

PSIKOLOGI SPIRITUAL DALAM ZAKAT DAN SEDEKAH

¹ Naufa Nuraniyyah Ayudina, ² Nayla Muhfida, ³ Rahmanda Tri Hapsari, ⁴ Najwa Awalia Rahma, ⁵ Raghil Filhaq, ⁶ Ghofur Ahmad ⁷ Andriyani

^{1,2,3,4,6,7} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ekonomi Bisnis Universitas Muhammadiyah Jakarta

⁵ Fakultas Ilmu Sosial Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Jl. KH Ahmad Dahlan, Cireundeu, Ciputat, Kota Tangerang Selatan, Banten, 1519

Email : nraniyyah@gmail.com, raghibfilhaq@gmail.com, andriyani@umj.ac.id*

ABSTRAK

Zakat dan sedekah merupakan dua instrumen utama dalam sistem sosial Islam yang berfungsi tidak hanya sebagai kewajiban religius, tetapi juga sebagai mekanisme pembinaan spiritual dan kesejahteraan psikologis. Metode Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur, berdasarkan analisis terhadap ayat Al-Qur'an, hadist, serta referensi ilmiah dari buku dan jurnal psikologi Islam. Hasil kajian menunjukkan bahwa zakat dan sedekah memiliki dampak signifikan terhadap pembentukan keseimbangan emosional, pengendalian diri, dan penguatan empati sosial. Kesimpulan Zakat dan sedekah tidak saja berfungsi sebagai ibadah yang menyucikan jiwa dan meningkatkan kualitas spiritual, tetapi juga memberikan dampak psikologis berupa keseimbangan emosi, pengendalian diri, dan empati sosial, sekaligus pemererat rasa solidaritas dan mengurangi ketimpangan dalam kehidupan bermasyarakat.

Kata kunci: Zakat, Sedekah, Psikologi Spiritual, Kesejahteraan, Sosial

ABSTRACT

Zakat and almsgiving are two key instruments in the Islamic social system that serve not only as religious obligations, but also as mechanisms for spiritual development and psychological well-being. The research method used is qualitative with a literature study approach, based on an analysis of verses from the Qur'an, hadith, and scientific references from books and journals on Islamic psychology. The results of the study show that zakat and almsgiving have a significant impact on the formation of emotional balance, self-control, and the strengthening of social empathy. Conclusion Zakat and almsgiving not only serve as acts of worship that purify the soul and improve spiritual quality, but also have psychological effects in the form of emotional balance, self-control, and social empathy, while strengthening solidarity and reducing inequality in social life.

Keywords: Zakat, Almsgiving, Spiritual Psychology, Welfare, Social

Article History

Received: Januari 2026

Reviewed: Januari 2026

Published: Januari 2026

Plagiarism Checker No 234

Copyright : Author

Publish by : Tashdiq



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](#)

A. PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Dari sudut pandang psikologi spiritual, zakat dan sedekah berfungsi sebagai sarana penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) yang membantu individu mencapai ketenangan batin dan keseimbangan emosional. Kesadaran bahwa harta merupakan amanah dari Allah mendorong munculnya sikap tawakal, syukur, dan kepedulian sosial. Hal ini menjadikan zakat dan sedekah bukan sekadar aktivitas sosial, melainkan juga proses pembinaan karakter yang berorientasi pada nilai-nilai tauhid. (Nurjannah, 2018b)

Zakat dan sedekah merupakan dua instrumen keuangan sosial yang sangat penting dalam sistem ekonomi Islam. Bagi mereka yang memenuhi kriteria tersebut, zakat secara resmi diwajibkan sebagai salah satu pilar sebagai salah satu rukun Islam. Sementara sedekah bersifat sukarela namun memiliki nilai moral dan sosial yang sangat tinggi. Meski banyak kajian telah menyoroti aspek ekonomi dan distribusinya, aspek psikologi spiritual dari zakat dan sedekah masih relatif minim dikaji secara mendalam. Dari ayat-Qur'an yang menyebutkan bahwa zakat berfungsi sebagai "membersihkan" dan "mensucikan" harta dan jiwa (QS At-Taubah 9:103) maka dapat diasumsikan bahwa praktik zakat dan sedekah juga memiliki dimensi spiritual dan psikologis yang signifikan. Al-Qur'an, Surah At-Taubah (9):103. :

خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

Artinya: "Ambillah zakat dari sebagian harta mereka, dengan zakat itu kamu membersihkan dan mensucikan mereka dan mendoalah untuk mereka. Sesungguhnya doa kamu itu (menjadi) ketenteraman jiwa bagi mereka. Dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui Q.S. (At-Taubah." (9):103.)

