

## PENERAPAN THE 7 ISLAMIC DAILY HABITS DALAM MEMBANGUN SUMBER DAYA MANUSIA BERKARAKTER UNGGUL

**Dr. Indah Wahyuni, S.S., M.A**  
IAI Al – Khoziny Buduran, Sidoarjo, Indonesia

Email: [Wahyuni8512@gmail.com](mailto:Wahyuni8512@gmail.com)

---

### Abstrak:

Dengan jumlah penduduk yang sangat besar, Indonesia memerlukan sumberdaya manusia dalam jumlah dan mutu yang sangat banyak sebagai pendukung utama dalam pembangunan. Para pakar sepakat bahwa SDM berkualitas tidak hanya diukur oleh kemampuan skill tetapi sangat ditentukan oleh karakternya. Hasil penelitian di Harvard University Amerika Serikat disimpulkan bahwa kesuksesan seseorang tidak ditentukan semata-mata oleh pengetahuan dan kemampuan teknis (hard skill) saja, tetapi lebih ditentukan oleh kemampuan mengelola diri dan orang lain (soft skill). Penelitian ini mengungkapkan, kesuksesan hanya ditentukan sekitar 20 persen oleh hard skill dan sisanya 80 persen oleh soft skill. Bahkan orang-orang tersukses di dunia bisa berhasil dikarenakan lebih banyak didukung kemampuan soft skill daripada hard skill. Soft skills merujuk kepada kecemerlangan individu dalam beberapa aspek seperti sikap dan personality, kemahiran berbahasa (berkomunikasi), sikap bersopan-santun, memiliki pergaulan yang luas serta bersikap optimis. Soft skill dalam definisi di atas adalah identik dengan karakter.

Karakter merupakan nilai-nilai perilaku manusia yang berhubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan kebangsaan yang terwujud dalam pikiran, sikap, perasaan, perkataan, dan perbuatan berdasarkan norma-norma agama, hukum, tata krama, budaya, dan adat istiadat. Pendidikan karakter sebenarnya bukanlah hal yang asing untuk bangsa Indonesia yang religius ini. Dalam Falsafah Negara kita pendidikan karakter tertuang dalam seluruh sila dalam Pancasila, tertuang dalam lagu kebangsaan dengan istilah 'bangunlah jiwanya', dan secara gamblang dituangkan dalam UU Pendidikan Nasional. UU No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Dalam Pasal 3 UU tersebut disebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Untuk memenuhi sumberdaya manusia tersebut, pendidikan dan training memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk karakter sumber daya manusia

### Kata kunci:

SDM Berkarakter; The 7 Islamic Daily Habits

---

### Abstract:

With a very large population, Indonesia needs human resources in large quantities and quality as the main supporter in development. Experts agree that quality human resources are not only measured by skill abilities but are largely determined by their character. The results of a study at Harvard University in the United States concluded that a person's success is not solely determined by knowledge and technical abilities (hard skills), but is more determined by the ability to manage oneself and others (soft skills). This study revealed that success is only determined by about 20 percent by hard skills, the remaining 80 percent by soft skills. Even the most successful people in the world can succeed because they are more supported by soft skills than hard skills. Soft skills refer to individual brilliance in several aspects such as attitude and

personality, language skills (communication), politeness, having a wide circle of friends, and being optimistic. Soft skills in the definition above are identical to character. Character is the values of human behavior that relate to God Almighty, oneself, fellow human beings, the environment, and nationality that are manifested in thoughts, attitudes, feelings, words, and actions based on religious norms, law, *lata kiamat*, culture, and customs. Character education is actually not something foreign to the religious Indonesian nation. In our State Philosophy, character education is stated in all the principles of Pancasila, stated in the national anthem with the term 'bangunlah jiwanya', and clearly stated in the National Education Law. The Law No. 20 of 2003 concerning the National Education System. Article 3 of the Law states that national education functions to develop abilities and shape the character and civilization of a dignified nation in order to educate the life of the nation. National education aims to develop the potential of students to become human beings who believe in and fear God Almighty, have noble morals, are healthy, knowledgeable, capable, creative, independent, and become democratic and responsible citizens. To fulfill these human resources, education and training have a very important role. In fact, I am of the opinion that character education is mandatory, an obligation that must be immediately implemented by the government and all parties who care about human resources.

