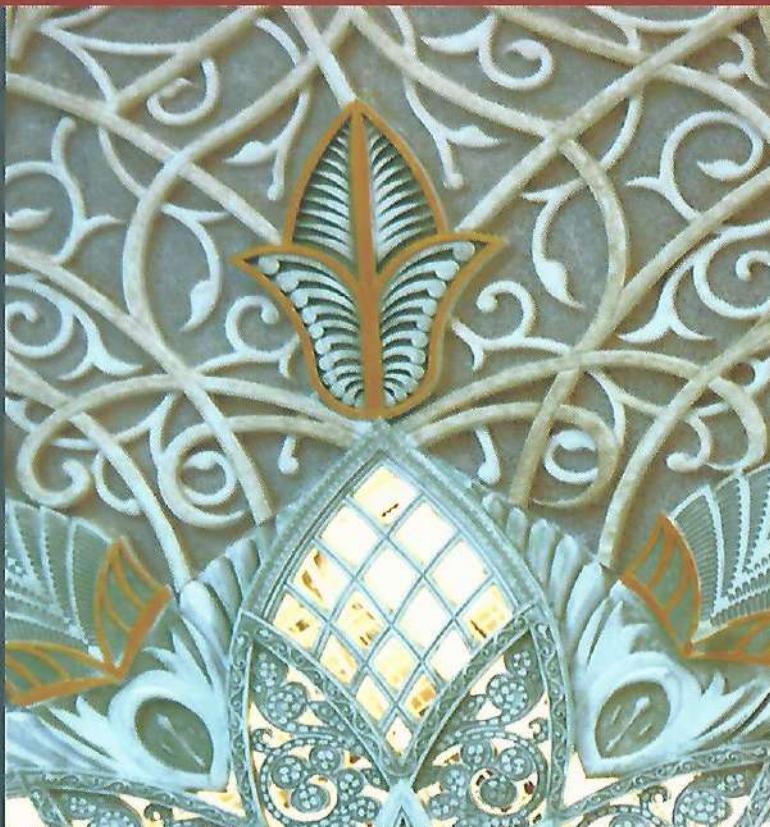


PROF. DR. H. ABDULLAH, M.SI



THE POWER OF MUHASABAH

MANAJEMEN HIDUP BAHAGIA
DUNIA AKHIRAT

The Power of
MUHASABAH

Manajemen Hidup Bahagia Dunia Akhirat

Prof. Dr. H. Abdullah, M.Si

The Power of **MUHASABAH**

Manajemen Hidup Bahagia
Dunia Akhirat

Editor:

Abd. Rasyid
Yaseer Arafat



Kelompok Penerbit Perdana Mulya Sarana

PEDOMAN TRANSLITERASI

THE POWER OF MUHASABAH Manajemen Hidup Bahagia Dunia Akhirat

Penulis: Prof. Dr. H. Abdullah, M.Si

Editor: Abd. Rasyid dan Yaseer Arafat

Copyright © 2016, pada penulis
Hak cipta dilindungi undang-undang
All rights reserved

Penata letak: Muhammad Yunus Nasution
Perancang sampul: Aulia@rt

Diterbitkan oleh:

PERDANA PUBLISHING

Kelompok Penerbit Perdana Mulya Sarana
(ANGGOTA IKAPI No. 022/SUT/11)

Jl. Sosro No. 16-A Medan 20224

Telp. 061-77151020, 7347756 Faks. 061-7347756

E-mail: perdanapublishing@gmail.com

Contact person: 08126516306

Cetakan pertama: Mei 2016

ISBN 978-602-6970-87-9

Dilarang memperbanyak, menyalin, merekam sebagian atau seluruh
bagian buku ini dalam bahasa atau bentuk apapun tanpa
izin tertulis dari penerbit atau penulis

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	a	ض	dh
ب	b	ط	th
ت	t	ظ	zh
ث	ts	ع	'
ج	j	غ	gh
ح	-h	ف	f
خ	kh	ق	q
د	d	ك	k
ذ	dz	ل	l
ر	r	م	m
ز	z	ن	n
س	s	و	w
ش	sy	ه	h
ص	sh	ي	y

SEKAPUR SIRIH

 uji dan dan syukur kepada Allah SWT, bahwa atas izin-Nya buku ini dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang direncanakan. Salawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW.

Untuk menentukan judul dan daftar isi buku ini ikut terlibat diskusi secara serius Dr. H.M. Yakub, MA, dan Dr. Azhari Akmal Tarigan, MA. Pada awalnya buku ini berjudul Muhasabah. Kemudian setelah diskusi terjadi revisi sehingga judulnya menjadi *The Power of Muhasabah: Manajemen Hidup bahagia Dunia Akhirat*.

Buku ini merupakan pernik-pernik tulisan yang berserakan. Sebagiannya pernah dimuat di harian umum WASPADA dan ANALISA Medan dan sebahagian yang lain bersumber dari ceramah agama di berbagai forum dan tempat. Namun bab pertama dan beberapa artikel pada bab lainnya sengaja ditulis untuk memenuhi tuntutan judul buku ini.

Semangat mengumpulkan yang terserak dan menulis kembali yang terucapkan diilhami oleh ungkapan dalam bahasa Inggris “*Publish or perish*” dan dalam bahasa Latin “*Scripta manent verba volant*”, yaitu semua yang ditulis dan dipublikasikan akan abadi dan semua yang diucapkan akan musnah atau hilang.

Tulisan dalam buku ini menjadi layak diterbitkan setelah diedit dan dikoreksi dengan serius. Dua orang yang bekerja keras untuk tugas tersebut adalah Abd. Rasyid dan Yaseer

Arafat. Keduanya dosen muda Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Sumatera Utara. Atas dedikasinya untuk buku ini saya ucapkan terima kasih.

Akhirnya saya berharap buku ini bermanfaat bagi mahasiswa, da'i dan khatib khususnya. Akan tetapi buku ini juga layak dibaca oleh siapa saja yang ingin melakukan muhasabah dalam hidupnya. Sangat disadari bahwa buku ini terdapat kekurangan, terutama terjadinya pengulangan di sana sini. Tidak ada yang sempurna kecuali Yang Maha Kuasa. Selamat membaca.

Medan, 20 Mei 2016

Prof. Dr. Abdullah, M.Si

DAFTAR ISI

Pedoman Transliterasi	v
Sekapur Sirih	vi
Daftar Isi	viii
Bagian Pertama:	
MUHASABAH	1
❖ Konsep Dasar Muhasabah.....	3
❖ Muhasabah di Dunia.....	6
❖ Muhasabah di Akhirat	9
Bagian Kedua:	
MANAJEMEN DIRI	15
1. Manusia Perspektif Al-Qur'an	17
2. Visi dan Misi Hidup Muslim	25
3. Manajemen Waktu	34
4. Pola Hidup Seimbang	40
5. Kerja Sebagai Amal Saleh	46
6. Meraih Sukses dengan Tawakkal	52
7. Membangun Optimisme	58
8. Menata Qolbun Salim	66
9. Menjadi Manusia Terbaik	69
10. Memupuk Kearifan Hidup	76
11. Filosofi Memberi dan Menerima	80
12. Pilar-Pilar Kebahagiaan	84
13. Bicara atau Diam	88

14. Terapi Stres	91
15. Hakekat Musibah	97
16. Belajar Kesabaran Dari Nabi Ayyub AS	103
17. Mustarikh dan Mustarah	107

Bagian Ketiga:

MANAJEMEN KELUARGA MUSLIM	111
1. Menakar Kekuatan Cinta	113
2. Pendidikan Anak dalam Keluarga Muslim.....	117
3. Keluarga Muslim dan Tantangan Globalisasi	126

Bagian Keempat:

SIMPUL-SIMPUL TAKWA	133
1. Marhaban Ya Ramadan.....	135
2. Manajemen Ramadan	140
3. Madrasah Ramadhan	145
4. Bermesra dengan Syahrul Mubarak.....	148
5. Memetik Hikmah Puasa Ramadan	151
6. Antara Marah dan Memaaafkan	157
7. Ramadan Bulan Pendidikan Keluarga	161
8. Dekati Al-Qur'an dengan Lima M	165
9. Lebih Dekat dengan Al-Qur'an	169
10. Momentum Menggapai Maghfirah	173
11. Maghfirah dan Kesehatan Jiwa	177

Bagian Kelima:

KEMBALI KEPADA FITRAH	181
1. Zakat Fitrah dan Kerelaan Berbagi	183
2. Fitrah dan Lorong-lorong Takwa	188

3. Idul Fitri Antara Kemenangan dan Tantangan .	193
4. Manajemen Pasca Idul Fitri	198

DAFTAR PUSTAKA	203
-----------------------------	-----

TENTANG PENULIS	206
------------------------------	-----



MUHASABAH

MUHÂSABAH

Muhâsabah adalah salah satu konsep yang diajarkan Islam. Konsep tersebut memiliki fungsi strategis. Jika konsep ini diaplikasi atau dipraktekkan maka umat Islam akan mengalami kemajuan, kejayaan dan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Kebahagiaan di akhirat jika seseorang masuk surga. Inilah sebenarnya visi hidup seorang muslim. Oleh sebab itu, di sini perlu pembahasan tentang Muhâsabah secukupnya. Pembahasannya meliputi tiga hal, yaitu konsep dasar muhâsabah, muhâsabah di dunia dan muhâsabah di akhirat.

1. KONSEP DASAR MUHÂSABAH

Istilah Muhâsabah secara tidak langsung ditemukan dalam Al-Qur'an dan Hadis. Muhâsabah berasal dari kata *hasaba*, *yuhâsibu*, *muhâsabah*. Muhâsabah memiliki arti menghitung, mengevaluasi, mengoreksi dan juga bermakna introspeksi. Dalam Ilmu Akutansi, muhâsabah memiliki kedekatan makna dengan mengaudit. Dalam konteks ini, ada ungkapan yang dinisbahkan kepada Umar bin Khatab: "*Hâsibu anfusakum qabla antuhâsabu*", Adakanlah perhitungan kepada dirimu sebelum kamu diperhitungkan kelak.¹

Muhâsabah juga berkaitan dengan manajemen diri (*self*

¹ 'Aidh al-Qarni, *Lâ Tahzan*, (Jakarta: Qishti Press, 2004), h. 283.

management). Fungsi manajemen yang amat sederhana dikenal dengan perencanaan (planning), pengorganisasian (organizing), pelaksanaan (actuating) dan pengawasan atau evaluasi (controlling) dan sering disingkat dengan POAC.² Muhsabah berkaitan dengan keempat fungsi manajemen tersebut. Allah SWT mengajarkan kita untuk membuat perencanaan. Perhatikan firman Allah surah al-Hasyr [59] ayat 18:

يَنِيَّمُهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَتَقُوا اللَّهَ وَلَتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَأَتَقُوا
اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ حَبِّرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Pada ayat di atas terdapat dua kali perintah untuk bertakwa. Pertama Allah SWT mengajak orang-orang beriman untuk bertakwa, yaitu melaksanakan perintah-perintah Allah sesuai kemampuan masing-masing orang. Selanjutnya meninggalkan larangan-larangan-Nya secara maksimal atau totalitas. Hal itu dilakukan pada saat sendiri atau bersama orang lain. Kemudian, perintah bertakwa pada kali kedua, agar setiap orang bermuhsabah - mengecek, mengevaluasi dan memperbaiki serta menyempurnakan jika ada kekurangan amal atau karya yang telah dilakukan. Demikian komentar M. Qurish Shihab.³

² M. Manullang, *Dasar-dasar Management*, cet. 7 (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1981), h. 19.

³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2006), Vol. 14, h. 129-130.

Para ulama juga menaruh perhatian yang serius tentang muhsabah. Menurut Imam Al-Ghazali, bahwa Allah SWT selalu memperhatikan setiap hamba-Nya dan kelak akan mengadili, menimbang dan menghisab setiap amal termasuk kedipan mata dan getaran hati. Manusia tidak akan selamat dari pertanggungjawaban kecuali dengan bermuhsabah. Jika di dunia ini selalu bermuhsabah maka di akhirat akan ringan dalam menghadapi pertanggungjawaban. Sebaliknya jika di dunia tidak bermuhsabah maka di akhirat akan menanggung kehinaan.⁴

Kapan waktu untuk bermuhsabah? Hal ini sering ditanyakan. Menurut Ibn Qayyim, muhsabah hendaknya sebelum dan sesudah melakukan suatu perbuatan atau pekerjaan. Sebelum melakukan sesuatu, lalu bertanya:

Apakah pekerjaan ini sesuai dengan syariat?

Apakah pekerjaan ini saya lakukan ikhlas untuk Allah?

Kemudian setelah melakukan suatu perbuatan atau pekerjaan, bermuhsabah kembali dengan mengajukan pertanyaan berikut:

Apakah perbuatan tersebut saya lakukan sesuai dengan syariat?

Apakah sudah saya lakukan pekerjaan tersebut dengan ikhlas?

Niat memiliki arti penting dalam Islam. Sesuatu perbuatan tergantung niatnya. Sabda Nabi Muhammad SAW:

إِنَّمَا الْأَعْمَالَ بِالنِّيَّاتِ وَإِنَّمَا لِكُنْ اُمْرٍ مَا نَوَى فَمَنْ كَانَ هُنْجَرُ ثُمَّ إِلَى دُنْيَا يُصِيبُهَا أَوْ إِلَى امْرَأَةٍ يُنْكِحُهَا فَهُنْجَرُ ثُمَّ إِلَى مَا هَاجَرُ إِلَيْهِ

⁴ Husein Husein Syabatah, *Membersihkan Jiwa dengan Muhsabah* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003), h.149.

Semua perbuatan tergantung niatnya, dan (balasan) bagi tiap-tiap orang (tergantung) apa yang diniatkan; Barangsiapa niat hijrahnya karena dunia yang ingin digapainya atau karena seorang perempuan yang ingin dinikahinya, maka hijrahnya adalah kepada apa dia diniatkan (HR. Bukhari).

Sementara Ibnu Qudamah, menganjurkan agar muhâsabah dilakukan setiap pagi dan sore hari. Muhâsabah pagi hari untuk memperkuat jiwa dan memastikan bahwa hari ini saya bekerja dengan sungguh-sungguh ikhlas karena Allah SWT. Sementara pada sore hari untuk mengevaluasi tentang kekurangan perilaku dan perbuatan, ucapan dan hati sepanjang hari. Adapun ulama tasauf menganjur agar muhâsabah dilakukan setiap malam menjelang tidur. Dua hal utama untuk dimuhâsabahkan. *Pertama*, bermuhâsabah tentang hal-hal positif yang telah dilakukan hari ini. Selanjutnya membangun komitmen dan tekad agar besok dapat meningkatkannya lagi. *Kedua*, tentang hal yang negatif. Kekurangan dan kesilapan hari ini, lalu bertekat untuk memperbaiki dan tidak boleh terulang lagi esok hari.

2. MUHÂSABAH DI DUNIA

Islam mengajarkan konsep hidup lima alam. Fase atau perjalanan hidup manusia diawali dari alam ruh. Lalu ruh dimasukkan ke alam kandungan (*rahim*). Setelah lebih kurang sembilan bulan, lalu lahir ke dunia. Selanjutnya sesuai dengan umur masing-masing, semua akan meninggal dan dimasukkan ke alam kubur atau *barzakh* (QS. al-Mukminun [23]:100) dan akhirnya dibangkitkan di alam akhirat.

Dua alam pertama -alam ruh dan alam rahim- manusia bersifat pasif. Di alam tersebut manusia belum ada tugas,

kewajiban dan tanggung jawab. Dua alam yang terakhir -alam barzakh dan alam akhirat- manusia mempertanggung-jawabkan segala amal/karyanya dan sekaligus menerima balasan. Sedangkan alam dunia merupakan tempat manusia untuk beramal, berkarya dan mengabdi kepada Allah dan berbuat baik kepada sesama manusia.

Kata dunia (الْدُّنْيَا) disebutkan dalam Al-Qur'an tidak kurang dari 109 kali.⁵ Dunia memiliki arti sekarang, rendah, hina dan sementara. Meskipun demikian dunia memiliki arti penting sebagai wadah dan sarana untuk beramal. Sebab tidak mungkin manusia memperoleh kebahagian di akhirat tanpa menjadikan dunia sebagai tempat ikhtiar, berkarya dan beramal. Bahkan manusia dipersiapkan sebagai khalifah (QS. al-Baqarah [2]:30), yaitu untuk memimpin, mengatur, memakmurkan dan melestarikan alam dan dunia ini.

Berkaitan dengan dunia dan akhirat, perhatikan firman Allah dalam surah al-Qashash [28] ayat 77:

وَابْتَغْ فِيمَا آتَيْنَاكَ اللَّهُ الْأَكْرَبُ وَلَا تَنْسِ نَصِيبَكَ مِنَ
الْأَرْضِيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي
الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ vv

Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) dunia ini dan berbuat baiklah

⁵ Antara lain dalam surah al-Baqarah [2] ayat 85, 86, 114, 130, 200, 201, 220 dan surah Ali Imran [3] ayat 14, 22, 45, 56, 117, 145, 148, 152 dan 186. Surah an-Nisa' ayat 74, 77, 94, 109, 134 dan surah al-Maidah [5] ayat 33 dan 41.

(kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.

Salah satu pemahaman terhadap ayat di atas, sebagai konsep hidup seimbang. M. Quraish Shihab membuat kesimpulan sebagai berikut. *Pertama*, dalam pandangan Islam, hidup duniawi dan ukhrawi merupakan satu kesatuan. Dunia merupakan tempat menanam dan akhirat tempat menuai. Apa yang ditanam di dunia maka akan dipetik buahnya di akhirat. Islam tidak mengenal istilah amal dunia dan amal akhirat.

Kedua, setiap muslim perlu menjadikan akhirat sebagai tujuan dan dunia hanya sebagai sarana untuk mencapai tujuan. Hal ini terlihat dari perintah mencari dengan penuh kesungguhan untuk kebahagiaan akhirat dan menyebutkan akhirat lebih dahulu daripada dunia. Ayat di atas juga menggarisbawahi bahwa dunia juga penting, tapi bukan sebagai tujuan, tetapi ia penting sebagai sarana.

Ketiga, dalam konteks kebahagiaan akhirat, ayat di atas menggunakan redaksi yang bersifat aktif dan menekankan untuk bersungguh-sungguh. Sementara untuk kebahagiaan dunia berbentuk pasif, *jangan melupakan*. Ini mengesankan keduanya adalah berbeda.⁶

Dalam konteks muhâsabah di dunia ini, tips berikut ini mungkin bermanfaat. Biasakan membawa buku catatan untuk bermuhsabah. Catat hal-hal negatif selalu Anda lakukan atau yang Anda lakukan hari ini. Kemudian berusahalah untuk

⁶ Shihab, *Tafsir*; vol. 10, h. 407-408.

meninggalkan secara total. Dalam hal bermuhsabah renungkan rumuskan sebagai berikut: Tingkatkan setiap waktu ketaatan kepada Allah dan berbuat baik kepada sesama manusia. Berhentilah atau stoplah seratus persen untuk melakukan yang dilarang atau maksiat kepada Allah SWT.

3. MUHASABAH DI AKHIRAT

Kata akhirat (آخرة) disebutkan 111 kali dalam Al-Qur'an. Kata dunia hanya 109 kali. Akhirat lebih banyak disebutkan dari dunia. Ini dapat dipahami akhirat lebih utama dan penting dari dunia. Akhirat atau hari berbangkit dikenal dengan hari perhitungan (*yaum al-hisab*). Allah akan menghitung semua amal perbuatan manusia, baik amal lahir maupun amal batin. Perhitungan itu berdasar amal-amal manusia yang besar maupun yang kecil dan telah tercatat dengan rapi dalam kitab amal setiap orang.

Banyak ayat Al-Qur'an yang menginformasikan kepada kita bahwa di akhirat akan ada pertanyaan dan pertanggungjawaban. Pertanggungjawaban di akhirat meliputi setiap perbuatan – yang baik baik atau jelek- setiap nikmat, janji dan ucapan. Ini artinya di akhirat akan ada aneka pertanyaan dan pertanggungjawaban.

Pertanyaan terhadap perbuatan antara lain firman Allah surah an-Nahl [16] ayat 93:

وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَجَعَلَكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَكِنْ يُضْلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي مَنْ يَشَاءُ وَلَتُسْأَلُنَّ عَمَّا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Dan jika Allah menghendaki, niscaya Dia menjadikan kamu

satu umat (saja), tetapi Dia menyesatkan siapa yang Dia kehendaki dan memberi petunjuk siapa yang Dia kehendaki. Dan sesungguhnya kamu pasti akan ditanya tentang apa yang telah kamu kerjakan.

Para mufassir dalam menafsirkan (عَنْ زَنْ) *Dan sesungguhnya kamu pasti akan ditanya tentang apa yang telah kamu kerjakan*, bahwa manusia akan diminta pertanggungjawaban setiap pekerjaan yang dilakukan di dunia. Tidak ada pekerjaan yang tidak dipertanggungjawabkan. Konsep ini menuntun kita untuk lebih hati-hati dalam bertindak dan berbuat. Setiap tindakan dan perbuatan harus sesuai dengan koridor agama.

Selain itu, setiap nikmat yang kita terima atau kita peroleh juga akan diminta pertanggungjawaban. Firman Allah surah at-Takatsur [102] ayat 8:

ثُمَّ لَتُسْكَنُ يَوْمَئِذٍ عَنِ الْأَنْعِيمِ ﴿٨﴾

Kemudian kamu pasti akan ditanyai pada hari itu tentang kenikmatan (yang kamu megah-megahkan di dunia itu).

Sejak kita terlahir ke alam dunia, hingga meninggal dunia cukup banyak nikmat Allah yang kita terima dan kita gunakan. Tentu saja nikmat-nikmat harus bisa kita pertanggungjawabkan.

Selain itu, penglihatan, pendengaran dan hati juga diminta pertanggungjawaban. Perhatikan firman Allah surah al-Isra' [17] ayat 36:

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ الْسَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولاً ﴿٣٦﴾

Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggungjawabnya.

Sementara Nabi Muhammad SAW menjelaskan tentang posisi orang yang berMuhasabah dan yang memperturutkan nafsu:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْكَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِهَا بَعْدَ الْمَوْتِ وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتَيَنَّ نَفْسَهُ هُوَ أَهْوَاهُ وَتَمَّتَّ عَلَى اللَّهِ

Nabi Muhammad saw bersabda: "Orang yang cerdas adalah orang yang menghitung-hitung dirinya dan beramal untuk setelah kematian, sebaliknya orang yang lemah adalah orang yang mengikuti jiwanya dengan hawa nafsunya dan berangan-angan kepada Allah." (HR. Ahmad dan Tirmidzi).

Di akhirat manusia tidak dapat berpisah dengan amalnya. Allah akan tampakkan amal masing-masing orang dalam buku atau kitab. Manusia juga dapat mengetahui atau menghitung amal perbuatannya sendiri. Hal ini dapat dipahami dari firman Allah surah al-Isra' [17] ayat 14:

أَقْرَأْ كِتَابَ كُفَّاً بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا ﴿١٤﴾

Bacalah kitabmu, cukuplah dirimu sendiri pada waktu ini sebagai penghisab terhadapmu"

Surah al-Qiyamah [75] ayat 14:

بَلِ الْإِنْسَنُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ ﴿١٤﴾

Bahkan manusia itu menjadi saksi atas dirinya sendiri

Berulang kali disebutkan dalam Al-Qur'an bahwa Allah melakukan perhitungan amal setiap orang dan Dia sangat cepat perhitunganNya. Perhatikan firman Allah di bawah ini. Surah al-Anbiya' [21] ayat 47:

وَنَصَّعَ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا ۚ وَإِنْ كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ حَرَدَلٍ أَتَيْنَاهَا ۗ وَكَفَى بِنَا حَسِيبَنَ ۝

Kami akan memasang timbangan yang tepat pada hari kiamat, maka tiadalah dirugikan seseorang barang sedikitpun. Dan jika (amalan itu) hanya seberat biji sawipun pasti Kami mendatangkan (pahala)nya. Dan cukuplah Kami sebagai pembuat perhitungan.

Surah al-An'am [6] ayat 62:

۝ ثُمَّ رُدُّوا إِلَىٰ اللَّهِ مَوْلَانَهُمُ الْحَقِّ إِلَّا هُوَ أَسْتَرُّ الْحَسِيبِينَ

Kemudian mereka (hamba Allah) dikembalikan kepada Allah, Penguasa mereka yang sebenarnya. Ketahuilah bahwa segala hukum (pada hari itu) kepunyaan-Nya. Dan Dialah Pembuat Perhitungan yang paling cepat.

Surah Ath-Thalaq [65] ayat 8:

وَكَائِنٌ مِّنْ قَرِيَّةٍ عَتَّٰ عَنْ أُمِّ رِتَّٰهَا وَرُسُلِهِ فَحَاسَبَتِهَا حِسَابًا شَدِيدًا وَعَذَّبَتِهَا عَذَّابًا نُّكَرًا ۝

Dan berapalah banyaknya (penduduk) negeri yang mendurhakai perintah Tuhan mereka dan Rasul-rasul-Nya, maka Kami hisab penduduk negeri itu dengan hisab yang keras, dan Kami azab mereka dengan azab yang mengerikan.

Surah al-Kahfi [18] ayat 49:

وَوُضِعَ الْكِتَبُ فَتَرَىٰ الْمُجْرِمِينَ مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَنْوِيَتَنَا مَالٍ هَذَا الْكِتَبِ لَا يُعَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَنَهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا ۗ وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا ۝

Dan diletakkanlah kitab, lalu kamu akan melihat orang-orang bersalah ketakutan terhadap apa yang (tertulis) di dalamnya, dan mereka berkata: "Aduhai celaka kami, kitab apakah ini yang tidak meninggalkan yang kecil dan tidak (pula) yang besar, melainkan ia mencatat semuanya; dan mereka dapatti apa yang telah mereka kerjakan ada (tertulis). Dan Tuhanmu tidak menganiaya seorang juapun"

Semua perilaku, perbuatan, amal atau karya manusia akan dipertanggungjawabkan di akhirat. Di antara Hadis yang berkaitan dengan hal itu adalah:

لَا تَرُوْلُ قَدْمُ ابْنِ آدَمَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ عِنْدِ رَبِّهِ حَتَّىٰ يُسَأَّلَ عَنْ خَمْسٍ عَنْ عُمُرٍ وَفِيهِ أَفْنَاهُ وَعَنْ شَبَابِهِ فِيهِ أَبْلَاهُ وَمَالِهِ مِنْ أَيِّنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيهِ أَنْفَقَهُ وَمَا ذَا عَمِلَ فِيهَا عَلِمَ

"Kaki Anak Adam tidaklah bergeser pada hari Kiamat dari sisi Rabbnya sehingga ditanya tentang lima hal; tentang umurnya untuk apa ia habiskan, tentang masa mudanya untuk apa dia pergunakan, tentang hartanya dari mana ia peroleh dan kemana dia infakkan dan apa yang ia lakukan dengan ilmunya." (HR. Tirmidzi).

Berdasarkan Hadis di atas, usia atau umur adalah pertanyaan pertama di akhirat. Untuk kegiatan apa umur kita dihabiskan.

Al-Qur'an membimbing umat Islam agar menggunakan usia atau waktu untuk tujuh aktivitas, yaitu beribadah –khususnya salat (QS. al-Ankabut [29]:45) sebagai ibadah wajib harian dan ibadah sunat lainnya, bekerja (QS. an-Naba' [78]:10, belajar atau menuntut ilmu (QS. al-Mujadalah [58]:11), mengurus dan membina keluarga (QS. at-Tahrim [66]:56, bermasyarakat untuk silaturahim (QS. Ali Imran [3]:112), berdakwah (QS. Ali Imran [3]: 104), dan istirahat dan tidur (QS. an-Naba' [78]:9.

Jika umur seseorang 60 tahun, dan 8 jam atau 1/3 setiap hari digunakan untuk tidur, maka ia menghabiskan waktu 20 tahun selama hidupnya untuk tidur. Waktu tidur manusia berdasarkan Hadis tidak ada hisab atau pertanyaan. Waktu bangun tinggal 40 tahun dan dipotong 15 tahun sebelum baligh. Selebihnya harus mampu dipertanggungjawabkan di hadapan Allah SWT.

Masa muda termasuk hal yang diminta pertanggungjawaban. Sebab masa muda adalah masa produktif. Pada sisi lain masa muda umumnya orang kurang taat beragama. Kalau bukan masa muda lebih banyak melakukan dosa. Oleh sebab itu wajar kalau masa muda secara khusus perlu dipertanggungjawabkan.

Adapun tentang harta ada dua pertanyaan. *Pertama*, harta diperoleh dari mana? Apakah dari sumber yang halal atau haram? *Kedua*, untuk apa harta manfaatkan. Sementara tentang ilmu, apa yang dilakukan dengan ilmunya. Tentunya pertanyaan lebih berat dijawab oleh para ilmuan. Apakah ilmu hanya sebagai kebanggaan, loput dari pengamalan. Ilmu sebenarnya untuk memperbaiki diri dan mengajari orang lain. Kelima hal di atas, kalau diajukan pertanyaan sekarang dan lalu kita jawab, bagaimana kira-kira jawabannya. Mari kita bertanya dan menjawab masing-masing.[]



MANAJEMEN DIRI

MANUSIA PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Manusia merupakan ciptaan Allah, maka Allah yang lebih mengetahui tentang hakekat manusia. Banyak Ayat Al-Qur'an yang berbicara tentang manusia.¹ Menurut Al-Qur'an manusia menempati posisi sebagai makhluk terbaik dari sisi ciptaan dan mulia kedudukannya.

Penjelasan Al-Qur'an bahwa manusia merupakan makhluk terbaik dari sisi ciptaan disebutkan pada surah at- Tin [95] ayat 4:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَنَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ
Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.

Selanjutnya manusia merupakan makhluk terbaik dari sisi kedudukannya. Hal ini disebut pada surah al-Isra' [17] ayat 70:

¹ Al-Qur'an menggunakan tiga istilah ketika menyebut manusia, yaitu *al-insan*, *al-nas* dan *al-basyar*, selain sebutan bani Adam. Kata *al-insan* disebutkan pada 43 surah dan dalam 62 ayat. Lihat Abdul Qadir Hassan, *Qamus Al-Quran*, (Bangil: Yayasan Al-Muslimun, 1991), h. 55.

* وَلَقَدْ كَرِمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَقَبْنَاهُمْ مِنْ

الْطَّيْبَتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِمْنَ خَلْقِنَا تَفْضِيلًا

Dan sesungguhnya telah Kami muliakan anak cucu Adam, dan Kami angkut mereka di daratan dan di lautan, Kami beri mereka rezeki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang telah Kami ciptakan.

Dimensi yang mengantarkan dan menempatkan manusia sebagai makhluk paling sempurna antara lain karena memiliki potensi akal, hati nurani (*qalb atau fuad*) selain memiliki daya gerak. Dengan potensi ini manusia dapat mengenal yang baik dan buruk serta dapat memahami wahyu Allah yang berfungsi sebagai petunjuk, pedoman dan jalan hidup yang paling lurus (Q.S. al-Isra'[17]:9).

Kesempurnaan dan kemuliaan manusia tidak bersifat konstan, melainkan bersifat fluktuatif, bahkan dapat turun pada peringkat yang paling rendah, yaitu lebih rendah dari binatang ternak (Q.S. al-Araf [7]:179). Hal tersebut, jika manusia tidak mempergunakan matanya secara benar, tidak mempergunakan akal secara tepat dan tidak mempergunakan hatinya dengan baik serta tidak mempergunakan telinga mereka untuk mendengar ayat-ayat Allah.

Perhatikan firman Allah surah al-Araf [7] : 179 berikut ini:

* وَلَقَدْ ذَرَنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنْ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ هُمْ قُلُوبُ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبَصِّرُونَ بِهَا وَهُمْ أَذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَمِ بَلْ هُمْ أَضْلُلُ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ

Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka Itulah orang-orang yang lalai.

Agar manusia tetap berada pada posisi yang mulia, maka haruslah beriman dan beramal saleh serta memfungsikan inderasinya sebagaimana tuntutan Al-Qur'an. Menurut Al-Qur'an, paling tidak terdapat tiga tugas utama manusia, yaitu sebagai khalifah, pengabdi (*abdun*) dan pengemban tugas kerisalahan, yaitu menaburkan kebaikan dan mencegah kemungkaran, kerusakan dan kezaliman di permukaan bumi.

Manusia sebagai Khalifah

Manusia diberikan wewenang dan jabatan sebagai khalifah di permukaan bumi. Al-Qur'an menyebutkan enam kali perkataan khalifah dan empat diantaranya disebutkan dalam bentuk jamak yaitu *khalaif*.²

Selain perkataan khalifah Al-Qur'an juga menyebutkan istilah *imam*, *amir*, *sulthon* dan *wali*. Semua perkataan itu mengandung makna penerus, pemimpin, penguasa dan pemelihara, yaitu

² Kata khalifah terdapat pada surah al-Baqarah ayat 30, Shad ayat 26. Sementara kata *khalaif* disebutkan pada surah al-An'am ayat 165, Yunus ayat 14 dan 73 serta surah Fathir ayat 39. Lihat, Hassan, *Qamus*, h. 174 dan 179.

wakil Allah di permukaan bumi. Perkataan khalifah antara lain disebutkan dalam surah al-Baqarah [2] ayat 30:

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَاتُلُوا أَنْجَعُلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الْأَمْمَاءَ وَنَحْنُ نُسْبِحُ بِهِمْ وَنُقْدِسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada Para Malaikat: "Sesungguhnya aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, Padahal Kami Senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui."

Secara lebih khusus terdapat penegasan Al-Qur'an agar orang beriman yang menjadi pemimpin di permukaan bumi ini. Karena dengan modal itu manusia dapat memimpin umat ke arah yang diridhai-Nya. Lebih lanjut Al-Qur'an memberikan beberapa kriteria dalam soal ini. Pemimpin haruslah orang yang bertakwa (QS. al-Anfal [8] : 34), larangan mengangkat Ahlul Kitab sebagai pemimpin, Yahudi dan Nasrani (QS. al-Maidah [5]: 51) dan tidak boleh mengangkat orang kafir menjadi pemimpin (QS. an-Nisa' [4] : 144). Ayat-ayat tersebut dipahami dalam konteks pemimpin formal.

Konsep pemimpin dalam Islam sangat luas. Nabi menegaskan bahwa setiap muslim pada dasarnya adalah pemimpin. Seorang penguasa adalah pemimpin, suami pemimpin terhadap keluarganya, isteri juga pemimpin dalam rumah tangga suaminya. Demikian juga pelayan (buruh) adalah pemimpin, bahkan setiap orang

merupakan pemimpin dan harus bertanggungjawab terhadap tugas dan amanah yang diberikan kepadanya.

Bertitik tolak dari konsep di atas, Islam memberikan tugas sebagai pemimpin (khalifah) kepada setiap orang. Tugas tersebut tidak bersifat sekuler, tapi punya konsekuensi eskatologis (akhirat). Pola kepemimpinan yang dipraktekkan harus dapat dipertanggungjawabkan di sisi Allah kelak.

Namun fenomena yang dapat kita saksikan pada saat ini, orang sering memakai istilah mumpung. Selagi berkuasa, lantas memanfaatkan kekuasaan itu untuk melakukan apa saja dan cenderung mengarah kepada korupsi, kolusi dan nepotisme (KKN). Hal ini tidak sejalan dengan konsep kepemimpinan Islam.

Manusia Sebagai Abdun (hamba)

Para ulama membagi ibadah kepada dua kategori, yaitu ibadah *madhhab* dan ibadah *ghairu madhhab*. Ibadah *ghairu madhhab* menurut para ulama adalah semua aktivitas manusia yang disukai Allah dan diridhai-Nya baik berupa perkataan, maupun perbuatan, baik yang dikerjakan secara terang-terangan atau tersembunyi.

Tidak hanya manusia, bahkan jin sekalipun diciptakan untuk mengabdi kepada Allah, seperti disebutkan pada surah adz-dzariyat [51] ayat 56:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونَ ﴿٥٦﴾

Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdi kepada-Ku.

Seperti disebutkan di atas, ibadah dalam Islam mencakup ibadah dalam pengertian khusus dan umum. Ibadah khusus atau ibadah pokok adalah yang tertuang dalam rukun Islam yaitu shalat, puasa, zakat dan ibadah haji. Sedangkan ibadah umum adalah setiap bentuk sikap, perilaku dan perbuatan yang dilakukan sejak bangun tidur hingga tidur kembali dengan mengharap ridha dari Allah SWT.

Dilihat dari aspek hukum fiqh bahwa ibadah dalam makna khusus hukumnya wajib. Lebih tegas lagi Allah SWT menyatakan bahwa tujuan penciptaan manusia untuk mengabdi kepada-Nya. Namun ketaatan, pengabdian dan ibadah yang dilakukan adalah untuk kepentingan manusia itu sendiri. Karena dengan ibadah itu manusia akan dapat memahami dan manyadari eksistensi dirinya sebagai makhluk.

Kemudian lebih jauh dari itu, semua ibadah yang dikerjakan akan memberikan pengaruh positif bagi individu dan masyarakat, karena semua ibadah dalam Islam punya dampak sosial dan sarat dengan pesan moral. Pada sisi lain ibadah yang dilakukan oleh manusia merupakan manifestasi kesyukuran atas berbagai nikmat yang dianugerahkan Allah SWT.

Bahwa Allah dengan sifat rahman dan rahim-Nya akan membalas semua bentuk pengadian yang dilakukan oleh manusia dengan balasan surga (QS. At-Taubah [9]: 111). Sebagai kata kunci dalam ibadah bahwa ketaatan atau kemaksiatan (kekufturan) yang dilakukan oleh manusia, semua akibatnya kembali kepada yang melakukannya.

Hal ini sebagaimana penegasan Allah dalam surat An-Naml [27] ayat 40:

وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ رَبَّهُ غَنِيٌّ عَنْ كِبِيرٍ^{١٠} ...

Dan barangsiapa yang bersyukur maka sesungguhnya dia bersyukur untuk (kebaikan) dirinya sendiri dan barangsiapa yang ingkar, maka sesungguhnya Tuhan Maha Kaya lagi Maha Mulia.

Tugas Kerisalahannya

Manusia adalah pengembang kerisalahannya, yaitu kewajiban untuk mendakwahkan Islam. Syeikh Muhammad Abduh berpendapat dakwah adalah kewajiban setiap individu muslim sesuai dengan keahlian, profesi dan bidang tugas yang digelutinya. Orang yang berilmu (ulama) berdakwah dengan ilmunya, orang yang kaya dengan kekayaannya, yang berkuasa dengan kekuasaannya, demikian juga dengan bermacam-macam profesi dan bidang tugas yang ada dalam kehidupan masyarakat.

