

# BULETIN TAQWA



# Universitas Medan Area

Periode Maret 2019

## Daftar Judul

1. Jenis-Jenis Nafsu dan Pengelolaannya dalam Al-quran oleh Prof. Dr. H.A Ya'qub Matondang, MA
2. Melakukan Pengendalian Diri dan Kaitannya Dengan Pembangunan Kewibawaan Kita sebagai Manusia oleh Prof. Dr. H.A Rafiqi Tantawi, MS
3. Kisah-Kisah Kehancuran Para Penghumber Hawa Nafsu oleh Dr. Hasrat Efendi Samosir, MA
4. Urgensi Akhlaq Pengendalian Diri Untuk Meraih Kesuksesan oleh Dr. Azhari Akmal Tarigan, MA
5. Kiat Pengendalian Diri Dalam Menghadang Pengaruh Negatif Medsos oleh Dr. Hasrat Efendi, MA
6. Manfaat Muhasabah Mencegah Amarah dan Dosa oleh Dr. M. Rozali, MA
7. Pengendalian Diri Terhadap Hawa Nafsu Menjadikan Fitrah Semakin Bermutu oleh Dr. Arifin, LC, MA
8. Ketaatan dan Pengendalian Diri oleh Dr. Hasrat Efendi Samosir
9. Pengendalian Diri Dalam membentengi Godaan Setan oleh Dr. Rubino MA
10. Pengendalian Diri dan Hubungannya dengan Pembentukan Karakter oleh Prof. A Rafiqi
11. Tipe Pemimpin dalam Islam oleh Prof. Dr. Lahmuddin Lubis
12. Kekuatan Iman Meredam Kecemasan oleh Prof. Hasyimsyah
13. Hubungan Shalat dan Pengendalian Diri Dalam Mencegah Kejahatan Sosial oleh Dr. Zainun, MA
14. Kekuatan Zikrullah Melawan Kekuatan Setan oleh Dr. Zainun

## *Jenis-jenis nafsu dan pengelolaannya dalam Al-Qur'an.*

*Prof. Dr. H.A. Ya'qub Matondang, MA.*

*6 Maret 2019*

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Perlu kita samakan persepsi lebih dulu bahwa *An-Nafs* itu berbeda dengan *Al-Jasad*. Kalau *Al-Jasad* itu tubuh kasar kita, fisik kita. sedangkan yang dimaksud dengan *An-Nafs* di sini adalah diri yang bahagian dalam, *inner* dari *Al-Insan* itu. Jadi ada manusia dari bentuk fisiknya, tapi ada manusia dari bahagian dalamnya. Al-Qur'an membicarakan *An-Nafs* ini dalam berbagai ayat. Kalau dihimpun keseluruhannya diadakan pembahagian atau taksonominya itu ada tiga bentuk *An-Nafs*.

Yang pertama, *An-Nafsul Muthmainnah*. Ini adalah diri, bagian dalam manusia itu yang tenang. Ketenangannya itu karena mendapat ridho Allah Swt. Sehingga apapun yang dilakukannya di dalam kehidupan ini adalah sejalan dengan prinsip-prinsip yang ada di dalam *Diinul Islam*. Baik itu terkait dengan masalah *aqidah*, demikian juga ibadah, *muamalah*, dan *akhlaq*. Ini semua mengacu pada tuntunan Al-Qur'an dan *As-Sunnah*, sehingga ia memiliki kehidupan yang nyaman, baik dalam kehidupan duniawi, demikian juga ukhrawi. Ia berbuat secara benar, bertindak jujur, ia melakukan amanah, ia melakukan semua *Akhlaqul Kariimah*. Kehidupannya tidak was-was, ia yakin betul tentang apa yang terjadi di muka bumi ini adalah atas kehendak dari Allah Swt.

Di dalam Al-Qur'an surat Al-Fajr ayat 27-28 disebutkan yang artinya, "*Wahai diri yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu secara rela (tidak membantah, tidak membangkang, pasrah) dan diridhoi oleh Allah Swt. Masuklah kamu ke dalam hamba-hambaKu, dan masuklah kamu ke dalam surgaKu.*" Ini kalau kita banding dengan jasad sebagai tubuh kasar atau fisik manusia, ini manusia yang memiliki sehat jasmaninya. Tidak sakit, tapi ia memiliki kesehatan prima yang tidak diganggu oleh berbagai penyakit.

Yang kedua, disebut dengan *An-Nafs Al-Lawwaamah*. Dalam surat Al-Qiyamah dijelaskan yang artinya, "*Aku bersumpah dengan hari Kiamat. Dan Aku bersumpah demi jiwa yang selalu menyesali (dirinya sendiri). Apakah manusia mengira bahwa Kami tidak akan mengumpulkan (kembali) tulang-belulanginya? (Bahkan) Kami mampu menyusun (kembali) jari-jemarinya dengan sempurna.*" *Lawwaamah* ini dari arti bahasa yaitu selalu melakukan cercaan. Ini berarti diri yang melakukan penyimpangan, tapi apabila diri ini melakukan penyimpangan ia masih mampu untuk menerima nasihat. Ia mampu menerima masukan-masukan yang bisa kembali menyehatkan *nafsnya* dari penyimpangan itu. Karenanya, orang

yang memiliki *An-Nafs Al-Lawwaamah*, ia menyadari apabila ia melakukan penyimpangan, ia menerima *An-Nasiihah* dari pihak manapun. Sepanjang *An-Nasiihah* itu merupakan ajakan di dalam *Diinul Islam, Ad-Diin An-Nasiihah*.

Yang ketiga, disebut *An-Nafs La Ammaarotun Bissuu'*, diri yang amarah *Bissuu'*. Yang selalu mengajak kepada kejahatan, mengajak kepada penyimpangan, mengajak kepada keingkaran dan kemaksiatan. Diri yang seperti ini sebenarnya akan mendapat ganjaran yang negatif dalam kehidupan dirinya. Ia akan melakukan berbagai bentuk penyimpangan, baik penyimpangan kalbu, dalam gerakan kalbunya, gerakan lisannya, demikian juga dalam gerakan anggota badannya.

Al-Qur'an surat Yusuf ayat 53 menjelaskan kepada kita yang artinya, "*Karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku.*" *Ammaarah Bissuu'* ini kecuali yang dirahmati oleh Allah Swt, yang disayangi oleh Allah Swt. Karena itu dalam pengelolaan *An-Nafs*, kita bersandar kepada kasih sayang dari Allah Swt. Kita tetap melakukan *At-Tadzkiyyah*, pembersihan terhadap *An-Nafs* dengan banyak zikir kepada Allah. Membaca Al-Qur'an serta membiasakan diri dengan *Al-Akhlaq Al-Kariimah* dalam kehidupan keseharian kita. Mudah-mudahan bermanfaat untuk kita semua.

*Wassalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

*Melakukan pengendalian diri dan kaitannya dengan pembangunan kewibawaan kita sebagai manusia.*

*Prof. Dr. H. A. Rafiqi Tantawi, MS.*

*11 Maret 2019*

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Dalam keseharian kita, di tengah pergaulan kita, di tengah masyarakat kita, kita melihat berbagai perilaku destruktif. Baik kita mengamati langsung maupun kita dapatkan dari media elektronik, kita dengar dan kita lihat. Seperti misalnya perkelahian, tawuran antar pelajar, antar kampung, antar desa, pengeroyokan oleh geng tertentu misalnya. Perampasan, perampokan, pencurian, dan sebagainya, disertai dengan kekerasan. Demonstrasi, juga unjuk rasa disertai perusakan-perusakan sarana umum. Kemudian penyalahgunaan narkoba, free sex, melukai orang lain, melukai orang tua, bahkan membunuh keluarga, dan sebagainya. Kita sering melihat fenomena seperti ini akhir-akhir ini.

Dalam konteks pendidikan pun kita juga di lembaga-lembaga pendidikan kita temukan misalnya di sekolah, kenakalan yang dilakukan anak-anak. Bukan lagi sekedar misalnya bolos, mencontek, ini juga sesuatu yang tidak baik. Melanggar tata tertib, baik sekolah maupun institusi, membawa gambar-gambar dan bacaan-bacaan porno, membohongi dan menentang orang tua, tidak patuh atau tidak mau mengerjakan tugas-tugas dan sebagainya.

Di sisi lain kita juga melihat fenomena manusia berlomba-lomba mengejar materi dan kedudukan duniawi sehingga terkadang melupakan ajaran dan tuntunan agama yang melalaikan kepatuhan terhadap perintah Allah Swt dan ajaran Rasulullah. Fenomena ini semuanya mengakibatkan munculnya berbagai penyakit-penyakit mental yang dalam bahasa Al-Qur'an disebut, "*Di dalam hati mereka ada penyakit.*" Yang kalau hal ini dibiarkan berlangsung terus menerus, Al-Qur'an mengklaim bahwa akan ada "*dan penyakit itu akan bertambah terus.*"

Dalam kajian akademik atau kajian-kajian psikologi ini kita kenal dengan istilah pengendalian diri. Kenapa bisa terjadi seperti itu, seperti fenomena tadi, bisa kita lihat itu sebagai contoh-contoh saja akibat rendahnya pengendalian diri atau *self control* seseorang. Pengendalian diri atau kontrol diri, atau dalam bahasa akademik disebut *self control*, ini kalau kita membaca teori, maknanya adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan dan dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

Kontrol diri atau *self control* ini juga dalam makna kemampuan individu untuk menahan diri dari perbuatan-perbuatan tercela, ini diistilahkan dalam Islam sebagai “*Mujahadah An-Nafs.*” Jadi, *Mujahadah* ini artinya bersungguh-sungguh. Sedangkan *An-Nafs* sendiri adalah jiwa, diri kita sendiri dan nafsu. Jadi *Mujahadah An-Nafs* itu adalah perjuangan yang sungguh-sungguh untuk melawan hawa nafsu atau sungguh-sungguh menghindari perbuatan yang tercela yang melawan hukum Allah Swt. Ini dikatakan sebagai pengendalian diri.

Ketidakmampuan kita melakukan pengendalian diri untuk senantiasa berada di jalan Allah, merujuk kepada firman Allah Swt di dalam surat Al-Mujadalah ayat 19, ada kecenderungan bahwa seseorang itu akan bersekutu dengan setan. “*Setan telah menguasai mereka, lalu menjadikan mereka lupa mengingat Allah, mereka itulah golongan setan. Ketahuilah, bahwa golongan setan itulah golongan yang rugi.*”

Persoalan *Hizbushy-syaithon* atau golongan setan ini pernah mencuat di satu politikus kita, menggunakan istilah *Hizbushy-syaithon*. Ketika kita lihat ayat ini, “*Setan telah menguasai atas mereka.*” Menguasai di sini dimaknakan sebagai mempengaruhi. Bahwa setan telah mampu mempengaruhi, sedangkan setan itu sendiri dimaksudkan adalah pengikut-pengikut setan. Manusia yang bersekutu dengan setan itu dikatakan sebagai pengikut setan. Tetapi di dalam ayat tersebut dikatakan, “*Setan telah menguasai mereka, maka Allah melupakan mereka untuk mengingat Allah.*” Dalam hal ini kita, orang yang melupakan Allah, dan telah mengikuti atau terpengaruh oleh setan, maka perlu ditangkal. Penangkal daripada apa yang dikatakan pengikut setan ini, haruslah ada *self control* itu tadi.

Untuk menangkal ini kita perlu menyadari bahwa hal itu sebenarnya adalah wilayah *akhlaq*, *akhlaq* yang tercela. Yang perlu kita mengendalikan diri kita dari seluruh perbuatan atau *akhlaq* yang tercela itu. Jadi kontrolnya dalam perspektif Islam, kita harus *bermujahadah*, bersungguh-sungguh untuk melaksanakan kontrol diri, *Mujahadah An-Nafs*. Mengendalikan diri yang secara teknis sebenarnya diupayakan bagaimana kita melakukan introspeksi terhadap ayat yang diajarkan oleh Al-Qur’an tadi.

Di dalam surat Al-Hasyr Allah mengatakan yang artinya, “*Wahai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kepada Allah. Dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya pada masa lalu untuk hari esok. Dan bertaqwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.*” Maka karena itu kita senantiasa introspeksi diri, introspeksi diri itu akan membawa kita pada Kontrol diri, yang di dalam kontrol ini sebenarnya adalah membangun keluhuran budi untuk bisa jauh daripada perbuatan-perbuatan yang bersekutu dengan setan.

Kontrol diri ini sangat penting, ketika suatu saat Rasulullah Saw pulang dari perang Badar. Perang Badar itu termasuk salah satu perang yang besar di zaman Rasulullah Saw. Ketika pulang perang Badar, Rasulullah mengatakan kepada para sahabat, “*Kita baru saja kembali dari perang yang kecil, dan akan masuk kepada satu perang yang besar.*” Sahabat bertanya, “*Ya Rasulullah, Apakah ada lagi perang yang lebih besar dari ini?*” Rasulullah mengatakan, “*melawan hawa nafsu.*” Ini adalah bagian daripada pembicaraan tentang kontrol diri atau *self control*.