Keywords:

Character Human Resources; The 7 Islamic Daily Habits

---

## Pendahuluan

Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan aset utama dalam pembangunan suatu bangsa. Kualitas SDM yang unggul menjadi penentu utama dalam mencapai kemajuan dan kesejahteraan nasional. Dalam era globalisasi yang ditandai dengan perubahan cepat dan kompleksitas tinggi, kebutuhan akan SDM yang adaptif, kompeten, dan berkarakter semakin mendesak.

Indonesia, sebagai negara dengan jumlah penduduk terbesar keempat di dunia, memiliki potensi besar dalam pengembangan SDM. Namun, tantangan yang dihadapi tidaklah ringan. Menurut Kepala Lembaga Administrasi Negara, Dr. Adi Suryanto, M.Si., dalam kuliah umum yang disampaikan oleh Politeknik STIA LAN Jakarta, Indonesia saat ini berada di era VUCA (Volatility, Uncertainty, Complexity, dan Ambiguity). Dalam era ini, perubahan terjadi dengan sangat cepat dan tidak terduga, dipengaruhi oleh banyak faktor yang sulit dikontrol, dan kompleks. Oleh karena itu, untuk mencapai kemajuan dan kemandirian bangsa, pembangunan SDM yang unggul menjadi sangat penting. SDM unggul diharapkan mampu beradaptasi dengan perubahan, memahami dan melaksanakan tugas secara tuntas dan berkualitas, berkolaborasi secara efektif, serta menjadi penggerak perubahan dan inovasi dalam menghadapi kompleksitas persoalan organisasi.

Pembangunan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas dan berkarakter unggul menjadi prioritas utama dalam berbagai sektor, termasuk pendidikan, bisnis, dan pemerintahan. Karakter unggul tidak hanya ditentukan oleh keterampilan teknis, tetapi juga oleh nilai-nilai moral dan spiritual yang mendalam. Dalam konteks ini, penerapan kebiasaan harian Islami yang dikenal sebagai "The 7 Islamic Daily Habits" dapat menjadi landasan yang kuat dalam membentuk karakter individu.

"The 7 Islamic Daily Habits" merujuk pada tujuh kebiasaan harian yang diajarkan dalam Islam, yang meliputi:

1. Shalat Lima Waktu: Melaksanakan kewajiban shalat sebagai bentuk ibadah dan disiplin diri.
2. Membaca Al-Qur'an: Menumbuhkan kebiasaan membaca dan memahami Al-Qur'an untuk mendapatkan petunjuk hidup.
3. Dzikir dan Doa: Berinteraksi dengan Allah melalui dzikir dan doa untuk meningkatkan ketakwaan dan ketenangan batin.
4. Sedekah: Berbagi rezeki dengan sesama sebagai bentuk kepedulian sosial dan pengembangan empati.
5. Menjaga Waktu: Mengatur waktu dengan baik untuk meningkatkan produktivitas dan efisiensi.
6. Menuntut Ilmu: Terus-menerus mencari ilmu sebagai upaya pengembangan diri dan peningkatan kompetensi.
7. Berinteraksi dengan Sesama: Membangun hubungan yang harmonis dengan keluarga, teman, dan masyarakat sekitar.

Penerapan kebiasaan-kebiasaan ini tidak hanya memperkuat aspek spiritual, tetapi juga membentuk

karakter individu yang disiplin, empatik, produktif, dan berintegritas. Dalam artikel ini, akan dibahas bagaimana penerapan "The 7 Islamic Daily Habits" dapat berkontribusi dalam membangun sumber daya manusia yang berkarakter unggul, serta implikasinya dalam berbagai aspek kehidupan.

## Metode

Penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pemilihan studi kasus ini dengan alasan bahwa penelitian kasus bersifat grounded serta ideal untuk melakukan sintesis data yang muncul dari konteks dan kancah penelitian, dalam hal ini situs dan latar penelitian. (Rulam Ahmadi, 2005: 36) Secara operasional, peneliti menerapkan model multi kasus komparatif, yaitu dengan membandingkan unit kasus berbeda untuk dianalisis secara bersama.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara: (1) observasi partisipatif, (2) wawancara mendalam, (3) analisis dokumentasi. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis komparatif konstan dengan menerapkan logika induktif. Peneliti membandingkan kejadian-kejadian yang muncul dengan tampilan berbeda sesuai lokus atau kasus di setiap lembaga pendidikan. Pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi, yang dipertajam melalui kegiatan Focus Group Discussion (FGD).

