

## **KONSEP SERTA SOLUSI PENGEMBANGAN DIRI DALAM ISLAM**

Muhammad Alpin Hascan

Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

e-mail: [m.alpinhaschan@gmail.com](mailto:m.alpinhaschan@gmail.com)

### **Abstract**

*An individual's self-development determines how his or her personality goes forward. Today, many of these individuals do not know the context of self-development in Islam. This article aims to review and discuss the concept of self-development in Islam as well as its development solutions. This research uses qualitative methods with a literature study approach. That is by describing the findings through literature or related scientific journals. Data analysis techniques use content analysis through relevant books as well as scientific references from several appropriate journals. Based on the description of this research, it can be known that the results of the study show that self-development in Islam is something that must be done as a form of gratitude and responsibility as caliph on earth to Allah SWT. In this case, to develop oneself into a better person in Islam is to begin with maintaining the physical body physically and spiritually. Then continue through the process of self-recognition and potential and develop it in order to produce a positive achievement or thing towards better change. In order to develop themselves well, individuals can do several things, namely; Talk about yourself, appreciate time, get out of the safe zone, continue to explore the potential in yourself, the motivation to rise to become a better person and be able to appreciate yourself and others.*

**Keywords:** *Concept, Solution, Development Self, Islam.*

### **Abstrak**

*Pengembangan diri suatu individu sangat menentukan bagaimana kepribadiannya kedepan. Dewasa ini, banyak dari individu tidak mengetahui konteks pengembangan diri dalam Islam. Artikel ini bertujuan untuk mengulas dan membahas konsep pengembangan diri dalam Islam serta solusi pengembangannya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan. Yaitu dengan mendeskripsikan hasil temuan melalui kepustakaan atau jurnal ilmiah terkait. Teknik analisis data menggunakan analisis konten melalui buku yang relevan dan juga referensi ilmiah dari beberapa jurnal yang sesuai. Berdasarkan penjabaran penelitian ini, dapat diketahui hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan diri dalam Islam merupakan suatu hal yang harus dilakukan sebagai bentuk rasa syukur dan tanggungjawab sebagai khalifah dibumi kepada Allah SWT. Dalam hal ini, untuk mengembangkan diri menjadi pribadi yang lebih baik dalam Islam adalah dimulai dengan menjaga fisik tubuh secara jasmani dan rohani.*

*Kemudian dilanjutkan melalui proses pengenalan diri dan potensi serta mengembangkannya agar menghasilkan suatu prestasi atau hal yang positif menuju perubahan yang lebih baik. Agar dapat mengembangkan diri dengan baik, individu dapat melakukan beberapa hal yaitu; percara diri, menghargai waktu, keluar dari zona aman, terus menggali potensi dalam diri, adanya motivasi untuk bangkit menjadi pribadi yang lebih baik dan mampu menghargai diri sendiri dan orang lain.*

**Kata Kunci :** *Konsep, Solusi, Pengembangan Diri, Islam.*

Accepted: October 6 2021	Reviewed: October 28 2021	Published: December 04 2021
-----------------------------	------------------------------	--------------------------------

## **A. Pendahuluan**

Manusia diciptakan ke muka bumi dengan sebaik-baik bentuk. Allah SWT menciptakan setiap hambanya dengan berbagai potensi yang ada pada dirinya, potensi tersebut harus dikembangkan terus-menerus sebagai bentuk rasa syukur kepada-Nya. Setiap seseorang tentu ingin tumbuh dan berkembang menjadi sukses serta maju dalam kehidupannya. Namun banyak yang tidak berusaha semaksimal mungkin untuk mewujudkan hal tersebut. Sebagai makhluk yang diciptakan secara sempurna manusia dibekali dengan akal pikiran, dengannya setiap individu mampu untuk terus berpikir untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Tentunya hasil dari pikiran tersebut harus diaktualisasikan sebagai bentuk pengembangan diri.

Pengembangan diri merupakan hal yang sangat penting dalam proses kehidupan manusia. Tanpanya manusia tidak akan berkembang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Melalui pengembangan diri manusia akan menjadi makhluk yang lebih sempurna. Proses pengembangan diri dimulai dari diri sendiri dengan mengerahkan seluru potensi diri. Pengembangan diri juga sebagai bentuk pengabdian kepada Allah SWT untuk mengabdikan dan menyiarkan dakwah Islam.

