

Internalisasi Mujahadah An-Nafs (Pengendalian Diri) dalam Memperkuat Akhlakul Karimah Peserta Didik

Muhammad Yunan Harahap

Universitas Pembangunan Panca Budi Medan
yunan@dosen.pancabudi.ac.id

Sakban Lubis

Universitas Pembangunan Panca Budi Medan
Sakbanlubis.76@gmail.com

Nanda Rahayu Agustia

Universitas Pembangunan Panca Budi Medan
nandarahayu@dosen.pancabudi.ac.id

Rahmad Sulaiman

Universitas Pembangunan Panca Budi Medan
Rahmadsulaiman17@gmail.com

DOI: 110.32528/tarlim.v7i2.2308

Track:

Received:
28 februari 2024

Final Revision:
20 Agustus 2024

Available online:
30 September 2024

Corresponding Author:
Rahmad Sulaiman

Abstrak, Penelitian ini berfokus *Mujahadah An-Nafs* (Pengendalian Diri) Dalam Memperkuat Akhlakul Karimah Peserta Didik Di SMA Ar-Rahman Kecamatan Medan Helvetia. Penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana metode *Mujahadah An-Nafs*, yang merupakan konsep dasar dalam Islam mengenai upaya pribadi untuk mengendalikan nafsu, dapat membantu peserta didik menginternalisasi nilai-nilai moral dan etika Islami yang luhur. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini mengeksplorasi implementasi dan efektivitas metode *Mujahadah An-Nafs* di SMA Ar-Rahman, yang telah mengintegrasikan pendidikan karakter berbasis nilai-nilai Islam dalam kurikulumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Mujahadah An-Nafs* secara signifikan berkontribusi pada pengembangan karakter peserta didik, menciptakan individu yang tidak hanya berprestasi akademik tetapi juga berakhlak baik dan berkontribusi positif dalam masyarakat. Temuan ini memberikan wawasan penting tentang pentingnya mengintegrasikan pendidikan nilai dalam sistem pendidikan untuk membentuk karakter dan moral peserta didik yang kuat di tengah tantangan zaman.

Kata Kunci: *Internalisasi, Akhlak, Mujahadah An-Nafs*

Internalization Mujahadah An-Nafs (Self-Control) in Strengthening the Morals of Students

Abstract, This research focuses on *Mujahadah An-Nafs (Self Control) in Strengthening the Akhlakul Karimah of Students at Ar-Rahman High School, Medan Helvetia District*. This research aims to explore how the *Mujahadah An-Nafs* method, which is a basic concept in Islam regarding personal efforts to control lust, can help students internalize noble Islamic moral and ethical values. Through a descriptive qualitative approach, this research explores the implementation and effectiveness of the *Mujahadah An-Nafs* method at Ar-Rahman High School, which has integrated character education based on Islamic values in its curriculum. The research results show that the application of *Mujahadah An-Nafs* significantly contributes to the development of students' character, creating individuals who not only excel academically but also have good morals and contribute positively to society. These findings provide important insight into the importance of integrating values education in the education system to form strong character and morals of students amidst the challenges of the times.

Keywords: *Internalization, Morals, Mujahadah An-Nafs*

PENDAHULUAN

Metode Mujahadah an-Nafs adalah salah satu konsep dasar dalam Islam yang mengacu pada upaya pribadi untuk membersihkan dan mengendalikan jiwa atau nafs seseorang. Istilah "Mujahadah" dalam bahasa Arab berarti perjuangan atau usaha keras, dan "nafs" merujuk pada sisi batiniah atau jiwa manusia. Konsep ini mendorong individu Muslim untuk melakukan introspeksi mendalam terhadap diri mereka sendiri, mengenali kelemahan dan dosa-dosa dalam diri mereka, dan kemudian berusaha untuk mengatasi atau mengendalikan keinginan-keinginan negatif serta godaan yang muncul (Maulidyna, 2023).

Metode Mujahadah an-Nafs melibatkan serangkaian langkah, seperti refleksi diri, doa, puasa, dan ibadah lainnya, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran spiritual dan moral individu. Tujuan akhirnya adalah mencapai kesempurnaan spiritual, kebijaksanaan, dan kedekatan dengan Allah SWT. Dalam proses ini, individu menghadapi pertarungan batiniah antara keinginan duniawi dan keinginan untuk mematuhi ajaran agama.

Konsep ini mendorong kesadaran akan tanggung jawab moral dan etika, serta membangun karakter yang kuat dan bermoral. Dengan melakukan Mujahadah an-Nafs, individu berusaha untuk menjadi lebih baik secara spiritual, menjalani hidup yang lebih bermakna, dan mendekatkan diri kepada Allah dengan penuh kesadaran dan keyakinan. Metode Mujahadah an-Nafs menjadi bagian integral dalam perkembangan spiritual individu Muslim dan memainkan peran penting dalam praktiknya. Metode Mujahadah an-Nafs tidak hanya tentang mengatasi keinginan negatif, tetapi juga tentang mengembangkan sifat-sifat positif seperti kesabaran, tawakal (kepercayaan sepenuhnya kepada Allah), ketekunan, dan ketulusan (Imelda & Harahap, 2023). Proses ini sering memerlukan kesabaran dan ketekunan yang tinggi, karena perjuangan melawan keinginan duniawi dan godaan tidak selalu mudah. Namun, melalui metode ini, individu Muslim dapat mencapai pertumbuhan spiritual yang signifikan dan merasakan kedekatan yang lebih dalam dengan Allah.