## Temuan dan Diskusi

### Temuan

#### Kekuatan Al-Fatihah Membangun Karakter

*Al Fatihah* adalah Surat paling agung yang diturunkan Allah kepada manusia. Ia dinamakan *al Fatihah* (pembuka) karena mushaf dibuka dengan surat ini dan setiap sholat dibuka dengannya. Ia adalah *Ummul Kitab*, *Ummul Qur'an*, dan *Asas al-Qur'an*. *Ummi* (ibu) adalah penyebab awal kehidupan seseorang, dan dalam kondisi paling sulit, manusia akan kembali kepada *umminya*. *Al Fatihah* dinamakan *Ummul Kitab dan Ummul Qur'an* karena *al Qur'an* dimulai dengannya, dan dalam kondisi paling sulit, disaat semua teori manusia sudah kehilangan energinya manusia akan kembali kepada solusi *al Qur'an*, dan seluruh makna *al-Qur'an* merujuk kepada tujuh ayat ini. Dan disaat semua orang sudah cuek dengan *al Qur'an*, *al Fatihah* insya Allah masih ada di hatinya. *Al-Fatihah* dinamakan juga *As Sab'ul Matsani* (*tujuh yang berulang*), karena surat ini selalu dibaca secara berulang minimal tujuh belas kali sehari semalam. Pengulangan seperti ini menyiratkan ada makna besar di balik surat ini. Tidak mungkin diulang sebanyak itu kalau kandungannya tidak banyak manfaatnya bagi yang membaca dan mengamalkannya. Ia juga disebut *al-Qur'an al Adzim*. Istilah ini secara eksplisit menyebutkan keagungan surat ini, seolah-olah *al Qur'an* adalah *al Fatihah* itu sendiri. Karena ulama juga menamakan surat ini dengan *al Kafiyah* (*cukup*), karena semua muatan *al Qur'an* terkandung di dalamnya. *Al Fatihah* disebut juga *asy Syifa'* (obat). Artinya, *al Fatihah* mengandung energi penyembuh penyakit yang diidap oleh masyarakat. Ia juga dinamakan *ruqyah*. Nama ini menyiratkan makna bahwa *al Fatihah* dapat menyembuhkan orang dari penyakit akibat gangguan jin dan makhluk halus. *Al Fatihah* juga dinamakan *al kafiyah* (sempurna), karena ia adalah satu kesatuan, tidak boleh membaca setengah surat *al Fatihah* di satu rakaat lalu dilanjutkan setengahnya lagi di rakaat kedua. *Al kafiyah* menyiratkan makna *Al Fatihah* adalah totalitas, tidak akan efektif kekuatannya kalau hanya diambil sebagian dan meninggalkan sebagian yang lain. *Al Waqiyah* adalah salah satu nama *al Fatihah*. Nama ini secara bahasa berarti pelindung, tetapi nama ini menyiratkan makna kekuatan dalam Surat ini. Yahya bin Abi Katsir yang menyebut *al Fatihah* dengan nama ini memahami bahwa *al Fatihah* mampu melindungi diri, keluarga, dan masyarakat dari berbagai hal yang tidak diinginkan. *Al Fatihah* juga dinamakan *sholat*, karena sholat dimulai dengan surat ini dan tidak sah sholat seseorang kalau tidak membaca surat ini. Penamaan ini mengandung arti bahwa jika salah satu pekerjaan penting bahkan terpenting seperti sholat tidak boleh mengabaikan *al Fatihah*, apalagi mengisi kehidupan dalam rentang yang cukup relatif panjang, Mengabaikan pemaknaan *al Fatihah* dalam mengisi kehidupan sebagian atau seluruhnya akan membuat hidup kita tidak berkualitas, keberadaan kita di muka bumi ini tidak sah dan ilegal.

