

**PENANGANAN SIFAT KELUH KESAH MELALUI
IBADAH SHALAT**
(Studi Deskriptif Penafsiran Surah Al-Ma'arij Ayat 19-35)

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**Siti Fatimah Binti Shuib
NIM. 150402021
Prodi Bimbingan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
DARUSSALAM BANDA ACEH
2020 M/1441 H**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh sebagai Salah Satu
Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S-1)
dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Oleh

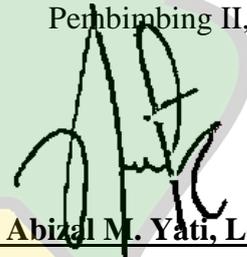
**SITI FATIMAH BT SHUIB
NIM. 150402021**

Disetujui Oleh:

Pembimbing I,

Pembimbing II,


Drs. Umar Latif, M.A
NIP. 195811201992031001


Dr. Abizal M. Yati, Lc., M.A
NIP. 2020018203

**Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan Dinyatakan Lulus dan Disahkan sebagai
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Diajukan Oleh:

**SITI FATIMAH BT SHUIB
NIM. 150402021
Pada Hari/Tanggal**

Selasa, 21 Januari 2020 M
25 Jamadil Awal 1441 H

**Di
Darussalam – Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah**

Ketua:


Drs. Umar Laif, M.A
NIP. 195811201992031001

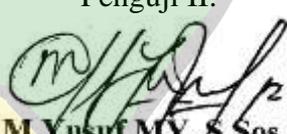
Sekretaris:


Dr. Abizat M. Yati, Lc., M.A
NIDN. 2020018203

Penguji I:

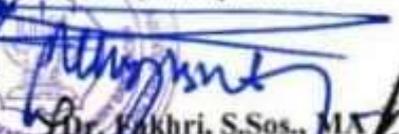

Juli Andriyani, M. Si
NIP. 197407222007102001

Penguji II:


M. Yusuf M.Y., S.Sos.I
NIDN. 2106048401

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh**


Dr. Fakhri, S.Sos., MA.
NIP. 196411291998031001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Dengan ini saya:

Nama / Nim : Siti Fatimah Binti Shuib/150402021
Fakultas / Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan Konseling
Islam
Tempat / Tgl. Lahir : Kedah / 07 Mac 1995
Warga Negara : Malaysia
Alamat : No 122 A, Kampung Bukit Kecil 08000 Sungai
Petani Kedah, Malaysia.

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 14 Januari 2020

Yang Menyatakan,



Siti Fatimah Binti Shuib
NIM. 150402021

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul **“Penanganan Sifat Keluh Kesah Melalui Ibadah Shalat (Studi Deskriptif Penafsiran Surah Al-Ma’arij ayat 19-35).”** Keluh kesah merupakan suatu sifat yang melekat dengan kehidupan manusia manakala dia menghadapi persoalan hidup dan manakala dia mendapat kebaikan tidak bersyukur dan juga dia tidak sabar terhadap keburukan yang menyimpannya, ini merupakan sifat buruk bagi umat Islam. Dengan demikian, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana penjelasan para ulama tafsir tentang sifat keluh kesah dalam surah Al-Ma’arij ayat 19-35 dan bagaimana peran ibadah shalat dalam menangani sifat keluh kesah. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penjelasan para ulama tafsir tentang sifat keluh kesah dalam surah Al-Ma’arij ayat 19-35 dan untuk mengetahui peran ibadah shalat dalam menangani sifat keluh kesah. Untuk menjawab pertanyaan penelitian tersebut, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif. Jenis penelitian ini adalah *library research* (kajian pustaka) yaitu data yang dikumpulkan dari pustaka dengan mengutip, memilah dan menyusun. Teknik yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*) terhadap literatur yang berkaitan yang artinya peneliti melakukan analisis terhadap makna atau isi yang terkandung dalam Al-Quran surah Al-Ma’arij ayat 19-35. Selain itu, dalam teknik pengumpulan data ayat al-Quran dan kitab tafsir, pendekatan yang digunakan bagi memahami sifat keluh kesah di dalam ayat Al-Quran adalah kaedah ilmu tafsir. Maka penulis menggunakan beberapa kitab tafsir yang mendukung serta menjelaskan tentang sifat keluh kesah di dalam surah Al-Ma’arij:70: ayat 19-35. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut beberapa penafsir, sifat keluh kesah adalah sifat yang tercela, yaitu apabila ditimpa sesuatu yang menyusahkan maka akan mengeluh dan gusar hatinya seolah-olah menjadi hancur sehingga berputus asa dan dikatakan juga sifat keluh kesah ini tidak mempunyai ketenangan hati dan merasa selalu cemas apabila ketika keinginan tidak terealisasikan ini karena seseorang itu hatinya kosong dari iman. Apabila seseorang tidak pelihara iman dengan baik maka akan muncul berbagai penyakit hati. Kemudian sifat keluh kesah ini dapat di atasi dengan melalui ibadah shalat. Shalat yang dimaksudkan adalah shalat yang *daa-imun* dan *yuhafizun*. *Daa-imun* yang berarti melaksanakan shalat dengan pada waktunya secara teratur sedangkan *yuhafizun* pelaksanaan shalatnya dengan memelihara rukun, syarat serta sunnah-sunnahnya sehingga mencapai kekhusyukkan ketika shalat.

Kata Kunci: Penanganan Sifat Keluh Kesah, Shalat, Surah Al-Ma’arij 19-35

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah s.w.t yang telah memberikan rahmat, taufik dan karunianya. Selawat serta salam ke atas junjungan besar Nabi Muhammad Sallallahu 'alaihi wassalam yang telah membawa kita dari alam kejahilan kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Selawat dan salam juga buat para ahli keluarga serta sahabat-sahabat Baginda yang telah wafat.

Dengan izin Allah s.w.t yang telah memberikan kesempatan untuk penulis menyelesaikan sebuah skripsi berjudul **“Penanganan Sifat Keluh Kesah Melalui Ibadah Shalat (Studi Deskriptif Penafsiran Surah Al-Ma’arij ayat 19-35).”** Karya yang sangat sederhana dalam rangka melengkapi persyaratan menyelesaikan Sarjana stars S-1 dalam bidang Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh.

Dalam menyiapkan karya ilmiah ini penulis mengalami pelbagai hambatan dan rintangan, namun segalanya dapat ditempuhi dengan berkat kesabaran dan bantuan serta dukungan pelbagai pihak. Maka di kesempatan ini penulis ingin mengucapkan jutaan terima kasih yang tidak terhingga kepada yang terhormat:

1. Ucapan terima kasih dan kasih sayang serta rindu yang tidak terhingga kepada ayahanda Shuib Bin Ismail @ Abu dan Ibunda Harison Binti Hj. Husain yang telah bersusah payah melahirkan, mengasuh, mendidik dan membesarkan diri ini berdasarkan al-Qur'an dan sunnah sehingga bisa berdikari membawa diri menuntut ilmu di perantauan. Tanpa berkat dan doa dari ayahanda dan ibunda diriku bukan siapa-siapa dan mungkin tidak bisa pergi sejauh ini. Terima kasih juga buat abangku tersayang

yaitu Mohd Ishak Suhardi beserta istri dan anak-anak, kakakku tercinta yaitu Erny Norsyafinaz Aiza beserta suami dan anak-anak, dan kedua adikku yang dikasihi Mohd Firdaus dan Mohd Ridzwan yang telah banyak memberikan dokongan dan doa tidak putus.

2. Ribuan terima kasih saya ucapkan kepada Drs. Umar Latif, M.A selaku Dosen pembimbing I dan kepada Dr. Abizal M. Yati Lc., MA selaku Dosen pembimbing II yang telah berkenan membimbing dengan penuh keikhlasan dan kebijaksanaan serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan pengarahan-pengarahan sehingga skripsi ini selesai. Saya mendoakan semoga Allah membalas kebaikan dan mempermudah urusan kedua-dua dosen pembimbing saya.
3. Seluruh Dosen-Dosen di Prodi Bimbingan Konseling Islam yang telah membantu secara langsung atau tidak langsung dalam kelancaran penulisan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Fakhri, S. Sos, MA, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.
5. Bapak Prof. Dr. H Warul Walidin AK., MA, selaku Rektor UIN Ar-Raniry yang telah memimpin lembaga tersebut dengan baik.
6. Seluruh staf, karyawan di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.
7. Sahabatku Nor Atikoh, Siti Omairah, Nur Asra Assahili, Nur Najihah, Qatrul Nada, Masitah, Syifa Ul-Husna, Nurul Atikah, Hanis Atirah, Fatimah Al-Zahra, dan teman-teman lain yang senantiasa ada bersama-sama berkongsi suka duka memberikan dokongan dan sokongan tanpa henti sehingga hasil karya ilmiah ini dapat dihasilkan. Semoga juga urusan kita akan datang dipermudahkan dan diberikan jalan keluar yang terbaik untuk kebaikan bersama dunia akhirat. Aamin Allahuma Amin.
8. Tidak ketinggalan teman-teman perjuangan di UIN Ar-Raniry khususnya teman di jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

9. Tidak lupa buat teman-teman KPM Reguler Gelombang I di Gampong Ayon serta warga Gampong Ayon dan individu-individu yang telah membantu secara langsung atau tidak langsung.

Akhir kata, segalanya kita kembali kepada Allah s.w.t yang telah mengizinkan ia terjadi. Tanpa bantuan dari Allah s.wt dan keikhlasan serta redha dalam melakukan sesuatu perkara maka segalanya tidak akan pernah terjadi tanpa izin dan kehendaknya. Kekurangan sepanjang penulisan skripsi ini penulis memohon maaf karena diri ini masih belajar dan tidak terlepas dari melakukan kesalahan. Semoga dikemudian hari penulis dapat menambah baik dari segi penulisan di dalam karya skripsi ini, segala saranan dan kritikan dari semua pihak amatlah penulis harapkan. Semoga karya ini bermanfaat bagi penulis, calon konselor, mahasiswa dan masyarakat khususnya.

Wallahua 'lam

Darussalam, 14 Januari 2020 M

Penulis,

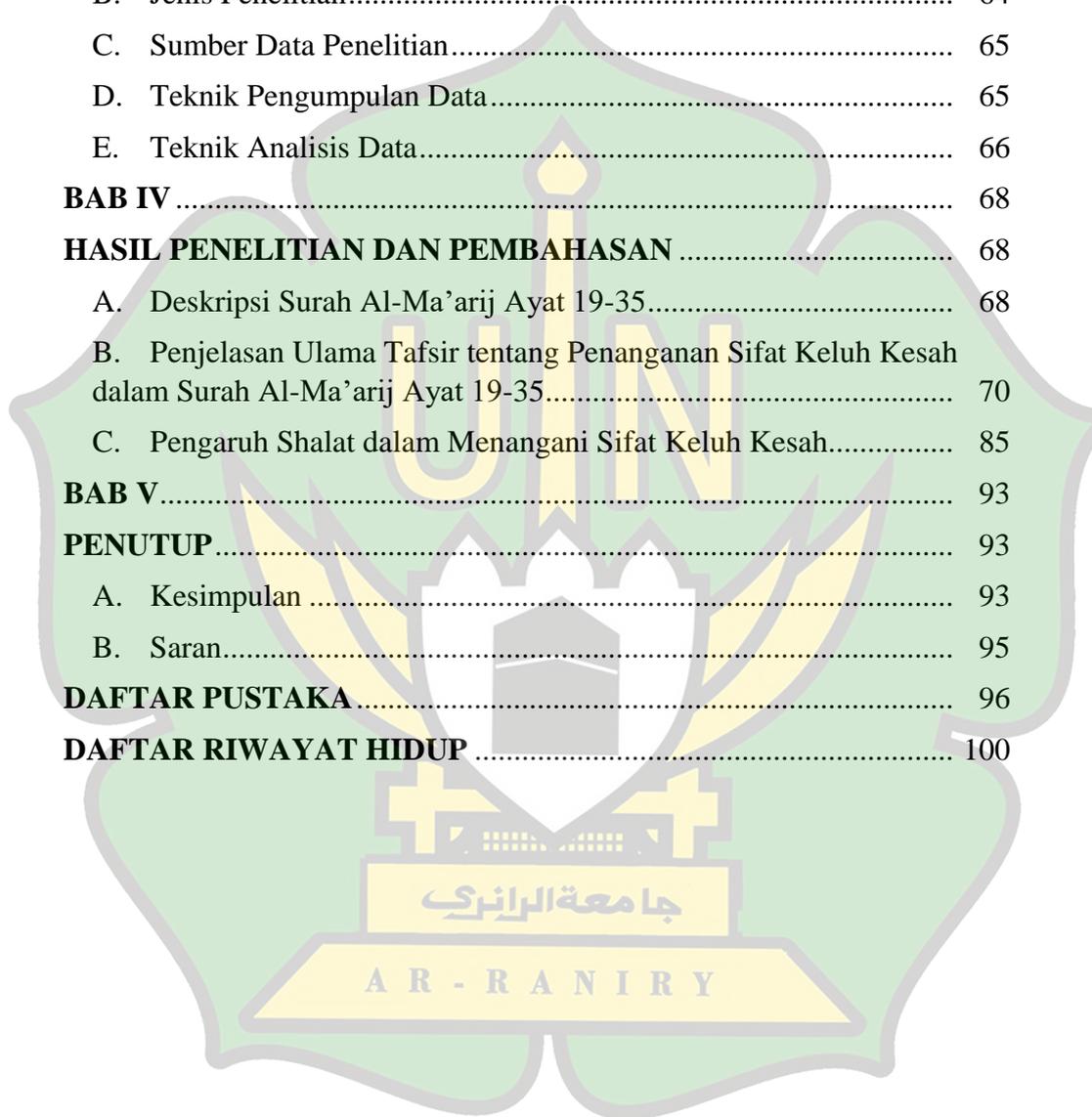


AR - RANTRI Siti Fatimah Binti Shuib

DAFTAR ISI

ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Penjelasan Istilah.....	9
F. Kajian terhadap Hasil Penelitian Terdahulu	11
BAB II	15
KAJIAN TEORITIS	15
A. Sifat Keluh Kesah	15
1. Pengertian sifat keluh kesah	15
2. Bahaya Sifat Keluh Kesah.....	17
3. Faktor Muncul Sifat Keluh Kesah.....	21
4. Keluh Kesah Dalam Pandangan Ulama	25
B. Shalat dan Keutamaannya	27
1. Pengertian shalat.....	27
2. Dasar Hukum shalat	29
3. Fungsi Shalat	31
4. Hikmah Shalat	33
5. Keutamaan Shalat dalam Kehidupan.....	35
6. Urgensi Shalat dalam Perbentukan Kepribadian.....	44
C. Al-Quran dan Tafsir	49
1. Pengertian Al-Quran.....	49
2. Pokok pembahasan Al-Quran.....	51
3. Pengertian Tafsir	55

4. Metode dan Corak Penafsiran	56
BAB III	63
METODE PENELITIAN	63
A. Metode Penelitian.....	63
B. Jenis Penelitian.....	64
C. Sumber Data Penelitian.....	65
D. Teknik Pengumpulan Data.....	65
E. Teknik Analisis Data.....	66
BAB IV	68
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	68
A. Deskripsi Surah Al-Ma'arij Ayat 19-35.....	68
B. Penjelasan Ulama Tafsir tentang Penanganan Sifat Keluh Kesah dalam Surah Al-Ma'arij Ayat 19-35.....	70
C. Pengaruh Shalat dalam Menangani Sifat Keluh Kesah.....	85
BAB V	93
PENUTUP	93
A. Kesimpulan	93
B. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA	96
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	100



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Al-Quran adalah wahyu Allah¹ yang diturunkan kepada Nabi Muhammad melalui Malaikat Jibril² yang disampaikan kepada umat Nabi Muhammad untuk memperbaiki akhlak menuju jalan yang benar, sekaligus merupakan pedoman hidup dan hidayah bagi umat Islam yang bertaqwa.³ Al-Quran adalah sekumpulan ayat suci yang jika direnungkan secara lebih mendalam, akan memberikan solusi dan jalan keluar bagi siapa saja yang mengimaninya dan bagi seluruh manusia di dunia.

Al-Quran membicarakan tentang pokok-pokok kandungan Al-Quran yang di dalamnya terkandung ayat-ayat berisi mengenai akidah, ibadah, akhlak, kisah-kisah teladan, dan ilmu pengetahuan.⁴ Selain itu, Al-Quran juga membicarakan tentang perintah-perintah Allah, alam semesta, karakter-karakter manusia dan banyak lagi. Karakter dibagi kepada dua yaitu, karakter baik dan buruk. Oleh yang demikian, dijelaskan berbagai macam karakter buruk manusia antaranya, suka mengeluh dan kikir, sombong, lemah serta membangkang terhadap perintah dan larangan dari Allah dan

¹ H. Muhammad Amin Suma, *Ulumul Quran*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), hal. 23.

² *Ibid*, hal. 24.

³ Azman Ismail, *Al-Quran, Bahasa dan Pembinaan Masyarakat*, (Yogyakarta: AK Group, 2006), hal. 1.

⁴ H. Muhammad Amin Suma, *Ulumul Quran...*, hal. 111.

Rasul-Nya. Salah satu sifat yang tidak terpuji disebut di dalam Al-Quran adalah sifat keluh kesah.

Setiap manusia tidak akan lepas dari masalah. Berbagai macam masalah manusia dalam kehidupan ini secara garis besar dapat dikelompokkan ke dalam empat kategori. *Pertama*, permasalahan yang berhubungan dengan diri. *Kedua*, permasalahan yang berkaitan dengan harta. *Ketiga*, permasalahan yang berhubungan dengan kehormatan. *Keempat*, permasalahan yang berkaitan dengan keluarga atau orang yang dicintainya. tidak ada perbedaan antara orang mukmin, orang kafir, ahli amal shaleh, maupun para pendosa. Al-Quran sesungguhnya sudah menyindirnya di dalam sebuah ayat. Firman Allah swt:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ ۝

Artinya: “*Sungguh, Kami telah menciptakan manusia berada dalam susah payah.*” (Al-Balad:4)⁵

Kata *kabad* berarti penyakit yang melanda hati, kemudian pengertian tersebut meluas sehingga kata tersebut mencakup segala macam kesulitan yang dihadapi, karena setiap kesulitan pasti merisaukan hati. Bermacam-macam uraian yang dikemukakan tentang susah payah dan kesulitan yang dihadapi manusia. Mereka menggambarkan bahwa manusia sejak dalam rahim ibunya sampai dengan kematian bahkan sesudah kematiannya tidak pernah luput dari kesulitan demi kesulitan. Kalau pun ia mampu mengelak maka kesulitan lain pula yang akan muncul di hadapannya. Semua manusia

⁵ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan) Jilid 10*, (Jakarta: Departemen Agama RI, 2010), hal. 666.

dalam kesulitan dan susah payah bukan saja dalam memenuhi kebutuhan hidup, tetapi juga dalam memelihara dan melindungi diri dan keluarga mereka. Bahkan dalam upaya mengarahkan potensi-potensi positifnya, manusia masih harus berjuang menghadapi dirinya sendiri, sebelum menghadapi orang lain.⁶

Selain itu juga, manusia tidak terlepas dari ujian dan dugaan dari Allah. Setiap ujian dan dugaan yang diberikan oleh Allah itu ada hikmah dibaliknya akan tetapi manusia tidak menyadarinya dan seringkali mengeluh di atas ujian yang menimpa diri mereka. Dalam menjalani kehidupan, setiap manusia pasti pernah merasakan berbagai kesulitan, tantangan, ujian, atau cobaan yang mengakibatkan cita-cita yang didambakan tidak dapat tercapai. Akibatnya, manusia menjadi stress, frustrasi, cemas, gelisah, atau khawatir. Sebenarnya, hal itu wajar saja, tetapi tentu akan lebih berbahaya jika berlebihan.

Jelaslah di sini bahwa ada kesenjangan antara harapan dengan kenyataan yang mana ajaran agama Islam melarang untuk berkeluh kesah tetapi manusia tetap berkeluh kesah. Dalam kenyataan sekarang ini, terlebih lagi dalam menghadapi kehidupan di era globalisasi, banyak didapati individu-individu yang sibuk dengan permasalahan duniawi, juga paham materialistik, individualistik, dan sebagainya yang berpengaruh negatif dalam segi-segi kehidupan manusia, yang pada akhirnya melahirkan sifat

⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran*, Jilid 15, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 270.

dan perilaku manusia yang deskruktif seperti sombong, keluh kesah, kikir, dzalim, ingkar dan sebagainya. Sifat dan perilaku yang deskruktif tersebut ada disebut didalam Al-Quran dalam surah Al-Ma'arij: 19-21

﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝ ١٩ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ۝ ٢٠ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ۝ ٢١﴾

Artinya: “*Sungguh, manusia diciptakan bersifat suka mengeluh. Apabila dia ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah, dan apabila mendapat kebaikan (harta) dia jadi kikir.*”⁷

Thabathaba'i mengomentari ayat di atas antara lain bahwa keinginan manusia meraih segala sesuatu yang merupakan potensi manusiawi yang dilekatkan Allah pada diri manusia, bukannya keinginan untuk meraih segala sesuatu baik atau buruk berguna ataupun tidak, tetapi keinginan meluap untuk meraih kebaikan dan manfaat. Bukan juga keinginan meluap untuk meraih kebaikan dan manfaat baik berkaitan dengan dirinya maupun orang lain, tetapi apa yang dinilainya baik dan bermanfaat pada dirinya. Dengan demikian keluh kesah ketika disentuh keburukan dan kikir ketika meraih kebaikan dan rezeki merupakan akibat dari penciptaannya menyangkut sifat *hala'* yakni gelisah dan berkeinginan meluap.⁸

Sikap dan perilaku negatif ini jelas merupakan bentuk penyimpangan dari perkembangan fitrah beragama manusia yang diberikan Allah. Hal tersebut dapat terjadi karena kesalahan pendidikan dan

⁷ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya...*, hal. 334.

⁸ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran...*, hal. 441.

bimbingan yang diberikan sebelumnya, disamping godaan hawa nafsu yang bersumberkan dari nafsu setan. Jadi karna itu, maka timbullah penyakit hati yaitu, keluh kesah.

Keluh kesah merupakan penyakit hati yang sangat berbahaya. Penyakit ini timbul disebabkan pengaruh kehidupan dunia yang penuh dengan ujian dan cobaan. Semua itu karena manusia hanya disibukkan oleh kepentingan dunia. Seharusnya mereka juga perlu menyibukkan diri dengan urusan akhirat.⁹ Keluh kesah menunjukkan tidak adanya rasa percaya diri dan juga akan mengekspresikan keputus-asaan. Keluh kesah juga akan menurunkan rasa syukur dan tanpa sadar akan mengesampingkan karunia yang telah diterima. Bahaya seseorang berkeluh kesah bisa menunjukkan tidak antusiasnya menghadapi hidup.

