

ANALISIS TEORITIS TRAGEDI KANJUHURAN MALANG: TELAAH MANAJEMEN QOLBU AA GYM DAN AL GHAZALI SERTA PENGENDALIAN DIRI HURLOCK

Andriani^{1*}, Muhamad Sophian², Ilyas Adhi Purba³

¹ Institut Agama Islam Negeri Kediri, Indonesia

² Universiti Malaysia Sarawak (UNIMAS), Malaysia

³ Institut Agama Islam Negeri Kediri, Indonesia

*E-mail: andriani.iainkediri@gmail.com, msophian@unimas.my

Keywords

Kanjuruhan
Tragedy; Qolbu
Management;
Self control

Abstract

At the beginning of October 2022, it became one of the dark history for the world of sports, especially in Indonesian football. The incident that occurred at the Kanjuruhan Stadium in Malang, when Persebaya played against Arema FC. The riots claimed the lives of more than a hundred people. According to some news, that the shooting of tear gas and the locked stadium doors made supporters die. Researchers are interested in studying the management of the hearts parties involved during the incident, in case the management of the heart before doing something. In addition, the study aims analyze concept an individual's self-control according to Hurlock's theory. Through descriptive qualitative approach, which to describe the condition object and theoretical analysis. The results of this study explain that according the management of qolbu Aa Gym, in addressing problem not good to do with violence, emotionally and selfishly. In addition, managing heart can be through remembrance, thought, and endeavor. Meanwhile, according the philosopher, Al Ghazali stated that heart is like kingdom there is part that regulates one's behavior. In addition, Al Ghazali also emphasizes staying away from lust not to become an enemy in oneself. Based on Hurlock's self-control method, the factors that can affect of controlling himself age and family environment. So as adults, of course, they can control themselves, and the important role of parents in teaching events occur for children's lives the future. Hurlock's method of self-control includes behavioral control, cognitive control, decision control, information control, and retrospect control

Kata Kunci

Manajemen
Qolbu;
Pengendalian

Abstrak

Pada awal Oktober tahun 2022 menjadi salah satu sejarah kelam bagi dunia olahraga, khususnya bidang sepak bola Indonesia. Insiden kericuhan yang terjadi pada Stadion



Diri; Tragedi Kanjuruhan

Kanjuruhan Malang, saat Persebaya melawan Arema FC. Atas kericuhan tersebut memakan korban jiwa berjumlah lebih dari seratus orang. Menurut beberapa berita yang mencuat di dunia maya, bahwa adanya penembakan gas air mata serta pintu stadion yang terkunci membuat banyak suporter meregang nyawa. Peneliti tertarik mengkaji terkait pengelolaan hati semua pihak yang terlibat saat kejadian tersebut, dalam hal ini manajemen qolbu sebelum melakukan sebuah hal. Selain itu penelitian bertujuan menganalisis konsep pengendalian diri seorang individu menurut teori Hurlock. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif, yang berusaha menggambarkan kondisi pada objek dan analisis secara teoritis. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa menurut manajemen qolbu Aa Gym, dalam menyikapi suatu masalah tidak baik dilakukan dengan kekerasan, ataupun secara emosional dan egois. Selain itu dalam mengelola hati dapat melalui zikir, pikir, dan ikhtiar. Sedangkan menurut ahli filsuf, Al Ghazali menyatakan bahwa hati layaknya kerajaan dimana terdapat bagian yang mengatur perilaku seseorang. Selain itu Al Ghazali juga menekankan menjauhi nafsu agar tidak menjadi musuh dalam diri. Berdasarkan metode pengendalian diri Hurlock, faktor yang dapat memengaruhi proses seseorang mengendalikan dirinya adalah usia dan lingkungan keluarga. Sehingga sebagai orang dewasa tentu dapat mengendalikan diri untuk bertindak, dan peran penting orang tua dalam mengajarkan peristiwa yang terjadi untuk kehidupan anak di masa depan. Metode pengendalian diri menurut Hurlock meliputi kendali tingkah laku, kendali kognitif, mengontrol keputusan, kontrol informasi, kontrol restrospeksi

Pendahuluan

Olahraga sepak bola sebagai salah satu jenis permainan yang sangat digandrungi masyarakat di seluruh penjuru dunia. Sepak bola dapat pula dikatakan sebagai olahraga rakyat, karena disukai oleh seluruh lapisan masyarakat. Menurut salah satu sumber menyebutkan bahwa olahraga sepak bola sudah ada di negeri tirai bambu sejak abad 2 dan 3 sebelum masehi di masa Dinasti Han. Pada waktu itu olahraga ini dikenal sebagai "Cuju" yang dimainkan dengan cara menggiring bola bandar diatas bidang tanah dan memasukkan di jaring kecil

(<https://www.liputan6.com>). Kemudian berkembang dan populer pada abad ke-19 di Britania Raya dan menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan di event olahraga berskala internasional (<https://gramedia.com>). Sedangkan olahraga sepak bola masuk di Indonesia pada tahun 1914, dan terbentuklah Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) pada tahun 1930 hingga berkembang sampai sekarang ini (<https://caritahu.kontan.co>).