Manusia memiliki otoritas atas kehidupannya, makhluk yang sadar, mandiri, pelaku aktif, yang dapat menentukan (hampir) segalanya. Ia adalah makhluk yang dijuluki *the self determining being* yang mampu sepenuhnya menentukan tujuan-tujuan yang diinginkannya dan cara-cara untuk mencapainya (Bastaman, 2011). Dewasa ini banyak orang yang tidak menyadari akan potensi atau kelebihan yang dimilikinya, sehingga tidak adanya perubahan progresif yang dialami. Maka dari itu kita dituntut untuk mampu mengembangkan seluruh kemampuan serta potensi yang kita miliki.

Usaha tersebut tidak lain berasal dari diri kita sendiri dengan. Allah SWT menjadikan insan menjadi Khlaifah di bumi, itu artinya manusia mempunyai

amanah dalam kehidupan di bumi ini, maka dari itu untuk menjadi khalifah di bumi perlu adanya proses mengembangkan diri. Berdasarkan fakta tersebut, peneliti tertarik untuk membahas tuntas bagaimana konsep dan solusi untuk seseorang dapat mengembangkan dirinya menuju perubahan atau pengaktualan diri yang lebih baik lagi, hal ini perlu menjadi suatu renungan bagi sebagian orang untuk dapat menyadari kelebihan atau potensi pada dirinya yang telah diberikan oleh Allah SWT. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi refleksi diri, apakah sudah mengoptimalkan seluruh nikmat dan bekal yang telah Allah berikan? Tulisan ini juga berguna sebagai perbandingan agar kita dapat selalu sadar bahwa sebagai makhluk yang sempurna kita memiliki tugas dan tanggung jawab di muka bumi.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode penelitian ini menggunakan dokumen dalam bentuk studi pustaka, yaitu penelitian yang didasarkan pada informasi dari studi kepustakaan seperti buku, jurnal, dan penelitian ilmiah lainnya yang berkaitan dengan topik penelitian. Sumber data penelitian ini menggunakan buku-buku yang relevan terhadap konsep pengembangan diri dalam Islam. Teknik analisis data dilakukan dengan cara menggunakan pendekatan *content analysis* dengan tujuan menganalisis konsep pengembangan diri dalam Islam beserta solusi pengembangannya. Pengecekan data dalam penelitian ini menggunakan bahan referensi yang telah dikumpulkan.

## **C. Hasil dan Pembahasan**

### **1. Pengertian Pengembangan Diri**

Menurut Hery Wibowo, pengembangan diri adalah praktik mengajarkan diri sendiri hal-hal positif guna mendorong diri untuk teraktualisasi sepenuhnya. Pengembangan diri merupakan kegiatan di luar akademik yang merupakan bagian vital dari kurikulum sekolah/madrasah dalam ranah pendidikan (Wibowo, 2010). Pengembangan diri, menurut teori kebutuhan dasar manusia Abraham Maslow, adalah upaya individu untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi diri, yang merupakan kebutuhan puncak atau tertinggi di antara keinginan manusia (Elbrahim, 2011).

Sudirman melanjutkan, pengembangan diri merupakan proses penumbuhan minat dan bakat kreatif seseorang. Tanpa pengembangan diri, minat atau kemampuan kreativitas seseorang mungkin hilang atau kurang berkembang; Oleh karena itu, diperlukan suatu program tertentu yang disusun sedemikian rupa sehingga minat dan bakat kreativitas seseorang dapat berkembang (Wiryokusumo, 2011).

Pengembangan diri memerlukan mengasah keterampilan, mencapai aspirasi, meningkatkan kepercayaan diri, tetap tangguh dalam menghadapi kegagalan, dan menjalani kehidupan yang bahagia dengan orang lain. Belajar dari pengalaman, menerima umpan balik dari orang lain, melatih kepekaan terhadap diri sendiri dan orang lain, kesadaran yang mendalam, dan memercayai upaya hati adalah semua cara untuk mencapainya (Tarmudji, 1998).

Pengembangan diri, menurut psikologi perkembangan, mengacu pada pengoptimalan potensi diri secara efisien dan terus-menerus. Sumber daya manusia memiliki potensi yang sangat besar untuk tumbuh dan berkembang jika dapat diidentifikasi, dimotivasi, dan dikembangkan atau diaktualisasikan dalam kehidupan nyata (Hernowo, 2004).