Kalau dakwah dalam pengertian di atas dapat diwujudkan, maka usaha sosialisasi ajaran Islam dapat tercapai dengan mudah. Tapi sayang sekali, persepsi masyarakat dewasa ini belum mendukung ke arah itu. Dakwah masih dipahami dalam pengertian sempit dan tugas berdakwah atau masalah agama hanya dianggap tugas ulama, ustaz dan da'i.

Dakwah dasarnya merupakan usaha mengembangkan, melestarikan dan membumikan ajaran Islam, hingga Islam tidak terasing dalam kehidupan umat. Untuk mewujudkan tujuan itu, maka perlu dirumuskan format baru dalam pelaksanaan dakwah. Format dakwah dirumuskan menyangkut da'i, materi, media dan wilayah dakwah.

Materi berdakwah haruslah diperluas, tidak hanya menyangkut ibadah saja, akan tetapi harus dapat menyentuh bidang-bidang lainnya seperti ekonomi, kesehatan dan kehidupan umat lainnya yang menuntut penanganan secara serius. Dalam hal media, dakwah mutlak harus memanfaatkan media komunikasi massa

sehingga jangkauan bisa lebih luas. Masalah wilayah dan objek dakwah, tidak hanya di masjid dan di Majelis Taklim, tapi harus hadir pada setiap lapisan masyarakat.

Kalau hal ini dapat diwujudkan, maka usaha untuk rekayasa sosial melalui kegiatan dakwah lebih cepat tercapai. Adapun yang perlu kita tingkatkan pada saat ini dalam pelaksanaan dakwah adalah kesadaran moral dari setiap pemimpin muslim untuk mendukung, memberikan fasilitas dan sekaligus ikut menjadi penyambung lidah Rasulullah SAW dalam rangka menegakkan *amr ma'ruf nahi munkar*. Hal itu disebut dengan dakwah struktural. Karena betapapun kecilnya kekuasaan, tentu lebih efektif untuk memperjuangkan kebenaran.

Memfungsikan diri sebagai khalifah, *abdun* dan sebagai pendakwah oleh setiap muslim, niscaya Islam akan lebih cepat berkembang. Sudah lama dunia ini dipimpin secara sekuler. Ke depan Islam dan kaum muslimin harus mengambil alih kepemimpinan dunia dengan menaburkan nilai-nilai rahmat sejagat dalam kehidupan. []

VISI DAN MISI HIDUP MUSLIM

Visi merupakan cita-cita, harapan dan impian yang ingin dicapai. Sedangkan misi adalah program utama atau program pokok yang harus dilaksanakan yang merupakan penjabaran dari visi. Al-Qur'an sebagai kitab petunjuk dan pedoman telah mempertegas baik visi maupun misi hidup seorang muslim. Dapat dirumuskan visi seorang muslim adalah menjadi pribadi yang beriman yang teguh, berilmu yang luas, beramal saleh serta bertakwa untuk meraih kebahagian dunia dan akhirat.

Mengenai visi seorang muslim disebutkan dalam Al-Qur'an surat al-Baqarah [2] ayat 201:

وَمِنْهُمْ مَنْ يَقُولُ رَبَّنَا إِنَّا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَّفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةٌ وَّقَنَا

عَذَابَ الْأَنَارِ

Dan di antara mereka ada yang berdo'a: "Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan (kebahagian) di dunia dan kebahagian di akhirat dan peliharalah kami dari siksa neraka.

Visi hidup muslim berdasarkan ayat di atas adalah tidak terbatas di dunia, tapi melampaui batas dunia, yaitu hingga akhirat. Sebab Islam mengajarkan bahwa ada kehidupan setelah dunia ini berakhir, yaitu kehidupan di akhirat yang sifatnya abadi. Visi seorang muslim jangka panjang adalah ingin meng-

gapai bahagia dunia dan akhirat. Namun visi yang demikian itu tidak mungkin dapat tercapai tanpa direalisasikan melalui misi. Al-Qur'an telah mempertegas misi yang harus dijalankan bagi seorang muslim. Paling tidak ada lima misi utama sebagai manusia.

1. Beribadah Kepada Allah Secara Tulus

Ibadah (*al-'ibadah*) secara bahasa mempunyai arti ketaatian, pengabdian, kepatuhan atau tunduk dan penghambaan diri kepada Allah. Menurut Yusuf Qardhowi ibadah adalah puncak kerendahan diri seorang manusia yang berkaitan dengan puncak kecintaan kepada Allah. Banyak bentuk dan jenis ibadah dalam Islam, antara lain yang disebutkan dalam rukun Islam, yaitu salat, puasa, zakat dan haji. Selain itu, para ulama mempertegas bahwa seluruh aktivitas Muslim yang tidak bertentangan dengan syari'at, dikerjakan dengan ikhlas dan ingin mengharapkan keridhaan Allah adalah ibadah.

Ibadah wajib yang bersifat harian adalah salat. Salat sebagai ibadah pertama diwajibkan dan juga merupakan ibadah pertama yang akan dihisab di akhirat perlu mendapat prioritas dalam kehidupan seorang muslim. Idealnya aktivitas pertama dan terakhir dalam kehidupan Muslim adalah salat. Artinya kegiatan pertama dilakukan waktu pagi adalah dengan melaksanakan salat subuh dan menutup keseluruhan aktivitas dengan salat Isya. Bila bertemu dua kegiatan pada waktu yang bersamaan dengan waktu salat, maka seorang muslim harus melaksanakan salat terlebih dahulu. Ibadah salat dipandang berkualitas jika dikerjakan di awal waktu, dilakukan secara berjama'ah, menuhi syarat dan rukun, khusyuk dan dikerjakan dengan ikhlas.

2. Bekerja Dengan Landasan Moral Agama

Berkaitan dengan kerja dalam Al-Qur'an surah an-Naba' [78] ayat 11 Allah berfirman:

وَجَعَلْنَا الْنَّهَارَ مَعَاشًا

Kami jadikan waktu siang untuk mencari penghidupan.

Selain itu terdapat perintah bertebaran di muka bumi untuk bekerja, sebagaimana disebut dalam surat al-Jumu'ah [62] ayat 10:

إِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ

وَأَذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Apabila telah ditunaikan shalat, maka bertebaranlah kamu di muka bumi; dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah sebanyak-banyaknya supaya kamu beruntung.

Ayat di atas dapat dipahami bahwa urutan aktivitas ('amal) seorang muslim, setelah ibadah adalah kerja. Bekerja pada sisi lain dapat dipahami sebagai ibadah dalam pengertian umum.

Persepsi sebahagian masyarakat kita tentang kerja adalah keliru. Kerja dipahami sebagai suatu kegiatan yang menghasilkan secara konkret, mendatangkan keuntungan secara materi atau memperoleh jasa atau gaji (upah) dari pekerjaannya itu. Pemahaman tersebut adalah lebih bersifat formal. Kerja menurut konsep Islam amatlah luas, baik yang dapat menghasilkan atau tidak menghasilkan secara konkret. Setiap muslim sejak dia bangun tidur, hingga dia tidur kembali, apapun yang dilakukannya disebut dengan kerja.

Lebih jauh dari itu, seorang yang secara fisik tidak bekerja atau dalam keadaan tidak bergerak, tapi akal dan fikirannya difungsikan secara aktif, maka dapat digolongkan kepada makna kerja. Demikian juga orang yang hatinya berzikir kepada Allah SWT ini juga kerja. Allah telah memberikan paling tidak tiga daya kepada manusia, yaitu daya gerak, daya fikir dan daya kalbu.

Setiap gerakan positif yang dilakukan oleh seorang muslim adalah amal saleh. Berfikir dan mencerahkan nalarnya untuk belajar, mengajar dan untuk kemaslahatan umat juga amal saleh. Selanjutnya, niat yang timbul di dalam hati untuk mengingat Allah (zikir) juga merupakan amal kebaikan yang mendapat nilai di sisi Allah SWT.

Oleh sebab itu, kerja dalam pengertian luas adalah semua bentuk kegiatan, gerak atau usaha (ikhtiar) yang dilakukan oleh manusia, baik yang sifat materi maupun non materi, baik yang berdimensi duniawi, maupun ukhrawi. Dalam kaitan ini, Al-Qur'an selalu mengaitkan antara iman dengan amal (kerja). Sedangkan pada bahagian lain mengaitkan antara kerja dengan kemaslahatan dan hukum. Al-Qur'an juga mendeskripsikan tentang kerja yang positif dan negatif serta diiringi dengan etika kerja.

3. Kegiatan Keilmuan

Programkan waktu setiap hari untuk menambah ilmu pengetahuan. Ilmu dapat diperoleh melalui pendidikan formal-sekolah/ perguruan tinggi- non formal dan informal atau dalam rumah tangga. Bagi yang sedang menempuh pendidikan formal, curahkan segala potensi untuk memperoleh ilmu sebanyak-

banyaknya dari guru, dosen, atau dengan membaca, berdiskusi (*mudzakarah*), ikut seminar dan melakukan penelitian.

Al-Quran memposisikan orang berilmu lebih tinggi derajatnya. Simaklah firman Allah surah al-Mujadilah [58] ayat 11:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَlisِ فَافْسُحُوا
يَفْسَحَ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَانْشُرُوا يَرْفَعَ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ
وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَتٌ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan."

Bagi yang sudah bekerja, juga harus menyediakan waktu untuk menambah ilmu dan keahlian, dengan cara membaca, bertanya, berdiskusi dan mendengar guna meningkatkan profesionalitasnya. Kemudian khusus bagi orang tua, harus menjadikan rumah sebagai "madrasah atau sekolah". Rumah harus dijadikan sebagai madrasah yang pertama bagi setiap keluarga muslim.

4. Membangun Keluarga yang Islami

Seorang muslim tidak boleh hanya asyik berkerja, akan tetapi harus pula membagi waktu untuk kepentingan keluarga. Penyediaan waktu untuk keluarga antara lain dalam tujuan pendidikan dan menjalin hubungan kasih sayang dengan isteri/

suami dan anak. Dasar perencanaan ini adanya perintah Allah dalam surat at-Tahrim [66] ayat 6:

يَتَّبَعُهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوَّا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيْكُمْ نَارًا وَقُوْدُهَا الْنَّاسُ
وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَئِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُوْنَ اللَّهَ مَا أَمْرَهُمْ
وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمِرُونَ ﴿١﴾

Hai orang-orang beriman peliharalah dirimu dan keluargamu dari api nereka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar lagi keras, yang tidak merduhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.

Kewajiban utama dalam pemenuhan berbagai kebutuhan keluarga adalah suami. Namun dalam waktu yang bersamaan suami dan isteri juga harus bersama-sama dalam membina keluarga yang Islami. Keluarga Islami dicirikan dengan beriman kepada Allah dan menegakkan ajaran agama dalam keluarga secara bersama-sama.

Problematika kehidupan keluarga modern – suami dan isteri bekerja -adalah sedikit sekali waktu untuk anak-anak mereka. Orang tua sering berdalih bahwa ia kerja adalah untuk anak-anak mereka. Akan tetapi karena kurang kontrol dan pengawasan, sehingga anak-anak mereka terlibat dalam narkoba misalnya.

Berkaitan dengan pembinaan dan pendidikan keluarga, Abdullah Nashih Ulwan menawarkan lima konsep dalam pendidikan anak. *Pertama*, Orang tua harus selalu menasihatkan anak-anaknya. *Kedua*, orang tua hendaknya selalu memberikan contoh yang baik. *Ketiga*, Anak harus dibiasakan melakukan hal-hal yang baik. *Keempat*, bila anak berprestasi dan berbuat baik,

maka harus diberikan penghargaan dan jika melakukan kesalahan harus diberikan teguran atau peringatan. *Kelima*, orang tua harus selalu mengontrol aktivitas anak.

5. Membangun Masyarakat Bermoral

Dalam kaitan ini ahli hikmah berkata: “*Kambing jika berkelompok, harimau akan takut, tapi jika menyendiri, akan menjadi santapan harimau.*” Kemudian ahli sosiologi juga menyebutkan, manusia merupakan makhluk bermasyarakat (*zoon politicon*). Artinya keinginan untuk bermasyarakat sudah merupakan pembawaan atau naluriyah manusia. Apalagi dilihat dari sisi ketergantungan, memang manusia tidak bisa melepaskan diri dari orang lain.

Menurut Al-Qur'an bahwa manusia dipandang mulia, jika mampu menjalin hubungan yang baik dengan Allah dan hubungan yang harmonis dengan sesama manusia (QS. Ali Imran [3]:112). Oleh sebab itu diperlukan pengelolaan waktu untuk bermasyarakat dengan cara ikut dalam organisasi profesi dan organisasi sosial kemasyarakatan, misalnya menjadi pengurus masjid, serikat tolong menolong (STM) dan menjadi anggota pengajian. Selain itu, Islam sangat menganjurkan agar kita selalu bersilaturrahmi, sebagai upaya memperkokoh pilar kehidupan sosial.

Menurut Nabi silaturrahmi itu mempunyai dua manfaat, yaitu mudah rezeki dan panjang usia. Sabda Nabi Muhammad SAW:

مَنْ سَرَّهُ اللَّهُ أَنْ يُبَسِّطَ لَهُ فِي رِزْقِهِ وَأَنْ يُنْسَأَ لَهُ فِي أُثْرِهِ فَلْيَصِلْ رِحْمَهُ
Barangsiapa yang ingin luas rezekinya dan dipanjangkan umurnya, hendaklah ia bersilaturrahmi. (HR.Bukhari).

Selain itu, tentu untuk menjalin hubungan kasih sayang melalui saling kunjung mengunjungi. Itulah sebabnya maka dalam ajaran Islam wajib memenuhi undangan orang lain. Apakah itu undangan perkawinan, undangan aqiqah, kenduri sunat rasul dan jenis undangan lainnya.

6. Memelihara Kesehatan Pribadi

Kesehatan adalah amat penting dalam pelaksanaan kelima misi di atas. Kesehatan yang prima akan dapat diwujudkan melalui tidur yang cukup, istirahat, olah raga dan berobat secara rutin. Berkaitan dengan istirahat dan tidur, diingatkan pada surah an-Naba'[78] ayat 9-11:

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَّاً ۝ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا ۝ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ۝

Dan Kami jadikan tidurmu untuk istirahat. Dan Kami jadikan waktu malam sebagai pakaian dan kami jadikan siang untuk bekerja.

Dalam ayat di atas, Allah menjadikan siang untuk manusia bekerja dan waktu malam untuk tidur sebagai waktu istirahat. Tidur dan istirahat dapat memulihkan stamina setelah satu hari penuh berkerja. Menurut dokter waktu tidur diperlukan antara 5-8 tujuh jam sehari semalam atau tergantung usia.

Di samping itu, perlu juga mengatur waktu berolah raga. Berkaitan dengan hal ini Hasan al-Banna –pendiri organisasi Ikhwanul Muslimin- telah mewajibkan kepada anggota organisasi tersebut berolahraga. Sehingga anggota organisasi tersebut relatif lebih sehat, baik fisik maupun jiwa mereka.

Akhirnya, jika keenam program utama di atas yang merupakan misi hidup muslim dapat dilaksanakan dengan baik, maka visi muslim akan tercapai. Sebab dengan ibadah, hubungan dengan Allah menjadi baik dan dengan bekerja yang penuh semangat dan disiplin kehidupan ekonomi sejahtera. Kemudian penyediaan waktu untuk keluarga yang cukup, akan terwujud keluarga yang harmonis dan bahagia. Sedangkan dengan bermasyarikat, hidup lebih indah serta badan yang sehat merupakan prasyarat mencapai kebahagian dunia dan akhirat. []

MANAJEMEN WAKTU

Waktu harus digunakan sebaik-baiknya. Jika tidak, kita akan menyesal di kemudian hari. Manusia yang pintar dan bijak adalah manusia yang mampu memanfaatkan waktu sehingga hidupnya menjadi sukses. Manusia yang lalai, mereka yang tergilas oleh waktu, sehingga mereka hidup dalam kesengsaraan dunia dan akhirat.

Ahli hikmah berkata: "Sungguh menakjubkan, betapa waktu demikian cepat berlalu dan lebih menakjubkan lagi betapa banyak manusia menyia-nyiakan waktu." Sementara Hisham Altalib menyebutkan waktu adalah yang terpanjang, karena ia ukuran keabadian dan juga yang terpendek karena tidak ada seorangpun yang mempunyai waktu yang cukup untuk menuntaskan pekerjaan dalam hidupnya. Bagi yang gembira, waktu terlalu cepat berlalu, tapi bagi yang sedih dan menderita waktu lama berlalu.³

Sungguhpun demikian Allah SWT menyediakan waktu yang sama kepada semua orang. Sehari semalam hanya ada 24 jam atau 1440 menit. Lalu kenapa ada orang yang sukses, beruntung, kaya dan bahagia. Sebaliknya ada orang yang gagal, rugi, miskin dan menderita. Dua kondisi yang saling berlawanan, kuat dugaan berkaitan dengan kemampuan mengelola dan memanfaatkan waktu.

³ Hisyam Altalib. *Panduan Latihan Bagi Gerakan Islam*, (Jakarta: Media Dakwah, 1994), h. 192.

Kehidupan yang riil sebenarnya hanya sehari saja. Kemarin telah pergi dan hari esok belumlah datang. Hari ini adalah kenyataan dan kelolah hari ini sebaik mungkin. Imam Al-Ghazali mengatakan bahwa sesuatu yang jauh dan tidak bisa dihadirkan kembali adalah hari kemarin atau masa lalu.

Allah SWT sebagai pemilik waktu bersumpah dalam Al-Qur'an dengan menyebutkan beberapa waktu. Sumpah tersebut antara lain pada surah adh-Dhuha [93] ayat 1-2:

وَالضَّحَىٰ وَاللَّيلِ إِذَا سَجَىٰ

Demi waktu matahari sepenggalahan naik dan demi malam apabila telah sunyi.

Surah al-Ashr [103] ayat 1-3:

وَالْعَصْرٌ إِنَّ الْإِنْسَنَ لِفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمَلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّيْرِ

Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh dan saling menasehati dalam kebenaran dan kesabaran.

Kenapa Allah bersumpah dengan waktu? Karena waktu sangat penting. Manusia tidak dapat melepaskan diri dari waktu.

M.Quraish Shihab mengutip komentar Malik Bin Nabi sebagai berikut: Waktu adalah sungai yang mengalir ke seluruh penjuru sejak dahulu kala, melintasi pulau, kota, dan desa, membangkitkan semangat atau meninabobukkan manusia. Ia diam seribu bahasa, sampai-sampai manusia sering tidak

menyadari kehadiran waktu dan melupakan nilainya, walaupun segala sesuatu selain Allah tidak akan mampu melepaskan diri darinya.⁴

Semua orang ingin hidup sukses, beruntung, kaya dan bahagia. Agar hal itu dapat diraih harus diawali rencana manajemen waktu. Menurut Al-Qur'an, paling tidak waktu 24 jam sehari semalam harus diprogramkan untuk tujuh kegiatan utama. Ketujuh program tersebut adalah untuk beribadah, bekerja, menuntut ilmu, waktu untuk keluarga, bermasyarakat, berdakwah dan untuk olah raga, istirahat serta tidur.

Membuat Rancangan Waktu

Mengelola waktu dengan baik merupakan kunci keberhasilan. Saran-saran berikut ini penting untuk diperhatikan.

1. Mencatat kegiatan harian sejak bangun tidur hingga tidur lagi, atau hal-hal yang penting untuk dikerjakan setiap hari.
2. Membiasakan membawa pulpen dan buku catatan, dan catatlah sesuatu yang penting – apa yang didengar, dilihat atau hasil perenungan.
3. Rencanakan waktu istirahat dan makan tepat waktu.
4. Rencanakan waktu salat dengan baik dan laksanakan secara berjamaah dan tepat waktu.
5. Jika berjanji, pastikan Anda menepatinya.
6. Manfaat waktu luang untuk membaca –Al-Qur'an, buku-menulis atau bersilaturrahmi.

⁴ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*, Bandung: Mizan, h.545.

7. Aturlah waktu perjalanan dengan jarak tempuh, agar tidak terlambat sampai di tempat tujuan.
8. Sediakan semua alat yang diperlukan ketika mengerjakan suatu pekerjaan, agar pekerjaan tuntas.

Kuadran Waktu dan Pekerjaan

Kuadran waktu setidaknya dapat dibagi kepada empat hal. Perhatikan empat kolom berikut:

Pekerjaan Penting dan Mendesak	Pekerjaan Penting dan Tidak Mendesak
Pekerjaan Tidak Penting Tapi Mendesak	Pekerjaan Tidak Penting dan Tidak Mendesak

Jika berhadapan dengan empat sifat pekerjaan seperti di atas, maka harus didahulukan pekerjaan yang penting dan mendesak. Jangan sampai terjebak melakukan hal-hal yang tidak penting, sehingga waktu habis tidak menghasilkan sesuatu yang lebih berharga.

Jika kita bertanya, kapan waktu terbaik untuk melakukan setiap pekerjaan? Siapakah orang yang harus diajak kerjasama? Apakah yang paling penting untuk dilakukan?

Ketiga pertanyaan di atas mungkin akan kita dapatkan berbagai jawaban. Namun jawaban berikut ini, merupakan jawaban yang perlu direnungkan.

Waktu yang terbaik adalah sekarang. Artinya jangan pernah menangguh suatu pekerjaan penting dan mendesak.

Lamanya limit waktu yang diberikan untuk mengerjakan suatu pekerjaan, belum ada jaminan pekerjaan tersebut selesai. Selesai tidaknya sebuah pekerjaan tergantung apakah dikerjakan dengan sungguh-sungguh dan profesional atau tidak.

Mereka yang dekat dengan kita dan profesional adalah orang yang harus diajak bekerjasama. Jika pekerjaan diberikan kepada orang yang tidak profesional, potensial tidak tepat waktu dan tidak berkualitas hasilnya. Orang-orang dekat dan profesional biasanya memiliki komitmen dan loyalitas yang lebih tinggi.

Selain itu, hal yang paling penting dilakukan adalah membahagiakan orang-orang yang ada di sekeliling kita. Orang yang dekat dalam keluarga adalah suami/isteri, anak, orang tua dan keluarga dekat lainnya. Selain itu ada tetangga dan teman-teman dekat dan teman seperjuangan. Sementara di tempat lain ada teman satu profesi dan teman satu tempat pekerjaan. Mereka harus dapat merasakan kebahagiaan dalam berinteraksi dengan kita.

Waktu dan komunikasi

Menurut pakar komunikasi, 70 persen waktu bangun manusia digunakan untuk berkomunikasi. Kualitas komunikasi dapat dilihat antara lain dari isi pesan atau materi yang dibicarakan. Perhatikan kata-kata bijak berikut ini:

- ❖ Orang yang berfikir besar membicarakan gagasan
- ❖ Orang yang berfikir sederhana membicarakan peristiwa
- ❖ Orang yang berfikir rendah membicarakan orang lain
- ❖ Orang yang berfikir dangkal membicarakan dirinya sendiri

Selektiflah memilih teman, sebab kualitas seseorang dapat dilihat dari teman-teman dekatnya. Teman yang mempunyai

gagasan-gagasan besar memungkinkan seseorang mendapat pencerahan. Sebaliknya teman yang berwawasan sempit hanya mampu bicara peristiwa, membicarakan orang lain atau hanya membicarakan diri sendiri. Oleh sebab itu gunakan waktu untuk bergaul dan berkomunikasi dengan orang-orang yang berwawasan luas.[]

POLA HIDUP SEIMBANG

Setiap orang tentu ingin meraih kesuksesan, kedamaian dan kebahagian dalam hidupnya. Kebahagian yang hakiki hanya akan dirasakan bila terbangun pola hidup seimbang. Sebab pola hidup yang sehat adalah adanya keseimbangan. Alam ini pun diciptakan Allah dalam keseimbangan. Ketika alam dirusak oleh manusia, sehingga tidak seimbang, maka manusia akan merasakan akibatnya. Hidup dalam keseimbangan akan mengantarkan manusia kepada keselamatan dan kebahagian.

Bagi seorang muslim ada dua kebahagian yang dicitakan, yaitu kebahagian dunia dan akhirat. Hal ini kita sebut dengan visi. Untuk menggapai dua kebahagiaan itu, maka diperlukan program keseimbangan dalam kehidupan seorang muslim. Al-Qur'an dan Sunnah telah memberikan petunjuk yang amat jelas tentang konsep keseimbangan itu. Paling tidak ada empat keseimbangan yang dituntut untuk kita wujudkan dalam kehidupan sehari-hari.

1. Keseimbangan Kebutuhan Fisik dan Rohani

Jasad manusia berasal dari tanah, sementara jiwa atau ruh berasal dari Allah. Jasad atau fisik akan terhenti beraktifitas jika ruh memisahkan diri. Hal ini yang disebut dengan kematian. Kalau diajukan pertanyaan manakah yang lebih penting dan menentukan antara fisik dan jiwa? Tentu jawabannya adalah jiwa.

Masyarakat modern tampaknya cenderung dan berlomba-lomba untuk memenuhi kebutuhan fisik dan sering melupakan kebutuhan jiwanya. Akibatnya hidup dalam kepincangan. Padahal kebutuhan spiritual sangat menentukan dalam pemerolehan ketenangan dan kebahagiaan.

Kebutuhan spiritual (jiwa) antara lain, kebutuhan terhadap agama, ilmu, dan ibadah. Beribadah kepada Allah dalam berbagai bentuknya, terutama ibadah berdimensi vertikal dapat memperkaya jiwa. Ibadah tersebut seperti salat, puasa, membaca Al-Qur'an, berdo'a, dan zikir. Selain itu, pemenuhan terhadap nilai-nilai seni (keindahan), juga dapat memperkaya jiwa. Tentang ketenangan jiwa (hati) disebutkan dalam Al-Qur'an surah ar-Ra'ad [13] ayat 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطَهَّرُوا فَلَوْلَهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمِئْنُ

الْقُلُوبُ

Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan (zikrullah) mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah, hati menjadi tenteram.

2. Antara hubungan dengan Allah dan Manusia.

Al-Qur'an menuntut keseimbangan antara hubungan dengan Allah dan hubungan sesama manusia. Hal ini disebutkan dalam Al-Qur'an surah Ali Imran [3] ayat 112:

ضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الْذِلَّةُ أَيْنَ مَا تُقْفُوا إِلَّا بِحَبْلٍ مِّنْ أَنَّاسٍ

...

Mereka diliputi kehinaan di mana saja mereka berada, kecuali jika mereka berpegang kepada (agama) Allah dan tali (perjanjian), dengan manusia.

Ayat tersebut dapat dipahami, bahwa manusia menjadi mulia dalam pandangan Allah, jika mampu menjalin hubungan baik dengan Allah (*habl min Allah*), melalui prestasi ibadah dan menjaga hubungan baik dalam interaksi sosial. Kedua hal itu harus terjalin secara seimbang, jika pincang, maka manusia dipandang hina.

Berkenaan dengan hal tersebut, pada suatu hari Rasulullah SAW, pernah bertanya kepada para sahabat. "Tahukah saudara, siapakah manusia yang bangkrut?" Sahabat menjawab, "Mereka yang rugi dalam berdagang Ya Rasulallah". Rasul yang mulia mengatakan bukan itu. Beliau menjelaskan bahwa orang yang bangkrut adalah mereka yang menghadap Allah SWT di akhirat dengan membawa berbagai amal ibadah, seperti salat, puasa, zakat dan ibadah haji. Di samping itu dia juga membawa berbagai dosa terhadap manusia yaitu makian, tuduhan, menumpahkan darah serta menyiksa. Lalu diberikanlah sebagian pahala kebaikannya kepada orang tersebut. Sewaktu kebaikannya sudah habis padahal dosa belum terselesaikan, maka diambilah dosa-dosa mereka itu semua dan ditimpakan kepada dirinya. Kemudian dia dihempaskan ke dalam neraka" (HR. Muslim, Ahmad dan Tirmidzi).

3. Keseimbangan Dunia dan Akhirat

Keseimbangan antara kepentingan dunia dan kepentingan akhirat. Hal ini disebutkan dalam Al-Qur'an surah al-Qashash [28] ayat 77:

وَابْتَغِ فِيمَا آتَيْتَكَ اللَّهُ الْدَّارُ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسِرْ نَصِيبَكَ مِنَ
الْأَرْضِ وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي
الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ 

"Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagian) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan kebahagianmu dari (kenikmatan) dunia ini dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di muka bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan".

Sebahagian ulama berpendapat bahwa segala bentuk ibadah bernuansa ukhrawi. Sedangkan kegiatan mu'amalah merupakan aktivitas yang bernuansa dunia ini. Oleh sebab itu, aktivitas harian seorang muslim paling tidak berada minimal dalam empat koridor yaitu: beribadah kepada Allah, bermuamalah (berusaha atau bekerja), bermasyarikat dan istirahat (tidur) serta berolah raga untuk menjaga kesehatan.

Sesungguhnya seluruh aktivitas, kegiatan dan karya seorang muslim selama 24 jam sehari semalam, dapat saja bernuansa keakhiratan, jika diberikan nilai (bobot) agama. Nilai agama yang dimaksudkan adalah segala aktivitas yang tidak dilarang menurut syari'at Islam. Landasan mengerjakannya karena Allah SWT dan ingin ridha-Nya.

4. Keseimbangan zikir dan pikir

Allah SWT telah memberikan beberapa daya kepada manusia sebagai modal dasar. Daya tersebut antara lain daya gerak, daya pikir dan daya zikir. Dua hal yang disebutkan

terakhir merupakan keunggulan manusia dibandingkan hewan. Oleh sebab itu, manusia harus menggunakan daya atau potensi pikir dan zikir secara maksimal.

Untuk memelihara keharmonisan perlu diwujudkan keseimbangan antara zikir dan pikir. Hal itu seperti disebutkan pada surah Ali Imran [3] ayat 190-191:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَآخِرَتِ الْلَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَذِكْرٌ
لِأُولَئِنَّ الْأَلَبِبِ ﴿١٩١﴾ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيمًا وَقُعُودًا وَعَلَى جُنُوبِهِمْ
وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطِلًا
سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩٢﴾

Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal. (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka.

Berdasarkan ayat di atas dapat dipahami bahwa objek zikir adalah Allah, sedangkan objek pikir adalah makhluk-makhluk Allah berupa fenomena alam. Ini berarti pengenalan kepada Allah lebih banyak didasarkan kepada hati (*qalbu*), sedangkan pengenalan terhadap alam raya dengan penggunaan akal, yakni berpikir. Akal memiliki kebebasan seluas-luasnya untuk memikirkan fenomena alam, tetapi ia memiliki keterbatasan dalam memikirkan zat Allah.

Ayat di atas mendahulukan zikir dari pikir karena dengan zikir mengingat Allah dan menyebut nama dan keagungan-Nya, hati akan menjadi tenang dan pikiran akan menjadi cerah. Mereka yang memadukan keduanya -zikir dan pikir- disebut dengan *ulul -albab*.⁵ []

⁵ Shihab, *Tafsir*, vol. 2, h. 309-311.

KERJA SEBAGAI AMAL SALEH

Bersepsi sebahagian masyarakat kita tentang kerja masih keliru. Kerja dipahami sebagai suatu kegiatan yang menghasilkan secara konkret, mendatangkan keuntungan secara materi atau memperoleh jasa atau gaji (upah) dari pekerjaannya itu. Pemahaman tersebut bersifat formal dan merupakan bagian dari makna kerja yang sesungguhnya menurut konsep Islam.

Islam memandang bahwa kerja itu amatlah luas, baik yang dapat menghasilkan atau tidak menghasilkan secara konkret. Setiap muslim sejak dia bangun tidur, hingga dia tidur kembali, apapun yang dilakukannya disebut dengan kerja. Lebih jauh dari itu, seorang yang secara fisik tidak bekerja atau dalam keadaan tidak bergerak, tapi akal dan fikirannya difungsikan secara aktif, maka dapat digolongkan kepada makna kerja. Demikian juga orang yang hatinya selalu dalam keadaan berzikir kepada Allah.

Allah SWT telah memberikan paling tidak tiga daya kepada manusia, yaitu daya gerak, daya fikir dan daya kalbu. Setiap gerakan positif yang dilakukan oleh seorang muslim adalah amal saleh. Berfikir dan mencurahkan nalaranya untuk belajar, mengajar dan untuk kemaslahatan umat juga amal saleh. Selanjutnya, niat yang terbuhul dalam hati dan mengingat Allah (zikir) juga merupakan amal kebaikan yang mendapat nilai di sisi Allah.

Oleh sebab itu, kerja dalam pengertian luas adalah semua bentuk kegiatan, gerak atau usaha (ikhtiar) yang dilakukan oleh manusia, baik yang sifat materi maupun non materi, baik yang berdimensi duniawi, maupun ukhrawi. Dalam kaitan ini, Al-Qur'an selalu mengaitkan antara iman dengan amal (kerja). Sedangkan pada bahagian lain mengaitkan antara kerja dengan kemaslahatan dan hukum. Al-Qur'an juga mendeskripsikan tentang kerja yang positif dan negatif serta diiringi dengan etika kerja.

Menurut Abdul Aziz Al-Khayyath, perkataan kerja (amal) disebutkan dalam Al-Qur'an tidak kurang dair 620 kali, dalam berbagai bentuk. Perkataan 'amali (bekerja) disebutkan sebanyak 22 kali, di antaranya terdapat dalam surat Al-Baqarah ayat 62. Perkataan 'amal (perbuatan) disebutkan sebanyak 17 kali, di antaranya terdapat dalam surat Hûd ayat 46, sedangkan perkataan *wa'amilû* (mereka mengerjakan) disebutkan sebanyak 73 kali, di antaranya surah al-Ahqâf [46] ayat 19:

وَلَكُلُّ ذَرَجَتٍ مِّمَّا عَلِمْنَا وَلَمْ يُوْقِنْهُمْ أَعْمَلَهُمْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ

Dan bagi masing-masing mereka derajat menurut apa yang telah mereka kerjakan dan agar Allah mencukupkan bagi mereka (balasan) pekerjaan-pekerjaan mereka senang mereka tidak dirugikan.

Selain itu terdapat perkataan *ta'malûn* dan *ya'malûn* disebutkan sebanyak 139 kali diantaranya terdapat dalam surat Hûd ayat 92. Kemudian perkataan 'amâluhum, 'amâlunâ, 'amâlukum, 'âmil, 'amilâna dan perkataan 'amaliah, semuanya berjumlah 303 kali. Adapun perkataan *a'mâluhum*, antara lain terdapat dalam surat Hûd [11] ayat 15:

مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَزَيَّنَتْهَا نُوفِّ إِلَيْهِمْ أَعْمَلَهُمْ فِيهَا وَهُمْ فِيهَا لَا يُبَخِّسُونَ ﴿٤٦﴾

Barang siapa yang menghendaki kehidupan dunia dan perhiiasannya niscaya Kami berikan kepada mereka balasan pekerjaan mereka di dunia dengan sempurna dan mereka di dunia itu tidak akan dirugikan.

Selain perkataan 'amala dan perubahan tashrif dari perkataan tersebut, masih dijumpai perkataan lainnya dalam Al-Qur'an yang mengandung makna kerja atau perintah untuk bekerja, yaitu perkataan *shana'a* (QS. Al-Kahf [18] : 104), *yashna'un* (QS. Al-Maidah [5] : 14), *sîrû fil ardhi, fantasîrû fil ardhi* (QS. Al-Jumu'ah [62] : 10), *ibtaghû* dan *istabiqul khairat*. Perkataan tersebut di ataranya terdapat dalam surat Al-Jumu'ah [62] ayat 10:

فَإِذَا قُضِيَتِ الْأَصْلَوَةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَأَدْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٥٣﴾

Apabila telah ditunaikan sholat, maka bertebaranlah kamu dimuka bumi, dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyak-banyak supaya kamu beruntung.

Iman Sebagai Landasan Bekerja

Setiap muslim dituntut untuk meletakkan iman sebagai landasan dalam bekerja. Maknanya bahwa pekerjaan yang dilakukan itu karena Allah seraya mengharapkan keridhaan-Nya. Al-Qur'an selalu menyebut secara beriringan antara iman dan amal. Karena kerja akan memperoleh bobot yang tinggi

kalau dikerjakan atas dorongan dan landasan iman. Kemudian konsekuensi berikutnya adalah timbul rasa kejujuran dalam bekerja di samping bekerja dengan sungguh-sungguh.

Cukup penting untuk menumbuhkan sifat jujur dalam bekerja. Sifat ini akan terpelihara seseorang dari berbuat yang menyimpang seperti korupsi, menerima sogok (uang pelicin) dan bentuk-bentuk penyimpangan lainnya. Iman akan menjadi landasan kerja dan pengendalian diri dalam bekerja. Jika memahami dan meyakini Allah senantiasa melihat dan menilai setiap pekerjaan yang dilakukannya. Firman Allah surah al-Hadid [57] ayat 4:

هُوَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سَتَةِ أَيَّامٍ ثُمَّ أَسْتَوَى عَلَى الْعَرْشِ يَعْلَمُ مَا يَلْجُ فِي الْأَرْضِ وَمَا تَخْرُجُ مِنْهَا وَمَا يَنْزَلُ مِنْ السَّمَاءِ وَمَا يَعْرُجُ فِيهَا وَهُوَ مَعْلُومٌ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿٥٧﴾

"Dialah yang menciptkan langit dan bumi dalam enam masa. Kemudian Dia bersemayam di atas arsy. Dia mengetahui apa yang masuk ke dalam bumi dan apa yang keluar daripadanya dan apa yang turun dari langit dan apa yang naik kepada-Nya. Dan Dia bersama kamu dimana saja kamu berada. Dan Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan."

Kerja Sebagai Ibadah dan Amal Saleh

Dalam Islam dikenal ada dua macam bentuk ibadah, yaitu ibadah khusus (*mahdhah*) dan ibadah umum (*ghairu Mahdhah*). Ibadah khusus adalah bentuk-bentuk ibadah yang telah ditentukan baik waktu, tata cara melaksanakannya maupun hal-hal lain yang terkait dengan itu. Sedangkan

dalam pengertian umum ibadah adalah semua jenis pekerjaan dan profesi seseorang. Apabila tidak dilarang oleh Allah untuk mengerjakannya, lalu ia kerjakan tidak hanya untuk memperoleh hasil, untung, gaji dan upah, tapi ia kerjakan seraya mengharap keridhaan Allah, maka di balik pekerjaan itu, ia memperoleh nilai ibadah.

Nilai kerja dalam Islam sangat terkait dengan motivasi kerja. Dua orang yang melakukan pekerjaan yang sama, dalam waktu yang sama dan hasil yang dicapai adalah sama, tapi belum tentu nilainya sama menurut Islam. Orang yang meletakkan iman sebagai landasan kerja dan motivasinya untuk mencari keridhaan Allah, maka kerja tersebut akan menjadi ibadah dan sebagai amal saleh. Jadi kerja bagi pribadi muslim memberikan dua nilai, yaitu nilai hasil, gaji atau upah dan nilai ibadah.