Ketika kita berbicara tentang *self control* ini lebih lanjut, maka dalam pengendalian diri menarik kita menyimak apa yang dilakukan oleh Ali bin Abi Thalib dalam perang Khandaq. Bersama Rasulullah Saw dan para sahabat ketika perang Khandaq, seorang Quraisy yang kala itu ditakuti orang musyrikin Quraisy, Amr bin Abdul Wad Al-Amiri. Ia menantang umat Islam untuk “*duel*” dengannya. Ketika ditawarkan kepada sahabat, tidak ada satu orang sahabat pun yang berani melawannya kecuali Ali bin Abi Thalib yang masih muda belia. Tentu saja Amr akan meremehkan Ali bin Abi Thalib.

Terjadilah duel antara keduanya, hingga Amr pun akhirnya terpojok. Justru Ali yang dilecehkan berhasil memenangkan pertandingan duel itu, sedikit saja lagi Ali akan memenggal kepala Amr, tetapi Ali bin Abi Thalib tidak melakukannya. Dalam suasana seperti itu Amr masih sempat meludahi wajah Ali, namun justru Ali diam dan tidak membalas. Mengapa Ali tidak membalas ketika itu? Karena pada waktu itu Ali sangat marah, dan dia tidak mau membunuh orang pada saat situasi marah.

Inilah kontrol diri yang luar biasa! Ali bin Abi Thalib tidak mau melakukan pembunuhan itu pada saat marah. Tetapi dia ingin menghabisi Amr dalam situasi saat dia tenang dan bersama Allah Swt. Situasinya tenang dan dia membunuh karena Allah, bukan karena marah. Maka dalam situasi seperti ini, kita melihat betapa Ali bin Abi Thalib adalah orang yang sangat mampu mengendalikan diri. Maka pengendalian diri ini kemudian membawa penghargaan yang besar kepada kita. Kalau kita mampu mengendalikan diri agar tetap berada di jalan hukum Allah dan norma-norma yang diajarkan oleh Rasulullah Saw.

Dikaitkan dengan, bagaimana membangun wibawa dengan *self control*, beberapa cara dapat dilakukan. Yang pertama kita memberi tujuan yang jelas mengenai arah dan tujuan terhadap diri kita atau terhadap orang lain yang kita bina. Diri kita juga harus memiliki tujuan yang jelas. Yang kedua, dalam kaitannya dengan pengendalian diri kita harus mampu menghadapi berbagai situasi. Seperti yang dilakukan Ali bin Abi Thalib, dalam keadaan marah yang sangat besar, dia tidak mau membunuh dalam situasi sedang marah.

Yang ketiga, memberikan rasa kepercayaan kepada diri sendiri. Ada rasa percaya diri untuk bisa melakukan Kontrol terhadap diri. Dan yang keempat, dapat memberikan stimulus dalam perubahan pola perilaku. Beberapa lagi bisa dengan mudah mengatasi frustrasi dan juga berbagai ledakan emosi. Mampu menunda kepuasan dirinya sendiri. Berikutnya memberikan stimulus perubahan pola pikir. Yang kedelapan, memiliki inisiatif yang tinggi untuk dirinya sendiri. Yang kesembilan, menerapkan terapi yang dilakukan sesuai dengan usia. Yang kesepuluh, dapat mengontrol keputusan. Yang kesebelas, dapat mengantisipasi keadaan dengan baik. Dan yang kedua belas, memberikan penghargaan pada hasil usaha sendiri.

Ini memang tidak mudah, *self control* adalah bagian dari apa yang kita upayakan. Untuk kita mampu senantiasa mengendalikan diri pada derajat kepatuhan yang baik kepada Allah Swt.

*Wassalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

## ***Kisah-kisah kehancuran para penghumber hawa nafsu***

***Dr. Hasrat Efendi Samosir, MA.***

***13 Maret 2019***

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Allah Swt berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-A'raf ayat 96 yang artinya, "*Dan sekiranya penduduk negeri beriman dan bertaqwa, pasti Kami akan melimpahkan kepada mereka berkah dari langit dan bumi, tetapi ternyata mereka mendustakan (ayat-ayat Kami), maka Kami siksa mereka sesuai dengan apa yang telah mereka kerjakan.*" Maka dalam lintas sejarah banyak sekali kita baca kisah-kisah orang yang durhaka kepada Allah, yang mereka itu memperturutkan hawa nafsu. Bagaimana kita lihat dalam lembaran sejarah, kisah-kisah di dalam Al-Qur'an. Bagaimana umat-umat terdahulu itu diberikan Allah siksaan, bahkan dibinasakan.

Coba kita lihat bagaimana umat Nabi Nuh As, justru Nabi Nuh sekian lama berdakwah mengingatkan kebenaran, menyampaikan risalah, umatnya malah semakin durhaka, semakin menentang Allah, bahkan perbuatan dosa semakin menjadi-jadi. Tidak hanya itu, bahkan Nabi Nuh As mengalami tantangan dakwah dari keluarganya sendiri. Istrinya memimpin orang-orang yang durhaka, anaknya Kan'an justru menentang dakwah kebenaran yang disampaikan oleh Nabi Nuh As.

Maka Allah menjelaskan di dalam Al-Qur'an kisah Nabi Nuh agar Nabi Nuh membuat satu kapal, bahtera yang besar. Lalu kemudian umatnya justru mencemoohnya, "*Mengapa di tengah daratan ini dibuat kapal? Untuk apa? Nuh sudah semakin gila.*" Nabi Nuh mengingatkan, "*Wahai umatku, bertaubatlah. Mari kita kembali kepada ajaran Allah. Pintu taubat masih dibuka oleh Allah.*" Justru mereka menghina, mengejek, bahkan dalam kisah itu juga disebutkan bagaimana pada kapal Nabi Nuh itu mereka buang kotoran mereka, *naudzubillaahi min dzaalik*. Sampai akhirnya mereka diserang penyakit. Inilah, bagaimana tantangan yang begitu hebat bagi Nabi Nuh, semakin lama berdakwah, umatnya semakin sedikit.

Sampai akhirnya Nabi Nuh mengatakan, "*Akan turun bala bencana yang besar, akan ada banjir yang menutupi semua ini. Maka siapa yang naik ke kapal ini, dia beriman dan bertaqwa.*" Nabi Nuh tetap mengingatkan puteranya, "*Wahai puteraku Kan'an, ayo naik ke kapal ini. Bertaubatlah nak.*" Anakanya menjawab, "*Tidak! Sekiranya ayah, air ini akan setinggi rumah, aku akan memanjat pohon.*" Nabi Nuh menjawab, "*Anandaku, air ini akan besar sekali.*" Hingga akhirnya air yang besar itu menggulung Kan'an, sehingga Nabi Nuh As bersedih melihat puteranya ingkar dan digulung bencana yang besar tadi. Betapa sedihnya Nabi Nuh hingga meneteskan air mata. Namun Allah mengatakan, "*Itu bukan lagi keluargamu wahai Nuh. Kau tidak bisa memberikan hidayah kepada yang kau cintai. Allah memberikan hidayah kepada yang dikehendakiNya.*"

Inilah satu kisah, dimana orang terdekat kita ternyata bisa durhaka kepada Allah. Maka Allah memperingatkan, "*Jagalah dirimu dan keluargamu dari siksa api neraka.*" Bagaimana juga umat Nabi Luth As, kaum Sodom. Mereka tertarik dengan sesama jenis, mengingkari fitrah mereka, kodrat sebagai manusia. Yang saat ini dikenal dengan istilah *LGBT, Lesbian, Gay*,

*Bisexual, Transgender.* Di dalam satu riwayat tentang Nabi Luth As dikatakan, ketika Nabi Luth mengingatkan, “*Wahai umatku, taubatlah kalian dengan dosa-dosa kalian. Kalian sudah melampaui batas, kalian sudah menjadi orang yang durhaka kepada Allah Swt.*” Tapi umat Nabi Luth justru tidak mau, sampai akhirnya datanglah malaikat Jibril dalam wujud manusia yang tampan menjumpai Nabi Luth dan mengingatkan bahwa akan terjadi azab Allah, musibah besar. Maka hendaklah Luth dan orang-orang beriman keluar meninggalkan wilayah itu.

Ternyata istri Nabi Luth menyampaikan kepada umatnya, kaum Sodom bahwa ada seorang lelaki yang tampan. Ternyata umatnya pun menjumpai lelaki tampan yang merupakan malaikat itu dan menggodanya. Sehingga Nabi Luth sangat marah sekali akan hal itu. “*Jika kalian tidak bertaubat, maka sesungguhnya azab Allah akan turun*”, kata Nabi Luth mengingatkan kaumnya. Hingga akhirnya beliau mengajak orang-orang yang beriman dan bertaqwa untuk keluar dari wilayah itu, dan wilayah itu pun ditenggelamkan, dikubur oleh Allah.

Demikian juga dengan umat-umat yang lain, banyak contoh, banyak kisah. Orang yang mempertuhankan harta juga disebutkan di dalam Al-Qur’an, pada surat Al-Kahfi. Bagaimana ada orang yang tidak mau mengeluarkan infaq, zakat, berbagi dengan orang-orang miskin. Dia tidak mau berbagi ketika panen, ia ingin memanennya sendiri. Namun lihat yang terjadi, pada malam harinya Allah menurunkan halilintar yang mengakibatkan semua kebunnya terbakar, hangus. Sehingga ketika pagi hari datang, dia tidak bisa memanen dan mengambil apapun. Inilah yang perlu kita perhatikan, jangan kita pertuhankan hawa nafsu kita.

Kalau orang sudah menjadikan hawa nafsunya sebagai Tuhan, maka orang-orang tadi akan memperturutkan nafsunya. Bahkan tidak ada ubahnya dia seperti hewan, seperti binatang ternak, bahkan lebih hina dari itu. Maka di dalam Al-Qur’an dikatakan, bagaimana Allah mengingatkan kita semua, “*Mereka punya hati, namun tidak berpikir. Mereka punya mata, namun tidak bisa digunakan untuk melihat. Mereka punya pendengaran, namun tidak mau mendengarkan ayat-ayat Allah. Mereka seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat dari itu.*” Inilah yang Allah sebutkan di dalam Al-Qur’an, “*Maka pengisi neraka jahannam itu kebanyakan manusia dan jin. Mereka punya hati namun hatinya sudah mati. Mereka seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat dari itu. Dan merekalah orang-orang yang lalai.*”

Sebenarnya peristiwa masa lalu yang diwakili oleh umat Nabi Nuh yang diturunkan tsunami atau banjir besar. Kemudian umat Nabi Luth yang ditenggelamkan dengan bencana, dimasukkan kedalam perut bumi. Begitu juga dengan orang yang tidak mau berzakat, berinfaq itu, lalu ia ingin memanen kebunnya, akhirnya apapun tidak ada yang dia panen. Itu semua menjadi contoh dan bukti kepada kita, marilah kita jangan durhaka dan memperturutkan hawa nafsu. Karena di dunia saja sudah ada contoh yang diberikan oleh Allah Swt, apalagi kelak di akhirat, akan ada azab Allah yang sangat pedih. Mudah-mudahan ini mengingatkan kita semua, kalau penduduk negeri beriman dan bertaqwa, akan terbuka berkah dari langit dan bumi.

*Wassalaamu’alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

## *Urgensi akhlaq pengendalian diri untuk meraih kesuksesan*

*Dr. Azhari Akmal Tarigan, MA.*

*14 Maret 2019*

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Di antara tradisi para sahabat Nabi ketika mereka berpisah dari sebuah pertemuan, mereka bersalaman lalu membaca surat Al-Ashr, dan itu selalu dilakukan. Kalau kita kembali ke tradisi kita, bagi orang yang pernah mengaji di Madrasah Ibtidaiyah. Selalu saja kalau kita mau pulang, kita ramai-ramai membaca Al-Ashr. Begitu juga kalau orang mengaji malam, baca Al-Ashr. Kenapa ayat ini sering dibaca? Pertama memang ada isyarat dari Nabi Muhammad Saw tentang keutamaan surat ini. Bahkan dalam satu hadits Nabi berkata, *“Andaikan dari Al-Qur'an itu hanya turun surat Al-Ashr saja, itu sudah cukup dijadikan pedoman bagi manusia.”*

Surat Al-Ashr itu memiliki kedalaman makna, dan yang paling penting adalah surat Al-Ashr itu sesungguhnya surat masa depan. Surat yang mengajarkan kita untuk bisa mengantisipasi masa depan. Kita lihat ayat pertama, Allah bersumpah kepada waktu, dan ini bukan satu-satunya ayat yang Allah bersumpah kepada waktu. Kenapa Allah bersumpah kepada waktu? Tentu saja alasan pertama adalah karena waktu itu penting. Tapi ada makna yang lebih dalam lagi. Ketika Allah bersumpah dengan waktu, itu sebenarnya mengajarkan kepada kita bagaimana kita bisa memberi makna pada perjalanan waktu itu.

Setiap orang diberikan siklus waktu yang sama, setiap orang memiliki waktu kira-kira durasinya 24 jam. Tapi tidak semua orang memberikan makna yang sama terhadap 24 jam ini. Bisa jadi ada orang yang dari 24 jam itu, yang bisa diberinya makna tidak lebih hanya satu jam saja. Yang 23 jam berlalu tanpa ada makna yang bisa diberikan. Memberi makna pada waktu itu menjadi sebuah keniscayaan. Coba renungkan perjalanan hidup kita. Kalau hari ini usia kita 25, 26, 30, 35, 40 tahun, pertanyaannya adalah dari umur yang panjang itu kapankah yang paling bermakna dalam hidup kita?