Pengembangan pribadi adalah kebutuhan manusia yang kritis. Kesadaran, motivasi intrinsik, dan prosedur pengembangan kepribadian yang efektif merupakan faktor penting dalam menciptakan dan menumbuhkan kepribadian yang ideal, sehat, dan kuat. Pertumbuhan pribadi sebenarnya merupakan proses pembaruan diri berdasarkan keinginan untuk mencapai serangkaian tujuan. Menurut buku *Unlimited Happiness*, seseorang harus memiliki tiga karakter utama yang terus berkembang, bermanfaat, dan penting bagi manusia lain untuk selalu mendapatkan kebahagiaan dan kemajuan yang signifikan dan bahagia dalam hidup (Munadi, 2011).

Sedangkan dalam Islam, pengembangan kepribadian mengacu pada upaya individu yang bertujuan untuk memaksimalkan sumber daya manusia agar lebih mengenali dan mengaktualisasikan diri untuk mencapai kualitas hidup yang lebih tinggi di dunia dan akhirat (Mujib, 2006). Pengembangan diri adalah masalah kemanusiaan, dan sebagai seorang Muslim, pengembangan diri adalah bagian dari tujuan dakwah Islam untuk mencapai masyarakat Muslim yang lebih baik.

Pengembangan diri adalah amalan keagamaan yang bertujuan untuk mewujudkan pribadi muslim yang ideal dan contoh terbaik dari perilaku mulia. Kesempurnaan dan kemuliaan dicapai melalui penerapan prinsip-prinsip pengembangan diri ilmiah dan ilahi berdasarkan teori psikologis dan pengetahuan Islam. Pengembangan diri adalah proses peningkatan kemampuan, potensi, kepribadian, dan kesejahteraan sosial emosional seseorang agar dapat terus berkembang dan berkembang (Marmawi, 2012).

Tujuan pengembangan diri ialah memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan dirinya sesuai dengan bakat dan minat yang dimilikinya dengan memperhatikan keadaan sekolah/ madrasah. Upaya mengembangkan kemampuan gerak dan memacu pertumbuhan serta perkembangan jasmani salah satunya dengan kegiatan olahraga panahan. Olahraga

panahan merupakan salah satu jenis olahraga pilihan untuk mencapai prestasi yang masuk dalam pengembangan diri pada pembelajaran di sekolah dasar Islam (Okilanda, 2020).

## **2. Solusi atau langkah-langkah pengembangan diri**

Pengembangan diri terkait erat dengan perbaikan diri, bahkan secara konotatif sangat mungkin bermakna sama. Perbaikan diri diawali dengan pengenalan siapa diri sendiri yang sesungguhnya. *Self-improvement is about knowing who your self really are* (Hasibuan, 2014). Setiap manusia akan mencapai titik di mana mereka akan dapat menjadi orang produktif yang mereka inginkan. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk dapat mengembangkan potensi diri (Tarmudji, 1998):

### **a. Percaya diri**

Jika kita percaya pada kemampuan dan kekuatan kita sendiri, syarat terpenting adalah kita bisa mandiri di segala bidang. Kita akan ragu-ragu dalam semua tindakan kita jika kita kurang percaya diri, bahkan mungkin mendorong kita untuk tidak berani melakukan apapun. Karena kepercayaan diri berkembang dari waktu ke waktu, sulit untuk diajarkan.

### **b. Belajar dari pengalaman**

Kita belajar berbicara, membaca, menulis, memasak, dan berbagai keterampilan lainnya. Belajar tidak terbatas pada saat kita belajar atau saat kita menerima pendidikan, melainkan merupakan bagian dari seluruh hidup kita. Dibutuhkan seumur hidup untuk mempelajari segala sesuatu yang perlu diketahui.

### **c. Menghargai waktu**

Belajar menggunakan waktu secara efektif dan cerdas adalah salah satu aspek terpenting dalam pengembangan pribadi. Langkah pertama dalam manajemen waktu adalah menghargai waktu secara mendalam dan serius. Waktu adalah sesuatu yang berharga, tetapi tidak boleh digunakan untuk memperbudak Anda. Cara kita memperlakukan waktu dengan hati-hati mirip dengan cara kita memperlakukan diri sendiri.

### **d. Jangan menjadi katak dalam tempurung**

Lakukan banyak kunjungan untuk menjelajahi apa yang ditawarkan dunia. Untuk dapat berkembang, pertama-tama kita harus mencoba melihat dan mendengar apa yang kita inginkan, dan kemudian bekerja untuk mendapatkannya. Berhubungan dengan individu atau lingkungan di sekitar kita dapat membantu kita memenuhi kebutuhan itu.

