

**PENAFSIRAN AYAT-AYAT  
KETENTERAMAN HATI MENURUT  
TAFSIR AL-AZHAR**

**SKRIPSI**

Diajukan Oleh:

**HUMAIRA**

**NIM. 200303004**

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat  
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
DARUSSALAM- BANDA ACEH**

**2025/ 1446 H**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Humaira

NIM : 200303004

Jenjang : Strata Satu (S1)

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang ditunjuk sumbernya.

Banda Aceh, 13 Desember 2024

Yang Menyatakan,



Humaira

A R - R A NIM. 200303004

# SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat  
UIN Ar-Raniry Sebagai Salah Satu Beban Studi  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)  
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat  
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Diajukan Oleh:

**HUMAIRA**  
NIM. 200303004

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat  
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Disetujui Oleh:

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Prof. Dr. Damanhuri, M.Ag.

NIP. 196003131995031001

Dr. Suarni, S.Ag, M.A.

NIP. 197303232007012020


# SKRIPSI

Telah Diuji oleh Tim Penguji Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry dan  
Dinyatakan Lulus Serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi  
Program Strata Satu dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat  
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

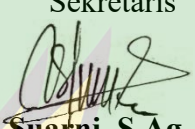
Pada Hari: Rabu, 8 Januari 2025 M  
8 Rajab 1446 H

Di Darussalam-Banda Aceh  
Panitia Ujian Munaqasyah

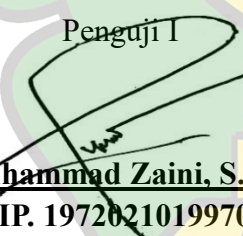
Ketua

  
Prof. Dr. Damanhuri, M.Ag.  
NIP. 196003131995031001


Sekretaris

  
Dr. Suarni, S.Ag., M.A.  
NIP. 197303232007012020

Penguji I

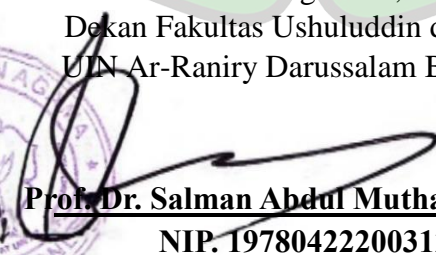
  
Dr. Muhammad Zaini, S.Ag., M.Ag.  
NIP. 197262101997031002

Penguji II

  
Dr. Nur Baety Sofyan, Lc., M.A.  
NIP. 198208082009012009

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat  
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh

  
Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M. Ag.  
NIP. 197804222003121001



## ABSTRAK

Nama / NIM : Humaira/ 200303004  
Judul Skripsi : Penafsiran Ayat-Ayat Ketenteraman Hati Menurut Tafsir Al-Azhar  
Tebal Skripsi : 60 Halaman  
Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Pembimbing 1 : Prof. Dr. Damanhuri, M.Ag.  
Pembimbing 2 : Dr. Suarni, S.Ag, M.A.

Ketenteraman hati secara umum merujuk pada perasaan damai, tenang, dan kepuasan batin yang dirasakan oleh seseorang, juga sering dikaitkan dengan perasaan puas terhadap diri sendiri, namun hidup bagaikan roda berputar dan tidak selamanya manusia dalam keadaan tenteram dan dalam meraih ketenteraman banyak orang salah langkah dan berakhir melakukan hal yang dilarang untuk meraih ketenteraman hati, jauh dari masa sekarang pada dasarnya al-Qur'an telah membahas ketenteraman hati dan memberikan solusi. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui bagaimana ungkapan dan mengidentifikasi ayat yang membahas mengenai ketenteraman hati serta memahami penafsiran ketenteraman hati didalam al-Qur'an melalui kitab Al-Azhar. Metode penelitian menggunakan metode penafsiran *maudhu'i*, dan menggunakan studi kepustakaan. Adapun hasil dari penelitian ini adalah terdapat beberapa ungkapan ketenteraman hati didalam Al-Qur'an salah satu ungkapan itu ialah *taṭma'innul qulūb* yang dapat ditemui pada 4 surah didalam al-Qur'an, dan berdasarkan tafsiran pada tafsir al-Azhar disebutkan solusi dalam meraih ketenteraman hati ialah sabar, takwa, tawakkal, dan berzikir.

**Kata Kunci:** *Ketenteraman Hati, Penafsiran, Tafsir Al-Azhar*

## PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

Model ini sering dipakai dalam penulisan transliterasi dalam jurnal ilmiah dan juga transliterasi penulisan disertai. Adapun bentuknya adalah sebagai berikut:

Arab	Transliterasi	Arab	Transliterasi
ا	Tidak disimbolkan	ط	Ṭ (titik di bawah)
ب	B	ظ	Ẓ (titik di bawah)
ت	T	ع	‘
ث	Th	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	Ḥ	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dh	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	’
ص	Ṣ (titik di bawah)	ي	Y
ض	Ḍ (titik di bawah)		

## Catatan:

### 1. Vokal Tunggal

- (fathah) = a misalnya, حدث ditulis *hadatha*  
----- (kasrah) = i misalnya, قيل ditulis *qila*  
----- (dhammah) = u misalnya, روي ditulis *ruwiya*

### 2. Vokal Rangkap

- (ي) (fathah dan ya) = ay, هريرة misalnya ditulis *Hurayrah*  
(و) (fathah dan waw) = aw, توحيد misalnya ditulis *tawhid*

### 3. Vokal Panjang (maddah)

- (ا) (fathah dan alif) = ā, (a dengan garis di atas)  
(ي) (kasrah dan ya) = ī, (idengan garis di atas)  
(و) (dammah dan waw) = ū, (u dengan garis di atas)  
misalnya: (برهان, توفيق, معقول) ditulis *burhān, tawfīq, ma'qūl*.

### 4. Ta' Marbutah (ة)

Ta' Marbutah hidup atau mendapatkan harakat *fathah, kasrah,* dan *dammah,* transliterasinya adalah (t), misalnya = الفلسفة الاول *al-falsafat al-ūlā*. Sementara ta' marbutah mati atau mendapatkan harakat sukun, transliterasinya adalah (h), misalnya: (تحافت الفلسفة, دليل الإنابة, مناحج الأدلة) ditulis *Tahāfut al-Falāsifah, Dalīl al-'ināyah, Manāhij al-Adillah*.

### 5. Syaddah (tasydid)

Syaddah yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan lambang (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan huruf, yakni yang sama dengan huruf yang mendapat syaddah, misalnya (إسلامية) ditulis *islamiyyah*.

### 6. Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال transliterasinya adalah al, misalnya: النفس, الكشف ditulis *al-kasyf, al-nafs*.