Rasulullah memahami benar kehebatan *al Fatihah*. Karenanya, beliau sangat antusias mengajarkannya kepada para sahabat. Keseriusan Nabi mengajarkan *al Fatihah* tampak dari rentang waktu beliau mensosialisasikan dan mengajarkan maknanya. Meskipun surat ini diturunkan di Makkah, tetapi beliau tetap mengingatkan makna keagungan Surat ini hingga periode Madiunah. Di antara hadits-hadits yang menjelaskan antusiasme Rasulullah mengajarkan Surat ini adalah hadits-hadits berikut:

1- عَنْ أَبِي سَعِيدِ بْنِ الْمُعَلَّى قَالَ كُنْتُ أَصَلِّي فِي الْمَسْجِدِ فَدَعَانِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمْ أَجِبْهُ فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنِّي كُنْتُ أَصَلِّي فَقَالَ أَلَمْ يَقُلْ اللَّهُ اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ ثُمَّ قَالَ لِي لَأَعْلَمَنَّكَ سُورَةً هِيَ أَعْظَمُ السُّورِ فِي الْقُرْآنِ قَبْلَ أَنْ تَخْرُجَ مِنَ الْمَسْجِدِ ثُمَّ أَخَذَ بِيَدِي فَلَمَّا أَرَادَ أَنْ يَخْرُجَ قُلْتُ لَهُ أَلَمْ تَقُلْ لَأَعْلَمَنَّكَ سُورَةً هِيَ أَعْظَمُ سُورَةٍ فِي الْقُرْآنِ قَالَ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ هِيَ السَّبْعُ الْمَثَانِي وَالْقُرْآنُ الْعَظِيمُ الَّذِي أُوتِيَهُ (البخاري)

Dari Abu Sa'id bin al Mu'alla berkata: Aku lengah sholat di masjid, lalu Rasulullah SAW memanggilku, dan akupun tidak menjawab panggilan beliau. Aku berkata: Ya Rasulullah, tadi aku sedang sholat. Beliau berkata: Bukankah Allah berfirman: "Wahai orang-orang yang beriman, penuhilah seruan Allah dan seruan Rasul apabila Rasul menyeru kamu kepada suatu yang memberi kehidupan kepada kamu". Kemudian beliau berkata kepadaku: "aku sungguh akan mengajarkan kepadamu suatu surat yang paling agung dalam al Qur'an sebelum kamu keluar dari masjid. Kemudian beliau memegang tanganku. Ketika beliau ingin keluar, aku berkata kepadanya: bukankah Engkau berkata akan mengajarkan kepadaku suatu surat yang paling agung dalam al Qur'an? Beliau berkata: "alhamdulillah Robbil 'Alamin, ia adalah tujuh ayat yang berulang dan al Qur'an yang agung yang dianugerahkan kepadaku." (HR. Bukhari, 4/1623)

2- عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنْ أَبِي بِنِ كَعْبٍ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ فِي التَّوْرَةِ وَلَا فِي الْإِنْجِيلِ مِثْلَ أَمِّ الْقُرْآنِ وَهِيَ السَّبْعُ الْمَثَانِي وَهِيَ مَقْسُومَةٌ بَيْنِي وَبَيْنَ عَبْدِي وَلِعَبْدِي مَا سَأَلَ (الترمذي)

Dari Abu Hurairah dari Ubay bin Ka'ab berkata, Rasulullah SAW bersabda: "Allah tidak pernah menurunkan di dalam Taurat maupun di dalam Injil seperti Ummul Qur'an. Ia adalah tujuh ayat yang berulang, ia terbagi dua, antara Allah dengan hamba-Nya, dan bagi hamba-Nya tergantung apa yang dia minta. (HR. Tirmidzi, 5/201)

3- عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ خَرَجَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى أَبِي بِنِ كَعْبٍ وَهُوَ يُصَلِّي فَقَالَ يَا أَبِي فَالْتَقْتُ فَلَمْ يُجِبْهُ ثُمَّ صَلَّى أَنِّي فَخَفْتُ ثُمَّ انصَرَفَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّ رَسُولِ اللَّهِ قَالَ وَعَلَيْكَ قَالَ مَا مَنَعَكَ أَيُّ أَبِي إِذْ دَعَوْتُكَ أَنْ تُجِيبَنِي قَالَ أَيُّ رَسُولِ اللَّهِ كُنْتُ فِي الصَّلَاةِ قَالَ أَفَلَسْتَ تَجِدُ فِيمَا أَوْحَى اللَّهُ إِلَيَّ أَنْ اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ قَالَ قَالَ بَلَى أَيُّ رَسُولِ اللَّهِ لِمَا أَعُوذُ قَالَ أَتُحِبُّ أَنْ أَعْلَمَكَ سُورَةً لَمْ تَنْزَلَ فِي التَّوْرَةِ وَلَا فِي الزَّبُورِ وَلَا فِي الْإِنْجِيلِ وَلَا فِي الْفُرْقَانِ مِثْلَهَا قَالَ فُلْتُ نَعَمْ أَيُّ رَسُولِ اللَّهِ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنِّي لَأَرْجُو أَنْ لَا تَخْرُجَ مِنْ هَذَا الْبَابِ حَتَّى تَعْلَمَهَا قَالَ فَأَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِيَدِي يُحَدِّثُنِي وَأَنَا أَتَبَطُّ مَخَافَةَ أَنْ يَبْلُغَ قَبْلَ أَنْ يَقْضِيَ الْحَدِيثَ فَلَمَّا أَنْ دَنَوْنَا مِنَ الْبَابِ قُلْتُ أَيُّ رَسُولِ اللَّهِ مَا السُّورَةُ الَّتِي وَعَدْتَنِي قَالَ فَكَيْفَ تَقْرَأُ فِي الصَّلَاةِ قَالَ فَقَرَأْتُ عَلَيْهِ أَمَّ الْقُرْآنِ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ فِي التَّوْرَةِ وَلَا فِي الْإِنْجِيلِ وَلَا فِي الزَّبُورِ وَلَا فِي الْفُرْقَانِ مِثْلَهَا وَإِنِّي لَأَسْتَبْعُ مِنَ الْمَثَانِي (أحمد)

Dari Abu Hurairah berkata, Rasulullah SAW menemui Ubay bin Ka'ab yang sedang sholat. Beliau berkata: Ya Ubai! Ubaypun menoleh tetapi tidak menjawab. Kemudian dia lanjutkan sholat dengan agak tergesa-gesa. Kemudian beliau berpaling dari sholat dan menuju Rasulullah saw dan berkata: Assalamu'alaika ya Rasulullah. Beliau menjawab: wa'alaika. Beliau berkata: apa yang menghalangimu untuk memenuhi panggilanmu Ya Ubay? Aku berkata: aku sedang sholat. Beliau bersabda: apakah kamu tidak menemukan ayat yang diwahyukan kepadaku: "Wahai orang-orang yang beriman, penuhilah seruan Allah dan seruan Rasul apabila Rasul menyeru kamu kepada suatu yang memberi kehidupan kepada kamu". Aku menjawab, benar wahai Rasulullah, aku tidak akan mengulanginya. Beliau bersabda: "maukah aku ajarkan kepadamu suatu surat yang tidak pernah turun di dalam Taurat, Injil, Zabur maupun al Qur'an sepertinya?" Aku menjawab, mau Ya Rasulullah. Beliau bersabda: "Aku berharap sebelum keluar dari pintu ini kamu sudah mengetahuinya. Ubay berkata, Rasulullahpun memegang tanganku sambil berbincang denganku. Akupun memperlambat jalanku khawatir beliau tiba di pintu dan pembicaraan belum selesai. Ketika kami sudah mendekati pintu, aku berkata: Ya Rasulullah, surat apakah yang Engkau janjikan kepadaku? Rasulullah bersabda: apa yang kamu baca saat sholat? Ubay berkata: aku membaca Ummul Qur'an. Rasulullah bersabda: Demi jiwaku yang ada di tangan-Nya, Allah tidak menurunkan di dalam Taurat, Injil, Zabur maupun al Qur'an sepertinya. Dia adalah tujuh ayat yang berulang. (HR. Ahmad, Musnad Imam Ahmad, 15/200)

Hadits-hadits di atas jelas sekali menggambarkan kepada kita bahwa Rasulullah SAW bukan mengajarkan surat baru kepada sahabatnya, karena memang surat ini sudah lama diturunkan dan para sahabat semua sudah menghafalnya, tetapi hadits-hadits di atas menggambarkan tentang kesungguhan Nabi menumbuhkan

pemahaman kepada sahabat bahwa surat yang biasa mereka baca saat sholat itu mengandung kehebatan luar biasa.

The 7 Islamic Daily Habits yang dituangkan dalam B5KB model ini ditulis dan dikembangkan menjadi pelatihan dengan tujuan untuk memberikan kontribusi dalam membentuk sumber daya manusia yang berkarakter unggul. Perumusan prinsip-prinsip The 7 Islamic Daily Habits ini berdasarkan dari firman Allah dalam Surah Al Fatihah.