Konsep tersebut agaknya perlu untuk dimasyarakatkan. Sebab budaya dan etos kerja akan tumbuh di kalangan umat apabila mereka memiliki pemahaman yang luas tentang makna kerja, di samping memiliki wawasan, keterampilan, landasan dan motivasi kerja yang tepat. Hal ini dianggap penting mengingat hanya dengan kerja dan usaha yang sungguh-sungguh dalam tugas dan profesi masing-masing, sebagai salah satu upaya pengentasan kemiskinan.

Kemiskinan sering menimbulkan dampak ganda. Kemiskinan tidak hanya mendekatkan orang kepada kekufuran, tapi juga membawa kepada kebodohan, keterbelakangan, menghancurkan kehormatan, mendekatkan kepada kehinaan, menimbulkan sikap ketergantungan kepada pihak lain bahkan ada yang nyaris tergadai imannya. Lebih lanjut jika dilihat dari kaca mata dakwah Islam, bahwa kebenaran agama sulit dikomuni-

kasikan kepada orang yang sedang lapar, atau sedang mencari sesuap nasi atau sedang dililit oleh kemiskinan.

Islam mempunyai perhatian yang besar terhadap kerja, baik dalam pengertian khusus maupun dalam pengertian umum. Islam menghendaki agar setiap pekerjaan harus dikerjakan dengan landasan iman dan motivasi sebagai ibadah. Etos kerja tidak hanya terkait dengan keahlian dan profesionalisme, akan tetapi berkaitan erat dengan landasan dan motivasi serta etika kerja, yaitu amanah, jujur dan disiplin. []

MERAIH SUKSES DENGAN TAWAKKAL

Amenurut analisa sebahagian pakar, kemunduran umat Islam antara lain disebabkan oleh pemahaman yang kurang tepat terhadap konsep tauhid, khususnya konsep tentang *qadha* dan *qadar* serta konsep tawakkal. Pemahaman terhadap konsep tersebut dapat menimbulkan sikap hidup yang statis, pasrah, tidak kreatif dan berlindung di bawah perkataan takdir dan nasib. Padahal seseorang belum berusaha secara maksimal, tidak mengikuti hukum sebab akibat (kausalitas) dan ketentuan hukum universal atau *sunnatullah* dalam berikhtiar dan berusaha.

Makna Tawakkal

Seringkali tidak ada kata yang tepat untuk menerjemahkan kata-kata bahasa Arab ke dalam bahasa Indonesia, seperti kata takwa, hikmah dan tawakkal. Sungguhpun demikian masih dapat dicari kata yang lebih mendekati maknanya. Kata tawakkal punya beberapa makna yaitu: penyerahan diri, bersandar dan berlindung kepada Allah SWT.

Dalam Al-Qur'an perkataan tawakkal disebutkan tidak kurang dari 38 kali, dalam berbagai ungkapan atau turunannya. Perkataan *tawakkaltu* (aku bertawakkal) disebutkan 7 kali, *tawakkalna* (kami bertawakkal) disebut 4 kali, *yatawakkalun* (mereka bertawakkal) disebut 5 kali, *mutawakkiliin* (orang-

orang yang bertawakkal) 1 kali, *yatawakkali* (dia bertawakkal) 12 kali dan perkataan *tawakkal* (bertawakallah) disebutkan 9 kali.

Hakekat Tawakkal

Penyebutan kata tawakkal sering kali didahului dan dikaitkan dengan kata iman. Karena landasan tawakkal adalah keimanan, tiada tawakkal tanpa iman dan tidak sempurna iman seseorang tanpa tawakkal. Firman Allah surah Ali Imran [3] ayat 160:

إِن يَنْصُرُكُمْ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَإِن تَخْذُلُكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرُكُمْ مِنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلَيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

Jika Allah menolong kamu, maka tidak ada orang yang dapat mengalahkanmu. Dan jika Allah membiarkanmu, siapakah yang dapat menolong kamu selain daripadaNya? Hanya kepada Allah hendaklah orang-orang yang beriman itu bertawakkal.

Dengan perkataan lain, bahwa keimanan yang benar terhadap keesaan Allah serta segala kemahaagungan-Nya akan mendorong orang beriman untuk tawakkal kepada Allah, setelah adanya usaha dan ikhtiar secara sungguh-sungguh dan maksimal. Tawakkal bukanlah sikap pasif dan melarikan diri dari kenyataan, akan tetapi sikap aktif dan dinamis serta mempertimbangkan faktor-faktor rasional dan logis, kemudian memenuhi unsur-unsur yang dituntut dalam setiap usaha.

Namun di balik itu harus pula disadari bahwa manusia punya keterbatasan dan kelemahan. Untuk itu setelah berusaha dan berikhtiar secara sungguh-sungguh dituntut pula untuk berdoa agar usaha yang dilakukan itu memperoleh hasil sebagai-

mana yang diharapkan. Lalu diiringi dengan sikap penyerahan, mohon pertolongan serta perlindungan, karena tanpa bantuan (*inayah*) dari Allah SWT kalaupun manusia dapat memperolehnya, hasil yang dicapai mungkin berada di luar keridhaan-Nya.

Tawakkal dan Optimisme

Sikap tawakal kepada Allah SWT akan mendorong manusia untuk tidak putus asa dan frustasi serta stres, jika apa yang dikerjakan belum atau tidak memperoleh hasil yang maksimal. Sering kali orang tidak mampu menerima kenyataan yang dihadapi dalam kehidupannya. Hal ini akan berakibat kepada munculnya kekecewaan, salah tingkah dan berburuk sangka kepada Allah SWT.

Sikap tersebut bagi orang yang bertakwa tidak akan muncul, karena dia menyadari bahwa kewajiban manusia adalah berusaha dan berikhtiar secara maksimal, lalu hasil akhir dari usaha itu ia terima dengan senang hati dan diiringi dengan kesyukuran kepada Allah SWT. Sesungguhnya yang lebih mengetahui tentang sesuatu usaha manusia, apakah memberikan manfaat dan kebaikan atau tidak kepada yang melakukannya, hanya Allah SWT. Oleh karena itu dalam Islam setiap kita bermaksud untuk melakukan pekerjaan atau usaha yang baru, demikian juga untuk menentukan sikap dan mengambil suatu keputusan, maka dianjurkan untuk melaksanakan shalat istikharah.

Dengan melaksanakan shalat istikharah, akan memberikan kemantapan dalam mengambil keputusan dan bertindak. Anjuran (sunat) melakukan shalat istikharah sebagaimana kita jumpai dalam sabda Rasulullah Saw. yang artinya :

"Dari Jabir Bin Abdillah, Rasulullah saw. mengajarkan kami minta petunjuk dalam beberapa perkara yang penting; Beliau berkata, "Apabila salah seorang kamu menghendaki sesuatu pekerjaan, maka hendaklah ia shalat dua raka'at, kemudian ia berdo'a" (HR. Bukhari).

Shalat istikharah, artinya shalat minta petunjuk yang baik, tatkala seseorang akan melakukan pekerjaan atau ingin mengambil keputusan tentang sesuatu hal yang penting, sementara ia masih ragu-ragu, apakah hal itu baik atau tidak untuk dilaksanakan. Dalam kondisi inilah disunatkan shalat istikharah dua raka'at, kemudian berdoa.

Do'a shalat istikharah telah diajarkan oleh Rasulullah SAW, yang artinya:

"Ya Allah, Sesungguhnya aku meminta petunjuk yang baik dengan pengetahuan-Mu, dan aku minta kemurahan-Mu yang luas, karena sesungguhnya Engkau Kuasa, dan aku tidak mengetahui dan Engkau yang mengetahui akan segala yang gaib. Ya Allah jika Engkau mengetahui pekerjaan ini baik bagiku, buat agamaku dan penghidupanku dan hari kemudianku, maka berikanlah ia kepadaku dan mudahkanlah ia bagiku, kemudian berkatilah ia kepadaku, dan jika menurut pengetahuan-Mu pekerjaan itu tidak baik untukku, buat agamaku dan penghidupanku dan hari kemudianku, maka jauhkanlah ia dariku, dan berikanlah kepadaku kebaikan dimanapun juga adanya, kemu-dianjadikanlah aku orang yang rela dengan pemberian itu ". (HR. Bukhari)

Tawakkal dan Kesuksesan

Kesuksesan tidak muncul secara tiba-tiba dan sertamerta dalam kehidupan seseorang. Akan tetapi terkait dengan beberapa

hal seperti berfikir positif, kreatif, bertindak secara efektif dan efisien, berani menghadapi resiko, bekerja keras, tanggung dan ulet serta memiliki rasa optimistik. Dalam kaitan ini, tawakal sangat berperan untuk menumbuhkan etos kerja dan mempertinggi rasa optimisme serta tidak lekas putus asa.

Jadi kalau kita buat suatu rumusan sistematis tentang konsep tawakal, serta sikap hidup orang yang bertawakal (*mutawakkilin*) adalah sebagai berikut: berusaha atau berikhtiar, lalu diiringi dengan do'a, kemudian menerima hasil yang diperoleh dengan berbaik sangka kepada Allah SWT. Adapun terhadap permasalahan baru, rumusannya adalah : shalat istikhara (berdoa), melaksanakan sesuatu yang telah menjadi ketetapan hati dan pertimbangan rasional, kemudian menerima hasil itu dengan penuh kerelaan.

Selain itu, ada beberapa prinsip yang diajarkan Al-Qur'an, yang berkaitan dengan tawakal. *Pertama*, tawakal harus dilandasi oleh keimanan kepada Allah SWT (QS. Ali Imran [3]:160), bahwa Allah Maha Kuasa. Dia adalah sebaik-baik penolong dan tempat berlindung serta meyakini bahwa Allah tidak berbuat zalim kepada hamba-Nya. *Kedua*, dianjurkan agar setiap urusan diawali dengan musyawarah, guna memperoleh keteguhan hati dan ketabahan dalam melaksanakannya, kemudian baru bertawakal (QS. Ali Imran [3]:159). *Ketiga*, tawakal juga dilakukan agar memperoleh keteguhan jiwa dalam menghadapi lawan atau musuh dan juga dalam menghadapi kemungkaran. Kemudian diiringi dengan keyakinan bahwa Allah melindungi setiap pekerjaan yang baik (QS. An-Nisa [4] : 81).

Selanjutnya prinsip lain yang harus pula dipedomani dalam bertawakal adalah bahwa Allah SWT merupakan penguasa absolut, pemilik, pemelihara dan Dia senantiasa memperhitungkan

setiap perbuatan hamba-Nya. Keharusan bertawakal juga karena Dialah yang Maha Mulia dan Maha Bijaksana. Allah selalu berpihak dan membantu muslim yang istiqamah dan konsekuensi dalam beragama, juga berpihak kepada orang bersungguh-sungguh (jihad) dengan harta dan diri atau dengan potensi yang dimilikinya.

Akhirnya setiap pribadi muslim yang sadar akan keagungan Allah dan menyadari atas kelemahan serta keterbatasan dirinya, merupakan suatu keharusan untuk bertawakal dalam melaksanakan segala sesuatu yang diridhai oleh Allah. Karena keteguhan jiwa dan kemantapan langkah sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan setiap usaha.

Perlu disadari bahwa takwa harus melandasi kesadaran dalam berbuat baik demi menggapai ridla-Nya. Sementara tawakkal menyediakan sumber kekuatan jiwa dan keteguhan hati dalam menempuh hidup yang penuh tantangan yang tidak seluruhnya dapat dipahami ini, terutama perjuangan dalam memperoleh ridha-Nya. []

MEMBANGUN OPTIMISME

Man yang kuat dapat membangun rasa optimisme. Optimis adalah keadaan selalu berpengharapan atau berpandangan baik dalam menghadapi segala hal dan problematika kehidupan. Sedangkan optimisme adalah suatu keyakinan atau paham yang memandang segala sesuatu dari segi positif dan sikap selalu mempunyai harapan. Optimisme merupakan sikap penting yang harus dimiliki setiap muslim. Sebab kesuksesan dalam bidang apapun, sikap optimis ikut berperan. Selain itu diperlukan pula berbagai sikap positif lainnya seperti baik sangka (*husnudhon*) kepada Allah dan kepada sesama manusia serta berpikir positif (*positive thinking*) serta berikhtiar secara maksimal hingga optimal dalam kehidupan.

Rasa optimis bagi seorang muslim banyak ditentukan oleh pemahaman dan keyakinan terhadap ajaran akidah atau tauhid. Keyakinan bahwa Allah Swt. adalah khalik (pencipta), penguasa, pemelihara (*rabb*) dan pemberi rezeki (*ar-razzaq*). Keyakinan terhadap hal itu akan mendorong manusia menempatkan dirinya pada posisi sebagai makhluk dan menaruh harapan kepada sang Khalik.

Keyakinan bahwa Allah sebagai pencipta, pemilik dan penguasa tunggal di dunia dan akhirat, akan memberikan pengaruh dalam kehidupan muslim. Ia hanya bergantung kepada yang Maha Kuasa, serta berlindung kepada-Nya. Memahami sifat *rahman* dan *rahim*-Nya, memberikan keyakinan

bahwa Allah selalu memberi rezeki, jalan keluar dan memberikan yang terbaik buat hamba-Nya.

Namun sebagai hamba yang terikat dengan hukum alam, manusia harus berusaha (*ikhtiar*) untuk memperoleh rezeki dan mencari jalan keluar dari kesulitan. Di samping harus memiliki ilmu pengetahuan, dan keterampilan (*skill*), etos kerja dan ketabahan serta berdoa agar pekerjaan, usahanya membawa hasil. Setelah itu lalu bertawakal, yaitu bersandar dan menyerahkan diri dan urusannya kepada Allah. Kemudian menanam keyakinan bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik buat hamba-Nya.

Alkisah, ada seorang Raja yang mempunyai seorang pelayan, dan dalam setiap kesempatan pelayan selalu berkata kepada sang Raja: "Yang Mulia, jangan khawatir, karena segala sesuatu yang dikerjakan Allah adalah Maha Sempurna, dan tak pernah salah."

Suatu hari, mereka pergi berburu, di tengah hutan tiba-tiba seekor binatang buas menerkam sang Raja dan ia kehilangan satu jari kanannya. Tetapi pelayan berhasil membunuh binatang buas tersebut.

Geram dengan apa yang dialaminya, tanpa mengucapkan terima kasih, sang Raja berkata. "Kalau Allah itu baik, saya tidak diserang oleh binatang buas dan tidak kehilangan satu jari saya."

Pelayan tersebut menjawab: "Apapun yang telah terjadi kepada Yang Mulia, percayalah bahwa Allah itu baik dan apapun yang dikerjakannya adalah sempurna, dan tak pernah salah."

Merasa sangat tersinggung oleh respon pelayannya, sekembalinya ke istana, sang Raja memerintahkan kepada

para pengawalnya untuk memenjarakan si pelayan. Sementara dibawa ke penjara pelayan tersebut masih saja mengulangi perkataannya: "Allah adalah baik dan sempurna."

Dalam suatu kesempatan lain, sang Raja pergi berburu sendirian. Disebabkan pergi terlalu jauh ke dalam hutan, ia ditangkap oleh orang-orang primitif yang biasa menggunakan manusia sebagai korban persembahan mereka.

Di atas altar persembahan, orang-orang primitif tersebut menemukan bahwa sang raja tidak memiliki jari yang sempurna. Mereka kemudian melepaskan raja tersebut karena dianggap tidak *afthal* untuk dipersembahkan kepada dewa mereka.

Sekembalinya ke istana, sang Raja memerintahkan para pengawal untuk mengeluarkan sang pelayan dari tahanan dan Raja berkata: "Saudaraku, Allah sungguh baik kepadaku, aku hampir saja disembelih oleh orang-orang primitif, namun kerana jariku tidak lengkap, mereka melepaskanku".

Tapi aku punya sebuah pertanyaan untukmu. "Kalau Allah itu baik, mengapa ia membiarkan aku memenjaramu? Sang pelayan menjawab: "Yang Mulia, kalau saja baginda tidak memenjarakan saya, baginda pasti sudah mengajak saya pergi berburu dan saya pasti sudah dijadikan korban oleh orang primitif, sebab semua anggota tubuh saya lengkap."

Pembaca yang budiman, semua ciptaan dan perbuatan Allah adalah sempurna dan baik. Sering sekali kita mengeluh mengenai hidup kita, dan pikiran negatif pun membunuh pikiran kita yang positif. Marilah berbaik sangka dan percaya kepada kebaikan Allah. Berlatihlah untuk selalu berbaik sangka kepadaNya.

Keyakinan dan sikap hidup seperti digambarkan dalam kisah di atas penting. Dengan demikian dapat terhindar dari

stres dan depresi. Sebab hidup ini perlu adanya sandaran. Karena manusia mempunyai berbagai kelemahan. Dengan adanya sandaran, maka hidup menjadi lebih kokoh.

Sandaran satu-satunya bagi muslim adalah sang Khalik, yaitu Allah. Selanjutnya Allah melarang sikap berputus asa. Dalam surah Yusuf [12] ayat 87 diingatkan:

يَنْبَغِي أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيِسُوا مِنْ رَوْحَ اللَّهِ
إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَفِرُونَ AV

Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir.

Ayat di atas menyuruh muslim untuk optimis dan melarang berputus asa. Kemudian juga ditegaskan bahwa putus asa hanya pantas dimiliki oleh orang kafir, sebab mereka hanya mengandalkan kemampuan dirinya dan tidak mengakui kekuasaan Allah.

Membangun harapan atau optimisme di tengah-tengah kesulitan dan pada saat krisis memang sulit. Akan tetapi, bagi muslim yang beriman dan bertawakal kepada Allah, hal itu tidaklah sulit. Sebab iman yang benar akan melahirkan sikap harap (*raja'*) kepada Allah.

Dalam kaitan ini perlu sekali kita hayati penegasan dan janji Allah dalam surah Al-Araf [7] ayat 96:

وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ إِمَانُوا وَأَتَقْوَا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِمْ بَرَكَتٍ مِّنْ أَلْسِنَةٍ
وَأَلْأَرْضِ وَلَكِنْ كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُمْ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ AV

Jikalau sekiranya penduduk negeri-negeri beriman dan bertaqwa, pastilah Kami akan melimpahkan kepada mereka berkah dari langit dan bumi, tetapi mereka mendustakan (ayat-ayat Kami) itu, maka Kami siksa mereka disebabkan perbuatannya.

Jika kita ingin keluar dari multi krisis yang melanda bangsa Indonesia, maka syaratnya adalah harus beriman dan bertaqwa secara benar kepada Allah. Hal ini harus dibuktikan dalam kehidupan sehari-hari, baik oleh rakyat, oleh para pemimpin dan oleh setiap penduduk negeri ini. Membangun sikap optimisme, bahwa Allah akan selalu membantu kita.

Kenyataannya ada yang pesimis dan ada pula yang optimis setiap kali menyambut dan memasuki tahun baru. Bagi yang pesimis, mereka memprediksi tahun di depan kondisi kehidupan bangsa Indonesia dan dunia internasional akan lebih parah. Diawal tahun meskipun pemerintah telah mencanangkan berbagai program unggulan. Namun cita-cita, keinginan dan harapan tidak selalu menjadi kenyataan. Kenyataannya kehidupan kurang damai, resah, stress dan carut marut masih mendominasi kehidupan anak bangsa terutama dalam kehidupan politik dan ekonomi.

Ada beberapa agenda bangsa Indonesia yang menjadi perhatian dari tahun ke tahun. *Pertama*, masalah disintegrasi bangsa, bahwa Aceh dan Papua hingga saat ini belum sepenuhnya dalam kondisi kondusif. *Kedua*, masalah pemberantasan korupsi dan narkoba, pemerintah belum memiliki rapor yang baik. Akibatnya hilang kepercayaan masyarakat kepada pemerintah. *Ketiga*, reformasi dan otonomi daerah. Menurut Taufik Abdullah di era reformasi batas negara dan masyarakat semakin kabur, akibatnya akan muncul penekanan, kekerasan dan keasyikan

menikmati kekuasaan oleh pemerintah daerah dengan cara KKN.

Kemudian otonomi daerah telah melahirkan pula “raja-raja kecil” di daerah dan ditambahkan lagi seringnya konflik setiap pemilihan kepala daerah. *Keempat*, belum kompaknya antara TNI dan POLRI sebagai dua institusi penting dalam menjaga dan memelihara negeri ini dari ancaman disintegrasi dan kerusuhan sosial. *Kelima*, masalah pengangguran dan perlindungan terhadap TKI di luar negeri masih sangat lemah. *Keenam*, kerusuhan sosial yang dipicu oleh persoalan SARA masih harus diwaspadai. *Ketujuh*, masalah radikalisme, terorisme dan narkoba.

Selain sisa agenda di atas - kondisi negeri ini diduga akan diperparah lagi setiap kali adanya perhelatan akbar, yaitu kampanye dan Pemilihan Umum dan Pemilihan Kepala Daerah. Kampanye diduga akan menimbulkan kerawanan, gesekan-gesekan sosial dan konflik vertikal dan horizontal. Demikian juga sebelum dan sesudah Pemilihan Umum atau pesta demokrasi.

Bagaimana sebenarnya sikap anak negeri ini dalam menghadapi berbagai persoalan ke depan? Jawabnya kita harus tetap optimis. Rasa optimisme harus selalu kita bangun. Sebab dengan cara itu kita dapat lebih yakin dan berani melangkah ke depan untuk membangun pribadi, keluarga, masyarakat dan membangun bangsa yang mayoritas muslim ini.

David J. Schwartz dalam buku *The Magic of Thinking Big* menulis “*Percayalah, benar-benar percaya bahwa anda dapat berhasil, maka anda pun akan berhasil*”. Lebih lanjut ia katakan : *berfikir ragu, maka anda gagal dan berfikir menang, maka anda berhasil*”.

Kepercayaan yang kuat akan dapat menggerakkan pikiran untuk mencari jalan dan sarana serta cara melakukannya. Optimis dan berfikir positif adalah modal dasar untuk meraih kemajuan dan kesuksesan. Selanjutnya harus berbuat berdasarkan ilmu, pertimbangan rasional dan bekerja secara profesional.

Rasa optimis bagi seorang muslim banyak ditentukan oleh pemahaman dan keyakinan terhadap ajaran aqidah atau tauhid. Keyakinan bahwa Allah adalah Khalik (pencipta), penguasa, pemelihara (*rabb*) dan pemberi rezeki (*ar-razzaq*) memberikan implikasi terhadap sikap hidup muslim untuk selalu memohon bantuan dari-Nya.

Keyakinan terhadap hal-hal di atas medorong manusia menempatkan dirinya pada posisi sebagai makhluk dan menaruh harapan kepada sang Khalik. Allah sebagai pencipta, pemilik dan penguasa tunggal di dunia dan akhirat, akan memberikan pengaruh dalam kehidupan Muslim bahwa ia harus bergantung kepada yang Maha Kuasa, hanya berlindung kepada-Nya. Selain itu dengan sifat *rahman* dan *rahim* Allah, akan memberikan keyakinan bahwa Ia selalu memberi rezeki, jalan keluar dan memberikan yang terbaik buat hamba-Nya.

Namun sebagai manusia yang terikat dengan hukum alam, kita harus berusaha (*ikhtiar*) untuk memperoleh rezeki dan mencari jalan keluar dari kesulitan. Di samping harus memiliki ilmu pengetahuan, keterampilan (*skill*), etos kerja dan ketabahan serta berdoa agar pekerjaan, usahanya membawa hasil. Setelah itu lalu bertawakal, yaitu bersandar dan menyerahkan diri dan urusannya kepada Allah. Kemudian menanam keyakinan bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik buat hamba-Nya.

Keyakinan dan sikap hidup seperti ini penting. Karena dengan demikian dapat terhindar dari stress, depresi dan stroke, yang kini sangat dekat dengan manusia modern. Sebab hidup ini perlu adanya sandaran. Karena manusia mempunyai berbagai kelemahan. Dengan adanya sandaran, hidup menjadi lebih kokoh. Dan sandaran satu-satunya bagi Muslim adalah sang Khalik, yaitu Allah SWT.

Allah menyuruh kita optimis dan penegasan bahwa putus asa hanya pantas dimiliki oleh orang kafir, karena mereka mengandalkan kemampuan dirinya (akal, ilmu dan tenaga) dan tidak mengakui kekuasaan Allah.

Jika kita ingin keluar dari multi krisis yang melanda bangsa Indonesia maka syaratnya adalah harus beriman dan bertaqwah secara benar kepada Allah. Hal ini harus dibuktikan dalam kehidupan sehari-hari, baik oleh rakyat dan terutama oleh para pemimpin negeri ini (legislatif dan eksekutif). Mari kita bangun rasa optimisme dan penuh harap, bahwa Allah akan membantu kita.[]

MENATA QOLBUN SALIM

 *Qalbun salim* merupakan salah satu sebutan kepada hati yang bersih, yaitu hati yang sehat atau selamat. Makna yang lebih luas dari *qalbun salim* adalah hati yang beriman, bersih, damai dan tenteram. Pemilik *qalbun salim*, terbebas dari penyakit-penyakit hati. Apakah itu, penyakit dengki (*hasad*), sompong (*kibr*), kagum kepada diri (*ujb*), riyâ dan berbagai penyakit hati lainnya.

Hati menjadi ukuran baik atau tidaknya seseorang. Sabda Nabi Muhammad SAW:

وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضَغَّةً إِذَا صَدَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلَا وَهِيَ الْقُلُبُ

Ketahuilah pada tubuh manusia ada segumpal darah yang apabila baik, maka baiklah tubuh tersebut dan apabila rusak maka rusaklah tubuh tersebut. Ketahuilah, ia adalah hati. (HR. Bukhari).

Nabi Ibrahim pernah berdo'a kepada Allah agar ia memiliki *qalbun salim*. Untaian do'a tersebut terdapat dalam Al-Qur'an surah Asy-Syu'ara [26] ayat 87-89:

وَلَا تَخْرِنِي يَوْمَ يُبَعَثُونَ ﴿٨٧﴾ يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ﴿٨٨﴾ إِلَّا مَنْ أَنِّي لِلَّهِ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴿٨٩﴾

Dan janganlah Engkau hinakan aku pada hari mereka dibangkitkan,

pada hari yang tidak ada gunanya baik harta maupun anak-anak, kecuali orang yang menghadap Allah dengan hati yang bersih.”

Hati yang bersih (*qalbun salim*), sebenarnya tidak hanya kita butuhkan di akhirat kelak. Akan tetapi di dunia ini-pun sangat kita butuhkan serta penting untuk kita miliki. Sebab hakekat kebahagian menurut Nabi, bukanlah terletak pada tumpukan harta benda yang kita miliki – rumah, mobil, gedung bertingkat, kebun, emas, dan uang tabungan, melainkan pada kebersihan dan kekayaan hati serta kekayaan jiwa.

Pribadi yang memiliki *qalbun salim*, terbebas dari berbagai penyakit hati. Ia tidak dengki, jika orang lain mendapat nikmat Allah melebihi dari yang ia miliki. Karena Allah memiliki hak prerogatif untuk memberikan dan melebihkan nikmat-Nya kepada seseorang dengan sebab-sebab tertentu. Pemilik *qalbun salim* selalu bertanya mengenai nikmat Allah yang diterima dan berada di tangannya. Pertanyaannya adalah, “Pantaskah nikmat Allah saya terima, dan sudah sesuaikah dengan pengabdian dan kesyukuran saya kepada Allah, sebagai pemberi nikmat?”.

Pemilik *qalbun salim*, tidak sibuk dengan kelebihan, keunggulan, kesuksesan atau nikmat Allah yang ada di tangan orang lain. Tetapi sibuk menilai dan mengoreksi dirinya sendiri (*muhasabah*), serta selalu berupaya memperbaiki diri dengan mendengar dan mengikuti kata hati. Sebab suara hati, selalu menyuruh kepada yang baik.

Insan yang memiliki *qalbun salim* juga tidak sompong, jika mendapat nikmat dan rahmat dari Allah. Apakah nikmat itu berupa kekayaan harta benda, memiliki pangkat dan jabatan yang menyenangkan atau keunggulan dalam bidang intelektual dan ilmu pengetahuan. Ia sadar kelebihan dan keunggulan

tersebut adalah pemberian dari Yang Maha Kuasa. Oleh sebab itu, mereka meresponnya dengan bersyukur, bukan dengan kufur dan tidak pula dengan membungkung dada serta menyombongkan diri.

Manifestasi dari *qalbun salim* juga terlihat dari sifat rendah hati (*tawadhu'*). Kelebihan atau keunggulan potensi diri, tidak sampai mengagumi diri sendiri (*ujb*). Ia sadar bahwa kelebihan dan potensi diri adalah anugerah dari Allah SWT. Misalnya kelebihan itu berupa keindahan fisik (cantik atau ganteng), kelebihan dalam non fisik, seperti kejeniusan dan memiliki suara yang merdu. Semua kelebihan itu, bagi hamba Allah pemilik *qalbun salim*, dimanfaatkannya pada jalan Allah dan untuk menggapai keridhaan-Nya.

Ciri lain, mereka beribadah kepada Allah dengan penuh keikhlasan. Sifat riya dan *sum'ah* jauh dari mereka. Riya sering sekali mewarnai sikap dalam beribadah sebahagian orang, yaitu ibadahnya bukan ditujukan kepada Allah, melainkan untuk mendapat penilaian, pujian dan penghargaan dari manusia. Lebih dari itu, kadang-kadang juga senang menceritakan kepada orang tentang amal atau ibadah yang dilakukannya (*sum'ah*). Pemilik *qalbun salim*, terbebas dari cara, gaya dan sikap seperti itu. Tidak hanya ibadah, tapi seluruh aktivitas kesehariannya, tujuan hanya satu, yaitu ingin memperoleh keridhaan Ilahi.[]

MENJADI MANUSIA TERBAIK



ada dasarnya semua manusia ingin disebut sebagai orang yang baik dan terbaik. Ini adalah wajar, manusia dan merupakan pengaruh dari fitrah manusia. Sebab Allah SWT telah menciptakan manusia dengan kecenderungan kepada yang baik (QS. Ar-Rum [30]: 30). Akan tetapi tidaklah setiap orang dapat mengklaim begitu saja bahwa dirinya adalah manusia terbaik. Apakah diri kita termasuk orang terbaik? Jawabannya, belum tentu. Sebab itu, untuk menilai apakah diri kita termasuk dalam kelompok manusia-manusia terbaik, mari mengacu kepada kriteria manusia terbaik menurut hadis Nabi.

Dalam menyebutkan manusia terbaik, Nabi menggunakan tiga istilah, yaitu *khairunnas* (sebaik-baik manusia), *khairukum* (sebaik-baik kamu) dan *khairu ummati* (sebaik-baik umatku). Cukup banyak kriteria manusia terbaik berdasarkan Hadis Nabi. Namun karena keterbatasan tempat, dalam artikel ini hanya disebutkan lima kriteria saja.

1. Terbaik karena Akhlaknya

Misi utama Nabi Muhammad diutus oleh Allah SWT untuk memperbaiki atau menyempurnakan akhlak manusia. Sabda Nabi: *‘Aku hanya diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia’* (H.R. Malik). Dan Allah memuji akhlak Nabi

Muhammad SAW. Seperti disebut pada surah al-Qalam [68] ayat 4:

وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴿١﴾

Dan sesungguhnya kamu benar-benar berbudi pekerti yang agung.

Ketika ditanya kepada Aisyah ra. tentang akhlak Nabi Muhammad SAW ia menjawab akhlak nabi adalah Al-Qur'an. (HR. Muslim).

Akhlik merupakan ajaran yang terpenting dalam Islam. Bahkan seluruh ibadah (ritual) yang diajarkan oleh Islam (salat, puasa, zakat dan haji), bertujuan untuk mendidik manusia agar berakhlik mulia. Kemudian kriteria manusia terbaik antara lain dilihat dari akhlaknya. Sabda Nabi:

إِنَّ مِنْ أَخْيَرِ كُمْ أَخْسَنَكُمْ خُلُقًا

Sesungguhnya orang yang terbaik di antara kamu ialah yang paling bagus akhlaknya. (H.R. Bukhari dan Muslim).

Dimensi akhlak, meliputi akhlak kepada Allah SWT akhlak kepada manusia, (kepada kedua ibu bapak, akhlak kepada isteri, anak, kerabat, dan akhlak kepada tetangga). Selain itu, Islam juga mengajarkan untuk berakhlik kepada semua makhluk yang ada di sekitar kita atau berakhlik kepada lingkungan hidup.

2. Terbaik terhadap keluarganya

Bawa sudah menjadi kecenderungan naluriyah manusia untuk lebih mencintai orang-orang yang dekat dan berjasa dalam hidupnya. Orang yang berjasa itu adalah orangtua atau

ibu dan bapak, isteri/suami, anak-anak dan keluarga lainnya yang memiliki hubungan keturunan.

Skala prioritas berakhlik dan berbuat ihsan sesungguhnya telah diatur dalam Islam. Perhatikan firman Allah dalam surah An-Nisa' [4] ayat 36:

﴿ وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُتَرْكُوا بِهِ شَيْعًا ۚ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَنًا وَبِذِيِّ الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينَ وَالْجَارِ ذِيِّ الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبُ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ الْسَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا ۚ ﴾

Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatu apa pun. Dan berbuat baiklah kepada dua ibu bapak, karib kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, teman sejawat, orang yang dalam perjalanan dan hamba sahayamu, Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang sombong dan membanggakan diri.

Mendahulukan keluarga dalam berbuat baik adalah dianjurkan oleh al-Qur'an dan Hadits. Penting untuk diperhatikan, jika fasilitas yang kita gunakan untuk berbuat ihsan itu merupakan milik pribadi kita secara otonom. Namun jika ditangan kita ada kekuasaan, fasilitas negara atau fasilitas umum, maka harus ditegakkan keadilan berdasarkan norma, aturan dan ketentuan yang berlaku. Jika fasilitas tersebut kita gunakan untuk kepentingan dan memprioritaskan keluarga (nepotisme), perilaku ini dicela oleh Islam. Perhatikan hadits berikut ini: "Yang paling baik di antara kamu adalah yang membela terhadap kepentingan keluarganya selama tidak dalam dosa".

3. Manusia yang bermanfaat bagi orang lain

Setiap Muslim dituntut untuk menjadi pelita di tengah-tengah manusia lainnya. Hal itu dapat dilakukan melalui amal saleh, karya nyata dan gemar berbuat ihsan. Dalam kaitan ini, Nabi bersabda: “*Sebaik-baik manusia, mereka yang bermanfaat kepada manusia lainnya*”.

Nilai manfaat seseorang terhadap orang lain dapat bermacam-macam bentuknya. Antara lain, jika kita dapat memberi bantuan dalam bentuk materi, tenaga, ilmu, dan menanam rasa gembira dalam hati orang lain. Sebaliknya jika tidak mampu kita melakukan hal tersebut, maka jangan sampai akibat tangan (kekuasaan) maupun dengan lisan kita dapat mengganggu mereka.

4. Tepat waktu membayar hutang

Sebaiknya kita harus menghindari diri dari berhutang. Sebab orang yang berhutang, siang hari merasa hina dan malam hari gelisah. Ada perasaan rendah diri orang berhutang (*inferior*), jika bertemu dengan orang lain, terutama terhadap pemberi hutang. Sedangkan malam hari, akan menjadi beban pikiran, karena memikirkan hutang.

Namun, kadang-kadang dalam hidup ini tidak dapat menghindari diri dari berhutang. Di saat-saat mendesak terhadap suatu keperluan, seringkali kita harus berhutang. Bahkan berhutang dan kredit, kini telah menjadi budaya di kalangan masyarakat kita, terutama di kalangan pegawai negeri sipil (PNS).

Hutang-piutang sebenarnya ditolerir oleh Islam. Sebab, hal itu merupakan salah satu cara atau jalan membantu sesama. Tapi hal penting yang harus diperhatikan adalah membayar hutang sesuai dengan janji. Nabi mengingat kita bahwa manusia

yang paling baik adalah orang yang paling baik dalam membayar hutangnya.

فَإِنَّ مِنْ خَيْرِكُمْ أُوْخَيْرُكُمْ أَخْسَنُكُمْ قَضَاءً

Sesungguhnya sebaik-baik kalian adalah yang paling baik dalam melunasi hutang.” (HR. Muslim).

Akan tetapi seringkali hutang tidak dapat dibayar tepat waktu, karena belum punya kemampuan. Jika kondisi ini yang terjadi, seharusnya yang berhutang bersikap dewasa dan meminta agar waktu pembayaran hutang dapat diundurkan, atau membayar hutang sebagian lebih dahulu.

Tampaknya masih sering kejadian, penagih harus mengemis-ngemis. Bahkan yang lebih ironis lagi, berhutang untuk tujuan menipu pemberi hutang. Akhirnya hutang membuat permusuhan dan retaknya persahabatan. Oleh sebab itu, jadilah orang terbaik dalam berhutang, dengan membayar hutang tepat waktunya.

Bagaimana pula jika hutang tak sanggup dibayar. Katakan sejurnya kepada pemberi hutang. Jika hal ini yang terjadi, sebaiknya dilakukan pemutihan dan bagi yang membebaskan hutang dapat meniatkan sebagai sedekah.

5. Berhati tulus dan berlidah lurus

Hati dan lidah merupakan instrumen penting dalam kehidupan manusia. Nabi menyebutkan hati yang tulus dan lidah yang lurus sebagai ciri manusia terbaik. Al-Qur'an menggambarkan macam-macam hati manusia. Ada hati yang sakit dan berpenyakit, seperti disebutkan pada surah al-Ahzab [33] ayat 32:

يَسْنَاءَ الَّتِي لَسْتُنَّ كَأَحَدٍ مِّنَ النِّسَاءِ إِنْ أَنْقَيْتَنَّ فَلَا تَخْضُعْنَ
بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعُ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرْضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا

Hai isteri-isteri Nabi, kamu sekalian tidaklah seperti wanita yang lain, jika kamu bertakwa. Maka janganlah kamu tunduk dalam berbicara sehingga berkeinginanlah orang yang ada penyakit dalam hatinya dan ucapanlah perkataan yang baik.

Selanjutnya ada hati yang lalai serta terkunci. Perhatikan surah al-Jatsiyah [45] ayat 23:

أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهًا هَوَنَهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ
وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِ غِشْوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا
تَدْكُرُونَ

Maka pernahkah kamu melihat orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tuhannya dan Allah membiarkannya berdasarkan ilmu-Nya dan Allah telah mengunci mati pendengaran dan hatinya dan meletakkan tutupan atas penglihatannya? Maka siapakah yang akan memberinya petunjuk sesudah Allah (membiarkannya sesat). Maka mengapa kamu tidak mengambil pelajaran.