### 7. Hamzah (ء)



Untuk hamzah yang terletak di tengah dan diakhir kata ditransliterasi dengan (’), misalnya: ملائكة ditulis *mala’ikah*, جزئى ditulis *juz’ī*. Adapun hamzah yang terletak di awal kata, tidak dilambangkan karena dalam bahasa Arab, ia menjadi alif, misalnya اختراع ditulis *ikhtirā’*.

### **Modifikasi**

1. Nama orang berkebangsaan Indonesia ditulis seperti biasa tanpa transliterasi, seperti Hasbi Ash Shiddieqy. Sedangkan nama-nama lainnya ditulis sesuai kadiah penerjemahan. Contoh: Mahmud Syaltut.
2. Nama negara dan kota ditulis menurut ejaan Bahasa Indonesia, seperti damaskus, bukan Dimasyq; Kairo, bukan Qahirah dan sebagainya.

### **Singkatan**

Swt	: Subhanahu Wata’ala
Saw	: Sallallahu ‘Alaihi Wasallam
a.s.	: ‘Alaihisalam
Q.S	: Qur’an. Surah
Hamka	: Haji Abdul Malik Karim Amrullah
Vol.	: Volume
No	: Nomor
hlm.	: Halaman
Mk	: Makkiyah
Md	: Madaniyah



## KATA PENGANTAR

### بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, atas segala nikmatnya yang tak terhitung banyaknya berupa Kesehatan, kesabaran, kekuatan dan inspirasi yang sangat luas dalam proses penyelesaian skripsi ini, dengan baik dan tepat pada waktunya. Shalawat serta salam selalu terlimpahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan shahabatnya yang telah menegakkan syari'at islam dan juga pengikutnya yang setia hingga akhir zaman.

Skripsi ini yang berjudul “Penafsiran Ayat-Ayat Ketenteraman Hati Menurut Tafsir Al-Azhar”, disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam bidang Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Dalam proses penyusunan dan penyelesaian skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Terima kasih kepada kedua orang tua penulis Ama dan Ine sebagai “payung pelongohen seserenen” serta selalu mengingatkan shalat, berbuat kebaikan, juga selalu dan setiap saat mendoakan kebaikan juga kesehatan untuk penulis.
2. Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Dr. Salman Abdul Muthallib, Lc., M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat dan seluruh staf karyawan/karyawati FUF Universitas Islam Negeri Ar-Raniry yang telah memberi izin penulis untuk melakukan penelitian ini dan memberikan dukungan serta fasilitas selama masa studi.
3. Ibu Zulihafnani, S.TH., MA. Selaku ketua prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Ar-Raniry, yang telah banyak memberi nasehat serta dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Muhajirul Fadhli, Lc., MA. Selaku sekretaris prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, yang telah memberi dukungan serta dorongan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Jabaliah, S.Pd., M.Pd. selaku operator prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, yang telah banyak membantu dan memberi dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Prof. Dr. H. Syamsul Rijal, M.Ag. Selaku penasehat akademik yang selalu mendukung serta membimbing penulis setiap semester untuk menyelesaikan studi dan penelitian ini.
7. Bapak Prof. Dr. Damanhuri, M.Ag. Selaku dosen pembimbing I yang selalu meluangkan waktu dalam membimbing, memberi nasehat dan ilmu pengetahuan, memberi dorongan dan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti ucapkan atas waktu, pikiran dan tenaga yang telah diluangkan kepada penulis.
8. Ibu Dr. Suarni, S.Ag., M.A. Selaku dosen pembimbing II, yang selalu siap dalam membimbing, memberi nasehat, ilmu pengetahuan, dorongan dan motivasi kepada peneliti. Terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti ucapkan atas waktu, pikiran dan tenaga yang telah diluangkan kepada penulis.
9. Seluruh dosen, ahli staf prodi IAT, staf administrasi dan staf perpustakaan fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh, yang telah sudi kiranya membantu peneliti dalam memudahkan segala urusan terkait lancarnya penyusunan skripsi.
10. Teman-teman seperjuangan dari jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir leting 2020 yang selalu memberikan semangat dan bantuan selama proses penyusunan skripsi, Teman diluar kampus, dan teman KPM Tematik yang selama ini selalu memberikan dukungan serta semangat kepada penulis.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBARAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iv</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	5
D. Kajian Pustaka.....	5
E. Defenisi Operasional.....	9
F. Metode Penelitian.....	10
G. Sistematika Penulisan.....	12
<b>BAB II KONSEP KETENTERAMAN HATI DALAM AL-QUR'AN.....</b>	<b>13</b>
A. Pengertian Ketenteraman Hati.....	13
B. Identifikasi Ayat-Ayat Ketenteraman Hati.....	20
C. Metodologi Tafsir.....	23
<b>BAB III PENAFSIRAN AYAT-AYAT KETENTERAMAN HATI DALAM TAFSIR AL-AZHAR.....</b>	<b>28</b>
A. Profil Tafsir Al-Azhar.....	28
B. Penafsiran Ayat Ketenteraman Hati Didalam Tafsir Al- Azhar.....	36
C. Solusi Meraih Ketenteraman Hati Didalam Al-Qur'an..	46
<b>BAB IV PENUTUP.....</b>	<b>53</b>
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran.....	54

**DAFTAR PUSTAKA..... 55**  
**DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... 60**



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Ketenteraman hati secara umum merujuk pada perasaan damai, tenang, dan kepuasan batin yang dirasakan oleh seseorang. Ketenteraman hati sering dikaitkan dengan perasaan puas terhadap diri sendiri, perasaan nyaman dan aman yang timbul dari beberapa hal seperti kehidupan sehari-hari yang stabil, baik itu hubungan maupun komunikasi dengan orang lain, serta terpenuhinya kebutuhan fisik, emosional, dan spiritual yang baik.

Namun kehidupan ibarat rangkaian masalah yang akan terus berlanjut hingga hari akhir. Beberapa masalah berupa ujian untuk meningkatkan taraf keimanan seseorang, ada pula masalah yang datang karena kesalahan maupun dosa yang pernah dilakukan pada masa lalu. Jadi selama manusia masih hidup didunia ini maka masalah maupun cobaan akan terus datang kepadanya, namun yang membedakan setiap manusia ialah bagaimana sikap dan cara mereka dalam menyelesaikan dan menghadapi masalah maupun cobaan tersebut.<sup>1</sup>

Ketika berhadapan dengan permasalahan kebanyakan orang cenderung merasa cemas dan khawatir, dimana kecemasan dan kekhawatiran berlebih serta berkepanjangan dapat menyebabkan seseorang kesulitan dalam menenangkan diri serta kehilangan ketenteraman hati dan jiwanya. Oleh karena kesulitan dalam meraih ketenteraman hati sebagian orang melakukan hal-hal yang melenceng baik itu melenceng dari ajaran agama Islam maupun melenceng, dari norma-norma yang berlaku pada kehidupan bermasyarakat. Melihat hal tersebut pada dasarnya masih banyak masyarakat yang kesulitan dalam meraih ketenteraman hati sehingga diperlukan upaya untuk menemukan ketenteraman hati, hal ini dilakukan untuk meraih kehidupan yang lebih baik dan berbahagia.