### **e. Menghargai diri sendiri dan orang lain**

Untuk menumbuhkan diri sendiri, yaitu menghargai diri sendiri, pertama-tama kita harus mengenali kekuatan dan kelemahan kita. Jika seseorang percaya

pada kemampuannya sendiri, dia akan tumbuh. Kehadiran orang lain di lingkungan kita juga penting. Mereka harus dihormati sebagai orang yang membantu kita dalam perkembangan kita sendiri.

f. Adanya dorongan untuk berprestasi

Untuk dapat melakukan sesuatu hal yang lebih baik atau maju, tentu harus ada dorongan dari diri sendiri. Dalam hal pengembangan diri juga harus ada niat atau dorongan untuk dapat melakukan sesuatu hal seperti prestasi, karya atau pengembangan potensi diri lainnya. Melalui dorongan tersebut diharapkan mampu membangkitkan semangat serta rasa juang untuk terus maju dan melakukan kegiatan positif dalam hal mengembangkan potensi.

### **3. Pengembangan Diri Menurut Ajaran Islam**

Allah SWT menciptakan manusia seutuhnya sebagai makhluk yang dimuliakan. Manusia dibekali oleh potensi-potensi yang dapat membawa kejayaan dan keutamaan dunia serta dapat dipekerjakan untuk mengemban amanah di dunia. Sebagai hasil dari kelebihan-kelebihan tersebut, manusia memperoleh satu kehormatan dibanding dengan makhluk Tuhan yang lain, kelebihan ini harus dapat dikembangkan dan digunakan dalam hal yang baik dan positif.

Karunia yang telah Allah berikan ini terkadang diabaikan oleh manusia. Kita terkadang masih disibukkan dengan merenungkan dan menaksir keuntungan orang lain. Kami memiliki kesan bahwa kami tidak beruntung. Kita sering memikirkan kekurangan dan kemalangan kita dibandingkan dengan orang lain. Setiap manusia, di sisi lain, memiliki kelebihan dan kekurangan yang telah Tuhan berikan. Bahkan jika mereka kembar identik, tidak ada dua orang yang memiliki kepribadian yang sama. Akibatnya, setiap orang dari kita memiliki keunggulan berbeda yang tidak dimiliki orang lain, tergantung pada bagaimana kita menambang dan memperbaikinya.

Kita harus mensyukuri nikmat tersebut dengan mengenali dan mengolah potensi kita untuk kemaslahatan dan kebajikan sebagai makhluk dalam kedudukan yang mulia. Menyembah dan melakukan hal-hal baik adalah dua cara untuk mengungkapkan rasa syukur. Tentu saja, kita tidak harus berdiam diri di rumah dan tidak melakukan apa-apa untuk mengungkapkan rasa syukur atas nikmat yang Tuhan berikan. Maka sebagai bentuk rasa syukur tersebut, kita juga dituntut untuk mengembangkan segala apa yang ada dalam diri kita, baik berupa skill, kemampuan atau potensi yang telah Allah titipkan untuk berbuat amal sholeh di muka bumi. Jika pada teori sebelumnya saya menjelaskan bagaimana cara mengembangkan diri secara umum, maka kali ini akan dijelaskan beberapa cara atau solusi untuk kita bisa mengembangkan diri kita menuju perubahan yang lebih baik sesuai ajaran Islam, yaitu:

**a. Memelihara dan menjaga fisik jasmani (tubuh)**

Sebagai makhluk yang diciptakan dengan sebaik-baiknya penciptaan, manusia harus dapat bersyukur dan memelihara dirinya agar dapat mengabdikan dan beribadah kepada Allah SWT, sehingga manusia akan mampu mengerahkan seluruh potensi yang ada pada dirinya. Tentunya sebelum melakukan hal tersebut, manusia terlebih dahulu mengenali potensi yang ada pada dirinya dengan menjaga dan merawat fisik/tubuhnya. Manusia wajib menggunakan seluruh indera fisiknya semata-mata sebagai alat untuk melakukan ibadah dan pengabdian kepada Allah SWT. Jasmani sebagai bagian dari tubuh harus senantiasa dilindungi dari sesuatu yang mengotorinya, dan satu-satunya cara untuk melakukannya adalah dengan berlatih wudhu secara teratur.