Keluh kesah dapat mendatangkan kemudharatan kepada fungsi tubuh badan dan mental penderitanya. Penderita keluh kesah dapat menjadikan seseorang yang sentiasa murung, sedih, tidak menaruh harapan yang tinggi dalam hidup, dan lain-lain lagi.¹⁰ Penyakit ini akan mendobrak hati untuk berbuat dzalim, permusuhan, kerusakan, kebodohan, bahkan boleh menimbulkan pembunuhan. Orang yang bersifat keluh kesah demikian itu lebih cenderung pada kehidupan dunia dan mengabaikan akhirat. Sebenarnya yang dituntut untuk mendapatkan kesenangan di akhirat

⁹ Abdul Aziz Salim Basyarahil, *Shalat: Hikmah Falsafah dan Urgensinya*, (Jakarta: Gema Insani Press, 1996), hal. 54.

¹⁰ Hairunnaja Najmuddin, *Psikologi Ketenangan Hati*, (Kuala Lumpur: PTS Millennia Sdn. Bhd., 2002), hal. 23-24.

adalah memperbanyak amal sebagai penolong ia di akhirat. Oleh yang demikian, untuk mengatasi sifat keluh kesah tersebut dengan melalui ibadah shalat.

Shalat merupakan rukun Islam yang kedua dan diwajibkan pada waktu yang telah ditentukan serta ibadat yang diawali dengan takbiratur ihram dan diakhiri dengan salam.¹¹ Shalat adalah pintu setiap kebaikan. Ia memberikan ketenangan dan kebahagiaan hati. Ia pun memberikan semangat dan etos kuat bagi badan.¹²

Bentuk shalat juga bermacam-macam. Ada shalat saat bermukim. Ada shalat saat berpergian. Saat sakit juga ada shalat. Saat takut juga ada shalat. Ada pula shalat saat hari jum'at. Di dua hari raya juga ada shalat. Bagi jenazah pun ada shalat. Saat meminta hujan juga dengan shalat. Bangun malam pun ada shalat. Kala pagi dhuha pun ada shalat. Seolah-olah shalat dengan ragamnya itu hendak menyucikan manusia, mengobati penyakitnya, dan menterapi sifat keluh kesah dan berbagai kegelisahannya yang berubah-ubah.

Selain itu, jika dilihat dari fungsi shalat itu sendiri adalah mencegah pelakunya dari kemungkinan melakukan hal-hal yang keji dan mungkar. Di dalam shalat, seseorang berharap kepada Allah dengan sepenuh hati dan jiwa raga, dengan segala kekhusyu'an dihadapan Allah dan ikhlas. Jelaslah

¹¹ Ali bin Sa'id bin Ali Al-Hajjaj Al-Ghamidi, *Fikih Wanita*, (Jakarta: PT Aqwam Media Profetika, 2012), hal. 47

¹² Abu Muhammad Abdullah, *Fikih Salat Wajib Lengkap dan Hal-hal yang Berhubungan Dengannya*, (Jawa Tengah: Abyan Solo, 2009), hal. 35.

di sini, dengan shalat dapat memberikan ketenangan kepada sesiapa yang melaksanakannya serta menghilangkan perasaan resah gelisah dan keluh kesah. Jadi, Islam memberikan jalan keluar dengan ibadah shalat.

Maka penulis mengangkat penelitian ini karena masih ramai yang sering mengeluh dalam segala hal dan juga tidak tahu cara untuk menenangkan jiwa secara alamiahnya bagaimana penanganannya. Dalam penelitian ini penulis memfokuskan tentang penanganannya menurut surah Al-Ma'arij ayat 19-35. Dengan uraian di atas maka masalah ini penting untuk diteliti. Dengan demikian penulis merasakan ianya sangat penting untuk menghadirkan penulisan tentang ***“Penanganan Sifat Keluh Kesah melalui Ibadah Shalat (Studi Deskriptif Penafsiran Surah Al-Ma’arij Ayat 19-35).”***

B. Rumusan Masalah

Untuk mempermudah pembahasan dan lebih memfokuskan kajian dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana penjelasan ulama tafsir tentang penanganan sifat keluh kesah dalam Surah Al-Ma'arij ayat 19-35?
2. Bagaimana peran ibadah shalat dalam menangani sifat keluh kesah dalam Surah Al-Ma'arij ayat 19-35?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui penjelasan ulama tafsir tentang penanganan sifat keluh kesah dalam Surah Al-Ma'arij ayat 19-35.
2. Untuk mengetahui peran ibadah shalat dalam menangani sifat keluh Kesah dalam Surah Al-Ma'arij ayat 19-35.

D. Manfaat Penelitian

Setelah mengetahui bahwa terdapatnya sikap keluh kesah yang dihadapi oleh manusia dan bagaimana cara tangannya maka ianya memudahkan para calon konselor atau para da'I untuk lebih diberi pemahaman mendalam terhadap terapi atau bimbingan yang akan diteliti. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan rujukan bagi calon-calon konselor seterusnya dalam penanganan masalah pada masyarakat. Di antara manfaat penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan serta bahan rujukan dalam mencari dasar-dasar yang mendukung tentang penafsiran sifat keluh kesah.
 - b. Mengetahui bahwa sifat keluh kesah adalah penyakit hati yang harus dihindari oleh setiap individu walaupun dalam diri mereka mempunyai sifat tersebut.
2. Manfaat Praktis

- a. Dapat dijadikan bahan rujukan untuk para konselor Islami ketika melakukan proses konseling dan dapat mengatasi sifat keluh kesah bagi konselor itu sendiri.
- b. Menjadikan Al-Quran sebagai solusi penyelesaian sifat keluh kesah dalam mengekalkan potensi rohani dan jasmani dalam kehidupan masyarakat sehari-hari agar tidak berputus asa.

E. Penjelasan Istilah

Untuk menghindari terjadinya kesalahpahaman dan untuk memudahkan para pembaca dalam menelaah dan melakukan penafsiran terhadap istilah yang terdapat dalam penelitian, maka penulis terlebih dahulu dianggap perlu untuk dijelaskan beberapa istilah. Adapun beberapa istilah tersebut yaitu:

1. Penanganan

Menurut kamus umum Bahasa Indonesia penanganan ialah proses, cara, perbuatan menangani.¹³

Menurut penulis pula, penanganan adalah cara untuk menangani sesuatu hal.

2. Sifat

Menurut kamus umum Bahasa Indonesia sifat adalah rupa yang tampak pada suatu benda atau dasar watak (dibawa sejak lahir).¹⁴

¹³ Departmen Pendidikan Nasional, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, ed. 3 – cet. 2. (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hal. 1137.

¹⁴ *Ibid*, hal. 1062.

Menurut penulis, sifat adalah respon terhadap sekelompok stimulasi yang mirip, berlangsung dalam waktu yang relatif lama dan sifat juga tidak berhubungan langsung dengan objek.

3. Keluh kesah

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia keluh kesah : segala ucapan yang terlahir kerana kesusahan.¹⁵ Terlahirnya perasaan susah, mengeluarkan perasaan susah.¹⁶

Menurut penulis, keluh kesah adalah ucapan yang keluar dari seseorang akibat kesusahan yang menimpa dirinya.

4. Shalat

Menurut kamus kamus besar Bahasa Indonesia shalat adalah rukun Islam yang kedua, berupa ibadah kepada Allah Swt, wajib dilakukan oleh setiap muslim mukalaf, dengan syarat, rukun, dan bacaan tertentu, dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam.¹⁷

Shalat menurut Bahasa Arab: doa. Menurut istilah syara' ialah ibadat yang diawali dengan takbiratur ihram dan diakhiri dengan salam. Mendirikan shalat ialah menunaikannya dengan teratur, dengan melengkapinya

¹⁵ *Ibid*, hal. 536.

¹⁶ Tim pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*, cet. Ke-6, (Jakarta: PT Media Pustaka Phoenix, 2012), hal. 432.

¹⁷ Departmen Pendidikan Nasional, *Kamus Umum Bahasa Indonesia...*, hal. 983.

syarat-syarat, rukun-rukun dan adab-adabnya, baik yang lahir ataupun yang batin, seperti khusus', memperhatikan apa yang dibaca dan sebagainya.¹⁸

Dari segi fiqih shalat adalah salah satu dari lima rukun Islam. Shalat merupakan tiang agama yang tidak akan tegak tanpanya. Shalat adalah ibadah pertama yang Allah wajibkan. Shalat adalah amalan pertama yang diperhitungkan di hari kiamat. Shalat adalah wasiat terakhir Rasulullah saw kepada umatnya ketika hendak meninggal dunia. Shalat adalah ajaran agama yang terakhir ditinggalkan umat Islam.¹⁹

Menurut penulis, shalat adalah ritual ibadah yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam yang dilakukan oleh umat Islam.

F. Kajian terhadap Hasil Penelitian Terdahulu

Kajian pustaka adalah untuk mendapatkan gambaran hubungan topik yang akan dibahas atau diteliti dengan penelitian yang pernah diteliti oleh peneliti lain sebelumnya dan supaya tidak ada penelitian yang sama secara mutlak dengan kajian yang akan dilakukan oleh penulis.

Adapun hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik penelitian ini adalah sebagai berikut:

Pertama, Skripsi Aina Noor Habibah yang dibuat tahun 2008 yang berjudul Karakteristik Sifat Manusia Menurut Penafsiran Sayyid Qutb dan

¹⁸ Safrilsyah, *Psikologi Ibadah Dalam Islam*, (Banda Aceh: Ar-Raniry Press, 2013), hal. 63.

¹⁹ *Ibid.* Hal. 67.

Hamka (Studi Atas Penafsiran QS. Al-Ma'arij: 19-35)²⁰, penelitiannya menjelaskan tentang sebagian karakteristik sifat manusia yang terdapat di dalam surat al-ma'arij ayat 19-35. Hasil penelitiannya adalah penafsiran Sayyid Qutb dan Hamka, sifat manusia yang selalu melekat pada diri manusia, baik dalam keadaan sedih maupun bahagia yaitu sifat keluh kesah lagi kikir dan persamaan antara penafsiran kedua tokoh tersebut antaranya:

a) Sayyid Qutb dan Hamka sama-sama menafsirkan makna keluh kesah dengan perasaan yang selalu diliputi kecemasan, baik ketika mendapatkan kebahagiaan maupun kesedihan dan merasa keberhasilannya itu semata-mata dari dirinya sendiri.

Kedua, Skripsi Shabrun Jamil yang dibuat pada tahun 2013 yang berjudul Karakteristik Sifat Manusia Menurut Sayyid Qutub dalam Tafsir Fi Zilal Al-Quran (Studi Atas Penafsiran Surat Al-Ma'airj 19-35)²¹, penelitiannya menjelaskan tentang Sayyid Qutub menyatakan bahwa manusia itu selalu berkeluh kesah karena kosongnya iman di hati manusia. Selain itu, ada penelitiannya juga menekankan ada delapan perbuatan atau sifat mahmudah yang dapat mengantisipasi sifat berkeluh kesah adalah : shalat yang khusyu' dengan diimbangi amalan-amalan yang lain, baik yang

²⁰ Skripsi, Aina Noor Habibah, *Karakteristik Sifat Manusia Menurut Penafsiran Sayyid Qutb dan Hamka (Studi Atas Penafsiran QS. Al-Ma'arij:19-35)*, (Skripsi Dipublikasi, 2008) Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

²¹ Skripsi Shabrun Jamil, *Karakteristik Sifat Manusia Menurut Sayyid Qutb dalam Tafsir Fi Zilal AL-Quran (Studi Atas Penafsiran Surat Al-Ma'arij 19-35)*, (Skripsi Tidak Dipublikasi 2013), Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

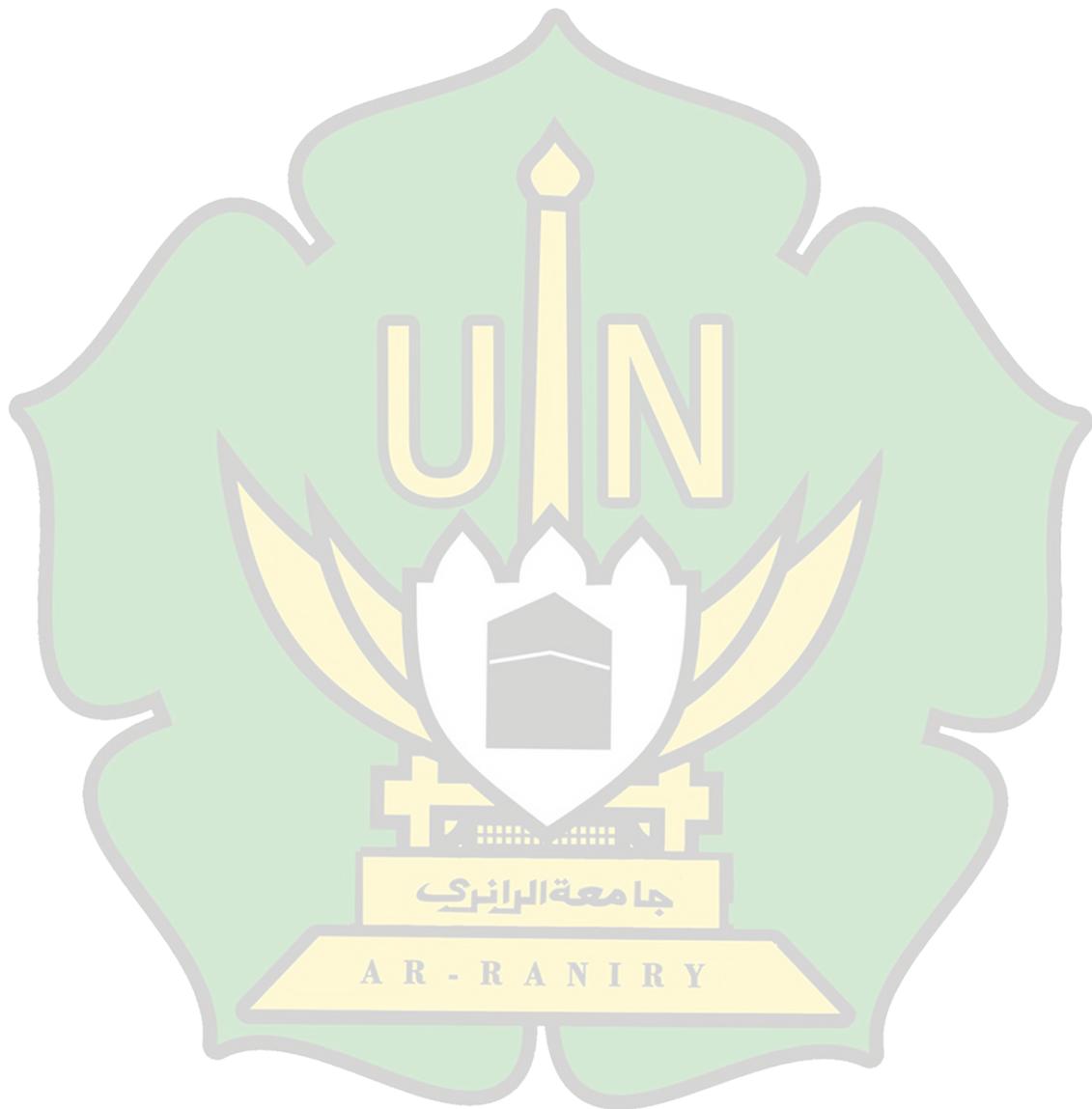
berhubungan dengan Allah maupun sesama manusia yaitu membayar zakat, mempercayai hari akhir, takut kepada azab Allah, menjaga kemaluan dari perbuatan keji, memelihara amanat menepati janji, memberikan kesaksian dengan benar dan jujur merupakan dinding pertahanan untuk bisa menghindari dari sifat keluh kesah lagi kikir dalam situasi apa-pun.

Ketiga, Skripsi Siti Zahra yang dibuat pada tahun 2015 dengan berjudul Identifikasi Problema Psikologis Klien Menurut Perspektif Al-Quran (Kajian Surat Al-Ma'arij Ayat 19-21)²², penelitiannya tentang keadaan jiwa manusia ketika susah dan senang, yaitu ketika manusia mendapat kesusahan selalu dalam keadaan mengeluh dan ketika manusia mendapat kebaikan menjadi sangat kikir terhadap orang lain. Ini adalah sifat manusia yang Allah ciptakan ketika hatinya menjadi kosong dari keimanan. Kikir dan mengeluh dapat menimbulkan pemutusan hubungan, perbuatan dosa, pelit, kedzaliman dan permusuhan. Oleh karena itu, penelitiannya juga menekankan cara mengatasi problema klien dengan beriman kepada Allah, beribadah kepada Allah, menginfakkan sebagian harta kepada yang membutuhkan dan memohon kepada Allah agar dijauhi daripada sifat jelek yang melekat dalam diri manusia dan membaca Al-Quran sebagai penyembuh yang sempurna bagi penyakit yang ada dalam hati.

Dengan mencermati uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian terdahulu berbeda dengan penelitian yang penulis susun dan dari

²² Skripsi Siti Zahra, *Identifikasi Problema Psikologis Klien Menurut Perspektif Al-Quran (Kajian Surat Al-Ma'arij Ayat 19-21)*, (Skripsi Tidak Dipublikasi 2015), Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

beberapa kajian terdahulu tersebut jelas terlihat bahwa penelitian yang akan dilakukan belum pernah diteliti.



BAB II KAJIAN TEORITIS

A. Sifat Keluh Kesah

1. Pengertian sifat keluh kesah

Keluh kesah dalam kamus Bahasa Indonesia adalah segala ucapan yang terlahir karena kesusahan.²³ Dalam Bahasa arab disebut sebagai *halu'* yang berasal dari kata هلع - هلع - هلع - هلع yang memiliki arti sering gelisah, keluh kesah dan ketakutan.²⁴ Kata *halu'a* dalam Al-Quran hanya disebut sekali²⁵ yaitu dalam surah Al-Ma'arij ayat 19 seperti penulis paparkan pada bab satu sebelumnya.

Hala' menurut Bahasa berarti sangat rakus dan keluh kesah. *Hala'* juga berarti tidak sabar terhadap kebaikan dan keburukan, sehingga menyikapinya dengan sikap yang tidak pantas. 'Ikrimah mengartikan *halu'* dengan orang yang gelisah atau keluh kesah. Ad-Dahhak mengartikannya dengan orang yang tidak puas. 'Ubaidah menyitir pendapat Sa'lab, bahwa *halu'* adalah orang ketika mendapatkan kebaikan, ia tidak syukur dan ketika tertimpa musibah, ia tidak sabar.²⁶

Menurut istilah, keluh kesah adalah menampakkan sesuatu yang dialami oleh orang yang terkena musibah, berupa kegalauan dan

²³ Department Pendidikan Nasional, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, ed. 3- cet 2 (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hal. 536.

²⁴ H. Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, (Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989), hal. 384.

²⁵ Munawir Sjadzali dkk, *Ensiklopedia Al-Quran Dunia Islam Modern Jilid 2*, (Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa, 2005), hal. 285.

²⁶ *Ibid*, hal. 285.

kegundahan.²⁷ Berkata ar-Raghib, “keluh kesah adalah kesedihan yang menyeret seseorang hingga tidak bisa berkonsentrasi, bahkan terputus dari urusannya.”²⁸

Berdasarkan pengertian di atas dapat penulis simpulkan, keluh kesah adalah munculnya perasaan resah gelisah dalam hati barulah keluarinya ungkapan susah yang terlahir dari seseorang atau disebut keluh kesah akibat dari musibah yang menimpa atau keinginan yang diinginkan tetapi tidak tercapai atau lebih kepada perasaan tidak sabar dalam menghadapi sesuatu.

Kegelisahan dijelaskan selanjutnya oleh Allah bahwa manusia ketika disentuh oleh kesusahan, maka ia akan berkeluh kesah, dan sebaliknya jika ia mendapat kebaikan, maka ia akan kikir. Sifat *halu* ini sebenarnya tidaklah negatif, karena pada dasarnya sesuatu yang tidak didasarkan pada keinginan yang kuat, tentulah tidak akan bisa tercapai.²⁹

Tidak ada satu pun manusia yang tercipta secara sempurna. Setiap orang pasti memiliki permasalahan untuk dikeluhkan, tetapi tidak dibenarkan untuk berkeluh kesah dalam ajaran Islam. Keluh kesah termasuk penyakit hati yang hanya akan menjadi penutup pintu solusi atas persoalan yang sedang menimpa.³⁰ Jadi sifat tersebut tercela akibat ulah manusia yang

²⁷ A. Nazri Adlany, Hanafie Tamam, Al-Faruq Nasution, *Al-Quran Terjemah Indonesia*, (Jakarta: Sari Agung, 2005), hal. 200.

²⁸ Abil Qasim Al-Hussein Bin Muhammad Ar-Raghib Al-Isfahani, *Mufradat Alfadz Al-Quran*, (Damaskus: Dar Al-Qalam, 2009), hal. 194-195.

²⁹ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan) Jilid 10*, (Jakarta: Department Agama RI, 2010), hal. 337.

³⁰ Eko Gunawan, *Ubah Derita Jadi Bahagia*, (Yogyakarta: Laksana, 2019), hal. 15.

menggunakan nikmat dan cobaan Allah dengan jalan yang tidak sesuai dengan jalan-Nya.

2. Bahaya Sifat Keluh Kesah

Keluh kesah akan menjadikan manusia semakin kesusahan untuk keluar dari masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi. Saat itu, kebingungan pun kian menyelimuti hati sehingga apabila berlarutan atau dibiarkan berpanjangan akan menimbulkan bahaya pada diri seseorang. Adapun bahaya keluh kesah sebagai berikut:

a. Melemahkan Iman

Keluh kesah termasuk tanda lemahnya hati, jiwa, dan iman. Seseorang yang terbiasa berkeluh kesah akan menyikapi permasalahan sebagai sesuatu yang tidak mungkin bisa diselesaikan. Ia lebih nyaman meratapi permasalahan daripada bangkit dan mencari jalan keluar.³¹

b. Merusak jiwa dan pikiran

Berkeluh kesah hanya akan menjadikan jiwa rapuh dan putus asa. Berputus asa termasuk perbuatan orang yang mudah menyerah karena merasa tidak mampu mengatasi berbagai macam kesulitan dan musibah yang dihadapi.³² Secara tegas

Allah melarang hamba-Nya berputus asa, Allah berfirman yang artinya: *“Hai anak-anakku, pergilah kamu; maka carilah berita*

³¹ *Ibid*, hal. 51-52.

³² *Ibid*, hal. 53-54.

tentang Yusuf dan saudaranya. Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya, tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir.” (Yusuf: 87).

Segala sesuatu yang terjadi di muka bumi sebenarnya sudah menjadi ketentuan Allah. Oleh karena itu, menjadi tidak berguna jika seseorang senantiasa mengeluhkannya, terlebih kalua sampai berputus asa atas ketentuan Allah.³³ Berputus asa dalam bentuk apa pun tidak dibenarkan dalam ajaran Islam, baik berkaitan dengan urusan dunia maupun akhirat.

Rasulullah saw juga telah bersabda: “Dosa besar yang paling besar ialah menyekutukan Allah, merasa aman dari makar Allah, putus asa terhadap rahmat Allah, dan putus harapan terhadap kelapangan dari Allah.” (HR Thabrani).