Pada awal bulan oktober tahun 2022, tepatnya tanggal 1 Oktober bertepatan hari kesaktian pancasila terjadi tragedi dalam dunia sepak bola Indonesia. Pada hari itu terjadi tragedi kericuhan di Stadion Kanjuhuran Malang saat terjadi laga antara Persebaya dan Arema FC. Atas kejadian tersebut mengakibatkan korban jiwa sebanyak lebih dari seratus orang. Kejadian Kanjuhuran menjadi tragedi kericuhan sepak bola dengan jumlah korban jiwa terbanyak nomor dua di dunia. Berikut data kericuhan sepak bola yang menelan korban jiwa:

No.	Tempat Kejadian	Waktu Kejadian	Jumlah Korban Jiwa
1.	Stadion Nasional Lima, Peru	24 Mei 1964	318
2.	Stadion Kanjuhuran, Indonesia	1 Oktober 2022	174
3.	Stadion Accra, Ghana	9 Mei 2001	126
4.	Stadion Hillsborough, Inggris	15 April 1989	96
5.	Stadion Port Said, Mesir	1 Februari 2012	79
6.	Stadion El Monumental, Argentina	23 Juni 1968	71
7.	Stadion Valley Parade, Inggris	Mei 1985	56

Sumber: (<https://www.detik.com>)

Melalui data diatas dapat diketahui bahwa tragedi Stadion Kanjuhuran Malang menempati posisi kedua dengan peristiwa kericuhan sepak bola yang merenggut banyak korban jiwa. Tentu terdapat beberapa faktor yang memicu terjadinya kericuhan, disisi lain juga telah banyak berbagai berita atau uraian kronologis dari

narasumber. Salah satu penyebab tingginya angka korban jiwa antara lain adanya penyemprotan gas air mata di bangku tribun penonton, serta tidak semua pintu keluar terbuka. Maka banyak penonton yang berdesakan untuk segera keluar stadion. Melalui sedikit uraian tersebut banyak sekali yang menyalahkan tindakan petugas keamanan, terkait prosedur keamanan menggunakan gas air mata. Terdapat sebuah tindakan yang kurang direncanakan dengan baik, dan realisasi terlalu gegabah. Sehingga menimbulkan dampak yang buruk pada manusia-manusia didalam stadion.

Menurut (Anshori, 2017) tindakan manusia di pengaruhi oleh kemauan dan rasa adaptasi lingkungan. Ketika manusia terdesak, maka akan cenderung berpikir cepat dan terkadang melupakan dampak buruk yang dapat terjadi. Sedangkan menurut (Guffron, 2016) hati menjadi salah satu kontrol tindakan manusia, baik perilaku baik ataupun buruk. Manusia yang memiliki hati yang bersih, akan mencerminkan melalui tindakan yang baik. Namun juga dapat berlaku sebaliknya.

Pembahasan terkait pengaruh hati dalam perilaku individu, maka setiap manusia penting memperhatikan manajemen qolbu atau manajemen hati. Diharapkan setiap manusia dengan hati yang bersih, akan melakukan kegiatan yang bermanfaat dan bernilai positif pada orang lain. Manajemen qolbu berasal dari kata manajemen dan qolbu. Secara sederhana, kata “manajemen” berarti pengelolaan. Kata qolbu dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan hati. Sedangkan dalam istilah etimologi kata ini terambil dalam bentuk masdar (kata benda) dari kata qalaba yang berarti berubah, berpindah atau berbalik (Chalil, 2020). Manajemen qalbu adalah upaya mengenal dengan baik potensi dan masalah hati untuk dikembangkan kemampuannya secara optimal dan mengeliminir masalah yang timbul akibat kesalahan mengelolanya (Wahidah, 2018).

Sebagai subsistem yang bekerja dalam sistem, qalbu mempunyai fungsi yang sangat penting, yakni sebagai alat untuk memahami realitas dan mempertimbangkan nilai-nilai serta memutuskan suatu tindakan. Qalbu disamping memiliki potensi yang banyak, ia juga bagaikan wadah yang didalamnya terdapat muatan-muatan yang memperkuat potensi itu (Khairunnisa, Zaman, dan Mariyana,

2018). Istilah lain disebut juga sebagai manajemen hati yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari untuk menggali potensi, mengatasi tantangan dan lain sebagainya. Manajemen hati bisa dikatakan sebagai inti pendidikan akhlak sesungguhnya. Karena jika manajemen hati seseorang sangatlah baik, maka akhlaknya pun juga akan sebaik manajemen hatinya. Begitu pun sebaliknya, jika manajemen hatinya berantakan maka akhlaknya pun juga akan demikian (Sudarto, 2019).