---

<sup>1</sup> Syarifah Rahmah, "Konsep Ketenangan Jiwa Menurut", (Skripsi UIN Antasari Banjarmasin: UIN Antasari, 2023), hlm. 1.

Sedangkan sebagai seorang muslim yang baik diketahui dalam agama Islam mempunyai kitab suci al-Qur'an yang merupakan *al-Huda* (petunjuk) bagi kehidupan manusia, dimana isi dari al-Qur'an yaitu sebagai tuntunan dan pedoman kehidupan manusia untuk meraih kebahagiaan serta kesuksesan dunia maupun akhirat.<sup>2</sup>

Al-Qur'an juga telah menyinggung mengenai ketenteraman hati, selain itu banyak ayat-ayat di dalam al-Qur'an yang makna serta terjemahannya apabila dibaca dapat memberikan ketenteraman serta ketenangan hati bagi siapa saja yang membacanya. Salah satu ayat didalam al-Qur'an yang menjelaskan mengenai ketenteraman hati diantaranya ialah pada firman Allah SWT dalam Q.S Al-Ra'du 13:28 sebagai berikut:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

“(Yaitu) orang-orang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram”.

Hamka pada kitab tafsirnya yaitu kitab tafsir al-Azhar menafsirkan Q.S Al-Ra'du ayat 28 dimana pada ayat ini menjelaskan bahwa iman adalah menyebabkan senantiasa mengingat Allah SWT. Dimana iman disini ialah dengan mengingat Allah, sehingga dengan selalu mengingat Allah membuat hati menjadi tenteram.<sup>3</sup>

Selanjutnya pada Q.S Al-Ra'du: 29 Hamka kembali sedikit menyinggung tentang ketenteraman, dimana ia menjelaskan ketika seseorang telah mampu meraih ketenteraman hati maka hal tersebut juga akan berpengaruh terhadap kehidupannya yang juga akan mengalami ketenteraman dan ketenangan.<sup>4</sup> Sederhananya pada Q.S

---

<sup>2</sup> Quraish Shihab, *Membumikan al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 1992), hlm. 3.

<sup>3</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' XIII-XIV* (1983), (Jakarta: PT. Pustaka Pajimas), hlm. 93.

<sup>4</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' XIII-XIV*, hlm. 93-94.



Al-Ra'du: 28 menjelaskan jika seseorang menginginkan rasa tenteram dan tenang dalam dirinya, maka sepatutnya ia harus mendekati sang pencipta maksud dari mendekati ini ialah dengan selalu beriman kepadanya.<sup>5</sup>

Selain itu Hamka juga menjelaskan dalam salah satu bukunya bahwasannya kondisi hati yang tenteram dan damai merupakan puncak sebuah kebahagiaan, lalu Hamka juga menjelaskan bahwasannya ada empat aspek yang apabila seseorang mampu mencapainya maka ia telah mencapai titik kebahagiaan itu.<sup>6</sup> Salah satu aspek dalam mencapai kebahagiaan menurut Hamka adalah Iman, dimana seperti yang diketahui iman disini berarti selalu dalam keadaan mengingat Allah SWT.

Melihat pentingnya ketenteraman hati pada kehidupan manusia pada dasarnya ada banyak cara dalam meraih ketenteraman hati salah satunya ialah Iman dengan mengingat Allah SWT atau dapat juga disebut dengan berzikir, namun pada masa modern ini tidak semua orang memahami itu dan memilih jalan yang salah dalam meraih ketenteraman hati salah satunya ialah penggunaan obat-obatan terlarang yang mana bisa merusak diri seperti meningkatkan risiko terjangkit penyakit hingga kematian. Dilansir dari website Badan narkotika Nasional Provinsi Sumatera Selatan dijelaskan bahwasannya salah satu faktor maraknya penyalahgunaan narkoba ialah kondisi mental yang tidak stabil berupa stres akibat kecemasan berlebih.<sup>7</sup>

Sejatinya ketenteraman hati merupakan hal yang di inginkan setiap manusia dan manusia mana yang tidak menginginkan ketenteraman hati pada hidupnya, oleh karena itu jauh sebelum masa

---

<sup>5</sup> Medi Romi Ardianto dan Ahmad zamroni, "Implikasi Ketenangan jiwa dan Ketenteraman Hati sebagai Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan pendidikan bagi Remaja", *Islamic education Managemen Journal. Vol. 1 Nomor 1*, (2021), hlm. 22.

<sup>6</sup> Hamka, *Tasauf Modern Cetakan XVIII* (Jakarta: Yayasan Nurul Islam, 1981), hlm. 58.

<sup>7</sup> Badan Narkotika Nasional Provinsi Sumatera Selatan, "Narkoba dan Kesehatan Mental", 2021, diakses pada 5 Jul 2024.



modern ini al-Qur'an sendiri sudah membahas dan juga menyinggung mengenai ketenteraman hati, adapun beberapa ayat Al-Qur'an yang membahas hal ini diantara ialah pada Q.S. Āli-Imrān ayat 126, Q.S Al- Māidah ayat 113, Q.S Al- Anfāl ayat 10, dan Q.S Al-Ra'du ayat 28.

Adapun untuk lebih memahami ketenteraman hati di dalam al-Qur'an, penelitian ini memfokuskan menggunakan penafsiran Hamka dalam mengkaji mengenai ketenteraman hati, hal ini dikarenakan Hamka merupakan salah seorang mufassir Indonesia yang juga merupakan salah satu tokoh taSawuf, dimana diketahui taSawuf erat hubungannya dengan jiwa sehingga ketenteraman hati merupakan salah satu hal yang pasti berkaitan dengan taSawuf.

Selain itu pemilihan tafsir al-Azhar juga dikarenakan kitab tafsir ini relevan dengan kehidupan di zaman modern, hal ini dikarenakan tafsir ini memiliki corak *al-adabi wa ijtima'i* dan tafsir ini juga menggunakan bahasa Indonesia-Melayu pada penulisan sehingga memudahkan dalam mempelajari dan memahami isinya. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian lebih lanjut mengenai ketenteraman hati dari sudut pandang penafsiran Hamka melalui kitab tafsirnya yaitu kitab tafsir al-Azhar dan mengambil judul "*Penafsiran Ayat-Ayat Ketenteraman Hati Menurut Tafsir al-Azhar*".