Dalam bahasa yang berbeda, mana hari yang paling bersejarah, mana bulan yang paling bersejarah, mana tahun yang paling bersejarah? Kalau kita hanya menjawab, ternyata dalam sejarah hidupku yang paling bersejarah itu adalah pada bulan ini, tanggal sekian, lalu yang lainnya jadi apa? Orang beriman itu akan melewati hari-harinya penuh makna. Dan setiap hari-hari yang dilaluinya adalah sejarah penting dalam kehidupannya. Ini makna kenapa Allah bersumpah kepada waktu.

Sesungguhnya manusia berada dalam kerugian, apa maknanya itu? Coba perhatikan, bisa jadi ada orang di sekeliling kita, di masyarakat kita. Mau berubah seperti apapun zaman ini, dia tetap pada posisinya semula, tak memberi efek pada dirinya, itu orang yang merugi. Kalau bahasa politiknya, mau berganti rezim yang seperti apapun dia tetap tidak bisa memberikan kontribusi yang lebih banyak untuk bangsa, untuk masyarakat. Dia tetap pada posisinya semula. Itulah sesungguhnya yang dimaksud *“Sesungguhnya manusia dalam kerugian.”* Karena dia tidak bisa

membaca tanda-tanda zaman, baik tanda-tanda kecil, tanda-tanda sedang, atau tanda-tanda besar. Karena dia tidak bisa membaca tanda-tanda zaman, dia tidak bisa memberi respons yang positif. Itulah mengapa orang disebut berada dalam kerugian.

“*Kecuali orang yang beriman.*” Ini penjelasannya normatif, dalam era yang seperti apapun, dalam zaman yang bagaimanapun iman menjadi penting, itu sudah selesai. Lalu yang menjadi persoalan kita adalah ketika menerjemahkan *Wa amilush-sholihat*. Kita memahami *Wa amilush-sholihat* itu adalah shalat, puasa, zakat, berinfaq, bersedekah. Padahal ayat itu tidak hanya bicara kebaikan dalam konteks itu. Karena dia bicara dalam konteks waktu, maka *Wa amilush-sholihat* itu adalah bagaimana orang melengkapi kapasitas dirinya untuk bisa hidup pada zaman tertentu. Percayalah, pekerjaan yang kita cari akan ditentukan oleh kapasitas yang kita punya. Orang yang ingin bekerja di luar negeri atau orang yang ingin menjadi diplomat, kalau dia tidak melengkapi kapasitas dirinya dengan kemampuan bahasa asing, maka dia menjadi tidak pantas untuk mendapatkan pekerjaan itu. Jadi, *Wa amilush-sholihat* itu membekali diri yang memungkinkan kita bisa melakukan banyak kebaikan-kebaikan.

Coba perhatikan, kenapa seorang Thomas Alfa Edison, James Watt, Steven Hawking, dengan temuan-temuan ilmiahnya bisa memberi makna yang luas bagi kehidupan manusia. Itu karena mereka membekali, melengkapi kapasitas dirinya yang dia bisa berbuat lebih banyak buat masyarakat. Makna *Wa amilush-sholihat* bukan sebatas menolong orang, tapi berkontribusi yang lebih besar, karena kita punya kemampuan untuk melakukan itu.

Ayat berikutnya yang paling menarik, *Wa tawaashoubilhaq*. Tafsir tradisionalnya adalah saling memberi nasihat, saling memberi tausiyah. Untuk hari ini maknanya tidak lagi itu. Bukan berarti makna yang awal itu tidak penting, tapi kita harus menerjemahkan lebih jauh terkait makna itu. Hari ini selalu saja disebut kita berada pada era revolusi industri, masyarakat 4.0. Kalau hari ini disebut masyarakat 4.0, pertanyaannya adalah 1.0-nya apa? 2.0-nya apa? 3.0-nya apa?

Begitu kita belajar maka kita menjadi paham bahwa *skill* itu menjadi niscaya. Misalnya, pada masyarakat 1.0, itu adalah masyarakat *hunter*, masyarakat berburu. Maka yang diperlukan pada saat itu adalah kemampuan berburu. Siapa yang jago memanah, menembak, menangkap, maka dia akan *survive*. Tapi masyarakat 1.0 itu tidak bertahan lama. Kita bergeser masuk kepada masyarakat 2.0, masyarakat seperti apa itu? Agraris, masyarakat pertanian, yang punya tanah, yang punya sawah, yang punya lading, yang punya hutan, yang punya tanam-tanaman, dia akan bisa hidup pada saat itu.

Tapi tidak bisa bertahan lama, karena berganti masyarakat 3.0. Dulu orang membajak sawah cukup pakai cangkul, tapi hari ini tidak mungkin lagi, sudah ada mesin yang mengerjakan itu dengan cepat. Pada masyarakat 2.0 orang mau memotong kayu pakai kampak dan parang, satu hari dia bisa mendapatkan beberapa kayu, sangat terbatas. Tapi pada masyarakat 3.0, masyarakat industri yang titik tekannya pada mesin, maka dengan *sinso* dia bisa memotong kayu lebih cepat. Dan dia bisa melakukan banyak hal lebih cepat. Tapi masyarakat 3.0 tidak bertahan lama, kita sekarang masuk pada 4.0. Apa itu masyarakat 4.0? Itu yang disebut dengan masyarakat

multimedia, masyarakat digital, masyarakat internet, masyarakat media sosial, dan berbagai macam istilah-istilah lain.

Apa kata kuncinya pada masyarakat 4.0? Itulah dalam bahasa Al-Qur'an, *Wa tawaashoubilhaq*, yang maknanya dia harus membangun jaringan. Kalau kita buka rumah makan, ayam penyet, ayam geprek, ayam macam-macam, tapi kita tidak berkoneksi dengan *GoJek*, dengan *GoFood*, maka kita tidak akan diperhitungkan orang dalam persaingan bisnis makanan itu. Kalau kita punya produk, kita tidak memanfaatkan *Facebook*, *WhatsApp*, *Twitter*, *Instagram*, dan macam-macam, maka orang yang mengenal produk kita akan sangat terbatas.

Jadi, *Wa tawaashoubilhaq* itu adalah bagaimana membangun jaringan yang luas, yang membuat kita bisa berkolaborasi. Tiga nilai penting pada masyarakat revolusi industri, yang pertama adalah jaringan, yang kedua adalah kecepatan. Sekarang orang yang lambat akan tertinggal. Tapi ada yang ketiga, itu namanya *ta'awun*, saling tolong menolong. *Wa tawaashoubilhaq* ini bukan saja membangun jaringan, tapi dia saling membesarkan.

Yang terakhir adalah *Wa tawaashoubish-shobr*, itu yang disebut dengan kemampuan mengendalikan diri. Semua orang ada masanya. Dia harus bersabar melihat tanda-tanda zaman, lalu memberi respons yang tepat pada perjalanan waktu itu. Mahasiswa yang semester 4 tentu tidak bisa dia menjadi sarjana. Dia harus lewati tahapan demi tahapan secara bagus, tapi dalam proses itulah dia sebenarnya membangun kesabaran dalam dirinya. Dalam bahasa yang lain kesabaran ini maknanya adalah kemampuan mengendalikan diri sehingga kita bisa hadir pada masa yang tepat, zaman yang tepat.

Setiap orang punya masanya, setiap orang punya tempatnya, itu doktrin yang tidak terbantahkan. Tinggal lagi banyak orang yang tidak sabar menunggu tempat dan menunggu masanya. Pada saat kita mempersiapkan itu maka bekalilah diri dengan kapasitas-kapasitas yang pada saat momentumnya tiba, maka kita bisa hadir untuk memberikan kebaikan-kebaikan dalam kehidupan masyarakat kita. Inilah sesungguhnya tafsir progresif dari surat Al-Ashr itu, yang ayatnya pendek namun memiliki makna yang cukup dalam.

Demikian, mohon maaf atas segala kekurangan.

*Wassalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

***Kiat pengendalian diri dalam menghadapi pengaruh negatif medsos***

***Dr. Hasrat Efendi Samosir, MA.***

***21 Maret 2019***

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Sebagaimana kita tahu bahwa dalam komunikasi paling tidak ada lima unsur yang harus dimiliki. Yang pertama adalah komunikatornya, orang yang menyampaikan informasi atau dalam bahasa agama disebut *da'i*. Yang kedua adalah komunikannya, orang yang menerima, khalayak, publik, masyarakat, pengguna, atau yang menerima media tadi, dalam bahasa agama disebut *mad'u*. Yang ketiga adalah media itu sendiri, bagaimana media ini menyampaikan pesan yang tentu akan diterima oleh masyarakat, dalam bahasa agama disebut *wasilah* atau perantara. Yang keempat adalah *message* atau pesannya, pesan yang disampaikan kepada khalayak dalam bahasa agama disebut *maddah*. Dan yang terakhir itu adalah *feed-back*, pengaruh, umpan balik, efek daripada apa yang akan terjadi apabila satu informasi disampaikan kepada orang lain.

Jamaah yang dirahmati Allah.

karena itu kita tentu harus senantiasa berhati-hati, menggunakan media tadi secara cerdas. Etika-etika, adab-adab dalam menggunakannya harus kita jaga. Nah, paling tidak ini akan bisa membuat kita menjadikan media itu sebagai media silaturahmi. Apa pun itu sebenarnya untuk menghubungkan silaturahmi, memudahkan kita berkomunikasi. Walaupun jarak yang begitu jauh, tempat yang terpisah, tetapi dengan komunikasi informasi ini, dunia ini seperti *global village*, seperti satu kampung saja. Kita bisa berkomunikasi setiap saat walaupun jaraknya berbeda. Bahkan tidak hanya telepon, sms, bahkan bisa melakukan *video call*, telekonferens, yang kita bisa melihat dia dan dia juga bisa melihat kita.

Jamaah yang dirahmati Allah.

Paling tidak kejujuran suatu informasi, keakuratan, keshohihannya harus kita jaga. Kalau misalnya orang yang menyampaikan, kita teliti siapa yang menyampaikan. Media itu media apa yang digunakan. Inilah yang perlu kita lihat, sehingga yang namanya media sosial itu akan bisa menghasilkan manfaat yang banyak, jangan justru mendatangkan *mudharat*. Dalam kaidah *ushul fiqih* ada satu hukum sebenarnya bagaimana kita bisa menolak satu *kemudharatan*, *maslahah mursalah*. Sehingga ada ungkapan, *dar'ul mafasid muqaddamun ala jalbil mashalih*, menolak kemudharatan didahulukan daripada mengambil manfaat.

Jamaah yang dirahmati Allah.

Di dalam ayat Al-Qur'an yang tadi dibacakan, pada surat Al-Hujurat ayat 6 ada perintah Allah di situ. "*Wahai orang-orang yang beriman! Jika seseorang yang fasik datang kepadamu membawa suatu berita, maka telitilah kebenarannya, agar kamu tidak mencelakakan suatu kaum karena kebodohan (kecerobohan), yang akhirnya kamu menyesali perbuatanmu itu.*"

Jamaah yang dirahmati Allah.

Pada ayat Al-Qur'an ini, sebab ayat ini turun adalah ketika itu ada suatu kaum, suatu kampung, yang mereka itu masuk Islam seluruhnya. Karena mereka masuk Islam, mereka mengatakan setia kepada Nabi, maka tentu Rasulullah Saw mengatakan ada kewajiban-kewajiban yang harus ditunaikan, tidak hanya sholat, tapi juga zakat. Terutama kepada orang-orang kayanya agar membayar zakat. Lalu Rasulullah Saw memerintahkan sahabatnya Walid bin Uqbah sebagai petugas zakat untuk kaum tadi, maka Walid bin Uqbah pun berangkat.

Ketika dia hampir sampai di kampung tersebut, masyarakat di kampung tersebut sudah menunggunya di perbatasan sehingga ciut nyali Walid bin Uqbah. Ia merasa masyarakat tersebut akan mencelakakannya. Akhirnya dia tidak jadi datang memungut zakat dan memilih untuk pulang. Lalu dia sampaikan kepada Nabi bahwa masyarakat itu ingkar zakat, mereka tidak mau membayar zakat. Dan karena Walid merasa takut karena mengkhawatirkan keselamatannya, ia sampaikan bahwa ia memilih untuk pulang. Inilah berita yang diterima oleh Rasul.

Bayangkan kalau tidak ada *tabayyun* dan Nabi tidak meneliti terlebih dahulu benar atau tidaknya berita tersebut. Bisa-bisa Nabi mengutus pasukan dan akan memerangi masyarakat kaum itu karena ingkar zakat. Tetapi kemudian ayat ini turun dan mengingatkan agar *tabayyun*. Lalu Rasulullah Saw mengutus beberapa sahabatnya agar mengecek kebenaran berita tadi. Mereka menyelip masuk ke kampung itu menjelang subuh, lalu mereka mendengar di kampung itu ada adzan berkumandang. Sahabat tersebut menyimpulkan berarti mereka Islam dan taat.

Lalu informasi tersebut sampai kepada Nabi dan dipanggil lah kepala suku kaum tersebut. Kepala suku tersebut mengatakan, *"Ya Rasul, kami bukan ingkar zakat. Kami menunggu-nunggu utusanmu Ya Rasul. Kami sangat senang sekali jika dia datang, makanya kami sambut."* Ternyata utusan Rasul, Walid bin Uqbah telah membuat kesimpulan yang keliru. Maka ini menjadi bukti bahwa kita tidak boleh mentah-mentah menerima informasi. Maka di antara hal-hal yang paling penting sebenarnya, etika kita bermedia sosial ini, mari kita jadikan itu sebagai alat untuk menyebarkan kebaikan-kebaikan.