Metode Mujahadah an-Nafs juga mencerminkan pentingnya otonomi individu dalam mencapai kesempurnaan spiritual. Ini adalah upaya pribadi yang tidak dapat digantikan oleh orang lain. Setiap orang memiliki tantangan dan kelemahan yang berbeda, dan oleh karena itu, proses Mujahadah ini sangat individualistik. Ini juga mengajarkan pentingnya pengendalian diri dan disiplin dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Penting untuk diingat bahwa konsep dasar Metode Mujahadah an-Nafs bukan hanya relevan dalam konteks Islam, tetapi juga dapat diterapkan dalam pengembangan diri dan pertumbuhan spiritual dalam banyak tradisi agama dan filosofi (Ependi, 2020). Dalam Islam, ia menjadi salah satu jalan untuk mencapai kedekatan dengan Allah dan mencapai makna dalam hidup. pemahaman mereka tentang agama Islam.

Pengendalian diri atau mujahadah an-nafs merupakan konsep penting dalam pendidikan karakter, khususnya dalam konteks pengembangan akhlakul karimah atau akhlak mulia. Dalam era globalisasi yang ditandai oleh pengaruh budaya asing dan kemajuan teknologi, tantangan terhadap moralitas dan akhlak peserta didik semakin meningkat. Oleh karena itu, internalisasi nilai-nilai mujahadah an-nafs sangat diperlukan untuk membentuk karakter yang kuat dan positif di kalangan generasi muda. Huda, H., &

Nursyamsiyah, S. (2024) Pentingnya Pengendalian Diri untuk mengatur emosi, keinginan, dan tindakan. Dalam konteks pendidikan, pengendalian diri berperan penting dalam: Mengatasi Godaan: Peserta didik sering kali dihadapkan pada berbagai godaan yang dapat menjerumuskan mereka ke dalam perilaku negatif. Mujahadah an-nafs membantu mereka untuk menahan diri dan memilih jalan yang benar. Membangun Disiplin: Dengan menginternalisasi prinsip mujahadah, peserta didik akan lebih mampu untuk disiplin dalam belajar, beribadah, dan berinteraksi dengan orang lain. Meningkatkan Kualitas Hubungan Sosial: Individu yang memiliki pengendalian diri yang baik cenderung lebih mampu untuk berempati dan bersikap adil dalam hubungan sosial, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang harmonis.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif, yaitu data yang dikumpulkan berbentuk kata-kata, gambar, bukan angka-angka (Sudarwan Danim, 2002). Menurut Bogdan dan Taylor, sebagaimana yang dikutip oleh Lexy J. Moleong, penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati (Moleong, 2000). Sementara itu, penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun rekayasa manusia.

Pengumpulan data dalam penelitian ini sebagai berikut yaitu. Observasi, wawancara dan study dokument. Observasi yaitu pengamatan yang dilakukan dengan melibatkan diri dalam situasi obyek yang diteliti (Kartono, 1996). Kemudian wawancara, metode pengumpulan data dengan cara tanya jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis yang berlandaskan pada tujuan penelitian (Rahayu, 2004). Alasannya digunakan metode wawancara yaitu dengan maksud agar diperolehnya keterangan dari sumber secara mendalam terhadap nara sumber yang diantaranya guru, kepala sekolah, peserta didik dan tenaga kependidikan lainnya. Selanjutnya adalah study dokument yaitu mengumpulkan data-data tertulis, berupa dokumen-dokumen yang dianggap yang relevan untuk menunggu pembahasan penelitian (Nawawi, 1998).

Analisis data yang di gunakan adalah versi Miles dan Huberman, bahwa ada tiga alur kegiatan, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan atau verifikasi (Akbar, 2009). Analisis telah dimulai sejak merumuskan dan menjelaskan masalah, sebelum terjun ke lapangan dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian. Analisis data menjadi pegangan bagi penelitian selanjutnya sampai jika mungkin, teori yang grounded. Namun dalam penelitian kualitatif, analisis data lebih difokuskan selama proses di lapangan bersama dengan pengumpulan data (Sudarto, 1997).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan metode *mujahadah an-nafs* di SMA Ar-Rahman sebagai sarana dalam membantu internalisasi nilai-nilai akhlakul karimah pada siswa mengandalkan serangkaian praktik spiritual dan pendidikan karakter yang mendalam. Metode ini berfokus pada upaya batiniah yang intensif untuk

melawan hawa nafsu dan mengembangkan kualitas diri yang mencerminkan akhlakul karimah, perilaku mulia yang diajarkan dalam Islam. Huda, H., Utomo, A. P., & Nursyamsiyah, S. (2023) Proses ini mencakup beberapa aspek utama yang terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari siswa, yang menciptakan sebuah lingkungan pendidikan yang unik dan efektif dalam pembentukan karakter.