Sementara hati yang tulus atau disebut dengan istilah *qalbun salim*. *Qalbun salim* adalah hati yang beriman, ikhlas dan terhindar dari penyakit-penyakit hati. Salah satu do'a Nabi Ibrahim adalah memohon kepada Allah agar ia memiliki *qolbun salim*. Untaian do'a itu terdapat dalam surah As-Syu'ara [26] ayat 87-89:

وَلَا تُخْزِنِي يَوْمَ يُبَعَّثُونَ ﴿٤٧﴾ يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ﴿٤٨﴾ إِلَّا مَنْ
أَتَ اللَّهَ بِقُلْبٍ سَلِيمٍ ﴿٤٩﴾

Dan janganlah engkau hinakan aku pada hari mereka dibangkitkan, pada hari yang tidak ada gunanya baik harta maupun anak-anak, kecuali orang menghadap Allah dengan hati yang bersih.

Kebersihan dan ketulusan hati merupakan kunci keberhasilan para Rasul dalam berdakwah. Hal itu menjadi daya tarik bagi manusia lainnya. Ketulusan dalam berbuat sesuatu akan mengantarkan seseorang kepada dua hal. Pertama, jika ia sukses maka tidak akan membusungkan dada. Ia sadar kesuksesan itu adalah anugerah dari Yang Maha Kuasa. Kewajibannya hanya sebatas berusaha secara maksimal dan optimal. Kedua, jika gagal ia tidak akan berputus asa. Sebab hati yang tulus tidak mengenal putus asa. Putus asa hanya ciri dari orang-orang kafir.

Sebenarnya terdapat hubungan atau korelasi positif antara hati tulus dengan lidah lurus. Pemilik hati yang tulus, biasanya berlidah lurus. Bersumber dari hati yang bersih, maka akan keluar pula tutur kata yang jernih, jujur dan dapat dipercaya. Karena itu, untuk membangun kepribadian yang memikat, antara lain melalui memelihara dan menjaga hati yang tulus dan lidah yang lurus.

Mari kita bermuhasabah, yaitu menilai diri kita masing-masing. Apakah kita sudah termasuk manusia terbaik, setengah baik atau manusia terjelek, berdasarkan lima kriteria di atas. Fitrah, naluri dan cita-cita semua orang ingin menjadi manusia terbaik. Semoga kita dapat berikhtiar untuk menampilkan diri kita menjadi manusia terbaik. []

MEMUPUK KEARIFAN HIDUP

Salah satu modal kehidupan adalah kearifan (*wisdom*). Dalam bahasa Al-Quran disebut dengan hikmah. Menurut sebahagian ulama kedudukan hikmah lebih tinggi dari ilmu. Salah seorang hamba yang diberikan hikmah oleh Allah adalah Lukman. Firman Allah surah Lukman [31] ayat 12:

وَلَقَدْ أَتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنِ اشْكُرْ لِلَّهِ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرْ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فِإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ

Dan Sesungguhnya telah Kami berikan hikmat kepada Luqman, yaitu: "Bersyukurlah kepada Allah dan Barangsiapa yang bersyukur (kepada Allah), maka Sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri; dan Barangsiapa yang tidak bersyukur; maka sesungguhnya Allah Maha Kaya lagi Maha Terpuji.

Dalam kehidupan sehari-hari kita sering mendengar istilah arif atau kearifan, bijaksana atau kebijaksanaan dan kata *wisdom* dalam bahasa Inggris yang juga berarti kearifan. Dalam pembukaan UUD 1945 ditemukan juga kata "hikmat kebijaksanaan."

Kalau kita melacak kepada literatur Islam, kita temukan istilah *hukama*, *hakim* dan kata *hikmah*. Kata-kata tersebut berasal dari huruf ح (ha) ك (kaf) dan م (mim). Yang berkisar

maknanya pada *menghalangi*. Hukum adalah dapat menghalangi orang untuk melakukan yang dilarang atau perbuatan tercela. Jadi ahli hikmah adalah orang adalah orang yang telah melakukannya yang tercela dan selalu menampilkannya yang terbaik.

Al-Qur'an disebut dengan *al-hakim*, seperti pada surah Yasin [36] ayat 1-2:

يَسْنَ وَالْقُرْءَانُ الْحَكِيمُ

1. Ya sin; 2. Dan demi Al Quran yang penuh hikmah

Hikmah adalah sesuatu yang apabila digunakan atau dipakai dan dipraktekkan akan menghalangi terjadinya mudharat, atau kesulitan atau mendatangkan kemaslahatan dan kemudahan.

Al-Qur'an disebut sebagai *al-hakim* karena seluruh kandungannya merupakan petunjuk yang terbaik, guna mendatangkan kemaslahatan dan menghindarkan keburukan. Al-Qur'an mengangkat tokoh Lukman, menjadi nama surah yang ke 31 dari al-Qur'an. Karena Lukman merupakan sosok pribadi bijaksana, khususnya dalam mendidik anak.

Menurut Muhammad Abduh, dalam tafsir Al-Manar, hikmah bermakna kemampuan mengenal dan memahami rahasia dari tiap-tiap sesuatu. Sementara Quraish Shihab mengatakan hikmah dalam prakteknya adalah kemampuan memilih yang terbaik dan sesuai dengan kondisi.

Manusia dalam kehidupan sehari-hari selalu berhadapan dengan pilihan-pilihan. Apakah kita termasuk orang-orang yang arif dan bijaksana. Hal ini tergantung kepada kualitas pilihan-pilihan yang kita lakukan. Sejak kita bangun tidur setiap pagi, kita telah berhadapan dengan pilihan, yaitu ketika muazzin mengumandangkan azan subuh dan mengucapkan:

الصلوة خير من النوم

Kita diingatkan bahwa shalat lebih baik daripada tidur. Apakah kita langsung bangun dan bergegas untuk shalat subuh? Kalau hal itu kita lakukan, maka kita adalah orang arif, karena telah memilih yang terbaik. Akan tetapi kalau menarik selimut dan melanjutkan tidur, kita telah memenangkan rayuan setan. Ketika shalat, juga ada pilihan, yaitu apakah shalat sendiri atau berjamaah. Berjamaah lebih baik dari shalat sendiri, yaitu kebaikannya mencapai dua puluh tujuh.

Ketika kita berkomunikasi, berbicara dan menggunakan lidah untuk berkata-kata, di sini juga berhadapan dengan pilihan. Orang dapat menggunakan kata-kata yang kasar, jorok, tidak senonoh, menyinggung dan menyakiti pihak lain. Sementara orang-orang arif bijaksana akan memilih kata-kata yang lembut, sejuk, menyenangkan hati bagi pihak lain. Nabi Muhammad saw. juga mengingatkan kita untuk pandai-pandai memilih untuk berbicara atau diam. Bicaralah, kalau memberi manfaat dan jika tidak diam itu lebih baik. Sementara Mohammad Natsir (*Allahu Yarham*), mantan Perdana Menteri Pertama Indonesia (1950-1951), mengatakan memilih diam, pada saat tertentu, merupakan wujud dari sikap bijaksana.

Seorang ahli hikmah, dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan, tidak pernah kekurangan kamus, apalagi kehilangan kamus. Mereka selalu mendapat inspirasi, petunjuk (hidayah dari Allah), sehingga menemukan cara-cara terbaik dalam menyelesaikan setiap masalah. Kuncinya dekat dengan Allah.

Kearifan dalam menempatkan setiap perbedaan, sebab perbedaan dapat menjurus kepada konflik. Akan tetapi perbedaan dapat pula dipandang sebagai *sunatullah*, rahmat, dan kita

dituntut untuk menghargai perbedaan dan menerima orang lain dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Bentuk-bentuk hikmah dalam kehidupan adalah:

- Memilih berdamai dari pada memerangi
- Memilih bersahabat dari pada memusuhi
- Memilih cara yang lembut dari pada mengkasari
- Memilih memaafkan dari pada mendendam
- Memilih menyayangi dan mencintai dari pada menyakiti

Memilih yang terbaik itu hakekat daripada hikmah, kearifan dan prilaku ihsan dalam kehidupan. Semoga Allah senantiasa membimbing kita untuk memiliki kemampuan memilih yang terbaik. []

FILOSOFI MEMBERI DAN MENERIMA

Salah satu rahasia hidup harmonis yang diajarkan Islam adalah konsep saling memberi dan menerima. Konsep ini telah menjadi sebuah sistem dalam kehidupan yang diciptakan oleh Allah SWT. Allah SWT adalah zat Yang Maha Pemberi (الوهاب) ; memberi kehidupan kepada manusia dan makhluk lainnya, memberi rezeki (رزق), memberi perlindungan (النور) dan Allah juga yang memberi ampuhan (الغفران) dan memberi balasan surga kepada orang beriman dan beramal saleh di akhirat kelak.

Alam ini diciptakan oleh Allah untuk saling memberi. Matahari setiap hari memberikan cahaya, langit menurunkan dan memberi hujan untuk bumi. Pohon menghasilkan atau memberi oksigen (H_2O) yang dibutuhkan manusia. Sedangkan manusia mengeluarkan dan memberi karbon dioksida (CO_2) yang dibutuhkan pohon. Oleh sebab itu, manusia dituntut untuk saling memberi dan menerima sehingga kehidupan ini menjadi harmonis dan indah. Islam telah mengajarkan prinsip hidup kepada kita, yaitu menerima untuk memberi dan belajar untuk mengajar.

Alam ini, yang terdiri dari 1/3 darat dan 2/3 laut atau air adalah cukup untuk menyejahterakan penduduk bumi. Saat ini penduduk bumi 7 miliar lebih dan 1,6 miliar di antaranya adalah orang yang beriman kepada Allah SWT.

Potensi alam baik di laut, di darat dan di udara maupun apa yang terkandung dalam perut bumi dikelola dengan baik dapat menyejahterakan semua umat manusia. Hal itu jika hasilnya dibagi untuk kesejahteraan bersama sehingga ada yang memberi dan menerima. Di sini peran negara atau pemerintah dengan seluruh aparatnya menjadi penting. Namun bumi ini, dengan segala isinya, tidak cukup untuk seorang manusia yang tamak.

Problem kehidupan saat ini adalah lebih dominan manusia yang suka menerima dan mengambil daripada memberi. Mengambil sesuatu yang merupakan milik dan haknya adalah boleh-boleh saja. Namun yang menjadi persoalan adalah kalau mengambil milik orang lain, mengambil milik negara, milik masyarakat dalam bentuk korupsi, pengutan liar, uang pelicin, sogokan dan berbagai nama lainnya. Inilah faktor keterpurukan negara ini. Karena itu mari kita budayakan sifat saling memberi.

Apa yang dapat kita berikan kepada orang lain? Tentu banyak hal yang bisa kita berikan :

1. Memberi perhatian, tegur sapa, memberi senyum dan salam jika bertemu.
2. Memberi penghargaan, bila orang berprestasi
3. Memberikan kasih sayang dalam rangka meneladani sifat kasih sayang Allah SWT.
4. Memberikan tenaga, ilmu dan keahlian untuk sesama manusia dan untuk kemajuan negara yang kita cintai ini.
5. Memberikan waktu untuk hadir ketika ada undangan.
6. Memberikan harta, kekayaan untuk infak, sedekah dan wakaf.

Nabi Muhammad SAW, telah mengingatkan dengan sabdanya:

خَيْرُ النَّاسِ الْأَنْفَعُ لِلنَّاسِ

Manusia terbaik adalah orang yang memberikan manfaat kepada orang lain.

Memberi tentu saja dapat mendatangkan manfaat yang luar biasa, baik manfaat di dunia maupun di akhirat. Manfaat memberi antara lain:

1. Mendatangkan kesehatan.
2. Menemukan makna hidup dan kebahagiaan.
3. Mendapatkan hal-hal yang tak terduga.
4. Meraih kekayaan.
5. Memanjangkan umur.
6. Mendatangkan pertolongan Allah.
7. Dekat dengan manusia dan dekat pula dengan surga.

Suatu pemberian supaya bernilai di sisi Allah, maka harus memperhatikan akhlak dalam memberi. Akhlak memberi antara lain:

1. Memberi tanpa syarat.
2. Memberi dengan ikhlas.
3. Memberi untuk mengharapkan rida Allah.
4. Memberi dengan hikmah, tidak menyakiti, tidak melukai dan merendahkan si penerima.

Mengingat pentingnya memberi, maka perlu belajar dan melatih diri untuk selalu memberi. Memberi dengan skala prioritas, yaitu kepada kedua orangtua, kepada orang terdekat,

kepada anak yatim, fakir miskin dan siapa saja yang membutuhkannya.[]

PILAR-PILAR KEBAHAGIAAN

Kebahagiaan atau kegembiraan adalah suatu keadaan pikiran atau perasaan yang ditandai dengan kecukupan hingga kesenangan, cinta, kepuasan, kenikmatan, atau kegembiraan yang intens. Berbagai pendekatan filsafat, agama, psikologi, dan biologi telah dilakukan untuk mendefinisikan kebahagiaan dan menentukan sumbernya.

Banyak orang berkata tentang kebahagiaan, akan tetapi banyak sekali orang yang tidak mengerti dimana dan bagaimana cara untuk mendapatkan kebahagiaan dan di manakah letaknya kebahagiaan itu.

Dalam kesempatan ini saya ingin mengajak kita semua untuk bermuhsabah dan merenung serta bertanya, apa sebenarnya yang kita cari dalam hidup ini. Kalau pertanyaan tersebut kita tujuhan kepada semua orang, maka diperkirakan jawabannya adalah mencari kebahagiaan. Manusia mencari kebahagiaan sepanjang hidupnya. Namun kuat dugaan banyak orang tidak bahagia dalam hidupnya. Ini bukan berarti kebahagiaan sulit ditemukan. Padahal kebahagiaan sebenarnya sangat dekat dengan kita.

Kebahagiaan sebenarnya sangat dekat dengan kita. Adapun yang membuat kita sulit menemukan kebahagiaan karena orang terkecoh dengan sesuatu yang menyamar sebagai kebahagiaan yaitu kesenangan dan kesuksesan.

Berbagai pendapat tentang kebahagiaan. Ada yang berpendapat tentang kebahagiaan sebagai berikut:

1. Kebahagiaan ditentukan oleh kekayaan atau harta.
2. Kebahagiaan karena kemasyhuran atau terkenal
3. Kebahagiaan ditentukan oleh kekuasaan
4. Kebahagiaan terletak pada kesehatan
5. Kebahagiaan terletak pada luasnya pergaulan

Ada yang berasumsi bahwa kebahagiaan itu terletak pada pikiran dan hati kita. Karena itu, kita tidak perlu kaya dulu, baru bahagia, tidak perlu terkenal dulu, baru bahagia, kita tidak perlu berkuasa dulu, baru bahagia. Karena kebahagiaan berada sangat dekat dengan kita, yaitu ditentukan oleh pikiran dan hati kita, yaitu jika kita memiliki pikiran dan hati yang tenang dan damai.

Menurut Arvan Pradiansyah dalam bukunya *The Seven Laws Of Happiness* ada tujuh pilar kebahagiaan. Tiga hal berhubungan dengan diri sendiri yaitu sabar, syukur dan sederhana.

1. Sabar yaitu sikap menerima sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginannya. Kemampuan dan kerelaan menerima membuat batin lebih tenang. Sementara sikap mengeluh menunjukkan batin yang menderita.
2. Syukur yakni menerima dengan ikhlas setelah berusaha, lalu timbul kepuasaan dan kebahagiaan. Merasa kekurangan secara terus menerus juga membuat batin menderita. Rumus “melihat ke bawah” dalam hal nikmat Allah dapat membuat jiwa lebih tenteram.
3. Sederhana yakni orang kaya yang sederhana, menunjukkan kepribadian yang stabil. Sementara berlebihan, apalagi

berfoya-foya menunjukkan peribadi yang kurang percaya diri.

Tiga hal berikutnya berkaitan dengan hubungan kita dengan orang lain yaitu: *Love* (Kasih), *Giving* (Memberi), dan *Forgiving* (Memaafkan). Satu hal terakhir adalah yang berkaitan dengan Tuhan, yaitu *Surrender* (Pasrah).⁶

Namun agama khususnya Islam berpandangan bahwa kebahagiaan hanya dapat diperoleh dengan meniti jalan yang digariskan oleh Allah. Yang dimaksud dengan meniti jalan Allah adalah menaati perintah-Nya dan meninggalkan larangan-Nya dengan ikhlas dan benar. Allah sangat tegas sekali menyatakan, bahwa Al-Qur'an itu diturunkan-Nya adalah untuk membahagiakan manusia dan apabila manusia mentaati Allah dan Rasul-Nya pastilah kebahagiaan itu akan dikecapnya, baik di dunia maupun di akhirat.

Adapun yang membuat kita sulit menemukan kebahagiaan karena terkecoh dengan sesuatu yang "menyamar sebagai kebahagiaan", yaitu kesenangan dan kesuksesan. Berbeda kesenangan dengan kebahagiaan. Kesenangan sering berujung pada kesengsaraan. Sementara jalan-jalan kebaikan, dan kebenaran yang kita tempuh dalam hidup ini, berujung kepada kebahagiaan.

Oleh sebab itu inti dari beragama adalah menjadi orang baik, yaitu melalui suatu proses beriman, berilmu dan beramal. Beriman merupakan inti dari spiritualitas, yaitu kesadaran bahwa Allah Maha Mengetahui, Maha Melihat dan Maha Mendengar. Lalu tumbuh kesadaran kehadiran Allah dalam

⁶ Arvan Pradiansyah, *The 7 Laws of Happiness: Tujuh Rahasia Hidup yang Bahagia* (Bandung: Kaifa, 2009), h.111.

hidup kita (*muroqabah*). Ilmu yang tertinggi adalah mengenal Allah, melalui firmanya, mengenal Allah melalui diri kita dan mengenal Allah melalui alam raya. Hakekat ilmu adalah untuk memperbaiki diri, bukan untuk membanggakan diri.

Kemudian, amal harus didasarkan kepada iman, yaitu berbuat karena motivasi mencari rida Allah. Motivasi inilah yang mampu memberikan kebahagiaan yang hakiki. Bila motivasi, selain Allah maka sering berujung pada kekecewaan, ketika manusia tidak menghargai karya dan pengorbanan kita.

Kebahagiaan berbeda dengan sukses. Kesuksesan adalah mendapat apa yang kita inginkan. Kebahagiaan adalah menginginkan apa yang Anda dapatkan.

1. Sukses lebih berdimensi fisik, sedangkan kebahagiaan berdimensi spiritual.
2. Sukses ukurannya kuantitas/jumlah.
3. Kebahagiaan ukurannya adalah pada kualitas.
4. Sukses dicapai di akhir perjalanan.
5. Kebahagiaan dapat diperoleh dalam perjalanan.
6. Kesuksesan sering berada di luar diri, sementara bahagia berada dalam diri.

Untuk mendalami tentang konsep bahagia, saya merekomendasi kepada Anda untuk membaca buku berikut ini. Psikologi Kebahagiaan oleh Komaruddin Hidayat, *The Seven Laws Of Happiness*, oleh Arvan Pradiansyah, *Happiness Every Day*, oleh Safiya Hussain dan Tasauf Modern karya Hamka.

Akhirnya mari kita bertanya kepada diri sendiri, apakah hidup kita sudah bahagia? Kalau belum, mari kita berlatih dan menerapkan "The Seven Laws Of Happiness" Semoga kita menemukan kebahagiaan yang hakiki.[]

BICARA ATAU DIAM

Islam memandang bahwa masalah bicara bukan masalah sepele tetapi termasuk persoalan besar. Karena bisa menimbulkan dampak dalam kehidupan seseorang. Banyak orang sukses karena kemampuan bicara atau komunikasi yang baik, sehingga banyak pihak senang kepadanya. Demikian juga sebaliknya.

Bicara yang tidak baik kepada lawan bicara tentu akan menyakiti perasaan atau mendatangkan ketersinggungan orang lain. Dampaknya bisa jadi menimbulkan perkelahian dan pemutusan silaturrahim.

Persoalan lebih besar lagi bila isi bicara itu bersifat fitnah menyangkut persoalan umat, bangsa, dan negara bisa jadi akan menimbulkan bencana yang lebih besar pula. Banyak fakta, gara-gara bicara yang salah kaprah menimbulkan bencana besar bagi suatu kaum. Misalnya saja ketika Amerika menggemborkan Irak memiliki senjata pemusnah massal, akibatnya negara itu diserang, presidennya dihukum gantung, tetapi pada kenyataannya hingga hari ini, Irak tidak terbukti memiliki senjata yang mengerikan itu.

Islam menganjurkan untuk menyampaikan pesan-pesan yang baik atau lebih baik diam, bungkam, tanpa bicara. Bicara yang baik tentunya diharapkan dapat memberikan keselamatan bagi orang lain agar tidak terjerumus dalam jurang kenestapaan.

Nabi Muhammad SAW. Memulia tetangga, tamu dan bicara yang baik atau diam.

مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَيُخْسِنْ إِلَيْ جَارِهِ وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ
بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَيُكْرِمْ ضَيْفَهُ وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ
فَلَيُقْلِنْ حَيْرًا أَوْ لَيَسْكُنْ

Barangsiapa beriman kepada Allah dan hari akhir hendaklah dia berbuat baik kepada tetangganya. Barangsiapa beriman kepada Allah dan hari akhir hendaklah dia memuliakan tamunya. Dan barangsiapa beriman kepada Allah dan hari akhir hendaklah dia mengucapkan perkataan yang baik atau diam. (HR. Muslim).

Ada beberapa kriteria ucapan yang baik :

1. Isi pembicaraan benar.
2. Baik cara menyampaikan.
3. Cocok waktu dan tempat.
4. Cocok lawan bicara.

Keutamaan diam atau menahan lidah merupakan anjuran Nabi. "Beruntunglah orang yang dapat menahan kelebihan lidahnya dan menginfakkan kelebihan hartanya". (H.R.al-Baghawi).

Setidaknya ada dua hal keutamaan diam bagi setiap orang yakni :

1. Membawa keselamatan diri.
2. Ciri orang yang arif dan bijaksana.

Sedangkan penyakit dalam berbicara menurut ulama ada 19 macam :

1. Bicara yang tidak berguna.
2. Berlebihan dalam bicara.
3. Merbicarakan yang batil.
4. Perbantahan dan perdebatan.

5. Pertengkaran.
6. Meniru logat orang lain.
7. Berkata keji, jorok dan cacian.
8. Melaknat.
9. Nyanyian dan syair yang merangsang nafsu seksual.
10. Senda gurau.
11. Ejekan dan cemoohan.
12. Menyebarluaskan rahasia
13. Janji palsu.
14. Berdusta dalam perkataan dan sumpah.
15. Menggunjing (*ghibah*).
16. Menghasut (*Namimah*).
17. Perkataan berlidah dua.
18. Sanjungan/ pujian yang berlebihan.
19. Tergesa-gesa dan tidak cermat.

Bicaralah sesuatu yang ada manfaatnya buat diri sendiri dan buat orang lain. Hindarilah berbicara yang mubah yang tidak mendatangkan manfaat bagi diri Anda dan orang lain. Hindarilah ucapan yang tidak baik bagi Anda dan bagi orang lain. Bicara yang tidak perlu berarti menyia-nyiakan waktu. Merenung adalah lebih baik dari pada berbicara yang sia-sia. []

TERAPI STRES

Stres adalah salah satu bentuk gangguan psikologis yang kerap menghampiri hidup manusia, terutama di era globalisasi saat ini. Semakin kompleksnya permasalahan hidup dan semakin meningkatnya populasi manusia telah memberi peluang seseorang terkena stres.

Sekurang-kurangnya ada lima faktor utama penyebab stres. *Pertama*, faktor ekonomi, yaitu jika pendapatan, gaji atau upah terlalu kecil, sementara kebutuhan hidup (*basic needs*) terlalu besar. *Kedua*, karena musibah atau kehilangan sesuatu yang amat dicintai seperti kehilangan jiwa – meninggal dunia orang tua, suami/isteri dan anak, kehilangan jabatan, pekerjaan (PHK) dan kehilangan harta benda. *Ketiga*, karena gagal meraih sesuatu yang sangat didambakan, termasuk gagal dalam bercinta. *Keempat*, kerena kegelisahan dan putus asa dalam menghadapi tantangan masa depan. *Kelima*, kerena kemiskinan jiwa, rohani atau kemiskinan spiritual.

Stres sering dibedakan kepada tiga macam, yaitu stres ringan, sedang dan stres berat. Sesungguhnya stres ringan hampir dialami oleh semua orang. Tapi yang berbahaya adalah stres berat. Jika tidak mampu menyelesaikan masalah-masalah dalam kehidupan sehari-hari, maka dapat terganggu kestabilan hidup dan terganggu pula fungsi-fungsi jiwa.

Berdasarkan penelitian Dadang Hawari, bahwa dari 1000 penduduk perkotaan dan daerah industri di Indonesia, terdapat 60 orang di antaranya mengalami stres sedang dan 4 orang

mengalami stres berat (gila). Angka tersebut berdasarkan penelitian sebelum Indonesia dilanda krisis ekonomi tahun 1998. Jika penelitian itu dilaksanakan saat ini, maka diduga angka tersebut mengalami peningkatan.

Dalam menghadapi stress, Al-Qur'an sebagai kitab petunjuk (*hudan*), telah menawarkan berbagai solusi dan terapi. Telah disebutkan di atas stres dapat disebabkan oleh persoalan ekonomi. Manusia, dengan tidak ada pengecualian memiliki kebutuhan pokok (*basic needs*). Yang termasuk dalam kebutuhan ini adalah pangan (makanan), sandang (pakaian), papan (tempat tinggal), kesehatan, pendidikan dan pekerjaan.

Khususnya kebutuhan pangan adalah hal yang tidak dapat ditunda-tunda. Orang sering sekali terganggu pikirannya jika tidak mampu memenuhi kebutuhan ini secara layak dan tepat waktu. Sikap seorang muslim dalam pemenuhan pangan pertama sekali harus berangkat dari suatu keyakinan bahwa apa saja yang melata di permukaan bumi Allah akan memberikan rezeki (makanan). Keyakinan ini harus diiringi dengan usaha atau bekerja secara giat untuk memperoleh rezeki itu. Sumber rezeki telah Allah sediakan di alam raya ini, bahkan rezeki itu dapat bersumber dari langit dan bumi (QS. Al-A'raf [7] :96). Lalu manusia dituntut untuk kreatif dan proaktif dalam memanfaatkan sumber daya alam, mengelola dan melestarikannya sehingga dapat dipergunakan secara berkelanjutan (*sustainable*).

Selain itu, dalam berusaha diperlukan pengetahuan, keahlian (*skill*) dan kesungguhan serta semangat kerja (*etos*) yang tinggi. Setelah itu, hasil (gaji, upah) dari usaha berapapun kecilnya harus diterima dengan rela. Selanjutnya harus diiringi pula dengan sifat *qanaah*. *Qanaah* bermakna adanya rasa

puas dalam hati dan bersyukur atas nikmat (rezeki) itu, tapi ia tetap berusaha untuk hari esok dengan lebih giat dan gigih lagi. Karena *qanaah* terletak di hati, bukan di tangan. Juga amat penting dalam hal ini adanya kearifan (*wisdom*) dalam memanfaatkan rezeki, mungkin berupa gaji, upah atau apapun namanya dengan skala prioritas kebutuhan dan tidak dipergunakan secara mubazir atau untuk berjudi dan sejenisnya.

Seorang muslim dituntut untuk tidak bercermin kepada orang lain, dalam hal pemenuhan kebutuhan hidup. Artinya bahwa kita harus pandai menilai dan mengukur kemampuan diri, kemudian menyesuaikan antara kemampuan yang terbatas dengan kemauan yang tidak terbatas. Karena sering sekali stres menimpa orang yang bercermin kepada orang lain. Ia tidak mampu menerima dirinya secara objektif dengan segala kekurangannya. Ini salah satu penyakit masyarakat modern.

Kemudian, stres juga dialami oleh mereka yang tertimpa musibah seperti sakit parah atau kehilangan sesuatu yang amat dicintanya. Dalam hal ini Al-Qur'an menyebutkan bahwa langit dan bumi beserta isi antara keduanya adalah milik Allah (QS. Ali Imran [3] : 189). Bahkan jiwa dan raga manusia itu sendiri adalah kepunyaan-Nya (QS. al-Baqarah [2] : 156). Oleh karena itu, pemahaman terhadap konsep tersebut akan menempatkan harta, jabatan, anak dan isteri, bahkan apa saja yang dimiliki sebagai titipan dari Allah.

Menurut tauhid (*rububiyyah*), hanya Allah-lah sebagai pemilik tunggal dan absolut, sementara kepemilikan manusia terhadap harta bersifat nisbi dan sementara. Adapun stres karena tidak tercapai cita-cita, terapinya menurut Al-Qur'an adalah dengan mengembalikan hakekat segala sesuatu kepada Allah. Allah-lah yang lebih mengetahui mana yang baik dan

yang tidak baik buat hamba-Nya. Sesungguhnya Allah dengan sifat Rahman dan Rahim-Nya selalu memberikan yang terbaik untuk hamba-Nya. Karena itu jika kita gagal dalam meraih cita-cita setelah ikhtiar secara maksimal dan optimal, maka anggaplah hal itu tidak baik buat kehidupan kita.

Dalam surah Al-Baqarah [2] ayat 216, Allah SWT mengajarkan kita tentang hakekat sesuatu yaitu :

وَعَسَىٰ أَن تُكَرِّهُوَا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ ۚ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوَا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ ۚ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾

Dan boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu, Allah mengetahui sedangkan kamu tidak mengetahui.

Selanjutnya stres akibat kecemasan atau kegelisahan menghadapi tantangan masa depan, Al-Qur'an memberikan bimbingan sebagai berikut. Perhatian surah Yusuf [12] ayat 87:

يَبْيَنِي أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيِسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّمَا لَا يَأْيِسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَفَرُونَ ﴿٨٧﴾

Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah melainkan kaum yang kafir

Cemas menghadapi masa depan, kini masih melanda sebahagian besar bangsa Indonesia. Kecemasan melanda semua kalangan, dari pengusaha, penguasa hingga rakyat jelata, terutama kenaikan harga kebutuhan pokok (sembako) akibat

dari kenaikan bahan bakar minyak (BBM). Para sarjana gelisah kerena sulit mencari kerja. Gadis tua gelisah karena sulit memperoleh suami atau sang idola. Orang tua (lansia) gelisah karena kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari anaknya. Pokoknya setiap yang "sudah tua" punya masalah.

Namun, cemas dan putus asa secara berlebihan adalah sangat dicela oleh Al-Qur'an. Karena sikap tersebut mengindikasikan kelemahan iman dan tidak memiliki harapan (*raja'*) kepada Allah Swt sebagai pencipta (*Khalik*), pemelihara (*Rabb*), dan pemberi rezeki (*Ar-Razzaq*).

Al-Qur'an menuntut kepada setiap orang beriman untuk optimis. Rasa optimis itu harus pula diimbangi dengan usaha (*ikhtiar*) dengan sungguh-sungguh untuk menghadapi dan menyelesaikan berbagai kesulitan. Kemudian perlu pula membangun keyakinan bahwa di balik kesulitan akan ada kemudahan (QS. asy-Syarh [94] : 6).

Sementara terapi stres karena kemiskinan jiwa atau kemiskinan rohani, tidak ada jalan lain kecuali *taqarrub* dan memperbanyak ibadah kepada Allah. Laksanakan 7 sunnah harian yang dipraktekkan Nabi; mengekalkan wudhu selama 24 jam, salat berjama'ah, salat dhuha, shalat tahajud, membaca Al-Qur'an, istiqhfah (zikir) dan bersedekah. Hanya dengan mem-erbanyak ibadah dapat memperkaya jiwa dan membuat hati menjadi tenang.

Hal tersebut diingatkan dalam surah Ar-Ra'd [13] ayat 28:

الَّذِينَ إِمَانُوا وَنَطَقُوا قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطَمِّنُ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah, hati menjadi tenteram.”

Jadi dalam mengatasi berbagai kesulitan hidup, seyogianya umat Islam merujuk kepada Al-Qur'an. Karena Al-Qur'an diturunkan oleh Allah sebagai kitab petunjuk (*hudan*). Membaca Al-Qur'an, selain dapat mengurangi stres, juga akan mendapat pahala. Akan tetapi dengan mempraktekkan atau mengamalkan petunjuk Al-Qur'an, umat Islam akan dapat meraih kemajuan dan terhindar dari stres yang kini banyak melanda masyarakat modern. [.]

HAKEKAT MUSIBAH

Musibah diambil dari bahasa Arab, *mushibatun*. Bentuk jamaknya adalah *mashoib*, atau *mushibat*.⁷ Secara *harfiah*, musibah berarti sesuatu yang mengenai kita (diambil dari kata dasar “kena”) atau sesuatu yang menimpa kita. Menurut pengertian yang sudah lazim, musibah adalah ujian atau segala sesuatu yang tidak kita inginkan.

Musibah dapat diartikan sebagai peristiwa atau kejadian menyediakan menimpa seseorang atau sekelompok orang. Musibah paling tidak dapat dilihat dari tiga tinjauan, yaitu sebagai cobaan atau ujian, sebagai peringatan dan sebagai azab. Setiap musibah yang dialami baik oleh individu, kelompok (komunitas) dan oleh suatu bangsa dapat dikaji dengan tiga tinjauan atau pendekatan tersebut.

1. Musibah Sebagai Ujian atau Cobaan

Kapan musibah disebut sebagai cobaan atau ujian? Untuk menjawab pertanyaan ini kita kembali kepada Al-Qur'an surah Al-Ankabut ayat 2-3 :

⁷ Kata “musibah” di dalam Al-Qur'an disebut secara eksplisit sebanyak sepuluh kali, yaitu pada surah al-Baqarah [2] ayat 156, ali ‘Imran [3] ayat 165, an-Nisa’ [4] ayat 62 dan 72, al-Maidah [5] ayat 106, at-Taubah [9] ayat 50, al-Qashash [28] ayat 47, al-Hadid [57] ayat 22, Asy-Syu’ara [26] ayat 30 dan at-Taghabun [64] ayat 11.

أَخَسِبَ الْنَّاسُ أَنْ يُتَرْكُوا أَنْ يَقُولُوا إِيمَانًا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ۚ وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ ۗ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ الْكَذَّابِينَ ۚ

“Apakah manusia itu mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan : “Kami telah beriman”, sedangkan mereka tidak diuji lagi? Dan susunuhnya Kami telah menguji orang-orang sebelum mereka, maka sesungguhnya Allah mengetahui orang-orang yang benar dan sesungguhnya Dia mengetahui orang-orang dusta.”

Sebenarnya ujian atau cobaan tidak hanya dalam bentuk musibah, nikmat atau kebaikanpun disebut oleh Al-Qur'an sebagai cobaan. Perhatikan surah al-Anbiya' ayat 35 :

كُلُّ نَفْسٍ ذَآيِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبْلُوكُمْ بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فَتَنَّةٌ وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ۚ

Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya). Dan hanya kepada Kami lah kamu dikembalikan”.

Berdasarkan ayat tersebut bahwa kehidupan orang beriman tidak steril dari ujian atau cobaan. Ujian dalam kehidupan akan silih berganti antara ujian yang menyenangkan (*khair*) dan tidak menyenangkan (*syar*). Ujian itu dimaksudkan untuk menguji kualitas dan tingkat keimanan seseorang atau sekolompok orang. Karena itu musibah yang menimpa orang-orang beriman yang taat kepada Allah, itu merupakan ujian atau cobaan. Menghadapinya harus dengan berbaik sangka kepada Allah

(*husnu zhon*) dan jika berhasil dari ujian itu, Allah akan mengangkat kedudukan orang tersebut.

Bagaimana cara kita menghadapi kedua ujian tersebut? Hadits berikut ini merupakan jawabannya. Nabi bersabda: “*Sungguh menakjubkan kehidupan orang beriman, jika mereka mendapat nikmat, lalu bersyukur dan itu merupakan kebaikan dan jika ditimpa musibah, lalu bersabar, itupun kebaikan*”. (H.R. Muslim)

Dalam kaitan ini, Imam Al-Ghazali memberikan rumus dalam menghadapi musibah. Rumusnya sebagai berikut : “Apabila Anda diuji oleh Allah dengan ujian yang menyenangkan (nikmat), maka tanyakan pada diri Anda, pantaskan nikmat itu Anda terima dan sudah sesuaikah dengan ketaatan Anda kepada Allah sebagai pemberi nikmat”. Rumus kedua : “Apabila Anda diuji dengan sesuatu yang tidak menyenangkan (musibah), maka tanyakan pula, dosa apakah yang telah Anda lakukan sehingga musibah ini menimpa diri Anda”.

2. Musibah Sebagai Peringatan

Musibah sebagai peringatan atau teguran dari Allah. Manusia dengan hawa nafsu yang dimilikinya, berpotensi untuk melakukan penyimpangan dan melanggar aturan Allah. Perilaku menyimpang pada hakekatnya akan membawa manusia kepada kebinasaan. Karena itu, Allah dengan sifat kasih sayang-Nya kepada manusia, lalu memberi peringatan atau teguran. Ada dua bentuk peringatan Allah, yaitu melalui Al-Qur'an dan dengan musibah.

Al-Qur'an sebagai kumpulan firman Allah, disebut juga *adz-dzikr* atau peringatan. Peringatan-peringatan yang bersumber dari Al-Qur'an dan kemudian disampaikan oleh khatib, da'i dan muballigh, seringkali diabaikan oleh manusia. Lalu kemudian

Allah memberi peringatan dalam bentuk lain, yaitu musibah. Dalam perspektif ini, musibah sebenarnya wujud dari kasih sayang Allah kepada manusia sebagai hamba-Nya, agar menyadari kekeliruannya.

3. Musibah Sebagai Azab

Kapan pula musibah itu dimaknai sebagai suatu azab. Untuk menjawab persoalan ini kita kembali merujuk kepada Al-Qur'an. Dalam surah Ibrahim [14] ayat 7 :

وَإِذْ تَأْذَنَ رَبُّكُمْ لِئِنْ شَكَرْتُمْ لَا زَرِيدَنَّكُمْ وَلِئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan :"Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka azab-Ku sangat pedih".

Dari ayat tersebut dapat dipahami bahwa salah satu penyebab datangnya azab Allah, ketika manusia tidak bersyukur atau ingkar (kufur) terhadap nikmat-nikmat Allah. Surah Asy-Syura [42] : 30-31:

وَمَا أَصَبَّكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبْتُ أَيْدِيْكُمْ وَيَعْفُوْعَنْ كَثِيرٍ
وَمَا أَشْرَمْ بِمُعْجَزِينَ فِي الْأَرْضِ وَمَا لَكُمْ مِنْ دُونِ اللَّهِ مِنْ قُلْيٍ وَلَا
نَصِيرٍ

Dan apa saja musibah yang menimpa kamu maka disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu). Dan kamu tidak dapat

melepaskan diri (dari azab Allah) di muka bumi, dan kamu tidak memperoleh seorang pelindungpun dan tidak pula seorang penolong selain Allah.