Aktivitas fisik menjadi mekanisme pendukung utama. Kita diperintahkan untuk menyembah Tuhan sebagai ciptaan Tuhan. Eksekusi itu membutuhkan tubuh yang bugar dan sehat. Merawat tubuh kita agar sehat dan prima adalah salah satu cara untuk bersyukur. Hal-hal yang dapat membahayakan fungsi fisik kita harus dihindari bagaimanapun caranya. Penting untuk diingat, bagaimanapun, bahwa keberhasilan atau kegagalan seseorang, keberuntungan atau kerugian tidak secara eksklusif ditentukan oleh kemampuan fisiknya. Namun, tindakan sehari-hari seseorang berperan dalam kesuksesannya.

Kesehatan harus dijaga agar kapasitas sensori fisik tubuh dapat berfungsi secara efisien. Akibatnya, setiap individu wajib mengonsumsi makanan dan minuman yang halal, sebagaimana diperintahkan Allah SWT dalam QS. Al-An'am ayat 88:

ذٰلِكَ هُدٰى اللّٰهُ يَهْدِىْ بِهٖ مَن يَشَآءُ مِّنْ عِبَادِهٖ ؕ وَلَوْ اَشْرَكُوْا لَحِطَّ عَنْهُمْ مَّا كَانُوْا يَعْمَلُوْنَ

Artinya: Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu. (QS. Al-An'am ayat 88).

Setelah makan dan minum yang halal lagi, tubuh/jasmani yang sehat dan prima harus digalakkan dengan aktivitas positif seperti olahraga, agar metabolisme tubuh dapat berjalan dengan lancar dan keseimbangan fisik dapat terjaga. Olahraga adalah nasihat yang harus diikuti oleh setiap Muslim untuk menjalani hidup yang sehat dan menghindari penyakit yang menyakitkan umat manusia secara keseluruhan. Dan, dengan beribadah kepada Allah, umat Islam secara tidak langsung menjaga kesehatan orang yang melakukannya. Rasulullah

SAW membutuhkan banyak aktivitas fisik. Dalam *sprint*, ia mampu mengalahkan teman-temannya dan Aisha RA. Dia juga menuntut agar dia belajar memanah, berenang, dan menunggang kuda dan mengajarkannya kepada orang lain. Sebagaimana hadis dari Imam An-Nasa'i yang artinya sebagai berikut:

*Artinya: Muhammad bin Wahb Al Harrani mengabarkan kepadaku, dari Muhammad bin Salamah, dari Abu Abdirrahim, ia berkata: Abdurrahim Az Zuhri menuturkan kepadaku, dari 'Atha bin Abi Rabbah, ia berkata: aku melihat Jabir bin Abdillah Al Anshari dan Jabir bin Umairah Al Anshari sedang latihan melempar. Salah seorang dari mereka berkata kepada yang lainnya: aku mendengar Rasulullah Shallallahu'alaihi Wasallam bersabda: "Setiap hal yang tidak ada dzikir kepada Allah adalah lahwun (kesia-siaan) dan permainan belaka, kecuali empat: candaan suami kepada istrinya, seorang lelaki yang melatih kudanya, latihan memanah, dan mengajarkan renang".*

**b. Pengenalan diri dan potensi**

Pengenalan diri merupakan salah satu cara untuk membantu individu memperoleh *self-knowledge* dan *self-insight* yang sangat berguna bagi proses penyesuaian diri yang baik dan merupakan salah satu kriteria mental yang sehat. *Self-knowledge* membutuhkan suatu kemampuan untuk menemukan aset pribadi yang dimiliki sehingga kelemahan-kelemahan yang ada dapat dikurangi atau dihilangkan (Handayani et al., 2015).

Proses pengenalan diri tidak cukup untuk mengetahui kelebihan yang dapat dikembangkan dalam diri. Selain itu mengenali diri sendiri, manusia juga harus mengetahui dan mengenali potensi yang ada pada dirinya. Kata potensi berasal dari serapan bahasa Inggris yaitu *potency*. Artinya ada dua kata, yaitu kesanggupan tenaga dan kekuatan kemungkinan (Wibowo, 2010). Potensi merupakan kemampuan yang dimiliki setiap individu yang telah dianugerahkan oleh Tuhan yang sangat perlu untuk dikembangkan agar melahirkan suatu prestasi atas kemampuan yang ada pada dirinya

Prihadi (2004) mengungkapkan bahwa potensi bisa disebut sebagai kekuatan energi atau kemampuan yang terpendam yang dimiliki dan belum dimanfaatkan secara optimal. Potensi yang dimaksud disini suatu kekuatan yang masih terpendam yang berupa fisik, karakter, minat, bakat, kecerdasan dan nilai-nilai yang terkandung dalam diri tetapi belum dimanfaatkan dan diolah.