Upaya upaya yang di lakukan oleh pihak SMA Ar-Rahman, sesuai dengan penelusuran yang dilakukan oleh peneliti adalah:

Integrasi Kurikulum

Kurikulum di SMA Ar-Rahman dirancang untuk memadukan secara harmonis pengajaran akademis dengan pengajaran spiritual dan moral. Mata pelajaran seperti (Pendidikan Akhlak) secara eksplisit mengajarkan nilai-nilai akhlakul karimah, sementara mata pelajaran lainnya juga menyertakan unsur-unsur etika dan moralitas dalam pengajarannya. Ini memastikan bahwa santri tidak hanya unggul secara akademis tapi juga memperoleh pemahaman mendalam tentang nilai-nilai moral dan etika Islam.

Di SMA Ar-Rahman Medan, integrasi kurikulum dan metode mujahadah an-nafs dimulai dengan membangun fondasi yang kuat pada pemahaman nilai-nilai Islam melalui mata pelajaran Pendidikan Agama Islam. Kurikulum ini dirancang tidak hanya untuk memberikan pengetahuan teoretis tentang Islam tetapi juga untuk mengajarkan bagaimana nilai-nilai tersebut diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pengajaran ini mencakup aspek ibadah, akhlak, dan muamalah, memastikan siswa memahami pentingnya menjalankan ibadah, menjaga akhlak, dan berinteraksi dengan sesama secara baik.

Selain mata pelajaran formal, SMA Ar-Rahman Medan mengintegrasikan konsep mujahadah an-nafs ke dalam kegiatan ekstrakurikuler dan program sekolah. Salah satu program unggulan adalah program "Pekan Spiritual", di mana siswa diberikan rangkaian aktivitas seperti tausiyah pagi, zikir bersama, dan kajian tematik yang membahas tentang karakter dan kebiasaan yang harus dikembangkan atau dihindari dalam proses mujahadah an-nafs. Program ini bertujuan untuk menguatkan jiwa siswa dan membantu mereka dalam proses penyucian diri dan peningkatan keimanan.

Di bidang akademik, guru-guru di SMA Ar-Rahman Medan dianjurkan untuk mengintegrasikan nilai-nilai Islam dan konsep mujahadah an-nafs ke dalam materi pembelajaran mereka, terlepas dari mata pelajaran yang diajarkan. Misalnya, dalam pelajaran Matematika atau Fisika, guru bisa menanamkan nilai kesabaran dan ketekunan melalui proses pemecahan masalah yang rumit. Hal ini mengajarkan siswa bahwa dalam proses belajar dan kehidupan, mereka akan menghadapi tantangan yang membutuhkan kesabaran dan usaha yang berkelanjutan.

Keseluruhan kegiatan dan proses pembelajaran di SMA Ar-Rahman Medan dirancang untuk membentuk siswa yang tidak hanya unggul secara akademik tetapi juga memiliki kekuatan spiritual dan karakter yang baik. Melalui pendekatan integrasi kurikulum dan metode mujahadah an-nafs, diharapkan siswa dapat mengembangkan diri menjadi individu yang berakhlak mulia, bertanggung jawab, dan mampu memberikan kontribusi positif bagi masyarakat.

Kegiatan Refleksi Diri

Mujahadah an-nafs dipraktikkan melalui kegiatan spiritual seperti dzikir (mengingat Allah), salat

berjamaah, puasa sunnah, dan muhasabah (introspeksi diri). Kegiatan-kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran spiritual santri dan mendorong refleksi diri tentang perilaku mereka sehari-hari. Dengan berdzikir, misalnya, santri diingatkan untuk selalu mengingat dan bersyukur kepada Allah, yang pada gilirannya membentuk rasa keikhlasan dan kerendahan hati dalam berinteraksi dengan orang lain.

Salah satu praktik utama di SMA Ar-rahman melalui metode *mujahadah an-nafs* adalah dzikir, yaitu mengingat Allah. Dzikir dilakukan dengan berbagai cara, seperti mengucapkan kalimat tasbih, tahmid, atau doa-doa khusus lainnya. Proses berdzikir membantu santri untuk senantiasa mengarahkan pikiran dan hati kepada kebesaran Allah, mengingatkan mereka pada sifat-sifat-Nya, dan menumbuhkan rasa syukur atas segala nikmat yang telah diberikan. Melalui dzikir, santri belajar untuk selalu menyadari kehadiran Allah dalam setiap momen kehidupan, membentuk fondasi spiritual yang kuat dan rasa keikhlasan dalam segala tindakan.