Tidak seorangpun yang mampu menangkis dari musibah, dan itu untuk membuktikan bahwa manusia tidak kuasa. Musibah dalam pengertian kehilangan sesuatu merupakan bahagian dari kehidupan. Karena itu sikap yang harus dimiliki:

Sabar dan tabah

Sebagaimana telah disinggung di atas, syukur dan sabar harus selalu mewarnai kehidupan orang beriman. Perhatikan firman Allah surah Al-Baqarah [2] ayat 155-156:

وَلَنَبْلُونَكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْحَقْوِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرُ الصَّابِرِينَ ١٥٥ الَّذِينَ إِذَا أَصَبَّتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا
إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ١٥٦

Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan : "Inna lillâhi wa innâ ilaihi râjiun

Berbaik Sangka (husn azd-dzon)

Semua yang datang dari Allah selalu baik, manusia sering kali tidak mampu memahaminya. Sebab kasih sayang Allah selalu mengalahkan murka-Nya. Allah tidak pernah menzalimi hamba-hamba-Nya. Manusialah yang selalu menzalimi dirinya,

dengan memperturutkan hawa nafsunya, hingga menuhankan nafsunya. Perhatikan firman Allah pada surah at-Taghabun [64] ayat 11:

مَا أَصَابَ مِنْ مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبُهُ وَاللَّهُ يُكْلِلُ شَيْءًا عَلِيمٌ

Tidak ada sesuatu musibahpun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah; dan barangsiapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.

Ada hikmah dibalik musibah. Itulah yang harus kita diyakini. Sebab musibah kadang-kadang kita pahami menjadi metode yang digunakan oleh Allah untuk memperbaiki seseorang atau komunitas tertentu. Oleh sebab itu, pandai-pandailah untuk mengambil hikmah pada setiap musibah. Anda dianjurkan membaca kembali kisah raja dan pembantunya pada bab dua dengan judul “Membangun Optimisme”.[.]

BELAJAR KESABARAN DARI NABI AYYUB AS

Kata sabar dalam Al-Qur'an disebutkan tidak kurang dari 32 kali dalam berbagai bentuknya. Terdapat peneguhan bahwa Allah SWT. mencintai orang-orang yang sabar (QS. Ali Imran [3]:146), Allah bersama orang yang sabar (QS. al-Baqarah [2]:153) dan Allah menyuruh memberi khabar gembira kepada orang yang sabar. Simaklah firman Allah surah al-Baqarah [2] ayat 155:

وَلَنَبْلُو نَعْكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالشَّمَرَاتِ وَبَشِّرُ الصَّابِرِينَ

Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.

Menurut satu prediksi bahwa di dunia ini hanya 15 % orang yang sehat secara total, 15 % lainnya yang sakit berkepanjangan dan 70 % lainnya bersifat fluktuatif. Mereka tekadang sakit dan kadang-kadang sehat atau lebih banyak sehatnya dari dari sakitnya. Mungkin pembaca buku ini termasuk dalam kategori yang terakhir.

Dalam kenyataannya penyakit menimpa para nabi seperti yang dialami nabi Ayyub. Sementara Nabi Muhammad SAW

hanya dua kali sakit dalam hidupnya. Penyakit juga menimpa orang soleh, menimpa orang yang taat dan menimpa orang yang berdosa banyak melakukan kesalahan.

Nabi Ayyub seorang Nabi yang kaya, memiliki keturunan yang banyak dan berbadan sehat. Kemudian Allah memberi cobaan kepada Nabi Ayyub, yaitu kehilangan harta benda dan anak-anak. Tidak hanya itu, ia pun ditimpa oleh penyakit. Yaitu sejenis penyakit kulit yang membuat orang-orang sekelilingnya menjauhi Nabi Ayyub. Kecuali isterinya yang bernama Rahmah, yang tetap setia menemani sang suami.

Nabi Ayyub menerima semua musibah- kehilangan harta benda, meninggal dunia semua anaknya dan ia pun ditimpa penyakit yang aneh. Namun cobaan-demi cobaan diterimanya dengan ikhlas dan kesabaran yang tinggi.

Pada suatu hari isteri Nabi Ayyub mengenang masa lalunya dengan berkata: "Wahai suamiku, dahulu kita kaya, sekarang menjadi orang yang miskin, dahulu kita memiliki anak, kini kita hanya tinggal berdua, dahulu keluarga dan kerabat serta masyarakat dekat dengan kita, sekarang mereka menjauh, dahulu engkau sehat dan sekarang dalam keadaan sakit. Oleh sebab itu, berdoalah kepada Allah agar engkau disembuhkan dari penyakit.

Keluhan sang isteri, lalu dijawab oleh Nabi Ayyub melalui pertanyaan. Berapa lama saya sehat? Lalu isterinya menjawab: "70 tahun". Nabi Ayyub bertanya lagi, dan berapa lama saya sakit? Isterinya menjawab: "7 tahun". Nabi Ayyub berkata: Saya malu kepada Allah yang telah memberikan harta, anak-anak dan kesehatan selama 70 tahun dan baru 7 tahun mendapat ujian dari Allah."

Kemudian Nabi Ayyub berdoa kepada Allah dan Allah menyuruh Nabi Ayyub memukul kakinya ke tanah, lalu keluarlah air. Air itulah digunakan untuk minum dan mandi sehingga Nabi Ayyub sehat seperti sedia kala.

Firman Allah surah shad ayat 42:

أَرْكُضْ بِرْ جَلَكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ ٤٢

Pukulkanlah kakimu; inilah air yang sejuk untuk mandi dan untuk minum.

Jangan disangka bahwa musibah-termasuk sakit- tidak ada manfaatnya. Melalui penyakit Allah mengeluarkan hamba-Nya dari sifat sombang, takabur dan berbangga diri. Bukankah kita juga menyaksikan bahwa terjadinya perubahan pada seseorang setelah ditimpa musibah atau menderita suatu penyakit.

Sementara Imam Al-Ghazali berkata: Jika Anda diuji oleh Allah dengan suatu nikmat maka bertanyalah pada diri sendiri: "Pantaskan nikmat Allah saya menerima dan sudah sesuaikan dengan pengabdian dan ibadah saya kepada Allah sebagai pemberi nikmat." Namun jika ditimpa oleh sesuatu musibah atau yang tidak menyenangkan, maka tanyakan pula: Dosa apakah yang pernah saya lakukan, sehingga musibah ini menimpa diri saya." Jika hasil Muhasabah ternyata ada dosa yang dilakukan, makabertobatlah kepada Allah SWT.

Kita saatnya menyimpulkan beberapa hal penting.

1. Ujian atau cobaan akan dialami oleh semua orang, termasuk para nabi.
2. Diperlukan kesabaran dalam menghadapi musibah termasuk ketika sakit.

3. Keluarga diharapkan juga memiliki kesabaran dalam mengurus anggota keluarga yang sakit.
4. Selain berusaha berobat, dianjurkan berdoa kepada Allah untuk kesembuhan.
5. Orang yang sabar memiliki kedekatan dengan Allah dan Allah mencintai orang-orang yang sabar.

Apakah kita sudah termasuk orang-orang yang sabar. Jika belum, marilah melatih kesabaran. Dan Jika sudah berbahagialah. Semoga kita termasuk orang-orang yang dicintai Allah SWT.

MUSTARIH DAN MUSTARAH

Muslim senantiasa mengajarkan umatnya agar menjadi muslim yang berguna bagi banyak orang, bukan menimbulkan penderitaan bagi orang lain. Seseorang yang meninggal dunia dan memiliki banyak jasa, tentu akan dikenang sepanjang masa dengan amal-amalan baiknya. Mungkin banyak orang merasa kehilangan atas kepergiannya. Fakta di masyarakat, seseorang yang memiliki banyak jasanya maka ketika ada acara tertentu kepadanya dibacakan *Alfatihah*.

Berbeda dengan seorang bandit, preman, geng mafia atau sampah masyarakat, maka jika ia meninggal dunia masyarakat biasanya bergembira. Karena selama ini merasa terganggu atas keberadaannya. Fakta di masyarakat, tidak pernah ada peristiwa atau upacara khusus yang dibuat untuk mengenang kematian seorang preman karena kejahatannya.

Orang-orang saleh ketika meninggal dunia maka ruhnya puas kembali kepada Allah. Sementara orang-orang jahat ruhnya menderita dan sengsara ketika kembali kepada Tuhan-Nya.

Seperti dikatakan Nabi Muhammad SAW ketika pada suatu hari, di hadapannya lewat rombongan yang mengusung jenazah. Nabi bertanya kepada sahabat: "Apakah jenazah tersebut termasuk *mustarih* atau *mustarah*? Sahabat balik bertanya: "Apa maksud *mustarih* dan *mustarah* Ya Rasulallah?

Nabi menjelaskan, mustarih adalah orang meninggal dunia, dimana jiwa atau ruhnya puas kembali kepada Allah. Sedangkan *mustarah* kebalikannya yaitu jiwa yang menderita kembali kepada Allah SWT sementara masyarakat senang dan puas atas kematianya. Kepuasan masyarakat karena dapat terhindar dari kejahatannya.

Dalam term yang lain, mustarih semakna dengan *husn al khâtimah* yaitu baik kondisinya di saat kematian. *Mustarih* atau *husn al khâtimah* merupakan dambaan setiap Muslim. Karena hidup ini hanya sekali dan tidak ada keabadian di dunia ini. Dunia bagi orang yang mengharapkan *mustarih*, dijadikan sebagai ladang, yaitu tempat bercocok tanam, tempat berusaha, tempat berbuat ihsan atau kebaikan. Hasil atau balasannya akan diperoleh sejak menemui ajal, di alam *barzakh* hingga hari berbangkit.

Dalam Al-Qur'an, si *mustarih* disebut dalam surah Al-Fajar [89] ayat 27-29:

يَأَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَةُ ۝ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَرْضِيَةً ۝
فَادْخُلِي فِي عِبَدِي ۝

Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah dalam jamaah hamba-hamba-Ku, dan masuklah dalam syurga-Ku

Tetapi, berapa banyak orang yang tidak memahami makna hidup. Tidak sadar dari mana ia datang, untuk apa hidup ini dan ke mana akhir dari sebuah kehidupan. Hakekat hidup adalah sebuah kesempatan untuk menabur benih-benih kebaikan yang diridhai Tuhan. Kesempatan untuk beramal dan berbuat baik kepada sesama manusia. Sebab tatkala meninggalkan

dunia ini, hanya amal yang akan menjadi teman setia dan sahabat di alam *barzah* maupun ketika dibangkitkan di hari akhirat.

Agar terhindar dari posisi sebagai *mustarah*, hendaknya selalu memperbaiki kekeliruan yang mungkin kita lakukan. Memperbaiki hubungan dengan Allah dan hubungan dengan manusia. Bila salah dengan manusia, apakah karena salah berbicara atau perbuatan, hendaklah mengulurkan tangan, memohon ma'af dengan sepenuh hati. Tapi jika kesalahan atau dosa dengan Ilahi, tentu harus dengan taubat dan kemudian perbuatan itu tidak diulangi lagi.

Jika penyesalan terjadi ketika kita masih hidup di dunia ini, maka ada kesempatan untuk diperbaiki dan berbuat dengan lebih baik lagi. Namun jika penyesalan terjadi di akhirat nanti, maka jadi meranalah diri. Hal itu dikisahkan pada surah Al-Mukminun [23] ayat 99-100:

حَتَّىٰ إِذَا جَاءَ أَحَدُهُمُ الْمَوْتُ قَالَ رَبِّ أَرْجِعُونِ ۝ لَعَلَىٰ أَعْمَلِ
صَلِحًا فِيمَا تَرَكَتُ كَلَّا إِنَّهَا كَلِمَةُ هُوَ قَاءِلُهَا ۝ وَمِنْ وَرَأِيهِمْ بَرَزَخٌ إِلَىٰ
يَوْمِ يُبَعَّثُونَ ۝

Hingga apabila datang kematian kepada seseorang dari mereka, dia berkata: "Ya Tuhan kembalikanlah aku (ke dunia) agar aku berbuat amal yang saleh terhadap yang telah aku tinggalkan. Sekali-kali tidak. Sesungguhnya itu adalah perkataan yang diucapkaninya saja. Dan di hadapan mereka ada dinding sampai hari mereka dibangkitkan.

Hari akhirat dijadikan oleh Ilahi sebagai hari pembalasan atas karya dan perilaku di dunia ini. Di sana ada pengadilan,

mizan dan hisab bagi setiap diri. Akhirnya di akhirat hanya ada tinggal hanya dua golongan saja, yaitu golongan kanan dan golongan kiri. Golongan kanan ditempatkan dalam surga, mereka berpuas diri dengan nikmat surgawi. Bagi golongan kiri, tempat mereka dalam neraka dan mereka adalah golongan yang menyesali diri, namun tiada berarti lagi. Semoga kita tidak termasuk orang atau golongan yang menyesal nanti. []



MANAJEMEN KELUARGA MUSLIM

MENAKAR KEKUATAN CINTA

Allah memperkenalkan diri kepada manusia sebagai zat yang memiliki sifat *rahman* dan *rahim*. Allah juga menyatakan cintanya kepada makhlukNya, terutama kepada manusia yang memiliki akhlak, perilaku dan karakter tertentu. Allah mencintai orang yang gemar berbuat kebaikan (*innallaha yuhibbul muhsinin*), menyintai orang-orang takwa (*muttaqin*), orang-orang yang sabar (*sabirin*), orang-orang bertaubat (*tawwabin*), orang-orang yang bersih (*muthathahhirin*), orang-orang yang bertawakkal (*mutawaakilin*), dan orang-orang yang adil (*muqshithin*).

Demikian juga Nabi Muhammad SAW memiliki sifat kasih sayang yang luar biasa dan beliau memimpin dengan cinta dan kasih sayang. Sekurang-kurangnya terdapat tiga ayat Al-Qur'an yang menjelaskan hal itu, yaitu surah Ali Imran [3] ayat 159, at-Taubah [9] ayat 128 dan al-Fatah [48] ayat 29.

Surah at-Taubah [9] ayat 128:

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عِنْتُمْ
حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ

Sesungguhnya telah datang kepadamu seorang rasul dari kaummu sendiri, berat terasa olehnya penderitaannmu, sangat menginginkan (keimanan dan keselamatan) bagimu, amat belas kesihan lagi penyayang terhadap orang-orang mukmin.

Surah Ali-Imran ayat 159:

فِيمَا رَحْمَةٌ مِنْ اللَّهِ لِنَتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَطَّا غَلِيظَ الْقُلُوبِ
لَا نَفْضُوا مِنْ حَوْلِكَ فَاغْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْهُمْ وَشَارِذُهُمْ فِي
الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَّمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ تُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekat, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.

Surah al-Fatah ayat 29:

مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعْهُ أَشَدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رَحْمَاءٌ بَيْنَهُمْ ...

Muhammad itu adalah utusan Allah dan orang-orang yang bersama dengan dia adalah keras terhadap orang-orang kafir, tetapi berkasih sayang sesama mereka.

Selain itu, dalam berbagai hadis kita temukan juga tentang sifat Nabi yang mengedepankan cinta dan kasih sayang dalam hidupnya terutama dalam konteks kepemimpinan.

لَا يُؤْمِنُ أَحَدُ كُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ

Tidak sempurna iman seseorang kamu sehingga ia mencintai untuk saudaranya sebagaimana ia mencintai untuk dirinya sendiri. (HR. Muslim).

Potret dunia saat ini lebih menonjol permusuhan, kebencian hingga saling membunuh dan memerangi, seperti yang terjadi di Mesir, Suriah, Irak, Sudan, terutama antara Palestina dan Israel. Pada tingkat nasional, terutama pada pemilu atau tahun politik juga mulai terlihat disharmoni pada sebahagian masyarakat terutama di kalangan politisi. Mereka saling mengkritik, menghujat dan saling menjatuhkan.

Kita berharap kehidupan berbangsa dan bernegara diwarnai oleh semangat saling menghargai, menghormati dan bekerjasama dan saling mencintai. Nabi mewujudkan cinta dan kasih sayangnya melalui tiga cara yaitu melalui ucapan atau kata-kata, dengan sikap atau perilaku dan melalui perbuatan serta pemberian.

Semoga kita dapat saling mencintai. Mulailah dengan dengan mencintai orang-orang terdekat dalam kehidupan kita; mencintai kedua orang tua, menyintai isteri/suami, anak, saudara sekandung, pembantu, sopir dan teman sekerja. Kemudian diperluas mencintai siapa saja yang berinteraksi selalu dalam kehidupan sehari-hari.

Beberapa filosofi cinta berikut ini perlu diperhatikan:

- ❖ Yang lebih penting adalah mencintai daripada dicintai.
- ❖ Satu hal yang membuat kita merasa selalu kekurangan adalah cinta.
- ❖ Hal yang tidak pernah cukup kita berikan adalah cinta.
- ❖ Hidup kita sering kehilangan cinta.
- ❖ Tidak hanya manusia yang memerlukan cinta kasih sayang, makhluk lainpun demikian.
- ❖ Menurut Masaru Emoto -Ilmuwan Jepang- air akan bereaksi positif kalau diucapkan cinta.

- ❖ Manusia perlu belajar mencintai.
- ❖ Setiap orang berfikir untuk mengubah dunia, tapi tak ada orang yang berfikir untuk merubah diri sendiri.
- ❖ Cinta itu bukanlah cinta karena, tetapi cinta meskipun.
- ❖ Saya mencintainya, karena ia mencintai saya itu keliru, saya mencintainya meskipun ia menbenci saya.
- ❖ Cinta yang tulus tidak bersyarat.
- ❖ Cinta itu tidak berhenti pada perasaan, melainkan harus ada tindakan.

Oleh sebab itu, mulailah mendahului menyintai bukan menunggu orang lain lebih dahulu mencintai kita. Seperti sabda Nabi Muhammad Saw:

مَنْ لَا يَرْحَمُ النَّاسَ لَا يُرْحَمُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ

Barang siapa tidak menyayangi manusia, maka Allah tidak akan menyayanginya (HR. Muslim)

Hadis di atas memberikan pelajaran penting kepada kita agar memiliki sifat penyayang dan menjauhi sifat permusuhan dan saling membenci. Karena itu hendaklah seorang muslim menumbuhkan sifat penyayang tersebut di dalam kehidupannya, adapun terhadap kafir kita dianjurkan bersikap tegas. □

PENDIDIKAN ANAK DALAM KELUARGA MUSLIM

eluarga merupakan bagian terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah suatu atap dalam keadaan saling membutuhkan.

Dalam Al-Qur'an Allah SWT telah menceritakan empat tipe keluarga. Pertama, keluarga Abu Lahab dan keluarga ini merupakan keluarga yang binasa. Kedua, keluarga Fir'un, yaitu keluarga yang timpang. Ketiga, keluarga Nabi Nuh yaitu tipe keluarga yang tidak selaras. Keempat, tipe keluarga Nabi Ibrahim as dan keluarga Nabi Muhammad SAW merupakan keluarga ideal.

Bagaimana episode kehidupan keempat keluarga tersebut? Al-Qur'an telah menceritakan kepada kita. Pertama keluarga Abu Lahab, yaitu keluarga yang mendapat celaan dari Allah SWT. Allah menggambarkan watak Abu Lahab dan isterinya dalam surah al-Lahab [111] ayat 1-5 :

تَبَتْ يَدَآ أَبِي لَهَبٍ وَتَبَ مَا أَغْنَى عَنْهُ مَالُهُ وَمَا كَسَبَ
سَيَصْلَى نَارًا ذَاتَ هَبٍ وَأَمْرَأَهُ حَمَالَةَ الْحَطَبِ فِي جِيدِهَا
حَبْلٌ مِنْ مَسْدِ

1. *Binasalah kedua tangan Abu Lahab dan sesungguhnya dia*

akan binasa; 2. Tidaklah berfaedah kepadanya harta bendanya dan apa yang ia usahakan; 3. Kelak ia akan masuk ke dalam api yang bergejolak; 4. Dan (begitu pula) isterinya, pembawa kayu bakar (tukang fitnah); 5. Yang dilehernya ada tali dari sabut.

Abu Lahab maupun isterinya sangat memusuhi Nabi Muhammad dan kaum muslimin. Tidak hanya itu, mereka juga menghalangi setiap orang yang mau masuk Islam. Lebih kejam lagi Abu Lahab dan isterinya adalah tukang fitnah, provokator, yang selalu merendahkan Nabi Muhammad serta menghina ajaran Islam. Mereka sama-sama kufur kepada Allah dan akibat sikap dan perlakunya, Allah menyebutkan bahwa kelak tempatnya dalam nereka.

Kedua, tipe keluarga Fir'aun, yaitu suami (Fir'aun), ingkar kepada Allah SWT bahkan mengaku dirinya sebagai Tuhan. Sementara isteri dan anaknya beriman kepada Allah, meskipun keimanannya itu disembunyikan. Akibat dari kekufuran dan keangkuhan Fir'aun, ia tidak segan-segan mengusir utusan Allah, yaitu Nabi Musa. Karena itu, ia harus menerima balasan dan azab dari Allah karena kekufuran dan keangkuhannya. Ketika ia mengejar Nabi Musa dan pengikutnya, akhirnya Fir'aun mati tenggelam di Laut Merah. Semoga kita tidak memposisikan diri kita sebagai Fir'aun zaman modern, karena jabatan atau kekuasaan yang sedang kita miliki yang membuat kita angkuh dan sombong.

Ketiga, tipe keluarga Nabi Nuh as, yang merupakan kebalikan dari keluarga Fir'aun. Keluarga Nabi Nuh, hanya suami yang beriman dan taat menjalankan perintah Allah SWT. Sedangkan isteri dan anaknya, kufur dan mengingkari perintah Allah SWT. Akibatnya, baik isteri maupun anaknya harus berhadapan dengan banjir besar. Mereka berdua serta umat Nabi Nuh

lainnya yang ingkar kepada Allah, akhirnya mati tenggelam di tengah-tengah banjir besar.

Keempat, tipe keluarga Nabi Ibrahim a.s. dan keluarga Nabi Muhammad SAW. Kedua keluarga tersebut, baik suami, isteri maupun anak-anak mereka adalah beriman dan sama-sama taat serta tunduk dan patuh kepada perintah Allah SWT. Hajar sebagai isteri Nabi Ibrahim a.s. telah memperlihatkan keteladanan yang luar biasa. Ia cukup sabar, pada saat ditinggalkan oleh suaminya untuk berdakwah. Ia juga tipe wanita yang mandiri dan berhasil membesar dan mendidik anaknya Ismail menjadi pemuda yang patuh kepada orang tua dan taat kepada perintah Allah. Sedangkan Nabi Ibrahim adalah seorang suami dan ayah yang cukup demokratis. Ketika datang perintah Allah kepadanya untuk menyembelih Ismail, putranya yang tercinta, perintah tersebut ia bicarakan dan meminta pendapat anaknya.

Hal ini disebutkan dalam surah Ash-Shaffat [37] ayat 102:

فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ الْسَّعْيَ قَالَ يَبْرُئِي إِنِّي أَرَى فِي الْمَنَامِ أَنِّي أُذْنَحُكُ فَأَنْظُرْ مَاذَا تَرَىٰ قَالَ يَتَأْبَتِ أَفْعُلَ مَا تُؤْمِرُ سَتَحْدِنُنِي إِنْ شَاءَ اللَّهُ مِنْ

الصَّابِرِينَ

Maka tatkala anak itu sampai (pada umur sanggup) berusaha bersama-sama Ibrahim, Ibrahim berkata: "Hai anakku sesungguhnya aku melihat dalam mimpi bahwa aku menyembelihmu. Maka fikirkanlah apa pendapatmu!" ia menjawab: "Hai bapakku, kerjakanlah apa yang diperintahkan kepadamu; insya Allah kamu akan mendapatiku termasuk orang-orang yang sabar.

Petikan ayat di atas juga menginformasikan kepada kita tentang kepatuhan Ismail terhadap perintah Allah. Ia rela berpisah dengan ibu dan ayahnya, Ismail rela berpisah antara kepala dengan badannya, demi mentaati perintah Allah. Ismail adalah tipe pemuda ideal, yang harus dicontoh oleh pemuda-pemuda muslim saat ini. Jangan hanya gemar mencontoh penyanyi dan bintang film atau mencontoh manusia yang tidak layak dan pantas untuk dicontoh.

Dari empat tipe keluarga tersebut, kita dapat menilai keluarga kita masing-masing. Apakah seperti tipe keluarga Abu Lahab, suami dan isteri sama-sama ingkar kepada Allah? Itu tempatnya kelak di neraka, tentu kita tidak menginkannya. Mungkin keluarga kita seperti keluarga Fir'aun, yaitu suami ingkar dan maksiat kepada Allah, sedangkan isteri dan anak beriman serta tunduk dan patuh kepada perintah Allah? Tipe ini juga tidak kita kehendaki, karena bukan tipe keluarga yang diridhai oleh Allah SWT. Atau mungkin keluarga kita seperti keluarga Nabi Nuh, hanya suami yang taat, sedangkan isteri dan anak ingkar kepada Allah dan tidak mematuhi perintah agama. Contoh keluarga tersebut juga tidak kita kehendaki.

Seharusnya kita bercita-cita dan berusaha membina dan membangun keluarga seperti keluarga Nabi Ibrahim dan keluarga Nabi Muhammad SAW. Dalam hal ini, baik suami, isteri maupun anak-anak adalah beriman, taat dan tunduk kepada agama.

Pada saat ini kita berada di zaman modern, zaman globalisasi. Zaman ini akibat pengaruh kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi telah mendatangkan dua hal yaitu "rahmat dan lakan". Jangan sampai keluarga kita hanya memperoleh "lakan" dari kemajuan ini, yaitu tergoda dan larut dengan

kemilau kehidupan dan meninggalkan petunjuk agama dalam kehidupan. Di kalangan generasi muda saat ini, telah terjadi berbagai penyimpangan, aborsi terjadi di mana-mana, akibat dari pergaulan bebas, pemakai narkoba (narkotika dan obat-obat berbahaya) kini telah merambah kepada anak-anak SD. Belum lagi persoalan penyakit AIDS dan virus HIV yang mengancam kehidupan manusia.

Para orang tua saat ini sangat diharapkan mampu mendidik anak-anak yang istiqamah dan berperilaku islami melalui pendidikan yang seimbang antara pendidikan umum dan pendidikan agama. Umar bin Khatab berpesan: "Didiklah anakmu, karena ia hidup pada zaman yang berbeda dengan zamanmu".

Menurut Al-Qur'an, anak mempunyai empat kecenderungan atau potensi, berdasarkan jenis pendidikan dan arahan yang mereka terima. Pertama, anak berpotensi untuk menjadi anak yang saleh, atau istilah Al-Qur'an *فَرِيقَةُ امْرَءَنِ*, yaitu anak yang taat kepada Allah, hormat kepada kedua orang tua dan berguna bagi masyarakat, bangsa dan negara. Kedua, anak hanya sebatas kebanggaan orang tua yaitu *زَيْنَةُ الْجَمِيعِ الْكَلْبَانِ*, mungkin karena keberhasilan menjadi seorang sarjana atau keberhasilan menjadi orang kaya atau memiliki jabatan. Namun hidup mereka jauh dari nilai-nilai agama.

Ketiga, anak dapat menjadi cobaan atau *كَلْبَانِ* bagi orang tuanya. Meskipun orang tua telah berusaha untuk mendidik dan mengarahkan anaknya, namun anaknya menyeleweng, sebagaimana anak Nabi Nuh. Keempat, anak berpotensi menjadi musuh atau istilah Al-Qur'an disebut dengan *عَدُوٌّ*, yaitu menjadi musuh Allah karena ia menukar keimanan dengan kekafiran atau menjadi musuh bagi orang tuanya,

melawan dan durhaka terhadap kedua orang tuanya, *na'uzubillahi min zalik*.

Dari empat kecenderungan di atas, tentunya semua orang tua mendambakan anak yang saleh sebagaimana digambarkan Al-Qur'an surat Al-Furqan 74 :

وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَدُرِّيَّتِنَا قُرْبَةً أَعْيُنْ
وَأَجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

Dan orang-orang yang berkata: "Ya Tuhan Kami, anugerahkanlah kepada Kami isteri-isteri kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (kami), dan Jadikanlah Kami imam bagi orang-orang yang bertakwa.

Untuk memperoleh anak yang saleh, diperlukan usaha dan pembinaan keluarga yang sungguh-sungguh. Para orang tua diharapkan dengan serius mencurahkan perhatian, tenaga, pikiran, dana serta pengawasan dalam rangka pendidikan anak-anak, dan generasi muda. Sehingga mereka kelak menjadi anak yang soleh. Akan tapi jika tidak, maka sangat boleh jadi kelak orang tua akan menjadi korban akibat perilaku anak-anak mereka sendiri.

Memperhatikan peran dan tanggung jawab orang tua pada saat ini, sedikit memprihatinkan kita semua. Sebahagian para orang tua, dengan sekuat tenaga hanya berusaha agar anak-anaknya menjadi sarjana, dapat bekerja, ingin menjadi pemimpin, pejabat dan harapan kelak menjadi orang yang kaya raya. Apakah cita-cita ini salah? Tentu tidak. Yang salah dan keliru adalah menyekolahkan anak menjadi sarjana, tapi ia tidak kenal kepada Tuhannya.

Keinginan bekerja, memiliki jabatan dan menjadi pemimpin pun tidak salah, karena menurut Rasul salah satu golongan di akhirat kelak yang mendapat perlindungan Allah adalah pemimpin yang adil. Ingin menjadi orang kaya raya juga tidak dilarang, bahkan ajaran Islam mendorong kita untuk menjadi orang kaya. Namun kekayaan itu harus yang halal, bukan hasil korupsi atau sumber yang tidak halal.

Allah SWT dalam Al-Qur'an surat An-Nisa ayat 9, mengingatkan para orang tua, agar tidak meninggalkan anak-anak mereka yang lemah. Dengan perkataan lain Allah menghendaki agar anak-anak kaum muslimin adalah anak yang kuat, yaitu kuat keimanannya taat beribadah, berakhlaq mulia, tinggi pendidikannya, kuat ekonominya dan kuat pula kepedulian sosialnya.

Alangkah bahagianya para orang tua, jika anaknya taat menjalankan ajaran agama, memiliki pendidikan yang memadai, dapat bekerja dan memperoleh penghasilan dari sumber yang halal bukan dari korupsi. Kemudian tentunya lebih menyenangkan lagi, sekiranya ketika orang tuanya meninggal dunia yang fana ini, anak-anak mereka tampil untuk memandikan orang tuanya, sebagai pengabdiannya yang terakhir.

Karena Anak-anak yang saleh, tentunya sadar, betapa besar pengorbanan ibu mereka, yaitu mengandung sembilan bulan dalam keadaan susah payah. Ibu juga yang telah melahirkan, menyusui, mendidik dan membesarakan mereka. Demikian juga dengan jasa ayah, yang bekerja tidak mengenal letih dan lesu, untuk memperoleh hasil, gaji atau upah, demi untuk membesarakan dan mendidik anak-anak mereka, sebagai harapan masa depan.

Selain itu, ketika tibanya saat salat jenazah, anak yang tertua tampil pula sebagai imam. Dengan perasaan yang khusuk dan tawadhus, semua mereka ikut menyalatkan orang tua mereka. Kemudian setiap saat, terutama selesai mereka melakukan salat fardhu, selalu berdo'a, memohon keampunan kepada kedua orang tua mereka, memohon agar Allah SWT mengampuni dosa dan kesalahan-kesalahan mereka, memohon agar dilapangkan kuburnya, dan juga memohon supaya orang tua mereka, termasuk golongan penghuni surga di akhirat kelak.

Sebaliknya, tidak jarang pula kita jumpai anak yang tidak bisa memimpin salat jenazah. Jangankan menshalatkan jenazah orang tuanya, salat fardhu saja yaitu salat lima kali sehari semalam, jarang dilaksanakannya. Akan tetapi karena mereka adalah orang berpangkat, berkedudukan dan kaya, ramailah masyarakat menghadiri kematian orang tuanya, ramailah orang yang menyalatkannya.

Sang anak hanya pandai berpidato karena sudah terbiasa sebagai pejabat ia meminta para hadirin untuk mensalatkan dan mendo'akan kedua orang tuanya. Mengharapkan kehadiran kaum muslimin pada malam pertama, kedua, ketiga, ketujuh, keempatpuluh, hari ke seratus dan ke seribu, yaitu untuk mendo'akan orang tua mereka. Sementara mereka sendiri, permisi dan pamit, tidak bisa ikut serta karena berbagai kesibukan.

Lalu mereka mengatakan, berapa saja uang yang diperlukan kami dapat menyediakannya. Berdo'alah untuk orang tua kami! Kaum muslimin yang berbahagia, bukan seperti itu, yang dikehendaki oleh agama, menyangkut pengabdian anak kepada orang tua, melainkan seperti apa yang telah diuraikan di atas.

Perlu mengevaluasi dan membina keluarga masing-masing, sehingga menjadi keluarga sakinah, keluarga rukun dan damai. Keluarga yang selalu dihiasi oleh nilai-nilai agama. Semua anggota keluarga taat menjalankan perintah agama sebagaimana yang dicontohkan oleh keluarga Nabi Ibrahim a.s. dan keluarga Nabi Muhammad SAW. []

KELUARGA MUSLIM DAN TANTANGAN GLOBALISASI

Hroblema kehidupan keluarga muslim pada masa kini semakin meningkat. Ini konsekuensi logis kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang melahirkan era globalisasi informasi. Berarti tantangan yang dihadapi dalam keluarga semakin kompleks dan menuntut persyaratan semakin pelik dan tinggi untuk mengatasinya.

Globalisasi secara literal adalah proses "mendunia". Dunia telah menjadi kecil dalam interaksi manusia, karena *informasi* dan hubungan antar penduduk bumi dapat berlangsung dalam waktu yang singkat.

Pada dasarnya istilah globalisasi adalah suatu proses mendunia atau proses menjadikan bumi yang luas ini menjadi satu kesatuan yang tidak terpisah-pisah. Kemudian kecenderungan perilaku manusia saling terkait, baik individu maupun bangsa yang dihubungkan oleh sarana dan prasarana yang semakin canggih.

Ada dua faktor penting percepatan globalisasi tersebut, yaitu teknologi komunikasi dan transportasi yang semakin maju dan canggih. Munculnya berbagai media komunikasi, seperti telepon, handphone, faksimili, televisi, dan internet semakin mempermudah manusia melakukan interaksi dan transaksi.

Dampak Globalisasi

Globalisasi dapat membawa dua nilai, yaitu "rahmat dan lakanat". Nilai "rahmat" harus diambil dan nilai "lakanat" harus dihindari. Tantangan bagi remaja Islam dari dampak globalisasi adalah hal-hal yang menjurus kepada nilai "lakanat".

Para ahli sering menyebut dampak negatif dari arus *globalisasi* dengan 3F (*food, fashion* dan *fun*) dan 3S (*sex, song* dan *sport*). Di era *globalisasi* yang didukung oleh pasar bebas, makanan (*food*) buatan luar telah membanjiri mall, supermarket dan pasar-pasar tradisional di daerah kita. Makanan-makanan tersebut kadang-kadang sulit dipastikan kehalalannya. Ini problem serius buat umat Islam. Pembangunan LP POM oleh MUI merupakan tuntutan dari dampak *globalisasi* tersebut.

Dalam berpakaian (*fashion*) dan berpenampilan generasi muda Islam saat ini sangat gemar mencontoh model dan penampilan penyanyi dan bintang film *hollywood*, yang sangat menyimpang dengan aturan Islam. Misalnya pakaian yang menampakkan sebahagian buah dada dan pusar saat ini sedang merajalela. Ini juga merupakan dampak dari arus globalisasi. Demikian juga masalah hiburan (*fun*), termasuk di dalamnya adalah musik dan lagu yang membangkitkan gairah atau nafsu.

Remaja dalam pandangan psikologi merupakan usia sedang mencari jatidiri, berkepribadian labil dan mudah terpengaruh, terutama pengaruh dari budaya global. Karena itu, remaja harus dibina ke arah penemuan jatidiri dan konsep diri sebagai seorang muslim, sehingga mampu memfilter budaya global yang jahili.

Langkah Antisipasi

Langkah-langkah yang dapat dilakukan guna menghindari dampak buruk globalisasi di kalangan remaja adalah mengarahkan remaja untuk ikut berorganisasi, menyalurkan bakat dan minat ke arah positif serta mengontrol kehidupan remaja oleh orang tua melalui komunikasi interpersonal dan komunikasi kelompok.

Keterlibatan remaja dalam organisasi tertentu, secara langsung atau tidak langsung akan terjadi proses saling belajar. Ketika para remaja berkumpul, biasa saling mempengaruhi. Pengaruh dalam organisasi umumnya adalah positif. Karena itu remaja harus diarahkan dan didorong untuk bergabung dalam organisasi, seperti remaja masjid, club olah raga, kelompok seni dan lain-lain.

Kegiatan-kegiatan dalam organisasi dapat menghambat pemuda/remaja untuk melakukan hal-hal yang negatif, seperti tawuran, kriminalitas dan mengkonsumsi narkoba.

Selanjutnya, berkaitan dengan organisasi, keberadaannya harus mampu menyalurkan bakat dan minat para remaja. Penyaluran bakat dan minat akan bermuara kepada pemunculan keahlian tertentu. Pengembangan keahlian akan menjadi modal bagi remaja dalam memasuki usia dewasa.

Selain itu, dalam pembinaan remaja diperlukan pengawasan, perhatian dari orang tua melalui komunikasi yang simpatik. Remaja sebenarnya membutuhkan perhatian dari orang tua, untuk mengarahkannya kepada kehidupan yang lebih baik. Namun dalam kenyataannya, sering terjadi benturan psikologis antara orang tua dengan remaja. Untuk menghindari hal itu, diperlukan kearifan para orang tua dan kesediaan memahami remaja yang sedang mengalami pertumbuhan, baik fisik maupun psikis.

Peranan Keluarga

Rumah tangga merupakan sebuah “negara kecil” dan negara adalah sebuah “rumah besar”. Keberadaannya adalah menjadi salah satu mata rantai kehidupan yang paling esensial dalam sejarah perjalanan hidup anak manusia. Rumah tidak hanya dimaknai secara fisik, tetapi bermuansa nilai fungsional dalam membentuk kepribadian anak manusia guna mencapai kedewasaan dan kesempurnaan hidup, yaitu kehidupan rumah tangga yang dilandasi dengan pemenuhan fungsi keagamaan, ekonomis, biologis, kerohanian, pendidikan, perlindungan, keamanan, sosial dan budaya yang terjalin secara terpadu dan harmonis.

Peran keluarga, khususnya orangtua – ayah dan ibu- sangat penting dan menentukan dalam pendidikan dan pembinaan terhadap anak. Berkaitan dengan tanggung jawab orangtua, Al-Qur'an mengingatkan pada surah at-Tahrim [66] ayat 6:

يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوَّا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيَّكُمْ نَارًا وَقُوْدُهَا الْنَّاسُ
وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَئِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمْرَهُمْ
وَيَنْعَلُونَ مَا يُؤْمِرُونَ

Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, yang keras, yang tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.