Dari Surah ini, dapat ditemukan tujuh prinsip dasar manusia hidup dan bekerja. Tujuh prinsip ini sekaligus menggabungkan tiga kecerdasan dasar di manusia, yaitu Spiritual, Intelektual, dan Emosional. Ketujuh Prinsip itu adalah: *Pertama*, Bismillah dalam memulai setiap pekerjaan. Prinsip inilah yang diajarkan Allah kepada Rasul-Nya Muhammad sejak pertama kali menerima wahyu. Sejak saat itu juga, Nabi tidak pernah meninggalkan prinsip ini dalam setiap aktivitasnya. Bahkan beliau mengatakan bahwa setiap pekerjaan yang tidak dimulai dengan Bismillah tidak akan sempurna. Orang yang memulai aktivitasnya dengan menyebut nama Allah insya Allah lebih mampu mengeudalikan diri dibandingkan orang yang tidak menyebut nama-Nya. *Kedua*, Bersyukur atas segala nikmat yang diterima. Prinsip ini selalu dipegang teguh oleh Rasulullah sejak beliau menerima Risaiah Islam. Prinsip syukur ini menjadikan Nabi Muhammad sangat dekat dengan Tuhannya, menghargai sesama dan menikmati hidup laksana di Surga. Syukur membuat jiwa tenang dan kerja menjadi konsentrasi. Syukur juga mampu mendongkrak produktivitas manusia. *Ketiga*, Berfikir positif terhadap Allah dan berkasih sayang terhadap sesama. Sikap berfikir positif ini dicontohkan oleh Rasulullah kepada kita dalam kondisi tersulit sekalipun. Di saat masyarakat Thaif menolak kehadiran beliau dan dakwah yang beliau bawa, bahkan beliau dilempari batu, beliau masih meagedepankan pikiran positifnya terhadap mereka, dengan harapan akan lahir dari rahim-rahim masyarakat di situ yang akan menjadi pemimpin Islam dim yang akan datang. Melakukan aktivitas dengan kacamata pikiran positif membuat Rasulullah mampu bertahan dengan prinsipnya dan selalu merasa berada di bawah lindungan-Nya Dalam konteks dunia kerja, berfikir positif terhadap Allah membuatnya semakin bersemangat meningkatkan kualitas dirinya, karena dia yakin Allah tidak akan mendzalimi hamba-Nya. *Keempat*, Berorientasi akhirat. Prinsip ini membuat kita sekali mendayu dua atau tiga pulau terlampaui, artinya energi yang kita keluarkan untuk dunia sekaligus bernilai akhirat. Tidak terjadi tumpang tindih dan tabrakan antara pekerjaan dunia dan akhirat. Mempraktekkan prinsip ini akan menjadikan kita orang yang kaya kredit poinnya di sisi Allah, dan menjadikan kita selalu merasa diingatkan tentang akhirat saat kita berniat melakukan penyimpangan. *Kelima* Beribadah dan Berdoa. Allah berjanji akan mengabulkan harapan kita kalau kita mendahulukan ibadah, ketundukan dan loyalitas kepada-Nya. Mempraktekkan prinsip ini akan membuat hidup kita semakin optimis, karena Allah tidak pernah mengingkari janji-Nya. *Keenam*, konsisten dalam komitmen. Sesuai dengan karakter hati yang gampang bolak-balik, maka banyak orang yang tidak mampu bertahan dalam prinsipnya. Menjaga konsistensi diri dalam komitmen kebaikan adalah pekerjaan sulit yang membuahkan hasil spektakuler. *Ketujuh dan terakhir*, bercermin. Orang yang tidak mau bercermin atau belajar dengan sekitarnya ibarat orang yang berjalan dengan menutup mata, dia asyik dengan dirinya dan tidak pernah tahu dengan dunia luar. Padahal, sekitar adalah kitab berharga yang banyak mengandung pelajaran.

## Diskusi

### Target Capaian Pelatihan The 7 Islamic Daily Habits

Sebetum tujuh nilai disampaikan satu persatu, pelatihan dengan penjelasan tentang ta'awwudz. Pengenalan ta'awwudz ini kami anggap penting karena: a) ta'awwudz disunnahkan untuk dibaca sebelum membaca Surah al-Fatihah; 2) ta'awwudz menyadarkan kita bahwa dalam upaya manusia untuk melakukan perbuatan yang baik selalu dihalangi oleh kekuatan syetan; 3) dengan kesadaran itu nmmcul tekad untuk memohon pertolongan Allah untuk membersihkan diri. 4). dengan tekad itulah tujuh nilai utama surah al-Fatihah akan diterima oleh peserta dengan hati.