Selain dzikir, salat berjamaah menjadi praktik penting lain dalam *mujahadah an-nafs*. Salat berjamaah bukan hanya meningkatkan pahala ibadah, tetapi juga memperkuat tali persaudaraan dan solidaritas di antara santri. Melalui salat berjamaah, mereka belajar tentang pentingnya komunitas dan kerendahan hati, mengingat setiap individu berdiri setara di hadapan Allah tanpa memandang status sosial atau kekayaan.

Puasa sunnah juga merupakan bagian dari *mujahadah an-nafs*, di mana santri secara sukarela menahan diri dari makan, minum, dan kebutuhan fisik lainnya dari fajar hingga matahari terbenam. Puasa sunnah dilakukan tidak hanya di bulan Ramadhan, tetapi juga pada hari-hari tertentu di luar Ramadhan, sebagai sarana untuk melatih disiplin diri dan mengendalikan hawa nafsu. Puasa membantu santri mengembangkan empati terhadap mereka yang kurang beruntung dan mengingatkan pada pentingnya berbagi dan kepedulian sosial.

Terakhir, muhasabah atau introspeksi diri adalah praktik penting yang mendorong siswa di SMA Ar-Rahman untuk secara teratur mengevaluasi perilaku, niat, dan kegiatan sehari-hari mereka. Melalui muhasabah, siswa diajak untuk merefleksikan apakah tindakan mereka selaras dengan ajaran Islam, mengidentifikasi kesalahan dan kekurangan diri, serta menetapkan langkah-langkah perbaikan. Praktik ini tidak hanya membantu dalam pertumbuhan spiritual, tetapi juga dalam pengembangan karakter dan perilaku yang lebih baik.

Mujahadah an-nafs, melalui praktik dzikir, salat berjamaah, puasa sunnah, dan muhasabah, membawa siswa SMA Ar-Rahman pada perjalanan spiritual yang mendalam. Kegiatan-kegiatan ini bukan hanya membentuk disiplin dan ketakwaan, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai seperti kerendahan hati, keikhlasan, dan empati, yang sangat penting dalam berinteraksi dengan orang lain dan menjalani kehidupan sehari-hari. Melalui perjuangan melawan hawa nafsu dan peningkatan kesadaran spiritual, santri diarahkan untuk menjadi individu yang lebih baik, tidak hanya dalam pandangan Allah tetapi juga dalam kontribusi mereka terhadap masyarakat.

Dukungan Lingkungan Sekolah

SMA Ar-Rahman menciptakan lingkungan yang mendukung bagi santri untuk praktik *mujahadah an-nafs*. Hal ini mencakup pembinaan komunitas di mana santri dapat saling mendukung dan memotivasi

satu sama lain dalam perjalanan spiritual mereka. Guru-guru dan pembimbing bertindak sebagai role model dan sumber inspirasi, menunjukkan bagaimana nilai-nilai akhlakul karimah dapat diintegrasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Menciptakan lingkungan yang kondusif untuk praktik spiritual semacam itu bukanlah tugas yang mudah. Namun, SMA Ar-Rahman dengan gigih membangun fondasi kuat yang mendukung visi ini, dimulai dengan pembinaan komunitas yang kuat. Komunitas di SMA Ar-Rahman bukan sekedar kumpulan individu yang belajar di bawah satu atap; mereka adalah sebuah keluarga yang saling mendukung, memotivasi, dan menginspirasi satu sama lain dalam perjalanan mereka menuju pencerahan spiritual.

Guru-guru dan pembimbing di SMA Ar-Rahman memainkan peran kunci dalam menghidupkan visi ini. Mereka tidak hanya mengajar pelajaran akademik tetapi juga berbagi pengalaman hidup mereka, menunjukkan bagaimana nilai-nilai seperti kesabaran, kejujuran, dan ketulusan dapat diintegrasikan dalam kehidupan sehari-hari. Mereka bertindak sebagai role model, menunjukkan dengan contoh hidup mereka sendiri bagaimana menjalani kehidupan yang penuh dengan akhlakul karimah.

Program-program khusus dan kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran spiritual dan emosional diintegrasikan ke dalam kurikulum. Ini termasuk sesi meditasi, diskusi kelompok tentang nilai-nilai spiritual, dan kegiatan layanan masyarakat yang mengajarkan santri pentingnya berbagi dan empati. Kegiatan-kegiatan ini tidak hanya memperkuat pemahaman santri tentang diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka tetapi juga menanamkan dalam diri mereka keinginan untuk membuat perbedaan positif.

SMA Ar-Rahman mengakui bahwa perjalanan menuju pemurnian diri dan pengendalian nafsu adalah perjalanan yang penuh tantangan, tetapi dengan lingkungan yang mendukung, komunitas yang kuat, dan bimbingan dari guru-guru yang inspiratif, siswa diajarkan untuk menghadapi tantangan ini dengan hati yang kuat dan tekad yang tidak tergoyahkan. Di SMA Ar-Rahman, *mujahadah an-nafs* bukan hanya konsep teoritis tetapi merupakan praktik hidup yang dijalani setiap hari, membawa santri lebih dekat pada realisasi diri mereka yang terbaik dan mewujudkan nilai-nilai akhlakul karimah dalam setiap aspek kehidupan mereka.