Maka bagaimana antisipasi kita untuk mengatasi informasi-informasi yang tidak benar? Prof. Mahfud MD. Pernah mengatakan, *"Naikkan logikamu, maka hoax akan turun."* Jadi kita menaikkan akal sehat kita, akal cerdas kita, maka niscaya berita bohong tidak akan menimpa kita. Karena kalau kita menggunakan akal sehat kita, maka kita akan tahu informasi tadi siapa yang menyampaikan, apa medianya, bagaimana tingkat keakuratan media tersebut.

Jamaah yang dirahmati Allah.

Berapa banyak orang yang akhirnya menyesal dengan apa yang mereka bagikan di media sosial. Banyak orang misalnya yang melakukan hal-hal yang keliru tadi, kemudian dia memberikan fitnah, akhirnya berurusan dengan hukum. Karena itu di tengah-tengah banjirnya informasi dan gandrungnya orang bermedia sosial, tetaplah kita gunakan itu sebagai sarana *ukhuwah*, berbagi kebaikan, bukan membagi aib orang lain dan lain sebagainya. Mari kita ingat satu ungkapan, sebatang pohon bisa menghasilkan ribuan bahkan jutaan korek api, tetapi jutaan pohon bisa hangus dan terbakar habis karena sebatang korek api.

Diri kita dan korek api sama-sama memiliki kepala, tapi kita memiliki otak, sedangkan korek api tidak. Korek api jika bergesek akan langsung menghasilkan api dan membakar semuanya. Kita bukanlah korek api, kita memiliki kepala, otak, dan akal yang cerdas untuk menyeleksi itu semua. Karena itu, seribu bahkan jutaan pikiran yang positif akan bisa habis dengan satu pikiran yang negatif. Karena itu pikiran-pikiran yang negatif tadi mari kita jauhi, sehingga tidak bergesek seperti korek api. Akhirnya memercikkan api lalu membakar semuanya. Karena itu juga marilah kita cerdas dalam melihat informasi, menggunakan media sosial. Jangan sampai kita jadikan itu ajang untuk saling memutuskan silaturahmi dan permusuhan. Tetapi jadikan itu untuk saling berkasih sayang, memperbanyak teman.

Ada satu ungkapan, seribu teman itu masih terlalu sedikit, tetapi satu musuh itu terlalu banyak. Tentu kita tidak mau memperbanyak musuh-musuh kita, tapi justru kita ingin memperbanyak teman-teman kita. Itulah media sosial. Karenanya tetap kita gunakan etika, adab kita dalam menggunakan media sosial. Apalagi terhadap informasi, hendaklah kita *tabayyun* sehingga tidak membuat *kemudharatan* di tengah-tengah masyarakat. Sehingga nanti akan membentuk masyarakat dan budaya yang sadar dengan informasi.

*Wassalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

## ***Manfaat muhasabah mencegah amarah dan dosa***

***Dr. M. Rozali, MA.***

***27 Maret 2019***

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Setan atau iblis ketika mengingkari Allah Swt untuk tunduk atau memberikan penghormatan kepada Adam, maka Allah Swt menjadikannya sebagai makhluk yang kufur dan Allah mengusir iblis untuk keluar dari surga. Akan tetapi setan berjanji kepada Allah Swt akan menyesatkan keturunan Adam sebanyak-banyak mungkin dan Allah memberikan kesempatan itu, Allah menyetujuinya akan tetapi kecuali orang-orang yang ikhlas. Orang-orang yang *mukhlishiinalahuddiin*, orang-orang yang ikhlas beribadah kepada Allah Swt.

Maka setan berjanji kepada Allah Swt akan menyesatkan manusia itu dengan berbagai macam cara, dengan berbagai macam fasilitas, dengan berbagai macam upaya dilakukan oleh setan. Setan akan datang dari depan, dari belakang, dari kanan dan dari kiri kita, sehingga kebanyakan manusia itu tidak bersyukur kepada Allah Swt. Ini sudah janji setan kepada Allah Swt, akan menjerumuskan manusia itu sebanyak-banyaknya kedalam api neraka.

Maka salah satu senjata yang digunakan oleh iblis atau setan untuk menjerumuskan manusia agar melakukan dosa adalah dengan memancing-mancing emosi. Adalah dengan memancing kemarahan, sehingga dengan kemarahan manusia akan lupa terhadap Allah Swt, akan lupa terhadap dirinya. Ketika manusia emosi, ketika manusia amarah, dia akan melakukan apa saja. Banyak orang yang kufur ketika dia marah, ketika dia emosi, bahkan banyak orang yang menghujat Allah Swt ketika dia emosi.

Dia merasakan bahwasanya Allah tidak berpihak kepada dirinya, Allah curang terhadap dirinya, Allah zalim terhadap dirinya. Karena setan sedang mempermainkan nafsu amarahnya. Bahkan betapa banyak manusia-manusia yang mau atau mampu menukar aqidahnya ketika setan mengalahkan akalinya. Ketika dia emosi, ketika dia marah, dia kufur terhadap Allah Swt bahkan sampai meninggalkan agama Islam atau murtad dari agama Islam yang kita cintai ini.

Oleh sebab itu kita sebagai orang yang bertaqwa, orang yang telah dijanjikan oleh Allah Swt surga yang hanya disediakan bagi orang-orang yang bertaqwa, hendaklah kita senantiasa bermuhasabah diri. Jangan sampai setan mengendalikan kita, setan memancing nafsu amarah kita. Sebab salah satu kriteria orang yang bertaqwa itu adalah orang-orang yang senantiasa membelanjakan hartanya di jalan Allah. Baik dalam keadaan lapang maupun dalam keadaan sempit. Baik dalam keadaan kaya maupun dalam keadaan miskin. Baik dalam keadaan senang maupun dalam keadaan susah. Ini yang pertama.

Yang kedua adalah orang yang mampu menahan amarah, mengendalikan amarahnya, dan memaafkan orang-orang yang bersalah kepadanya. Bukan hanya sekedar menahan amarah, akan tetapi memaafkan orang yang pernah melakukan kesalahan. Apalagi zaman sekarang ini kita sedang menghadapi tahun-tahun politik, dimana ada berita-berita yang tidak benar. Sahabat yang

selama ini dipersatukan oleh suatu komunitas, akan tetapi dipisahkan, karena ada berita-berita yang miring. Terjadi perpecahan, saling fitnah, saling caci maki.

Kita sebagai seorang yang bertaqwa, maka kita berusaha menahan amarah kita dan mampu memaafkan kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh saudara kita. Maka patutlah kita dijadikan sebagai orang-orang yang bertaqwa, yang dijanjikan oleh Allah Swt surga yang telah dinantikan. Mengapa kita harus muhasabah diri? Karena muhasabah diri merupakan perintah dari Allah Swt, *“Wahai orang-orang yang beriman, hendaklah kamu melakukan muhasabah diri terhadap hari akhirat.”* Hendaklah kalian memperhitungkan diri kalian terhadap hari-hari yang akan datang, yaitu akhirat.

Bahkan Rasulullah Saw juga senantiasa bermuhasabah diri, dia memohon keampunan dari Allah Swt. Dan generasi-generasi terbaik dahulu juga senantiasa melakukan muhasabah diri. Maka mereka menjadi generasi yang terbaik. *“Sebaik-baik abad adalah abad pada masaku.”* Maka Umar bin Khattab mengatakan, menganjurkan kepada kita untuk bermuhasabah diri, *“hisablah diri kalian, muhasablah diri kalian, introspeksilah diri kalian sebelum datang introspeksi dari Allah Swt. sebelum kalian dihisab oleh Allah Swt.”*

Demikianlah, semoga ada manfaatnya bagi kita semua. Semoga kita termasuk orang-orang yang senantiasa melakukan muhasabah diri. Mampu menahan amarah dan mampu mengalahkan jerat-jerat atau jebakan-jebakan yang dipergunakan oleh setan agar kita senantiasa terjerumus dalam perbuatan dosa.

*Wassalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

***Pengendalian diri terhadap hawa nafsu menjadikan fitrah semakin bermutu.***

***Dr. M. Arifin, Lc. MA.***

***28 Maret 2019***

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Berdasarkan hadits baginda Muhammad Saw bahwa manusia itu dilahirkan oleh Allah Swt dengan fitrahnya. Setiap manusia dilahirkan berdasarkan fitrah. Fitrah yang dimaksud adalah fitrah tauhid. Fitrah yang dimaksud bahwa kita dilahirkan dalam kondisi sudah bertauhid. Hal ini dijelaskan di dalam Al-Qur'an surat Al-A'raf ayat 172. Ketika Allah Swt mengambil persaksian dari kita bahwa kita diminta untuk bersaksi oleh Allah. "*Apakah Aku ini Tuhanmu?*" Kita semuanya, umat manusia mengatakan, "*Betul wahai Allah, Engkau adalah Tuhan kami.*" Inilah fitrah kita, yang kita persaksikan di alam ruh, sebelum lagi kita dilahirkan oleh orang tua kita. Maka kita sudah bersaksi kepada Allah, bahwa Allah adalah Rabb kita. bahwa Allah adalah Tuhan yang harus disembah.

Fitrah yang bermutu adalah fitrah ketika dia mempersaksikan Allah Swt sebagai Tuhannya. Namun ketika kita sudah dilahirkan di permukaan bumi, maka Allah Swt memberikan potensi-potensi buruk pada diri kita dan begitulah pada setiap diri manusia. Di dalam Al-Qur'an potensi buruk itu dibagi menjadi dua. Ada potensi buruk yang berasal dari diri kita sendiri, yang tidak terlepas dari diri kita selama hayat dikandung badan. Maka selama itu pula potensi buruk itu ada pada diri kita. Dan ada potensi buruk yang di luar diri kita, senantiasa akan menggerogoti diri kita.

Potensi buruk yang berasal dari diri kita sendiri oleh Al-Qur'an disebutkan dengan tiga istilah. Istilah yang pertama adalah istilah *An-Nafs*, ini yang dijelaskan oleh Allah di dalam surat Yusuf yang artinya, "*Sesungguhnya nafsu itu menyuruh manusia berada pada perbuatan buruk.*" Lalu istilah yang kedua Allah sebut dengan istilah *syahwat*, "*Pada manusia itu dihiasi oleh Allah Swt kecintaan kepada syahwat, terlalu cinta kepada istri, kepada anak, kepada harta benda,*" dan lain sebagainya. Terlalu cinta itu tidak baik dan itu akan menggerogoti fitrah kita. Selanjutnya istilah yang ketiga yang disebutkan oleh Allah Swt adalah istilah *hawa*, "*Bagaimana menurut kalian orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai Tuhannya, dan orang yang seperti ini pasti akan Allah sesatkan.*"

Jadi, orang yang memperturutkan hawa nafsunya, orang yang memperturutkan kecenderungan-kecenderungan buruk yang ada pada dirinya. Itu pasti akan Allah sesatkan, orang yang Allah sesatkan tidak akan pernah dia mendapatkan petunjuk. Kalau seperti itu, satu keniscayaan pada diri kita untuk mampu meredam, menekan, mengendalikan hawa nafsu yang ada pada diri kita. Ketika kita mampu mengendalikan itu maka Allah Swt akan memberikan hidayah kepadanya.

Di dalam Al-Qur'an surat Al-Ankabut ayat 69 Allah Swt menyatakan yang artinya, "*Dan orang-orang yang berjihad untuk mencari keridhaan Kami.*" Ulama tafsir sepakat untuk menyatakan *mujahadah/jihad* yang dimaksud adalah memerangi diri sendiri, menekan hawa nafsu, tidak

memperturutkan kecenderungan-kecenderungan buruk yang ada pada diri kita. Ini yang dimaksud dengan *“Orang yang berjihad di jalan kami.”* Lalu Allah katakan, *“Sungguh kami akan memberikan hidayah.”* Sungguh kami akan memudahkan jalan menuju Allah Swt.

Jadi, orang yang memerangi hawa nafsunya, orang yang menekan hawa nafsunya, orang yang tidak menjadikan hawa nafsunya sebagai Tuhannya, atau orang yang tidak memperturutkan hawa nafsunya adalah orang yang akan memudahkan oleh Allah berada di jalannya. Orang yang akan Allah beri hidayah di dalam kehidupannya. Oleh sebab itu mari kita perangi hawa nafsu kita, kecenderungan-kecenderungan yang buruk yang ada pada diri kita harus kita kendalikan. Memang itu ada pada diri kita, dan terkadang itu boleh kita lakukan. Tetapi kalau sudah keterlaluan, dia akan menyesatkan kita. ketika kita perangi itu, Allah Swt akan jadikan fitrah kita bermutu, Allah akan jadikan kita mendapatkan hidayah di dalam kehidupan ini.

Rasulullah Saw di dalam salah satu haditsnya yang diriwayatkan oleh Al-Imam Al-Hakim di dalam kitabnya Al-Mustadrak, beliau mengatakan, *“Orang yang berjihad sesungguhnya adalah orang yang memerangi hawa nafsunya.”* Dan ketika itu dilakukan sesuai dengan surat Al-Ankabut tadi, Allah akan memberikan petunjuk kepadanya. Mudah-mudahan kita tergolong kepada orang yang mampu memerangi, mengendalikan hawa nafsu kita, yang pada akhirnya Allah mudahkan kita untuk menuju jalanNya. Yakni jalan menuju kedalam surgaNya. Mudah-mudahan hal ini menjadi pencerahan bagi kita semua.