Tafsir Al-Mishbah. Menafsirkan bahwa kata tutahhiruhum (membersihkan) berarti mensucikan jiwa dari sifat kikir, dan tuzakkihim (menyucikan) berarti menumbuhkan sifat dermawan dan empati sosial. (Baihaqi, 2024)

B. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kepustakaan (literature research), yaitu dengan menelusuri berbagai referensi buku-buku, artikel, jurnal dan sebagainya yang peneliti anggap sesuai dengan pokok bahasan, Dan prinsip dasar penggunaan metode kualitatif deskriptif menurut Moloeng bahwa "Penelitian kualitatif bersifat deskriptif." Moleong (2007) yang menekankan dalam penelitian kualitatif deskriptif, data yang dikumpulkan terdiri dari kata-kata dan gambar, bukan angka. Teknik pengumpulan data meliputi tinjauan dokumen menggunakan data sekunder seperti undang-undang, buku, artike, teori, dan pendapat para ahli. (Moleong, 2007)

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

SEDEKAH, ZAKAT HARTA, DAN ZAKAT FITRAH

1. Definisi Zakat dan Zakat Maal

Kata "zakat" berasal dari kata "berkah", "pertumbuhan". Siapa pun yang membayar zakat menyucikan diri dan hartanya, dengan harapan pahala dan keberkahan akan bertambah. Menurut hukum Islam. zakat adalah sejumlah uang yang dalam kondisi tertentu, wajib dibayarkan dan disalurkan kepada orang-orang yang berhak setelah mencapai batas tertentu. Artinya, uang yang dalam kondisi tertentu, wajib dibayarkan dan disalurkan kepada orang-orang yang berhak setelah mencapai batas tertentu. (AL-jamal Ibrahim Muhammad, 1986)

Ketika kekayaan orang kaya melebihi batas minimum, mereka memiliki kewajiban sosial untuk membayar zakat, yang harus dibayarkan dalam waktu satu tahun. Zakat merupakan suatu ibadah. Tujuannya adalah untuk mencapai distribusi yang adil dan merata dalam perekonomian. Zakat merupakan sumber pendapatan

potensial yang penting bagi pengembangan masyarakat dalam organisasi ekonomi Islam. oleh karena itu, Al-Qur'an mewajibkan agar zakat diberikan kepada mereka yang berhak menerimanya.

Zakat mal merupakan zakat yang wajib dibayarkan bagi seluruh umat muslim yang telah mencapai nisab dan haul. Selain memiliki fungsi untuk spiritual, zakat mal juga berfungsi untuk meningkatkan kesejahteraan sosial. Di era modern seperti sekarang ini, perlunya peningkatan tentang zakat dan penggunaan teknologi menjadi kunci untuk mengelola zakat mal agar lebih efektif dan mampu menjawab tantangan kesejahteraan masyarakat secara berkelanjutan. (Najwa Tirsia Aninda, 2025)

Menurut Yusuf al-Qaradawi dalam bukunya *Fiqh al-Zakah*, zakat maal mencerminkan kewajiban sosial bagi individu yang memiliki kekayaan berlebihan untuk membersihkan harta tersebut dan menumbuhkan solidaritas sosial. Tujuannya adalah untuk membantu kaum fakir miskin, meringankan beban masyarakat yang membutuhkan, dan meratakan distribusi kekayaan.