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang, adapun rumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk ungkapan-ungkapan ketenteraman hati dalam al-Qur'an?
2. Bagaimana penafsiran ketenteraman hati dalam kitab tafsir al-Azhar menurut Hamka?

### **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Melihat dari rumusan masalah yang telah dikemukakan, adapun tujuan dari penelitian ini ialah:

1. Untuk memahami ungkapan-ungkapan dari ketenteraman hati yang terdapat didalam al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui penafsiran Hamka mengenai ketenteraman hati melalui kitab tafsir al-Azhar.

Sedangkan manfaat yang diharapkan dari penelitian ini ialah sebagai tambahan bahan bacaan dan ilmu bagi para pembaca, sehingga pembaca diharapkan mengetahui mengenai ketenteraman hati lebih luas khususnya ketenteraman hati menurut kitab tafsir al-Azhar karya Hamka.

### **D. Kajian Pustaka**

Kajian pustaka adalah kumpulan teori yang didapatkan dari berbagai macam sumber yang digunakan sebagai bahan rujukan untuk membuat sebuah karya tulis ilmiah. Kajian pustaka memegang peran penting dalam sebuah penelitian hal ini dikarenakan dari sebuah kajian pustaka, baik pembaca maupun peneliti dapat menggiring perhatiannya kepada beberapa aspek seperti fokus teori yang sudah dipertajam ruang lingkupnya, teknik yang hendak dikembangkan serta mengetahui instrumen yang cocok digunakan.<sup>8</sup>

Berdasarkan rumusan masalah sebelumnya, maka penulis melakukan pengkajian terlebih dahulu kebeberapa kajian pustaka guna menemukan penelitian yang relevan baik itu buku, jurnal, maupun skripsi yang berkaitan dengan tema yang akan diteliti. Adapun beberapa buku maupun hasil penelitian ilmiah yang relevan dengan penelitian yang akan diteliti diantaranya adalah sebagai berikut:

Karya ilmiah dalam bentuk skripsi yang berjudul “Konsep Jiwa yang Tenang Dalam al-Qur'an” (Studi Tafsir Tematik), yang

---

<sup>8</sup> Perdy Karuru, “Pentingnya Kajian Pustaka Dalam Penelitian”, *Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan Nomor 2*, (2013), hlm. 2.

ditulis oleh A'rifatul Hikmah, skripsi UIN Sunan Kalijaga, pada tahun 2009. Pada skripsi ini membahas mengenai konsep jiwa yang tenang dalam al-Qur'an dan mengumpulkan beberapa penafsiran dari beberapa kitab tafsir, salah satunya ialah kitab tafsir al-Azhar karya Hamka.<sup>9</sup> Adapun perbedaan antara penelitian A'rifatul Hikmah dengan penelitian yang akan dikaji ialah pada penelitian A'rifatul menggunakan beberapa sumber kitab tafsir dalam penafsiran penelitiannya sedangkan pada penelitian yang akan dikaji penulis hanya memfokuskan pada satu penafsiran saja yaitu penafsiran Hamka dalam kitab tafsir al-Azhar.

Selanjutnya karya ilmiah dalam bentuk skripsi yang berjudul "Kebahagiaan Dalam al-Qur'an Perspektif Buya Hamka dan M. Quraish Shihab" (Studi Komparatif Antara Tafsir al-Azhar dengan Tafsir al-Misbah), yang ditulis oleh Laila Hanafi Umami, skripsi IAIN Surakarta. Pada skripsi ini membahas konsep kebahagiaan dalam al-Qur'an dengan membandingkan dua penafsiran dari dua kitab tafsir.<sup>10</sup> Adapun yang membedakan penelitian Laila Hanafi dengan penelitian yang akan diteliti ialah pada penelitian Laila Hanafi menggunakan dua kitab tafsir dan membandingkan penafsiran diantara keduanya mengenai kebahagiaan, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan hanya menggunakan satu kitab tafsir dan meneliti tentang ketenteraman hati di dalam al-Qur'an.

Karya ilmiah skripsi yang berjudul "Konsep Ketenangan Jiwa menurut M. Quraish Shihab" (Studi tafsir al-Misbah), skripsi ini ditulis oleh Ari Kurniawan Rizki, skripsi IAIN Ponorogo, pada tahun 2022. Pada skripsi ini membahas mengenai konsep ketenangan jiwa menurut penafsiran M. Quraish Shihab dalam kitab tafsir al-Misbah.<sup>11</sup> Adapun yang membedakan penelitian Ari

---

<sup>9</sup> A'rifatul Hikmah, "Konsep Jiwa yang Tenang" (Studi Tafsir Tematik), (Skripsi UIN Sunan Kalijaga, 2009).

<sup>10</sup> Laila Hanafi Umami, "Kebahagiaan dalam al-Qur'an Perspektif Buya Hamka dan M. Quraish Shihab" (Studi Komparatif Antara Tafsir al-Azhar dan Tafsir al-Misbah), (IAIN Surakarta, 2020).

<sup>11</sup> Ari Kurniawan Rizqi, "Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab" (studi tafsir al-Misbah), (IAIN Ponorogo, 2022).

Kurniawan dengan penelitian yang akan diteliti ialah kitab tafsir yang digunakan berbeda selain itu pada penelitian Ari Kurniawan memfokuskan penelitian pada konsep ketenangan jiwa sedangkan pada penelitian ini fokus pada ketenteraman hati dalam al-Qur'an.

Karya ilmiah skripsi yang berjudul "Konsep Ketenangan Hati Perfektif Al-Qur'an" (Studi Analisis Semantik Thosihiko Izutsu), skripsi ini ditulis oleh Nurul Fani Nasrulloh, skripsi UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri, pada tahun 2023. Pada skripsi ini membahas mengenai ketenangan hati dalam perfekti al-Qur'an selanjutnya melakukan kajian menggunakan pendekatan psikologis dalam mencapai ketenangan hati.<sup>12</sup> Adapun perbedaan penelitian saudara Nurul Fani dengan penelitian yang akan diteliti ialah pada tafsirnya dimana penelitian Nurul Fani menggunakan analisis Thosihiko Izutsu dan mengaitkan dengan pendekatan psikologi sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan kitab tafsir al-Azhar sebagai sumber utamanya.