Ada beberapa putus asa yang dilarang dalam ajaran agama Islam: pertama, putus asa dalam urusan dunia; kedua, putus asa dalam urusan harta; ketiga, putus asa kala sakit; dan keempat, putus asa karena berbuat maksiat.³⁴

c. Menumbuhkan sikap iri dan dengki

Kebiasaan berkeluh kesah yang terus dibiarkan akan menjadi racun bagi jiwa dan pikiran, yang kemudian berdampak pada hati. Orang-orang yang terbiasa berkeluh kesah beranggapan

³³ *Ibid*, hal 54.

³⁴ *Ibid*, hal. 55-63

seolah hidup mereka selalu dipenuhi penderitaan, musibah, dan ketidakberuntungan. Mereka selalu focus pada sisi negative dalam kehidupan. Tanpa sadar, mereka pun mulai menilai rendah pada diri sendiri dan berpikiran kerdil. Dari situlah, secara perlahan, penyakit iri dan dengki mulai bersarang di hati mereka. Sifat iri dan dengki merupakan penyakit hati yang keberadaannya akan menjadi penghancur bagi diri sendiri sekaligus orang lain.³⁵

Dalam salah satu riwayat, Rasulullah saw bersabda: “Waspadalah terhadap hasut (iri dan dengki). Sesungguhnya, hasud mengikis pahala sebagaimana api memakan kayu.” (HR. Abu Dawud). Di dalam Al-Quran juga Allah telah berfirman yang artinya: *“Dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang dikaruniakan Allah kepada sebagian kamu lebih banyak dari sebagian yang lain.”* (An-Nisa’:32).

d. Mendekatkan diri pada kesyirikan

Manusia memiliki dua kecenderungan. Pertama, mengimani yang konkret atau nyata, yakni dapat ditangkap oleh indra, baik penglihatan, pendengaran, penciuman ataupun sentuhan. Kedua, mengimani yang ghaib, yakni yang tidak tertangkap oleh indra. Akan tetapi, apabila iman kepada yang ghaib tidak dijaga dengan

³⁵ Muhammad Shayyim, *Bila Hati Telah Mati*, (Jakarta: Mirqat, 2010), hal. 68.

kemantapan hati dengan berdzikir kepada Allah dan bertaqarrub kepada-Nya dengan amal shaleh, maka keimanan tersebut akan memudar secara perlahan. Kemudian manusia-manusia dengan keimanan yang rapuh itu berbondong-bondong mendatangi dukun, paranormal, tempat keramat, dan sebagainya untuk menyelesaikan masalah duniawi.³⁶

Dalam pandangan agama Islam, perilaku semacam itu sudah jelas-jelas termasuk salah satu perilaku syirik yang harus dihindari. Mempercayai dukun dan paranormal merupakan tindakan yang sangat merugikan diri sendiri, baik di dunia maupun diakhirat.

- e. Berkeluh kesah akan menambah dosa dan azab di akhirat.

Rasulullah SAW bersabda,

حدثنا جندب بن عبد الله قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (كان فيمن كان قبلكم رجل به جرح فجزع فأخذ سكيناً فحز بها يده فما رقا الدم حتى مات، قال الله عزوجل: بادرني عبدي بنفسه حرمت عليه الجنة).

Jundab bin Abdullah berkata: “Rasulullah SAW bersabda, “Dahulu ada seseorang sebelum kalian yang terluka dan berkeluh kesah (tidak sabar), lantas dia mengambil pisau dan mengerat tangannya. Darahnya terus mengalir sampai ia meninggal. Allah berfirman, “Hamba-Ku mendahului-Ku dengan membunuh dirinya. Aku mengharamkan baginya surga.” (HR. Bukhari)³⁷.

³⁶ Eko Gunawan, *Ubah Derita Jadi Bahagia...*, hal. 66-67.

³⁷ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Hadits Shahih Bukhari Muslim*, penerjemah; Abu Firly Bassam Taqiy, (Depok: PT Fathan Prima Media, 2017), hal. 31.

Oleh karena itu, keluh kesah harus ditepis secepatnya agar tidak menimbulkan pembunuhan atau menambah dosa. Jadi berdasarkan uraian di atas penulis membuat kesimpulan bahwa bahaya keluh kesah itu merupakan sifat yang dibenci oleh Allah karena sifat keluh kesah akan membuat seseorang melemahkan imannya, merusak jiwa dan pikiran serta berputus asa dalam hidupnya, merasa iri dan dengki terhadap orang lain, mendekati diri kepada kesyirikan dan akan buruk sangka terhadap Allah di atas ujian yang menimpa dan senantiasa merasa tidak tenang dan tidak aman dalam hidupnya.

3. Faktor Muncul Sifat Keluh Kesah

Penyebab keluh kesah yang dialami oleh seseorang individu adalah berbeza di antara satu sama lain karena seseorang individu itu mungkin mempunyai tanggapan ataupun persepsi yang berbeza terhadap sesuatu peristiwa hingga dapat menyebabkannya berasa gelisah, sedangkan peristiwa itu tidaklah terlalu berat bagi individu yang lain. Walau bagaimanapun, penyebab keluh kesah tidak dapat dinafikan boleh berpunca daripada faktor-faktor berikut:

a. *Kekecewaan*

Kekecewaan berlaku apabila sesuatu perkara yang diingini oleh seseorang tidak dapat dicapai sebagaimana yang diharap-harapkan. Ia boleh terjadi kepada individu yang mengalami putus cinta, kematian orang yang dikasihi, kehilangan harta benda, kegagalan mencapai cita-cita, kegagalan

dalam ujian, kehilangan pekerjaan, kerugian dalam perniagaan dan lain-lain peristiwa yang berkaitan dengan musnahnya harapan dan impian yang diidam-idamkan.³⁸

Orang yang mengalami peristiwa yang mendatangkan kekecewaan yang dahsyat dan menanganinya tanpa panduan agama mempunyai kemungkinan tinggi mengalami keluh kesah. Di samping itu juga, ia terdedah kepada gangguan psikologi yang lain seperti patah hati, putus asa, dan lemah hati sehingga apabila berlaku sesuatu perkara yang diluar jangkannya dia langsung tidak berupaya menghadapinya.³⁹

b. Konflik

Konflik dalam bentuk fizikal maupun psikologi adalah sesuatu yang biasa dialami oleh manusia. Konflik dapat berlaku anatar individu karena setiap individu mempunyai nilai-nilai diri yang dipegangnya yang berbeda di antara satu sama lain dan individu tersebut tidak berupaya bertolak ansur dengan nilai-nilai diri orang lain. Nilai-nilai diri ini diperolehi hasil daripada didikan keluarga, alam persekolahan dan pergaulan individu tersebut sepanjang usianya.

Konflik yang dapat menimbulkan keluh kesah biasanya adalah konflik psikologi yang dialami oleh seseorang individu. Sebagai contoh, rasa gelisah dapat berlaku apabila dia melakukan sesuatu perkara yang berlawanan dengan nilai-nilai agama, keyakinan dan hati nuraninya hingga

³⁸ Hairunnaja Najmuddin, *Psikologi Ketenangan Hati...*, hal. 6.

³⁹ *Ibid*

menimbulkan perasaan berdosa atau bersalah. Rasa gelisah ini timbul bukan saja karena disebabkan oleh ketidakpastian atas tindakannya, tetapi juga sebenarnya disebabkan oleh takut akan dosa dan balasan azab daripada Allah terhadap perbuatannya. Nilai-nilai agama di dalam dirinya senantiasa memimpinya supaya senantiasa melakukan kebaikan dan menjauhi kejahatan.

c. Tekanan

Tekanan adalah keadaan emosi yang negatif dan tindak balas fisiologis yang berlaku dalam situasi di mana individu menerima ancaman terhadap tujuan-tujuan dan matlamat-matlamat penting yang mungkin tidak tercapai. Betapa teruknya tekanan yang dialami oleh seseorang individu itu bergantung kepada sejauh mana seseorang itu menganggap suatu kondisi itu mengganggu ataupun mengancam matlamatnya dan setakat mana seseorang itu merasakan yang dia mampu menghadapi dan mengendalikan ancaman tersebut. Tekanan adalah salah satu faktor penyumbang kepada keluh kesah yang dialami oleh seseorang.⁴⁰

d. Pengalaman trauma

Pengalaman trauma dapat didefinisikan sebagai pendedahan yang dialami oleh individu kepada kejadian-kejadian yang pahit dan sangat mengejutkan dan pengalaman tersebut dapat mengancam kehidupan

⁴⁰ *Ibid*, hal. 9-10.

individu itu. Trauma dapat menukar persepsi pribadi seseorang terhadap realiti.⁴¹

e. Keturunan

Keluh kesah satu penyakit yang dilekatkan dalam diri manusia sejak dari lahir, yang diturunkan oleh kakek, nenek serta kedua orang tua, tetapi walau bagaimanapun bukan semua diturunkan, ada juga yang tidak menghidapnya.⁴²

f. Lingkungan

Tekanan lingkungan seperti suasana tempat tinggal atau rumah yang sempit. Lingkungan masyarakat yang mengejar kehidupan modern dan materialistik atau kebendaan. Suasana pekerjaan (social di tempat kerja). Tekanan terhadap tanggungjawab dan tugas seperti pengawai pengurusan, guru, ahli sukan dan lain-lain.⁴³

g. Hasil Dari Melawan Hukum Alam (Fitrah)

Manusia dalam memuaskan dan menunaikan keperluan fitrahnya telah mengambilnya secara berlebihan (nafsu), dimana sesetengah usaha untuk mengejar dan mencapainya banyak melanggar peraturan alam (fitrah) yang mana fitrah manusia itu sendiri adalah mengambil sesuatu keperluan itu dalam keadaan seba sederhana dalam hidupnya.

⁴¹ *Ibid*

⁴² Ilyas Mohammad Umar, *Tips Mencapai Ketenangan Jiwa & Mengatasi Gelisah*, (Johor Bahru: Pustaka Azhar, 2007), hal. 5.

⁴³ *Ibid*

Di samping itu banyak kerosakan yang dibuat oleh manusia semasa mengejar keperluan ini dimana sesetengahnya bertentangan dengan ini melanggar keperluan fitrah.⁴⁴

Keluh kesah yang dialami oleh seseorang adalah berbeda mengikut setakat mana faktor-faktor itu mengancam tenengangan hidup individu itu. Berasa keluh kesah adalah sifit manusia dalam menghadapi sesuatu ancaman kepada dirinya. Keluh kesah adalah masalah yang perlu ditangani sekiranya ia wujud secara berlebih-lebihan terhadap sesuatu factor yang tidak sepatutnya hingga menjejaskan kehidupan harian individu tersebut. Factor-faktor terhadap keluh kesah adalah berpunca daripada individu itu sendiri sama ada oleh kepribadiannya, cara dia berfikir dan bertindak maupun oleh kejadian-kejadian dalam lingkungannya.

4. Keluh Kesah Dalam Pandangan Ulama

Secara umumnya dapat dikatakan tidak terdapat percanggahan pendapat para ahli tafsir dalam menafsirkan keadaan *al-halu'* yang dialami manusia. Walaupun ada perbezaan daripada segi-segi perkataan-perkataan dan susunan ayat-ayat yang digunakan untuk menjelaskan maksud *al-halu'* di dalam kitab-kitab tafsir, tafsiran-tafsiran tersebut tetap memberi fokus kepada perkara yang sama. Sebagai contohnya:

Keluh kesah menurut al-Zamakhshari (1972), sebagaimana yang dikutip oleh Hairunnaja Najmuddin, *al-halu'* adalah sifat cepat gelisah ataupun berkeluh kesah bila ditimpa kesusahan dan sifat amat bakhil bila mendapat kebaikan (Tafsir Al-Kasyaf, jilid 4, hlm. 158). Al- Nawawi (t.t) dan Al-Naysaburi (1970) juga turut

⁴⁴ *Ibid*, hal. 5-6.

menyatakan *al-halu'* adalah sifat kurang sabar dan sangat tamak sebagaimana yang dijelaskan oleh Allah dengan firmanNya, "...apabila manusia ditimpa kesusahan, seperti kemiskinan, penyakit dan sebagainya, dia sangat resah gelisah, dan apabila manusia mendapat nikmat, dia sangat kikir" (Murah Labid Tafsir al-Nawawi, jilid 2, hlm. 40 dan Ghara'ib al-Quran wa Ragha'ib al-Furqan, jilid 29, hlm. 50).⁴⁵

Menurut Fakhr al-Razi (t.t) pula *al-hulu'* adalah sifata yang sangat tamak serta sifat kurang sabra (Al-Tafsir al-Kabir, jilid 29, hal. 128). Al-Qusyayri (1971) juga menyatakan *al-hulu'* sifat sangat tamak serta resah gelisah (Lata'if al-Isyaraat, Tafsir Sufi Kamil li al-Quran al-Karim, jilid 6, hal. 199). Al-Zuhayli (1991) pula menyatakan *al-hulu'* adalah sifat cepat berdukacita dan berkeluh-esah, sangat tamak serta kurang sabar (Tafsir al-Munir fi al-'Aqiqah wa al-Syari'ah wa al-Manhaj, jilid 29, hal.120).⁴⁶

Menurut al-Zuhayli (1991) sifat *al-hulu'* yang ada pada diri manusia merupakan sifat yang berlaku selepas daripada sempurnanya proses kejadian manusia itu sendiri (Tafsir al-Munir, hal. 120). Al-Qadhi di dalam al-Zuhayli (1991) menyokong pendapat ini dengan mengemukakan alasan sifat *al-hulu'* merupakan sifat yang tergolong dalam sifat-sifat yang tercela, dan arena itu adalah mustahil sekiranya Allah mencela perbuatanNya sendiri. Selain daripada itu, beliau juga menyatakan terdapat pengecualian mabusia yang bebas daripada sifat *al-hulu'* yang disebut oleh Allah, yaitu orang-orang Mukmin yang bermunajah dengan diri mereka untuk meninggalkan sifat tercela itu. Kalau sekiranya sifat *al-hulu'* itu sifat yang ada pada manusia yang diterima secara terpaksa dengan kehendak Allah, sudah tentu manusia tidak mampu untuk meninggalkan sifat tersebut.⁴⁷

Daripada tafsiran-tafsiran yang dikemukakan, dapatlah disimpulkan bahwa *al-halu'* merupakan sifat ataupun tabiat manusia yang berkaitan dengan emosi dan tingkah lakunya. Ia merupakan perasaan resah gelisah yang menjadi tabiat manusia bila dia jumpa kesulitan ataupun bila dia ditimpa kesusahan, dia menunjukkan kegelisahannya dengan berkeluh kesah

⁴⁵ Hairunnaja Najmuddin, *Psikologi Ketenangan Hati...*, hal. 112.

⁴⁶ *Ibid*, hal. 113.

⁴⁷ *Ibid*, hal. 116.

karena mengenangkan nasib dirinya itu, dan apabila manusia mendapat nikmat dia menunjukkan kegelisahannya dengan enggan berkongsi nikmat dengan orang lain.

Dari huraian di atas dapat disimpulkan sifat keluh kesah itu adalah sifat manusia. Secara umumnya dapat dikatakan semua, ataupun kebanyakan manusia, mempunyai sifat ini. Apa yang beda antara seseorang dengan seseorang yang lain adalah kadar kegelisahan yang dialami olehnya sama ada tinggi, sederhana ataupun rendah. Walaupun demikian, sifat keluh kesah ini dapat dianggap sebagai sifat atau fitrah manusia yang semula jadi, ia masih tetap dikira sebagai penyakit rohani menurut ajaran agama lain. Di dalam ajaran Islam, seorang Mukmin yang sebenar-benarnya adalah seseorang yang tidak harus mempunyai sifat al-hulu' ini. Orang Mukmin harus senantiasa bersyukur kepada Allah dan menerima dengan penuh ikhlas dan ridha segala nikmat dan musibah yang menimpa diri.

B. Shalat dan Keutamaannya

1. Pengertian shalat

Shalat dalam Bahasa arab disebut صلاة - صلى yang berarti berdoa dan mendirikan sembahyang.⁴⁸ Shalat dari segi bahasa adalah doa⁴⁹. Allah berfirman dalam surah at-Taubah ayat 103:

⁴⁸ H. Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia...*, hal. 220.

خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ
لَّهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ١٠٣

Artinya: “Ambillah zakat dari sebagian harta mereka, guna membersihkan dan mensucikan mereka, dan berdoalah untuk mereka. Sesungguhnya doamu itu (menumbuhkan) ketenteraman jiwa bagi mereka. Dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui”.(At-Taubah: 103)⁵⁰

Sedangkan menurut istilah shalat adalah serangkaian kegiatan ibadah yang dimulai dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam, menurut cara-cara dan syarat-syarat serta rukun yang telah ditentukan oleh syara’.⁵¹ Dinamakan demikian karena mengandung doa. Orang yang melakukan shalat tidak lepas dari doa ibadah, pujian dan permintaan. Itulah sebabnya yang dinamakan shalat.

Selain itu, menurut A Hasan, Bigha, Muhammad bin Qasim dan Rasyid shalat mengandung makna yaitu berdoa dilanjutkan Ash-Siddieqy shalat adalah berdoa memohon kebajikan dan pujian sedangkan secara hakikat mengandung pengertian terhadap hati (jiwa) kepada Allah dan mendatangkan takut kepada-Nya, serta menumbuhkan di dalam jiwa rasa keagungan, kebesaran dan kesempurnaan kekuasaan-Nya.⁵²

⁴⁹ Fajar Kurnianto, *Kitab Shalat 11 In One*, cet. 1, (Jakarta: Alita Aksara Media, 2012), hal. 39.

⁵⁰ Department Agama, *Al-Quran dan Tafsirnya...*, hal. 198.

⁵¹ Abdul Aziz Muhammad Azzam dan Abdul Wahab Sayyed Hawwas, *Fiqh Ibadah (Thaharah, Shalat, Zakat, Puasa, dan Haji)*, Penerjemah: Kamran As’at Irsyady, dkk, cet. ke-3, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), hal. 145.

⁵² Sentot Haryanto, *Psikologi Shalat (Kajian Aspek-aspek Psikologi Ibadah Shalat oleh Isra’ Mi’raj Nabi Muhammad S.A.W)*, cet. ke-5, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2007), hal. 59.

Shalat adalah rukun Islam yang kedua dan ia merupakan rukun yang sangat ditekankan (utama) sesudah dua kalimat syahadat.⁵³ Telah disyari'atkan sebagai sesempurna dan sebaik-baiknya ibadah.⁵⁴ Shalat ini mencakup berbagai macam ibadah: zikir kepada Allah, tilawah Kitabullah, berdiri menghadap Allah, ruku', sujud, do'a, tasbih, dan takbir.⁵⁵ Shalat merupakan pokok semua macam ibadah badaniah. Allah telah menjadikannya fardhu bagi Rasulullah SAW sebagai penutup para rasul pada malam Mi'raj di langit, berbeda dengan semua syari'at. Hal itu tentu menunjukkan keagungannya, menekankan tentang wajibnya dan kedudukannya di sisi Allah.

Berdasarkan pengertian-pengertian yang dipaparkan di atas, penulis mengambil pemahaman bahwa shalat adalah doa yakni terdiri dari ucapan dan perbuatan yang diawali dengan takbir dan diakhiri dengan salam. Shalat merupakan ibadah yang paling utama di antara ibadah-ibadah yang lain. Seseorang yang melakukan shalat dituntut agar seluruh sikap dan perhatiannya ditujukan semata-mata hanya kepada obyek dan seruan yaitu Allah. Shalat pada seorang hamba diharapkan menghayati sedalam-dalamnya akan kehadiran Allah dalam hidup ini.

⁵³ Syaikh Muhammad Fadh & Syaikh Abdul Aziz bin Baz, *Sifat Wudhu & Shalat Nabi SAW*, penerjemah: Geis Umar Bawazier, cet. Ke-1, (Jakarta: al-Kautsar, 2011), , hal. 75.

⁵⁴ Sentot Haryanto, *Psikologi Shalat...*, hal. 59.

⁵⁵ Abu Malik Kamal Bin As-Sayyid Salim, *Shahih Fikih Sunnah, Penerjemah, Khairul Amru Harahap Dan Faisal Saleh*, (Jakarta: pustaka Azzam, 2007), cet. Ke-1, hal. 277.

2. Dasar Hukum shalat

Berdasarkan kepada firman Allah, dalam al-Quran dinyatakan bahwa setiap muslim yang mukallaf wajib melaksanakan shalat lima waktu dalam sehari semalam.⁵⁶ Sebagaimana firman Allah :

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ۝ ١٠٣

Artinya: “Selanjutnya, apabila kamu telah menyelesaikan shalat(mu), ingatlah Allah ketika kamu berdiri, pada waktu duduk dan ketika berbaring. Kemudian apabila kamu telah merasa aman, maka laksanakanlah shalat itu (sebagaimana biasa). Sungguh, shalat itu adalah kewajiban yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman.” (Qs. An-Nisa’:103)⁵⁷

Terdapat juga dalam hadits Rasulullah SAW, di antaranya:

عن ابن عمر رضي الله عنهما قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: بني الإسلام على خمس: شهادة أن لا إله إلا الله وأن محمدا رسول الله، وإقام الصلاة، وإيتاء الزكاة، والحج، وصوم رمضان. (رواه البخاري)

Artinya: “Dari Abdullah bin Umar r.a, berkata: Rasulullah, bersabda: “dasar (pokok) Islam itu didirikan atas lima hal, yaitu bersaksi bahwa tidak ada Tuhan melainkan Allah dan Muhammad adalah utusan Allah, mendirikan shalat, memberikan zakat, haji dan puasa ramadhan”. (HR. Bukhari)⁵⁸

Jelaslah di sini bahwa shalat hukumnya adalah wajib bagi setiap muslim yang mukallaf. Berdasarkan berbagai keterangan dalam Al-Quran dan hadits, dapatlah dikatakan bahwa shalat adalah kewajiban peribadatan yang paling penting dalam sistem keagamaan Islam dan tidak ada alasan bagi orang dewasa yang normal untuk meninggalkan shalat. Al-Quran

⁵⁶ Syafrida dan Nurhayati Zein, *Fiqh Ibadah*, (Pekan baru: CV, Mutiara Pesisir Sumatra, 2015), cet, ke-1, hal. 76.

⁵⁷ Department Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya...*, hal. 253.

⁵⁸ Muhammad Nashiruddin al Albani, *Ringkasan Shahih Bukhari*, (Penerjemah: Asep Saefullah dan Kamaluddin Sa'adyatulharamain, cet. Ke-3, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), hal. 14.

banyak memuatkan perintah agar kita menegakkan shalat dengan penuh kesungguhan dan menggambarkan bahwa kebahagiaan orang beriman adalah pertama-tama karena shalatnya yang dilakukan dengan penuh kekhusyu'an dan keikhlasan.

3. Fungsi Shalat

Shalat adalah ibadah yang paling pokok dan menjadi ciri antara muslim dan kafir. Ibadah yang bersifat ritual ini menyimpan makna yang sangat penting dan besar bagi setiap muslim yang melakukannya. Shalat yang dikehendaki oleh Islam bukan semata-mata sejumlah bacaan yang diucapkan oleh lisan. Sejumlah gerakan yang dilakukan oleh anggota badan, tanpa disertai kesadaran akal dan kekhusyu'an hati.

