaku dan solusi mencegahnya, bahwa seorang pemimpin atau individu yang mengalami gangguan atau belum mengalami gangguan kepribadian bisa mendapatkannya dengan mempraktekkan nilai-nilai spiritual dalam lagu “Tombo Ati”

<sup>17</sup> Ahmad Baso, *Pesantren Studies 2A*, (Jakarta: Pustaka Afid, 2012), hal, 34.

<sup>18</sup> Zarnuji, *Tailim al-Muta'allim*, (Surabaya: Al-Miftah), hal, 17.

di dalam kehidupan sehari. *Pertama*, moco Qur'an sak maknane (membaca al-Qur'an dan maknanya), *kedua*, weteng siro kudu luwe (puasa), *ketiga*, shalat wengi lakonono (shaat tengah malam), *keempat*, dzikir wengi ingkang suwe (dzikir yang lama), *kelima*, wong kang soleh kumpulono (berkumpul dengan orang solih).

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Ad-Dumaji, Syaikh, (2016), Konsep Kepemimpinan dalam Islam, Jakarta Timur: Ummul Qura
- Sobur, Alex, (2013), Psikologi Umum, Bndung: CV Pustaka Setia
- Anwar, Rosihan, (2010), Akhlak Tasawuf, Bandung: Pustaka Setia
- Sunaryo, (2014), Psikologi untuk Keperawatan, Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Semiun, Yustinus, (2006), Kesehatan Mental, Yogyakarta: Kanisius
- Syamsudi, M. Hasyim, (2015), Akhlak Tasawuf, Malang: Madani Media
- al-Zuhaili, Wahabah, (1994), Tafsir al-Wajiz, Damaskus: Daru al-Fikr
- As-Suwaidan, Thariq M, *Shina'atul Qaid*, (Jakrta: Gema Insani, 2005), hal, 105.
- Riyadi, Abdul kadir, (2017), Antropologi Tasawuf, Jakarta: LP3ES
- Rafiq, Aunur, (2006), Opick Oase Spiritual dalam Senandung, Jakarta: Hikmah
- Sholikhin, Muhammad, (2001), Tasawuf Aktual, Semarang: Pustaka Nuun
- Syukur, M. Amin, (2014), Tasawuf Kontekstual, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Ghazali, Muhammad al-Thausi, Minhaj al-abidin, Jeddah, Al-Haramain
- Baso, Ahmad, (2012), Pesantren Studies 2A, Jakarta: Pustaka Afid
- Zarnuji, *Tailim al-Muta'allim*, Surabaya : Al-Miftah
- Hujjahnu.com dipublikasikan pada Pebruari 2013. diakses pada tanggal 29 Januari 2018.