Karya ilmiah dalam bentuk jurnal karya Fuadi dengan judul "Refleksi Pemikiran Hamka Tentang Metode Mendapatkan Kebahagiaan" Vol.20 Nomor 1, jurnal UIN Ar-Raniry pada tahun 2018.<sup>13</sup> Pada jurnal ini membahas mengenai metode dalam meraih kebahagiaan menurut pemikiran Hamka. Adapun perbedaan antara penelitian saudara Fuadi dengan Penelitian yang akan dilakukan ialah pada penelitian saudara Fuadi membahas mengenai konsep kebahagiaan yang dijelaskan oleh Hamka dalam buku TaSawuf Modern sedangkan penelitian yang akan dilakukan membahas mengenai ayat-ayat ketenteraman hati yang penafsirannya menggunakan tafsir al-Azhar karya Hamka.

Karya ilmiah dalam bentuk jurnal karya Medi Romi Ardianto dan Ahmad Zamroni dengan judul "Implikasi Ketenangan Jiwa dan

---

<sup>12</sup> Nurul Fani Nasrulloh, "Konsep Ketenangan Hati Perfektif al-Qur'an" (studi analisis semanti Thosihiko Izutsu), (UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023).

<sup>13</sup> Fuadi, "Refleksi Pemikiran Hamka tentang Metode mendapatkan Kebahagiaan", *Jurnal Ushuluddin* Vol. 20 No. 1. (2018).

Ketenteraman Hati Sebagai Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Bagi Remaja” Vol.1 Nomor 1, jurnal *Islamic Education Managemen* pada tahun 2021, pada junal ini membahas mengenai pentingnya kondisi jiwa yang tenang dan tenteram pada remaja, dimana dengan semakin membaiknya kondisi jiwa seorang remaja maka hal ini juga akan berpengaruh terhadap pendidikan yang akan dan sedang dijalani.<sup>14</sup>

Karya ilmiah dalam bentuk jurnal karya Muhammad Hilmi Jalil, Zakaria Stapa, dan Raudhah Abu Samah dengan judul “Konsep Hati Menurut Al-Ghazali” Vol.11 Nomor 11, jurnal *Institut Islam Hadhari Universitas Kebangsaan Malaysia* pada tahun 2016, pada jurnal ini membahas mengenai konsep hati menurut al-Ghazai yang terdapat dalam karya masyhurnya Ihya’ Ulumuddin, dimana al-Ghazali menjelaskan bahwasannya fungsi hati tidak hanya sekedar organ tubuh maupun tempat berkumpulnya perasaan dan emosi melainkan hati erat hubungannya dengan hal yang bersifat ketuhanan (*rabbaniyyah*).<sup>15</sup>

Adapun pada penelitian yang telah disebutkan di beberapa penelitian terdahulu telah membahas mengenai ketengan hati maupun jiwa, selain itu ada juga yang membahas mengenai kebahagiaan melalui beberapa penafsiran salah satunya ialah penafsiran Hamka.

Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan ini lebih berfokus pada konsep ketenteraman hati dengan merujuk kepada kitab tafsir al-Azhar karya Hamka, hal ini dilakukan karena sejauh ini belum ditemukan penelitian yang membahas khusus mengenai penafsiran ayat-ayat ketenteraman hati menurut tafsir al-Azhar karya Buya hamka.

---

<sup>14</sup> Medi Romi Ardianto dan Ahmad Zamroni, “Implikasi Ketenangan Jiwa dan Ketenteraman Hati Sebagai Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Bagi Remaja”, *Islamic Education Managemen*, Vol. 1 No. 1, (2021).

<sup>15</sup> Muhammad Hilmi Jalil dkk, “Konsep Hati Menurut Al-Ghazali”. *Institut Islam Hadhari Universitas Kebangsaan Malaysia*, Vol. 11 No. 11, 2016.



## E. Definisi Operasional

### 1. Penafsiran

Kata tafsir dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti keterangan atau penjelasan tentang ayat-ayat al-Qu'an agar maksudnya lebih mudah dipahami, sedangkan penafsiran memiliki arti proses, cara, perbuatan menafsirkan; upaya untuk menjelaskan arti sesuatu yang kurang jelas atau sulit untuk dipahami.<sup>16</sup>

Menurut Abu Hayyan tafsir adalah ilmu yang membahas tentang metode dalam memahami teks-teks yang berkaitan dengan petunjuk dan hukum baik itu berupa teks, konteksnya, maupun makna yang terkandung dalam ayat-ayat yang bersifat kontekstual atau tekstual.<sup>17</sup>

### 2. Ayat-ayat

Ayat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti tanda, alamat, atau kalimat bagian surah dalam kitab suci seperti al-Qur'an.<sup>18</sup> Sedangkan secara terminologi (istilah) ayat berarti sekumpulan kalam Allah yang terdapat pada suatu surah didalam al-Qur'an.<sup>19</sup>

### 3. Ketenteraman

Ketenteraman berasal dari kata tenteram yang berarti aman, damai, tenang, dan tidak ada kekacauan, penambahan awalan –ke dan akhiran an- menjadi ketenterman yang berarti keadaan yang tenteram baik itu tenteram hati maupun pikiran dan keadaan.<sup>20</sup>

### 4. Hati

---

<sup>16</sup> Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*, (Jakarta: PT. Media Pustaka Phoenix, 2018), hlm. 826.

<sup>17</sup> Abdul Jalal H.A, *Urgensi Tafsir Maudhu'i Pada Masa Kini*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1990), hlm. 6.

<sup>18</sup> Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Umum Bahasa Indonesia Edisi Ketiga* (Jakarta: Balai pustaka, 2002), hlm. 8.

<sup>19</sup> Mutammimul Ula dkk, "Sistem Pengenalan dan Penerjemahan al-Qur'an Surah al-Waqiah Melalui Suara Menggunakan Transformasi Sumudu", *TECHSI: Vol. 11, No.1*, (2019), hlm. 106.

<sup>20</sup> Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru* (Jakarta: PT. Media Pustaka Phoenix, 2012), hlm. 866.

Hati dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia di artikan sebagai organ tubuh berwarna kemerahan yang berfungsi untuk menyaring sari makanan yang dialirkan oleh darah, selain itu hati juga di definisikan sebagai sesuatu dibagian tubuh manusia yang menampung dan menyimpan perasaan baik itu kebahagiaan, kesedihan, ketenteraman, maupun ketakutan.<sup>21</sup>

Selain itu hati juga memiliki persamaan kata dengan kata 'kalbu', dimana kalbu disini berasal dari bahasa Arab yaitu *al-qalb* yang memiliki kata dasar *qalaba, yanqalibu*, yang berarti mengubah, membalikkan, membuat yang tadinya dibawah menjadi di atas, dan menjadikan yang diluar menjadi didalam. Kata *qalb* juga di artikan sebagai hati, lubuk hati, dan jantung.<sup>22</sup>