Bukan pula shalat yang dikerjakan oleh seseorang yang pada saat sujud bagaikan ayam mematuk paruhnya, disaat ruku' bagaikan gajah menyambar mangsanya, disaat salam bagaikan serigala yang memalingkan wajahnya, akan tetapi shalat yang benar adalah shalat yang lengkap artinya persyaratan lahiriyahnya dan batiniyahnya terpadu⁵⁹ sebagaimana di ajarkan oleh Nabi Muhammad dalam hadits yang artinya: *"Shalatlah kamu sebagaimana kamu melihat (mengetahui) aku shalat"*. (HR. Muslim)

Dan tidak kalah pentingnya adalah terpenuhi perhatian pikiran, ketundukan hati dan kehadiran keagungan Allah Yang Maha Luhur Dan Maha Mulia seolah-olah berada dihadapan-Nya. Secara normatif Al-Quran

⁵⁹ Sahriansyah, *Ibadah dan Akhlak*, (Yogyakarta: IAIN Antasari Press, 2014), hal. 42.

menegaskan bahwa shalat mempunyai fungsi untuk mempengaruhi jiwa tidak melakukan perbuatan-perbuatan keji dan mungkar, sebagaimana firman Allah:

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ
وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ٤٥

Artinya:“*Bacalah Kitab (Al-Quran) yang telah diwahyukan kepadamu (Muhammad) dan laksanakanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan) keji dan mungkar. Dan (ketahuilah) mengingat Allah (shalat) itu lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan*”.(QS Al-Ankabut:45)⁶⁰

Berdasarkan penafsiran ayat di atas, Allah memerintahkan untuk membaca, mempelajari, dan melaksanakan ajaran-ajaran Al-Quran, maka Allah memerintahkan agar kaum Muslimin mengerjakan shalat wajib, yaitu shalat lima waktu. Shalat hendaklah dikerjakan sesuai rukun dan syaratnya, serta penuh kekhusyu’an. Sangat dianjurkan mengerjakan shalat itu lengkap dengan sunnah-sunnahnya. Jika dikerjakan dengan sempurna, maka shalat dapat mencegah dan menghalangi orang yang mengerjakannya dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar.⁶¹

Menurut tafsir Al-Misbah, thabathaba’I ketika menafsirkan ayat ini menggarisbawahi perintah melaksanakan shalat. Shalat adalah amal ibadah yang pelaksanaannya membuahkan sifat keruhanian dalam diri manusia yang menjadikannya tercegah dari perbuatan keji dan mungkar, dan dengan demikian, hati menjadi suci dari kekejian dan kemungkaran serta menjadi

⁶⁰ Department Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya...*, hal. 411.

⁶¹ *Ibid*, 412.

bersih dari kekotoran dosa dan pelanggaran. Dengan demikian shalat adalah cara untuk memperoleh potensi keterhindaran dari keburukan dan tidak secara otomatis atau secara langsung dengan shalat itu terjadi keterhindaran. Sangat boleh jadi dampak dari potensi itu tidak muncul kerana adanya hambatan-hambatan bagi kemunculannya, seperti lemahnya dzikir atau adanya kelengahan yang menjadikan pelaku shalat tidak menghayati makna dzikirnya. Karena itu, setiap kuat dzikir seseorang dan setiap sempurna rasa kehadiran Allah dalam jiwanya, serta semakin dalam kekhusyu'an dan keikhlasan, maka setiap itu pula bertambah dampak pencengahan itu, dan sebaliknya kalau berkurang maka akan berkurang pula dampak tersebut.⁶²

Beberapa ulama tafsir berpendapat bahwa yang memelihara orang yang mengerjakan shalat dari perbuatan keji dan munngkar itu ialah shalat itu sendiri. Menurut mereka, shalat itu memelihara seseorang selama orang itu memelihara shalatnya⁶³, sebagaimana firman Allah:

حُفِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ ۚ ۲۳۸

Artinya: "Peliharalah semua shalat dan shalat wusthaa. Dan laksanakanlah (shalat) karena Allah dengan khusyu'." (Qs. Al-Baqarah: 238)⁶⁴

Allah memerintahkan agar selalu menjaga shalat sesuai waktunya, menjaga batasan-batasannya dan mengerjakan sesuai waktunya.⁶⁵

⁶² M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan Kesan dan Keserasian Al-Quran*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 508.

⁶³ Department Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya*..., hal. 412.

⁶⁴ *Ibid*, hal. 352

⁶⁵ Imam Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, penerjemah, Arif Rahman Hakim dkk, (Surakarta: Insan Kamil, 2015), hal. 361.

4. Hikmah Shalat

Di antara hikmah diwajibkannya shalat bahwa shalat itu membersihkan jiwa, menyucikannya, mengkondisikan seorang hamba untuk munajat kepada Allah di dunia dan berdekatan dengan-Nya di akhirat, serta melarang pelakunya dari mengerjakan perbuatan keji dan kemungkaran.⁶⁶

Allah berfirman, “*dan dirikanlah shalat, sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar.*” (al-Ankabut:45)

Salah satu rahmat Allah yang terkandung dalam persyariatan shalat adalah dia menjadikan shalat sebagai pelebur dosa, dan dia pun hanya membatasinya sebanyak lima waktu dalam sehari semalam namun menjadikan pahalanya setara dengan pahala shalat lima puluh waktu. Dengan melaksanakan shalat, pelaku berarti telah melaksanakan perintah Allah, bersyukur kepada-Nya atas penyucian dirinya dari dosa-dosa, bersyukur atas pahala yang telah diberikan kepadanya dan atas anugerah-Nya yang tiada pernah putus.⁶⁷

Karena demikian banyaknya penegasan-penegasan tentang pentingnya shalat yang kita dapatkan dalam sumber-sumber agama tentu sepatutnya kita memahami falsafah ibadah shalat dengan sebaik mungkin. Dalam shalat itu kita memperoleh pendidikan pengikatan pribadi atau komitmen kepada nilai-nilai hidup yang luhur.

⁶⁶ Abu Bakr Jabir al-Jazairi, *Ensiklopedi Muslim (Minhajul Muslim)*, Jakarta: PT. Darul Falah, 2000), cet. ke-1, hal. 298.

⁶⁷ Sahriansyah, *Ibadah dan Akhlak...*, hal. 42-44.

Adapun falsafah ibadah itu dilambangkan dalam keseluruhan shalat, baik dalam unsur bacaannya maupun tingkah lakunya. Menurut ilmu fikih shalat dirumuskan sebagai ibadah kepada Allah dengan bacaan-bacaan dan tindakan-tindakan tertentu yang diawali dengan takbir dan ditutup dengan salam.

Takbir pembukaan shalat itu dinamakan takbiratul ihram. Yang mengandung arti takbir yang tidak ada kaitannya dengan shalat sebagai peristiwa menghadap Allah, takbir pembukaan itu seakan suatu yang pernyataan formal seseorang membuka hubungan diri dengan Allah dan memutuskan diri dari semua urusan dunia simbol hubungan manusia dengan Allah dan menghambakan diri kepada-Nya. Sedangkan wujud simbolik terpenting penghambaan itu adalah shalat yang dibuka dengan takbir sebagai ucapan pernyataan dimulainya sikap menghadap Allah.⁶⁸

5. Keutamaan Shalat dalam Kehidupan

Shalat memiliki banyak keutamaannya yang bersumberkan dari Al-Quran dan Sunnah Rasulullah SAW. Shalat dapat memberikan perubahan sikap tingkah laku kearah kehidupan yang lebih baik dan berguna serta diredhai oleh Allah.

Keutamaan shalat di antaranya adalah seperti berikut:

- a. Shalat sebagai landasan seluruh amal dalam Islam⁶⁹

⁶⁸ *Ibid*, hal. 42.

⁶⁹ Abdul kadir Nuhyanan, *Panduan Shalat Lengkap & Praktis Sesuai Petunjuk Rasulullah saw*, (Jakarta Timur: Akbar Media Eka Sarana, 2012), hal. 6.

Shalat sebagai rukun yang kedua adalah merupakan ekspresi keimanan seseorang terhadap ikrar dua kalimat syahadat yang berbunyi: *“Asyhadu anlaa ilaaha illallah, wa asyhadu anna Muhammadan Rasulallah,”* artinya: “Aku bersaksi bahwasanya tiada Tuhan yang patut disembah dengan benar melainkan Allah dan bahwasanya Muhammad itu utusan Allah,”

Dengan shalat seorang hamba dapat membuktikan kepatuhan dan kesetiannya kepada Allah, karena disaat shalat seluruh jiwa dan raganya diarahkan sepenuhnya untuk tunduk dan menghambakan diri serta bermunajat meminta pertolongan hanya kepada Allah. Maka sikap mengabaikan atau meninggalkan shalat adalah tergolong kepada bentuk pengingkaran atau ketidak patuhan terhadap Allah.

Dengan demikian shalat bukan sekedar lambang saja, tapi justru menjadi bukti keimanan seseorang terhadap Sang Maha Pencipta. Shalat juga menjadi landasan dalam seluruh amal ibadah, seperti membayar zakat, berpuasa di bulan Ramadhan, menunaikan ibadah haji ke tanah suci Makkah jika mampu dan amal-amal lainnya yang diajarkan dalam agama Islam.

Tentang kedudukan shalat ini Rasulullah, telah bersabda yang artinya,

الصلاة عماد الدين فمن أقامها فقد أقام الدين ومن عدمها فقد هدم الدين

“Shalat adalah tiangnya agama, barangsiapa yang menegakkannya (shalat) berarti ia telah menegakkan agamanya dan barang siapa

yang meninggalkannya berarti ia telah meruntuhkan agamanya.”(HR. Tirmidzi)⁷⁰

Di dalam hadits yang diriwayatkan oleh Tirmidzi dan Abu Daud, dikatakan oleh Rasulullah SAW, “*Jarak pemisah antara seorang hamba dan kekufuran adalah meninggalkan shalat.*” Oleh karena itu Rasulullah, telah memerintahkan kepada umat Islam agar mulai melakukan pendidikan shalat terhadap anak-anak dan mendisiplinkannya sejak usia dini, yaitu ketika berusia tujuh tahun sampai mereka mencapai usia mandiri (dewasa).

حدثنا أبو الوليد هشام بن عبد الملك قال: حدثنا شعبة قال: الوليد بن العيزار أخبرني قال: سمعت أبا عمرو الشباني يقول: حدثنا صاحب هذه الدار، وأشار إلى دار عبد الله، قال: سألت النبي صلى الله عليه وسلم: أي العمل أحب إلى الله؟ قال: (الصلاة على وقتها) قال: ثم أي؟ قال: (بر الولدين) قال: ثم أي؟ قال: (الجهاد في سبيل الله).

Dari Abdullah bin Mas'ud r.a, ia bercerita, 'aku bertanya pada Rasulullah saw., "Amal apa yang paling utama?" Beliau menjawab, "Shalat pada waktunya", Aku bertanya lagi, "Kemudian apa?" Beliau menjawab, "Berbakti pada orang tua" Aku bertanya lagi, "Lalu apa lagi?" Beliau menjawab, "Jihad di jalan Allah."(HR Bukhari).⁷¹

Dari Abu Hurairah r.a, dari Nabi saw, beliau bersabda,

سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: (إن أول ما يحاسب به العبد يوم القيامة من عمله صلاته، فإن صلحت فقد أفلح وأنجح، فإن فسدت فقد خاب وخسر...)

⁷⁰ Abu Isa Muhammad Bin Isa, *Jami' At-Tirmidzi Ensiklopedia Hadits 6*, Penerjemah: Tim Darussunnah (Idris Dkk), Cet. Ke-1 (Jakarta: Almahira, 2013), hal. 867.

⁷¹ Abu Abdullah Muhammad, *Ensiklopedia Hadits Shahih Bukhari 1 ...*, hal. 122.

“Sungguh, amal seorang hamba yang pertama kali diperhitungkan di hari kiamat adalah shalatnya. Jika baik shalatnya, maka ia selamat dan sukses. Jika rusak shalatnya, maka ia rugi dan celaka.”(HR at-Tirmidzi).⁷²

Demikian pentingnya shalat dalam kehidupan ini sebagai manifestasi dari keimanan seseorang terhadap Allah dan Rasulnya dan menjadi landasan dalam melakukan amal-amal kebajikan baik dalam hubunngannya dengan Allah, maupun dalam hubungannya dengan sesama manusia, termasuk hubungannya dengan alam sekitar, sehingga Rasulullah saw, bersabda,

رأس الأمر الإسلام، وعموده الصلاة، وزروة سنانه الجهاد

“Pokok segala perkara itu adalah Islam dan tonggak Islam itu adalah shalat, dan puncak Islam itu adalah jihad di jalan Allah.” (HR. Tirmidzi).⁷³

b. Shalat sebagai Media Pembersih Diri⁷⁴

Ibadah shalat pada dasarnya merupakan sarana untuk mendekatkan hubungan seseorang dengan Tuhannya Yang Maha Suci. Dalam hal ini, hamba harus mempersiapkan dirinya terlebih dahulu dengan persyaratan dan ketentuan kebersihan serta kesucian yang telah disyariatkan, sehingga tercipta kondisi bersih dan suci baik jasmani maupun rohani, di dalam shalat akan merasakan kedekatannya (*taqarrub*) kepada Allah Dzat Yang Maha Suci.

⁷² Abu Isa Muhammad Bin Isa, *Jami' At-Tirmidzi Ensiklopedia Hadits 6...*, hal. 161.

⁷³ Abu Isa Muhammad Bin Isa, *Jami' At-Tirmidzi Ensiklopedia Hadits 6...*, hal. 867.

⁷⁴ Abdul kadir Nuhuyanan, *Panduan Shalat Lengkap & Praktis...*, hal. 7.

Setiap orang yang akan melaksanakan shalat harus (wajib) membersihkan anggota badannya (anggota wudhu), disertai dengan kebersihan pakaian dan tempat shalatnya. Termasuk pada saat shalat setiap orang harus mengikhlaskan diri berhamba hanya kepada Allah, dengan hati yang suci dan jiwa yang tenang. Bila dilaksanakan dengan baik dan benar menurut yang diajarkan oleh Rasulullah, maka shalat yang dikerjakan memiliki pengaruh terapis yang sangat kuat terhadap manusia. Terlebih terhadap mereka yang jiwanya sedang mengalami kegoncangan, bersedih lantaran dihimpit kesulitan, atau merasa jiwanya terganggu dan tertekan. Karena shalat yang dikerjakan secara rutin minimal lima kali dalam sehari semalam dapat mengkondisikan seseorang untuk selalu hidup bersih dan ikhlas dalam menjalani berbagai proses kehidupan di dunia ini.⁷⁵

Bagaimana dampak shalat terhadap kebersihan diri ini digambarkan di dalam sebuah hadits yang disampaikan dari Abu Hurairah, yang artinya:

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول :
أرأيتم لو أن نهرًا بباب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات هل يبقى من درنه
شيء؟ قالوا : لا يبقى من درنه شيء قال : فذلك مثل الصلوات الخمس يمحو
الله بها الخطايا.

Dari Abu Hurairah ra., ia berkata: Saya mendengar Rasulullah saw. Bersabda: “Bagaimana pendapat kalian, seandainya ada sebarang sungai di depan pintu salah seorang di antara kalian, kemudian ia mandi di sungai itu lima kali dalam sehari; apakah masih ada kotoran yang melekat di badannya?” Para sahabat menjawab: “Tidak akan tersisa sedikitpun kotoran di badannya” Bersabda Rasulullah, “Maka begitu

⁷⁵ Abdul kadir Nuhyanan, *Panduan Shalat Lengkap & Praktis...*, hal. 8

pula-lah perumpamaan shalat lima kali sehari semalam; dengan shalat itu, Allah, akan menghapus semua dosa.” (HR. Mutafaq ‘alaih).⁷⁶

c. Shalat mencegah perbuatan keji dan mungkar⁷⁷

Dalam beraktivitas dan menjalani rutinitas kehidupan sehari-hari, terkadang manusia lebih cenderung memikirkan dan memusatkan perhatiannya kepada urusan dunia yang dianggapnya dapat mendatangkan kesenangan dan kebahagiaan bagi dirinya. Padahal kehidupan dunia itu bersifat sementara dan kebahagiaan dunia bagaikan fatamorgana⁷⁸. Sebagaimana yang telah diingatkan oleh Allah, di dalam Al-Quran, surat Ali – Imran, ayat 14, yang artinya: *“Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu: wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah lading. Itulah kesenangan hidup di dunia; dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga).”*

Kehidupan dunia yang memukau sering membuat manusia menjadi lupa dan lalai terhadap keimanannya kepada Allah dan Hari Akhir, karena dirinya telah terbuai oleh nafsu syahwat dan keserakahan terhadap keindahan dunia yang semu dan tampak bagaikan fatamorgana.

Maka shalat yang telah ditetapkan lima kali dalam sehari semalam bagi orang yang beriman, dapat difungsikan sebagai banteng pertahanan terhadap keinginan-keinginan nafsu syahwat dan keserakahan yang setiap

⁷⁶ Imam Nawawi, *Riyadhus Shalihin*, penerjemah: Achmad Sunarto, cet. ke-4 (Jakarta: Pustaka Amani, 1999), hal. 143.

⁷⁷ Abdul kadir Nuhyanan, *Panduan Shalat Lengkap & Praktis...*, hal 8.

⁷⁸ Abdul kadir Nuhyanan, *Panduan Shalat Lengkap & Praktis...*, hal. 9

saat hadir di dalam diri manusia, Allah, berfirman di dalam Al-Quran, surat Al-Ankabut, ayat: 45 yang artinya, *“Dirikanlah sholat, sesungguhnya shalat itu dapat mencegah dari perbuatan-perbuatan) yang keji dan mungkar.”* Ayat tersebut, mungkin memunculkan pertanyaan sebagai berikut, *“Bagaimana caranya shalat dapat mencegah seseorang dari perbuatan keji dan mungkar?”*

Hal ini bisa dijelaskan bahwa pada saat seseorang melakukan shalat secara baik dan benar (syarat, rukun dan ketentuan-ketentuannya), serta mengerjakannya sesuai waktu-waktu yang telah ditetapkan lima kali dalam sehari semalam, itu berarti orang tersebut telah menghidupkan cahaya keimanan di dalam dirinya. Paling sedikit lentera keimanan yang dinyalakan dalam setiap lima waktu shalat dapat menjadi penerang bagi dirinya dari satu ke waktu berikutnya untuk selalu berada di jalan yang benar dan diredhai oleh Allah, apa lagi bila ditambah dengan shalat-shalat Sunnah yang waktu perlaksanaannya tersendiri di luar waktu shalat fardhu.⁷⁹

Apa yang dapat dirasakan di dalam shalat sebagai sarana menjalinkan hubungan antara seseorang (hamba) dengan Yang Maha Pencipta, ketika itu orang tersebut menjadi ingat kepada Allah paling sedikit lima sampai sepuluh menit dalam satu waktu shalat, mulai dari awal pelaksanaan shalat sampai akhir. Komunikasi yang dibangun di dalam shalat sampai akhir. Komunikasi yang dibangun didalam shalat dapat

⁷⁹ *Ibid.*

menjadikan orang tersebut sadar akan resiko dari setiap amal perbuatannya, bahwa perbuatan yang baik sekecil apa pun akan diperlihatkan balasannya oleh Allah, begitu pula perbuatan yang buruk sekecil apapun akan diminta pertanggungjawab jawabannya di hadapan Allah.⁸⁰

Dengan demikian pelaksanaan shalat dapat menumbuhkan kesadaran akan datangnya hari Akhirat sebagai hari dimana manusia akan diminta pertanggung jawabannya terhadap amal perbuatannya semasa hidup di dunia ini. Maka dari itu shalat yang betul-betul dibina pelaksanaannya akan menumbuhkan rasa mawas diri (intropeksi) dan hati-hati dalam membuat keputusan terhadap keinginan yang timbul didalam dirinya dan sampai kepada melakukan segala tindakan.

d. Shalat dapat menghapus dosa dan kesalahan⁸¹

Allah, telah berfirman di dalam surat Maryam, ayat 59-60 yang artinya: *“Maka datanglah sesudah mereka, pengganti (yang jelek) yang menyia-nyiakan shalat dan memperturutkan hawa nafsunya, maka mereka kelak akan menemui kesesatan. Kecuali orang yang bertaubat, beriman dan beramal shaleh, maka mereka itu akan masuk surge dan tidak dianiaya (dirugikan) sedikitpun.”*

Dalam Tafsir Ibnu Katsir diterangkan bahwa “Ayat ini menjelaskan tentang generasi yang menyia-nyiakan shalat, tentu mereka akan lebih meninggalkan kewajiban lainnya, karena shalat merupakan tiang dan pilar

⁸⁰ Abdul kadir Nuhyanan, *Panduan Shalat Lengkap & Praktis...*, hal. 10

⁸¹ Abdul kadir Nuhyanan, *Panduan Shalat Lengkap & Praktis...*, hal. 10

agama serta merupakan amal hamba yang terbaik. Mereka melulu memikirkan syahwat, senang dengan kehidupan dunia serta kelezatannya dan mereka merasa senang dengannya. Mereka kelak akan menemui kesesatan, yakni kerugian.” Sufyan Ats Tsauri meriwayatkan dari Abdullah bin Mas’ud, dia berkata, “Kerugian itu berupa lembah di dalam (neraka) Jahannam yang dasarnya sangat dalam dan berbau busuk.” Maka Allah berfirman, *“Kecuali orang yang bertaubat, yakni kembali dari perbuatan meninggalkan shalat dan memperturutkan syahwat, memperbaiki iman dan amal shaleh, maka mereka akan dimasukkan ke dalam surga dan tidak dianiaya sedikitpun.”*⁸²

e. Shalat sebagai sarana meminta pertolongan Allah⁸³

Allah, berfirman di dalam Al-Quran, surat al-Baqarah, ayat 45-46. Yang artinya: *“dan mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabra dan shalat. sesungguhnya yang demikian itu amat berat, kecuali bagi orang – orang yang khusyu’, yaitu orang-orang yang meyakini bahwa mereka akan menemui Tuhannya, dan bahwa mereka akan kembali kepada-Nya.”*

Sayyid Quthb di dalam Tafsir Fi Zhilalil Quran memberikan penjelasan tentang bagaimana menjadikan shalat sebagai penolong adalah sebagai berikut, “Sesungguhnya shalat adalah hubungan dan pertemuan antara hamba dan Tuhan. Hubungan yang dapat menguatkan hati, hubungan yang dapat dirasakan oleh ruh, hubungan yang dengannya jiwa mendapat

⁸² Imam Ibnu Katsir, Tafsir Ibnu Katsir..., hal. 606-608.

⁸³ *Ibid*, hal 12.

bekal di dalam menghadapi suatu persoalan, beliau segera melakukan shalat, sedangkan beliau adalah orang yang sangat erat hubungannya dengan Tuhannya, dan ruhnya selalu berhubungan dengan Tuhannya, dan ruhnya selalu berhubungan dengan wahyu dan ilham.”⁸⁴

Dari Huzaifah Ibnul Yaman, “Apabila Rasulullah SAW, ditimpa suatu perkara yang berat maka beliau menjadikan shalat sebagai penolong.” Dan Ali bin Abi Thalib r.a, pernah berkata: “Menurut penglihatan kami pada malam perang Badar orang-orang pada tidur kecuali Rasulullah saw, beliau shalat dan berdoa hingga subuh.”