Salah satu ulama Indonesia yang memperkenalkan konsep manajemen qolbu ini adalah Abdullah Gymnastiar atau biasa disebut Aa Gym. Menurut Aa Gym, inti suatu karakter adalah qalbu atau hati nurani. Mengubah karakter mesti diawali dengan upaya mengelola, meluruskan, dan membersihkan hati. Membangun karakter diri sendiri, keluarga, dan tatanan masyarakat pada lingkup apa pun seluruhnya sangat bergantung pada aktivitas hati yang dibuat bersih. Itulah sebabnya, bagi KH. Abdullah Gymnastiar (Aa Gym) setiap keadaan tidak perlu disikapi dengan kekuatan, apalagi kekerasan, namun lebih didasarkan pada sentuhan hati (qalbu), yaitu dengan menggunakan kekuatan manajemen, konsep, dan sumber daya manusia.

Visi KH. Abdullah Gymnastiar (Aa Gym) ini adalah menyatukan dimensi zikir, pikir, dan ikhtiar. Dimensi zikir ini sangat menekankan keikhlasan dan ketawakalan. Sedangkan dimensi pikir amat menegaskan pentingnya rasionalitas dalam setiap pemikiran dan tindakan. Sementara itu, dimensi ikhtiar berfokus pada etos kerja yang tak mengenal lelah dan pasrah. Baginya, ketiga hal tersebut harus ada dalam hati setiap manusia. Interaksi sinergis antara ketiganya akan melahirkan kearifan dan ketangguhan. Itulah substansi dari hal yang disebut konsep manajemen qalbu: mengatasi segala jenis persoalan secara tidak emosional dan egois.

Menurut KH. Abdullah Gymnastiar (Aa Gym), manajemen qalbu berarti mengelola hati supaya potensi positifnya bisa berkembang maksimal mengiringi kemampuan berfikir dan bertindak sehingga sejujur sikapnya menjadi positif, dan potensi negatifnya segera terdeteksi dan dikendalikan sehingga tidak berubah menjadi tindakan yang negatif (Mukhtar, dkk, 2017).

Sebelum konsep manajemen qalbu Aa Gym, beberapa tokoh Islam terdahulu telah menguraikan pemikiran terkait pengelolaan hati. Salah satunya tokoh ulama tassawuf seperti Al Ghazali. Menurut Al-Ghazali, qalbu mempunyai dua pengertian. Pertama, terletak pada sebelah kiri. Di dalamnya terdapat rongga yang berisi darah hitam. Ini adalah sumber ruh. Kedua, *luthf rabbani ruhani* untuk mengenal Allah. Qalbu ini mengetahui apa yang tidak diketahui khayalan pikiran dan merupakan hakikat manusia. Kaitan *luthf* ini dengan daging yang membentuk seperti pohon cemara adalah hubungan tidak jelas, tidak dapat dijelaskan, melainkan bergantung pada kesaksian (*musyhadah*) dan menyingkapan (*al-'iyan*¹⁰). Dapat disebutkan bahwa qalbu seperti raja dan dagingnya ibarat negeri atau kerajaan (Alamsyah, 2017).

Al-Ghazali mengartikan tasawuf sebagai cara untuk melakukan pembersihan hati sampai suci dari segala sesuatu apapun itu selain Allah SWT, perihal ini merupakan konsep jiwa (*an-nafs*) menurut beliau. Pernyataan secara terbuka mengenai tasawuf, Al-Ghazali mengartikan bahwa tasawuf merupakan kewajiban (*fardhu 'ain*) yang harus dimiliki bagi umat Islam. Maka dari itu, tidak adanya seseorang yang mampu terbebas atas penyakit kerohaniannya kecuali para nabi. Beliau menyebut *nafs* sebagai sebutan hati, roh dan akal. Dari keempat istilah tersebut disebutkan dengan kata *alfazh al-mutaradifat* (manakala memiliki arti sama dan mempunyai keterkaitan antara satu dengan yang lain (Ainiyah, 2022).