## 5. Tafsir al-Azhar

Tafsir al-Azhar adalah kitab tafsir karangan salah satu ulama ternama yaitu Prof. Dr. H. Abdul Malik Karim Amrullah Datuk Indomo atau lebih dikenal dengan Buya Hamka, tafsir al-Azhar berasal dari ceramah atau kuliah subuh yang disampaikan oleh Buya Hamka di Masjid Agung al-Azhar sejak tahun 1959. Adapun metode yang digunakan dalam kitab tafsir ini adalah metode *tahlili* (metode analisis), sedangkan corak penafsiran dalam kitab tafsir al-Azhar tergolong kedalam corak tafsir *adab ijtima'i* dimana penafsiran pada kitab tafsir al-azhar mafsirkan ayat-ayat al-Qur'an sesuai dengan kondisi sosial dan budaya masyarakat pada waktu itu.<sup>23</sup>

## F. Metode Penelitian

### 1. Sumber Data

Sumber data adalah semua hal yang dapat dijadikan sebagai bahan penelitian yang mengandung informasi mengenai penelitian yang akan dilakukan, sumber data terbagi menjadi dua yaitu sumber data primer yang berupa data murni yang didapat dari data asli dan

---

<sup>21</sup> Tim Pustaka Phoneix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru* (Jakarta: PT Media Pustaka Phoenix, 2012), hlm. 310.

<sup>22</sup> Ahmad Warson Munawwir, *Kamus al-Munawwir: Arab Indonesia*, (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997), hlm.. 1232

<sup>23</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar, juz 1*, (Jakarta: Pajimas, 1982), hlm. 66.



selanjutnya sumber data sekunder berupa data yang berisi informasi yang dapat menunjang penelitian.<sup>24</sup>

Adapun sumber data primer pada penelitian ini adalah al-Qur'an dan kitab tafsir al-Azhar karya Buya Hamka. Selain itu penulis juga mengambil sumber data sekunder dari buku-buku dan karya ilmiah lainnya seperti jurnal, thesis, skripsi, dan juga artikel yang memiliki keterkaitan topik dengan penelitian yang akan dilakukan.

## 2. Pengolahan Data

Pengolahan data pada penelitian ini adalah dengan melacak ayat-ayat al-Qur'an yang relevan dengan tema kajian yaitu ketenteraman hati, selanjutnya dilakukan pengurutan ayat-ayat al-Qur'an sesuai dengan urutan pada mushaf, dan menganalisis penafsiran setiap ayat-ayat al-Qur'an dengan menggunakan kitab tafsir al-Azhar.

Selain itu dilakukan juga kajian pustaka baik itu pada perpustakaan maupun data dari internet untuk penguatan referensi, setelah semua data terkumpul selanjutnya dilakukan pemilahan dan mengambil data yang relevan dengan penelitian.

## 3. Analisis Data

Analisi data pada penelitian ini menggunakan metode *deskriptif-analisis* (mendeskripsikan dan menganalisis), dimana metode ini mendeskripsikan data terkait subjek penelitian dari data yang didapatkan lalu dilanjutkan dengan menganalisis data tersebut.<sup>25</sup> Alasan penggunaan metode *deskriptif-analisis* adalah karena penelitian ini tergolong kepada penelitian pustaka (*library research*), dimana penelitian ini dilakukan dengan cara melacak dan mengumpulkan bahan penelitian berupa data-data yang berkaitan dengan ketenteraman hati baik itu dari kitab tafsir, jurnal, thesis,

---

<sup>24</sup> P. Joko Subagyo, *Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1999), hlm. 106.

<sup>25</sup> Ibnu Hajar, *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999), hlm. 274.

skripsi, dan artikel serta literatur lainnya yang berkaitan dengan penelitian.

### **G. Sistematika Penulisan**

Untuk memudahkan dalam penyusunan skripsi ini, maka penulis akan membagi penelitian ini dalam empat bab dimana pada setiap bab juga terdapat sub-sub bab di dalamnya, adapun susunannya ialah sebagai berikut:

**BAB I:** Pendahuluan. Dimana di dalamnya terdapat sub-sub seperti latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, metode penelitian, serta sistematika penelitian.

**BAB II:** Deskripsi mengenai ketenteraman hati. Pada bab ini akan menjelaskan mengenai tinjauan umum mengenai ketenteraman hati seperti pengertian ketenteraman hati, pada ayat surah apa saja ketenteraman hati disebutkan di dalam al-Qur'an, dan perbedaan makna ketenteraman hati pada setiap ayat didalam al-Qur'an dilihat dari *asbāb al-nuzūl*nya.

**BAB III:** Analisis penafsiran Hamka mengenai ketenteraman hati didalam kitab tafsir al-Azhar. Pada bab ini membahas mengenai analisis Hamka mengenai ketenteraman hati didalam kitab tafsir al-Azhar.

**BAB IV:** Penutup. Dimana pada bab ini berisi kesimpulan serta saran.



## BAB II

### KONSEP KETENTERAMAN HATI DALAM AL-QUR'AN

#### A. Pengertian Ketenteraman Hati

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata ketenteraman berasal dari kata “tenteram” lalu diberi imbuhan ke-an. Ketenteraman adalah perasaan damai dan tenang, selain itu ketenteraman juga dapat diartikan sebagai keadaan atau suasana hati yang seimbang.<sup>26</sup> Ketenteraman menurut Labolo ialah suatu keadaan yang teratur, aman, dan damai dimana kondisi tersebut berjalan sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku.<sup>27</sup> Sedangkan menurut Syaikh Najmuddin al-Kubro ketenteraman adalah dimana ketika didalam jiwa terkumpulnya malaikat yang didalam hati, maka timbullah perasaan nyaman, tenang, dan tenteram dalam diri tidak mempunyai pilihan lain selain pasrah kepada Allah SWT.<sup>28</sup>

Ketenteraman pada bahasa Arab disebut dengan *Aṭ-ṭuma'innah* yang memiliki arti ketenangan hati, kemantapan hati, dan tenteram hati yang tidak gelisah maupun resah, *aṭ-ṭuma'innah* berasal dari kata *iṭmi'nan* yang berarti ketenangan atau merasa tenang.<sup>29</sup>

Terdapat beberapa ungkapan ketenteraman di dalam al-Qur'an diantaranya ialah *iṭmi'nan*, *muṭma'innah*, dan *sakīnah*. Kata *iṭmi'nan* diterjemahkan sebagai ketenteraman dan ketenangan, kata ini juga digunakan untuk menunjukkan suatu perasaan tenang dan tenteram setelah mengalami rasa kebimbangan dan kebingungan,

---

<sup>26</sup> Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*, hlm. 866.

<sup>27</sup> Annisa Rahmadanita, “Pembinaan Ketenteraman dan Ketertiban Umum: (Studi Kasus Gelandangan dan Pengemis)”, dalam *Jurnal Tatapamong*, (2019), hlm. 98.