*Wassalaamu’alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

## **Ketaatan dan pengendalian diri**

Oleh: Dr Hasrat Samosir

Dalam satu riwayat disebutkan bahwa pada masa tabi`in ada seorang pemuda yang menemui Syaikh Ali Zainal Abidin kemudian ia berkata bertanya “Wahai Syaikh, saya ini anak muda yang masih punya banyak jatah hidup di dunia, keinginan akan dunia masih sangat kuat. Izinkan saya untuk tidak beribadah kerana saya masih sangat muda. Kemudian syaikh menjawab, silahkan kamu berbuat apa saja asalkan kamu bisa menjawab lima hal ini. Pertama, Kamu boleh tidak beribadah tapi jangan tinggal di bumi Allah” pemuda tadi terdiam. Bahkan disalah satu hadis qudsi Allah Swt berfirman yang artinya :

*Siapa saja yang tidak rela menerima ketetapan-Ku (takdir-Ku) dan tidak sabar menghadapi ujian-ujian-Ku kepada dirinya, silahkan dia mencari Tuhan selain Aku. [HR. Ath-Thabrani dan Ibnu ‘Asakir]*

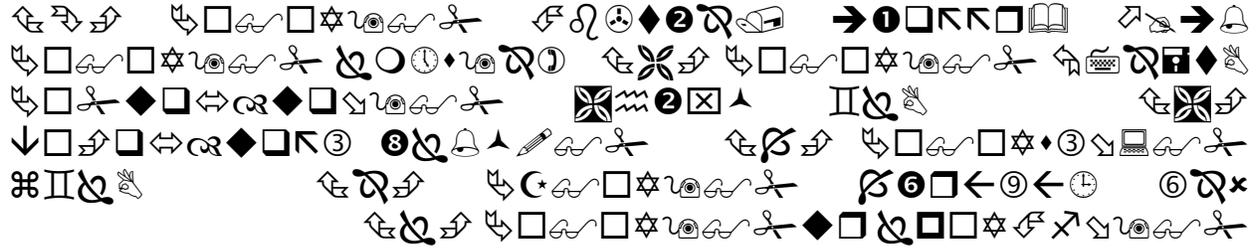
Kemudian syaikh tadi melanjutkan. Kedua, Silahkan kamu tidak beribadah kepada Allah asalkan kamu jangan makan rizki dari Allah. Semua profesi yang kita geluti tentulah rizkinya berasal dari Allah Swt. Tidak ada pemberi rizki kecuali hanya Allah Swt. Sebagai contoh bahwa rizki itu dari Allah Swt jika ada seorang petani yang memiliki sawah seluas 2 hektare dan ada petani lain yang juga punya sawah dengan lusa yang sama. Kemudian mereka sama-sama mengelola sawahnya dengan bibit yang sama, pengairan sama, pemupukan sama intinya perawatannya semuanya sama. Maka lihatlah hasilnya pasti berbeda. Ini menunjukkan bahwa usaha boleh sama tapi rizki urusan Allah Swt. Kemudian untuk urusan rizki dan gaji yang juga berbeda. Rizki adalah pemberian Allah Swt dapat melalui usaha kita ataupun tidak bekerja. Buktinya pekerjaan boleh sama tapi hasilnya bisa saja berbeda. Sedangkan gaji adalah hasil yang kita terima dari pekerjaan atau usaha kita. kemudian syaikh melanjutkan. Ketiga, silahkan kamu tidak beribadah kepada Allah asalkan kamu tinggal dimana Allah tidak ada. Ini adalah hal tidak mungkin. Allah Swt sangat dekat dengan kita bahkan lebih dekat dari urat nadi kita. Keempat, silahkan kamu tidak beribadah kepada Allah Swt asalkan ketika datang azal atau maut kamu bisa menolaknya. Ini merupakan hal yang tidak masuk akal, kematian adalah hal tidak bisa ditolak. Jangankan kematian, mengantuk saja kita tidak bisa menolaknya. Kelima, silahkan kamu tidak beribadah kepada Allah asalkan ketika diakhirat nanti ketika kamu dicampakkan kedalam neraka kamu

bisa menolaknya. Sesungguhnya setiap manusia tidak akan di zhalimi sedikit pun oleh Allah Swt, akan tetapi ia akan di balas sesuai dengan amal perbuatannya selama di dunia. Akhirnya pemuda tadi sadar dan tetap menjaga ibadahnya kepada Allah Swt. Semoga kita tetap istiqamah beribadah kepada Allah Swt.

**Pengendalian diri dalam membentengi godaan setan**

Oleh: Dr Rubino MA

Hidup yang kita jalani ini tentunya tidak lepas dari godaan-godaan kehidupan. Godaan itu yang kemudian membuat kita terjerumus kepada kemaksiatan yang ancamannya adalah neraka Allah Swt. Godaan ini bisa datang dari golongan manusia maupun golongan jin. Sebagaimana firman Allah Swt yang berbunyi:



“Katakanlah: "Aku berlindung kepada Tuhan (yang memelihara dan menguasai) manusia.

Raja manusia.

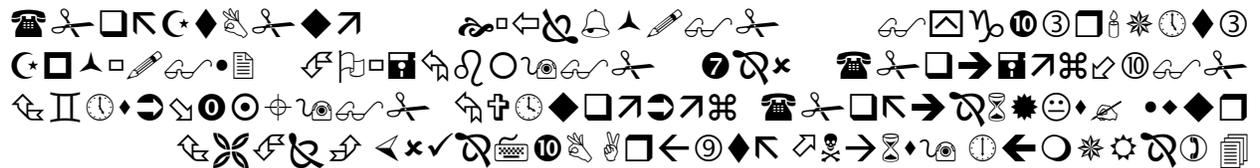
Sembahan manusia.

Dari kejahatan (bisikan) syaitan yang biasa bersembunyi,

Yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia,

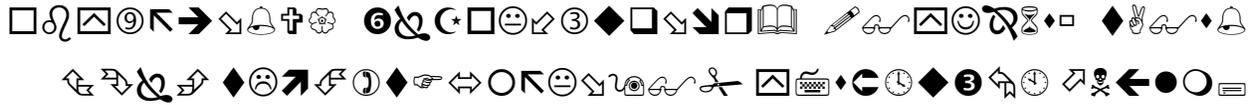
Dari (golongan) jin dan manusia.”

Dari ayat diatas dapat dilihat ada dua musuh utama manusia yakni manusia dan jin. Musuh yang berwujud manusia maka kita sangat mudah untuk mengetahui dan membuat perlawanan karena memang jelas terlihat oleh kita. Misalnya ada orang yang mengajak kita untuk bermaksiat maka sangat mudah kita untuk menolaknya karena nyata didepan kita. Akan tetapi jika musuh yang berupa jin maka ini menjadi masalah bagi kita karena jin memang tidak terlihat oleh mata. Dan geraknya justru lebih luas dari pada kita. Oleh karena itu Allah Swt juga telah memperingatkan kepada kita agar berhati-hati dengan jin atau setan. Hal ini dijelaskan didalam surah al Baqarah ayat 208:



“Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam keseluruhan, dan janganlah kamu turut langkah-langkah syaitan. Sesungguhnya syaitan itu musuh yang nyata bagimu.”

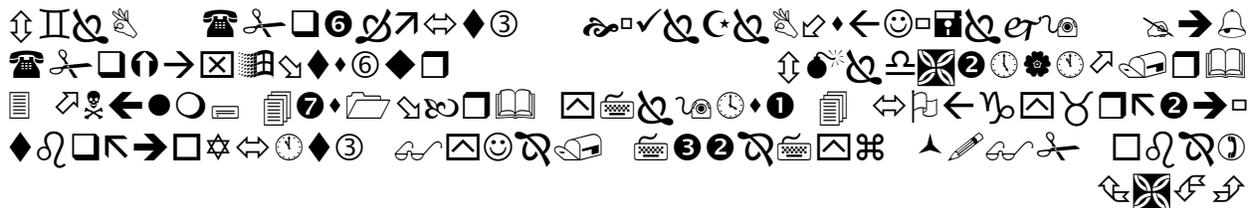
Selanjutnya didalam surah al A`raf ayat 16:



“Iblis menjawab: "Karena Engkau telah menghukum saya tersesat, saya benar-benar akan (menghalang-halangi) mereka dari jalan Engkau yang lurus”

Inilah deklarasi iblis yang merupakan leluhur setan yang pada saat itu mengatakan bahwa ia akan menggoda anak keturunan adam sampai hari kiamat.

Didalam kitab *Hiwar Ma`al Iblis* karangan Muhammad Abduh al Maghawiri menjelaskan bahwa ada beberapa cara iblis menggoda manusia. Pertama, menganggap remeh dosa. Jika kemaksiatan yang dalam bentuk judi, minum minuman keras, zina maka sebagian hamba Allah yang saleh maka kita akan mampu melawannya. Akan tetapi dosa kecil yang kemudian dianggap remeh oleh sebagian orang misalnya menjaga pandangan mata akan sangat sulit dihindari. Pandangan mata tidak boleh dianggap sebagai hal yang sepele karena dari dosa pandangan mata lah semua kemaksiatan dapat dilakukan. Ibnul Qayyim al Jaujiyah mengatakan bahwa pandangan mata merupakan dasar kemaksiatan yang mengakibatkan manusia jauh terjatuh kepada dosa yang lebih besar. Suatu kemaksiatan diawali dari pandangan mata yang selanjutnya muncul keinginan dan tekad yang akan dibuktikan dengan perbuatan. Oleh karena itu didalam al Quran surah an Nur ayat 30 Allah Swt memberikan penegasan kepada kita.



“Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: "Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya; yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang mereka perbuat".

Kedua, menganggap keburukan adalah hal yang menyenangkan serta menganggap buruk sesuatu yang baik.

Dikisahkan Tersebutlah seorang ahli ibadah dari kalangan Bani Israil yang paling tekun dalam beribadah. Pada masa itu ada tiga lelaki bersaudara yang mempunyai seorang saudara perempuan, dan tidak ada saudara perempuan selainnya. Ketiga bersaudara tersebut hendak berangkat jihad di jalan Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. Mereka tidak tahu kepada siapa mereka akan meninggalkan saudara perempuannya. Mereka juga tidak tahu kepada siapa mereka merasa aman untuk menitipkan saudara perempuannya itu.

Akhirnya, mereka pun sepakat untuk meninggalkan saudara perempuan mereka pada seorang ahli ibadah dari kalangan Bani israil. Dialah orang yang dipercaya oleh mereka. Lalu mereka mendatangi ahli ibadah tersebut dan memintanya agar mereka diperkenankan untuk menitipkan saudara perempuan mereka, sehingga saudara perempuan mereka berada dalam pengawasan si ahli ibadah sampai mereka kembali dari perjalanan.

Awalnya, si ahli ibadah menolak permintaan tersebut dan memohon perlindungan diri kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala* dari mereka dan dari saudara perempuan mereka. Tetapi mereka pun terus mendesak hingga akhirnya si ahli ibadah menuruti keinginan mereka dan menerima permintaan mereka. Dia berkata kepada mereka,

“Tempatkanlah saudara perempuanmu di rumah dekat tempat ibadahku.” Lantas mereka menempatkan saudara perempuan mereka di rumah tersebut, kemudian mereka pergi meninggalkannya.

Maka perempuan tersebut tinggal bersama si ahli ibadah tersebut selama beberapa waktu. Si ahli ibadah selalu turun dari tempat ibadahnya untuk membawakan makanan. Kemudian dia memanggil perempuan tersebut, lalu si perempuan keluar dari dalam rumah untuk mengambil makanan yang dihidangkan kepadanya. Lantas setan membisikinya. Setan pun menebarkan tipu dayanya, seolah-olah senantiasa memberi motivasi kepada ahli ibadah untuk berbuat kebaikan. Setan membisikkan rasa keberatan kepada ahli ibadah jika perempuan tersebut keluar dari

rumahnya di siang hari, dan menakut-nakutinya jangan sampai ada seorang pun yang melihat perempuan tersebut. Akhirnya, si ahli ibadah mengunci perempuan tersebut.

“Seandainya engkau mau datang membawa makanan untuknya dan engkau letakkan di pintu rumah yang ditinggali perempuan tersebut, niscaya engkau mendapat pahala yang besar.”

Setan pun terus-menerus membisiki hal tersebut, hingga akhirnya dia berjalan ke tempat perempuan tersebut dengan membawa makanan serta meletakkannya di pintu rumah tanpa mengajak bicara perempuan tersebut. Si ahli ibadah melakukan hal ini selama beberapa waktu.

Iblis pun datang lagi untuk memperdaya si ahli ibadah, “Seandainya kamu mau berbicara dan mengobrol dengan perempuan tersebut, maka pasti dia merasa terhibur dengan obrolanmu lantaran dia sedang kesepian.”