Dari uraian yang telah disampaikan di atas dapat dijadikan argumentasi bahwa apapun persoalan yang menimpa diri orang yang beriman dalam realitas kehidupan ini, hendaklah dicarikan jalan keluarnya (solusinya) melalui shalat, karena dengan shalat kita dapat melakukan pertemuan dengan Dzat yang Maha Tahu dan Mengatur kehidupan di jagad raya ini, sehingga kita bisa mengadu dan meminta petunjuk dan pertolongan dari-Nya.

Allah, telah melarang hambanya meminta pertolongan kepada selain Allah, seperti ke dukun, para normal, kuburan dan tempat-tempat yang dianggapnya karomah. Bahkan meminta kepada selain Allah itu dihukumkan sebagai perbuatan syirik, yaitu menyekutukan Allah, dan tergolong ke dalam dosa besar yang tidak diampuni oleh Allah.

⁸⁴ Syahid Sayyid Qutb, *Tafsir fi zhalilil Quran*, penerjemah; As'ad Yasin, (Jakarta: Gema Insani Press, 2000), hal. 82.

6. Urgensi Shalat dalam Perbentukan Kepribadian

Jelas bahwa untuk membentuk kepribadian yang baik dengan memperkuat iman dalam diri seseorang muslim. Iman merupakan pangkal kehidupan manusia. Keimanan memiliki peran penting dalam kehidupan manusia. Keimanan dapat mengarahkan dan membatasi perilaku manusia dalam hubungannya dengan Tuhan, dengan diri sendiri, dan dengan orang lain. Manusia yang paling utama dalam pandangan Islam ialah orang yang paling kuat tingkat keimanan dan ketakwaannya. Dalam pandangan Islam tidak ada yang paling berharga dari setiap tipe atau karakteristik manusia kecuali karena ketakwaannya kepada Tuhannya⁸⁵.

Keimanan akan menjadi dasar manusia dalam memaknai tujuan hidupnya dan kaitannya dengan perwujudan pribadi muslim yang beriman dan kokoh. Namun demikian keimanan merupakan sikap bathin yang bersifat abstrak yang sulit ditangkap hubungannya dengan kehidupan sehari-hari, sehingga untuk menengahi antara iman yang abstrak dan tingkah laku atau amal perbuatan yang konkrit itu dapat dilakukan dengan ibadah shalat. tingkah laku merupakan bagian dari kepribadian, maka kepribadian seseorang akan ditampilkan melalui tingkah lakunya sehari-hari.

Kepribadian akan terus mengalami perbentukan selama manusia hidup karena kepribadian senantiasa terbentuk sepanjang hayat. Sedangkan shalat merupakan kegiatan yang bersifat setiap hari, konsisten dan

⁸⁵ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Dalam Perspektif Hadis (Al-Hadits Wa Ulum An-Nafs)*, (Jakarta: PT. Pustaka Al-Husna Baru, 2004), hal. 286.

berlangsung terus menerus yang dapat dijadikan sebagai pembentuk kepribadian. Menurut Ari Ginanjar, shalat berfungsi sebagai metode pengulangan dimana potensi spiritual yang berisikan elemen-elemen karakter atau sifat-sifat mulia dan agung itu jika diasah dan diulang-ulang, akan ada proses behaviorisme yang mengarah pada proses internalisasi karakter.⁸⁶

Pengulangan yang dimaksud disini yakni baik pengalaman tingkah laku dan sikap. Proses internalisasi ini berasal dari pengulangan amalan-amalan yang terdapat dalam shalat. inilah cara kerja shalat, sehingga pada gilirannya shalat akan membentuk kepribadian. Pengulangan dalam pengerjaan shalat, berfungsi agar shalat yang dilakukan secara berulang-ulang itu dapat mencegah, melarang, menasehati dan mengingatkan para pelaksana shalat dan menambah ketakwaan dalam hati pelakunya serta terjauh jiwanya dari sifat kedurhakaan kepada Allah. Selain metode pengulangan dalam shalat juga terdapat metode pembiasaan dan metode penanaman nilai. Metode pembiasaan adalah metode kebiasaan. Metode pembiasaan ini berintikan pengalaman karena yang biasakan itu adalah sesuatu yang diamalkan.⁸⁷ Sedangkan metode penanaman nilai adalah metode yang berisikan tentang pengertian dan kesadaran mendalam

⁸⁶ Ari Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power*, (Jakarta: Arga, 2001), hal. 277-278.

⁸⁷ Ahmad D. Marimba, *Pengantar Filsafat Pendidikan Islam*, (Bandung: N.V Alma'arif, 1980), hal 75.

mengenai suatu hal yang akan menghujam dalam diri manusia yang pada akhirnya akan mempengaruhinya dalam berfikir dan bertindak.⁸⁸

Sebagaimana Allah berfirman di dalam surat Hud ayat 114:

وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفَا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ
السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّكْرِينَ ۙ ۱۱۴

Artinya: “Dan dirikanlah sembahyang itu pada kedua tepi siang (pagi dan petang) dan pada bahagian permulaan daripada malam. Sesungguhnya perbuatan-perbuatan yang baik itu menghapuskan (dosa) perbuatan-perbuatan yang buruk. Itulah peringatan bagi orang-orang yang ingat.” (Hud: 114)

Menurut tafsir Al-Misbah ayat ini mengajarkan: “Dan laksanakanlah shalat dengan teratur dan benar sesuai dengan ketentuan, rukun, syarat dan Sunnah-sunnahnya pada *kedua tepi siang*, yakni pagi dan petang, atau Subuh, Zuhur dan Asar dan *pada bagian permulaan dari malam* yaitu magrib dan isya, dan juga bisa termasuk witr dan tahajud. Yang demikian itu dapat menyucikan jiwa dan mengalahkan kecenderungan nafsu untuk berbuat kejahatan. *Sesungguhnya kebajikan-kebajikan itu*, yakni perbuatan-perbuatan baik seperti shalat, zakat, sedekah, istighfar dan aneka ketaatan lain dapat *menghapuskan* dosa kecil yang merupakan *keburukan-keburukan*, yakni perbuatan-perbuatan buruk yang tidak mudah dihindari manusia. Adapun dosa besar, maka ia membutuhkan ketulusan bertaubat, permohonan ampun secara khusus dan tekad tidak mengulanginya. *Itu*, yakni petunjuk-petunjuk yang disampaikan sebelum ini yang sungguh tinggi nilainya dan jauh kedudukannya *itulah peringatan* yang sangat bermanfaat

⁸⁸ *Ibid*, hal. 76.

bagi orang-orang yang siap menerimanya dan yang ingat tidak melupakan Allah. Dan disamping shalat, bersabar jugalah, dalam menghadapi kesulitan mengerjakan perintah Allah ini karena tanpa kesabaran sulit melaksanakan ketaatan apalagi beristiqamah dan sulit pula meraih sukses dalam kehidupan dunia apalagi akhirat. “Sesungguhnya Allah tidak menyalakan ganjaran al-muhsinnin.”⁸⁹

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa shalat memiliki peranan penting untuk menghilangkan perasaan berdosa yang menyebabkan rasa gundah dan menjadi penyebab utama penyakit jiwa. Hal ini terjadi karena shalat bisa mengampuni dosa seseorang, membersihkan jiwa dari kesalahan-kesalahan dan menimbulkan harapan untuk mendapatkan ampunan dan ridha Allah.

Shalat juga berhubungan dengan spiritual manusia. Spiritual berasal dari kata spirit yang bermakna jiwa atau sukma atau roh. Spiritual berarti kejiwaan, rohani, bathin, mental atau moral.⁹⁰ Menjadi spiritual berarti memiliki ikatan lebih yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik dan materi. Sebagaimana halnya dengan shalat yang merupakan ikatan kerohanian antara seorang hamba dengan Tuhannya. Spiritual yang dimiliki seorang Muslim akan menghasilkan refleksi yang kemudian diwujudkan dalam aksi sehingga dengan ini akan membentuk kepribadian seorang Muslim.

⁸⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan...*, hal 366-369.

⁹⁰ Depdibud, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hal. 857.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan di atas dapat penulis simpulkan bahwa shalat sebagai unsur penting dalam pembentukan kepribadian. Hal ini dikarenakan shalat sebagai salah satu indikator dalam memenuhi kebutuhan spiritual dan pendidikan untuk mewujudkan kepribadian Muslim, dimana shalat mampu mencegah seseorang dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar, membersihkan jiwa, mengalahkan kecenderungan nafsu berbuat kejahatan, meraih kemanisan iman, dan menenteramkan hati dari perasaan gundah, yang mampu membuatnya bertahan dalam menghadapi kehidupan. Melalui beberapa karakteristik shalat tersebut diharapkan mampu merubah pribadi yang tadinya rapuh menjadi kokoh, pribadi bertradisi buruk menjadi bertradisi mulia, dari berperilaku menyimpang menjadi stabil dan normal, dan dari berakhlak buruk menjadi luhur. Pada gilirannya hal ini akan membentuk pribadi yang baik, ideal dan mantap sebagaimana yang diharapkan dalam kepribadian seorang Muslim.

C. Al-Quran dan Tafsir

1. Pengertian Al-Quran

Kata Quran terambil dari kata قرأ - يقرأ - قرأ - قرأ - قرأنا, yang secara harfiah berarti membaca kitab⁹¹. Sebagian ulama' menegaskan bahwa kata Qur'an itu adalah *mashdar* (kata kerja yang dibendakan) yang diartikan dengan *isim maf'ul*, yakni *maqrū'*, artinya sesuatu yang dibaca. Maksudnya,

⁹¹ H. Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia...*, hal. 335.

Al-Quran itu adalah bacaan yang dibaca⁹². Terdapat perbedaan para ulama' dalam menelusuri asal-usul kata Al-Quran, mereka juga tidak seragam dalam memberikan definisi Al-Quran. Namun demikian, jika direnungkan dengan saksama, terdapat beberapa unsur Al-Quran disepakati oleh para pakar ilmu-ilm Al-Quran. Unsur-unsur Al-Quran yang dimaksudkan ialah:

Pertama, Al-Quran adalah wahyu atau Kalam Allah. Semua definisi yang diberikan ahli, selalu diawali dengan penyebutan Al-Quran sebagai Kalam atau wahyu Allah. Misalnya definisi Al-Quran yang menurut Muhammad Ali al-Shabuni konon telah disepakati oleh para ulama khususnya para ulama ushul fikih sebagaimana yang dikutip oleh Amin Suma yaitu:

“Al-Quran ialah Kalam Allah yang (memiliki) mukjizat, diturunkan kepada penutup para nabi dan rasul, dengan melalui perantara Malaikat Jibril, ditulis dalam berbagai mushhaf, dinukilkan kepada kita dengan cara tawatur (mutawatir), yang dianggap ibadah dengan membacanya, dimulai dengan surat Al-Fatihah, dan ditutup dengan surat AN-Nas.”⁹³

Kedua, diturunkan kepada Nabi Muhammad. ini menunjukkan bahwa kalam atau wahyu Allah yang diturunkan kepada nabi dan rasul Allah yang lain tidak dapat dinamakan Al-Quran. Sebab seperti ditegaskan sebelum ini, Al-Quran adalah nama khusus yang diberikan Allah terhadap kitab suci-Nya yang diturunkan kepada Nabi Muhammad. Karenanya kitab-kitab Allah yang lain antaranya Zabur, Taurat, dan Injil- tidak boleh disebut

⁹² Muhammad Amin Suma, *Ulumul Quran*, cet. ke-2 (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), hal. 21.

⁹³ *Ibid*, hal. 23.

sebagai Al-Quran, meskipun sama-sama wahyu dan orang yang menerimanya sama-sama nabi dan rasul Allah.

Ketiga, Al-Quran disampaikan melalui Malaikat Jibril. Semua ayat Al-Quran diwahyukan dengan perantaraan Malaikat Jibril. Memang ada segelintir pendapat ulama yang menyatakan bahwa sebagian Al-Quran di antaranya surat Al-Kautsar menurut mereka disampaikan Allah kepada Nabi Muhammad secara langsung, tidak melalui perantaraan Malaikat Jibril tetapi pendapat ini selalu dibantah banyak pihak.

Keempat, Al-Quran diturunkan dalam bentuk lafal Arab. Para ulama meyakini bahwa Al-Quran diturunkan dari Allah bukan semata-mata dalam bentuk makna seperti halnya dengan Hadis Qudsi, akan tetapi juga sekaligus lafalnya.⁹⁴

Dari keempat unsur Al-Quran diatas, dapatlah dikatakan bahwa Al-Quran ialah kalam Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad dalam bentuk lafal Arab dengan perantaraan Malaikat Jibril.

Agar lebih mudah untuk dipahami secara kebahasaan Al-Quran berarti bacaan dan kumpulan. Disebut kumpulan karena Al-Quran adalah kumpulan dan juga mencakup huruf-huruf hijaiyyah. Disebut bacaan karena Al-Quran adalah sesuatu yang dibaca. Secara istilah Al-Quran adalah kalam Allah yang diwahyukan secara beransur-ansur kepada nabi Muhammad melalui malaikat jibril, dan disampaikan kepada umat manusia.

⁹⁴ *Ibid*, hal. 24

2. Pokok pembahasan Al-Quran

Pokok pembahasan Al-Quran terdiri kepada lima pokok diantaranya:

a. Akidah

Pokok pembahasan Al-Quran yang paling utama dan terpenting adalah akidah (teologi), yang juga lazim disebut dengan istilah *ushul al-din*, ilmu kalam dan terutama tauhid. Akidah merupakan pondasi yang di atasnya ditegakkan bangunan syariat, dan tidak ada syariat tanpa akidah. Jika akidah dianggap asal/tiang pancang, maka syariat adalah cabang dan rantingnya (*furu'*). Begitulah betapa pentingnya kedudukan akidah dalam islam.⁹⁵

b. Syariat dan muamalah

Yakni ajaran yang terdiri atas ibadah murni atau menagtur hubungan antara manusia dan Tuhan (*hablun min Allah*), aturan lain adalah aturan yang terdiri atas tata hubungan antara manusia dan manusia lain (*hablun min al nas*), serta manusia dengan alam (*hablun min alam*).⁹⁶

c. Wa'du dan wa'id

Pokok pembahasan Al-Quran yang lainnya juga mempunyai peran penting bagi kehidupan umat insani ialah janji baik dan ancaman buruk, yang dalam istilah tafsir masing-masing lebih populer dengan sebutan al-wadu' dan al-wa'id. Janji baik dan ancaman buruk ini terasa

⁹⁵ *Ibid*, hal. 97

⁹⁶ Aminudin, *Akidah dan Ibadah untuk Kelas VIII MTs*, (Bandung: Grafindo Media Pratama, 2008), hal. 17

penting, karena dalam kenyataannya, di antara karakteristik manusia ialah menyenangi janji baik dan memerhatikan ancaman buruk.⁹⁷

d. Akhlak

Yakni ajaran tentang budi pekerti dan perilaku yang baik serta luhur⁹⁸. Pokok pembahasan ini sangat mendasar. Urgensi ajaran akhlak ini, antara lain dapat dipahami dari pernyataan Rasulullah sebagaimana beliau bersabda:

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: إنما بعثت لأتمم
مكارم الأخلاق (رواه البيهقي).

“Sesungguhnya aku diutus (ke muka bumi ini) untuk menyempurnakan akhlak.”

Berdasarkan hadis tersebut, seperti yang kita ketahui bahwa tujuan utama dari kenabian adalah untuk menyempurnakan akhlak. Akhlak memiliki kedudukan yang sangat penting bagi kehidupan umat manusia, dan bahkan juga bagi kesuksesan seseorang dalam melaksanakan tugasnya. Secara substantif, nilai-nilai akhlak Rasulullah bersifat abadi dan sekaligus up to date. Sebab, nilai-nilai dasar yang universal, terutama sifat –sifat *shiddiq* (benar), *amanat* (terpercaya), *tabligh* (penyampai), dan *fathonah* (cerdas). Keempat akhlak ini yang dijadikan dasar pembinaan akhlak Islam pada umumnya. Sifat-sifat dasar inilah pula yang seyogianya diteladani oleh

⁹⁷ Muhammad Amin Suma, *Ulumul Qur'an...*, hal. 100.

⁹⁸ Aminudin, *Akidah dan Ibadah...*, hal. 17.

ummatan muslimatan terutama kita dan mereka yang memahami ilmu-ilmu Al-Quran.⁹⁹

e. Kisah-kisah

Kisah-kisah masa lalu yang terdiri dari kisah para nabi dan orang-orang shaleh lainnya serta kisah para penentang ajaran Allah. Hal ini penting sebagai pelajaran bagi generasi yang ada sekarang dan masa yang akan datang.¹⁰⁰

f. Berita tentang kemasadepanan

Yakni seperti hari akhir dan berbagai peristiwa yang akan terjadi di dalamnya. Hal ini penting untuk manusia dapat mempersiapkan diri menghadapi hal-hal tersebut.¹⁰¹

g. Ilmu pengetahuan dan teknologi

Di dalam al-Quran ada membahas tentang ilmu pengetahuan dan juga teknologi. Al-Quran mendorong manusia untuk mentadabbur alam atau arti kata lain memerhatikan alam semesta serta menggali ilmu pengetahuan yang ada. Al-Quran banyak menampilkan manifestasi jagat raya ini, termasuk di dalamnya tentang kejadian manusia, proses kejadian pembuatan bumi dan langit, perputaran bulan dan matahari, serta perjalanan planet, bintang dan orbit, gumpalan awan, turun hujan, guruh, kilat, tumbuh-tumbuhan dengan berbagai ragamnya, keindahan laut, dan tanda-tanda lintasannya, gunung-gemunung yang menjulang tinggi, dan lain-lain ilmu

⁹⁹ Muhammad Amin Suma, *Ulumul Qur'an...*, hal. 103.

¹⁰⁰ Aminudin, *Akidah dan Ibadah...*, hal. 17.

¹⁰¹ *Ibid.*

pengetahuan dan teknologi yang dipelajari saintis dengan cermat dan teliti.¹⁰²

Jadi pokok pembahasan Al-Quran yang dinyatakan di atas, pada dasarnya dapat dilihat dari surat Al-Fatihah. Menurut Abduh, dan beberapa ahli tafsir lain di antaranya al-Qasimi dan al-Maraghi, surat AL-Fatihah memuat permasalahan-permasalahan pokok tentang akidah, janji yang baik dan ancaman buruk, ibadah, akhlak dan sebagainya.

3. Pengertian Tafsir

Menurut kamus Bahasa Indonesia, kata tafsir diartikan dengan keterangan atau penjelasan tentang ayat-ayat Al-Quran.¹⁰³ Kata tafsir berasal dari kata **فسر - يفسر - فسرا** yang berarti menerangkannya menjelaskan, membuka dan menampakkan.¹⁰⁴ Sebagai kelaziman dalam Bahasa arab, bentuk *masdar* yang sering diberi makna *isim maf'ul*.¹⁰⁵ Secara etimologis tafsir berarti menjelaskan, menerangkan, menampakkan, menyibak dan merinci.¹⁰⁶

Sedangkan tafsir secara harfiah pula berarti rangkaian penjelasan dari suatu pembicaraan atau teks dalam kaitan ini adalah Al-Quran atau dalam arti lain, penjelasan atau keterangan yang lebih lanjut tentang ayat-

¹⁰² Muhammad Amin Suma, *Ulumul Qur'an...*, hal. 109

¹⁰³ Tim Penyusun, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka), hal. 882.

¹⁰⁴ H. Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia...*, hal. 316.

¹⁰⁵ Abd, Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir*, (Yogyakarta: Teras, 2005), hal. 12.

¹⁰⁶ Muhammad Amin Suma, *Studi Ilmu-ilmu Al-Quran 2*, (Jakarta: Pustaka Firdaus, 2001), hal. 15.

ayat Al-Quran yang dilakukan mufassir disebut tafsir.¹⁰⁷ Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa tafsir adalah usaha memahami dan menemukan serta menjelaskan isi kandungan Al-Quran.

4. Metode dan Corak Penafsiran

Ada beberapa metode penafsiran al-Quran yang umum digunakan para ulama tafsir. Penafsiran yang lazim digunakan mereka ada yang bersifat meluas atau melebar dan secara global, tetapi ada juga yang menafsirkannya dengan cara melakukan studi perbandingan (komparasi). Masih dalam kaitan dengan metode penafsiran al-Quran, ada juga yang melakukannya dengan cara yang sistematis. Berdasarkan berbagai metode penafsiran di atas, sebagian ahli tafsir di antaranya Abs al-Hayy al-Farmawi, menyebutkan empat macam metode (*manhaj/minhaj*) penafsiran al-Quran, yaitu: *al-manhaj al-tahlili*, *al-manhaj al-ijmali*, *al-manhaj al-muqaran*, dan *al-manhaj al-maudhu'i*.

a. Metode Tahlili

Tahlili adalah salah satu metode tafsir yang bermaksud menjelaskan kandungan ayat-ayat al-Quran dari seluruh aspeknya.¹⁰⁸ Selain itu, menurut Abd al-Hayy al-Farmawi, metode tafsir ini dilakukan dengan cara mendeskripsikan uraian-uraian makna yang terkandung dalam ayat-ayat Al-Quran dengan mengikuti tertib susunan atau urutan-urutan surat dan ayat-

¹⁰⁷ *Ibid*, hal. 17

¹⁰⁸ Abd, Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir ...*, hal. 41&42.

ayat al-Quran itu sendiri dengan sedikit banyak melakukan analisis di dalamnya.¹⁰⁹

Metode tafsir tahlili yang juga bisa disebut dengan metode *tajzi'i* tampak merupakan metode tafsir yang paling tua usianya.¹¹⁰ Seorang penafsir yang mengikuti metode ini menafsirkan ayat-ayat al-Quran secara runtut dari awal hingga akhirnya, dan surat demi surat sesuai dengan urutan *mushaf 'Utsmani*. Untuk itu, ia menguraikan kosakata dan lafaz, menjelaskan arti yang dikehendaki, juga unsur-unsur *I'jaz* dan *balagahah*, serta kandungannya dalam berbagai aspek pengetahuan dan hukum.

Penafsiran dengan metode tahlili juga tidak mengabaikan aspek asbabun nuzul suatu ayat, munasabah (hubungan) ayat-ayat al-Quran antara satu sama lain. Dalam pembahasannya, penafsir biasanya merujuk riwayat-riwayat terdahulu baik yang diterima dari Nabi, Sahabat maupun ungkapan-ungkapan Arab pra Islam dan kisah isra' iliyat. Oleh karena pembahasan yang terlalu luas itu maka tidak tertutup kemungkinan penafsirannya diwarnai bias subjektivitas penafsir, baik latar belakang keilmuan maupun aliran mazhab yang diyakininya. Sehingga menyebabkan adanya kecenderungan khusus yang teraplikasikan dalam karya mereka.

Ditinjau dari segi kecenderungan para penafsir, metode tahlili ini dapat berupa: *al-tafsir bi al-ma'sur*, *al-tafsir bi al-ra'yi*, *al-tafsir al-shufi*,

¹⁰⁹ Muhammad Amin Suma, *Studi Ilmu-ilmu Al-Quran 2...*, hal. 110.