Setiap individu memiliki kelebihan sendiri seperti bakat, keterampilan, kecenderungan sehingga dengan semua itu, ia menjadi manusia yang syukur nikmat dan berdaya guna. Penggalan minat, bakat, keterampilan dan kecenderungan perlu diasah sedini mungkin, yakinlah bahwa Allah telah

menciptakan kita di dunia dengan special dengan potensi yang kita miliki. Masing-masing kita adalah ciptaan yang berkategori “*Master Piece*” (tidak ada yang sama), Jika kita tidak mengenali dan mengasah potensi diri kita, sama saja kita tidak bersyukur atas karunia yang telah Allah SWT titipkan kepada kita.

Setiap menjalani kehidupan kita selalu dihadapkan dengan tantangan perubahan yang mengharuskan kita untuk terus melangkah maju. Pengembangan diri atau *self development* merupakan syarat bertahannya seseorang untuk mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya. Karenanya, kita harus mampu terlebih dahulu untuk mengenal lebih jauh tentang diri kita sendiri, diri sendirilah yang mengetahui potensi apa yang dapat dikembangkan sebelum harus berhadapan atau beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Mengenal potensi diri sebagai bentuk usaha manusia untuk mau berkembang menjadi lebih baik, setelah dapat diketahui oleh diri sendiri potensi apa yang dimiliki, maka tugas selanjutnya adalah mengembangkan potensi tersebut dengan terjun langsung dilapangan untuk melakukan hal-hal yang positif demi kemajuan pribadi yang lebih baik. Allah SWT berfirman:

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ ۗ فَرُبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَىٰ سَبِيلًا

Artinya: “Katakanlah : tiap-tiap orang berbuat menurut keadaannya masing-masing. Maka Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya.” (QS. Al Isra’ : 84).

Hamka menjelaskan, bahwa kata *syaakilatih* yang terdapat pada ayat di atas diartikan ‘bawaan’ atau ‘bakat’. Beliau menjelaskan lebih lanjut, bahwa tiap-tiap manusia itu ada pembawaannya masing-masing yang telah ditentukan oleh Allah SWT sejak masih dalam rahim ibu. Pembawaan/bakat, Allah ciptakan bermacam-macam, sehingga yang satu tidak serupa dengan yang lain. Maka menurut ayat tersebut, manusia diperintahkan bekerja selama hidup di dunia ini, menurut bawaannyamasing-masing.

Fenomena yang sekarang ini terjadi tidak setiap orang dapat melakukan sesuatu yang sangat baik, atau menjadi seseorang yang menjadi sangat mampu pada bidang tertentu. Sebab pada dasarnya setiap orang memiliki kemampuan yang istimewa pada diri sendiri untuk bisa mengasah dan mengembangkannya. Selain itu juga, tidak setiap orang bisa melakukan segalanya, karena masing-masing orang memiliki kemampuan khusus pada bidang tertentu, tetapi lemah pada bidang lain. Disinilah letak manusia untuk saling mengisi satu dengan yang lain. Oleh karena itulah jangan menyia-nyiakan setiap pemberian Allah berupa fisik

dan kemampuan lainnya sekecil apapun. Mungkin saja dari sekian kemampuan kita, salah satunya menghantarkan kita pada kesuksesan dalam hidup ini.

c. Membangun Harga Diri dan Mengembangkan Potensi

Diantara tujuan penting yang diemban oleh ajaran Islam ialah membangkitkan harga diri manusia pada masa jahiliyah Arab. Masyarakat Arab pada waktu itu terbagi atas golongan merdeka dan golongan budak, kaya miskin, yang kuat dan yang lemah. Harga diri sekelompok masyarakat dianggap begitu rendah sehingga budak tidak dianggap sebagai manusia. Dalam hal inilah Islam datang membawa ajaran yang jelas. Semua manusia sama disisi-Nya, harga diri harus bisa dibangun agar orang lain tidak menganggap sebelah mata (Hastuti, 2016). Sebagaimana yang terdapat dalam QS. Ali-imran:139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: "Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman."