Zakat al-mal, yang juga dikenal sebagai zakat harta, adalah jenis zakat yang diberikan kepada orang-orang yang membutuhkan menggunakan harta, seperti uang tunai, emas, perak, atau aset lainnya. Mal berarti harta dalam bahasa Arab. Zakat Mal dengan demikian, adalah zakat yang dipotong dari sebagian harta seseorang. Sehingga wajib dikeluarkan setiap tahun sekali bagi seseorang yang telah mencapai nisab mencakup keuntungan seperti dari hasil perdagangan, pertanian, perternakan, harta karun. Setiap jenis memiliki cara perhitungannya masing-masing. (Nur & Sanusi, 2024)

2. Zakat Fitrah

Setiap Muslim diwajibkan untuk membayar zakat Al-Fitr yang disebut juga dengan Zakat Al-Fitrah, pada akhir bulan Ramadhan. Zakat Al-Fitr tidak hanya bertujuan untuk membersihkan jiwa dan membebaskan diri dari dosa-dosa dan kelemahan selama berpuasa dibulan suci Ramadhan, namun juga berperan sebagai alat untuk meningkatkan solidaritas sosial diantara komunitas. Waktu pelaksanaan zakat ini memiliki ketentuan yang sangat khusus dan terbatas, yaitu sebelum pelaksanaan Idul Fitri. Sebaiknya, zakat fitrah diserahkan dari mulai malam hari raya hingga sebelum pelaksanaan shalat Idul Fitri, namun diizinkan juga untuk membayarnya mulai dari dua hari sebelum Idul Fitri. Selain kewajiban dan waktu pelaksanaannya, pihak yang berhak menerima zakat fitrah disebut mustahiq mencakup kelompok-kelompok seperti fakir, miskin, amil, mualaf, riqab, gharim, fisabilillah, Ibnu Sabil (musafir kehabisan bekal). (Avrilibel et al., 2025)

Menurut Hasby Ash-Shidieqy, jika melihat makna zakat fitrah (zakat yang diberikan untuk berbuka atau menyempurnakan puasa), zakat tersebut dibayarkan sejak terbenamnya matahari menjelang Idul Fitri atau akhir Ramadan hingga sebelum salat Idul Fitri. Jika dibayarkan di luar waktu tersebut, maka zakat tersebut dianggap sebagai sedekah. (Ababuddin, 2021)

Zaka Al-Fitr adalah zakat yang membanru umat islam kembali ke fitrah mereka dan membersihkan jiwa mereka dari kotoran atau dosa yang disebabkan oleh pengaruh sosial, diantara hal-hal lain. Fitrah di definisikan sebagai esensi bawaan dari perasaan dan tempramen keagamaan. Hal ini sebagaimana terdapat dalam firman Allah SWT QS. al-A'la/87:14. (Fatmawati, 2024)

Para ulama sepakat bahwa zakat fitrah tidak boleh kurang dari satu sha. (Ibnu Rusyd, 2007: 627). makanan pokok. (Ubabuddin, 2021)

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُسْلِمَةَ، عَنْ مَالِكٍ، عَنْ نَافِعٍ، عَنْ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ «فَرَضَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ زَكَاةَ الْفِطْرِ صَاعًا مِنْ تَمْرٍ، أَوْ صَاعًا مِنْ شَعِيرٍ، عَلَى الْعَبْدِ وَالْحُرِّ، وَالذَّكَرِ وَالْأُنْثَى، وَالصَّغِيرِ وَالْكَبِيرِ مِنَ الْمُسْلِمِينَ، وَأَمَرَ بِهَا أَنْ تُؤَدَّى قَبْلَ خُرُوجِ النَّاسِ إِلَى الصَّلَاةِ»

Artinya : “Rasulullah saw mewajibkan zakat fitrah sebanyak satu sha’ dari kurma atau satu sha’ dari gandum terhadap hamba dan orang merdeka, laki-laki dan perempuan dan anak-anak dan dewasa dari kaum muslimin. Beliau memerintahkan agar mengeluarkan zakat fitrah sebelum orang-orang berangkat menunaikan shalat Id.” (Imam Bukhori, Shahih Bukhari: 174)

Zakat al-fitr wajib dibayarkan oleh semua Muslim, baik yang merdeka maupun yang diperbudak. Siapapun yang memenuhi dua syarat beraga Islam, tanpa memandang jenis kelamin dan lahir sebelum matahari terbenam pada hari terakhir bulan Ramadhan, wajib memayar zakat fitrah. (Fauzan, 2025)

Oleh karena itu anak yang lahir setelah matahari terbenam dibebaskan membayar zaka dari kewajiban membayar zakat al-fitr. Hal ini juga menjelaskan mengapa zakat fitrah tidak dibatasi usia, melainkan oleh memiliki harta lebih dari yang dibutuhkan untuk menghidupi diri sendiri dan keluarga pada malam Idul Fitri dan hari berikutnya. Oleh karena itu, zakat al-fitr tidak diwajibkan bagi Individu yang tidak memiliki kelebihan harta pada malam tersebut. Hal ini menjelaskan mengapa, sesuai dengan kondisi mereka, baik orang merdeka maupun budak diwajibkan membayar zakat al-fitr.