¹¹⁰ *Ibid*, hal 110.

*al-tafsir al-fiqhi, al-tafsir al-falsafi, al-tafsir al-ilmi dan al-tafsir al-adabi al-ijtima'i.*¹¹¹

Tafsir tahlili memiliki kelebihan dibandingkan dengan tafsir-tafsir yang lain. Kelebihan tafsir ini terletak pada keluasan dan keutuhannya dalam memahami al-Quran. Dengan metode ini seseorang bisa memahami al-Quran dari awal hingga akhir (dari surat al-Fatihah – surat an-Nas). Sedangkan kelemahan metode ini pula adalah kajiannya tidak terlalu mendalam, tidak detail dan tidak tuntas dalam menyelesaikan topik-topik yang dibicarakan. Kecuali itu, menafsirkan al-Quran dengan menggunakan metode tahlili juga memerlukan waktu yang cukup panjang dan menuntut ketekunan. Tafsir ini, kelemahannya juga terletak pada jalannya yang terseok-seok (tidak sistematis) dan inilah yang dikritik oleh Rasyid Ridha.¹¹²

b. Metode ijmalī

Metode ijmalī adalah metode tafsir yang menafsirkan ayat-ayat al-Quran dengan cara mengemukakan makna global. Dengan metode ini penafsir menjelaskan arti dan maksud ayat dengan uraiannya, penafsir membahas secara runtut berdasarkan urutan mushaf, kemudian mengemukakan makna global yang dimaksud oleh ayat tersebut.

Penafsir dengan metode ini, dalam penyampaiannya, menggunakan Bahasa yang ringkas dan sederhana, serta memberikan idiom yang mirip,

¹¹¹ Abd, Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir...*, hal. 42

¹¹² Muhammad Amin Suma, *Studi Ilmu-ilmu Al-Quran 2...*, hal. 112-113.

bahkan sama dengan Bahasa al-Quran.¹¹³ Menafsirkan al-Quran dengan metode ijmal (global) tampak sederhana, mudah, praktis dan cepat. Juga kelebihanannya ialah pesan-pesan al-Quran itu mudah ditangkap. Inilah tampaknya kelebihan yang sesungguhnya lebih tepat dikatakan sebagai kesederhanaan tafsir ijmal dibandingkan dengan metode tafsir yang lain. Sedangkan kelemahannya pula, terletak pada simplistisnya yang mengakibatkan jenis tafsir ini terlalu dangkal, berwawasan sempit dan parsial (tidak komprehensif).¹¹⁴

c. Metode muqaran

Metode tafsir ini menekankan kajiannya pada aspek perbandingan (komparasi) tafsir al-Quran. Penafsiran yang menggunakan metode ini pertama sekali menghimpun sejumlah ayat-ayat al-Quran, kemudian mengkajinya dan meneliti penafsiran sejumlah penafsir mengenai ayat-ayat tersebut dalam karya mereka. Melalui cara ini penafsir mengetahui posisi kecenderungan para penafsir sebelumnya dimaksudkan dalam objek kajiannya.

Metode ini juga digunakan dalam membahas ayat-ayat Al-Quran yang memiliki kesamaan redaksi namun tentang topik yang berbeda. Atau sebaliknya, topik yang sama dengan redaksi yang berbeda. Ada juga penafsir yang membandingkan antara ayat-ayat Al-Quran dengan hadis

¹¹³ Abd. Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir ...*, hal. 45

¹¹⁴ Muhammad Amin Suma, *Studi Ilmu-ilmu Al-Quran 2...*, hal.115.

Nabi yang secara lahiriah tampak berbeda¹¹⁵. Tafsir al-muqqan memiliki beberapa kelebihan diantaranya adalah lebih bersifat objektif, kritis, dan berwawasan luas. Sedangkan kelemahannya pula, terletak pada kenyataan bahwa metode ini tidak bias digunakan untuk menafairkan semua ayat Al-Quran seperti tafsir tahlili dan ijmal. ¹¹⁶

d. Metode maudhu'i

Metode tafsir maudhu'i juga disebut dengan metode tematik karena pembahasannya berdasarkan tema-tema tertentu yang terdapat dalam Al-Quran. Ada dua acara dalam tata kerja metode tafsir maudhu'i: pertama, dengan cara menghimpunkan seluruh ayat-ayat Al-Quran yang berbicara tentang satu masalah (tema) tertentu serta mengarah kepada satu tujuan yang sama, sekalipun turunnya berbeda dan tersebar dalam pelbagai surah Al-Quran. Kedua, penafsiran yang dilakukan berdasarkan surat Al-Quran. ¹¹⁷

Orang yang pertama kali memperkenalkan metode ini adalah Al-Jalil Ahmad As-Said Al-Kumi, ketua jurusan Tafsir di Universitas Al-Azhar. Metode maudhu'i (tematik) memiliki spesifikasi yang tidak dimiliki oleh metode-metode tafsir lainnya. Setelah mengamati secara jelas urgensi serta prosedur metode maudhu'i (tematik), siapapun tidak membantah bahwa metode ini merupakan yang terbaik untuk menafsirkan Al-Quran. Kelebihan metode ini adalah bersifat luas, mendalam, tuntas dan sekaligus dinamis.

¹¹⁵ Abd, Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir...*, hal. 46-47.

¹¹⁶ Muhammad Amin Suma, *Ulumul Qur'an...*, hal. 160.

¹¹⁷ Abd, Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir...*, hal. 48.

Sedangkan kelemahannya adalah sama dengan metode muqaran yakni tidak dapat menafsirkan ayat secara keseluruhan.¹¹⁸

Dilihat dari segi isi ayat Al-Quran dan kecenderungan penafsirannya terdapat sejumlah corak penafsiran ayat-ayat Al-Quran. Berbagai corak penafsiran¹¹⁹ antaranya:

1. *Tafsir Fiqih/Ayat Ahkam*

Tafsir fiqih yang kemudian lebih populer dengan sebutan tafsir ayat al-ahkam atau tafsir ahkam saja ialah tafsir yang lebih berorientasi kepada ayat-ayat hukum dalam Al-Quran.

2. *Tafsir Falsafi*

Tafsir falsafi berarti penafsiran ayat-ayat al-Quran berdasarkan pendekatan logika atau pemikiran filsafat yang bersifat liberal dan radikal. Penafsiran-penafsiran ini secara falsafati memang relative banyak dijumpai dalam sejumlah kitab tafsir yang membahas ayat-ayat tertentu yang memerlukan pendekatan filsafat. Hanya saja kitab tafsir yang secara spesifik melakukan pendekatan penafsiran secara keseluruhan terhadap semua ayat al-Quran relative tidak begitu banyak.

3. *Tafsir Ilmi*

Tafsir ilmi ialah penafsiran al-Quran yang pembahasannya menggunakan pendekatan istilah-istilah ilmiah dalam mengungkapkan al-Quran; dan seberapa dapat berusaha melahirkan berbagai cabang ilmu

¹¹⁸ Muhammad Amin Suma, *Ulumul Qur'an...*, hal. 161.

¹¹⁹ Muhammad Amin Suma, *Studi Ilmu-ilmu Al-Quran 2...*, hal. 134-141

pengetahuan yang berbeda dan melibatkan pemikiran filsafat. Dalam pandangan pendukung tafsir ilmi, model penafsiran semacam ini memberi kesempatan yang sangat luas bagi para mufassir untuk mengembangkan berbagai potensi keilmuan yang telah dan akan dibentuk dari Al-Quran. Ada beberapa ulama tafsir yang memberi lampu hijau untuk mengembangkan tafsir ilmi dan ada juga beberapa mufassir yang keberatan terhadap penafsiran al-Quran yang bersifat keilmu-teknologian.

4. *Tafsir Akhlaqi*

Yaitu penafsiran yang lebih cenderung kepada ayat-ayat tentang akhlaq dan menurut pendekatan ilmu-ilmu akhlaq. Penafsiran ayat-ayat akhlak hamper dijumpai pada berbagai kitab tafsir dalam hal ini terutama aliran tafsir bi-al-ma'tsur dan kitab-kitab tafsir tahlili. Namun tidak berarti tidak ada kitab tafsir yang secara khusus menggarap ayat-ayat tentang akhlak. Selain corak-corak penafsiran al-Quran yang didasarkan kepada kelompok bidang atau ilmu ayat al-quran itu sendiri, juga sesungguhnya masih ada corak penafsiran al-quran yang didasarkan kepada pemikiran politik dan bahkan juga ada corak penafsiran yang didasarkan pada perbedaan kecenderungan ahli-ahli ahkam (teologi).¹²⁰

¹²⁰ Muhammad Amin Suma, *Studi Ilmu-ilmu Al-Quran 2...*, hal. 141.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode adalah cara yang tepat untuk mendapatkan sesuatu. Sedangkan penelitian pula adalah suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan, dan menganalisis sampai menyusun laporannya.¹²¹ Jadi metode penelitian menurut Sugiyono adalah cara untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹²²

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian kualitatif. Menurut Lexy J. Moleong, penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain, secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.¹²³ Metode yang digunakan oleh peneliti di sini adalah metode deskriptif, yaitu menjelaskan dan menguraikan secara jelas dan menyeluruh.¹²⁴ Jadi dalam penelitian ini, peneliti menjelaskan dan menguraikan penjelasan ulama' tafsir dalam surah Al-Ma'arij tentang keluh kesah secara jelas dan menyeluruh.

¹²¹ Cholid Narbuko dan H. Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), hal 1.

¹²² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R dan D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 2.

¹²³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), cet. 31, hal. 6.

¹²⁴ Bahdi Nur Tanjung dan Ardial, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2005), hal. 228.

B. Jenis Penelitian

Dalam hal ini, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif analisis dengan menggunakan metode kajian analisis berupa studi kepustakaan (*Library Research*). Yang dimaksud dengan kajian pustaka adalah untuk menelaah dan menelusuri studi-studi atau penelitian-penelitian terdahulu yang berkaitan dengan fenomena atau masalah yang hendak diteliti. Ada berbagai cara yang dapat ditempuh untuk mendapatkan hasil studi atau penelitian terdahulu. Bisa juga menelusurinya melalui jurnal-jurnal penelitian, mengunjungi perpustakaan, dan lain-lain cara yang relatif mudah.¹²⁵

Oleh karena itu, data yang dikumpulkan dalam penelitian adalah data tertulis berupa ayat Al-Quran Al-Karim yang berkenaan dengan penggunaan bahasa lisan sesuai dengan pokok-pokok pertanyaan penelitian dan juga dengan cara membaca, mengkaji, menelaah, mendeskripsikan, menganalisa buku-buku ilmiah dan kitab-kitab tafsir yang berkaitan dengan pembahasan penelitian kemudian dikumpulkan, dibaca, difahami, dan dianalisis dan diterjemahkan ke dalam bahasa yang mudah difahami oleh orang lain.

C. Sumber Data Penelitian

Sumber data dalam penelitian ini yang menjadi sumber primer adalah ayat Al-Quran dan Terjemahannya (Departmen Agama RI) dan juga

¹²⁵ Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), hal. 46.

hadits yang membahas tentang keluh kesah, serta kitab tafsir. Adapun kitab tafsir yang digunakan sebagai data primer adalah:

1. Tafsir Ibnu Katsir karya Ibnu Katsir
2. Tafsir Al-Azhar karya Hamka
3. Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab
4. Tafsir Fi zilalil Quran karya Sayyid Qutub
5. Tafsir An-Nur karya Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy

Selain itu, adapun data sekunder adalah buku *Ubah Derita Jadi Bahagia* (Eko Gunawan), *Bila Hati Telah Mati* (Muhammad Shayyim), *Psikologi Ketenangan Hati* (Hairunnaja Najmuddin), *Psikologi Shalat* (Sentot Haryanto), *Ibadah dan Akhlak* (Sahriansyah), *Psikologi Dalam Perspektif Hadis* (Muhammad ‘Utsman Najati), *Psikologi Nabi* (Muhammad ‘Utsman Najati), *Konseling Terapi* (Musfir), *Psikologi Kesehatan Islami* (Aliah B. Purwakania Hasan), *Psikologi Ibadah Dalam Islam* (Safrilsyah), *Shalat yang Benar* (Jefry Neor) dan buku-buku lain yang berkenaan dengan penelitian.

D. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian yang bersifat studi analisis ini termasuk kelompok penelitian kualitatif dan peneliti sendiri menjadi instrument yang bertindak sebagai instrument atau alat peneliti. Artinya peneliti sendiri yang menetapkan dan memilih sumber data, melakukan pengumpulan data,

menilai keabsahan data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atau temuannya.¹²⁶

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah telaah kepustakaan, dilakukan dengan cara mengkaji sejumlah bahan bacaan dari teori-teori psikologi yang berhubungan dengan penelitian ini dan mengambil pengertian dari bahan bacaan tersebut dan mengolah ayat mengikut kefahaman penulis sehingga menemukan makna yang relevan dengan pembahasan.

Untuk itu, ada beberapa tahapan yang harus dilakukan peneliti yaitu:

Pertama, mencari dan mengumpulkan tulisan yang terkait dengan topik yang akan dibahas. *Kedua*, mempelajari dan meringkas sumber-sumber tersebut dan disajikan dalam bentuk ringkasan studi pustaka yang relevan dengan topik. *Ketiga*, menarik kesimpulan dan membuat hubungan dari hasil ringkasan dan analisis tulisan-tulisan yang digunakan sebagai sumber tersebut sehingga memunculkan sebuah kerangka teoritis yang menjadi dasar perumusan masalah untuk penelitian yang akan dilakukan.¹²⁷

E. Teknik Analisis Data

Proses analisis dimulai dengan menelaah semua data yang diperoleh. Tanpa kategorisasi atau klarifikasi data akan terjadi kerumitan dalam menentukan data, tafsiran atau interpretasi akan memberikan makna kepada

¹²⁶ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007), hal. 222.

¹²⁷ Suwardi Endaswara, *Metode, Teori, Teknik Penelitian Kebudayaan*, (Yogyakarta: Pustaka Widyatama), hal. 81.

analisis, menjelaskan pola atau kategori, mencari hubungan antara berbagai konsep. Teknik analisis data dalam penelitian ini setelah semua data terkumpul lalu data tersebut diidentifikasi di olah dan di analisis.

Dalam teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *content analisis* atau analisis isi, artinya peneliti melakukan analisis terhadap makna atau isi yang terkandung dalam surah Al-Ma'arij ayat 19-35. Metode ini sangat dibutuhkan untuk mencapai tujuan penelitian secara efektif, ini karena metode tersebut senantiasa dapat memahami mutu dan kualitas penulisan.

Dalam menerjemahkan ayat-ayat Al-Quran penulis menggunakan Al-Quran dan Tafsirnya yang diterbitkan Department Agama RI tahun 2010. Sedangkan teknik penulisannya, penulis berpedoman pada buku Panduan Penulisan Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh tahun 2013.¹²⁸

¹²⁸ Tim Penyusun, *Panduan Penulisan Skripsi*, (Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 1435 H/2013M).

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Surah Al-Ma'arij Ayat 19-35

1. Gambaran Surah Al-Ma'arij

﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝ ١٩ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ۝ ٢٠ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ۝ ٢١ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ۝ ٢٢ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ۝ ٢٣ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ ۝ ٢٤ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ ۝ ٢٥ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ ۝ ٢٦ وَالَّذِينَ هُمْ مِّنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُّشْفِقُونَ ۝ ٢٧ إِنَّ عَذَابَ رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ ۝ ٢٨ وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ ۝ ٢٩ إِلَّا عَلَىٰ أَرْوَجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ۝ ٣٠ فَمَنْ أَتَّبَعَىٰ ذَٰلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ۝ ٣١ وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمْتِنَتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رُغُونَ ۝ ٣٢ وَالَّذِينَ هُمْ بِشَهَادَتِهِمْ قَائِمُونَ ۝ ٣٣ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ ۝ ٣٤ أُولَٰئِكَ فِي جَنَّةٍ مُّكْرَمُونَ ۝ ٣٥﴾

(19) Sungguh, manusia diciptakan bersifat suka mengeluh. (20) Apabila dia ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah, (21) dan apabila mendapat kebaikan (harta) dia jadi kikir, (22) kecuali orang-orang yang melaksanakan shalat, (23) mereka yang tetap melaksanakan shalatnya, (24) dan orang-orang yang dalam hartanya disiapkan bagian tertentu, (25) bagi orang (miskin) yang meminta dan yang tidak meminta, (26) dan orang-orang yang mempercayai hari pembalasan, (27) dan orang-orang yang takut terhadap azab Tuhannya, (28) sesungguhnya terhadap azab Tuhan mereka, tidak ada seseorang yang merasa aman (dari kedatangannya), (29) dan orang-orang yang memelihara kemaluannya, (30) kecuali terhadap istri-istri mereka atau hamba sahaya yang mereka miliki, maka sesungguhnya mereka tidak tercela. (31) Maka barang siapa mencari yang di luar itu (seperti zina, homoseks, dan lesbian), mereka itulah orang-orang yang melampaui batas. (32) Dan orang-orang yang memelihara amanat dan janjinya, (33) dan orang-orang yang berpegang teguh pada kesaksiannya, (34) dan orang-orang yang memelihara shalatnya. (35) Mereka itu dimuliakan di dalam surga. (QS. Al-Ma'arij [70]: 19-35)¹²⁹

Ayat di atas menggambarkan manusia ketika hatinya kosong dari iman, Al-Quran menjelaskan dengan sangat tepat dan lembut. Dinukilkan

¹²⁹ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)* Jilid 10, (Jakarta: (Department Agama RI, 2010), hal. 334.

dengan ungkapan yang sempurna tentang watak asli manusia, tidak ada yang dapat melindungi dan menghilangkan jiwa manusia dari sifat buruk (tercela) kecuali hanya dengan iman, hanya orang-orang yang beriman di sisi Allah lah ia dapat memperoleh ketenangan dan kebahagiaan di dunia.

Surah Al-Ma'arij merupakan surah yang ke-70 di dalam al-Quran. Ia tergolong di antara surah-surah yang diturunkan di Makkah, yakni diturunkan sebelum Nabi Muhammad saw berhijrah ke Madinah, dan diturunkan selepas daripada surah Al-Haqqah, surah selepas surah Al-Ma'arij ialah surah Nuh.

Surah Al-Ma'arij terdiri daripada 44 ayat. Secara ringkasnya, isi-isi penting perbincangan surah ini adalah berkenaan azab Allah yang tidak dapat dielakkan oleh orang-orang kafir, kemusnahan dan keadaan huru-hara di hari kiamat, siksaan di dalam neraka dan tabiat manusia yang resah gelisah dan tamak. Surah ini juga menerangkan orang-orang kafir yang tidak insaf melainkan sesudah datangnya hari kiamat. Selain itu, Allah menjelaskan pula akibat manusia dan usaha-usaha mengobati tabiat buruk. Pada akhirnya Allah menutup surah ini dengan penegasan-Nya atas masalah yang dikemukakan pada permulaan surah.¹³⁰

B. Penjelasan Ulama Tafsir tentang Penanganan Sifat Keluh Kesah dalam Surah Al-Ma'arij Ayat 19-35

1. *Tafsir Al-Quran Al-Adzim karya Ibnu Katsir*

¹³⁰ Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Quranul Majid An-Nur Jilid 4*, (Jakarta: Cakrawala Publishing, 2011), hal. 413.

Menurut penjelasan Ibnu Katsir, Allah berfirman seraya mengabarkan tentang manusia dan akhlak tercela yang diciptakan padanya. *“sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah.”* Kemudian Allah menafsirkannya melalui ayat yang berbunyi, *“Apabila dia ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah.”* Yakni ketika dia ditimpa sesuatu yang menyusahkan, maka dia akan mengeluh dan gusar. Hatinya seolah-olah menjadi hancur karena rasa takut yang mencekam, dan berputus asa untuk mendapatkan kebaikan setelahnya. *“Dan apabila ia mendapat kebaikan (harta) ia amat kikir.”* Maksudnya, ketika ia mendapat kenikmatan dari Allah, maka dia sangat kikir untuk memberikannya kepada orang dan tidak menunaikan hak Allah pada kenikmatan tersebut.¹³¹

Kemudian Allah berfirman, *“Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat,”* yakni manusia dengan beberapa sifat tercela yang ada pada dirinya, kecuali orang-orang yang dilindungi oleh Allah, yaitu diberi taufik dan hidayah oleh-Nya menuju kebaikan dan juga kemudahan untuk mendapatkannya, maka sesungguhnya mereka termasuk orang-orang yang mengerjakan shalat. *“Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya.”* Ada yang mengatakan bahwa maksudnya adalah mereka yang selalu menjaga waktu-waktu dan kewajiban-kewajibannya. Demikian yang dikatakan oleh Ibnu Mas’ud, Masyruq, dan Ibrahim An-Nakha’i ada juga yang mengatakan bahwa maksud terus menerus dalam ayat ini adalah tenang dan khusyu’.

¹³¹ Imam Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, penerjemah, Arif Rahman Hakim dkk, (Surakarta: Insan Kamil, 2015), hal. 345.

Demikian yang dikatakan oleh Uqbah bin Amir. Darinya muncul kata *Al-Ma'u Ad-Da'im* (air yang diam dan tenang). Hal ini menunjukkan wajibnya tu'maninah ketika melaksanakan shalat, karena orang yang tidak tu'maninah di dalam ruku' dan sujudnya, sesungguhnya, termasuk orang yang tidak tenang dalam shalatnya, karena tidak diam dan tidak pula tenang di dalam shalatnya. Bahkan selalu bergerak-gerak sebagaimana gerakan burung gagak, yang akhirnya ia tidak mendapatkan keberuntungan di dalam shalatnya. Ada juga yang berpendapat bahwa, "Yang dimaksud dengan itu adalah orang-orang yang apabila melakukan suatu amalan, mereka senantiasa melaziminya dan mantap, sebagaimana yang disebutkan dalam hadits shahih dari 'Aisyah, dari Rasulullah bahawasanya beliau bersabda,

أَحَبُّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى أَدْوَمُهَا وَإِنْ قَلَّ

"Amalan yang paling dicintai Allah adalah yang terus menerus (dilakukan) meskipun sedikit."

Dalam lafadz yang lain berbunyi: "*Yang dilakukan secara terus menerus oleh pelakunya.*" 'Aisyah berkata, "Sesungguhnya apabila Rasulullah melakukan sesuatu amalan, maka beliau akan melakukannya secara terus menerus." Dalam lafadz yang lain berbunyi, "Maka beliau akan menekuninya."¹³²

Jadi kesimpulan yang dapat peneliti ambil menurut penjelasan Ibnu Katsir keluh kesah merupakan sifat manusia yang diciptakan oleh Allah dan

¹³² Imam Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir...*, hlm. 346.

sifat tersebut juga merupakan akhlak tercela yang tidak harus dimiliki oleh seseorang manusia. Menurut Ibnu Katsir juga, sifat ini terjadi akibat seorang manusia itu ditimpa sesuatu yang menyusahkan manusia maka manusia akan mengeluh dan gusar hatinya seolah-olah menjadi hancur karena takut yang mencekam sehingga bisa berputus asa sebelum mendapat kebaikan yang diinginkan. Adapun penanganan bagi sifat keluh kesah adalah dengan melalui shalat. Shalat yang dimaksudkan adalah shalat yang dilakukan secara terus menerus atau bisa dikatakan juga konsisten tidak meninggalkannya walau sekali serta memantapkan lagi shalat secara sempurna dengan penuh kekhusyuan, karena dengan shalat yang khusyu' dapat memperbaiki akhlak atau kepribadian yang buruk menjadi yang lebih baik. Tetapi dengan shalat seseorang itu akan dilindungi oleh Allah dari sifat tercela ini.