Selain harga diri, hal yang yang harus dikembangkan oleh manusia adalah potensi diri. Fitrah sebagai potensi dan sifat dasar ini dapat dikembangkan oleh manusia berdasarkan petunjuk dan bimbingan dari Rasul yang diutus oleh Allah Swt. yang mengantarkannya sehingga menjadi orang yang beriman. Oleh karena itu, fitrah anak sebagai generasi masa depan ini perlu diperhatikan, dipelihara dan dikembangkan, terutama oleh kedua orang tua selaku pembina dan penanggung jawab dalam membina sebuah tatanan keluarga. Kedua orang tua sangat berperan, berpengaruh, bahkan menentukan arah ke depan bagi generasi muda (Maulidi, 2021).

Sebagai manifestasi dari nikmat yang Allah berikan, baik berupa akal, pikiran, hati dan juga panca indra, Allah SWT juga menganjurkan kita untuk memfungsikan nikmat-nikmat tersebut dengan bertebaran di muka bumi ini dalam rangka mencari karunia-Nya dan mengerahkan seluruh potensi yang dimilikinya untuk menebar luaskan ajaran-ajaran agama kebaikan dalam hal kebaikan. Allah SWT berfirman:

فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِن فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Artinya: “Apabila salat telah dilaksanakan, maka bertebaranlah kamu di bumi; carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyak-banyak agar kamu beruntung.” (QS. Al-Jumu’ah Ayat 10).

Ayat tersebut menyeru kita untuk bertebaran dimuka bumi, ayat ini dapat dimaknai bahwa kita dituntut untuk bekerja sesuai dengan bidang atau potensi yang kita memiliki, jangan pernah bermalas-malasan tanpa mengembangkan bakat atau kelebihan yang kita miliki. Bertebaran juga dimaksud untuk kita senantiasa berbuat kebaikan sesama dalam menegakkan ajaran Islam serta saling bahu-membahu dalam menjalankan perintah-Nya. Manusia dibekali akal (fitrah insaniah) sebagai aspek kesadaran manusia yang memiliki daya kognisi atau pengetahuan untuk melakukan hal-hal positif yang berguna bagi dirinya dan juga orang lain. Dengan akal manusia mengetahui apa yang harus ia lakukan untuk bertebaran di muka bumi ini dalam wujud mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Seorang muslim harus menyadari posisinya di sisi Allah dan bagaimana kita memaksimalkan apa yang Allah berikan pada diri kita dalam rangka memaksimalkan ibadah kita kepada-Nya sebagai tanda syukur. Ketahuilah, Allah SWT telah menciptakan manusia mempunyai kelebihan dan keutamaan dibandingkan makhluk lainnya. Oleh karena itu manusia mendapatkan posisi yang mulia dan mendapat keutamaan sehingga diperuntukan seluruh alam beserta isinya untuk dikelola, dengan demikian manusia memiliki amanah untuk menjaga itu semua. Seorang muslim harus bangga pada aqidah yang dimilikinya serta bersedia menjalankan ibadah dengan penampilannya, karena hal tersebut maka akan menghasilkan ketaqwaan. Umat Islam akan mendapat izzah apabila mempunyai iman, kejujuran, kepercayaan, kelayakan, ketaatan, komitmen, pergerakan.

Selain itu manusia harus mampu membangun harga diri sebagai manifestasi beberapa kelebihan yang dimiliki kunci usaha membangun harga diri adalah melalui da’wah Islam. Da’wah Islam menyeru manusia untuk menjalankan kewajibannya sebagai muslim dan mengajak umat Islam untuk memiliki karakter yang mulia. Jadi harga diri yang dimaksudkan adalah citra dan izzah sebagai seorang muslim yang memiliki tugas Rahmatan lil’alamin dan sebagai hamba Allah

SWT. Ia tidak akan pernah merasa besar karena bagaimanapun ia mengakui dan menyadari bahwa Allah-lah pemilik segala sesuatu termasuk dirinya.

*Izzah* yang dihasilkan dari membangun harga diri seorang muslim akan melahirkan sikap dan tingkah laku yang mandiri, tidak tergantung, tidak mau diperintah untuk berbuat kerusakan, serta mempunyai kreativitas, keyakinan diri dan agresif dalam mengembangkan diri. Membangun harga diri dan mengembangkan potensi bagi seorang muslim harus diarahkan kepada peningkatan keimanan dan ketaqwaan. Allah SWT berfirman:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang yang beriman”. (QS. Al-Imran : 139).