Evaluasi dan Monitoring Program Internalisasi

SMA Ar-Rahman secara berkala mengevaluasi efektivitas penerapan metode *mujahadah an-nafs* melalui feedback dari siswa dan guru, serta melalui observasi perubahan perilaku santri. Evaluasi ini digunakan untuk membuat penyesuaian dan perbaikan dalam program, memastikan bahwa metode tersebut terus relevan dan efektif dalam mencapai tujuannya.

Di SMA Ar-Rahman, sebuah institusi pendidikan yang berkomitmen tinggi terhadap pengembangan spiritual dan karakter siswanya, program *mujahadah an-nafs* telah menjadi inti dari program mereka. Program ini dirancang untuk membantu siswa mengembangkan disiplin diri, ketahanan mental, dan kekuatan spiritual melalui serangkaian kegiatan dan pembelajaran yang terstruktur. Namun, pengelola sekolah menyadari pentingnya evaluasi dan penyesuaian berkelanjutan untuk memastikan efektivitas program tersebut dalam mencapai tujuannya.

Evaluasi program *mujahadah an-nafs* di SMA Ar-Rahman dilakukan melalui dua metode utama: pengumpulan *feedback* dari siswa dan guru serta observasi perubahan perilaku siswa. Pengumpulan *feedback* dilakukan melalui berbagai cara, termasuk survei anonim, sesi curhat dengan guru pembimbing, dan forum diskusi kelompok. Siswa dan guru diberi kesempatan untuk berbagi pengalaman mereka, tantangan yang dihadapi selama program, dan saran untuk perbaikan.

Observasi perilaku siswa merupakan komponen penting lain dari proses evaluasi. Tim guru dan pembimbing memperhatikan perubahan dalam interaksi sosial siswa, kedisiplinan, dan manifestasi dari nilai-nilai yang ditanamkan melalui program *mujahadah an-nafs*. Perubahan positif dalam perilaku siswa, seperti peningkatan empati terhadap teman sekelas atau kedisiplinan dalam studi, dianggap sebagai indikator sukses dari program ini.

Setelah data dari *feedback* dan observasi dikumpulkan, tim evaluasi yang terdiri dari guru senior, pembimbing, dan kadang-kadang ahli eksternal, seperti psikolog pendidikan, berkumpul untuk menganalisis hasilnya. Mereka mencari pola dan tren dalam data untuk mengidentifikasi kekuatan dan area yang memerlukan perbaikan dalam program *mujahadah an-nafs*. Diskusi ini berfokus pada cara-cara untuk meningkatkan efektivitas program, baik melalui penyesuaian materi, metode pengajaran, atau pendekatan pembimbingan.

Berdasarkan analisis dan diskusi tersebut, tim evaluasi mengembangkan rencana aksi untuk melakukan penyesuaian pada program. Ini bisa termasuk perubahan dalam kurikulum, pengenalan teknik baru untuk mempromosikan refleksi diri dan kekuatan spiritual, atau peningkatan pelatihan untuk guru dan pembimbing. Semua perubahan dirancang dengan tujuan untuk memperkaya pengalaman belajar siswa dan memastikan bahwa mereka mendapatkan manfaat maksimal dari program *mujahadah an-nafs*.

Perubahan yang disepakati kemudian diterapkan dalam program. Seluruh komunitas sekolah, termasuk siswa, guru, dan orang tua, diberitahu tentang perubahan ini untuk memastikan transparansi dan mendapatkan dukungan mereka. Implementasi diikuti dengan periode monitoring untuk menilai dampak dari penyesuaian yang dibuat (Ependi et al., 2023). Dengan pendekatan yang terstruktur dan responsif ini, SMA Ar-Rahman berupaya memastikan bahwa program *mujahadah an-nafs* terus relevan dan efektif, beradaptasi dengan kebutuhan dan tantangan yang berubah dari siswanya, sambil tetap setia pada tujuan akhir membangun karakter. Melalui pendekatan komprehensif ini, metode *mujahadah an-nafs* di SMA Ar-Rahman berhasil membantu internalisasi nilai-nilai akhlakul karimah pada siswa, mempersiapkan mereka tidak hanya untuk sukses akademis, tetapi juga untuk menjadi individu yang berkarakter dan berakhlak mulia dalam kehidupan mereka.

Mujahadah an-Nafs adalah konsep fundamental dalam Islam yang mengacu pada perjuangan atau upaya keras untuk mengendalikan dan memurnikan jiwa atau nafs seseorang. Istilah "Mujahadah" dalam bahasa Arab berarti perjuangan atau usaha keras, sementara "an-Nafs" merujuk pada aspek batiniah atau jiwa manusia. Konsep ini menekankan pentingnya memahami dan mengelola keinginan, kecenderungan negatif, dan dorongan-dorongan dalam diri kita. Mujahadah an-Nafs melibatkan serangkaian langkah spiritual dan moral yang mencakup introspeksi diri, doa, puasa, dan ibadah lainnya yang bertujuan untuk

membawa diri kita lebih dekat kepada Allah SWT (Azizah & Subaidi, 2022).