Pada bagian lain Al-Qur'an mendorong agar anak-anak dari keluarga muslim menjadi sosok keluarga yang kuat. Artinya anak-anak muslim harus memiliki kekuatan iman, ilmu, amal

dan ekonomi. Hal itu dapat dipahami dari firman Allah SWT surah An-Nisa' [4] ayat 9:

وَلَيَخْشَى الَّذِينَ لَوْ تَرْكُوا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرْيَةً ضِعِيفًا حَافِرًا عَلَيْهِمْ
فَلَيَتَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar.

Berkaitan dengan tanggung jawab orang tua dalam pembinaan anak, Dr. Abdullah Nashih Ulwan menawarkan lima konsep:

Pertama, mauidhah, yaitu orang tua harus selalu memberikan pengajaran, nasihat, bimbingan kepada anaknya. Rumah tangga dalam Islam merupakan "lembaga pendidikan pertama" atau yang disebut dengan *Madrasah al-Ula* dalam kehidupan seorang Muslim. Karena itu interaksi dalam rumah tangga antara orang tua dengan anak harus selalu diboboti dengan norma, nilai dan transfer ilmu.

Kedua, Uswah, yaitu keteladanan. Orang tua dituntut menjadi figur yang diidolakan oleh anak-anaknya. Untuk bisa menjadi idola orang tua harus memiliki ilmu dan memiliki integritas kepribadian dan konsisten antara ucapan dengan perbuatan.

Ketiga, riyadah, yaitu rumah tangga harus menjadi tempat latihan dan pembiasaan hal-hal yang baik bagi anak-anak dalam rangka membentuk kepribadian dan *akhlak al-karimah*. Disiplin misalnya harus ditanamkan sejak dini dalam keluarga, seperti disiplin salat dan disiplin belajar.

Keempat, tabsyir dan *inzar*. Termasuk dalam makna *tabsyir* adalah memberikan pujian, penghargaan dan hadiah kepada anak bila mereka melakukan hal-hal yang positif dan berprestasi. Sebaliknya, jika anak berbuat salah, harus ditegur, diberikan peringatan dan hukuman. Itulah yang disebut dengan *inzar*.

Kelima, muroqobah, yaitu pengawasan. Di era globalisasi saat ini, peluang melakukan penyimpangan bagi remaja terbuka luas. Oleh sebab itu, orang tua harus selalu mengawasi mereka baik ketika berada di rumah maupun di luar rumah. Ketika di rumah, anak-anak diawasi agar selalu melakukan kewajiban dalam agama seperti shalat. Selain itu, komunikasi dua arah dan bertanya tentang prestasi belajar, kesulitan serta masalah-masalah yang dihadapi anak merupakan hal penting.

Globalisasi bagaikan air bah, dapat menerpa semua orang, terutama generasi muda. Bila tidak pandai berenang, maka banyak orang akan hanyut dan tenggelam. Kita berharap remaja muslim dapat terlindung dan selamat dari terpaan itu, melalui peran keluarga – orang tua – dengan menjalankan kewajibannya secara baik sesuai dengan tutunan agama Islam. []



SIMPUL-
SIMPUL
TAKWA

MARHABAN YA RAMADAN

Aeskipun Ramadhan hadir dengan membawa berbagai keutamaan, namun tidak semua orang menyambut kehadirannya dengan suka cita. Kalau jeli kita mengadakan pengamatan, maka ada tiga golongan manusia dalam menyambut Ramadhan. Ketiga golongan tersebut masing-masing berbeda sikap dan perasaan tatkala datangnya bulan suci Ramadhan.

Golongan pertama, yaitu orang yang gembira dan senang menyambut bulan yang agung ini. Rasa gembira tumbuh dan bersemi dalam jiwanya, dilandasi oleh pemahaman dan pengetahuan serta cita-cita ingin memanfaatkan berbagai keutamaan bulan Ramadhan. Sikap hidup golongan ini, mencerminkan jiwa yang optimis.

Optimis terhadap cucuran rahmat dari Allah dan sifat itu tumbuh berkaitan sekali dengan kadar keimannya. Jauh sebelum Ramadhan tiba, mereka sering mengingatkan dan memperbincangkan tentang keberadaan bulan Ramadhan serta diiringi oleh kegembiraan dan harapan.

Golongan kedua, yaitu orang yang susah dan merasa ruang geraknya menjadi sempit dan terbatas bila Ramadhan tiba. Siapakah mereka? Ia adalah seorang muslim, ayah dan ibunya juga orang yang beriman, tapi karena hidupnya jarang tersentuh dengan pendidikan agama dan ditambah lagi dengan pergaulan yang kurang mendukung, maka membuat dia jauh dari bimbingan agama.

Golongan ini biasanya tidak berpuasa, tapi ia masih ada rasa malu dan segan kalau makan dan minum di siang Ramadan pada sembarang tempat. Karena ia tidak berpuasa, maka masih ada usaha untuk mencari tempat-tempat yang tidak tampak penghijatan orang ramai untuk keperluan makan dan minum.

Ada golongan manusia seperti ini, maka kita akan menyaksikan situasi yang menarik, yaitu warung kopi dan tempat-tempat menjual makanan yang dikelilingi dengan layar. Sementara di dalamnya banyak manusia makan dan minum, kita hanya dapat melihat kaki-kaki yang menjulur. Pemilik warung kopi dan rumah makan sebenarnya juga beragama Islam. Silahkan perhatikan hal ini selama bulan Ramadan.

Golongan ketiga, yakni golongan manusia yang cukup parah, yaitu golongan yang tidak senang dan tidak pula susah dengan kedatangan Ramadan. Golongan ini tidak ada rasa segan dan malu makan, minum dan merokok di depan umum atau di tengah-tengah orang ramai. Padahal ia adalah seorang muslim, tapi tidak pernah mengenal agama, apalagi melaksanakannya.

Tugas siapakah untuk mendakwahkan kedua golongan di atas, yaitu golongan kedua dan ketiga?. Tentu jawabnya adalah tugas kita bersama. Untuk melakukan tugas tersebut, maka jangan kita tunggu mereka di masjid atau datang ke Majelis Ta'lim. Mereka gemetar untuk hadir di kedua tempat tersebut. Karena itu kitalah yang harus mendatangi mereka dan berdakwah secara pribadi dan berdialog secara bijaksana (bil-hikmah) dan dengan pendekatan persuasif. Golongan yang kita khawatirkan ini, sebenarnya harus menjadi skala prioritas dalam berdakwah. Tapi sayang sekali dakwah Islam pada saat ini, hanya berpusat di masjid dan tempat-tempat lain yang penampilannya sedikit agak formal dan tidak merakyat.

Sebagai muslim sepantasnya kita menunjukkan rasa gembira atas kedatangan bulan suci Ramadan, bulan penuh kemuliaan dan keutamaan. Sebab di dalamnya segenap amalan kita dilipatgandakan pahalanya oleh Allah SWT.

Mari kita ucapan Marhaban Ya Ramadan, selamat datang Ramadan. Ucapan ini mengandung arti bahwa kita menyambutnya dengan lapang dada, penuh kegembiraan, tidak dengan menggerutu dan menganggap kehadirannya "mengganggu ketenangan" atau suasana nyaman kita. Marhaban ya Ramadan, kita ucapan untuk bulan suci itu, karena kita mengharapkan agar jiwa raga kita diasah dan diasuh guna melanjutkan perjalanan menuju Allah SWT.

Kehadiran bulan suci Ramadan bagi umat Islam merupakan peluang (*opportunity*) atau kesempatan yang sangat berharga. Peluang ini harus dimanfaatkan dengan baik untuk meraih dua kesalehan, yaitu kesalehan individual dan kesalehan sosial.

Sesungguhnya kunci keberhasilan dalam bidang kehidupan apa saja, sangat ditentukan oleh kemampuan memanfaatkan setiap peluang. Karena itu, ibadah dan amaliyah di bulan suci Ramadan tahun ini harus diprogramkan dengan manajemen yang apik dalam upaya menggapai predikat insan muttaqin.

Jika kehadiran Ramadan tidak dijadikan peluang dan tidak direncanakan dengan baik, maka kehadirannya kurang memberikan makna dan pengaruh positif dalam pembentukan pribadi yang unggul. Ramadan berlalu tidak memberikan kesan dan orang seperti ini nanti akan menyesal. Dalam Al Quran banyak ayat yang menggambarkan orang-orang yang menyesal.

1. An-Naba' ayat 40

إِنَّ أَنْذِرْتَنِّكُمْ عَذَابًا قَرِيبًا يَوْمَ يَنْظُرُ الْمَرْءُ مَا قَدَّمَتْ يَدَاهُ
وَيَقُولُ الْكَافِرُ يَلْيَتِنِي كُنْتُ تُرْبَانِ
﴿٤٠﴾

Sesungguhnya Kami telah memperingatkan kepadamu (hai orang kafir) siksa yang dekat, pada hari manusia melihat apa yang telah diperbuat oleh kedua tangannya; dan orang kafir berkata: "Alangkah baiknya Sekiranya Aku dahulu adalah tanah".

2. Al-Mukminun ayat 99-100

حَتَّىٰ إِذَا جَاءَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ رَبِّ أَرْجِعُونِ
﴿٩٩﴾ لَعَلِيَّ
أَعْمَلُ صَلِحًا فِيمَا تَرَكْتُ كَلَّا إِنَّهَا كَلِمَةُ هُوَ قَاءِلُهَا وَمِنْ
وَرَآبِّهِمْ بَرَّخَ إِلَى يَوْمِ يُبَعَّثُونَ
﴿١٠٠﴾

(Demikianlah Keadaan orang-orang kafir itu), hingga apabila datang kematian kepada seseorang dari mereka, Dia berkata: "Ya Tuhanku kembalikanlah aku (ke dunia). Agar aku berbuat amal yang saleh terhadap yang telah aku tinggalkan sekali-kali tidak. Sesungguhnya itu adalah perkataan yang diucapkannya saja dan di hadapan mereka ada dinding sampai hari mereka dibangkitkan.

Adapun yang menyebabkan manusia menyesal adalah bermacam-macam:

1. Karena salah bicara, menyesal hingga satu bulan.
2. Karena salah berbuat, menyesal hingga satu tahun.
3. Karena salah pilih pemimpin, menyesal hingga lima tahun.

4. Karena salah pilih isteri atau suami menyesal seumur hidup.
5. Karena memperturutkan nafsu menyesalnya hingga hari akhirat.

Hari akhirat dijadikan oleh Ilahi sebagai hari pembalasan atas karya dan perilaku di dunia ini. Di sana ada pengadilan, mizan dan hisab kepada setiap diri. Akhirnya nanti tinggal hanya dua golongan saja, yaitu golongan kanan dan golongan kiri. Golongan kanan ditempatkan dalam surga, mereka berpuas diri dengan nikmat surgawi karena telah menggunakan dunia dan kehadiran Ramadan sebagai peluang. Sedangkan bagi golongan kiri, tempat mereka dalam neraka dan mereka adalah golongan yang menyesali diri.

Mari kita jadikan Ramadan sebagai peluang, kesempatan untuk memperoleh rahmat, pengampunan dan pembebasan dari api neraka. Kemudian berupaya menggapai predikat *muttaqin*, yaitu pribadi yang beriman dengan benar kepada Allah dan kepada semua rukun iman, mendirikan salat, menunaikan zakat, menafkahkan rezeki baik pada waktu lapang maupun pada saat kesulitan, serta mengendalikan amarah dan kesediaan memaafkan orang lain. []

MANAJEMEN RAMADAN

Setiap pribadi dan keluarga muslim dituntut untuk membuat perencanaan (*planning*) harian mengenai kegiatan Ramadan. Perencanaan ini dapat dimulai sejak makan sahur hingga tidur malam. Hal-hal yang harus direncanakan meliputi kegiatan yang terkait langsung dengan puasa, salat wajib dan sunnat, membaca, mendengar ceramah, bekerja, pembinaan dan pendidikan keluarga serta waktu untuk istirahat atau tidur.

Untuk merencanakan hal-hal yang disebut di atas, sebahagian kita dapat merujuk langsung kepada petunjuk Al-Qur'an dan Hadits atau kepada praktik Rasulullah SAW. Sebahagian kegiatan yang lain tentunya berdasarkan pemikiran dan pertimbangan masing-masing.

Sebagaimana telah disinggung di atas bahwa perencanaan sebaiknya mulai kegiatan makan sahur. Makan sahur hukumnya adalah sunnat dan menurut Rasulullah pada makan sahur itu ada keberkahan.

تَسْحَرُوا فِي السَّحُورِ بَرَكَةٌ

"Sahurlah kalian karena dalam sahur terdapat barakah." (H.R. Ahmad).

Karena itu sedapat mungkin makan sahur jangan sampai terlewatkan. Dalam kaitan ini yang harus direncanakan adalah waktu makan sahur. Berdasarkan amalan Rasulullah, waktu

makan sahur yang baik adalah 50 ayat membaca Al-Qur'an sebelum masuk waktu subuh. Bila kita hitung dalam menit, kira-kira 20-25 menit sebelum waktu subuh.

Selanjutnya setelah makan sahur, untuk menunggu waktu salat subuh, sebagaimana praktik Rasul, kita isi dengan membaca Al-Qur'an. Kemudian melaksanakan salat subuh berjamaah di masjid atau mushalla. Bila tidak memungkinkan maka salat subuh tentu dilaksanakan di rumah, tapi harus secara berjamaah. Tidak hanya salat subuh, melainkan lima kali salat wajib sehari semalam yaitu subuh, zhuhur, ashar, maghrib dan isya, sedapat mungkin dilaksanakan secara berjamaah.

Mengenai tempatnya tergantung situasi atau di mana kita berada pada saat masuknya waktu salat. Tapi paling tidak tiga waktu kita dapat melaksanakannya di masjid atau mushalla, yaitu Maghrib, Isya dan Subuh. Pentingnya salat wajib dilaksanakan secara berjamaah, antara lain untuk mengejar bonus. Berdasarkan sabda Rasul bahwa pahala ibadah sunat dihitung sebagaimana pahala ibadah wajib (HR. Ibn Khuzaimah).

Kegiatan berikutnya yang harus direncanakan adalah mengisi waktu antara selesai shalat Subuh hingga pukul 08.00, yaitu saat harus bekerja bagi pegawai, sedangkan yang bukan pegawai dapat mengadakan penyesuaian. Interval waktu tersebut sekurang-kurangnya dapat diisi dengan kegiatan mengikuti atau mendengar ceramah. Mungkin di masjid, mushalla, atau melalui televisi. Kegiatan ini penting diprogramkan untuk menambah pengetahuan keagamaan dan wawasan keilmuan, karena kesempurnaan amal atau ibadah sangat terkait dengan pengetahuan dan ilmu yang kita miliki.

Perencanaan berikutnya adalah tentang waktu untuk bekerja. Dalam masyarakat kita terdapat perbedaan waktu

dan jumlah jam kerja dalam satu hari. Bagi pegawai negeri dan swasta biasa jam kerja antara pukul 08.00 – 14.30/16.30. Bagi pedagang, buruh, supir, tukang becak dan ibu rumah tangga mempunyai waktu dan jumlah jam kerja yang berbeda-beda. Perbedaan pekerjaan, tempat kerja dan jumlah jam kerja, tidak menghalangi kita untuk membuat suatu perencanaan.

Di sini hanya diperlukan penyesuaian. Tapi semua jenis pekerjaan yang dituntut adalah disiplin dalam bekerja, memiliki semangat (etos) kerja yang tinggi. Tidak seharusnya seorang muslim mengkambinghitamkan puasa untuk tidak bekerja dengan disiplin dan baik. Sebab bila makan sahur sesuai dengan praktek Rasulullah, maka hingga siang hari (pukul 12.00) kondisi fisik masih prima. Beda waktu makan sahur pada bulan Ramadan dengan sarapan pagi di luar Ramadan hanya dua jam saja.

Di tengah-tengah kesibukan kita bekerja, kita harus melaksanakan lagi kewajiban salat zhuhur. Sebagaimana perencanaan umum yang telah disinggung di atas, bahwa shalat zhuhur harus dilaksanakan secara berjamaah. Di sini jangan lupa melaksanakan shalat sunnat rawatib baik qabliyah dan maupun ba'diyah. Setelah waktu zhuhur, waktu kita pergunakan kembali untuk melanjutkan pekerjaan.

Selanjutnya setelah bekerja, kita dapat beristirahat lebih kurang dua jam. Bentuk istirahat mungkin saja tidur, bila diperlukan. Perlu kita ingat bahwa tidur orang yang berpuasa setelah bekerja, disebutkan oleh Rasul sebagai ibadah. Meskipun tidur disebut ibadah, Islam tidak mentolerir penggunaan waktu sepanjang hari hanya untuk tidur. Ini adalah ciri orang malas.

Setelah istirahat, dilanjutkan dengan shalat Ashar (berjamaah). Kemudian shalat Ashar hingga menjelang waktu berbuka puasa

digunakan waktu untuk keluarga. Pada waktu tersebut bagi kaum ibu (isteri) biasanya mempersiapkan bahan atau makanan untuk berbuka puasa. Bagi suami (ayah) dapat membantu mengerjakan pekerjaan rumah, berkomunikasi secara efektif (*two way communication*) dengan anggota keluarga dan melakukan pengawasan dan evaluasi kegiatan rumah tangga.

Adapun saat-saat menjelang waktu berbuka puasa, semua anggota anggota keluarga dituntut untuk mengikuti ceramah, baik melalui televisi maupun melalui radio. Sekali lagi bahwa mengikuti ceramah adalah penting untuk pengayaan khasanah keilmuan yang diharapkan dapat menjadi penuntun kehidupan.

Kemudian menjelang saat berbuka puasa, diharapkan semua anggota keluarga sudah harus berkumpul di rumah. Salah satu keistimewaan puasa Ramadan adalah mempertemukan semua anggota keluarga di meja makan, baik pada saat makan sahur maupun saat berbuka puasa. Dua saat istimewa tersebut, harus terjalin hubungan kasih sayang dan suasana keharmonisan antara anggota keluarga.

Kemudian menyegerakan berbuka puasa adalah disunnahkan (HR. Bukhari dan Muslim) dan berbuka puasa dengan yang manis, seperti kurma (HR. Abu Daud). Makanan atau minuman yang mengandung gula adalah bersifat instan, dan dalam waktu tidak terlalu lama dapat memberikan kekuatan.

Shalat Maghrib berjamaah merupakan program Ramadan berikutnya. Setelah itu dapat melanjutkan acara makan malam bersama. Adapun sebelum berangkat ke masjid atau mushalla untuk melaksanakan shalat Isya, Tarawih dan Witir, jika ada sisa waktu dapat dipergunakan kembali untuk membaca Al-Qur'an.

Setelah melakukan rangkaian ibadah malam Ramadan, shalat Isya, Tarawih, Witir dan mendengarkan caramah, diteruskan dengan membaca dan mendalami isi kandungan Al-Qur'an. kegiatan ini dapat dilakukan di masjid, mushalla atau di rumah. Jadi paling tidak ada tiga waktu yang kita gunakan untuk membaca Al-Qur'an, yaitu selesai sahur atau Shubuh, sebelum shalat Isya dan setelah shalat Witir.

Kemudian harus pula diprogramkan waktu tidur malam secukupnya agar esok hari kondisi fisik lebih prima dan dapat menjalankan ibadah puasa dan menjalankan program harian Ramadhan dengan baik. Satu lagi program penting yang harus direncanakan dan dilaksanakan adalah shalat tahajud. Allah SWT berjanji akan memberikan posisi, tempat kehidupan yang terpuji bagi mereka yang gemar melaksanakan shalat tersebut.

Itulah manajemen Ramadan yang sekurang-kurangnya dapat direncanakan, dilaksanakan dan dievaluasi. Bila hal itu dapat diwujudkan, maka kita akan memperoleh puasa yang berkualitas. Puasa yang berkualitas, Insya Allah akan mampu mengantarkan kita menjadi insan muttaqin yang merupakan tujuan dari ibadah puasa Ramadan.[]

MADRASAH RAMADAN

Bulan suci Ramadan merupakan madrasah yang di dalamnya manusia dididik dan digembeleng selama satu bulan penuh dengan menahan lapar dan dahaga serta hal-hal yang membatalkan puasa dan hal yang mengurangi nilai-nilai puasa.

Ramadan sebagai sebuah madrasah mengajari manusia berlomba-lomba memperbanyak amal ibadah baik secara mahdah (vertikal), yaitu hubungan hamba dengan Tuhan yang berbentuk rutinitas shalat wajib, tadarus Al-Quran dan menghidupkan malam dengan *Qiyamaul lail* (shalat tarawih, hajat maupun tahajud). Ataupun secara ghairu mahdah (horizontal), yaitu hubungan antar sesama makhluk dengan memperbanyak amal sosial seperti sedekah, interaksi positif antar sesama manusia, bekerjasama dalam suatu pekerjaan dan lain sebagainya. Karena dalam bulan Ramadan segala amal ibadah manusia ditambahgandakan pahalanya oleh Allah SWT.

Sebagai sebuah madrasah atau Sekolah Tinggi, tentu tidak semua manusia bisa diterima sebagai siswa atau mahasiswanya. Syarat masuk sekolah tinggi ini telah ditentukan yaitu beriman (muslim), baligh, berakal, kuat berpuasa, mumayiz dan suci dari haidh dan nifas.

Kurikulum dan sillabusnya Madrasah Ramadan adalah sangat paripurna. Program ini diawali dengan niat dan imsak. Niat puasa haruslah karena Allah semata, jangan disusupi

dengan niat yang lain, misalnya ingin menurunkan berat badan, atau karena ingin mendapat pujian dari orang lain.

Jika kurikulum ini tuntas kita laksanakan, maka hasil dari didikan madrasah Ramadan akan melahirkan manusia baru dengan kualitas terbaik atau memperoleh yudisium muttaqin (QS. al Baqarah [2] 183), dan memiliki kompetensi kesalehan individual dan kesalehan sosial.

Istilah *saleh* kita temukan baik dalam Al-Qur'an maupun Hadits Nabi. *Saleh* berarti baik atau sesuai, yaitu orang yang melakukan sesuatu yang baik menurut ukuran agama atau juga mengandung arti orang yang berperilaku sesuai dengan aturan-aturan agama.

Kesalehan itu dapat diwujudkan dalam dua dimensi, yaitu dalam hubungan dengan Allah, yang disebut dengan kesalehan spiritual (individual) dan kesalehan sosial.

Kesalehan individual terlihat dari kesungguhan melaksanakan ritual keagamaan seperti shalat, puasa, membaca Al-Qur'an, berzikir dan berdo'a sebagai upaya mendekatkan diri kepada Allah.

Kesalehan sosial terlihat dari kesungguhan dalam melakukan amal yang berdimensi sosial seperti berinfak, bersedekah dan suka membantu sesama. Sebab sebaik-baik manusia adalah bermanfaat buat manusia lainnya. Dengan kesalehan sosial, motivasi dan landasan keimanan dan ketakwaan tidak hanya mampu menggerakkan kesadaran, kemauan dan kemampuan seseorang untuk menjalankan kewajiban ritual semata, akan tetapi lebih jauh mampu menjalankan dimensi sosial dari pelaksanaan ibadah-ibadah, sehingga tumbuh ketertiban sosial, kesetiakawanan sosial dan kualitas kehidupan sosial yang lebih baik.

Kedua kesalehan ini saling berkaitan. Artinya, ketika seseorang saleh secara individu, ada tuntutan untuk mewarnai lingkungannya sehingga diapun saleh secara sosial. Seseorang disebut saleh secara individu jika dalam beribadah yang dikehjara adalah individual. []

BERMESRA DENGAN SYAHRUL MUBARAK

Uidak ada bulan yang paling mulia selain Ramadan. Bahkan, Rasulullah SAW menobatkan bulan ini sebagai *syahrul mubarak* atau bulan yang penuh rahmat, ampunan, dan pembebasan dosa bagi setiap hamba Allah.

Hadits Nabi, yang bersumber dari Abu Hurairah dan diriwayatkan oleh Ahmad, Nasai dan Baihaqi menyebutkan:

قد جاءكم شهر رمضان شهر مبارك

Telah datang kepadamu bulan ramadan, bulan keberkahan.

Kata *barakat* [بر کات] adalah bentuk jamak dari kata *barakah*. Kata ini disebutkan dalam dua surah sebanyak 3 (tiga) kali atau tiga ayat, yaitu surah al-Araf [7] ayat 96 dan surah Hud [11] ayat 48 dan 73. Perhatikan surah al-Araf [7] ayat 96 berikut ini:

وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرْبَىٰ ءَامَنُوا وَأَتَقْوَا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِمْ بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ
وَالْأَرْضِ وَلِنَكَنْ كَذَّبُوا فَأَخْذَنَاهُمْ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ

*Jikalau sekiranya penduduk negeri-negeri beriman dan bertakwa, pastilah Kami akan melimpahkan kepada mereka **berkah** dari langit dan bumi, tetapi mereka mendustakan (ayat-ayat Kami) itu, Maka Kami siksa mereka disebabkan perbuatannya.*

Kemudian ditemukan kata “mubarakah” yang disebutkan sebanyak 8 kali. Diantaranya disebutkan pada surah al-An’am [6] ayat 92:

وَهَذَا كَتَبْ أَنْزَلْنَاهُ مُبَارَكٌ مُّصَدِّقُ الَّذِي بَيْنَ يَدَيْهِ وَلَشَنِذَرْ أَمَّ
الْقُرَىٰ وَمَنْ حَوْهَاٰ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ يُؤْمِنُونَ بِهِ وَهُمْ عَلَىٰ
صَلَاتِهِمْ سَخَافِظُونَ

Dan ini (Al Quran) adalah kitab yang telah Kami turunkan yang diberkahi; memberarkan Kitab-Kitab yang (diturunkan) sebelumnya [492] dan agar kamu memberi peringatan kepada (penduduk) Ummul Qura (Mekah) dan orang-orang yang di luar lingkungannya. orang-orang yang beriman kepada adanya kehidupan akhirat tentu beriman kepadanya (Al Quran) dan mereka selalu memelihara sembahyangnya.

M. Quraish Shihab, mengartikan berkah adalah sesuatu yang mantap, mengandung manfaat dan kebaikan yang banyak. Berkah mengandung manfaat dan aneka kebaikan jasmani dan ruhani, yang menghasilkan ketenteraman lahir dan batin. Kata barkah bermakna sesuatu yang mantap dan kebaikan yang melimpah dan beraneka ragam serta berkesinambungan.

Keberkahan bisa dalam bentuk waktu atau usia, makanan, harta dan lain-lain. Berkah waktu atau usia, digunakan; untuk ibadah, menambah ilmu, bekerja, membina rumah tangga yang islami; bersiturrahmi, olah raga dan istirahat. Berkah makanan yaitu mengenyangkan, sehat dan terhindar dari penyakit serta melahirkan produktivitas positif.

Keberkahan atau kebaikan dan manfaat kehadiran bulan Ramadhan:

1. Menyuburkan iman karena ia ibadah sirriyah.
2. Menyiram hati yang gersang.
3. Menyehatkan fisik dan Psikis.
4. Menyehatkan interaksi sosial.
5. Membangun aura.

Banyak sekali keutamaan di bulan Ramadan yang membuatnya menjadi saat-saat indah penuh pesona. Pada bulan ini Al-qur'an diturunkan, pahala dilipatgandakan, pintu-pintu surga dibuka lebar, dan pintu-pintu neraka ditutup rapat. Keindahan Ramadan terletak pula pada curahan rahmat-Nya di sepuluh hari pertama, limpahan *maghfirah* atau ampunan-Nya di sepuluh hari kedua, dan janji pembebasan dari api neraka pada sepuluh hari terakhir. Pada sepuluh hari terakhir itulah, terdapat malam *lailatulqadar* atau malam seribu bulan. Malam di mana setiap mereka yang beriktitaf dan beribadah mendapat ganjaran sepadan dengan pahala seribu bulan. Karena itu mari kita bermesra dengan syahrul mubarak. [1]

Hikmah puasa Ramadan bagi umat Islam cukup banyak, baik bagi kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa. Karena itu Allah SWT mewajibkan bagi orang-orang beriman untuk melaksanakan ibadah puasa Ramadan. Namun beribadah bukanlah karena di dalamnya terkandung hikmah, melainkan karena diperintahkan Allah SWT.

Hikmah menurut Syeikh Muhammad Abduh dalam tafsir Al-Manar adalah memahami rahasia dan faedah pada tiap-tiap sesuatu, yaitu rahasia hukum agama dan tujuan-tujuannya. Bertitik tolak dari pengertian tersebut dan dikaitkan dengan ibadah puasa, maka yang dimaksud dengan hikmah adalah rahasia dan faedah yang dapat diperoleh oleh orang yang berpuasa, baik sifatnya langsung maupun tidak langsung terhadap jasmani dan rohaniya. Demikian juga dampak positif yang tampak dalam kehidupan masyarakat.

Puasa Ramadan sebagai salah satu rukun Islam, merupakan ibadah *mahdah*, yaitu ibadah yang sifatnya langsung (*direct*) antara seorang hamba dengan Khalik. Keberadaan ibadah puasa tidak hanya sebagai suatu kewajiban atas orang yang beriman, akan tetapi lebih jauh dari itu, merupakan kebutuhan dalam hidupnya.

Menurut Al-Qur'an, puasa itu mendatangkan kebaikan pada manusia. Perhatikan penutup ayat surah al-Baqarah [2] ayat 184 berikut ini:

أَيَّامًا مَعْدُودَاتٍ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مُرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعَدَّهُ مِنْ أَيَّامٍ أُخْرَى وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامٌ مِسْكِينٌ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَمَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ

Dalam beberapa hari yang tertentu. Maka barangsiapa diantara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu pada hari-hari yang lain. Dan wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya (jika mereka tidak berpuasa) membayar fidyah, (yaitu) memberi makan seorang miskin. Barangsiapa yang dengan kerelaan hati mengerjakan kebajikan, maka itulah yang lebih baik baginya. Dan berpuasa lebih baik bagimu jika kamu mengetahui.

Kemudian ibadah puasa, kalau dilakukan secara benar sesuai dengan ketentuan agama, maka akan mampu melahirkan dan memberikan nilai tambah bagi pribadi yang melakukannya, maupun pengaruh positif dalam kehidupan masyarakat. Bila dianalisa secara lebih cermat dan mendalam tentang ibadah puasa, maka mempunyai nilai hikmah yang dapat dilihat dari berbagai aspek.

1. Dampak Terhadap Pengendalian Diri

Nafsu merupakan suatu unsur pendorong dalam kehidupan manusia, sehingga kehidupan menjadi dinamis dan kreatif. Namun bila nafsu tidak dikendalikan, maka pada gilirannya akan menggiring manusia untuk melampaui batas dan melanggar ketentuan-ketentuan agama yang telah digariskan oleh Allah SWT. Kalau nafsu diperturutkan, maka rusaklah norma dan nilai dalam kehidupan, demikian juga sendi-sendii kebenaran.

Perhatikan firman Allah dalam surat Al-Mukminun [23] ayat 71:

وَلَوْ أَتَيْتَ الْحُقُّ أَهْوَاءَهُمْ لَفَسَدَتِ الْسَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ بَلْ أَنْتَنَّهُمْ بِذِكْرِهِمْ فَهُمْ عَنْ ذِكْرِهِمْ مُغَرَّضُونَ

Dan seandainya kebenaran itu menuruti hawa nafsu mereka, pasti binasalah langit dan bumi, dan semua yang ada di dalamnya. Bahkan Kami telah memberikan peringatan kepada mereka, tetapi mereka berpaling dari peringatan itu.

Menurut konsep Islam, nafsu bukan untuk dimatikan tapi tidak pula untuk diperturutkan, akan tetapi harus dikendalikan dan diarahkan kepada hal-hal yang positif dan berguna menurut kaca mata agama. Kendalinya adalah iman dan hukum-hukum syari'at.

Keberadaan ibadah puasa merupakan salah satu upaya untuk mengendalikan nafsu. Dalam rangkaian pelaksanaan ibadah puasa, manusia akan diberikan batasan-batasan dan ketentuan yang harus dipatuhi, baik tentang makan dan minum selama melaksanakan ibadah puasa, diatur sedemikian rupa. Selama sebulan penuh bagi orang yang berpuasa ia menjadikan nafsu sebagai budak dan manusia itu sendiri sebagai tuan.

2. Mendisiplinkan Diri

Pelaksanaan ibadah puasa bila dilihat dari sudut keteraturan berbuka dan makan sahur, maka dapat mendidik atau melatih manusia untuk hidup disiplin. Disiplin adalah suatu hal yang sangat penting dan mutlak diperlukan dalam kehidupan manusia. Kalau kita pelajari tokoh-tokoh terkemuka, nama mereka sering

diabaikan dalam sejarah umat manusia, maka kunci keberhasilan dan kesuksesannya terletak pada disiplin.

Memang tidak dapat dipungkiri dan diabaikan, hidup teratur memegang peranan penting. Itulah sebabnya pemerintah mencanangkan gerakan disiplin nasional (GDN), yang tertuang dalam Kepres No. 33 tahun 1996. Dan sasaran GDN adalah terwujudnya tiga budaya yaitu budaya bersih, budaya tertib dan budaya kerja. Namun sejak reformasi digulirkan, tampak gaung GDN ini tidak terdengar lagi, seakan-akan sudah terkubur bersama orde baru.

Namun yang masih menjadi persoalan adalah meng-aplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Penerapan disiplin adalah memang antara sulit dan gampang. Gampang membicarakannya, namun sulit mewujudkannya. Akan tetapi melalui pelaksanaan ibadah puasa diharapkan hidup disiplin dapat terlatih dengan baik. Selesai puasa nantinya mampu mendatangkan nilai tambah dalam kehidupan individu maupun masyarakat. Kemudian keberhasilan GDN sangat ditentukan oleh umat Islam, karena mayoritas penduduk di negeri ini adalah Muslim.

3. Melatih kejujuran dan Amanah

Jujur dan amanah adalah dua sifat yang terpuji. Sifat tersebut merupakan manifestasi dari iman yang bersemi dan terpatri di hati orang mukmin. Puasa Ramadan, landasan pelaksanaannya adalah karena panggilan iman. Kalau iman benar-benar merupakan landasan utama pelaksanaan tersebut, maka akan mampu melahirkan berbagai sifat yang terpuji dalam kehidupan sehari-hari. Ibadah puasa dapat digolongkan sebagai ibadah rahasia (*sirriyah*), artinya benar atau tidaknya

seseorang berpuasa, yang mengetahui secara pasti hanya dirinya dan Allah.

Orang yang beriman sadar bahwa yang mengawasi dan mengontrol dirinya adalah Allah SWT. Perhatikan firman-Nya dalam surat al-Hadid [57] ayat 4:

هُوَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سَتَةِ أَيَّامٍ ثُمَّ أَسْتَوَى عَلَى الْقَرْشِ يَعْلَمُ مَا يَلْجُ فِي الْأَرْضِ وَمَا تَخْرُجُ مِنْهَا وَمَا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ وَمَا يَعْرُجُ فِيهَا وَهُوَ مَعْلُومٌ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿٥٧﴾

“Dialah yang menciptakan langit dan bumi dalam enam masa; kemudian Dia bersemayam di atas ‘Arasy. Dia mengetahui apa yang masuk ke dalam bumi dan apa yang keluar daripadanya dan apa yang turun dari langit dan apa yang naik kepadanya. Dan dia bersamamu dimana saja kamu berada. Dan Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.”

Jadi melalui ibadah puasa, seorang muslim akan terdidik dan terlatih untuk selalu berlaku jujur dan amanah. Sifat tersebut secara spontan akan mewarnai kehidupannya, di mana saja dan kapan saja serta dengan siapa saja ia berada.

Kejujuran merupakan modal utama dan sangat mahal harganya dalam kehidupan ini. Orang yang jujur tidak pernah merasa sempit gerak langkahnya. Untuk meraih kemajuan dalam bidang apapun sebenarnya modal kejujuran menjadi penting, walaupun selama Orde Baru sifat ini kurang mendapat tempat, terutama di kalangan pegawai pemerintah.

Bila setiap pekerjaan atau amanah dilaksanakan dengan penuh kejujuran, hasilnya menjadi baik. Pekerjaan akan dapat diselesaikan dengan baik dan terhindar dari penyelewengan-

penyelewengan jika kejujuran dimiliki oleh setiap orang. Isu korupsi (KKN) dan berbagai bentuk kejahatan lainnya yang sedang marak di negara kita adalah termasuk musibah besar, dan dapat dibayangkan kalau musibah *akbar* ini terus berlanjut, bagaimana dengan masa depan republik ini.

Selain hikmah puasa yang telah didapatkan di atas, masih banyak nilai hikmah lainnya yang dapat digali dan diangkat ke permukaan, di antaranya sifat iba dan sifat kasih sayang kepada sesama manusia, dapat menghidupkan *bashirah* atau kehalusan hati. Demikian juga puasa bermanfaat untuk kesehatan sebagaimana yang disabdakan oleh Rasul: "*Berpuasalah agar kamu sehat*".

Sejalan dengan sabda Rasul, Dr. Alexis Carrel (pemenang hadiah nobel dalam ilmu kedokteran) mengatakan: "Kebanyakan makan itu dapat menghilangkan fungsi dan peranan untuk kelangsungan jenis manusia. Itulah sebabnya, maka manusia harus membiasakan puasa dalam waktu-waktu tertentu, puasa berfungsi sebagai pembersih dan pengganti."

Puasa Ramadan yang sering kita lakukan, hendaknya tidak berlangsung sebagai ibadah rutinitas belaka, tapi harus dilaksanakan dengan landasan keimanan, keikhlasan dan dengan penghayatan yang mendalam. Bila landasan ini terpenuhi maka puasa akan memberi dampak positif baik terhadap kehidupan pribadi maupun dalam interaksi sosial.[]

ANTARA MARAH DAN MEMAAFKAN

Mara pakar psikologi modern berpendapat bahwa kemarahan adalah suatu emosi primer, alami dan matang yang dialami setiap manusia pada suatu waktu, dan merupakan sesuatu yang memiliki nilai fungsional untuk kelangsungan hidup. Kemarahan dapat memobilisasi kemampuan psikologis untuk tindakan korektif. Namun, kemarahan yang tak terkendali dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup pribadi dan sosial.

Kata marah adalah terjemahan dari bahasa Arab, *al-ghadlab*. Dalam Alquran, kata *al-ghadlab*, dengan perubahan bentuk kata, jumlahnya tak kurang dari 24 kali. Kata *al-ghadlab* lebih banyak dikaitkan kepada Allah sebagai Sang Khalik. Hanya sedikit ayat yang mengaitkan *al-ghadlab* dengan manusia.