Sejatinya manusia diperintahkan untuk melaksanakan *amar ma'aruf nahi mungkar*, tunduk dan patuh kepada Allah *subhanahu wataala* serta taat setia tentang segala yang dilarang-Nya. Dalam menjalankan perintah tersebut, kadang-kadang tergelincir karena faktor hawa nafsu yang terus mendorong pada hal yang tidak baik. Al-Ghazali berpendapat bahwa nafsu meliputi kekuatan sifat marah, syahwat dan sifat-sifat tercela lainnya. Maka, nafsu itu harus dilawan dan ditundukkan. Imam al-Ghazali mengatakan bahwa tidak boleh tidak melawan nafsu dan memecahkannya, karena nafsu akan terus mendorong manusia melakukan perbuatan dosa dan maksiat. Nafsu adalah sebagian dari diri manusia. Ia merupakan *jismul lathif* (tubuh halus yang tidak dapat dilihat). Kejahatan nafsu jika tidak

dilawan akan menjadi musuh. Akan tetapi, nafsu itu tetap merupakan sebagian daripada diri manusia ('Awathif, 2019).

Menurut Calhoun dan Acocella dalam (Marsela dan Supriatna, 2019) kontrol diri adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Tangney, Baumeister & Boone (2004) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan dimasyarakat agar mengarah pada perilaku positif.

Ada beberapa hal yang dapat menjadi faktor permasalahan kontrol diri. Saat kontrol diri pada seseorang individu rendah maka individu tersebut akan sulit dalam mengendalikan emosi yang dapat mengakibatkan permasalahan. Individu yang memiliki kontrol diri rendah lebih cenderung untuk melakukan perilaku kriminal tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang akan terjadi. Sebagaimana faktor psikologis yang lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Hurlock sebagai salah satu tokoh yang mengemukakan pendapat terkait faktor yang mempengaruhi kontrol diri. Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang ikut adil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambahnya usia dari seseorang, maka semakin baik perkembangan imajinasi, pengertian, kemampuan mengingat dan mengantisipasi yang dapat mempengaruhi terjadinya reaksi-reaksi emosional sehingga kemampuan mengontrol diri seseorang semakin membaik. Faktor eksternal diantaranya seperti lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana seseorang mampu dalam mengontrol dirinya (Afandi, 2018).

Menurut Harlock dalam (Waluwandja dan Dami, 2018) kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kontrol diri atau pengendalian diri adalah bagaimana individu mengendalikan dorongan-dorongan dalam dirinya ataupun luar dirinya yang mungkin merugikan bagi dirinya. Individu merupakan bagian dari anggota

masyarakat yang secara hukum harus menaati peraturan yang berlaku dalam masyarakat tersebut, dan juga menerapkan pengendalian diri terhadap aturan itu.

Harlock masih dalam (Waluwandja dan Dami, 2018) menyebutkan jenis pengendalian diri meliputi, kendali Tingkah laku (*Behavioral control*) yang merupakan kemampuan untuk mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Adapun cara yang sering digunakan antara lain dengan mencegah atau menjauhi situasi tersebut, memilih waktu yang tepat untuk memberikan reaksi atau membatasi intensitas munculnya situasi tersebut. Kendali kognitif (*Cognitive control*), kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai dan menggabungkan suatu kejadian dalam satu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu terhadap keadaan yang tidak menyenangkan, individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif atau memfokuskan pada pemikiran yang menyenangkan atau netral.

Mengontrol keputusan (*Decision control*), kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan untuk memilih berbagai kemungkinan (*alternative*) tindakan. *Informational control*, Kesempatan untuk mendapatkan informasi mengenai kejadian yang menekan, kapan akan terjadi, mengapa terjadi, dan apa konsekuensinya. Kontrol informasi ini dapat membantu meningkatkan kemampuan seseorang dalam memprediksi dan mempersiapkan yang akan terjadi dan mengurangi ketakutan seseorang dalam menghadapi sesuatu yang tidak diketahui, sehingga dapat mengurangi stress. *Retrospective control*, Kemampuan untuk menyinggung tentang kepercayaan mengenai apa atau siapa yang menyebabkan sebuah peristiwa yang menekan setelah hal tersebut terjadi. Individu berusaha mencari makna dari setiap peristiwa yang terjadi dalam kehidupan. Hal ini bukan berarti individu mengontrol setiap peristiwa yang terjadi, namun

individu berusaha memodifikasi pengalaman stress tersebut untuk mengurangi kecemasan.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan analisis deskriptif. Analisis ini digunakan untuk memberikan deskripsi atau gambaran mengenai subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari kelompok subjek tertentu. Data yang diambil adalah data sekunder, yakni data-data yang telah ada. Penelitian ini menggunakan studi literatur, yang memperoleh data dari berbagai sumber seperti, buku, artikel ilmiah, website resmi, dan laporan data objek yang diteliti. Data yang diperoleh akan dicatat, dibaca, dan diolah untuk membantu menjawab permasalahan dalam penelitian. Melalui data yang diperoleh, akan dianalisis dengan berpedoman pada literatur yang ada pada buku atau artikel ilmiah yang ada.