2. *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran karya M. Quraish Shihab*

M. Quraish Shihab memberikan penjelasan bahwa Allah menggambarkan keberpalingan manusia yang durhaka dari kebenaran. Ayat di atas menggambarkan sebab yang mengantarkan mereka ke sana. Allah berfirman: *Sesungguhnya jenis manusia diciptakan bersifat gelisah dan rakus. Ini tercermin pada sikapnya yang apabila ia disentuh yakni ditimpa walau sedikit kesusahan ia sangat berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan seperti limpahan harta atau rezeki lainnya ia amat kikir.*

Thabathaba'i mengomentari ayat di atas antara lain bahwa keinginan manusia meraih segala sesuatu yang merupakan potensi manusiawi yang dilekatkan Allah pada diri manusia, bukannya keinginan untuk meraih segala sesuatu baik atau buruk berguna ataupun tidak, tetapi keinginan meluap untuk meraih kebaikan dan manfaat. Bukan juga keinginan meluap untuk meraih kebaikan dan manfaat baik berkaitan dengan dirinya maupun orang lain, tetapi apa yang dinilainya baik dan bermanfaat pada dirinya. Dengan demikian keluh kesah ketika disentuh keburukan dan kikir ketika meraih kebaikan dan rezeki merupakan akibat dari penciptaannya menyangkut sifat *hala'* yakni keluh kesah atau gelisah dan berkeinginan meluap.

Sifat tersebut yang merupakan naluri manusia dan yang merupakan bagian dari cinta diri sendiri (egoisme) bukanlah sesuatu yang buruk. Betapa ia dinilai buruk, padahal itulah satu-satunya cara yang mengundang manusia untuk meraih kebahagiaannya dan kesempurnaan wujudnya. Memang ia akan menjadi buruk jika manusia keliru menggunakannya yakni menggunakannya dalam hal-hal yang dibolehkan dan tidak dibolehkan, dengan hak dan dengan batil. Ia akan menjadi sifat yang terpuji sebagaimana halnya sifat-sifat yang lain jika diterapkan sisi keseimbangan. Bila ia menyimpang arah, berlebih atau berkurang, maka ia akan menjadi sifat buruk dan tercela.

Manusia sejak kecilnya memiliki sifat tersebut dan bertindak atas dasar apa yang dianggapnya baik untuk dirinya atau buruk, ini berdasar naluri manusiawinya. Ia melakukan kegiatannya tanpa dibatasi oleh batas tertentu dari dalam dirinya, tetapi ketika ia telah dianugerahi akal dan mengetahui yang hak dan yang batil, yang baik dan yang buruk serta hatinya mengakui apa yang diketahuinya itu, maka ketika itu berubah sekian banyak pemahamannya tentang hak dan batil, baik dan buruk sehingga banyak hal yang tadinya dianggap baik, kini dinilainya buruk, demikian juga sebaliknya. Demikian lebih kurang Thabathaba'i yang kemudian menegaskan bahwa sebenarnya tidak ada masalah dalam pernyataan ayat diatas bahwa manusia diciptakan menyandang sifat-sifat yang disebut di atas, karena sifat-sifat itu baru tercela akibat ulah manusia yang menggunakan nikmat Allah itu tidak sesuai dengan yang dikehendakinya.¹³³

Seterusnya dilanjutkan ayat setelahnya yaitu *"kecuali para yang shalat yang mereka itu menyangkut shalat mereka tetap bersinambung."* Ayat ini dapat dihubungkan dengan ayat sebelumnya, seakan-akan Allah menyatakan bahwa ada orang-orang yang tidak menyandang sifat-sifat yang disebut sebelumnya; mereka itu adalah para yang shalat dan melaksanakannya secara tetap dan pada waktunya. Pengecualian ini mengesankan bahwa sifat-sifat yang disebut sebelumnya adalah sifat-sifat

¹³³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran*, Jilid 14, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal.441-442.

buruk yang tidak disandang oleh orang-orang mukmin. Banyak ulama tafsir masa lalu yang memahaminya demikian. Tetapi ulama kontemporer antara lain Thabathaba'i dan Ibn 'Asyur menegaskan bahwa sifat yang diuraikan ayat-ayat yang lalu adalah sifat bawaan seluruh manusia, hanya saja kedua ulama ini berbeda pendapat tentang pengecualian tersebut. Thabathaba'i memahaminya berhubungan dengan ayat-ayat sebelumnya secara langsung, hanya saja ulama ini menegaskan bahwa pengecualian orang-orang yang melaksanakan shalat dan lain-lain bukan berarti bahwa mereka tidak dilengkapi dengan naluri itu, tetapi bahwa mereka menggunakannya sesuai dengan tuntunan Allah serta memfungsikannya sesuai dengan fungsinya yang sebenarnya. Ayat di atas bagaikan menyatakan: *Kecuali para yang shalat yang mereka itu menyangkut shalat mereka tetap melakukannya pada waktunya secara bersinambung tanpa meninggalkan satu shalat pun.*¹³⁴

Oleh yang demikian, dapat peneliti mengambil kesimpulan bahwa penjelasan menurut M. Quraish Shihab tentang sifat keluh kesah ini adalah keberpalingan manusia yang durhaka dari kebenaran dan manusia yang bersifat gelisah dan rakus. Sifat ini merupakan keinginan manusia terhadap sesuatu tetapi tidak Allah kabulkan maka manusia akan berpaling dari Allah. Keinginan-keinginan tersebut merupakan potensi yang dilekatkan Allah untuk manusia. Naluri ini pada awalnya baik dan tidak buruk, tetapi jika seorang manusia itu salah menggunakannya maka barulah akan menjadi

¹³⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah...*, hal. 443.

buruk dan tercela. Tetapi sifat ini akan menjadi baik jika manusia bijak mengawalnya dan melaksanakan shalat sesuai dengan tuntutan.

3. *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nur karya Hasbi Ash-Shiddieqy*

Manusia dijadikan bertabiat berkeluh kesah dan kikir, serta banyak cemberut. Karena itu, apabila dia ditimpa sesuatu kesulitan atau penyakit, dia mengeluh dan mengaduh ke sana ke mari. Apabila mempunyai kekayaan ataupun kecukupan, sehat dan afiat tubuhnya, dia pun tidak mau mempergunakan kekayaannya untuk kepentingan umum. Seharusnya manusia lebih memperhatikan keadaan akhirat daripada mendahulukan keadaan dunia. Kalau dia menderita kesulitan hidup, hendaklah dia bersabar. Apabila dia memperoleh harta, maka dipergunakanlah kebahagiaan akhirat.

Ada beberapa hal yang mengecualikan manusia dari bertabiat-tabiat yang suka berkeluh kesah, kikir dan banyak cemberut tersebut, yaitu: orang-orang yang mengerjakan shalat. Manusia memang bertabiat buruk dan kikir, kecuali manusia yang telah dilindungi oleh Allah, ditaufikkan kepada kebajikan serta dimudahkan untuk menempuh jalan-jalan kebajikan itu. Yaitu orang-orang mukmin yang sungguh-sungguh menyerahkan diri kepada Allah (orang-orang yang memelihara waktu shalat dan kekal mengerjakannya). Firman Allah ini mengisyaratkan agar manusia berusaha mengekalkan suatu ibadat. Ayat seterusnya; *“dan orang-orang yang tetap memelihara sembahyang dengan baik”* yakni orang-orang yang memelihara

sembahyangnya, memelihara waktu pelaksanaannya, rukun-rukunnya, syaratnya, dan adabnya dengan khusyuk dan dengan memahami semua ayat yang dibacanya.¹³⁵

Menurut Hasbi As-Shiddieqy, dapat peneliti ambil kesimpulan bahwa sifat ini merupakan tabiat manusia untuk berkeluh kesah serta banyak cemberut apabila ditimpa kesulitan atau penyakit yang diberikan oleh Allah. Hasbi Ash-Siddieqy tidak panjang lebar menjelaskan tentang sifat ini tetapi menurut beliau juga sifat ini tidak Allah berikan kepada semua manusia kecuali orang yang dilindungi oleh Allah saja tidak mempunyai sifat ini serta orang-orang yang memelihara shalat dengan baik.

4. *Tafsir Al-Azhar karya Hamka*

Tuhan bersabda; “*sesungguhnya manusia diciptakan dalam keadaan keluh kesah.*” (ayat19). Keluh kesah tidak mempunyai ketengangan hati, selalu cemas, selalu ketakutan dan selalu merasa kekurangan saja. Berbagai macam sakit jiwa dapat pula mengiringi keluh kesah itu. “*Apabila disentuh akan dia oleh suatu kesusahan dia pun gelisah.*” (ayat 20). Bila ditimpa susah, dia tidak dapat lagi mengendalikan diri. Dia menjadi gelisah, menyesali nasib atau menyalahkan orang lain. Maunya hanya ‘tahu beres’ saja, tidak mau terganggu sedikit jua pun. Pada ayat 10 dari surat 29, al-Ankabut diterangkan juga perangai orang demikian. Yaitu apabila mereka bertemu penderitaan pada jalan Allah, dianggapnyalah fitnah manusia

¹³⁵ Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nur Jilid 5*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), hal. 4349-4351.

sebagai azab Allah juga. Pendeknya, orang seperti ini tidak pernah mau menyelidiki di mana kekurangan dan kelemahan dirinya, tidak mau tahu bahwa hidup di dunia itu mesti bertemu kesusahan dan kesenangan. Tidak ada yang senang dan mudah saja.

“dan apabila disentuh akan dia oleh kebajikan dia pun mendinding diri.” (ayat 21). Mendinding diri, tidak mau dihubungi oleh orang lain, dia mencari 1000 macam akal untuk mengelakkan kalau ada orang yang akan datang meminta pertolongan. Ada-ada saja jawabnya untuk menyembunyikan kemampuannya. Dia bakhil tidak mau menolong orang. Maka lupalah dia akan kesusahan yang pernah menimpa dirinya. Bertambah dia mampu, bertambahlah bakhilnya. Dan dia pun tidak keberatan mendinding diri itu dengan macam-macam kebohongan. Perangai semacam ini sangatlah buruknya.¹³⁶

“Kecuali orang-orang yang sembahyang.” (ayat 22). Tetapi diberi pula syarat pada ayat yang selanjutnya; orang sembahyang yang macam apa? *“Yang mereka itu atas sembahyang itu tetap mengerjakan.”* (ayat 23). Ayat 22 dan 23 ini menyatakan bahwa hanya orang yang sembahyang saja dapat menyembuhkan dirinya daripada keluh kesah dan gelisah itu. Yang selalu kusut mukanya ketika ditimpa susah, mendinding diri seketika mendapat kesenangan atau keuntungan.

¹³⁶ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar Jilid 10*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003), Hlm 7633-7634.

Orang sembahyang dapat bebas dari penyakit yang berbahaya itu. Sebab dengan sembahyang sekurang-kurangnya lima waktu dikerjakan siang dan malam, ditambah lagi dengan sembahyang-sembahyang nawafil (sunnat) yang lain, jiwanya tidak akan merasakan keluh kesah lagi. Sebab dia telah beransur mendekati Allah. Dengan sembahyang insafilah dia bahawasanya orang hidup di dunia tidaklah akan sunyi daripada susah dan senang, rugi dan beruntung. Maka di waktu mendapat kesusahan tidaklah dia akan gelisah, melainkan bersabar menderitanya. Dengan sebab sabar dia dapat mengendalikan diri. Apabila seseorang dapat mengendalikan diri, akalunya, tidak pernah tertutup. Allah akan memberi petunjuk dan hidayat kepadanya, sehingga pintu yang tertutup menjadi terbuka. Dan kalau kemudian keuntungan didapat, kesenangan pun tiba, segera akan bersyukur kepada Allah. Syukur itu bukan saja ucapan dengan mulut, bahkan juga diiringi oleh perbuatan. Syukur, yaitu dengan mengingat makhluk Allah yang lain yang dalam sengsara, lalu ditolong, sebab Allah telah melepaskan dirinya dari kesusahan pula dan belum tentu lain hari akan mendapat percobaan seperti itu pula.

Tetapi di dalam ayat dua beriring ini menjelaskan bahwa orang sembahyanglah yang sanggup membebaskan diri dari penyakit resah gelisah atau keluh kesah itu. Yaitu orang yang tetap sembahyangnya. Sebab sembahyang bukanlah semata-mata rukun syarat tertentu, yang dimulai dengan takbir disudahi dengan salam itu saja. Di luar sembahyang seperti

itu dia pun tetap sembahyang, artinya tetap ada hubungan jiwanya dengan Allah. Tetap ingat akan Tuhan. Sebab ada juga orang-orang yang mengerjakan sembahyang, padahal dalam melakukan sembahyang itulah dia lupa akan Tuhannya. Sebab sembahyangnya itu hanya semacam kebiasaan yang telah kehilangan khusyuk dan kehilangan nikmat.¹³⁷

“Dan orang-orang yang terhadap sembahyang, mereka pelihara baik-baik.” (ayat 34). Di ayat 23 Tuhan telah menyebutkan sifat utama orang beriman, yaitu sembahyang yang tetap. Di ayat ini diulang sekali lagi, yaitu bahwa sembahyangnya itu terpelihara baik-baik.

Ada orang yang tetap sembahyang. Asal waktu telah masuk dia segera sembahyang. Tetapi belum tentu sembahyangnya itu dipeliharanya. Sembahyang yang terpelihara ialah yang dikerjakan dengan khusyuk dan tertib. Dengan tu'maninah (tenang tenteram). Lengkap rukun dan syaratnya. Kokoh ruku' dan sujudnya. Bukan seperti burung layang-layang, yang jelas benar bahwa dia ingin selesai lekas, seakan-akan menghadap Tuhan itu dianggapnya mengikat dirinya dan menghalangi pekerjaannya yang lain.

Sejak dari mulai mendengar azan, hati sudah disediakan buat menyembah Allah. Pekerjaan yang lain tinggalkan dahulu, sebab panggilan untuk menghadap Tuhan telah datang. Setelah itu ambillah wudhu', dibersihkan sekalian anggota wudhu' yang telah ditentukan. Setelah kedengaran iqamat, segera tampil ke muka jadi ma'mum di belakang imam.

¹³⁷ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar...*, hal. 7634.

Bersiap mengerjakan perintah dengan teratur, dengan komando. Apabila telah dimulai takbir; “Allahu Akbar”, yang berarti Allah Maha Besar, menjadi kecillah segala urusan dan tidaklah berarti diri sendiri dihadapan Kebesaran Tuhan, dan naiklah ingatan menembus awan-gumawan, menembus hijab, menempuh kasyaf, hilanglah ghairullah (yang selain Allah), yang teringat hanya satu, Allah.¹³⁸

Oleh karena itu, peneliti membuat kesimpulan bahwa hamka menafsirkan sifat keluh kesah ini tidak mempunyai ketenangan hati, selalu cemas, selalu berada dalam ketakutan dan selalu merasa kekurangan. Menurut beliau sifat ini apabila ditimpa kesusahan seseorang manusia itu tidak dapat lagi mengendalikan dirinya, manusia tersebut akan menjadi semakin gelisah sehingga apa yang berlaku akan dipersalahkan kepada orang lain, seolah-olah memberontak karena keinginannya tidak tercapai. Manusia seperti ini tidak pernah menyalahkan dirinya dan merasa dirinya selalu benar.

5. *Tafsir Fil Zhilalil Quran karya Sayyid Qutb*

Gambaran manusia ketika hatinya kosong dari iman, sebagaimana digambarkan oleh Al-Quran, adalah gambaran yang mengagumkan. Karena Al-Quran menggambarkannya dengan sangat tepat dan lembut. Juga diungkapkannya dengan ungkapan yang sempurna tentang watak asli makhluk ini, yang tidak ada yang melindunginya dari sifat yang buruk dan

¹³⁸ Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar...*, hal. 7644.

menghilangkan sifat tersebut kecuali unsur iman, yang menghubungkannya dengan sumber yang disisi-Nyalah ia dapat memperoleh ketenangan. Sumber yang menjadi pegangan ketika ia menghadapi keburukan, dan melindunginya dari sifat kikir ketika dia memperoleh kebaikan.

Sungguh seakan-akan setiap perkataannya merupakan sebuah sentuhan dari goresan indah yang dibuat untuk melukiskan sifat-sifat manusia, dalam tiga ayat pendek dengan kalimat singkat, yang membicarakan dengan kalimat-kalimat singkat, yang membicarakan gambaran itu dan membicarakan kehidupan. Dari celah-celahnya digambarkanlah manusia dengan sifat-sifat dan ciri-ciri tetapnya. Yaitu, keluh kesah ketika ditimpa kesusahan dan kesedihan. Ia mengira bahwa kesedihannya itu bersifat abadi, kekal, dan tiada yang dapat menghilangkannya. Ia juga mengira bahwa masa-masa yang akan datang itu akan terus menjadi petaka baginya. Maka, dipenuhi hatinya dengan bermacam-macam kesedihan, keburukan, dan duka nestapa. Sehingga ia tidak mengharapkan perubahan dari Allah. Karena itu, ia dimakan oleh kesedihan dan dirobek-robek oleh keluh kesah. Hal itu disebabkan ia berlindung kepada pilar penyangga yang amat kuat bagi azamnya, dan menggantungkan segala cita-cita dan harapan kepada-Nya.¹³⁹

Selain itu, sifat-sifat dan ciri-ciri tetapnya yang lain adalah ‘sangat kikir’ terhadap kebaikan jika ia mendapatkannya. Ia mengira bahwa

¹³⁹ Asy-Syahid Sayyid Qutb, *Tafsir Fi zhilalil Quran...*, hal. 24.

kebaikan dan keberhasilannya itu adalah karena usaha dan jerih payahnya sendiri. Karena itu, ia lantas bersikap kikir kepada orang lain, dan memonopoli kekayaan untuk pribadinya sendiri. Sehingga, jadilah ia sebagai tawanan bagi kekayaannya, dan menjadi budak dari kerakusannya. Hal ini disebabkan ia tidak mengerti hakikat rezeki dan peranannya. Ia tidak melihat kebaikan tuhan padanya karena sudah terputus hubungannya, dan hatinya sudah kosong dari merasakan keberadaan dan campur tangan-Nya. Karena itu, ia selalu berkeluh kesah dalam kondisinya. Yaitu, berkeluh kesah disaat susah, dan berkeluh kesah ketika mendapat kebaikan atau kesenangan. Inilah gambaran buruk manusia ketika hatinya kosong dari iman.

Dengan demikian, tampaklah bahwa iman kepada Allah merupakan masalah yang besar bagi kehidupan manusia. Iman bukan sekadar kata yang diucapkan dengan lisan, dan bukan pula sekadar simbol budian yang diperagakan. Tetapi iman, adalah kondisi jiwa dan manhaj kehidupan, serta pandangan hidup yang sempurna terhadap norma dan nilai, peristiwa, dan semua keadaan. Ketika hati kosong dari iman yang menegakkan dan meluruskannya ini, maka ia senantiasa goyah, dan goyang, bagaikan bulu yang diembus angin. Ia akan senantiasa goncang dan takut. Ketika ditimpa kesusahan, ia mengeluh; dan ketika memperoleh kesenangan, ia amat kikir. Adapun jika hati ini disemarakkan dengan iman, maka ia akan senantiasa tenang dan sehat, karena selalu berhubungan dengan sumber segala

peristiwa dan pengatur segala keadaan. Ia akan senantiasa tenteram terhadap kekuasaan-Nya, merasakan rahmat-Nya, mampu menerima ujian-Nya, selalu melihat pembebasan-Nya dari kesempitan, dan permudahan-Nya dari kesulitan. Ia akan selalu menghadap kepada-Nya dengan kebaikan, karena ia tahu bahwa apa yang ia infakkan itu adalah rezeki dari-Nya, dan kelak ia akan mendapatkan balasan dari apa yang diinfakkannya di jalan-Nya, di dunia dan di akhirat. Maka iman adalah suatu usaha di dunia yang terwujud hasilnya sebelum mendapatkan balasan di akhirat. Yang menimbulkan kegembiraan, ketenangan, kemantapan dan kestabilan selama perjalanan hidupnya di dunia.¹⁴⁰

Sifat-sifat orang-orang mukmin yang dikecualikan dari sifat-sifat umum manusia itu dijelaskan batasan-batasannya dalam rangkaian ayat berikutnya, *“Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat dan mereka tetap mengerjakan shalatnya.”*

Shalat itu lebih dari sekadar rukun Islam dan simbol iman. Ia adalah sarana berhubungan dengan Allah dan tindak lanjut dari pengintaian (kesadaran batinnya) itu. Shalat adalah lambang ubudiah yang tulus, sebagai implementasi maqam rububiyah dan maqam ubudiah dalam bentuk tertentu. Adapun sifat kekal yang dikhususkan untuk shalat di sini, *“mereka tetap mengerjakan shalatnya”*, memberikan gambaran tentang keajegan dan berlangsungannya. Maka, shalatnya ini adalah shalat yang

¹⁴⁰ Asy-Syahid Sayyid Qutb, *Tafsir Fi zhilalil Quran Jilid 12*, terjemahan, As'ad Yasin, Abdul Aziz Salim Basyarahil, cet. ke-1, (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), hal. 24-25.

tidak pernah terputus dengan ditinggalkannya karena sembrono atau malas. Dengan keajegannya menunaikan shalat ini, berarti dia terus menerus berhubungan kepada Allah tanpa pernah terputus.

Hal ini untuk menunjukkan perhatian terhadap sifat kemantapan, keseriusan, dan kesungguhan dalam berhubungan dengan Allah, sebagaimana hubungan ini pun harus dihormati. Hubungan ini bukanlah permainan yang dengan begitu saja boleh disambung dan diputuskan sesuai selera.¹⁴¹

Kesimpulan yang dapat peneliti ambil adalah menurut Sayyid Qurtb sifat keluh kesah ini timbul apabila manusia itu hatinya kosong dari iman. Selain itu juga, sifat ini dapat dihilangkan hanya dengan unsur iman yang teguh di dalam hati seseorang manusia. Iman merupakan tonggak dalam hati supaya hati tetap dalam keadaan aman dan tenteram dari sebarang penyakit-penyakit hati ataupun dari sifat-sifat yang buruk sebagai contoh sifat mazmumah. Selagi mana iman seseorang itu teguh maka seseorang itu akan terpelihara oleh apapun.