Dalam proses Mujahadah, individu Muslim berusaha untuk meraih pertumbuhan spiritual, karakter yang lebih baik, dan kebijaksanaan. Ini juga melibatkan pertarungan batiniah yang konstan antara keinginan duniawi dan keinginan untuk taat kepada Allah SWT. Konsep ini mengajarkan tanggung jawab moral, kesabaran, ketekunan, dan tawakal (kepercayaan sepenuhnya kepada Allah) dalam menghadapi godaan dan cobaan dalam hidup. Selain itu, Mujahadah an-Nafs menekankan bahwa upaya ini adalah usaha pribadi yang tidak dapat digantikan oleh orang lain, dan setiap individu memiliki tantangan unik dalam perjalanan spiritual mereka. Dengan mengamalkan Mujahadah an-Nafs, individu Muslim dapat mencapai kedekatan yang lebih dalam dengan Allah dan mencapai pertumbuhan pribadi yang lebih baik sesuai dengan ajaran Islam (Rahmawati, 2019).

Allah Swt berfirman dalam Alquran Surat Al-Anfal ayat 72:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَهَاجَرُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَالَّذِينَ ءَاوُوا وَنَصَرُوا أُولَٰئِكَ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَمْ يُهَاجِرُوا مَا لَكُمْ مِنْ شَيْءٍ حَتَّىٰ يُهَاجِرُوا وَإِنِ اسْتَنْصَرُوكُمْ فِي الدِّينِ فَعَلَيْكُمُ النَّصْرُ إِلَّا عَلَىٰ قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُم مِّيثَاقٌ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

“Artinya: Sesungguhnya orang-orang yang beriman, berhijrah, dan berperang dengan harta dan nyawanya di jalan Allah, serta orang-orang yang memberi perlindungan dan pertolongan, mereka itu adalah sekutu-sekutu satu sama lain. Tetapi orang-orang yang beriman dan tidak berhijrah, bagimu tidak ada perwalian terhadap mereka sampai mereka berhijrah. Dan jika mereka meminta bantuan kepadamu karena agama, maka kamu wajib membantu, kecuali terhadap suatu kaum di antara kamu yang terikat perjanjian. Dan Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.”

Dengan demikian, ayat ini mengingatkan bahwa dalam Islam, solidaritas dan saling mendukung antar-Muslim adalah nilai-nilai penting, baik dalam perjuangan fisik maupun dalam perjuangan spiritual untuk membersihkan dan mengendalikan jiwa, seperti yang diwakili oleh Mujahadah an-Nafs. Ini mendorong individu untuk tidak hanya memperbaiki diri mereka sendiri tetapi juga berperan aktif dalam membantu dan mendukung perkembangan spiritual saudara seiman mereka (Rahmaniah, 2023).

Mujahadah Nafs juga dijelaskan dalam hadits nabi yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda, “Orang yang perkasa bukanlah orang yang menang dalam perkelahian, orang yang perkasa adalah orang yang menendalikan dirinya ketika marah.” Hadis yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah ini mengandung pesan yang sangat mendalam tentang konsep Mujahadah an-Nafs dalam Islam. Rasulullah SAW dalam hadis ini mengingatkan kita bahwa kekuatan sejati tidak hanya terlihat dalam kemampuan fisik atau dalam kemenangan dalam pertarungan fisik semata, tetapi sejatinya terletak pada kemampuan mengendalikan diri sendiri dalam situasi yang penuh emosi, seperti saat marah (Imelda & Harahap, 2023).

Mujahadah an-Nafs tidak hanya berkaitan dengan perjuangan melawan hawa nafsu dan keinginan negatif, tetapi juga tentang mengendalikan emosi dan menjaga akhlak yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain. Rasulullah SAW menegaskan bahwa seseorang yang benar-benar perkasa adalah mereka yang dapat menahan diri mereka sendiri ketika marah. Ini menunjukkan pentingnya pengendalian diri dalam

menjalani kehidupan sehari-hari, sehingga individu tersebut tidak melampiaskan kemarahan secara merugikan atau merusak hubungan dengan orang lain (Harmita et al., 2022).

Hadis ini memberikan pengertian lebih dalam tentang bagaimana Mujahadah an-Nafs mencakup aspek emosi dan etika dalam kehidupan sehari-hari. Ini mengajarkan pentingnya kesabaran, ketenangan, dan kebijaksanaan dalam menghadapi tantangan emosional, dan merupakan bagian integral dalam upaya menjadi individu yang lebih baik secara moral dan spiritual dalam Islam.