Sedangkan target yang hendak dicapai dengan pelatihan ini antara lain :

1. Bismillahirrahmanirrahim: Inlegritas
  - a. Merasakan kehadiran Allah
  - b. Bersemangat melakukan kebaikan
  - c. Takut melanggar aturan
  - d. Memiliki ketajaman nurani
2. Alhamdulillah Rabb al-' Amin: Kepuasan
  - a. Bahagia dan senang dengan nikmat yang ada
  - b. Mengapresiasi nikmat dengan cara mengungkapkan
  - c. Menggunakan nikmat sesuai dengan amanah pemberi nikmat
  - d. Mengembang nikmat yang ada

- e. Tahu diri dan ingin berbakti
- f. Berbagi dengan sesama
3. Ar-Rahman al-Rahim: Kematangan Cara Pandang
  - a. Memiliki cara pandang positif terhadap realitas kehidupan
  - b. Merasa selalu diperhatikan Allah dalam setiap kondisi
  - c. Tidak goyah menghadapi persoalan hidup
  - d. Empati dengan sesama
4. Maliki yaum al-diin: Visioner
  - a. Menyadari bahwa hidup akan berakhir
  - b. Meyakini bahwa segala perbuatan di dunia akan dipertanggungjawabkan
  - c. Menumbuhkan kesadaran untuk berpacu dengan waktu dalam melakukan amal-amal positif
  - d. Mengasah kemampuan untuk menghubungkan amal hari ini dengan balasan akhirat.
  - e. Mengasah keberanian untuk mengatakan ya atau tidak.
5. Iyyaka Na'budu wa iyyaka nasta'in: Produktif
  - a. Memiliki kemampuan membaca kecenderungan orientasi hidup.
  - b. Menjadikan ibadah sebagai tujuan hidup
  - c. Memahami makna ibadah secara utuh
  - d. Komitinen untuk menjadikan seluruh ibadah sebagai ibadah.
  - e. Berjanji untuk semakin taat beribadah.
  - f. Menumbuhkan budaya melapor dan memohon kepada Allah.
  - g. Mengenal waktu-waktu mustajab untuk berdoa.
  - h. Mengenal doa-doa pilihan
6. Ihdinas Shirath al-mustaqim: Memiliki Daya Tahan
  - a. Menumbuhkan kesadaran bahwa jalau hidup berliku
  - b. Menumbuhkan kesadaran bahwa godaan di jalan sangat banyak
  - c. Menyadari bahwa kita lemah di hadapan godaan.
  - d. Menumbuhkan keyakinan bahwa istiqomah adalah solusi
  - e. Membangun komunitas istiqomah
7. Shirath alladina an'amta 'alaih, Ghair al-Mahgdhubi 'alaih wala al-dhalliin: Pembelajar Cerdas
  - a. Manusia memiliki sifat imitasi
  - b. Mengenal 3 tipologi manusia: an'amta 'alaih, al-maghdhuh 'alaih. adh-dhaliin
  - c. Berkomitmen untuk bercermin dan hidup bersama orang-orang; dengan tipologi an'amta 'alaih

### **Teori Pembentukan Karakter Versi The 7 Islamic Daily Habits**

Agar 7 tujuh nilai yang terdapat dalam Surah Alfatihah tertanam dengan kokoh, penulis merumuskan dua teori, yaitu teori Interrelasi 7 Mata Rantai Nilai dan Teori Isi Ulang Otomatis.

#### **Teori Interrelasi 7 Mata Rantai Nilai**

Teori interrelasi 7 Mata Rantai Nilai penulis rumuskan dari fakta terkait hukum membaca Surah Alfatihah. Surah ini hams dibaca secara utuh 7 ayat, tidak boleh dibaca 3 ayat, 4 ayat atau 6 ayat, dengan urutan yang sudah ditentukan. Penulis meyakini bahwa 7 ayat ini adalah satu kesatuan dan memiliki interrelasi yang sangat kuat antara satu ayat dengan ayat lainnya. Pernyataan ini didukung oleh teori munasabah dalam tafsir yang memandang bahwa urutan ayat dalam Alquran adalah satu kesatuan yang tidak bisa terpisahkan.