C. Pengaruh Shalat dalam Menangani Sifat Keluh Kesah

Keluh kesah merupakan sifat tercela, ia muncul ketika hati seseorang mulai gelisah sehingga mengeluarkan ungkapan susah akibat tidak sabar menerima ujian atau musibah yang menimpa serta apa yang diinginkannya tidak tercapai. Keluh kesah juga mendatangkan keburukan baik pada fizikal

¹⁴¹ Asy-Syahid Sayyid Qutb, *Tafsir Fi zhilalil Quran...*, hal 25.

maupun mental. Penyakit ini akan membuat seseorang untuk berbuat permusuhan, kerusakan, kebodohan bahkan membunuh sekalipun. Kebanyakan manusia keluh kesah yang ada pada dirinya itu disebabkan karena mengikut dorongan hawa nafsu, kurang bersyukur atas nikmat Allah. Keluh kesah harus dicarikan jalan keluar, tidak hanya sekedar jeritan atau tangisan saja tanpa berbuat sesuatu apapun untuk bisa keluar dari masalah yang dihadapi. Jadi berdasarkan penafsiran di atas dapat diketahui bahwa sifat keluh kesah itu dapat di atasi melalui ibadah shalat.

Adapun pengaruh shalat bagi jiwa manusia adalah sebagaimana yang dijelaskan ayat di atas, sesungguhnya ayat Al-Quran senantiasa mengaitkan sifat yang keji dengan manusia. Akan tetapi, setelah itu datang pengecualian bagi orang-orang yang bisa mengerjakan shalat. Hal itu tidak mungkin terjadi jika tidak karena pengaruh yang ada dalam shalat. Untuk menegaskan ayat itu, bisa dilihat surah Al-Ma'arij ayat 19-23 yang membahas tentang sifat keluh kesah, kemudian ditambah lagi dengan penegasan secara khusus tentang sifat yang berkaitan dengannya melalui ibadah shalat.

Berdasarkan penafsiran daripada ulama-ulama tafsir di atas, bahwa ibadah shalat mampu mengatasi sifat keluh kesah. Shalat yang dimaksudkan oleh para mufassir di atas adalah shalat yang *daa-imun* dan *yuhafizun*. Yang dimaksud dengan *daa-imun* adalah tenang dan teratur. Di sini peneliti jelaskan *daa-imun* berdasarkan dari penafsiran di atas, yaitu *Pertama*, shalat

yang dilakukan secara terus menerus ataupun dilakukan secara tenang dalam melakukan shalat. *Kedua*, menjaga waktu-waktu dan kewajiban-kewajibannya. *Ketiga*, tetap melakukan shalat itu pada waktu secara kontiniu tanpa meninggalkan satu shalat pun. *Keempat*, selalu mengerjakan shalat tanpa meninggalkannya dan tidak sibuk dengan urusan-urusan yang mengganggu pikiran atau yang menjadikan shalatnya tidak khusyu', serta ketika sedang melaksanakan shalat meninggalkan perbuatan-perbuatan yang menjadikan shalatnya tidak khusyu' seperti menoleh kekiri dan kekanan dan melaksanakan shalat sesuai pada waktu yang telah ditentukan.

Sedangkan, yang dimaksud dengan *yuhafizun* adalah memelihara. Berdasarkan daripada penafsiran di atas, *yuhafizun* yaitu; *Pertama*, orang-orang yang memelihara shalatnya dengan mendirikannya tepat pada waktunya, melaksanakannya dengan suci dan *tu'maninah* (berhenti atau tidak bergerak seketika) serta tidak ada yang melalaikannya dalam shalat. *Kedua*, memelihara sembahyangnya, memelihara waktu pelaksanaannya, rukun-rukunnya, syaratnya, dan adabnya dengan khusyuk dan dengan memahami semua ayat yang dibacanya.

Berdasarkan penjelasan di atas, terdapat perbedaan antara (دائمون)

daa-imun (ayat 23) dengan (يحافظون) *yuhafizun* (ayat 34) adalah yang pertama menyangkut pelaksanaan shalat secara teratur masing-masing pada waktunya dan tidak meninggalkannya, sedangkan *yuhafizun* adalah pelaksanaannya secara sempurna dengan memelihara rukun, syarat dan

sunnah-sunnahnya, sambil berupaya sekuat kemampuan untuk menyingkirkan rayuan dan godaan yang mengurangi rasa khusyuk kepada Allah.

Karena shalat bukanlah semata-mata rukun syarat tertentu, yang dimulai dengan takbir disudahi dengan salam itu saja. Di luar shalat seperti itu pun tetap shalat, artinya tetap ada hubungan jiwanya dengan Allah. Tetap ingat akan Tuhan. Sebab ada juga orang-orang yang mengerjakan shalat, padahal dalam melakukan shalat itulah dia lupa akan Tuhannya. Sebab shalatnya itu hanya semacam kebiasaan yang telah kehilangan khusyuk dan kehilangan nikmat yang akhirnya ia tidak mendapatkan keberuntungan di dalam shalatnya.

Yang dimaksud mendapat keberuntungan di atas adalah, setiap gerakan shalat dapat meringankan sakit punggung bagian bawah (*lower back pain*), *arthritis*, letak rahim yang miring (*cervical misalignments*), sakit kepala dan keluhan lain.¹⁴² Sebagai contoh, setiap postur dalam gerakan shalat memiliki pengaruh yg sehat bagi tubuh antaranya:

- a. *Berdiri Tegak*: Ketika mulai berdiri untuk shalat, tubuh terasa ringan karena berat tubuh tertumpu pada kedua kaki. Otot-otot punggung sebelah atas dan bawah dalam keadaan kendur. Punggung dalam keadaan lurus, dengan pandangan terpusat pada tempat sujud. Pikiran berada dalam keadaan terkendali.

¹⁴² Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2008), hal. 131.

Pusat otak, atas dan bawah, menyatu membentuk kesatuan tujuan.

- b. *Rukuk*: rukuk merupakan salah satu metode untuk menguatkan otot-otot pada persendian kaki yang dapat meringankan tegangan pada lutut jika dikerjakan secara teratur. Ketika rukuk seseorang meregangkan otot punggung sebelah bawah, otot paha, dan otot betis secara penuh. Tekanan akan terjadi pada otot lambung, perut dan ginjal. Darah akan tertempa ke atas tubuh.
- c. *Qauna/ I'tidal*: Ketika melakukan qauna atau berdiri setelah rukuk, postur tubuh kembali tegak sehingga memberikan tekanan pada aliran darah untuk bergerak ke atas. Hal ini dapat membuat tubuh mengalami relaksasi dan melepaskan ketegangan. Hal yang serupa terjadi ketika berdiri setelah sujud.
- d. *Qu'ud/ Duduk antara dua sujud*: Posisi qu'ud atau duduk setelah sujud dapat memacu gerak peristaltic pada usus besar. Postur ini membantu pencernaan dengan menggerakkan isi perut ke arah bawah. Tubuh akan mengalami relaksasi. Ketika duduk akhir, seseorang duduk dengan pangkai paha. Hal ini akan merangsang otot-otot serta saraf pada pangkal paha sehingga dapat mengurangi rasa nyeri dan sakit pada pangkal paha, termasuk meuralgia.

e. *Sujud*: Praktik sujud merupakan metode yang dapat membawa kedamaian, keselarasan, kesesuaian, ketenangan dan kebahagiaan. Dengan demikian, membawa dahi (bagian depan otak) ke tanah ketika sujud memiliki aspek medik. Selama sujud, tekanan darah ke otak meningkat. Selain itu, perilaku meletakkan dahi, hidung, tangan, lutut dan jari-jari kaki seluruhnya untuk memiliki hubungan dengan tanah pada waktu yang sama yang dilakukan ketika sujud akan menghasilkan perasaan menenangkan yang disebabkan karena pelepasan energi elektromagnetik yang berlebihan.¹⁴³

Justru, apabila seseorang shalat secara teratur, memelihara setiap rukun dan syaratnya serta memahami semua ucapan yang dibacanya akan mencapai tahap kekhusyukkan yang sempurna. Tidak semua orang mudah mendapatkan shalat yang khusyuk.

Oleh yang demikian, ada beberapa manfaat shalat khusyuk' antaranya: *Pertama*, dapat menumbuhkan kemampuan untuk berkonsentrasi. *Kedua*, akan mempengaruhi dan menghidupkan jiwa yang melaksanakannya. *Ketiga*, dapat memupuk kerendahan hati baik kepada Allah juga sesama manusia sebab ia telah menyaksikan keagungan dan kemegahan Allah. *Keempat*, dapat mengantarkan seseorang menuju ma'rifat yang hakiki terhadap Allah dan keinginan selalu menghadapnya. *Kelima*,

¹⁴³ Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami...*, hal. 132.

akan menjaga dan memelihara pelakunya dari perbuatan, perkataan yang tidak berguna dan dari hal-hal yang dapat memalingkan dirinya dari mengingat dan mentaati perintah Allah. *Keenam*, akan menjadi wadah dimana seorang hamba secara bebas dapat mengungkapkan perasaan syukur atas segala nikmat yang diperoleh oleh Allah. *Ketujuh*, dapat dijadikan sebagai upaya memperoleh kesucian jiwa dan kemudahan.¹⁴⁴

Para mufassir memiliki penafsiran bahwa orang yang mampu menjaga shalatnya sepanjang waktu, melaksanakan rukun-rukunnya dengan khusyu' dan disertai dengan pengharapan yang tinggi pada Allah, orang yang demikian akan mudah melepaskan diri dari sifat mengeluh atau keluh kesah.

Ayat 23 dan 34 di atas, menyatakan bahwa hanya orang yang melakukan shalat serta memelihara shalat dengan sempurna saja dapat menyembuhkan dirinya daripada keluh kesah dan gelisah itu. Yang selalu kusut mukanya ketika ditimpa susah, melindungi diri seketika mendapat kesenangan atau keuntungan. Orang shalat dapat bebas dari penyakit yang berbahaya itu. Sebab dengan shalat sekurang-kurangnya lima waktu dikerjakan siang dan malam, ditambah lagi dengan shalat-shalat nawafil (sunnat) yang lain, jiwanya tidak akan merasakan keluh kesah lagi.

Karena berusaha mendekatkan diri kepada Allah. Dengan shalat, seseorang itu akan menyadari bahawasanya orang hidup di dunia tidaklah

¹⁴⁴ Jefry Neor, *Pembinaan Sumber Daya Manusia Berkualitas Dan Bermoral Melalui Shalat Yang Benar*, (Jakarta: Prenada Media, 2006), hal. 149-154.

akan sunyi daripada susah dan senang, rugi dan beruntung. Maka di waktu mendapat kesusahan tidaklah seseorang itu akan gelisah, melainkan bersabar menghadapi ujianNya. Dengan sebab sabar seseorang dapat mengendalikan diri. Apabila seseorang dapat mengendalikan diri, akalNya, tidak pernah tertutup. Allah akan memberi petunjuk dan hidayat kepadanya, sehingga pintu yang tertutup menjadi terbuka. Dan kalau kemudian keuntungan didapat, kesenangan pun tiba, segera akan bersyukur kepada Allah.

Dalam mengangani sifat keluh kesah ini, berdasarkan penafsiran serta penjelasan di atas, sifat keluh kesah ini dapat di atasi melalui ibadah shalat. Shalat yang dimaksudkan adalah melalui shalat yang *daa-imun* (tenang) dan *yuhafizun* (memelihara). Apabila seseorang melaksanakan shalat secara *daa-imun* dan *yuhafizun*, akan dihilangkan, dijauhkan atau dilindungi oleh Allah dari sifat keluh kesah ini.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan, maka dapat peneliti simpulkan bahwa:

1. Penjelasan ulama tafsir tentang sifat keluh kesah antaranya:

Pertama, menurut Ibnu Katsir keluh kesah merupakan sifat manusia yang diciptakan oleh Allah dan sifat tersebut juga merupakan akhlak tercela yang tidak harus dimiliki oleh seseorang manusia. *Kedua*, menurut M. Quraish Shihab tentang sifat keluh kesah ini adalah keberpalingan manusia yang durhaka dari kebenaran dan manusia yang bersifat gelisah dan rakus. Sifat ini merupakan keinginan manusia terhadap sesuatu tetapi tidak Allah kabulkan maka manusia akan berpaling dari Allah. Keinginan-keinginan tersebut merupakan potensi yang dilekatkan Allah untuk manusia. *Ketiga*, menurut Hasbi As-Shiddieqy, bahwa sifat ini merupakan tabiat manusia untuk berkeluh kesah serta banyak cemberut apabila ditimpa kesulitan atau penyakit yang diberikan oleh Allah. *Keempat*, Hamka menafsirkan sifat keluh kesah ini tidak mempunyai ketenangan hati, selalu cemas, selalu berada dalam ketakutan dan selalu merasa kekurangan. Menurut beliau sifat ini apabila ditimpa kesusahan seseorang manusia itu tidak dapat lagi mengendalikan dirinya, manusia tersebut akan menjadi semakin gelisah sehingga apa yang berlaku

akan dipersalahkan kepada orang lain, seolah-olah memberontak karena keinginannya tidak tercapai. *Kelima*, menurut Sayyid Qurth sifat keluh kesah ini timbul apabila manusia itu hatinya kosong dari iman. Selain itu juga, sifat ini dapat dihilangkan hanya dengan unsur iman yang teguh di dalam hati seseorang manusia.

2. Penanganan shalat dalam menangani sifat keluh kesah dalam Surah Al-Ma'arij ayat 19-35 adalah dengan melalui ibadah shalat. Ibadah shalat bukan hanya sebatas perbuatan tetapi juga pengakuan di dalam hati. Shalat harus dilaksanakan dengan penuh kekhuyu'an agar dapat mengatasi atau merawat sifat keluh kesah. Shalat yang dimaksudkan adalah shalat secara terus menerus yang *daa-imun* dan *yuhafizun*. *Daaimun* adalah shalat yang menyangkut pelaksanaan shalat secara teratur masing-masing pada waktunya dan tidak meninggalkannya, sedangkan *yuhafizun* adalah pelaksanaannya secara sempurna dengan memelihara rukun, syarat dan sunnah-sunnahnya, sambil berupaya sekuat kemampuan untuk menyingkirkan rayuan dan godaan yang mengurangi rasa khusyuk kepada Allah. Ayat 23 dan 34 di atas, menyatakan bahwa hanya orang yang melakukan shalat serta memelihara shalat dengan sempurna saja dapat menyembuhkan dirinya daripada keluh kesah dan gelisah itu.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penulis ingin mengemukakan beberapa hal yang dirasakan amat perlu untuk diutarakan agar menjadi saran kepada mahasiswa, masyarakat serta kepada para pembaca. Selain itu, ianya juga bagi memberi kemudahan bagi mahasiswa dan para pembaca untuk memahami pembahasan secara benar tentang ***“Penanganan Sifat Keluh Kesah Melalui Ibadah Shalat (Studi Deskriptif Penafsiran Surah Al-Ma’arij Ayat 19-35)”***. Penulis ingin mengemukakan beberapa saran, di antaranya:

1. Kepada umat Islam, agar menjadikan Al-Quran dan Hadits sebagai pedoman atau sumber utama dalam segi kehidupan bagi menemukan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi sebagai contoh tentang sifat keluh kesah ini.
2. Kepada umat Islam juga, agar menjaga shalat dengan sempurna karena shalat adalah sumber ketenangan.
3. Kepada Prodi Bimbingan Konseling Islam, agar membuat penggalan, pengkajian tentang sifat keluh kesah secara lebih mendalam.
4. Kepada peneliti, diharapkan agar penelitian seterusnya lebih mendalam supaya pembahasan penelitian mengenai penanganan sifat keluh kesah melalui ibadah shalat ini akan menjadi lebih sempurna.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Baqi, Muhammad Fuad. *Hadits Shahih Bukhari Muslim*. (Penerjemah; Abu Firly Bassam Taqiy). Depok: PT Fathan Prima Media, 2017.
- Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (Hamka), *Tafsir Al-Azhar Jilid 10*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003.
- Abu Muhammad Abdullah. *Fikih Salat Wajib Lengkap dan Hal-hal yang Berhubungan Dengannya*. Jawa Tengah: Abyan Solo, 2009.
- Adlany, A. Nazri., Tamam, Hanafie., dan Nasution, Al-Faruq. *Al-Quran Terjemah Indonesia*. Jakarta: Sari Agung, 2005.
- Agustian, Ari Ginanjar. *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power*. (Jakarta: Arga, 2001.
- Albani, Muhammad Nashiruddin. *Ringkasan Shahih Bukhari*. (Penerjemah: Asep Saefullah dan Kamaluddin Sa'adyatulharamain). Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- Al-Hajjaj Al- Ghamidi, Ali. *Fikih Wanita*. Jakarta: PT Aqwam Media Profetika, 2012.
- Al-Jazairi, Abu Bakr Jabir. *Ensikklopedi Muslim (Minhajul Muslim)*. Jakarta: PT. Darul Falah, 2000.
- Aminudin. *Akidah dan Ibadah untuk Kelas VIII MTs*. Bandung: Grafindo Media Pratama, 2008.
- Ash-Shiddieqy, Muhammad Hasbi. *Tafsir An-Nur*. Jakarta: Cakrawala Publishing, 2011.

As-Sayyid Salim, Abu Malik Kamal. *Shahih Fikih Sunnah*. (Penerjemah, Khairul

Amru Harahap Dan Faisal Saleh). Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.

Bahdi Nur Tanjung., dan Ardial. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jakarta: Prenada Media Group, 2005.

Basyarahil, Abdul Aziz Salim. *Shalat: Hikmah Falsafah dan Urgensinya*. Jakarta:

Gema Insani Press, 1996.

Bungin, Burhan. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.

_____, *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Kencana Prrenada Media Group, 2007.

D. Marimba, Ahmad. *Pengantar Filsafat Pendidikan Islam*. Bandung: N.V Alma'arif, 1980.

Departemen Agama RI. *Al-Quran dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan) Jilid 10*. Jakarta: Departemen Agama RI, 2010.

Departmen Pendidikan Nasional. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2002.

Depdibud. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2005.

Eko Gunawan. *Ubah Derita Jadi Bahagia*. Yogyakarta: Laksana, 2019.

H. Mahmud Yunus. *Kamus Arab-Indonesia*. Jakarta: PT. Hidakarya Agung, 1989.

Haryanto, Sentot. *Psikologi Shalat (Kajian Aspek-aspek Psikologi Ibadah Shalat*

oleh Isra' Mi'raj Nabi MuhammadSAW). Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2007.

Ibnu Katsir. *Tafsir Ibnu Katsir*. (Penerjemah, Arif Rahman Hakim dkk). Surakarta:Insan Kamil, 2015.

Imam Nawawi, *Riyadhus Shalihin*. (Penerjemah: Achmad Sunarto. Jakarta: Pustaka

Amani, 1999.

Isa, Abu Isa Muhammad. *Jami' At-Tirmidzi Ensiklopedia Hadits 6*. (Penerjemah:

Tim Darussunnah (Idris Dkk). Jakarta: Almahira, 2013.

Ismail, Azman. *Al-Quran, Bahasa dan Pembinaan Masyarakat*. Yogyakarta: AK

Group, 2006.

Kurnianto, Fajar. *Kitab Shalat 11 In One*. Jakarta: Alita Aksara Media, 2012.

Moleong, Lexy J. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013.

Muhammad Ar-Raghib Al-Isfahani, Abil Qasim Al-Hussein. *Mufradat Alfadz Al-Quran*. Damaskus: Dar Al-Qalam, 2009.

Muhammad Azzam, Abdul Aziz., dan Sayyed Hawwas, Abdul Wahab. *Fiqh Ibadah*

(*Thaharah, Shalat, Zakat, Puasa, dan Haji*). (Penerjemah: Kamran As'at

Irsyady, dkk). Jakarta: Bumi Aksara, 2013.

Muhammad Fadh., dan Abdul Aziz. *Sifat Wudhu & Shalat Nabi SAW*. (Penerjemah:

Geis Umar Bawazier). Jakarta: al-Kautsar, 2011.

Muhammad Shayyim. *Bila Hati Telah Mati*. Jakarta: Mirqat, 2010.

Munawir Sjadzali, dkk. *Ensiklopedia Al-Quran Dunia Islam Modern Jilid 2*. Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa, 2005.

Musfir. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani Press, 2005.

Musthafa Khalili. *Berjumpa Allah Dalam Salat*. Jakarta: Zahra, 2006.

Najati, Muhammad Utsman. *Psikologi Dalam Perspektif Hadis (Al-Hadits Wa*

Ulum An-Nafs). Jakarta: PT. Pustaka Al-Husna Baru, 2004.

- Najmuddin, Hairunnaja. *Psikologi Ketenangan Hati*. Kuala Lumpur: PTS Millennia Sdn. Bhd., 2002.
- Narbuko, Cholid., dan H. Abu Achmadi. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- Nuhyanan, Abdul Kadir. *Panduan Shalat Lengkap & Praktis Sesuai Petunjuk Rasulullah saw*. Jakarta Timur: Akbar Media Eka Sarana, 2012.
- Purwakania Hasan, Aliah B. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta: Rajawali Pers, 2008.
- Safrihsyah. *Psikologi Ibadah Dalam Islam*. Banda Aceh: Ar-Raniry Press, 2013.
- Sahriansyah. *Ibadah dan Akhlak*. Yogyakarta: IAIN Antasari Press, 2014.
- Salim, Abd. Muin. *Metodologi Ilmu Tafsir*. Yogyakarta: Teras, 2005.
- Sayyid Qutb. *Tafsir Fi zhilalil Quran Jilid 12*. (Terjemahan, As'ad Yasin, Abdul Aziz Salim Basyarahil). Jakarta: Gema Insani Press, 2001.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran* Jilid 15. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R dan D*. Bandung: Alfabeta, 2011.
- Suma, Muhammad Amin. *Studi Ilmu-ilmu Al-Quran 2*. Jakarta: Pustaka Firdaus, 2001.
- Suma, Muhammad Amin. *Ulumul Quran*. Jakarta: Rajawali Pers, 2014.
- Syafrida., dan Nurhayati Zein. *Fiqh Ibadah*. Pekan baru: CV, Mutiara Pesisir Sumatra, 2015.

Tim pustaka Phoenix. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*. Jakarta:
PT

Media Pustaka Phoenix, 2012.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas diri

1. Nama Lengkap : Siti Fatimah Binti Shuib
2. Tempat / Tgl. Lahir : Kedah / 07 Mac 1995
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. NIM : 150402021
6. Kebangsaan : Malaysia
7. Alamat Malaysia : No 122 A, Kampung Bukit Kecil, 08000
Sungai Petani, Kedah Darul Aman.
8. Alamat Indonesia : JL. Utama Dusun Lam Ara Gampong
Rukoh,
Kec. Syiah Kuala Aceh Besar, Indonesia.
9. No. Telp/Hp : 011-33285224

Riwayat Pendidikan

10. SD/MI : Sekolah Kebangsaan Darul Aman (2002-2007)
11. SMA : Sekolah Menengah Agama Taufikiah
Khairiah Al-Halimiah (2008-2013)

Orang Tua/Wali

12. Nama Ayah : Shuib Bin Ismail @ Abu
13. Nama Ibu : Harison Binti Hj. Husain
14. Pekerjaan Orang Tua : Sendiri
15. Alamat Orang Tua : No 122 A, Kampung Bukit Kecil, 08000
Sungai Petani, Kedah Darul Aman.

Banda Aceh, 18 Februari 2019
Penulis,

(Siti Fatimah Binti Shuib)
150402021