Hasil dan Pembahasan

Manajemen Qolbu Penyelesaian Konflik Stadion Kanjuhuran Malang

Peristiwa yang terjadi pada Stadion Kanjuhuran Malang menambah catatan kelam dalam dunia olahraga khususnya sepak bola. Terlebih korban jiwa mencapai ratusan orang, diantaranya anak-anak dan perempuan. Sebenarnya sebuah konflik yang terjadi dalam situasi apapun tentu terdapat pemicunya. Sesuai dengan penelitian (Yuliarti dan Kumala, 2014) yang menyebutkan bahwa konflik pada manusia terjadi karena ada sumber pemicu.

Konflik yang terjadi pada Stadion Kanjuhuran Malang beberapa saat yang lalu, tentu memiliki akar masalah. Namun penulis tidak ingin menyudutkan salah satu pihak, namun berusaha menganalisis berdasar konsep teoritis yang ada. Suatu tindakan manusia yang dilakukan tentu berdasarkan pemikiran dan hati. Sebuah tindakan positif tentu diakibatkan adanya kompromi positif dari pikiran dan hati (Hanif, 2013). Berkaitan dengan perilaku seseorang yang terkait konflik pada Stadion Kanjuhuran Malang, maka semuanya dapat dikaji berdasarkan manajemen qalbu. Sebagai wujud pengelolaan hati, sebelum bertindak.

Konflik pada Stadion Kanjuruhan Malang tidak akan berdampak parah bila, setiap elemen mampu mengelola hati mereka sebelum melakukan tindakan. Konsep manajemen qalbu telah dijelaskan oleh ulama besar Indonesia seperti Aa Gym. Sebuah tindakan manusia di pengaruhi oleh niat hati, maka sebelum bertindak harus berpikir dan mempunyai tujuan dalam hati yang bersih dan positif. Sesuai penelitian (Rahmawati, 2016) melalui hati yang bersih akan menimbulkan sikap yang baik dan selalu memberikan perilaku yang positif.

Menurut konsep manajemen qolbu Aa Gym bahwa setiap keadaan tidak perlu disikapi dengan kekerasan, cukup dengan sentuhan hati (qalbu). Selain itu menyikapi berbagai permasalahan tidak secara emosional dan egois, melainkan secara rasional dan penuh kesabaran (Mukhtar, dkk, 2017). Telah banyak kasus terjadi di Indonesia, suporter sepak bola ricuh baik karena Tim jagoanya kalah, diledek suporter lawan, sampai wujud kekesalan terhadap oknum. Hal tersebut biasanya langsung terjadi kericuhan antar suporter sehingga terkesan terlalu anarkis dalam menyikapi situasi. Tidak cukup sampai disitu saja, pada pihak lain seperti petugas keamanan terkadang terlalu keras menyikapi kericuhan atas ulah suporter sepak bola. Maka pihak keamanan juga perlu mengelola hati mereka, bersabar, dan mengendalikan situasi secara profesional serta berpikir kemaslahatan semua pihak yang ada dalam kericuhan tersebut.

Kasus yang terjadi pada Stadion Kanjuruhan Malang tidak akan terjadi bila masing-masing pihak yang terlibat dalam situasi tersebut mengelola hati mereka sebelum bertindak. Beberapa pihak yang terlibat dalam tragedi Stadion Kanjuruhan Malang meliputi:

1. Penyelenggara

Bagi pihak penyelenggara kompetisi sepak bola perlu memperhatikan pengelolaan segala operasional saat berjalanya pertandingan. Penyelenggara harus memastikan setiap kondisi operasional baik sarana prasarana dan sistem pendukung dalam keadaan baik. Bila melihat dari berita yang beredar, terdapat beberapa pintu keluar yang terkunci (<https://nasional.tempo.co>). Maka untuk

semua panitia penyelenggara sebuah pertandingan penting memperhatikan kondisi segala penunjang yang ada.

2. Suporter atau Pendukung

Bagi pihak suporter tentu harus sadar bahwa kompetisi selalu ada yang menang, dan ada yang kalah. Sebagai suporter tidak mudah tersulut emosi yang dapat menjadi pemicu konflik. Berbagai berita yang beredar bahwa tragedi bermula ketika beberapa penonton turun lapangan, dan tidak ada kejelasan apa yang sebenarnya mereka lakukan (<https://www.liputan6.com>). Namun setelah itu justru semakin banyak penonton yang turun sehingga menimbulkan keributan antara suporter dan petugas keamanan. Berdasarkan konsep manajemen qolbu Aa Gym penting nya bersabar menghadapinya situasi, bila di berikan kekalahan, mungkin bisa jadi dilain kesempatan untuk merasakan kemenangan.