Di antara ayat Alquran bercerita tentang marah adalah surah Ali Imran [3] ayat 133-134:

* وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّنْ رَّيْكُمْ وَجَنَّةٍ عَرَضُهَا السَّمَوَاتُ
وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴿٣﴾ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَاءِ
وَالْكَظِيمَنَ الْفَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ تُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ



Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhan-Mu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang bertakwa (yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebaikan.

Berdasarkan ayat di atas, ciri-ciri orang yang bertakwa sebagai didikan dari Madrasah Ramadan adalah sebagai berikut:

1. Menafkahkan hartanya di waktu lapang dan sempit.
2. Menahan amarah.
3. Meminta maafkan kesalahan orang lain.

Manusia sebagai makhluk Tuhan, sesungguhnya tidak pantas untuk marah berlebihan karena dapat membahayakan bagi fisik dan psikisnya. Karena itu Rasul SAW memberi nasehat kepada umatnya agar mampu menahan amarahnya, bahkan kalau bisa jangan sampai marah. Karena kalau seseorang sudah berada di luar kontrol akalnya karena tidak mampu menguasai marahnya, maka akan sangat berpengaruh besar terhadap ucapan dan perbuatannya. Dalam hadits yang bersumber dari Abu Hurairah ra:

رَجُلًا قَالَ لِلَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَوْصَنِي قَالَ لَا تَغْضِبْ فَرَدَّ وَرَأَى
قَالَ لَا تَغْضِبْ

Seorang laki-laki berkata kepada Nabi SAW: "Berilah aku wasiat?" Beliau bersabda: "Janganlah kamu marah." Laki-laki itu mengulangi kata-katanya, beliau tetap bersabda: "Janganlah kamu marah." (HR. Bukhari)

Pribadi yang kuat digambarkan oleh Nabi SAW dengan kemampuan mengendalikan amarah.

لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرُعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَنْهَا نَفْسَهُ عِنْدَ الغَصَبِ

Orang kuat itu bukanlah orang yang dapat bergulat. Tetapi orang kuat ialah orang yang dapat menahan nafsunya ketika sedang marah." (HR. Bukhari).

Bagi yang sehat jiwanya, marah bukanlah sesuatu yang muncul secara tiba-tiba, namun terdapat beberapa sebab yang membuat seseorang menjadi marah. Munculnya kemarahan biasanya dikarenakan hal berikut:

- Karena dikritik.
- Harga dirinya dilecehkan atau dihina.
- Dihalangi dalam mencapai tujuannya atau haknya.
- Karena dizalimi.

Islam memberi pemahaman kepada penganutnya dengan sentuhan batiniah untuk senantiasa memaafkan kesalahan orang lain. Firman Allah surat an-Nur [24] ayat 22:

وَلَا يَأْتِي أُولُوا الْفَضْلِ مِنْ كُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولَى الْقُرْبَى
وَالْمَسِكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَيَعْفُوا وَلَيَصْفَحُوا أَلَا
تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

Janganlah orang-orang yang mempunyai kelebihan dan kelapangan di antara kamu bersumpah bahwa mereka tidak akan memberi (bantuan) kepada kaum kerabat (nya), orang-orang yang miskin dan orang-orang yang berhijrah di jalan Allah. Hendaklah mereka memaafkan dan berlapang dada. Apakah kamu tidak ingin agar

Allah mengampunimu? Sesungguhnya, Allah adalah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Ayat ini mengajarkan kepada kita agar melakukan sebuah hal mulia kepada orang yang pernah berbuat kesalahan kepada diri kita, yaitu memaafkan. Sebuah kemaafan masih belum sempurna ketika masih tersisa ganjalan, apalagi dendam yang membara di dalam hati. Memaafkan kesalahan orang lain, dapat membuat jiwa lebih tenteram. Sementara sikap mendendam membuat jiwa menderita. []

RAMADAN BULAN PENDIDIKAN KELUARGA

Bulan Ramadan disebut sebagai penghulu segala bulan (*sayyid asy-syuhur*). Dari makna ini dapat dipahami bahwa bulan Ramadan memiliki keunggulan, kelebihan atau keistimewaan. Salah satu keistimewaannya bahwa bulan Ramadan merupakan bulan pendidikan, terutama pendidikan luar sekolah, baik pendidikan informal (keluarga) maupun pendidikan dalam masyarakat (non formal).

Sesuai dengan harapan dan aspirasi masyarakat, selama bulan Ramadan, pendidikan sekolah atau pendidikan formal kini telah diliburkan oleh pemerintah. Liburan Ramadan diharapkan agar dapat dimanfaatkan sebagai suatu peluang (*opportunity*) oleh masyarakat, terutama umat Islam untuk mengoptimalkan pendidikan luar sekolah.

Selanjutnya kita berharap, peluang ini harus benar-benar dapat dimanfaatkan oleh masyarakat Islam, untuk mengoptimalkan pendidikan agama dalam keluarga dan masyarakat melalui berbagai kegiatan yang bernuansa islami. Bila peluang ini tidak dimanfaatkan dengan baik, maka liburan ini menjadi sia-sia, bahkan dapat saja menjadi peluang bagi pelajar untuk berbuat hal-hal yang menjurus kepada dekadensi moral. Karena itu sangat dituntut kepada berbagai pihak dan komponen masyarakat untuk memanfaatkan secara optimal peluang ini untuk pendidikan dalam keluarga dan masyarakat.

Pendidikan sebagai suatu proses adalah upaya untuk mengembangkan kemampuan atau potensi individu atau anak agar menjadi pribadi yang dewasa, baik kedewasaan intelektual, moral (akhlak) maupun sosial. Kemudian hakekat pendidikan adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar dan disengaja serta bertanggung jawab. Dilakukannya secara terus menerus oleh orang dewasa untuk mencapai tujuan pendidikan, yaitu memanusiakan manusia atau untuk tujuan-tujuan yang lebih khusus.

Karena pendidikan dilakukan secara terus menerus atau sepanjang hayat (*long life education*), maka pendidikan tidak hanya tergantung pada lembaga pendidikan sekolah. Berkaitan dengan kehadiran bulan suci Ramadan, maka optimalisasi pendidikan keluarga dan masyarakat menjadi sangat penting. Karena itu kesadaran, kesiapan serta kemampuan para orang tua dan tokoh-tokoh masyarakat menjadi kunci sukses pendidikan luar sekolah pada bulan Ramadan.

Bentuk Pendidikan Keluarga

Seperti telah disinggung di atas bahwa proses pendidikan itu berlangsung seumur hidup, yaitu sejak lahir hingga akhir hayat. Karena itu, keluarga merupakan lembaga pendidikan yang pertama, yang bersifat informal. Sejak anak lahir bahkan sejak dalam kandungan seyogyanya seorang anak sudah harus mendapat pendidikan dari kedua orang tuanya – ayah dan ibu. Hak-hak anak sejak hari ke tujuh dari kelahirannya sudah harus dipenuhi oleh orang tua, yaitu mengaqiqahkan, mencukur rambut dan memberi nama yang baik. Selain itu harus pula memenuhi kebutuhan biologisnya. Dalam waktu yang bersamaan, orangtua sudah harus bertindak sebagai guru atau pendidik yang pertama terhadap anak-anaknya.

Berkenaan dengan kehadiran bulan Ramadan, bila anak sudah *mumayyiz* atau mampu membedakan yang baik dengan yang buruk, sudah harus dilatih untuk berpuasa. Latihan ini penting sebagai bahagian dari pendidikan agama, yaitu pendidikan kepatuhan terhadap ketentuan atau aturan agama. Bagi anak yang sudah duduk di bangku sekolah, terutama yang sudah usia baligh puasa telah menjadi suatu kewajiban. Karena itu orangtua harus dapat mendorong mereka untuk berpuasa dan mengawasi mereka.

Disebabkan anak-anak tidak bersekolah, maka lebih memungkinkan efektifnya pengawasan orang tua terhadap pengamalan agama anak. Anak harus diawasi dan dikontrol tentang kemampuan dan kedisiplinan membaca Al-Qur'an dan membaca buku agama, melaksanakan salat dan puasa.

Selain itu, orang tua harus pula memahami perkembangan jiwa anak. Anak harus diarahkan, dididik sesuai dengan tingkat usia serta dikembangkan potensinya serta dikontrol perilaku (akhlak) dan interaksi sosialnya. Kontrol itu dapat dilakukan melalui komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak serta pengamatan baik langsung atau tidak langsung.

Dewasa ini bangsa kita dikejutkan oleh banyaknya pengguna Narkoba. Tidak kurang dari 5,8 juta orang telah menjadi pencandu benda haram ini. Sebahagian besar pemakainya adalah kawula muda, pelajar bahkan telah masuk ke kalangan santri. Menurut ahli patologi sosial, berbagai perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja, antara lain adalah akibat kurangnya pendidikan agama dalam keluarga, pendidikan sekolah kurang menekankan pada aspek moral (akhlak) dan rendahnya kontrol dalam masyarakat.

Karena itu, bulan Ramadan sebagai bulan pendidikan dan bulan kasih sayang memungkinkan adanya kontrol yang

intensif dalam keluarga. Ada dua suasana penting yang harus dimanfaatkan oleh orangtua untuk komunikasi dan kontrol terhadap anak, yaitu ketika makan sahur dan buka puasa. Berbeda dengan di luar bulan Ramadan, selama puasa dua waktu tersebut sangat mungkin bertemu semua anggota keluarga di meja makan. Momentum ini harus terjalin komunikasi yang baik antara orangtua dan anak.

Melalui komunikasi dua arah (*two way communication*), diharapkan orangtua dapat lebih jauh memahami perkembangan anak, baik perkembangan fisik, mental, perkembangan pendidikan dan prestasi. Selain itu suasana tersebut dapat pula dijadikan sebagai momentum kontrol dan evaluasi mengenai perkembangan anak.

Bulan Ramadan sebagai bulan multi dimensi dan multi nilai harus dapat kita manfaatkan secara optimal, terutama untuk pendidikan keluarga. Ramadan harus dijadikan peluang emas bagi keluarga-keluarga muslim, terutama bagi orang yang lebih banyak kesibukan di luar rumah. Niat baik pemerintah meliburkan sekolah selama Ramadan harus disambut baik dan dimanfaatkan, dengan peningkatan pendidikan keluarga, saling mencerahkan kasih sayang. Sehingga dapat menekan terjadinya perilaku menyimpang di kalangan remaja.[]

DEKATI AL-QUR'AN DENGAN LIMA M

Bulan Ramadan disebut bulan Al-Quran (*syahr Al-Qur'an*). Karena itu umat Islam harus lebih dekat dengan Al-Quran pada bulan ini. Umat Islam tidak pernah mengalami kemajuan yang signifikan, kalau Al-Qur'an hanya sekedar untuk dibaca, itu pun hanya di bulan Ramadan saja. Nabi memang mensugesti kita agar selalu membaca Al-Quran. Kata Nabi, setiap huruf yang kita baca memperoleh satu kebaikan dan setiap kebaikan dibalas dengan sepuluh pahala. Tapi itu hanya sebagai langkah awal, agar setiap muslim dekat dengan Al-Qur'an. Selain membaca, banyak kewajiban lain yang harus dipenuhi.

Apa sebenarnya kewajiban kita terhadap Al-Quran? Paling tidak ada "5 M". *Pertama*, kewajiban mempelajari cara membacanya. *Kedua*, kewajiban membaca Al-Qur'an. *Ketiga*, kewajiban memahami kandungan Al-Qur'an. *Keempat*, kewajiban mengamalkan kandungan Al-Qur'an - inilah yang dimaksud dengan penerapan syariat Islam, seperti di Nanggroe Aceh Darussalam (NAD). *Kelima*, kewajiban mendakwahkan Al-Qur'an. Pada saat ini, dimanakah posisi kita dan umat Islam terhadap kitab suci Al-Quran?

Kewajiban pertama adalah mempelajari dan memahami cara membaca Al-Qur'an. Banyak hal harus dipelajari pada tahap ini. Karena Al-Qur'an diturunkan dalam bahasa Arab, ia memiliki tata bahasa tersendiri dan cara membacanya, termasuk

makhraj. *Makharaj* atau tempat keluar huruf merupakan salah satu hal yang amat penting. Ini harus dipelajari secara serius. Sebab jika salah *makhraj*, maka menjadi salah maknanya. Kita ambil contoh, kata “*qalb*” dibaca “*qalbun*” yang maknanya adalah hati. Bagi orang yang tidak pernah belajar *makhraj*, mungkin saja ia baca “*kalbun*” yang artinya adalah anjing. Di sinilah urgensi belajar atau mempelajari cara membaca Al-Qur'an, khususnya *makhraj*.

Selain *makhraj*, ada lagi aturan dalam membaca Al-Qur'an. Aturan itu, seperti *mad* - panjang dan pendek membacanya, *waqaf*, tempat dan cara berhenti dan menyambung kembali bacaan. Selain itu adalah *tajwid* dengan berbagai aturan-aturannya. Kemudian bagi yang ingin membaca Al-Qur'an secara indah, terdapat pula sejumlah lagu yang harus dipelajari secara relatif serius.

Mempelajari cara membaca Al-Qur'an diharapkan sudah tuntas pada saat seorang anak menyelesaikan pendidikan sekolah dasar. Dengan kehadiran TKA dan TPA saat ini yang didukung dengan metode *iqra'* sangat memungkinkan seorang anak sudah mampu membaca Al-Qur'an dengan baik ketika tamat sekolah dasar. Tapi hal ini tampaknya belum menjadi kenyataan. Bahkan masih ditemukan orang dewasa pun ada yang belum mampu membaca Al-Qur'an.

Kewajiban kedua, membaca Al-Qur'an. Sesuai dengan namanya, Al-Qur'an berarti bacaan. Membaca Al-Qur'an mempunyai arti penting, selain memperoleh nilai pahala, juga mendorong untuk memahami serta mengamalkannya. Membaca Al-Qur'an hanya sebagai anak tangga menuju kepada pemahaman dan pengamalan. Berkaitan dengan hal ini, Muhammad Iqbal-arsitek negara Pakistan – mengatakan : “Umat Islam tidak

akan maju kalau hanya sebatas membaca Al-Qur'an.” Sebab kalau hanya membaca, itu baru seperlima dari kewajiban terhadap Al-Quran ditunaikan. Membaca Al-Qur'an dianjurkan oleh Nabi dengan cara *tadabbur* (merenung).

Kewajiban ketiga, memahami kandungan Al-Qur'an. Inilah yang sebenarnya disebut dengan *tadarrus* mempelajari kandungan Al-Quran. Kalau sekedar *qira'ah* tidak tepat disebut dengan *tadarrus*. Sering kali kita menyebutkan *bertadarus* di masjid. Padahal yang dilakukan sebenarnya adalah *qira'at al-Qur'an*, atau *tilawat al-Qur'an*. Mentadaruskan Al-Qur'an sebenarnya adalah mengkaji Al-Qur'an secara lebih dalam. Untuk memahami kandungan Al-Qur'an, memerlukan tingkat keseriusan tertentu. Perlu pula kurikulum dalam mempelajari Al-Qur'an secara terstruktur dan terorganisir.

Banyak orang senang dan gemar membaca koran. Sebab, di dalamnya antara lain ada berbagai berita – sejak berita daerah, nasional hingga internasional atau berita dunia. Sedangkan kalau kita baca Al-Qur'an, kita akan memperoleh informasi yang luar biasa, luas dan lengkap. Allah memberitakan tentang kehidupan masa lalu (kisah/sejarah) dan berita masa depan, yaitu “*akhirat dalam berita*.”

Kewajiban keempat adalah pengamalan kitab suci Al-Qur'an di dalam kehidupan sehari-hari. Inilah yang sedang dicanangkan oleh pemerintah Nanggroe Aceh Darussalam (NAD), yaitu penerapan syariat Islam. Secara legal formal, pencanangan ini telah tertuang dalam Peraturan Daerah Provinsi Daerah Istimewa Aceh, Nomor 5 tahun 2000, tentang Pelaksanaan Syariat Islam.

Syariat sebenarnya adalah keseluruhan ajaran Islam. Kalau hukum adalah bagian dari syariat. Jadi terdapat perbedaan

antara hukum dan syari'at. Hakekat dan makna syariah adalah keseluruhan ajaran Islam bahkan keseluruhan - ajaran Allah Swt. yang pernah diturunkan kepada umat-umat terdahulu.

Tahap keempat ini yang harus dilakukan secara optimal. Tetapi sekarang yang menjadi pertanyaan adalah siapakah yang bertanggung jawab dalam pelaksanaannya? Jawabnya tentu seluruh elemen masyarakat Aceh. Selama ini terkesan saling menyalahkan.

Kewajiban kelima, mendakwahkan kitab kandungan Al-Qur'an. Melalui dakwah diharapkan kehidupan umat manusia dapat berjalan berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW. Dakwah punya dua dimensi, yaitu *amar ma'ruf nahi munkar*. Jika konsep ini dapat berjalan, otomatis mendukung pelaksanaan syariat Islam. Oleh sebab itu, perlu optimalisasi kegiatan dakwah secara integral. Dakwah integral meliputi dakwah *bil lisan*, *bil kitâbah* dan *bil hâl*. Dengan dakwah dalam bentuk tiga serangkaian inilah, terwujudkan sistem Islam secara *kaffah* (keseluruhan) dalam kehidupan sosial.

Kewajiban sebagai umat muslim terhadap kitab suci Al-Qur'an adalah sebuah perhatian utama. Al-Qur'an tidak hanya pembeda antara yang hak dan batil. Tetapi di atas segalanya, kitab suci Al-Qur'an adalah falsafah hidup bagi umat Islam untuk memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat. Kemudian perlu kita renungkan pula ungkapan berikut ini : "Umat agama lain maju, karena meninggalkan ajaran kitab sucinya, sedangkan umat Islam akan mengalami kemajuan hanya dengan mengamalkan kitab suci Al-Qur'an.[]

LEBIH DEKAT DENGAN AL-QUR'AN

Lima tahun sebelum menerima wahyu pertama Nabi Muhammad sering mengunjungi Gua Hira' untuk merenung tentang kerusakan bangsa Arab. Di tengah-tengah perenungan itulah Nabi menerima wahyu pertama Surah al-'Alaq [96] ayat 1-5:

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَنَ مِنْ عَلَقٍ ۝ أَقْرَأْ وَرَبِّكَ
الْأَكْرَمُ ۝ الَّذِي عَلَمَ بِالْقَلْمَرِ ۝ عَلَمَ الْإِنْسَنَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ۝

1. Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan;
2. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah;
3. Bacalah, dan Tuhanmu yang Maha pemurah;
4. Yang mengajar (manusia) dengan perantaraan kalam [1589];
5. Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya.

Al-Qur'an diturunkan selama 22 tahun 2 bulan 22 hari. Mayoritas ulama mengatakan bahwa ayat terakhir turun adalah al-Maidah [5] ayat 3:

... إِلَيْهِ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَنْتُمْ عَلَيْكُمْ بِعَمَّىٰ وَرَضِيَتُ لَكُمْ
الْإِسْلَامَ دِينًا ۝ فَمَنِ اضطُرَّ فِي مَحْسَنَةٍ غَيْرِ مُتَجَاهِفٍ لِإِثْمٍ ۝ فَإِنَّ اللَّهَ
غَفُورٌ رَّحِيمٌ ۝

Pada hari ini telah Kusempurnakan untuk kamu agamamu, dan telah Ku-cukupkan kepadamu nikmat-Ku, dan telah Ku-ridhai Islam itu Jadi agama bagimu. Maka barang siapa terpaksa karena kelaparan tanpa sengaja berbuat dosa, Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Al-Qur'an yang bermakna "bacaan" merupakan buku/kitab yang paling banyak dibaca di dunia oleh 1,6 miliar penduduk muslim dari 7 miliar lebih penduduk dunia saat ini. Al-Quran terdiri dari 30 juz, 114 surah 6236 ayat. Jumlah ayat tersebut menurut salah satu pehitungan. Ia berfungsi sebagai hidayah atau petunjuk dalam kehidupan manusia, khususnya bagi orang beriman.

Para ulama membagi hidayah kepada empat tingkatan. Pertama, hidayah naluriyah, yaitu berupa modal dasar yang Allah berikan baik kepada manusia maupun hewan. Menangis sejak kecil atau mengisap ASI ketika baru lahir itulah contoh naluri. Kedua, hidayah indera. Firman Allah surah an-Nahl [16] ayat 78:

وَاللَّهُ أَخْرَجُكُمْ مِّنْ بُطُونِ أُمَّهَتُكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمْ
السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْيَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.

Ayat di atas mendahulukan pendengaran dari penglihatan. Hal ini sesuai dengan ilmu kedokteran modern bahwa pendengaran telah berfungsi mulai pekan pertama dari kelahiran bayi, sementara penglihatan pada bulan ketiga.

Ketiga, hidayah akal. Akal dalam arti daya pikir hanya mampu berfungsi dalam batas-batas tertentu. Al-Quran menghargai akal manusia, namun akal sifatnya relatif atau tidak mutlak. Menurut Muhammad Abduh akal laksana timbangan emas, tidak mampu menimbang hal-hal yang berat.

Akal yang sehat yang dapat mengantar kepada kebenaran. Tapi ada akal yang licik, akal-akalan, lihai sering melakukan kesalahan. Akal sering ditumpangi oleh nafsu, sehingga melenceng. Oleh karena itu akal dan indera harus mendapat bimbingan dari al-Qur'an sebagai hidayah tertinggi.

Keempat, hidayah agama, wahyu atau Al-Qur'an. Perhatikan firman Allah surah al-Isra' [17] ayat 9:

إِنَّ هَذَا الْقُرْءَانَ يَهْدِي لِلّٰتِي هُنَّ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ
يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ هُنَّ هُنَّ أَجْرًا كَبِيرًا ﴿٩﴾

Sesungguhnya Al Qur'an ini memberikan petunjuk kepada (jalan) yang lebih lurus dan memberi khabar gembira kepada orang-orang mukmin yang mengerjakan amal saleh bahwa bagi mereka ada pahala yang besar.

(هَذَا الْقُرْءَانُ) Ayat di atas menggunakan redaksi Al-Qur'an ini menunjukkan dengan isyarat dekat. Penggunaan kata *hadza*/ini untuk menunjukkan betapa dekat tuntunan-tuntunaanya kepada fitrah manusia.

Bagi seorang muslim tidak ada petunjuk yang lebih baik selain Al-Qur'an. Karena posisinya yang demikian maka sejatinya seorang muslim adalah dekat dengan Al-Qur'an. Dekat dengan Al-Qur'an secara fisik bahwa Al-Qur'an harus tersedia di rumah setiap muslim, di dalam mobil di kantor atau ditempat kerja.

Bagi yang memiliki komputer atau laptop harus ada program Al-Qur'an.

Dekat dengan Al-Qur'an juga berarti sering membaca, memahami makna dan tafsirnya. Selain itu adalah mengamalkan dan mendakwah kandungan Al-Qur'an. Kemudian menjadikan Al-Qur'an sebagai referensi utama dalam berbagai aspek kehidupan[].

MOMENTUM MENGGAPAI MAGHFIRAH

Sungguh maghfirah (keampunan) Allah itu sangat luas dan dapat diperoleh asalkan kita mendekatkan diri kepada-Nya dengan melaksanakan segala perintah dan manjauhi setiap larangan-Nya. Dalam Al-Qur'an dan As-Sunnah terdapat anjuran dan perintah untuk bertaubat dari dosa dan meminta maaf dari kesalahan. Anjuran tersebut antara lain terdapat pada surat Ali Imran [3] ayat 133:

وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّنْ رِبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرَضَهَا اللَّهُمَّ
وَالْأَرْضُ أَعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ

Dan bersegeralah kamu kepada ampuan Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertakwa".

Selain itu masih banyak kita jumpai nash yang berkaitan dengan taubat, pengampunan dan perintah untuk memaafkan orang lain. Untuk mensugesti agar manusia bertaubat, maka Allah menyatakan Ia mencintai orang yang bertaubat (QS. Al-Baqarah [2] : 222). Betapapun besar dosa dan kesalahan yang dilakukan oleh manusia, Allah tetap mengampuni dosa tersebut kecuali dosa syirik. Hal ini disebutkan pada surat An-Nisa' [4] ayat 48:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَن يُشْرِكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَن يَشَاءُ وَمَن
بُشِّرَكَ بِاللَّهِ فَقَدْ أَفْتَرَ إِنَّمَا عَظِيمًا

Sesungguhnya Allah tidak mengampuni dosa syirik, dan Dia mengampuni segala dosa yang selain dari (syirik) itu, bagi siapa yang dikehendaki-Nya. Barangsiapa yang mempersekuatkan Allah, maka sesungguhnya dia telah berbuat dosa yang besar”.

Taubat berkaitan dengan dosa yang langsung dilakukan kepada Allah. Sedangkan maaf berkaitan dengan kesalahan dengan manusia dan kesalahan itu sendiri juga dipandang sebagai suatu dosa. Akan tetapi maaf dapat menjadi syarat atau diterima taubat seseorang. Oleh karena itu kedua hal tersebut harus dilakukan agar mendapat pengampunan dari Allah SWT.

Ramadan dan Pengampunan Dosa

Salah satu keistimewaan bulan Ramadan adalah dibukakannya pintu keampunan (*maghfirah*). Rasullullah SAW bersabda yang artinya: “Ramadan dialah bulan yang permulaannya rahmat, pertengahannya pengampunan (*maghfirah*) dan akhirnya merupakan kebebasan dari api neraka” (H.R. Ibn Khuzaimah).

Dalam Hadits lain Nabi bersabda : “Tiga golongan manusia yang tidak ditolak do'a mereka : Orang yang berpuasa hingga berbuka, pemimpin (*imam*) yang adil dan orang yang teraniaya” (H.R. Tirmidzi).

Dalam Al-Qur'an sering sekali disebutkan bahwa Allah SWT adalah Maha Pengampun. Karena itu, menyadari bahwa tidak ada manusia yang luput dari dosa, seharusnya momentum Ramadan ini dapat kita manfaatkan sebaik mungkin untuk

bertaubat dan memohon keampunan dari segala dosa. Sehingga pada saat berakhirnya bulan yang penuh maghfirah ini, kita dapat memperoleh keampunan dari Yang Maha Pengampun. Pada tanggal 1 Syawal kiranya kita dapat kembali kepada suasana “fitrah” dan kita seolah-olah baru lahir kembali ke dunia ini.

Sumber Ketenangan Jiwa

Jalan terbaik untuk membebaskan diri dari rasa berdosa dan bersalah adalah bertaubat kepada Allah dari dosa dan minta maaf kepada manusia dari kesalahan. Taubat dan maaf sesungguhnya mempunyai peranan yang amat besar untuk kesehatan mental bagi orang yang berdosa dan bersalah.

Hal itu akan mengubah jiwa yang terganggu menjadi sehat, tenang dan menemukan kembali keseimbangan dalam kehidupan. Tidak ada gunanya memendam rasa berdosa dan bersalah dalam diri, karena akan membuat jiwa menderita.

Siapakah di antara kita yang tidak bersalah dan berdosa? Rasanya sulit kita temukan, karena dalam hidup ini selalu saja ada lobang-lobang dan pintu-pintu dosa yang terbuka lebar dengan dosa kecil, kesalahan dan kesilapan yang kadangkala tidak kita sadari. Untuk itu semua, taubat, istighfar dan kesediaan untuk meminta maaf adalah usaha yang terbaik.

Menurut WHO (Organisasi Kesehatan Sedunia), sehat adalah mencakup sehat fisik (badan) dan sehat rohani (jiwa). Tentang kesehatan mental Zakiah Daradjat mengatakan: “Terhindarnya dari gangguan dan penyakit kejiwaan, mampu menyesuaikan diri, sanggup menyelesaikan masalah dan adanya keserasian antara fungsi-fungsi jiwa.”

Bila puasa Ramadan dapat kita jadikan sebagai “Lembaga Pengampunan Dosa”, maka setiap pribadi muslim akan memiliki

mental yang sehat. Produktivitas dan etos kerja seseorang juga dipengaruhi oleh mental yang sehat. Bila puasa dapat mengantarkan kita untuk memperoleh kesehatan mental, maka pasca Ramadan umat Islam diharapkan ada peningkatan yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupannya.[]

MAGHFIRAH DAN KESEHATAN JIWA

Seorang laki-laki datang mengadu kepada Nabi Muhammad SAW. Ia mengatakan dirinya telah celaka. Lalu Rasul bertanya : “Apa gerangan yang telah membuat diri Anda celaka?” Laki-laki tersebut menjawab bahwa ia telah melakukan hubungan suami-isteri pada siang hari di bulan Ramadan (HR. Jamaah). Selain kasus ini, terdapat kasus lain yang hampir serupa, misalnya pengakuan dan pengaduan seorang penjaga kubur bahwa ia telah membongkar kuburan seorang wanita dan kemudian mengambil kain kafannya.

Dewasa ini, juga tidak jarang ditemui sikap seperti di atas, yaitu seperti pengakuan dan penyerahan diri seorang pembunuh kepada polisi. Berkaitan dengan persoalan ini. Zakiah Daradjat (psikolog), juga mengatakan hal yang sama bahwa terdapat konsele yang berkonsultasi dengannya karena sering dihantui oleh perasaan berdosa dan bersalah.

Kasus atau persoalan di atas mengisyaratkan bahwa orang yang melakukan dosa dan kesalahan, jiwa mereka tidak tenang, gelisah dan mengalami gangguan. Hal itu ternyata mengganggu dan menghambat kreativitas dan prestasi serta tidak adanya keseimbangan emosional.

Kenapa manusia mengalami kegelisahan jiwa tatkala melakukan dosa dan kesalahan? Hal ini karena pada hakekatnya manusia bersifat *fitrah* dan *hanif* atau cenderung kepada

kebenaran dan kebaikan. Akan tetapi karena pengaruh lingkungan atau keterpakaan, manusia terjerumus dalam dosa dan kesalahan.

Tingkat kegelisahan jiwa sesungguhnya berbeda antara satu orang dengan orang yang lain walaupun dosa yang dilakukan adalah sama. Orang yang takwa atau orang yang taat beragama serta orang yang memegang teguh norma atau suatu nilai tertentu akan terganggu jiwanya bila norma tersebut dilanggar. Sebaliknya bagi mereka yang tidak menjunjung tinggi nilai atau norma, bila melakukan dosa dan kesalahan atau melanggar norma, tentu tidak terlalu berat mempengaruhi jiwanya.

Imam Syafi'i pernah mengatakan : "Aku mengadu kepada guruku Waki' perihal lemah hafalanku. Maka ia berikan petunjuk kepadaku agar meninggalkan semua maksiat. Dia katakan bahwa ilmu itu adalah nur yang menerangkan. Nur Allah tidak akan sampai kepada orang yang berbuat maksiat". Karena itu dosa dan maksiat kepada Allah SWT ternyata dapat mempengaruhi hati, pikiran dan hafalan.

Mengenal Dosa

Dosa dan kesalahan merupakan masalah penting dalam Islam, karena keduanya menyangkut hubungan baik antara manusia dengan Allah dan hubungan manusia dengan lingkungan dan dengan dirinya sendiri. Ketenteraman, ketenangan dan kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat sangat terkait dengan ada tidaknya dosa, sedikit atau banyak yang dilakukannya. Selanjutnya terletak pada persoalan apakah yang bersangkutan sudah bertaubat atau meminta maaf atas kesalahan dan dosa yang pernah dilakukannya.

Dalam Al-Qur'an dosa dan kesalahan disebut dalam beberapa istilah , *al-khathiat* (perbuatan menyeleweng), *al-zanb* (perbuatan salah). Selain itu ditemukan juga istilah *as- sayyiat* (perbuatan jelek), *al-itsm* (perbuatan dosa dan durhaka), *al-fusuq* (perbuatan fasiq) dan *al-ishyan* (perbuatan maksiat). Banyaknya istilah tersebut menunjukkan beragamnya dosa dan kesalahan yang mungkin dapat dilakukan oleh manusia, baik dalam hubungan vertikal maupun horizontal.

Dosa bila ditinjau dari sifat dasarnya, maka dapat dibagi kepada empat macam, yaitu yang berhubungan dengan sifat *rububiyyah*, (sifat ketuhanan) *syaitaniyah* (sifat kesyetanan), *bahimiyyah* (kehewanan) dan *subuiyah* (kebuasan) Sedangkan bila dilihat dari sudut objek, dosa kepada Allah, dosa yang berhubungan dengan manusia dan lingkungan dan dosa terhadap dirisendiri. Adapun dosa bila dilihat dari segi bahaya dan mudharatnya, dibagi kepada dua macam yaitu dosa besar dan dosa kecil.

Menyangkut masalah dosa besar dan kecil para ulama berbeda pendapat. Ada yang mengatakan bahwa dosa besar adalah penyimpangan yang dilakukan oleh manusia yang berkaitan dengan agama, yang diancam dengan hukuman berat, baik dunia maupun akhirat, seperti : zina, membunuh, syirik dan durhaka kepada ibu bapak. Sedangkan dosa kecil adalah kesalahan ringan yang dilakukan tidak menyangkut persoalan pokok yang diatur dalam agama, seperti ucapan yang tidak baik, melihat wanita dengan syahwat dan lain-lain.

Menyangkut dosa besar, Abu Thalib al-Maliki? berpendapat ada 17 macam. Empat diantaranya terdapat dalam hati, yaitu syirik, maksiat, tidak merasa bergantung kepada Allah dan putus asa dari rahmat Allah. Empat macam terdapat dalam lidah yaitu : memberi saksi palsu, menuduh wanita beriman

berzina, bersumpah palsu, dan berkata bohong. Tiga macam terdapat di perut, yaitu : meminum minuman yang haram, memakan harta anak yatim dan memakan riba.

Selain itu dua macam dosa melalui kemaluan, yakni berzina dan homoseks. Dua macam dosa besar terdapat pada tangan yaitu melakukan pembunuhan dan pencurian. Satu dosa terdapat pada kaki yakni lari dalam peperangan dan yang terakhir dosa pada seluruh badan, yaitu durhaka kepada dua ibu bapak. Dalam kaitan ini, harus pula disadari bahwa dosa kecil apabila dilakukan secara terus menerus, maka keberadaannya dapat menjadi dosa besar. Untuk itulah kita perlu lebih waspada terhadap dosa dan kesalahan dalam kehidupan sehari-hari. []



KEMBALI KEPADA FITRAH

ZAKAT DAN KERELAAN BERBAGI

Setiap kali mengakhiri puasa Ramadhan dan menyambut Idul Fitri umat Islam diwajibkan membayar zakat fitrah. Kewajiban ini untuk pertama sekali diperintahkan pada tahun kedua hijrah. Dalil tentang kewajiban membayar zakat fitrah, disebutkan dalam Hadits Nabi, yang artinya: *'Rasulullah saw telah mewajibkan zakat fitrah untuk membersihkan orang yang berpuasa dari perkataan yang tidak bermanfaat dan kotor; serta untuk memberi makanan kepada orang-orang miskin'* (H.R. Abu Daud).

Waktu diwajibkan zakat fitrah menurut Imam Syafi'i, Ahmad dan Imam Malik adalah sejak terbenam matahari pada hari terakhir bulan Ramadhan. Karena zakat fitrah itu untuk mensucikan orang berpuasa, sedangkan puasa itu berakhir dengan sebab terbenamnya matahari dan karenanya wajib membayar zakat fitrah. Akan tetapi Imam Syafi'i dan Abu Hanifah berpendapat, zakat fitrah boleh dibayar sejak dari permulaan bulan Ramadhan. Menurut mereka sebab kewajiban zakat fitrah itu karena kedatangan bulan Ramadhan.

Adanya kebolehan atau sah membayar zakat fitrah lebih awal, satu sisi dapat memudahkan bagi badan amil zakat untuk mengelolanya. Mereka harus menginventaris dan menseleksi mustahak dan menyalurkannya secara tepat. Pekerjaan tersebut membutuhkan waktu yang relatif lama. Selain itu, jika para mustahak telah dapat menerima zakat fitrah pada malam

1 Syawal, hal ini adalah sangat tepat dan sesuai dengan tujuan zakat fitrah untuk memberi makan kepada fakir miskin. Dengan demikian, berbagai strata sosial masyarakat muslim dapat sama-sama bergembira dalam merayakan Idul Fitri sebagai hari kemenangan umat Islam.

Adapun waktu terakhir membayar zakat fitrah adalah sebelum salat Idul Fitri. Berdasarkan sabda Nabi, jika dibayar setelah salat Idul Fitri, hanya dianggap sedekah biasa. Jumurul ulama berpendapat, membayar zakat fitrah setelah salat hukumnya makruh. Hal ini karena zakat fitrah itu, untuk mencukupkan kebutuhan fakir miskin pada hari raya, sehingga mereka tidak meminta-minta.

Kewajiban Zakat Fitrah

Berdasarkan Hadits Nabi diketahui bahwa zakat fitrah tidak hanya diwajibkan kepada orang yang berpuasa, melainkan kepada semua umat Islam. Hal ini seperti disebutkan dalam hadits, yang artinya: *“Sesungguhnya Rasulullah saw. telah mewajibkan zakat fitrah pada bulan Ramadhan satu sha’ kurma atau gandum kepada setiap orang merdeka, hamba sahaya, laki-laki maupun perempuan dari kaum Muslimin”* (H.R. Bukhari dan Muslim).

Dalam Hadits riwayat Ahmad terdapat tambahan keterangan, bahwa zakat itu juga diwajibkan kepada anak-anak, orang dewasa, fakir atau kaya. Namun dalam pelaksanaannya, kewajiban itu dibebankan kepada orang yang menanggung nafkah. Suami berkewajiban membayar zakat fitrah untuk isteri dan anak-anaknya dan orang yang menjadi tanggungjawabnya. Dalam kaitan ini Imam Syafi’i berhujah dengan Hadits yang diriwayatkan oleh Muhammad Ibn Ali Al-Baqir, *“Bayarlah zakat fitrah dari semua orang yang menjadi tanggung jawab kamu”*.

Bahan Makanan dan Ukuran Zakat Fitrah

Berdasarkan Hadits yang telah dikutip terdahulu, dijelaskan bahwa zakat fitrah adalah berupa kurma dan gandum. Ketentuan itu sifatnya bukanlah mutlak, tapi dapat dikiaskan. Menurut Imam Syafi’i dan Maliki, zakat fitrah dikeluarkan dari makanan pokok pada masing-masing daerah atau negara. Bagi kita bangsa Indonesia karena makanan pokok beras, maka zakat fitrah dibayar dengan beras.

Dalam kaitan ini terdapat persoalan, apakah boleh dibayar dengan harga makanan pokok itu? Kalau mengikuti sunnah, seharusnya dibayar dengan makanan pokok (beras), bukan dengan harganya atau uang. Ibn Umar, Syafi’i dan Malik berpendapat, membayar dengan harganya adalah bertentangan dengan sunnah Rasulullah SAW. Akan tetapi ada ulama yang membolehkannya, antara lainnya adalah Imam Abu Hanifah. Beliau berpegang kepada adanya surat dari Umar bin Abdul aziz, yang memerintahkan Gubernur Basrah untuk memontong gaji pegawai setengah dirham untuk zakat fitrah mereka.