3. Sedekah

Salah satu kewajiban seorang Muslim yang kaya adalah memberikan sedekah kepada mereka yang berhak menerimanya. Sedekah adalah hak Allah SWT. Dalam bentuk harta yang disumbangkan oleh orang kaya kepada Allah SWT. Yang berhak menerimanya dari orang-orang yang membutuhkan fakir dan miskin.

Memberikan atau menyumbangkan sesuatu tanpa memandang kondisi atau status adalah definisi lain dari sedekah. Muhammad Hasan menyatakan bahwa definisi sedekah dalam hukum syariah identik dengan infaq, termasuk aturan dan prosedurnya. Perbedaannya adalah infaq merujuk pada barang-barang. (Hafiduddin, 1998)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُبْطِلُوا صَدَقَتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَى كَالَّذِي يُنْفِقُ مَالَهُ رِئَاءَ النَّاسِ وَلَا يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ ءَآخِرِ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ صَفْوَانٍ عَلَيْهِ ثَرَابٌ فَأَصَابَهُ وَابِلٌ فَتَرَكَهُ صَلْدًا لَا يَقْدِرُونَ عَلَى شَيْءٍ مِّمَّا كَسَبُوا وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu menghilangkan (pahala) sedekahmu dengan menyebut-nyebutnya dan menyakiti (perasaan si penerima), seperti orang yang menafkahkan hartanya karena riya kepada manusia dan dia tidak beriman kepada Allah dan hari kemudian. Maka perumpamaan orang itu seperti batu licin yang di atasnya ada tanah, kemudian batu itu ditimpa hujan lebat, lalu menjadilah dia bersih (tidak bertanah). Mereka tidak menguasai sesuatupun dari apa yang mereka usahakan; dan Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang yang kafir.” (Q.S. Al-baqarah 264)

Harta itu disebut dengan sedekah karena didalamnya terkandung berkah penyucian jiwa, pengembangan dengan kebaikan-kebaikan, dan harapan untuk mendapat. Hal itu disebabkan asal kata sedekah adalah al- shodaqoh yang berarti tumbuh, suci, dan berkah. Disamping sedekah wajib, ada juga sedekah yang disunnahkan dan dianjurkan untuk dikeluarkan kapan saja. (Saputra, 2022) Hal ini disebabkan karena anjuran dari al-Qur’an dan as-Sunnah untuk mengeluarkan sedekah tidaklah terikat.

Sedekah atau *shadaqah* berasal dari kata *sidq* yang berarti kebenaran atau kejujuran. Istilah ini menunjukkan bahwa tindakan bersedekah mencerminkan kejujuran iman seseorang kepada Allah SWT. Secara terminologis, sedekah dapat dipahami sebagai pemberian seseorang kepada pihak lain secara sukarela dan ikhlas, baik berupa harta, tenaga, waktu, maupun bentuk amal kebajikan lainnya, dengan tujuan untuk memperoleh keridaan Allah SWT.

Sedekah tidak memiliki batasan waktu, jumlah, maupun bentuk tertentu. Sedekah juga tidak terbatas pada pemberian materi, tetapi mencakup segala bentuk kebaikan seperti membantu sesama, (Ubabuddin, 2021) memberi senyuman, mengajarkan ilmu, dan berbuat baik kepada makhluk lain. Dalam Islam, sedekah memiliki dimensi ganda, yaitu spiritual dan sosial. Secara spiritual, sedekah menjadi wujud rasa syukur dan pengakuan bahwa segala harta adalah titipan Allah. Secara sosial, sedekah menjadi sarana memperkuat solidaritas, menumbuhkan kepedulian, serta mengurangi kesenjangan antara golongan mampu dan tidak mampu.