Demikianlah Iblis senantiasa membisikinya, hingga akhirnya si ahli ibadah mau berbincang-bincang dengan perempuan tersebut dalam beberapa waktu. Si ahli ibadah itu pun selalu memandangi perempuan tersebut dari atas tempat ibadahnya. Setelah itu, iblis datang lagi membisikinya, “Seandainya engkau mau turun menghampirinya, hingga engkau duduk di pintu tempat ibadahnya lalu berbicara dengannya dan dia duduk di pintu rumahnya berbicara denganmu, niscaya hal ini lebih baik dan lebih menghibur dirinya.”

Iblis senantiasa membisikinya, hingga akhirnya iblis berhasil membuat si ahli ibadah turun dan duduk di depan pintu tempat ibadahnya untuk berbicara dengan perempuan tersebut dan demikian pula sebaliknya. Perempuan tersebut keluar dari rumah sehingga dia duduk di pintu rumah. Mereka berdua pun melakukan hal ini selama beberapa waktu.

Kemudian iblis datang lagi. Ia memperdayai ahli ibadah seolah hendak melakukan kebaikan dan meraih pahala ketika dia melakukan itu semua terhadap perempuan tersebut. Iblis membisikkan, “Seandainya kamu mau keluar dari pintu tempat ibadahnya, lalu kamu duduk di dekat pintu rumah perempuan tersebut untuk berbincang-bincang dengannya, niscaya hal tersebut lebih menghibur dan lebih baik baginya.” Iblis senantiasa membisikkan hal tersebut sampai si ahli ibadah melakukannya. Akhirnya, si ahli ibadah pun melakukannya dalam beberapa waktu.

Lantas iblis datang lagi seolah memotivasi untuk melakukan kebaikan seraya membisikkan, “Andai saja kamu mau berdekatan dengannya, engkau duduk di pintu rumahnya untuk berbincang-bincang dengannya dan si perempuan tidak perlu keluar dari rumahnya.”

Lantas dia pun melakukan hal tersebut. Dia pun turun dari tempat ibadahnya dan berdiri di pintu rumah si perempuan dan berbincang-bincang dengannya. Mereka berdua pun melakukan hal tersebut selama beberapa waktu. Selanjutnya, iblis datang lagi membisikinya, “Andai saja kamu mau masuk ke dalam rumah perempuan tersebut, lalu kamu berbincang-bincang dengannya dan kamu tidak membiarkan dirinya menampakkan wajahnya kepada seorang pun, niscaya hal tersebut lebih baik bagimu.”

Iblis senantiasa membisikinya, sehingga dia pun masuk ke dalam rumah dan berbincang-bincang dengan perempuan tersebut seharian penuh. Ketika waktu siang telah berlalu, dia naik ke tempat ibadahnya.

Lagi-lagi iblis mendatangi setelah itu, dia terus-menerus menghasi perempuan tersebut di hadapan si ahli ibadah. Hingga akhirnya si ahli ibadah menyentuh paha dan kemaluan si perempuan. Iblis pun terus-menerus memoles si perempuan di kedua mata si ahli ibadah. Iblis membujuknya hingga akhirnya dia menzinai perempuan tersebut dan menghamilinya. Akhirnya perempuan tersebut melahirkan seorang anak.

Kemudian iblis datang dan membisiki, “Bagaimana pendapatmu, jika saudara-saudara ini datang, sementara saudara perempuannya melahirkan anak-anak darimu apa yang akan kamu perbuat? Pastilah keburukanmu akan terungkap atau mereka akan membuka keburukanmu. Oleh karena itu, datangi anak itu, sembelihlah dia, lalu kuburkan. Sungguh, si perempuan akan tutup mulut karena dia juga takut saudara-saudaranya tahu apa yang telah engkau perbuat terhadapnya.”

Lantas si ahli ibadah melakukannya. Dia pun membunuh anak tersebut. Selanjutnya iblis membisiki lagi, “Apakah kamu yakin perempuan tersebut dapat merahasiakan pada saudara-saudara atas apa yang telah engkau perbuat terhadapnya dan perbuatanmu yang telah membunuh anaknya. Maka, tangkap perempuan tersebut, lalu sembelih, dan kuburkan bersama anaknya!”

Iblis pun terus-menerus membisikkan hal itu, hingga akhirnya dia pun menyembelih perempuan tersebut dan menceburkannya ke dalam lubang beserta anaknya, menutupi keduanya dengan batu besar, dan meratakan tanahnya. Kemudian dia naik ke tempat ibadahnya dan beribadah di dalamnya.

Si ahli ibadah masih tetap dalam keadaan seperti itu hingga saudara-saudara perempuan tersebut pulang dari medan perang. Mereka mendatangi si ahli ibadah dan menanyakan perihal saudara perempuannya. Si ahli ibadah memberitahukan kepada mereka bahwa perempuan tersebut telah meninggal. Dia pun berdoa agar perempuan tersebut mendapat rahmat, dan mengisinya. Dia berkata, “Dia sudah perempuan terbaik.”

Ketika malam telah menjadi gelap dan mereka terlelap dalam pembaringannya, iblis mendatangi mereka dalam tidur dengan menjelma sebagai seorang musafir. Awalnya, setan mendatangi saudara paling tua. Iblis bertanya kepadanya tentang saudara perempuannya. Dia pun menceritakan sebagaimana yang dikatakan oleh si ahli ibadah tentang kematiannya, tentang ahli ibadah yang mendoakannya agar mendapat rahmat, dan tentang si ahli ibadah yang menunjukkan kuburan saudara perempuannya tersebut kepadanya. Lantas Iblis menganggapnya keliru. Iblis mengatakan, “Si ahli ibadah tidak berkata jujur kepada kalian tentang saudara perempuan kalian. Sungguh, si ahli ibadah telah menghamili saudara perempuanmu sehingga dia melahirkan seorang anak, lalu si ahli ibadah menyembelih saudara perempuan kalian beserta anaknya karena takut kepada kalian. Dia menceburkan keduanya ke dalam lubang yang digalinya di belakang pintu rumah yang ditempati oleh saudara perempuan kalian di sebelah kanan tempat orang masuk rumah. Oleh karena itu, pergilah dan masuklah ke dalam rumah yang kemarin ditempati saudara perempuan kalian, pastilah kalian akan menemukan keduanya sebagaimana yang saya katakan.”

Lantas Iblis mendatangi saudara kedua di dalam tidurnya. Iblis pun mengatakan hal yang sama kepadanya. Kemudian iblis mendatangi saudara paling kecil dan mengatakan hal yang sama kepadanya. Ketika mereka bangun tidur, mereka pun heran akan mimpi yang dialami oleh masing-masing dari mereka. Mereka saling berpandangan satu sama lain dan berkata kepada saudaranya, “Sungguh, tadi malam saya bermimpi aneh.” Mereka pun saling menceritakan

mimpi mereka satu sama lain. Lantas saudara paling tua berpendapat, “Ini hanya bunga tidur. Tidak ada kenyataannya. Biarkan berlalu begitu saja.”

Sedangkan saudara paling kecil berpendapat, “Demi Allah, aku tidak akan melewatkan begitu saja sehingga aku mendatangi tempat tersebut dan aku melihatnya sendiri.”

Akhirnya mereka semua berangkat ke rumah yang pernah ditempati saudara perempuan mereka. Mereka membuka pintu dan mencari lokasi yang dijelaskan oleh iblis kepada mereka di dalam mimpi. Dan ternyata mereka menemukan saudara perempuan mereka bersama anaknya di dalam lubang dalam keadaan disembelih sebagaimana yang dikatakan iblis kepada mereka. Lantas mereka meminta penjelasan kepada si ahli ibadah mengenai hal tersebut.

Si ahli ibadah pun membenarkan perkataan iblis tentang apa yang telah dia perbuat terhadap keduanya. Selanjutnya mereka mengadukan kasus ini kepada Raja. Mereka pun menyeret si ahli ibadah dari tempat ibadahnya dan diajukan agar disalib. Ketika mereka telah mengikatnya pada tiang untuk dieksekusi, iblis mendatangnya dan berkata, “Saya adalah temanmu yang telah membujukmu dengan perempuan yang telah engkau hamili dan engkau sembelih beserta anaknya. Jika kamu sekarang kamu mau menurutiku dan engkau kufur terhadap Allah *Subhanahu wa Ta’ala* yang telah menciptakanmu dan membentukmu, niscaya saya akan menyelamatkanmu dari keadaanmu sekarang ini.” Lantas si ahli ibadah kufur terhadap Allah *Subhanahu wa Ta’ala*. Dan ketika dia telah kufur terhadap Allah *Subhanahu wa Ta’ala*, iblis pun meninggalkannya. Akhirnya mereka menyalibnya dan membunuhnya. Mengenai hal inilah ayat berikut ini diturunkan.

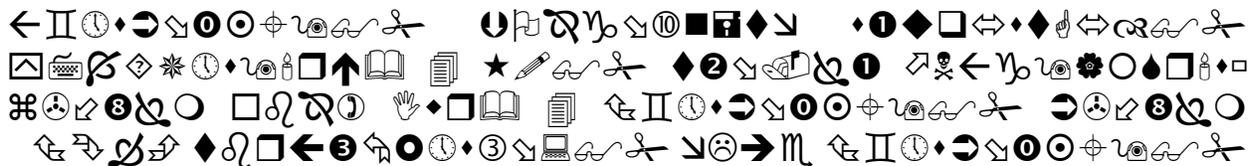


## Pengendalian diri dan hubungannya dengan pembentukan karakter

Oleh: Prof. A. Rafiqi

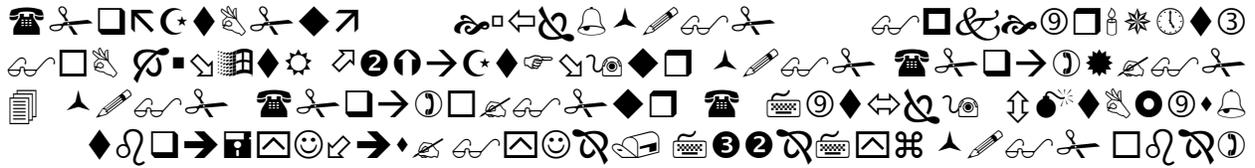
Dalam kehidupan kita sering melihat perilaku destruktif, baik yang kita amati langsung atau kita lihat di media elektronik. Tawuran, perampokan, perkelahian, pencurian demonstrasi yang anarkis dengan merusak fasilitas-fasilitas umum perilaku seks bebas, penyalahgunaan narkoba dan sebagainya. Bahkan di lembaga pendidikan juga terdapat perilaku yang sama bukan hanya sebatas bolos sekolah, tidak mengerjakan PR akan tetapi jauh lebih dari itu siswa kita sudah berani membawa foto dan video yang bermuatan pornografi dan bahkan melawan gurunya. Disisi lain kita juga melihat manusia berlomba-lomba mengejar materi dan jabatan duniawi sehingga terkadang melupakan ajaran dan tuntunan agama. Fenomena ini semua mengakibatkan munculnya penyakit yang dalam bahasa al Qur`an disebutkan “*fi qulubihim maradh*” (di dalam hati mereka ada penyakit) yang apabila dibiarkan akan menjadi “*fazada humullahu maradha*” (kemudian Allah tambah penyakit itu). Dalam istilah psikologi kita kenal dengan pengendalian diri (self control) kemudian yang dalam Islam dikenal dengan “*mujahadah fin nafs*”.

Didalam al Quran surah al Mujadalah ayat 19 yang berbunyi:



*“Syaitan telah menguasai mereka lalu menjadikan mereka lupa mengingat Allah; mereka Itulah golongan syaitan. ketahuilah, bahwa Sesungguhnya golongan syaitan Itulah golongan yang merugi”*

Maksud ayat diatas adalah bahwa setan telah mampu menguasai/mempengaruhi diri manusia. Maka dari itu manusia harus mampu mengontrol dirinya dengan bermujahadah. Bermujahadah artinya bersungguh-sungguh mengintroveksi dirinya agar selalu dekat dengan Allah Swt. Jika tidak maka Allah Swt akan melupakan mereka (manusia) untuk mengingat Allah Swt. Dalam hal ini ketika manusia akan menjadi pengikut setan maka harus ada penangkalnya. Penangkalnya adalah pengendalian diri yang dalam bahasa agama disebut dengan *mujahadah nafs*. Oleh sebab itu maka setiap manusia harus cerdas dalam mempersiapkan dirinya bekal apa yang akan ia bawa kemudian. Sebagaimana firman Allah Swt didalam surah al Hasyir ayat 18 yang berbunyi:



*“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”*

Kontrol diri ini sangat penting bagi setiap manusia sebagaimana ketika Rasulullah Saw setelah kembali dari perang badar perang terbesar yang pernah diikuti oleh Rasulullah Saw. Maka setelah itu ada perang yang lebih besar lagi yakni perang melawan hawa nafsu.

Ada satu kisah yang sangat populer pada saat perang khandak ada seorang juwara yang terkenal tangguh bangsa Quraisy yaitu Amru bin Wud Al'Amiri. Dengan angkuhnya ia menantang kaum muslimin untuk duel dengannya. Setelah meminta izin kepada Rasulullah SAW untuk melawan Amru bin Wud Al'Amiri , Ali bin Abi Tholib pun bersiap dengan pedang zulfikar yang terhunus siap menghadapi Amru bin Wud Al'Amiri.

Meskipun Amru bin Wud Al'Amiri mengejek Ali bin Abi Tholib yang waktu itu masih muda usia, namun Ali bin Abi Tholib tidak gentar dan membalasnya dengan kata-kata yang membangkitkan semangat perang.