3. Petugas Keamanan

Pihak ini meliputi petugas dari Polisi dan TNI. Bahkan terdapat berita yang viral bahwa ada oknum yang secara sengaja menendang suporter yang turun ke lapangan. Kemudian berita lain, ketika ada seorang suporter berusaha memohon menghentikan penyemprotan gas air mata justru tidak di gubris. Konflik utama yang membuat terjadinya korban jiwa adalah adanya penyemprotan gas air mata yang dirasa terlalu berlebihan pada penonton (<https://www.cnnindonesia.com>). Sehingga para penonton berlarian untuk bergegas keluar lapangan, dan pintu keluar pun terkunci. Sehingga atas adanya penonton berdesakan, efek dari gas air mata memakan korban jiwa. Menurut penulis berdasarkan manajemen qolbu Aa Gym, pihak keamanan harus lebih sabar, dan tidak gegabah melakukan tindakan. Serta tidak emosional mengambil keputusan, dan bersikap lebih lembut serta memperhatikan keselamatan penonton yang lemah seperti anak-anak ataupun perempuan.

Aa Gym juga memberikan konsep manajemen qolbu melalui tiga metode yaitu:

1. Zikir

Bagi pihak suporter harus dapat ikhlas menerima kekalahan, dan berkeyakinan bahwa segala yang terjadi sebagai bagian rencana Tuhan.

2. Pikir

Setiap keputusan yang dilakukan semua pihak dalam tragedi tersebut harus dipikirkan dengan matang, baik prosedur keamanan dari petugas, sampai penyelenggaraan oleh panitia. Tidak gegabah dalam melakukan tindakan, dan berpikir panjang terkait dampak yang ditimbulkan atas adanya tindakan tersebut (Mukhtar, dkk, 2017).

3. Ikhtiar

Sebagai bentuk usaha yang dilakukan seseorang untuk mewujudkan sebuah tujuan hidup (Eka, 2014). Pada pertandingan sepak bola, maka semua tim yang bertanding telah memberikan usaha terbaik. Sehingga para suporter harus dapat menghargai dengan menjunjung tinggi sportifitas dan penuh kesabaran.

Selain konsep manajemen qolbu Aa Gym, ulama Islam lain yang mengemukakan pendapat terkait pengelolaan hati adalah Al Ghazali. Menurut Al Ghazali, beliau mengibaratkan hati seorang manusia layaknya sebuah kerajaan, di mana nurani dalam hati sebagai raja nya (Alamsyah, 2017). Maka semua pihak yang terlibat dalam tragedi Stadion Kanjuruhan Malang tentu masing-masing memiliki nurani yang harus di perhatikan sebelum bertindak. Hanya manusia itu sendiri yang dapat mengontrol tindakannya, seperti sebuah raja dalam Kerajaan yang memiliki kuasa penuh. Maka tragedi terjadi juga karena ulah manusia itu sendiri, perlu menempatkan nurani dengan baik agar mengontrol perilaku secara positif.

Al Ghazali juga memberikan konsep pengelolaan nafsu, yang berkaitan dengan hati untuk melakukan sebuah tindakan. Pentingnya setiap umat manusia menjaga nafsu agar tidak terlalu terjerumus dalam hal negatif (Humairah dan Alkatiri, 2019). Sebuah tindakan yang dipengaruhi nafsu akan menimbulkan dampak yang buruk. Penulis berpendapat bahwa pengelolaan situasi kericuhan pada Stadion Kanjuruhan Malang kurang adanya sikap kesabaran, dan terlalu menunjukkan nafsu amarah dari masing-masing pihak. Al Ghazali juga menyatakan bahwa nafsu harus dilawan agar tidak berdampak buruk pada kehidupan manusia. Penting memerangi nafsu buruk pada setiap kondisi, untuk meminimalisir dampak negatif yang ditimbulkan. Nafsu yang tidak bisa dikendalikan akan menjadi musuh dalam diri

manusia. Semua pihak yang terlibat pada sebuah kompetisi olahraga harus mampu menahan nafsu, baik amarah, dan sikap tercela lainnya agar tidak memicu konflik.

Pengendalian Diri Dalam Menghadapi Konflik Stadion Kanjuhuran Malang

Menurut Hurlock bahwa pengendalian diri sebagai bentuk usaha untuk mengontrol berbagai dorongan dalam diri (Waluwandja dan Dami, 2018). Tragedi Stadion Kanjuhuran Malang terjadi tentu melibatkan semua pihak yang ada didalamnya. Semua pihak ikut berkontribusi dalam memicu konflik yang terjadi, karena semua pihak saling berkaitan. Penting melakukan kontrol diri, terutama dalam situasi konflik. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri meliputi:

1. Faktor internal

Hurlock mengatakan bahwa usia sebagai faktor utama dalam memengaruhi kontrol diri seorang manusia. Semakin beranjak dewasa, seorang manusia harusnya dapat mengontrol diri dengan baik. Berbeda dibandingkan anak kecil yang masih belum tahu persoalan yang benar dan salah (Anjani, 2015). Tragedi Stadion Kanjuhuran Malang juga merenggut korban jiwa anak-anak yang tidak bersalah. Seharusnya pihak yang dewasa dapat mengontrol diri, dalam hal ini baik suporter, petugas keamanan, ataupun penyelenggaraan. Orang dewasa harusnya dapat memikirkan segala dampak yang terjadi atas perilaku yang dilakukan. Misalnya baik ada suporter yang memicu keributan, atau petugas keamanan yang arrogant.