<sup>28</sup> Novi Nurjannah Azhari, “Ketenangan Hati Dalam Al-Qur'an (Telaah Pemikiran Syaikh Najmuddin Al-Kubro)”, (Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019), hlm. 104.

<sup>29</sup> M. Zulfikri Islami, “Ketenangan hati Dalam Al-Qur'an (Study Analisis Pemsiran *Tatma'innul qulūb* Obat Overthinking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))”, (Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), hlm. 23.

adapun sinonim dari kata *iṭmi'nan* ialah *sakānah* yang memiliki arti tenang, kedamaian, dan ketenteraman.<sup>30</sup> Selain itu dalam bukunya M. Ashaf Shaleh bahwa Al-Maraghi dalam penafsirannya mendefinisikan *iṭmi'nan* dengan makna ketenteraman dan khusyuk kemudian juga dalam kata *sakānah* Al-Maraghi juga mendefinisikan dengan ketenteraman dan mantap.<sup>31</sup>

Menurut kamus *Mu'jam Al-Mufashhar* Ungkapan mengenai ketenteraman hati dapat ditemukan di beberapa ayat al-Qur'an, adapun ayat al-Qur'an yang mengandung ungkapan ketenteraman hati ialah sebagai berikut:

No.	Term	Surah	Ayat	Mk	Md
1.	<i>Tatma'innu</i>	Āli-Imrān	126		Md
		Al- Māidah	113		Md
		Al- Anfāl	10		Md
		Al- Ra'du	28		Md
2.	<i>Sakānah</i>	Al-Baqarah	248		Md
		Al-Fath	4		Md
		Al-Fath	18		Md
		Al-Fath	26		Md
		At-Taubah	26		Md
		At-Taubah	40		Md
3.	<i>Muṭma'innah</i>	An-Nahl	112		Md
		Al-Fajr	27	Mk	
		Al-Isra	95	Mk	
		An-Nahl	106		Md

<sup>30</sup> Nasiruddin Zuhdi, *Ensiklopedia Religi kata-kata Serapan Asing Arab-Indonesia* (Jakarta: Yayasan Eaqaf Darus-Sunnah, 2019), hlm. 249.

<sup>31</sup> M. Ashaf Saleh, *Takwa: Makna dan Hikmahnya Dalam Al-Qur'an*, Cet. PT. Gelora Askara Pratama, (Jakarta Timur: Penerbit Erlangga, 2008), hlm. 164.

Selanjutnya adapun yang dimaksud dengan hati adalah salah satu bagian organ tubuh manusia yang berfungsi sebagai detoksifikasi dengan menyaring racun-racun yang terdapat didalam tubuh manusia, namun hati juga di artikan sebagai indra perasa manusia dimana hati memiliki fungsi untuk memahami dan merasakan emosi yang terdapat pada diri.

Hati pada al-Qur'an disebut dengan *qalb*, menurut Quraish Shihab kata *qalb* berasal dari kata *qalaba* yang berarti membolak-balikkan, hal ini dikarenakan hati memiliki sifat yang berpotensi berbolak-balik selain itu hati juga bisa menerima-menolak karena sejatinya hati merupakan indra perasa dan setiap perasaan dapat dengan mudah berubah.<sup>32</sup>

Selain itu Imam al-Ghazali pada kitabnya *Ihyā 'ulūmuddīn* menyebutkan bahwasanya definisi dari hati dapat dibagi menjadi dua yaitu hati didefinisikan berdasarkan fisik dan hati didefinisikan berdasarkan spiritual. Definisi hati secara fisik ialah bagian dari tubuh berupa daging yang memiliki bentuk lonjong atau bundar memanjang, hati terdapat pada bagian dada sebelah kiri dan berfungsi mengalirkan darah dan juga menjadi sumber kehidupan manusia. Sedangkan definisi hati berdasarkan spiritual menurut Imam al-Ghazali ialah *lathīfah rabbānīyah* yang berarti suatu hal yang halus atau lembut dan bersifat ketuhanan, dimana dari definisi yang disebutkan sebelumnya diketahui bahwasannya hakikat dari pada hati manusia yaitu memiliki fungsi sebagai indra perasa, mengenal, dan mengetahui suatu hal atau ilmu.<sup>33</sup>

Ibnu Qayyim mendefinisikan hati sebagai alat yang menghubungkan antara seorang hamba dengan Tuhan-Nya, Ibnu Qayyim berpendapat bahwa hanya hati yang selalu mengingat Allah yang dapat merasakan ketenteraman dan kedamaian jika hubungan antara seorang hamba dengan Allah kuat maka akan aman hidupnya namun sebaliknya apabila hubungan antara hamba dan Allah tidak

---

<sup>32</sup> M. Quraish Syihab, *Lentera Hati*, (Bandung: Mizan, 2008), hlm. 7.

<sup>33</sup> Muhammad Hilmi Zalil, Zakaria Stapa dan Raudhah Abu Samah, *Konsep Hati Menurut al-Ghazali*, (Malaysia: refletika, 2016), hlm. 61-62.



kuat dan seorang hamba tersebut lebih mencintai dunia tanpa dilandaskan karena Allah maka akan sulit bagi dirinya untuk meraih dan merasakan ketenteraman dan kedamaian.<sup>34</sup>

Ibnu Katsir mendefinisikan *qalb* /atau hati sebagai tempat rahasia dari rahasia-rahasia lainnya yang tidak diketahui hakikatnya dan tersembunyi didalamnya, dan hanya Allah SWT saja yang mengetahui isinya.<sup>35</sup>

Kata *qalb* didalam al-Qur'an disebut sebanyak 133 kali, kata *qalb* berarti hati atau jiwa namun kata *qalb* bisa juga diartikan dengan akal, hal ini dapat dipahami dari firman Allah SWT dalam Q.S al-A'raf ayat 179;

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَآلِ نَسِطٍ لَهُم قُلُوبٌ لَّا يَفْقَهُونَ بِهَا ۖ وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَّا يُبْصِرُونَ بِهَا ۖ وَلَهُمْ آذَانٌ لَّا يَسْمَعُونَ بِهَا ۖ أُولَٰئِكَ كَانُوا لَآئِعًا مَّ بَلٍ هُمْ أَضَلُّ ۖ أُولَٰئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ

“Dan sungguh, akan Kami isi Neraka Jahanam banyak dari kalangan jin dan manusia. Mereka memiliki hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka memiliki mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengarkan (ayat-ayat Allah). Mereka seperti hewan ternak, bahkan lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lengah.”