Amru: Siapakah kamu hai anak muda?

Ali: Aku adalah Ali.

Amru: Kamu anak Abdul Manaf?

Ali: Bukan Aku anak Abu Tholib.

Amru: Kamu jangan maju kesini hai anak saudaraku, kamu masih kecil , aku menginginkan yang lebih tua darimu karena aku pantang menumpahkan darahmu.

Ali: Jangan sombong dulu hai Amru! Aku akan buktikan bahwa aku dapat merobohkan-mu hanya dalam beberapa detik saja dan aku tidak segan-segan untuk menghantarkan-mu ke liang kubur.

Amru bin Wud Al'Amiri mendadak menjadi marah dan menghunuskan pedangnya ke arah Ali lalu menyerang Ali secara tiba-tiba. Ali bin Abi Tholib menangkis serangan Amru dengan tameng yang terbuat dari kulit binatang sehingga pedang Amru tertancap di tameng tersebut.

Ali tidak langsung membunuh Amru yang ketika itu masih sempat meludahi wajah Ali mengapa karena pada saat itu emosi Ali sedang memuncak. Ia tidak ingin membunuh musuh dikarenakan emosi akan tetapi membunuh karena Allah Swt.

Kisah diatas adalah satu contoh kontrol diri yang luar biasa dari seorang Ali bin Abi Tholib.

**Tipe Pemimpin dalam Islam**  
Oleh: Prof Dr Lahmuddin Lubis



“Sungguh telah datang kepadamu seorang Rasul dari kaummu sendiri, berat terasa olehnya penderitaanmu, sangat menginginkan (keimanan dan keselamatan) bagimu, Amat belas kasihan lagi Penyayang terhadap orang-orang mukmin”

Ayat ini menjelaskan kepada kita bahwa ada beberapa ciri pemimpin yang Rasulullah perlihatkan kepada kita. Seorang pemimpin wajib memikirkan ummatnya bukan malah ingin dipikirkan oleh ummatnya. Selalu memikirkan kesejahteraan ummatnya bahkan didalam sejarah kita temukan ketika menjelang kematiannya beliau masih memikirkan ummatnya bukan memikirkan keluarganya. Inilah contoh seorang pemimpin bahkan sangat khawatir jika ummatnya jauh dari Allah Swt. Kemudian ia sangat mengkhawatirkan keselamatan dan keamanan ummatnya. Sehingga ia sangat bangga ketika ummatnya memiliki iman yang sempurna ketika menghadap Allah Swt. Rasulullah Saw mengharapkan kebahagiaan ummatnya di dunia dan akhirat. Selanjutnya sifat Rasulullah sebagai pemimpin adalah kasih sayang kepada sesama muslim. Sebagai seorang pemimpin Rasulullah sangat menaruh perhatian kepada fakir miskin dan anak yatim. Hal ini juga yang menjadi perhatian kita terhadap pemimpin kita saat ini, apakah pemimpin kita memiliki sifat sebagaimana yang dijelaskan oleh Rasulullah Saw tersebut. Oleh karena itulah Rasulullah Saw telah mencontohkan secara langsung bagaimana seorang pemimpin itu bertindak dan berbuat untuk kepentingan umatnya.

Selain itu sifat yang wajib ada pada Rasulullah adalah sifat *siddik* artinya benar atau jujur. Pemimpin harus berani berkata benar dan serta berani berkata salah adalah jika memang salah. Sifat jujur sudah seharusnya ada pada pemimpin kita saat ini. jujur dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat tidak mengada-ngada, sesuai fakta dan realita yang ada. Selanjutnya *amanah*, amanah juga sifat yang wajib ada pada diri rasul. *Amanah* artinya dapat dipercaya, seorang pemimpin harusnya menyampaikan hak-hak rakyatnya tanpa ada yang di sembunyikan. Pemimpin yang melaksanakan amanah juga harus memperhatikan apakah amanah

tersebut bertentangan dengan ajaran Islam dan sunnah nabi Muhammad Saw atau tidak. Jika ternyata amanah tersebut bertentangan dengan ajaran Islam maka harus ditinggalkan. Sifat selanjutnya adalah *tabligh* artinya menyampaikan. Seorang pemimpin harus memiliki sifat ini. Tidak ada informasi yang ditutupi apalagi jika menyangkut kepentingan masyarakat banyak sudah seharusnya disampaikan secara terbuka tentang apa yang menjadi masalah bersama agar dapat dibicarakan jalan keluarnya secara bersama-sama. Kemudian *fathanah* artinya seorang pemimpin itu haruslah cerdas. Cerdas dalam membaca peta perjuangan, cerdas dalam menyusun strategi pembangunan, memiliki visi dan misi yang jelas yang semuanya untuk kepentingan masyarakat banyak. Oleh karena itu memilih pemimpin adalah bagian dari ajaran agama dan hak kita sebagai warga Negara. Marilah kita menggunakan hak pilih kita agar pemimpin yang terpilih akan datang memiliki sifat *siddik*, *amanah*, *tabligh* dan *fathanah* demi kebahagiaan kita didunia dan akhirat.

## Kekuatan iman meredam kecemasan

Oleh: Prof Hasyimsyah

Berbicara kecemasan maka kita akan bicara masalah psikologis atau kejiwaan yang setiap manusia mengalami hal yang sama. Jika dilihat dari berbagai sumber, kecemasan juga dapat diartikan ketidak tentraman jiwa. kecemasan ini terjadi pada anak-anak, remaja dan juga orang dewasa. Jika kecemasan hanya terjadi sesaat mungkin tidak akan jadi masalah akan tetapi kecemasan ini terjadi secara terus-menerus yang kemudian menimbulkan rasa takut atau yang dalam istilah psikologi disebut *anxiety disorder*. Kemudian apabila dibiarkan maka akan berpengaruh kepada susah tidur bagi si penderita yang selanjutnya apabila tidurnya terganggu maka kondisi psikiknya pun akan terganggu. Oleh karena itulah kecemasan ini harus disikapi dengan bijaksana, mungkin ada teori-teori psikologi yang bisa dimanfaatkan guna mengurangi atau menghilangkan kecemasan tersebut. Selama tidak bertentangan dengan aqidah maka upaya untuk mengurangi kecemasan tersebut boleh dilakukan. Namun untuk kecemasan yang diakibatkan karena mengalami sedikit tekanan atau stres misalnya ketika akan melamar pekerjaan dan harus interview dengan pimpinan perusahaan tersebut maka ini adalah hal yang normal. Maka bagaimana mensikapi hal ini bila dilihat dari sisi agama? Secara ilmu tasawuf sebenarnya tekanan ini adalah hal yang normal dan sebagai seorang muslim ini akan menjadi motivasi baginya untuk lebih dekat lagi kepada Allah Swt. Walaupun kecemasan itu tidak bisa disebut anugrah akan tetapi kecemasan akan mendorong pelakunya untuk lebih dekat dengan Allah Swt. Mengapa ada rasa kecemasan itu? Di beberapa ayat al Quran bisa kita temukan terkait hal ini, yang salah satunya terdapat di dalam surah al Ma`arij ayat 19-23:



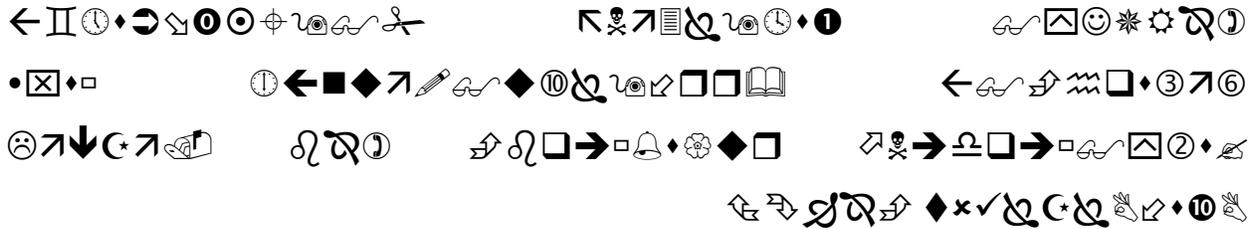
“Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir.

apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah,

dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir,

kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat,  
yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya”

pada ayat lain upaya-upaya setan untuk menggoda manusia ditumpangi pada kecemasan yang dialami manusia. Sebagaimana firman Allah Swt dalam surah ali Imran ayat 175:



“Sesungguhnya mereka itu tidak lain hanyalah syaitan yang menakut-nakuti (kamu) dengan kawan-kawannya (orang-orang musyrik Quraisy), karena itu janganlah kamu takut kepada mereka, tetapi takutlah kepadaKu, jika kamu benar-benar orang yang beriman”

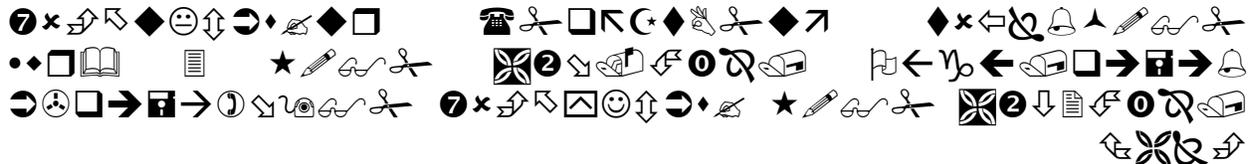
Oleh karena itu bagaimana cara mengatasinya sebagaimana tuntunan al Quran. Pertama, bersabar. firman Allah Swt didalam surah al Baqarah ayat 155:



“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”.

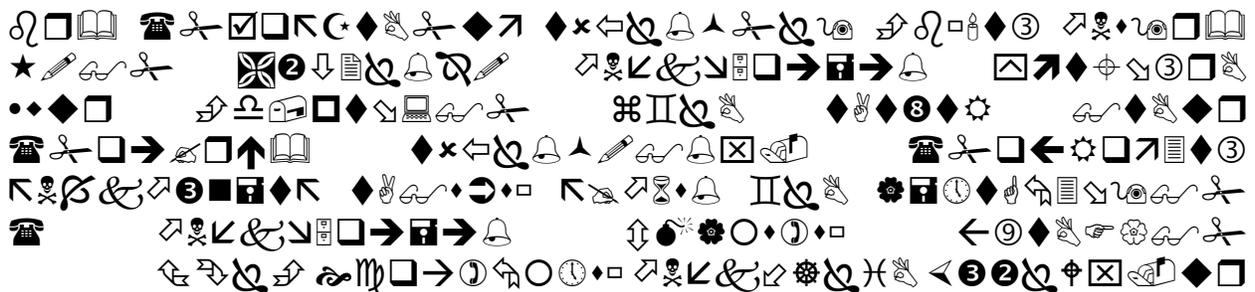
Oleh karena itu sesuatu yang kita peroleh apakah itu kesehatan, penghargaan manusia, atau harta maka seluruhnya berasal dari Allah Swt. Ada sebagian orang yang ketika memasuki masa pensiun maka ia tidak siap dengan kondisi ini karena akan kekurangan materi atau harta. Ketika al Quran memberikan kabar gembira maka itu artinya bersifat pasti dan kabar gembira disini bagi mereka yang memiliki rasa cemas adalah sabar. Lantas apa itu sabar? Sabar adalah kondisi jiwa

menyakini bahwa Allah Swt memiliki kekuasaan dan apa-apa yang terjadi adalah kehendak Allah Swt. Ketika kita mampu menyatakan demikian maka yang keluar dari mulutnya adalah kalimat *Innalillahi wa inna ilaihi rajiun* segala sesuatu yang berasal dari Allah Swt akan kembali kepadanya. Kedua, yang dapat menetralsisir kecemasan adalah berzikir. Sebagaimana firman Allah Swt didalam al Quran surah ar Ra`du ayat 28:



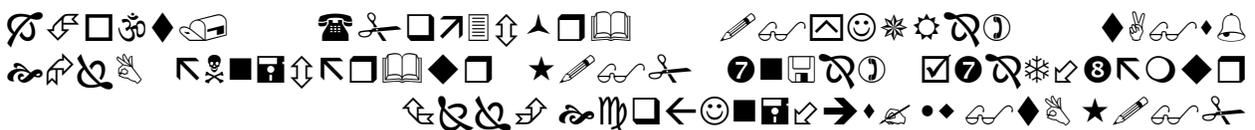
“orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.

Pada ayat berikutnya Allah Swt juga berfirman:



“Belumlah datang waktunya bagi orang-orang yang beriman, untuk tunduk hati mereka mengingat Allah dan kepada kebenaran yang telah turun (kepada mereka), dan janganlah mereka seperti orang-orang yang sebelumnya telah diturunkan Al kitab kepadanya, kemudian berlalulah masa yang panjang atas mereka lalu hati mereka menjadi keras. dan kebanyakan di antara mereka adalah orang-orang yang fasik.”