A. Hukum Zakat

Salah satu landasan utama Islam dan komponen kunci dalam pembentukan hukum Islam adalah zakat. Menurut hadits dari Ibn Umar, Nabi Muhammad SAW, menyatakan bahwa Islam didasarkan pada lima rukun menegakkan sholat, membayar zakat, berpuasa selama bulan Ramadhan, menunaikan haji jika mampu, dan bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah SWT. Oleh karena itu, setiap Muslim yang memenuhi syarat tertentu wajib mematuhi peraturan zakat. Landasan hukum diwajibkannya zakat yaitu :

1. Al-Qur'an Surat At-Taubah : 103

“Ambilah zakat dari sebagian harta mereka, dengan zakat itu kamu membersihkan diri dan mensucikan mereka”

2. Al-Qur'an Surat Al-Baqarah : 43

“dirikanlah sholat, tunaikan zakat, dan ruku'lah bersama orang-orang yang ruku”

3. Surat Al-An'aam : 43

“Makanlah buahnya jika telah berbuah dan tunaikan haknya (kewajibannya) di hari memetik hasilnya (dengan dikeluarkan zakatnya)”

Zakat bukan hanya sekedar tanggung jawab agama, tetapi juga manifestasi nyata perhatian terhadap orang lain. Ia muncul sebagai alat distribusi kekayaan yang bertujuan menutup kesenjangan kekmiskinan, memperkuat solidaritas sosial, dan membangun masyarakat yang lebih inklusif serta adil. Dengan zakat, islam menjadikan keadilan ekonomi sebagai sarana untuk menciptakan kehidupan yang lebih manusiawi. Kemudian pengelolaan zakat di Indonesia telah menunjukkan kemajuan yang signifikan sejalan dengan penguatan dasar hukum yang mengaturnya. Melalui disahkannya Undang-Undang Nomor 38 Tahun 1999 mengenai pengelolaan zakat. (Irmandi et al., 2025)

B. Nilai-Nilai Psikologi Spiritual Zakat Dan Sedekah

Dalam kehidupan manusia, zakat dan sedekah tidak hanya berperan sebagai instrumen ibadah dan pengaturan ekonomi, tetapi juga mengandung nilai-nilai psikologis yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, karena melalui praktik memberi tersebut individu diajarkan menyucikan harta dan diri dari sifat negatif seperti kikir, dengki, dan rasa memiliki berlebihan, sehingga pemberian tidak dipandang sebagai kehilangan, melainkan sebagai proses pemurnian yang menumbuhkan empati, rasa syukur, kebersamaan, sikap saling menghargai, serta memperkuat hubungan sosial dan persaudaraan antara pemberi dan penerima. (Irsan, Khairunnas Jamal, 2023)

Kesediaan seseorang untuk membayar zakat dan sedekah bukanlah pilihan yang sederhana melainkan hasil dari proses psikologis dan spiritual yang kompleks yang tercermin dalam tindakan mereka. Setelah melakukan pencarian Al-Qur'an. Ditemukan sejumlah ayat yang diperlukan dalam dua surah. Ayat-ayat yang dimaksud dalah terdapat dalam surah Ash-shaff ayat 10-13 dan surah Al-Baqarah ayat 261-271 dan 273. Aspek-aspek perilaku psikologis dan spiritual dalam pemberian zakat dan sedekah ditemukan setelah 16 ayat tersebut dipelajari. (Nurjannah, 2018c)

Zakat dan sedekah merupakan dua elemen penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis umat muslim. Hal ini karena zakat dapat menumbuhkan banyak sikap positif seperti ketulusan, kasih sayang dan rasa syukur. Selain itu zakat juga dapat

mencegah sifat-sifat negatif seperti keserakahan, kesombongan, dan keegoisan. (Masroom et al., 2020)

C. Spirit Yang Terkandung Dalam Zakat Dan Sedekah

Roh yang terdapat dalam zakat dan sedekah adalah kesadaran untuk memperhatikan orang lain, terutama yang membutuhkan, sehingga menumbuhkan rasa empati dan solidaritas sosial. Zakat dan sedekah berperan dalam mensucikan harta serta hati, di mana zakat menyucikan harta dari sifat kikir dan keserakahan, sementara sedekah mensucikan hati dari egoisme dan cinta dunia yang berlebihan.