Mujahadah an-Nafs memiliki peran yang sangat penting dalam konteks pendidikan Agama Islam. Dalam pendidikan agama, konsep ini mengajarkan kepada siswa bagaimana mereka harus berjuang untuk memahami, mengendalikan, dan memurnikan jiwa mereka. Ini bukan hanya tentang memahami ajaran-ajaran Islam secara teoritis, tetapi juga menerapkan nilai-nilai moral dan etika yang diajarkan oleh agama dalam kehidupan sehari-hari. Dalam proses pendidikan agama, siswa diajarkan untuk mengidentifikasi dan mengatasi keinginan negatif, godaan, dan ketidaksempurnaan dalam diri mereka. Mereka juga belajar tentang pentingnya kesabaran, ketekunan, dan tawakal dalam menghadapi cobaan dan tantangan yang mungkin muncul dalam perjalanan spiritual mereka (Muhsin, 2020).

Dengan memahami dan menerapkan konsep Mujahadah an-Nafs, siswa dapat mengembangkan karakter yang kuat, moralitas yang tinggi, dan kesadaran spiritual yang mendalam, yang merupakan tujuan utama dari pendidikan Agama Islam. Melalui pendidikan ini, mereka diharapkan dapat menjadi individu yang lebih baik, tidak hanya dalam hubungannya dengan Allah, tetapi juga dalam interaksi sosial dan kontribusi positif mereka dalam masyarakat.

Penerapan Metode Mujahadah an-Nafs dalam konteks pendidikan Islam di sekolah memerlukan pendekatan yang hati-hati dan terstruktur untuk membantu siswa mengembangkan nilai-nilai moral, etika, dan pertumbuhan spiritual. Berikut adalah langkah-langkah yang dapat diterapkan dalam pendidikan Islam di sekolah (Maulidyna, 2023):

- a) Pengenalan Nilai-Nilai Agama (Ismaraidha, Asmidar Parapat, Nanda Rahayu Agustia, 2020): Langkah pertama adalah mengenalkan siswa pada nilai-nilai dan ajaran-ajaran agama Islam. Ini mencakup pengajaran tentang ajaran Islam, akhlak, dan prinsip-prinsip moral yang mendasari ajaran tersebut.
- b) Pengembangan Kesadaran Spiritual: Siswa perlu diberikan kesempatan untuk mengembangkan kesadaran spiritual mereka. Ini dapat dicapai melalui kegiatan seperti pelaksanaan salat, dzikir, membaca Al-Quran, dan ceramah agama yang memotivasi siswa untuk merenung dan memahami hubungan mereka dengan Allah.
- c) Kultivasi Moralitas: Melalui studi kasus dan perdebatan etika, siswa dapat diajak untuk memahami dilema moral dan bagaimana prinsip-prinsip Islam dapat membimbing mereka dalam mengambil keputusan yang etis.
- d) Pengendalian Diri dan Sabar: Siswa harus diajarkan keterampilan pengendalian diri dan kesabaran dalam menghadapi godaan, konflik, atau situasi yang memicu emosi negatif. Mereka perlu belajar untuk merenung sebelum bertindak, menghindari perilaku impulsif, dan menjaga akhlak yang baik.

- e) Pendampingan dan Nasihat: Guru atau konselor Islam di sekolah dapat berperan sebagai pendamping dan penasihat siswa dalam perjalanan mereka dalam Mujahadah an-Nafs. Mereka dapat memberikan bimbingan, nasihat, dan dukungan moral kepada siswa yang menghadapi tantangan dalam menjalani ajaran agama.
- f) Evaluasi dan Refleksi: Siswa harus didorong untuk secara teratur mengevaluasi diri mereka sendiri dalam konteks perkembangan spiritual mereka. Ini melibatkan refleksi terhadap tindakan mereka, pemahaman agama, dan perkembangan moral mereka.
- g) Penghargaan dan Pengakuan: Siswa yang mencapai kemajuan dalam Mujahadah an-Nafs dan mempraktikkan nilai-nilai Islam harus diakui dan dihargai. Ini dapat menjadi motivasi positif bagi mereka untuk terus meningkatkan diri.

Penerapan langkah-langkah ini dalam konteks pendidikan Islam di sekolah dapat membantu siswa menginternalisasi ajaran agama, mengembangkan karakter yang baik, dan mencapai pertumbuhan spiritual yang mendalam. Ini juga akan membantu mereka menjadi individu yang bermanfaat bagi masyarakat dan memahami pentingnya perjuangan pribadi untuk mencapai kesempurnaan dalam Islam.

KESIMPULAN

Artikel berjudul *Mujahadah An-Nafs* (Pengendalian Diri) Dalam Memperkuat Akhlakul Karimah Peserta Didik Di SMA Ar-Rahman Kecamatan Medan Helvetia. Beberapa upaya utama yang dilakukan SMA Ar-Rahman meliputi:

1. Kurikulum di SMA Ar-Rahman secara harmonis memadukan pengajaran akademis dengan pengajaran spiritual dan moral.
2. Metode mujahadah an-nafs diterapkan melalui berbagai kegiatan spiritual seperti dzikir, salat berjamaah, puasa sunnah, dan muhasabah.
3. Guru dan pembimbing berperan sebagai panutan dan inspirasi, menunjukkan bagaimana nilai-nilai akhlakul karimah dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
4. Program mujahadah an-nafs secara berkala dievaluasi melalui feedback dari siswa dan guru serta observasi perubahan perilaku siswa.