Berdasarkan teori interrelasi 7 mata rantai nilai di atas, pelatihan ini meyakini bahwa tujuh ayat Surah al-Fatihah harus dipaharni secara utuh dan harus diamankan secara integral dalam kehidupan sehari-hari.

#### **Teori Isi Ulang Nilai Otomatis**

Teori ini menjelaskan bahwa nilai yang ditawarkan oleh al-Fatihah akan selalu tertanam dalam pribadi setiap muslim setelah memahami surah al-Fatihah dengan baik. Isi ulang nilai ini dilakukan minimal 17 kali sehari dengan format 2+4+4+3+4 yang dibaca setiap sholat wajib.

Pengulangan wajib minimal 17 kali merupakan kekuatan nilai yang tidak ada bandingannya dengan penanaman nilai-nilai yang lain. Harapan akhirnya adalah, dengan pengulangan nilai minimal 17 kali sehari itu. di mana pembacanya selalu dicharge dengan nilai yang penuh barakah dari Allah swt. hati pembacanya akan selalu hidup dan memiliki tekad untuk mengamalkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Teori isi ulang nilai otomatis yang penulis kemukakan diperkuat oleh teori pembentukan karakter Ibnu Qayyim. Ibnu Qayyim mengatakan bahwa karakter tidak terbentuk otomatis, tetapi melalui tahapan-tahapan. Pembentukan karakter dimulai dengan langkah mengumpulkan informasi tentang makna pesan (khawathir dan

afkar), lalu terbentuk persepsi (tashawwur), lalu muncul keinginan (iradah) dan akhirnya melahirkan perbuatan (fi'l). Perbuatan yang dilakukan secara berulang akan melahirkan karakter ('adat) Baik tidaknya suatu karakter tergantung dari input informasi yang masuk. (Ibnu al-Qayyim al-Jauziyyah, I/190)

Teori ini juga dikuatkan oleh teori perubahan karakter Juni Pranoto yang mengatakan bahwa nilai yang bisa merubah mindset seseorang dan selanjutnya siap dilanjutkan menjadi habits adalah nilai yang memiliki empat syaraf, yaitu: pertama, konsep yang benar; kedua, proses yang konsisten; ketiga: motivasi yang tinggi; dan keempat: dilakukan secara kontinyu dan melalui pembiasaan 'habit'. (Harjani Hefai, 2008)

## Kesimpulan

Dari berbagai pelatihan yang diselenggarakan, para peserta merasakan kepuasan mengikuti pelatihan dan secara umum memahami secara baik apa yang disampaikan. Penerapan "The 7 Islamic Daily Habits" dalam membangun sumber daya manusia (SDM) berkarakter unggul menunjukkan dampak positif yang signifikan. Kebiasaan harian Islami seperti shalat lima waktu, membaca Al-Qur'an, dzikir dan doa, sedekah, menjaga waktu, menuntut ilmu, dan berinteraksi dengan sesama tidak hanya memperkuat aspek spiritual, tetapi juga membentuk karakter individu yang disiplin, empatik, produktif, dan berintegritas.

Dengan demikian, penerapan kebiasaan harian Islami yang konsisten dan terencana dapat menjadi strategi efektif dalam membentuk SDM yang tidak hanya kompeten secara teknis, tetapi juga memiliki karakter unggul yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.

## Referensi

- Abu al-Fida' Ismail bin Umat bin Katsir al-Qurasyi al-Dimasyqi, Tafsir al-Qur'an al-'Adam, (al-Madiuah al-Munawwarah: Dar al-Thayyibs 1424/1999).
- Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail, *Sahih al-Imam al-Bukhari* (Dalam Fath al-Bari), (Kairo: Maktabah al-Salafiyah, 1407 H), cet 3.
- Al-Tirmidhi, Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah, *al-Jami' al Sahih*. (Beirut: al-Kutub al-'Ilmiyyah).
- Al-Shaibni, Ahmad bin Hanbal, *Al-Musuad*, (Beirut: al-Maktab ; Islami, 1413), cet.1.
- Ibnu al-Qayyim al-Jauziyyah, Muhammad bin Abu Bakar al-Zar (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1393/1973), cet. 2,
- Harjani Hefni, *The 7 Islamic Daily Habits*, (Jakarta, Pustaka IKADI, 2008) Cet.1