1. Pembuktian Ketulusan Tauhid

Menurut DSN-MUI, pernyataan iman adalah janji lisan untuk menyembah Allah SWT. saja Namun, komitmen ini harus datang dari pengabdian yang tulus kepada monoteisme. Tidak cukup hanya dengan mengucapkan kata - kata, tetapi juga harus ditunjukkan melalui tindakan. Allah SWT berfirman.

وَلْيَعْلَمَنَّ الَّذِينَ صَدَقُوا اللَّهَ فَلْيَعْلَمَنَّ قَبْلَهُمْ مِنَ الَّذِينَ فَتَنَّا ۚ وَلَقَدْ يَفْتَنُونَ لَا وَهُمْ أَمَّا يَقُولُوا أَن يُتْرَكُوا أَن النَّاسُ أَحْسَبُ الْكَذِبِينَ

“Apakah manusia itu mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan: “Kami telah beriman”, sedang mereka tidak diuji lagi? (2) Dan sesungguhnya kami telah menguji orang-orang yang sebelum mereka, maka sesungguhnya Allah mengetahui orang-orang yang benar dan sesungguhnya Dia mengetahui orang-orang yang dusta. (3)” (Q.S. al-‘Ankabut, 2-3)”

2. Allah membagi orang-orang yang berdonasi menjadi dua kelompok yakni orang-orang beriman dan orang-orang kafir..

3. Orang-orang beriman yaitu :

- a. Orang yang benderma dengan ruh tauhid kepada Allah dan Rasul-Nya.
- b. Mengikuti suara fitrah Nurani dari Allah SWT. Yang terpercaya dan jujur, dapat membantu mengalahkan bisikan licik setan, baik yang berasal dari dalam maupun luar diri.
- c. Karena sifatnya yang tulus, Rihda mengembangkan rasa empati yang kuat terhadap orang-orang yang membutuhkan, yang menginspirasi untuk memberikan segalanya tanpa mengharapkan imbalan apapun.

4. Penderma Kafir adalah :

- a. Mereka yang seolah-olah berdonasi di jalan Allah SWT. Namun, tidak memiliki sikap monoteitis terhadap Allah SWT dan Rasul-Nya.
- b. Karakter ini menyerah pada dorongan setan setelah kalah dalam perjuangan melawan bisikan suara suci kebenaran.
- c. Keserakahan dan ketamakan lahir dari keinginan setan. Ria, tidak memiliki empati dan keburukan lainnya.
- d. Ciri-ciri diklasifikasikan sebagai ketidak percayaan yang merugikan diri sendiri dan orang lain. (Nurjannah, 2018a)

D. Kesimpulan

Psikologi spiritual zakat dan sedekah menunjukkan bahwa bersedekah tidak hanya berfungsi sebagai kewajiban sosial-keagamaan, tetapi juga sebagai proses transformasi batin yang memperkuat kesadaran diri, empati, dan hubungan dengan Tuhan. Melalui bersedekah, orang-orang merasakan berkurangnya keterikatan pada harta benda, rasa syukur yang lebih besar, dan penguatan nilai-nilai moral seperti ketulusan dan kepedulian. Secara psikologis, zakat dan sedekah berperan penting dalam mendorong keseimbangan emosional dan spiritual, karena bersedekah menciptakan ruang untuk refleksi diri, pengendalian diri, dan pemahaman hidup yang lebih mendalam. Dari perspektif sosial, psikologi spiritual zakat dan sedekah menciptakan dampak kolektif yang memperkuat solidaritas dan kesejahteraan masyarakat. Dengan demikian, zakat