2. Faktor Eksternal

Atas kejadian pada Stadion Kanjuhuran Malang maka sekarang peran orang tua sangat besar dalam mengontrol anak-anak mereka. Faktor ini meliputi pengaruh keluarga, yang dapat membentuk karakter atau perilaku seorang anak. Keluarga menjadi tujuan utama seorang manusia berlindung, maka harus terbentuk karakter seorang anak yang baik dan berjiwa positif (Sidiq, 2016).

Hurlock menjelaskan lima metode pengendalian diri yang meliputi:

1. Kendali tingkah laku

Kontrol diri ini melalui cara mengendalikan diri untuk menghindari dari keadaan yang tidak baik (Hartono, 2013). Pada kasus tragedi Stadion Kanjuhuran

Malang maka pihak seperti suporter tidak perlu larut dalam emosi sehingga menimbulkan kericuhan yang lebih besar. Suporter harus dapat mengendalikan diri agar tidak menimbulkan situasi yang lebih buruk. Pihak lain seperti petugas keamanan, juga perlu mengontrol sikap penjagaan agar tidak menyulut emosi suporter.

2. Kendali Kognitif

Dapat dilakukan dengan menilai sisi positif dari situasi yang terjadi (Waluwandja dan Dami, 2018). Seperti yang telah penulis sebutkan sebelum, bahwa dalam pertandingan pasti ada pihak yang menang dan kalah. Sebagai pendukung penting untuk berlapang dada, dan menerima kekalahan. Hal tersebut agar tidak menjadi pemicu kericuhan dan pertandingan selain dengan damai.

3. Mengontrol keputusan

Setiap pihak yang terlibat dalam tragedi tersebut harus dapat mengontrol setiap keputusan yang dilakukan. Seperti pada pihak keamanan, terkait pelepasan gas air mata. Kemudian sikap yang ditunjukkan dalam menertibkan keamanan. Lalu tim penyelenggara penting memperhatikan operasional acara, mulai waktu pertandingan dan kontrol segala sarpras.

4. Kontrol informasi

Sebagai jalan dalam memprediksi suatu kejadian yang akan terjadi dan mengelola dampak yang dapat di timbulkan (Waluwandja dan Dami, 2018). Melalui tragedi ini, maka sekarang yang perlu diperhatikan adalah mengelola berbagai sumber informasi terpercaya sebagai bahan evaluasi penyelenggaraan kedepannya. Serta menemukan titik pusat permasalahan, dan mengatasi dengan profesional.

5. Kontrol Restrospeksi

Setelah kejadian Kanjuhuran ini terjadi tentu pihak yang berwenang wajib menemukan akar permasalahan dan menemukan alternatif untuk beberapa penyelenggaraan pertandingan di masa mendatang. Selain itu adanya peristiwa ini, tentu memiliki pembelajaran yang harus diperhatikan berbagai pihak yang terlibat.

Simpulan

Menurut Aa Gym pengelolaan qolbu seorang manusia harus dilakukan dalam menyikapi berbagai situasi. Perlunya sikap lembut dengan sentuhan hati, tidak dengan kekerasan, serta tidak emosional dan egois. Pada kasus yang telah terjadi seperti tragedi Stadion Kanjuhuran Malang, yang perlu diperhatikan berbagai pihak dalam penyelenggaraan kompetisi sepak bola maupun olahraga lain adalah manajemen qolbu untuk selalu bersikap sabar, serta mengelola konflik dengan profesional. Penting bagi seorang muslim menerapkan pengelola hati melalui zikir, pikir, dan ikhtiar. Sedangkan menurut Al Ghazali hati seorang manusia ibarat sebuah kerajaan, yang mana bangunan kerajaan merupakan gumpalan hati tersebut. Sedangkan raja yang memimpin kerajaan tersebut di ibaratkan oleh nurani dalam mengatur segala kontrol hari untuk melakukan suatu tindakan. Selain itu Al Ghazali juga memberikan konsep penjagaan nafsu seorang umat, karena nafsu harus di lawan agar tidak menjadi musuh dalam diri. Pada sebuah pertandingan atau kompetisi penting mengelola nafsu seperti amarah atas hasil yang didapatkan.