Ketiga, solusi berikutnya adalah berdoa. Sebagaimana kisah Ya`kub didalam al Quran surah Yusuf ayat 86:



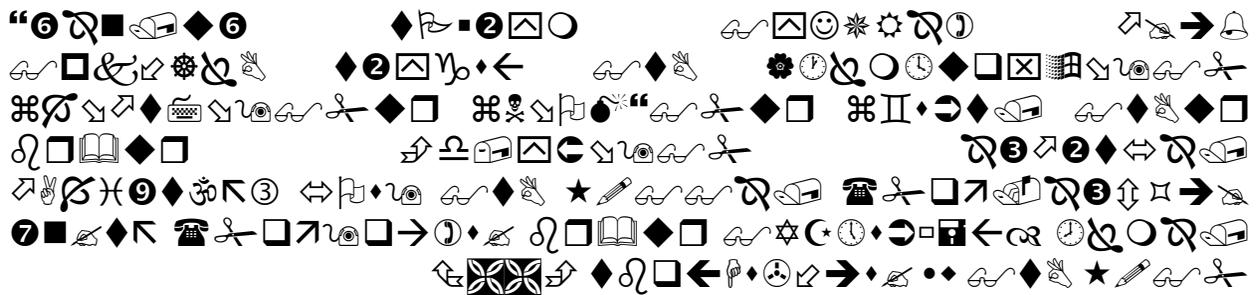
“Ya'qub menjawab: "Sesungguhnya hanyalah kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku, dan aku mengetahui dari Allah apa yang kamu tiada mengetahuinya.”

Semoga dengan solusi diatas yakni kesabaran, zikir dan berdoa membuat kita tangguh dalam menghadapi kelanjutan kehidupan kita. Sehingga kita termasuk hamba Allah yang pandai bersyukur.

**Hubungan Salat dan pengendalian diri dalam mencegah kejahatan sosial**

Oleh: Dr Zainun MA

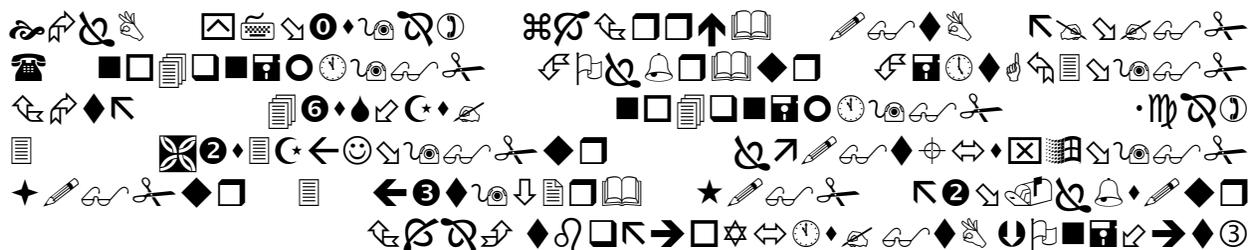
Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia halaman 34 dijelaskan bahwa pertama, kejahatan adalah perbuatan yang jahat seperti korupsi, mencuri, merampok, dan melakukan pelanggaran hukum. Kedua, diartikan sebagai sifat jahat, dan yang ketiga diartikan sebagai dosa dan yang keempat sebagai perilaku yang bertentangan dengan nilai-nilai atau norma-norma yang berlaku. Kalau kita sederhanakan bahwa kejahatan sosial adalah perbuatan dosa atau pelanggaran yang dilakukan oleh manusia yang dapat melanggar ketentuan-ketentuan masyarakat. Didalam al Quran surah al A`raf ayat 33:



“Katakanlah: "Tuhanku hanya mengharamkan perbuatan yang keji, baik yang nampak ataupun yang tersembunyi, dan perbuatan dosa, melanggar hak manusia tanpa alasan yang benar, (mengharamkan) mempersekutukan Allah dengan sesuatu yang Allah tidak menurunkan hujjah untuk itu dan (mengharamkan) mengada-adakan terhadap Allah apa yang tidak kamu ketahui."

ada tiga kejahatan sosial yang dijelaskan dalam ayat diatas yakni, *al Fawahisy* artinya perbuatan keji yang didalam al Quran disebutkan punya dua kategori *ma joharo minha* (jelas nampak) *wama baton* (tidak kelihatan). Para ulama tafsir menyebutkan bahwa *al Fawahisy* adalah perbuatan keji dan nista. Buya Hamka menyebutkan dalam tafsirnya bahwa *al Fawahisy* adalah perbuatan keji yaitu seperti zina, free sex, pelacuran dan sebagainya. Intinya *al Fawahisy* adalah perbuatan jahat yang selalu berhubungan dengan *faraj* atau kemaluan. Bahkan saat ini *al Fawahisy* itu sangat terang-terangan dilakukan didepan mata kita seperti LGBT. Yang kedua disebutkan *al Istmi* adalah dosa sesama anak manusia seperti ghibah, adu doba, fitnah. Dan yang ketiga, *al baghi bi ghairil hak* artinya merampas dan mengambil hak orang lain tanpa alasan yang benar. Itulah perbuatan korupsi, mencuri, merompok dan sebagainya. Lantas bagaimana hubungan salat dengan pengendalian diri terhadap kejahatan sosial?

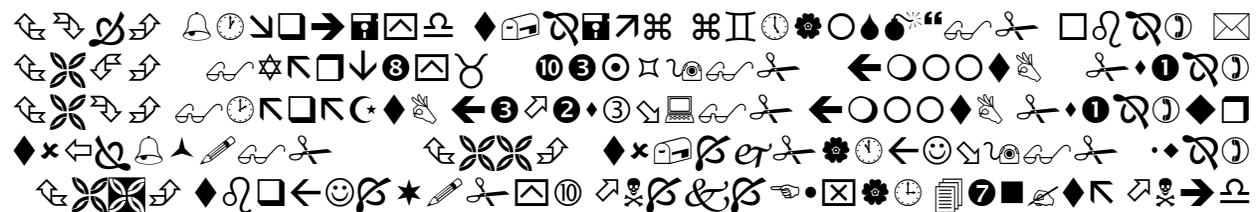
Didalam al Quran surah al Ankabut ayat 45 disebutkan:



“Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, Yaitu Al kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan- perbuatan) keji dan mungkar. dan

Sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”

Selanjutnya didalam surah al ma`arij ayat 19-23 disebutkan:



“Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir.

apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah,

dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir,

kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat,

yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya”

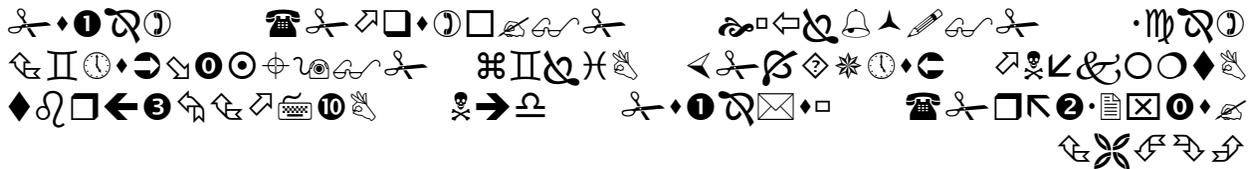
Perintah salat adalah kewajiban yang harus kita jalankan sebagai seorang Muslim. Kata *al fahsya* didalam al Quran terulang sebanyak 7 kali sedangkan kata *al munkar* terulang sebanyak 15 kali. Menurut al Quran *al fahsya* adalah satu perbuatan yang melampaui batas keburukan dan kekejian baik ucapan maupun perbuatan. Sedangkan *al munkar* merupakan perbuatan melanggar aturan agama, budaya dan norma adat istiadat. Lantas bagaimana agar salat kita mampu mencegah dari perbuatan keji dan munkar? Jawabnya adalah dirikanlah salat serta jagalah kekhusukan salat kita dengan menjaga rukun, syarat dan sunnah-sunnahnya. Ketika salatnya telah benar maka otomatis perilaku didalam salat (merasa selalu diawasi oleh Allah Swt) akan terbawa ke luar salat yakni didalam kehidupannya. Jika sudah dapat demikian maka barulah salat yang ia lakukan dapat mencegahnya dari perbuatan keji dan munkar. Kemudian dengan adanya waktu salat di siang hari dan malam hari maka otomatis waktu yang ada akan dimanfaatkan untuk beribadah kepada Allah Swt. Pada zaman Rasulullah Saw ada seorang sahabat yang dilaporkan kepada Rasulullah bahwa pemuda itu di siang harinya salat akan tetapi di malam harinya ia mencuri. Maka dijawab oleh Rasulullah “ketahuilah bahwa salatnya itu akan mencegahnya dari perbuatan keji seperti yang kalian katakana tadi.” Maka ibadah salat yang kita lakukan akan mampu mempengaruhi kehidupan kit cepat atau lambat.



## Kekuatan Zikrullah melawan kekuatan setan

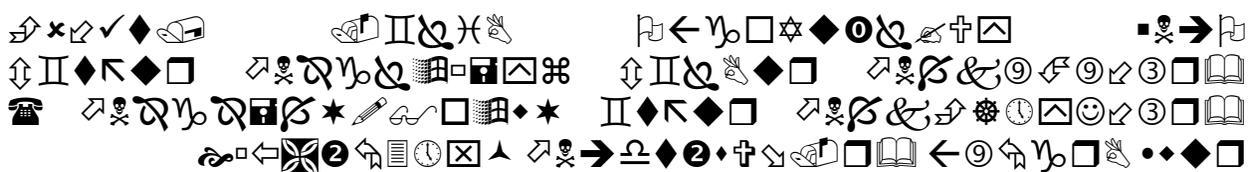
Oleh: Dr. Zainun

Jika kita lihat didalam al Quran dan Hadis maka akan kita temukan penjelasan yang sangat jelas dan tegas bahwa setan adalah musuh yang nyata bagi manusia. Bahkan ketika Adam dan Hawa masih berada di surga, setan berupaya agar Adam dan Hawa diturunkan dari surga. Bahkan setan telah bersumpah ia akan menggelincirkan manusia sampai hari kiamat dan ketika diakhirat nanti setan akan cuci tangan dari perbuatannya yang telah menggelincirkan manusia. Didalam al Quran surah al A`raf ayat 201 dijelaskan:



“Sesungguhnya orang-orang yang bertakwa bila mereka ditimpa was-was dari syaitan, mereka ingat kepada Allah, Maka ketika itu juga mereka melihat kesalahan-kesalahannya.”

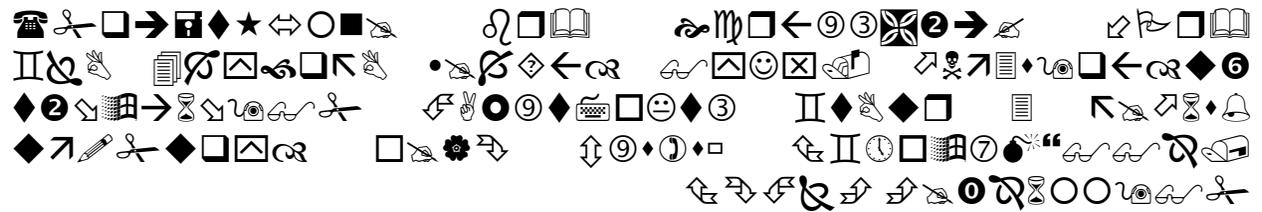
Setan akan senantiasa menggoda manusia mulai dari tingkatan awam sampai yang berilmu agama sekalipun. Akan tetapi orang-orang yang bertaqwa akan terhindar dari setan karena mereka senantiasa berzikir kepada Allah Swt. Dalam ayat diatas ada kata kunci yakni, *thaiifa* yang artinya berputar. Seekor burung elang akan berputar-putar diudara sebelum memangsa buruannya. Begitu juga orang arab apabila ia setelah kembali dari perdagangan maka ia akan berthawaf (berputar) dulu mengelilingi ka`bah sebelum masuk ke rumahnya. Maka dari itu setan pun berputar mengelilingi manusia sebelum ia menggodanya. Oleh karena itu kita harus mengetahui cara-cara setan dalam menggoda manusia. Hal ini dapat kita lihat didalam surah al A`raf ayat 17:



“Kemudian saya akan mendatangi mereka dari muka dan dari belakang mereka, dari kanan dan dari kiri mereka. dan Engkau tidak akan mendapati kebanyakan mereka bersyukur (taat).”

Syaik Muthawalli Sya`rawi menafsirkan ayat ini bahwa ketika setan datang ingin menggoda manusia dari depan maka ia akan menggoda manusia tersebut dengan mengatakan bahwa hari akhirat tidak ada sehingga manusia lupa dengan ibadah kepada Allah Swt. Selanjutnya setan menggoda dari belakang maksud setan menggoda manusia dengan melalui anak keturunan. Selanjutnya setan menggoda dari sebelah kanan artinya setan menggoda manusia melalui semua nikmat yang ada padanya bahwa itu bukan dari Allah Swt. Agar manusia lupa bersyukur atas nikmat dari Allah Swt. Selanjutnya setan menggoda manusia dari sebelah kiri yakni dengan melupakan manusia agar tidak bersyukur kepada Allah Swt. Akan tetapi setan tidak bisa

menggoda manusia dari sebelah atas karena manusia senantiasa berzikir kepada Allah Swt. Ia selalu dalam rahmat dan lindungan Allah Swt. Sebagai penutup mari kita simak al Quran surah al Baqarah ayat 108:



“Apakah kamu menghendaki untuk meminta kepada Rasul kamu seperti Bani Israil meminta kepada Musa pada jaman dahulu? dan Barangsiapa yang menukar iman dengan kekafiran, Maka sungguh orang itu telah sesat dari jalan yang lurus.”

Semoga Allah Swt melindungi kita, keluarga kita serta anak keturunan kita dari godaan setan sampai hari kiamat.