dan sedekah berfungsi sebagai alat spiritual dan sosial dengan fungsi ganda: membentuk karakter individu yang lebih berfokus pada kebaikan dan memperkuat struktur sosial yang harmonis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ababuddin. (2021). PERAN ZAKAT, INFAQ DAN SHADAQAH DALAM KEHIDUPAN. *Jurnal Ilmiah Al-Muttaqin: Jurnal Kajian Dakwah Dan Sosial Keagamaan*, 6(1), 60-76.
- AL-jamal Ibrahim Muhammad. (1986). *Fuqh al-Mar'ah al-Muslimah* (Anshori Umar (ed.)). Asy-Syifa.
- Avrilibel, Y. B., Hidayati, R. N., Siswadi, A. A., & Fauzia, A. W. (2025). Zakat Fitrah dalam Perspektif Fiqih Islam : Kewajiban , Waktu , dan Mekanisme Penyaluran Universitas Tidar , Indonesia. 243-257. <https://share.google/kR8hOsvSW3RSKVfYG>
- Baihaqi. (2024). Pemberdayaan Orang Miskin dalam Al-Qur'an: Studi Konsep Zakat Perspektif Quraisy Shihab 1. 02(02), 128-143. <https://doi.org/doi.org/10.52029>
- Fatmawati. (2024). Analisis Zakat Fitrah dan zakat mal dalam islam. *Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1, 52-55. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10466049>
- Fauzan, A. (2025). Takhrij Hadist Tentang Zaka Fitrah Menggunakan Metode Tashih, Musqoronah, Tahlil, Tarjih, dan Takhkim. 3. https://drive.google.com/file/d/1a_6PfJtC0bTO6ZvrBOnecFt1oA1NNTJ-/view?usp=drive_link
- Hafiduddin, D. (1998). *Paduan Praktis Tentang Zakat, Infak, dan Sedekah*. <https://books.google.co.id/books>
- Irmandi, N., Khairi, N. H., & Suwardi, S. (2025). Analisis Hukum Zakat di Indonesia : Studi terhadap Perundang- undangan dan Fatwa Majelis Ulama Indonesia. 4(2). <https://share.google/3ivEf8jcHSrXvee6J>
- Irsan, Khairunnas Jamal, M. N. F. (2023). Analisi Nilai-Nilai Psikologi Hukum Islam Dalam Sedekah. *Dirasat Islamiyah*, 10. <https://ejournal.stdiis.ac.id/index.php/Al-Majalis/article/view/302>
- Masroom, N., Mohd, W., Wan, A., Yunus, M., & Huda, M. (2020). Review Article UNDERSTANDING OF SIGNIFICANCE OF ZAKAT (ISLAMIC CHARITY) FOR PSYCHOLOGICAL WELL-BEING. *Journal of Critical Reviews*, 7(2), 693-697. <https://share.google/IDDVWym514rliPByK>
- Moleong, L. J. (2007). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. <https://elibrary.bsi.ac.id/readbook/205827/metodologi-penelitian-kualitatif>
- Najwa Tirsia Aninda, Y. A. P. (2025). ZAKAT MAL DALAM PERSPEKTIF ISLAM : DASAR HUKUM , SYARAT DAN PERANNYA DALAM. 9(5), 31-35. <https://share.google/IO5WE3WnrhvahYyHP>
- Nur, M., & Sanusi, T. (2024). Analisis Zakat Fitrah dan Zakat Mal dalam Islam. 1. <https://share.google/nIUIUXWMSAo6z9xoL>
- Nurjannah. (2018a). Psikologi Spiritual Zakat dan Sedekah. *Istinbath Jurnal Hukum Islam*. <https://media.neliti.com/media/publications/418671-none-0ae4b02c.pdf>
- Nurjannah. (2018b). Psikologi Spiritual Zakat Dan Sedekah. 1, 17. <https://doaj.org/article/3ef39f21983f4dc0b0a2c2a29a2c8294>
- Nurjannah. (2018c). PSIKOLOGI SPIRITUAL ZAKAT DAN SEDEKAH. 17. <https://sg.docworkspace.com/d/slOOjlZqtAc-ywMgG?sa=601.1074>
- Saputra, T. (2022). Hikmah Sedekah Dalam Al-Qur'an dan Hadits. 8. <https://conferences.uinsgd.ac.id/gdcs>
- Ubabuddin. (2021). INFAQ DAN SHADAQAH DALAM KEHIDUPAN, JURNAL ILMIAH AL-MUTTAQIN. *Kajian Dakwah Dan Sosial Keagamaan*, 6, 60-76. <https://journal.iaisambas.ac.id/index.php/Al-Muttaqin/article/download/368/296>
- Wibowo Arif. (2015). DISTRIBUSI ZAKAT DALAM BENTUK PENYERTAAN MODAL BERGULIR SEBAGAI ACCELERATOR KESETARAAN KESEJAHTERAAN. *Ilmu Manajemen*, 12. <https://share.google/gKQS9rtNvLsfbuXea>