Allah sudah mengatakan bahwa manusia memiliki derajat yang tinggi. Dari penggalan arti ayat ini dapat dipahami bahwa kita harus senantiasa membangun dan mengembangkan potensi diri kita sebagai makhluk yang tinggi derajatnya. Banyak yang dapat kita lakukan di muka bumi dengan bertebaran untuk menyiarkan ajaran Islam serta dalam bentuk mengabdikan kepada Allah SWT.

Selain itu harga diri dan mengembangkan potensi akan melahirkan kebersamaan dan persatuan karena adanya kesadaran bahwa setiap kita saling membantu dan mengisi satu sama lain. Sebagai makhluk sosial manusia dalam hidup di muka bumi ini akan saling membantu dan membutuhkan terutama dalam mengembangkan potensi yang kita miliki tentu kita akan membutuhkan orang sekitar kita seperti halnya dalam mengembangkan potensi dibidang seni, pastinya untuk bisa diterima dalam suatu instansi pekerjaan tentu kita akan menghadapi orang lain, artinya untuk bisa hidup didunia ini kita harus selalu berdampingan dan saling merangkul untuk membantu terutama dalam menegakkan kebenaran di jalan Allah SWT.

#### **D. Simpulan**

Pengembangan diri merupakan proses kesadaran diri individu untuk meningkatkan segala potensi dalam diri yang telah diberi oleh Allah SWT. Dalam proses mengembangkan diri, manusia dapat melakukan beberapa hal utama untuk bisa keluar dari zona aman. Diantaranya adalah percaya pada diri sendiri, belajar dari pengalaman yang lalu, memanfaatkan waktu dengan baik, tidak berdiam diri,

bersyukur dan menghargai diri dan orang lain serta memiliki motivasi untuk berprestasi. Islam mengajarkan untuk dapat menjaga fisik kebugaran tubuh untuk kemudian dapat mengembangkan seluruh potensi dalam diri pribadi. Allah SWT sudah memberikan banyak nikmat yang harus dapat dikembangkan dengan baik oleh manusia dalam bertebaran dimuka bumi sebagai khalifah dibumi.

### Daftar Rujukan

- Bastaman, H. D. (2011). *Integrasi Psikologi dengan Islam*. Pustaka Belajar.
- Elbrahim, M. N. (2011). *Psikologi Remaja*. Arya Duta.
- Handayani, M. M., Ratnawati, S., Helmi, A. F., & Mada, U. G. (2015). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*, 25(2), 47–55. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7504>
- Hasibuan, M. (2014). PENGEMBANGAN DIRI MENJADI AGEN PEMBELAJAR SEJATI (Urgensi Dalam Pengembangan Diri Menjadi Agen Pembelajaran Sejati). *Analytica Islamica IAIN-SU*, 3(2), 296–313.
- Hastuti, D. (2016). Strategi Pengembangan Harga Diri Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar Ahmd Dahlan*, 2(2).
- Hernowo. (2004). *Self-Digesting: Alat Menjelajahi dan Mengurai Diri*. MLC.
- Marmawi. (2012). Persamaan "Gender" Dalam Pengembangan Diri. *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*, 1(2), 173–179. <https://doi.org/10.26418/jvip.v1i2.73>
- Maulidi, A. R. (2021). HADIS PENDIDIKAN ANAK : POTENSI DASAR ANAK SEBAGAI MODAL PENGEMBANGAN DIRI. *Ngaji : Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1), 39–50.
- Mujib, A. (2006). *Kepribadian dalam Psikologi Islam*. RajaGrafindo Persada.
- Munadi, I. (2011). *Unlimited Happiness: Mendayagunakan Kecerdasan Spiritual Menuju Pribadi Kaya-Sukses-Bahagia, Mati Insya Allah Masuk Surga*. Elex Media Komputindo.
- Okilanda, A. A. (2020). Pengembangan Diri Melalui Olahraga Panahan. *Jurnal Menssana*, 5(1), 69–77. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jm.v%vi%i.138>
- Prihadi, E. K. (2004). *My Potensi*. Elex Media Komputindo.
- Tarmudji, T. (1998). *Pengembangan Diri*. Liberty Yogyakarta.
- Wibowo, H. (2010). *Psikologi Untuk Pengembangan Diri*. Widya.
- Wiryokusumo, I. (2011). *Dasar-dasar Pengembangan Kurikulum*. Bumi Aksara.