Dengan pendekatan yang terintegrasi dan komprehensif ini, SMA Ar-Rahman berhasil menciptakan lingkungan pendidikan yang unik dan efektif dalam membentuk karakter siswa. Metode mujahadah an-nafs tidak hanya membantu siswa mencapai keunggulan akademis tetapi juga membentuk mereka menjadi individu yang berakhlak mulia, bertanggung jawab, dan mampu memberikan kontribusi positif bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. U. dan P. S. (2009). *Metodologi Penelitian Sosial*. PT Bumi Aksara.
- Azizah, N., & Subaidi. (2022). Urgensi pengajaran hadits mujahadah an-nafs terhadap perkembangan

- sosial-emosional anak dalam perspektif Emile Durkheim. *Preschool: Jurnal Perkembangan Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 64–73. <http://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/preschool/index%0AUrgensi>
- Ependi, R. (2020). Menakar Permasalahan Pendidikan Islam dalam Prespektif Islam Transitif. *Hikmah*, 17(1), 34–45. <https://doi.org/10.53802/hikmah.v17i1.78>
- Ependi, R., Rangkuti, C., & Ismaraidha. (2023). Pelaksanaan Kurikulum Islam W asathiyah Terhadap Muatan Pendidikan Moderatisme Pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak MAS Tarbiyah Islamiyah. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research Volume*, 3(2), 4875–4885.
- Harmita, D., Nurbika, D., & Asiyah, A. (2022). Keteladanan Guru Pendidikan Agama Islam dalam Internalisasi Nilai-Nilai Akhlakul Karimah pada Siswa. *Journal of Education and Instruction (JOEAI)*, 5(1), 114–122. <https://doi.org/10.31539/joeai.v5i1.3231>
- Huda, H., & Nursyamsiyah, S. (2024). Al Islam and Kemuhammadiyah as Driving Force for Lecturer Performance at Universitas Muhammadiyah Jember. *American Journal of Science and Learning for Development*, 3(7), 25-36.
- Huda, H., Utomo, A. P., & Nursyamsiyah, S. (2023). Epistemologi sekolah muhammadiyah dalam membangun budaya islam ditengah masyarakat non-muslim. *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 7(2), 268-281.
- Imelda, R., & Harahap, M. Y. (2023). View of Muhasabah An-Nafs untuk Mengenal Potensi Diri Siswa di Madrasah Aliyah Swasta Miftahussalam Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 11(2), 400–414. <https://doi.org/https://doi.org/10.47668/pkwu.v11i2.748>
- Ismaraidha, Asmidar Parapat, Nanda Rahayu Agustia, O. S. (2020). Internalisasi Nilai Keagamaan Dalam Keluarga Masyarakat Pesisir Untuk Menumbuhkan Karakter Peduli Lingkungan Pada Anak. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(2), 408–420. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31604/jips.v10i4.2023.1589-1594>
- Kartono, K. (1996). *Pengantar Metodologi riset Sosial*. Mandar Maju.
- Maulidyna, Y. (2023). Konsep Mujahadah an-Nafs dalam mengurangi Hyperfocus dan meningkatkan Kualitas Ibadah pada Penderita ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). *Gunung Djati Conference Series*, 23, 854–874. <https://conferences.uinsgd.ac.id/index.php/gdcs/article/view/1430>
- Moleong, L. J. (2000). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Muhsin, A. (2020). Internalisasi Nilai Akhlakul Karimah Dalam Membentuk Karakter Anak. *INSANIA: Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 25(2), 226–239. <https://doi.org/10.24090/insania.v25i2.4255>
- Nawawi, H. (1998). *Metode Penelitian Bidang Sosial*. UGM.
- Rahayu, I. T. (2004). *Observasi dan Wawancara*. Bayu Media.
- Rahmaniah. (2023). Penerapan Model Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Materi Mujahadah an-Nafs, Husnuzhan Dan Ukhuwwah Kelas X Smk Miftahussalam. 2(2), 1118. <https://e-proceedings.iain-palangkaraya.ac.id/index.php/PPGAI/article/view/1141/1177>
- Rahmawati, R. (2019). Pelaksanaan Model Pembelajaran Problem Based Learning untuk Meningkatkan

Hasil Belajar Alquran Hadits Materi Mujahadah An Nafs, Husnuzzan dan Ukhuwah. *Jurnal PTK Dan Pendidikan*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.18592/ptk.v5i1.3043>

Sudarto. (1997). *Metodologi Penelitian Filsafat*. Raja Grafindo Persada.

Sudarwan Danim. (2002). *Menjadi Peneliti Kualitatif Rancangan Metodologi, Presentasi, dan Publikasi Hasil Penelitian untuk Mahasiswa dan Penelitian Pemula Bidang Ilmu Sosial, Pendidikan, dan Humaniora*. Remaja Rosdakarya.