Pengendalian diri bagi seorang individu sangat penting agar selalu dalam tujuan hidup. Menurut Hurlock terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengendalian diri seseorang, antara lain faktor internal dan faktor eksternal. Membahas faktor internal meliputi usia, yang mana sebagian besar pihak yang terlibat dalam tragedi Kanjuhuran adalah orang dewasa yang tentu sudah matang dalam pengendalian diri. Kemudian faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, maka sekarang penting bagi orang tua memberikan nilai kehidupan agar seorang anak tumbuh dengan sikap yang baik dan berkaca atas apa yang telah terjadi. Hurlock juga menawar metode pengendalian diri yang meliputi lima hal antara lain, kendali tingkah laku, kendali kognitif, mengontrol keputusan, kontrol informasi, dan kontrol restrospeksi.

Daftar Pustaka

- Afandi, I. (2018), Hubungan Antara Pengendalian Diri Dan Religiusitas Dengan Perilaku Seks Bebas Remaja, *Al-Ibrah*.
- Ainiyah, R. Q. (2022), *Konsep An-Nafs Menurut Imam Al-Ghazali Dan Ibnu Qayyim Al*

Jauziyyah (Studi Komparatif), Skripsi:UIN Surabaya.

Alamsyah, A. A. (2017), Implementasi Inovasi Pendidikan Akhlak Pendekatan Saintifik Berbasis Manajemen Qolbu, *Progressa: Journal of Islamic Religious Instruction*.

Anjani, R. D. (2015), Konsep Pengendalian Diri Pada Anak Usia Dini, *Jurnal Psyco*.

Anshori, A. (2017), Penguatan Pendidikan Karakter Di Madrasah, *Halaqa: Islamic Education Journal*.

Chalil, K. (2020), Implementasi Pendidikan Agama Islam Berbasis Manajemen Qalbu (Penelitian Di SMK Darut Tauhid Boarding Sschool Bandung), *Jurnal Syntax Admiration*.

Eka, R. (2014), *Ibadah Penuh Berkah*, Jakarta: Lentera Hati

Guffron, I. (2016), Menjadi Manusia Baik Dalam Perspektif Etika Keutamaan, *Jurnal Yaqzhan*.

Hanif, M. A. (2013), *Cerminan Hari Yang Bersih*, Bandung: Pustaka Setia

Hartono, D. (2013), *Pengendalian Diri Dalam Ranah Psikis*, Jakarta: Salemba Empat

<https://caritahu.kontan.co>

<https://gramedia.com>

<https://nasional.tempo.co>

<https://www.cnnindonesia.com>

<https://www.detik.com>

<https://www.liputan6.com>

Humairah, S., & Alkatiri, B. (2019), Eksistensi Dzikir Dan Sabar Dalam Menyelesaikan Fenomena Umat, *Jurnal Cahaya*.

Khairunnisa, F., Zaman, B., & Mariyana, R. (2018), Penerapan Pendidikan Karakter Berbasis Manajemen Qolbu Di TK Daarut Tauhid Kota Bandung, *EDUKIDS: Jurnal Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Pendidikan Anak Usia Dini*.

Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019), Kontrol Diri : Definisi Dan Faktor, *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*.

- Mukhtar, Z. dkk. (2017), Nilai-Nilai Pendidikan Islam Dalam Konsep Manajemen Qolbu Menurut KH. Abdullah Gymnastiar (AA Gym), *Jurnal Pendidikan Islam*.
- Nur. A. (2019), *Nafs Lawwamah Menurut Imam Al-Ghazali Dan Penanggulanya Dalam Konseling Islam*, Skripsi: UIN Aceh.
- Rahmawati, A. (2016), Konsep Manajemen Qolbu Aa Gym Dalam Penyelesaian Konflik Siswa Menengah Pertama Di Kota Salatiga, *Jurnal Eksisismo*.
- Sidiq, A. F. (2016), Bimbingan Konseling Anak Dalam Perspektif Keluarga Sejahtera, *Jurnal Konseling Dan Edukasi*.
- Sudarto. (2019), Manajemen Hati Sebagai Inti Pendidikan Akhlak, *Jurnal Al-Lubab*.
- Wahidah, E. Y. (2018), Aplikasi Manajemen Qolbu Di Pondok Pesantren Daarut Tauhid Bandung, *Jurnal Pedagogik*.
- Waluwandja, P. A., & Dami, Z. A. (2018), Pengendalian Diri Pada Individu, *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*.
- Yuliarti, D., & Kumala, S. (2014), Metode Pengendalian Konflik Pada Remaja Indonesia, *Jurnal Psikoklinis*.