Adapun takaran atau jumlah zakat fitrah untuk setiap jiwa berdasarkan Hadits Nabi adalah satu sha’. Ukuran tersebut setelah dikonversikan ke dalam kilogram (kg) adalah antara 2,5 – 2,7 kg. Dianjurkan untuk menghilangkan keraguan (*ihtiyat*) dan meniadakan resiko tidak cukup, sebaiknya dibayar 2,7 kg. per jiwa.

Penerima Zakat Fitrah

Sering muncul pertanyaan, tentang siapakah yang berhak menerima zakat fitrah (mustahak). Apakah hanya fakir miskin ataukah asnafnya sama dengan zakat harta, yaitu delapan asnaf? Menurut Ibn Qayyim, hanya dibagi kepada fakir miskin

saja. Menurutnya Nabi tidak pernah memberikan zakat fitrah kepada asnaf yang delapan, seperti disebutkan dalam surah At-Taubah ayat 60, yaitu fakir, miskin, amil, muallaf, untuk memerdekakan budak, orang yang berutang, *fisabilillah* dan *ibn sabil*. *Asnaf* tersebut adalah untuk zakat harta, bukan asnaf zakat fitrah.

Akan tetapi pendapat yang masyhur dari mazhab Syafi'i, bahwa wajib membagikannya kepada asnaf yang delapan. Jika zakat fitrah itu dibagikan sendiri oleh muzakki, gugurlah bagian amil dan bagian *muallaf*. Karena khusus bagian *muallaf* merupakan urusan penguasa (pemerintah).

Sementara Menurut Yusuf Qardhawi, zakat fitrah diperioritaskan kepada fakir miskin, karena tujuan utama dari zakat ini untuk mencukupkan kebutuhan mereka. Akan tetapi menurutnya tidaklah menutup kemungkinan untuk diberikan kepada asnaf yang lain sesuai dengan kebutuhan.

Pemberdayaan Fakir Miskin

Sesungguhnya ibadah puasa Ramadhan sarat dengan pesan-pesan sosial. Pesan-pesan itu terlihat dari kewajiban atau anjuran memberikan makan atau membantu fakir miskin. Bagi orang yang tidak sanggup lagi berpuasa (*uzur*), maka wajib membayar *fidyah*, yaitu memberikan makan satu orang fakir miskin untuk setiap harinya. Selain itu, salah satu kafarat (denda) melakukan hubungan suami isteri pada siang hari di bulan Ramadhan adalah memberi makan 60 orang fakir miskin.

Kemudian Rasulullah SAW juga sangat menganjurkan kepada kaum muslimin untuk menyediakan makanan untuk orang berbuka puasa. Selain itu, Nabi mengingatkan kita

bahwa sedekah yang terbaik diberikan pada bulan Ramadhan. Sementara salah satu kewajiban kaum muslimin dalam mengakhiri puasa Ramadhan adalah membayar zakat fitrah, sebagaimana telah diuraikan di atas.

Kewajiban dan anjuran di atas, sesungguhnya dalam rangka pemberdayaan fakir miskin. Kemiskinan sebagai akibat dari rendahnya pendidikan, keterbelakangan dan tidak punya kemampuan dalam mengakses sumberdaya alam mempunyai berbagai dampak. Salah satu dampak itu adalah bahwa kemiskinan atau kefakiran dapat mengakibatkan kekuatan.

Karena itu, dalam rangka pemberdayaan fakir miskin diperlukan pemikiran dari tokoh-tokoh Islam. Kemudian dalam operasionalnya diharapkan peran ormas-ormas Islam, BAZIS dan LAZIS. Zakat, infak dan sedekah tidak hanya disalurkan dalam bentuk konsumtif, tapi harus dikelola secara produktif. Jika tidak, masyarakat miskin yang umumnya bekerja di sektor informal, seperti penarik becak, supir dan buruh kasar akan sulit melangkahkan kaki dan melepaskan diri dari multi kemiskinan.

Jika penduduk miskin tidak diberdayakan, maka akan meningkat patologi sosial, seperti pencurian, penodongan dan perampokan terhadap orang-orang yang berada (*aghniya*). Kondisi tersebut sudah sangat dirasakan dewasa ini. Karena itu, kita berharap melalui pengelolaan zakat fitrah dengan baik dan pemberdayaan fakir miskin serta pembinaan keagamaan kepada mereka diharapkan dapat menekan kasus-kasus patologi sosial sebagaimana disebut di atas.[]

FITRAH DAN LORONG-LORANG TAKWA

Nilai kemulian manusia di sisi Allah terletak pada derajat takwa (QS, al-Hujurat [49]:13). Orang yang bertakwa disebut *muttaqin*. Dalam Al-Qur'an tidak kurang dari 42 kali disebutkan bahwa Allah mencintai orang-orang yang bertakwa (*muttaqin*).

Puasa Ramadan yang kita laksanakan bertujuan untuk melahirkan insan-insan *muttaqin* (QS, al-Baqarah [2]:183). Konfigurasi insan *muttaqin* menurut Al-Qur'an adalah integrasi antara kesalehan individual dan kesalehan sosial. Karena itu, wacana ini menjadi penting untuk diperbincangkan dalam rangka mengukur dan mengevaluasi derajat ketakwaan kita masing-masing kita.

Iman sebagai landasan takwa

Gambaran dan ciri orang takwa sekurang-kurangnya dijelaskan pada tiga tempat dalam Al-Qur'an, yaitu surah al-Baqarah ayat 2-5 dan ayat 177 serta surah Ali Imran ayat 133-136. Beriman kepada yang gaib merupakan ciri pertama dari insan *muttaqin*, yaitu beriman kepada Allah, kepada malaikat, Kitab-Kitab (*shuhuf*), Nabi dan kepada hari berbangkit (kiamat) serta beriman kepada hal-hal yang gaib lainnya.

Keimanan merupakan persoalan pokok dalam beragama. Karena itu iman merupakan landasan atau fundamen dalam

membangun nilai-nilai takwa. Sesungguhnya orang beriman adalah orang menyediakan dirinya untuk diatur oleh Allah SWT. Karena itu tidak mungkin seseorang mampu meraih derajat takwa, tanpa memiliki kadar iman tertentu. Sebab takwa itu dirumuskan sebagai totalitas ketundukan dan kepatuhan kepada perintah dan larangan Allah, baik secara terang-terangan atau tersembunyi, ketika bersama orang lain atau saat sendirian. Kapan saja, di mana saja dan dengan siapa saja, nilai-nilai takwa merupakan pakaian dan kepribadian seorang muslim yang *muttaqin*.

Kesalehan Individual

Nilai-nilai takwa memiliki dua dimensi, yaitu yang bersifat vertikal dan horizontal. Kesalehan dalam melaksanakan ritual keagamaan merupakan hal penting sebagai medium untuk mendekatkan diri (*taqarrub*) kepada Allah. Karena memang tujuan penciptaan manusia adalah untuk mengabdikan diri kepada sang Khalik (QS, adz-Dzariyat [51]:56). Ibadah ritual antara lain adalah salat, puasa, zikir, dan do'a. Dalam surah Al-Baqarah ayat 3 dan ayat 177 disebut bahwa ciri orang bertakwa adalah mendirikan salat.

Salat yang didirikan oleh orang *taqwa* adalah dengan niat yang ikhlas (QS, al-Baiyyinah [98]:5), dan khusyuk (QS, al-Mukminun [23]:2). Salat tersebut, tidak hanya sebatas gugur kewajiban, akan tetapi dapat mencegah dirinya dari perbuatan keji dan mungkar (QS, al-Ankabut [29]:45). Salat tapi masih korupsi menunjukkan salat belum sempurna. Insan *muttaqin* tidak hanya mendirikan ibadah wajib, sehari semalam lima waktu, tapi juga disiplin melaksanakan salat-salat sunat, seperti sunat rawatib dan salat tahajut. Mereka tidak menggunakan

waktu malam hanya untuk istirahat atau tidur, melain untuk beribadah dan munajat kepada sang Pencipta. Allah telah berjanji untuk mengangkat kedudukan, posisi orang yang gemar salat tahajud pada tempat yang terpuji (QS, al-Isra' [17] :79).

Selain itu, puasa yang dapat mengantarkan orang kepada derajat takwa, adalah puasa yang dilakukan dengan landasan iman dan keikhlasan. Tidak hanya menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa, tapi juga dari yang membatalkan nilai pahala puasa. Hal tersebut antara lain, tidak mengucapkan kata-kata yang tidak layak (kotor), tidak menceritakan aib orang lain, tidak bersumpah palsu, dan tidak melihat lawan jenisnya dengan pandangan syahwat (nafsu birahi). Mereka mampu mempuasakan hati mereka dari niat yang tidak baik. Kemudian hati mereka terpelihara dari berbagai penyakit hati, seperti dengki (hasad), khianat, ria, takabur, sombong (kibr) dan rasa kagum kepada diri sendiri ('ujub). Puasa tersebut juga mampu mengendalikan diri mereka dari berbagai perilaku menyimpang.

Kesalehan Sosial

Pola hidup muslim adalah dalam keseimbangan. Keseimbangan antara hubungan baik dengan Allah dan hubungan baik sesama manusia dan alam. Dalam surah Ali Imran ayat 112, terdapat penegasan Allah bahwa manusia selalu berada dalam kehinaan, kecuali mereka yang mampu menjalin hubungan baik dengan Allah melalui ibadah dan menjalin hubungan baik dengan sesama manusia.

Manifestasi dari nilai ketakwaan seorang muslim juga terlihat pada sejauh mana ia mampu melaksanakan pesan sosial dari ibadah puasa. Pesan sosial atau kesalehan sosial

sebagai ciri orang takwa digambarkan pada tiga tempat dalam Al-Qur'an seperti disebut pada awal tulisan ini. Ciri tersebut adalah menafkahkan sebahagian rezeki yang Allah berikan kepada mereka (QS, al-Baqarah [2]:3). Sedangkan pada ayat yang lain, membayar zakat disebutkan sebagai ciri muttaqin. Dalam kenyataan bahwa hanya sebahagian kecil dari kaum muslimin yang sampai nisab hartanya untuk dizakati, yaitu hanya para aghniya (hartawan). Jadi bagi si miskin juga dapat meraih derajat takwa melalui kesalehan sosial, yaitu berinfak. Karena berinfak sesungguhnya mampu dilakukan oleh siapa saja sesuai dengan tingkat kemampuan masing-masing.

Dalam surah Ali Imran ayat 134, disebutkan bahwa kepedulian sosial insan muttaqin baik di saat lapang maupun sempit rezekinya. Ini artinya kesalehan sosial dilakukan secara berkelanjutan. Lebih jauh mengandung pengertian bahwa insan muttaqin selalu bersyukur atas nikmat Allah, setiap saat dengan tidak melihat banyak atau sedikit yang peroleh.

Kemudian dalam surah Al-Baqarah ayat 177, ditegaskan bahwa harta yang diberikannya adalah harta yang dicintainya atau yang terbaik. Bukan memberikan pakaian bekas atau memberikan makanan kepada orang lain karena tidak habis dimakan oleh anggota keluarga. Daripada basi atau terbuang, maka diantarkannya makanan itu ke Masjid atau Mushalla untuk yang bertadarus Al-Qur'an. Ini bukan sifat orang yang muttaqin. Akan tetapi ada perencanaan tentang kepedulian sosialnya dari sebahagian rezeki yang Allah berikan kepadanya.

Kepribadian Orang Takwa

Sifat terpuji dari orang takwa digambarkan dalam surah Ali Imran ayat 134, yaitu mampu menahan marah (emosi)

atu mengendalikan diri. Mereka juga mudah mema'afkan kesalahan orang lain. Hal ini bermakna bahwa mereka tidak memiliki sifat dendam. Menempati janji dan sabar juga disebutkan sebagai sifat yang terpuji yang menghiasi kepribadian orang takwa.

Selain itu, jika mereka terlanjur berbuat salah, maka segera memohon ampun kepada Allah atau bertaubat. Karena itu mereka bukanlah orang yang tidak pernah berbuat salah. Kesalahan yang mereka lakukan adalah bukan sengaja, melainkan karena kekeliruan. Karena takwa merupakan titel tertinggi dan termasuk orang yang mulia, maka mereka mendapat hal-hal yang istimewa dari Allah. Dalam berbagai ayat disebutkan, bahwa mereka mendapat petunjuk dan rahmat serta kasih sayang dari Allah. Kepada mereka juga akan diberikan rezeki dari arah (jalur) yang tidak disangka-sangka dan Allah akan memberikan jalan keluar dari kesulitan yang dihadapinya (QS. ath-Thalaq [65]:2-4).

Berdasarkan konfigurasi insan muttaqin seperti di atas kita perlu segera mengevaluasi diri untuk mengetahui, sudah tumbuhkah bibit-bibit takwa dalam diri kita, atau puasa yang kita lakukan hanya merupakan ibadah rutinitas tahunan yang tidak memberikan pengaruh positif secara berarti. []

IDUL FITRI ANTARA KEMENANGAN DAN TANTANGAN

Idul Fitri artinya kembali kepada fitrah. Sebab manusia tatkala terlahir ke alam dunia berada dalam keadaan fitrah dan bahkan potensi fitrah itu telah dimilikinya sejak di alam ruh (Q.S. al-A'raf [7]:172). Lebih dari itu manusia memang diciptakan berdasarkan fitrah Allah (Q.S. ar-Rum [30]:30). Ucapan "Selamat Idul Fitri" adalah ucapan kemenangan bagi orang yang berpuasa karena telah diampuni dosanya, sehingga ia menjadi fitrah (suci) laksana bayi yang baru lahir dari kandungan ibunya.

Fitrah paling tidak mempunyai tiga makna yaitu, beragama tauhid, bersih dari kesalahan dan dosa serta kecenderungan kepada kebaikan dan kebenaran. Akan tetapi nilai kefitrahan itu dalam perjalanan hidup manusia, tidak selalu dapat dipertahankan.

Kefitrahan manusia sering ternoda, tercemar (terkontaminasi) dengan berbagai penyimpangan yang dilakukan akibat dari berbagai pengaruh, termasuk pengaruh lingkungan (*bi'ah*). Ternodanya nilai kefitrahan, sekurang-kurangnya disebabkan oleh tiga faktor. *Pertama*, kerena kebodohan manusia dari nilai-nilai kebenaran (*al-haq*) yang bersumber dari Al-Qur'an (Q.S al-Baqarah [2]:91). *Kedua*, terpengaruh dengan bujuk rayu syetan (Q.S. al-Baqarah [2]:208). *Ketiga*, akibat memperturutkan hawa nafsu (Q.S. Yusuf [12]:53).

Idul Fitri Puncak Kemenangan

Setiap orang ingin memperoleh kemenangan, kesuksesan dan kebahagian. Puasa Ramadhan sesungguhnya merupakan medium dan momentum, serta peluang untuk meraih hal itu. Sedang Idul fitri (1 Syawal) merupakan puncak kemenangan bagi orang beriman. Kemenangan itu tidak dilarang untuk dirayakan dengan pakaian (baju) baru, perabot baru, dan diiringi dengan penyediaan makanan dan minuman yang enak dan lezat. Akan tetapi jika 1 Syawal tidak ada kemenangan yang ia peroleh, maka tidak ada kemenangan yang pantas dirayakan. Sungguhpun demikian merayakan Idul Fitri dengan kesederhanaan, dan itu merupakan indikasi seseorang telah mampu mengendalikan dirinya dengan berpuasa di bulan Ramadhan. Pengendalian diri merupakan salah satu tujuan penting dari ibadah puasa.

Nafsu memang cenderung mendorong manusia untuk melakukan penyimpangan (patologi). Namun melalui latihan selama sebulan penuh, kini nafsu telah terpimpin dan berada di bawah kendali iman.

Menurut Rasulullah SAW manusia dalam hidupnya bergulat dengan nafsunya. Kehebatan seseorang diukur dari kemampuan dalam mengalahkan nafsu. Beliau juga, mengingatkan kita, bahwa perang yang terbesar adalah memerangi hawa nafsu (*jihad an-nafs*). Oleh sebab itu, kita akan termasuk orang yang mendapat kemenangan (*muflih*), jika selama Ramadhan nafsu kita terpimpin ke arah yang benar. Sebab berbagai kerusakan yang terjadi pada saat ini, akibat dari memperturutkan hawa nafsu. Nafsu telah dipertuhankan dan manusia menjadi budak dari nafsunya.

Selain itu, selama bulan Ramadhan kita melakukan berbagai kebaikan seperti melaksanakan salat sunat (tarawih, witir,

dan tahajut) membaca Al-Qur'an, i'tikaf dan istighfar. Kebaikan-kebaikan yang dilakukan oleh orang beriman, dengan tujuan mencari ridha Allah, maka akan dapat menghapuskan berbagai dosa dan kesalahan. Mereka yang diampuni dari kesalahan dan dosa oleh Allah merupakan suatu kemenangan, karena manusia menjadi fitrah kembali. Sebab dosalah yang membuat manusia jauh dari Allah dan dosa juga yang menyebabkan manusia harus masuk ke dalam neraka.

Pada sisi lain, Idul Fitri disebut sebagai hari kemenangan, karena momentum Ramadhan, telah kita manfaatkan untuk melakukan ibadah yang bersifat horizontal dan berdimensi sosial. Ramadhan memang penuh dengan pesan-pesan moral dan pesan sosial.

Bonus-bonus yang dijanjikan oleh Rasulullah – karena beribadah - telah berada dalam rapor Ramadhan kita tahun ini. Rapor inilah kelak di akhirat yang akan kita baca masing-masing di hadapan Allah SWT. Apakah kita masuk surga atau neraka kelak tergantung rapor kita.

Tantangan Pasca Ramadhan

Kemenangan yang kita raih, dengan beribadah pada bulan Ramadhan kadang-kadang sulit kita pertahankan pasca Ramadhan. Nilai-nilai taqwa, dalam bentuk kesalehan individual (ritual) dan kesalehan sosial, sering melemah dan luntur pada bulan-bulan berikutnya. Hal ini disebabkan, suasana dan manajemen Ramadhan tidak diteruskan di luar Ramadhan. Jika Ramadhan dipandang sebagai bulan pendidikan, maka sesungguhnya keberhasilan dari pendidikan Ramadhan harus terlihat pada pasca Ramadhan atau sebelas bulan berikutnya.

Paling tidak ada tiga nilai pendidikan Ramadan yang dominan mempengaruhi kehidupan seorang muslim. Pertama selama Ramadan telah tertanam dan terlatih kegairahan beribadah (salat). Kedua, kegairahan membaca dan mendalami isi Al-Qur'an. Ketiga, kegairahan berinfak dan bersedekah dan mengeluarkan zakat (fitrah). Kini timbul pertanyaan, mampukah kita lestarikan tiga kegairahan itu? Ini menjadi tantangan buat kita semua.

Seharusnya tiga kegairahan itu, dapat kita teruskan pasca Ramadan dan Idul Fitri. Sebab keberhasilan selama mengikuti pendidikan Ramadan, harus terlihat, konsistensi dan teraplikasi dengan baik di luar Ramadan. Jika selama Ramadan, gemar melakukan salat berjama'ah, maka kebiasaan ini harus dilanjut pada bulan Syawal dan bulan-bulan berikutnya. Selama Ramadan kita gemar membaca dan menelaah kandungan Al-Qur'an, maka pasca Idul Fitri harus mampu memprogram dan melaksanakannya kembali. Jika selama Ramadan, ringan tangan dalam menyisihkan sebahagian rezeki kita dalam bentuk infak, sedekah dan zakat, maka di luar Ramadan harus mampu meneruskannya. Itulah tantangan yang harus kita hadapi.

Sebenarnya, tantangan pasca Ramadan tidak hanya hal di atas. Mungkin saja ada 1001 tantangan, namun kita secara arif dituntut untuk mengatasi berbagai tantangan itu. Salah satu hal penting adalah tantangan dalam pembinaan keuarga dan mewujudkan kehidupan yang Islami dalam keluarga kita. Suasana Ramadan telah menciptakan kehidupan yang lebih Islami dalam rumah tangga setiap muslim. Suasana itu, seperti hubungan yang lebih akrab antara anggota rumah tangga, suami dengan isteri dan orang tua dengan anak-anak mereka. Dalam suasana keakraban itu, telah terjadi pula komunikasi dua arah (*two way communication*) dan demokratis. Komunikasi yang efektif antara anggota keluarga, dengan muatan-muatan

kasih sayang sangat penting. Inilah sebenarnya landasan dalam membangun rumah tangga sakinah -tenang dan harmonis serta penuh kasih sayang. Di sini timbul pertanyaan, mampukah kita ciptakan kembali suasana keakraban, komunikasi yang simpatik dan hubungan yang penuh kasih sayang dalam keluarga pasca Ramadan? Itu juga merupakan suatu tantangan bagi kita.

Akhirnya kita berharap, ibadah puasa Ramadan pada tahun ini dapat membentuk pribadi kita yang muttaqin (taqwa). Ketakwaan yang tercermin dari dua kesalehan, yaitu kesalehan individual dan kesalehan sosial. Selain itu, nilai-nilai kemenangan yang telah kita raih, mampu kita pertahankan. Berbagai tantangan yang kita temui, kiranya mampu kita mengatasinya. []

MANAJEMEN PASCA IDUL FITRI

Bulan suci Ramadan laksana tamu agung yang kehadirannya disambut dengan gembira, karena ia membawa berbagai kelebihan dan kenangan indah buat insan yang beriman. Namun kini ia telah pergi. Kepergiannya meninggalkan kesan yang mendalam dan terukir di hati orang beriman di negeri ini. Kenangan inilah yang menjadi renungan tatkala Idul Fitri tiba bagi orang bertakwa dengan melaksanakan ibadah puasa. Akan tetapi, tiada jaminan yang pasti untuk tahun mendatang bertemu lagi dengan bulan Ramadan yang suci ini.

Tatkala matahari terbenam di ufuk barat pada hari terakhir Ramadan, maka berakhir pulalah kewajiban melaksanakan ibadah puasa. Maka tibalah satu Syawal yaitu hari raya Idul Fitri, yang merupakan hari kemenangan bagi orang yang beriman setelah sebulan penuh melaksanakan ibadah Ramadan. Kemenangan setelah melawan hawa nafsu, kemenangan dalam menghidupkan malam-malam Ramadan dengan amal perbuatan yang mendapat ridha dari Tuhan. Seperti shalat tarawih, witr, membaca Al-Qur'an, begitu juga i'tikaf dan sedekah.

Kehadiran bulan Ramadan sekurang-kurangnya telah mampu menanamkan tiga sifat positif bagi orang yang melaksanakan ibadah puasa. Pertama kegairahan dalam beribadah, bahwa sudah menjadi kenyataan masjid-masjid, mushalla, dan langgar penuh sesak/mendapat kunjungan. Walaupun kondisi ini hanya berlangsung untuk beberapa hari, namun

pantas kita gembira dan bangga karena kegairahan umat Islam dalam menjalankan perintah agama. Akan tetapi ketika bulan Ramadan berlalu, apakah kita mampu untuk melestarikan kegairahan itu, baik ibadah sunat maupun ibadah fardhu seperti shalat berjamaah yang lima waktu.

Sifat positif yang kedua, yaitu kegairahan berinfak pada bulan Ramadan yang suci. Kegairahan ini karena umat Islam menyadari tentang keutamaan bersedekah dan berbuat amal pada bulan ini, hal ini juga karena pengaruh dan sugesti yang disampaikan oleh muballigh dan para da'i. Tabungan masjid menunjukkan frekuensi tinggi. Hal ini karena motivasi dan minat bersedekah bagi umat Islam yang menyadari bahwa harta itu titipan dari Ilahi, dan juga sebagai lambang rasa syukur atas semua nikmat yang Allah beri. Demikian juga halnya sedekah yang diberikan, dalam bentuk minuman dan makanan, untuk keperluan orang berbuka puasa pada bulan Ramadan. Baik yang diantarkan ke masjid-masjid, musalla dan langgar, maupun yang diantar kepada tetangga sebagai bukti umat Islam bersaudara. Semua karena pengaruh ibadah puasa, sehingga lahir sifat kasih sayang dan iba, kepada orang yang tak punya. Namun sekarang kita ketika bulan Syawal tiba, apakah sifat mulia ini dapat kita bina untuk menjembatani antara si miskin dengan si kaya.

Sedangkan sikap positif yang ketiga, telah membudayakan pada bulan puasa yaitu membaca Al-Qur'an, baik di masjid, mushalla, di langgar dan di rumah tangga. Dari menara masjid melalui pengeras suara kedengaran bacaan Al-Qur'an terutama di kalangan remaja, baik putri maupun putra. Demikian juga halnya dengan orang tua, masing-masing membaca, mempelajari, membahas di rumah tangga. Kondisi ini patut kita merasa

gembira dan bangga sebagai umat yang beragama. Namun sekarang yang menjadi kendala dan tanda tanya, apakah ketiga sikap positif di atas terus kita bina sebagai bukti sifat takwa yang bersemi melalui ibadah puasa.

Kehadiran Syawal disambut dengan rasa gembira oleh setiap orang yang beriman terutama yang sukses dalam melaksanakan ibadah puasa. Kegembiraan tersebut direalisasikan dengan mengumandangkan takbir, tahmid dan tahlil sebagai tanda keberhasilan dan rasa syukur kepada Allah karena dapat melaksanakan ibadah puasa dengan sempurna. Kemudian rasa gembira juga tumbuh karena telah diampuni dosa-dosa, sehingga memasuki satu Syawal seorang mukmin laksana seorang bayi yang baru lahir dari kandungan bundanya. Hal ini sesuai dengan hadits Rasulullah SAW: *Barang siapa yang berpuasa pada bulan Ramadan karena iman dan mengharap ridha Allah, diampuni baginya dosa-dosa yang telah lalu.* (HR. Muslim).

Dosa manusia dalam jalur vertikal yaitu kepada Allah SWT dapat terhapus dengan melaksanakan ibadah puasa Ramadan, namun dosa sesama manusia masih tetap ada sebelum yang bersangkutan saling maaf memaafkannya. Maka dalam kaitan inilah, Islam mensyari'atkan pada hari raya agar saling kunjung-mengunjungi, ziarah-menziarahi untuk saling maaf-memaafkan atas segala dosa yang pernah terjadi dalam pergaulan sehari-hari.

Dalam hal ini sudah menjadi keharusan dan kewajiban yang pertama sekali dikunjungi adalah orang tua kita masing-masing, kemudian menyusul untuk mengunjungi, famili, sanak saudara, sahabat serta kaum muslim lainnya.

Memang meminta maaf segala kesalahan dapat saja dilakukan di luar bulan Syawal, akan tetapi dapat dipastikan kemantapan dan kesyahduan tidak sama jika dibandingkan pada bulan Syawal pada saat hari raya Idul Fitri. Hal ini disebabkan pengaruh kesucian jiwa, sehingga baik yang meminta maaf maupun yang memberi maaf benar-benar merupakan kesadaran yang tumbuh dari relung-relung hati yang paling dalam.

Telah menjadi kebiasaan dan tradisi di kalangan umat Islam kesempatan hari raya dimanfaatkan untuk melaksanakan acara halal bi halal, baik secara pribadi, antar keluarga dan antar kelompok yang ada dalam masyarakat. Kegiatan tersebut ada yang diawali dengan ceramah dan santapan rohani, untuk lebih memantapkan acara halal bi halal, kemudian diakhiri dengan saling maaf-memaafkan seraya berjabat tangan. Uluran tangan untuk maaf memaafkan merupakan bukti ketulusan hati kedua insan yang beriman, dan Allah SWT akan mengampuni dosa mereka sebelum mereka berpisah. Hal ini sebagaimana hadits Rasulullah SAW: *Dua orang muslim yang bertemu satu sama lain, kemudian saling berjabat tangan antara keduanya, kedua orang itu akan diampuni oleh Allah sebelum mereka berpisah satu sama lain.* (HR. Abu Daud, Turmuzi, dan Ibnu Majah).

Puasa pada hakekatnya menuntut lebih jauh lagi dari sekedar menahan diri dari haus dan lapar. Di samping menahan diri dari dua hal di atas, maka dituntut lagi untuk menjaga dan memelihara puasa dari hal-hal yang membatalkan puasa dan membatalkan pahala puasa. Kaki, tangan, telinga, hidung dan terutama lidah, juga harus dipelihara dengan baik. Lebih jauh dari itu, fikiran dan hati juga harus diajak untuk berpuasa. Seorang muslim harus berfikir kreatif dan positif. Jauhkan buruk sangka dan praduga serta berfikir negatif (*negative thinking*).

Hati yang juga harus bebas dari sifat dengki, iri hati dan sifat-sifat tercela lainnya.

Untuk ibadah pada malam hari, Ramadan datang dengan membawa suatu paket kegiatan yang sarat dengan ibadah-ibadah yang bermanfaat. Manfaat yang akan dirasakan tidak hanya bagi yang melaksanakannya. Tetapi dampak positif dan manfaat akan membias dalam kehidupan sosial. Salat terawih (*qiyam al lail*), witir, membaca Al-Qur'an dan menjamu atau memberikan makan bagi orang yang berbuka plus bersedekah merupakan bagian dari paket itu. Dapatkah kita mengerjakan paket itu dengan baik dari awal Ramadan hingga akhir? Yang penting adalah tekat untuk itu, kemudian perlu usaha yang sungguh-sungguh. Tentu kita semua telah bertekat untuk mengoptimalkan dan meningkatkan kualitas puasa Ramadan dan kuantitas amal kebaikan. Tekat itu perlu ditumbuhkembangkan, karena tahun depan tidak ada jaminan dan kepastian apakah kita masih bisa bertemu dengan bulan yang berkah ini.[]

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an al-Karim

Altalib, Hisyam. 1994. *Panduan Latihan Bagi Gerakan Islam*, Jakarta : Dewan Dakwah.

Al-Qarni, 'Aidh. 2004. *La Tahzan*, Jakarta: Qishti Press.

_____, 2013. *La Taghhab*, Jakarta: Al-Qalam.

Agustian, Ary Ginanjar. 2003. *ESQ Power*, Jakarta: Arga.

Amin, Samsul Munir dan Haryanto Al-Fandi. 2007. *Stres: Terapi Stres Ala Islam*, Jakarta: Amzah.

Asifuddi, Ahmad Janan. 2004. *Etos Kerja Islami*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.

Aswadi. 2012. *Konsep Syifa' dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Kementerian Agama RI.

Bin Hajjâj, Muslim. 1993. *Shâhîh al-Muslîm*, Beirut: Dâr al-Fikr.

Bucaille, Maurice. 1978. *Bibel, Qur'an dan Sains Modern*. Jakarta: Bulan Bintang.

Daradjat, Zakiah. 1983. *Kesehatan Mental*. Jakarta : Gunung Agung.

Hamka. 1990. *Tafsir al-Azhar*, Singapura: Pustaka Nasional.

Hassan, Abdul Qadir, 1991. *Qamus Al-Qur'an*, Bangil: Yayasan Al-Muslimun.

Hidayat, Komaruddin, 2012. *Agama Punya Seribu Nyawa*, Jakarta: Noura Books.

- _____, 2015. *Psikologi Kebahagian*, Jakarta: Noura Books.
- Hussain, Safiya. 2015. *Happiness Every Day*, Jakarta: Zaman.
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an. 2014. *Tafsir Al-Qur'an Tematik*, Jakarta: Kamil Pustaka.
- Lopa, baharuddin. 1996. *Al-Qur'an dan Hak-Hak Asasi Manusia*, Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa.
- Muhammad, Mahathir. 2003. *Islam dan Umat Islam*, Kuala Lumpur: Institut Terjemahan Negara Berhad.
- Mahpur, Muhammad dan Zainal Habib. 2006. *Psikologi Emansipatoris*, Malang: UIN Malang Press.
- M. Manullang. 1981. *Dasar-dasar Management*, Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Najati, M. 'Utsman. 1985. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka.
- Pradiansyah, Arvan. 2009. *The 7 Laws of Happiness*, Bandung: Kaifa.
- _____, 2010. *You Are Not Alone*, Jakarta: Elex Media Komputindo.
- _____, 2010. *You Are A Leader!*, Bandung: Kaifa.
- _____, 2011. *Cherish Every Moment*, Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Rakhmat, Jalaluddin. 1991. *Islam Aktual*. Bandung : Mizan.
- Rakhmat, Jalaluddin. 1995. *Renungan-Renungan Sufistik*. Bandung: Mizan.
- Rakhmat, Jalaluddin. 1999. *Reformasi Sufistik*. Bandung: Pustaka Hidayah.

- Rakhmat, Jalaluddin. 2001. *Meraih Cinta Ilahi: Pencerahan Sufistik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ridha, Muhammad Rasyid, tt, *Tafsir al-Qur'an al-Hakim al-Syahir bi al-Tafsir al-Mânar*, Al-Qâhirah: Dâr al-Fikr.
- Syahatah, Husein Husein. 2003. *Membersihkan Jiwa dengan Muhasabah*, Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Shihab, M. Quraish. 1992. *Membumikan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- Shihab, M. Quraish. 1996. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung : Mizan.
- Shihab, M. Quraish. 2007. *Tafsir Al-Mishbah*, Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. 2008. *Kehidupan Setelah Kematian: Syurga yang Dijanjikan al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. 2008. *Kehidupan Setelah Kematian: Syurga yang Dijanjikan al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. 2012. *Menjawab 1001 Soal Keislaman Yang Patut Anda Ketahui*, Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish, 2013. *Lentera Al-Qur'an*, Bandung: Mizan.
- Sudrajat, A. Suryana. 2000. *Tasauf & Politik: Menerjemahkan Religiusitas dalam Kehidupan Sehari-hari*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sya'râwî, Muhammad Mutawalli. 1991. *Tafsir al-Sya'râwî*, Al-Qâhirah: Akhbâr al-Yaum.

TENTANG PENULIS



Abdullah lahir 31 Desember 1962 di Desa Bada Barat, Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireun. Anak ketiga dari lima bersaudara, pasangan dari H. Muhammad Jamil dan Hj. Saidah Banta. Jenjang pendidikan yang dilalui SD di Bugak (1975), SMP Negeri di Matang Glumpang Dua (1980) dan SMA Negeri 1 Bireun (1983), serta *nyantri* di Pondok Pesantren *Nurul Muta'allimîn* Meunasah Krueng Peusangan, Kabupaten Bireun (1980-1983).

Sarjana strata satu (S1) dari Fakultas Dakwah IAIN Sumatera Utara, jurusan Penerangan dan Penyiaran Agama Islam (1987). Magister (S2) dari Universitas Sumatera Utara (USU), Program Studi Perencanaan Pembangunan Wilayah dan Pedesaan (1999). Doktor (S3) program studi Tamadun Islam dan Tamaddun Asia (TTIAS) - konsentrasi dakwah - pada Universiti Sains Malaysia (2011).

Di samping aktif menulis di jurnal ilmiah, juga sering menulis di surat kabar. Dakwah tiga serangkai – *bi al-lisan*, *bi al-kitabah* dan *bi al-hal* – sangat ditekuninya. Mulai tahun 1989 menjadi dosen Ilmu Dakwah pada Fakultas Dakwah IAINSU dan dosen Pascasarjana UINSU juga mengajar pada beberapa Perguruan Tinggi Swasta di Medan dan Program Pascasarjana STAIN Malikussaleh Lhokseumawe. Menjadi tenaga peneliti pada Pusat Penelitian IAIN Sumatera Utara tahun 2000-2006.

Adapun pengalaman dalam jabatan struktural antara lain Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Tjut Nyak Dhien Medan 2006-2007. Rektor Universitas Tjut Nyak Dhien Medan 2007-2011. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sumatera Utara periode 2011-2015 dan sedang melanjutkan periode kedua sejak tahun 2015.

Karya ilmiah dalam bentuk buku antara lain: *Wawasan Dakwah* (2001), *Dakwah Kultural dan Struktural* (2013), *Ilmu Dakwah* (2015), *The Power of Muhasabah* (2016). Dua buah buku lainnya yang sedang dipersiapkan adalah *Dakwah Islam di Asia Tenggara*, dan *Pemikir dan Perjuang Dakwah Nusantara*.

Menikah dengan Rita Zahara Lubis, MA tahun 1991 dan memiliki tiga orang anak, Fauziah Nur Ariza, M.Th (1992), Fauzan Akmal Ariza, A.Md (1994) dan Nabila Putri Ariza (2005). Bersilaturrahmi dengan penulis via Hp. 08126054412, email: abdullah_ariza@yahoo.com, blog: <https://abdullahjamil.wordpress.com>.

THE POWER OF MUHASABAH

MANAJEMEN HIDUP BAHAGIA
DUNIA AKHIRAT

Muhasabah merupakan salah satu konsep penting yang diajarkan Islam. Konsep tersebut memiliki fungsi strategis. Jika konsep ini diaplikasi atau dipraktekkan maka umat Islam akan mengalami kemajuan dan kejayaan serta kebahagiaan di dunia dan akhirat. Kebahagiaan di akhirat jika seseorang masuk surga. Inilah sebenarnya visi hidup seorang muslim.

Istilah muhasabah secara tidak langsung ditemukan dalam Al-Qur'an dan Hadis. Muhasabah berasal dari kata hasaba, yuhasibu, muhasabah. Muhasabah memiliki banyak arti yaitu menghitung, mengevaluasi, mengoreksi dan juga bermakna introspeksi. Dalam Ilmu Akutansi memiliki kedekatan makna dengan mengaudit. Dalam konteks ini, ada ungkapan yang dinisbahkan kepada Umar bin Khatab, yaitu : "Hasibu anfusakum qabla antubasabu" Adakanlah perhitungan kepada dirimu sebelum kamu diperhitungkan kelak.



Prof. Dr. H. Abdullah, M.Si lahir 31 Desember 1962 di Desa Bada Barat, Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireun. Anak ketiga dari lima bersaudara, pasangan dari H. Muhammad Jamil dan Hj. Saidah Banta. Setelah menyelesaikan Sarjana strata satu (S1) dari Fakultas Dakwah IAIN Sumatera Utara, jurusan Penerangan dan Penyiaran Agama Islam (1987), melanjutkan S2 pada Program Studi Perencanaan Pembangunan Wilayah dan Pedesaan Universitas Sumatera Utara (1999). Sementara program Doktor (S3) diselesaikan pada program studi Tamadun Islam dan Tamaddun Asia (TITAS), konsentrasi dakwah di Universiti Sains Malaysia (2011). Diangkat sebagai Guru Besar dalam mata kuliah Ilmu Dakwah tahun 2014.

Perdana
Publishing

PENERBIT BUKU UMUM & PERGURUAN TINGGI
Jl. Soero No. 16A Medan 20224. Tel. 061-77151020
Fax 071-7347756 Email. perdanapublishing@gmail.com

ISBN 978-602-6970-87-9