Pada Q.S al-A'raf ayat 179 dijelaskan bahwa penghuni paling banyak didalam neraka kelak ialah jin dan orang-orang yang lalai yang tidak menggunakan akal nya untuk memahami hakikat

---

<sup>34</sup> Budi Safarianto, “Konsep Hati Menurut Imam Ibnu Qayyim Al-Jauziyah Dalam Tafsir Al Qayyam”, (Tesis Pascasarjana Institut PTIQ Jakarta, 2016), hlm. 142.

<sup>35</sup> Ali Zaenal Arifi, dan Fitri Fatuma Sholikhah, “Makna Qolbun Salim Dalam Al-Qur'an (Kajian Tahlili Q.S Asy-Syu'ara Ayat 88-89 dan As-Saffat Ayat 83-84 Dalam Tafsir Ruh Al-MA'ani karya Al-Alusi)”, Al Muhafidz Vol.2 No.1 (2022), hlm. 5.

dari segala sesuatu, mereka tidak menggunakan akal atau hati, mata, dan telinga dengan baik maksudnya mereka diberi nikmat oleh Allah berupa akal dan hati untuk berfikir serta memahami, mata untuk melihat, dan telinga untuk mendengar namun itu semua tidak dipergunakan untuk memahami, melihat, mendengar ayat-ayat Allah yang terdapat didalam al-Qur'an.<sup>36</sup>

Jadi yang dimaksud dengan ketenteraman hati adalah suatu keadaan dimana seseorang merasa tenang maupun damai baik itu hatinya tenang, batin, dan juga perasaannya. Setiap orang yang telah dapat meraih ketenteraman hati maka akan dijauhkan dari perasaan gelisah dan juga cemas dalam kehidupannya. Namun ketenteraman hati akan sulit diraih oleh manusia apabila pada hatinya masih terdapat sifat-sifat yang dapat merusak ketenteraman hati atau lebih dikenal dengan penyakit hati.<sup>37</sup> Adapun beberapa bentuk dari penyakit hati ialah seperti:

1. Pamer

Pamer atau *riya'* merupakan salah satu dari sifat buruk yang dapat merusak hati manusia, penyakit *riya'* dapat menyebabkan dan menimbulkan keburukan bagi diri sendiri dan juga bagi orang lain. Keburukan dari penyakit *riya'* dikarenakan penyakit ini mendorong seseorang untuk melakukan hal-hal yang tidak baik seperti berperilaku sombong yang mana mereka mengharapkan pujian dari orang lain dan pujian yang didapatkan membuat merasa senang terhadap kebesaran maupun kekuasaan.

2. Marah

Marah juga merupakan salah satu sifat tercela hal ini dikarenakan tidak semua orang dapat mengontrol emosinya dengan baik sehingga marah tersebut akan mereka

---

<sup>36</sup> M. Zulfikri Islami, "Ketenagan Hati dalam Al-Qur'an (Study Analisis Penafsiran Tatma' Innul Qulub Sebagai Obat Overthingking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))", (UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), hlm. 26.

<sup>37</sup> M. Zulfikri Islami, "Ketenagan Hati dalam Al-Qur'an (Study Analisis Penafsiran Tatma' Innul Qulub Sebagai Obat Overthingking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))", (UIN Maulana Malik Ibrahim, 2023), hlm: 27.



lampiasikan dengan hal-hal yang tidak baik seperti berkata kasar, mengatakan kata-kata kotor yang tidak sepatasnya seperti cacian.

### 3. Sombong

Sombong atau *'ujub* merupakan sifat buruk /atau tercela yang dapat merusak hati, dimana contoh sifat ini seperti seseorang yang membangga-banggakan amalan dan ibadah yang mereka lakukan dan menganggap remeh ibadah orang lain. Sifat ini sangat buruk karena sifat ini tidak memikirkan perasaan orang dan hanya fokus terhadap dirinya dan terus membangga-banggakan dirinya.

### 4. Iri Hati dan Dengki

Sifat iri hati dan dengki merupakan salah satu penyakit hati, sifat ini memiliki ciri-ciri sulit dalam melihat kebahagiaan seseorang namun ketika melihat orang lain tengah diterpa masalah maka akan ada rasa kepuasan tersendiri ketika melihat itu. Sifat iri hati dan dengki merupakan perasaan benci dengan apa yang orang miliki dan mengharapkan hal baik yang dimiliki orang agar berbalik kepadanya.

Berbicara mengenai hati pada al-Qur'an juga terdapat ungkapan *Qolbun salim* yang mana ungkapan ini berarti hati yang bersih /atau hati yang selamat dari akidah yang rusak, contohnya ialah seperti melakukan kesyirikan dan berbagai hal yang merujuk kepada hal-hal yang berbau kesyirikan. Adapun ungkapan *Qolbun salim* terdapat pada Q.S Asy-Syu'ara ayat 88-89 dan Q.S As-Saffat ayat 83-84.<sup>38</sup> Ayat-ayat al-Qur'an tersebut ialah sebagai berikut:

يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ

---

<sup>38</sup> Ali Zaenal Arifi, dan Fitri Fatuma Sholikhah, "Makna Qolbun Salim Dalam Al-Qur'an (Kajian Tahlili Q.S Asy-Syu'ara Ayat 88-89 dan As-Saffat Ayat 83-84 dalam Tafsir Ruh Al-Ma'ani Karya Al-Alusi)", (2022), hlm. 13.

“(yaitu) pada hari (ketika) harta dan anak-anak tidak berguna.” (Q.S Asy-Syu’ara ayat 88)

إِلَّا مَنْ آتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ

“kecuali orang-orang yang menghadap Allah dengan hati yang bersih,” (Q.S Asy-Syu’ara ayat 89)

وَإِنَّ مِنْ شِيعَتِهِ لَإِبْرَاهِيمَ

“Dan sungguh, Ibrahim termasuk golongannya (Nuh).” (QS. As-Saffat : Ayat 83)

إِذْ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ

“(Ingatlah) ketika dia datang kepada Tuhannya dengan hati yang suci,” (QS. As-Saffat : Ayat 84)

Pada Q.S Asy-Syu’ara ayat 88 membahas mengenai pada hari akhir semua hal yang ada di dunia akan ditinggalkan, harta dan anak keturunan semua ditinggalkan sebegitu hebatnya kehebatan hari kiamat, hanya amal baik dan pahala yang akan kekal hingga hari kiamat.

Lalu pada ayat berikutnya Q.S Asy-Syu’ara ayat 89 menjelaskan bahwa kebahagiaan di akhirat berupa surga tidak dapat ditukar dengan apa pun didunia, hal ini dikarenakan setiap orang akan diselamatkan oleh amalan dan hati mereka yang bersih dan terjaga dari kemusyrikan didunia.<sup>39</sup>

Q.S As-Saffat ayat 83-84 menjelaskan mengenai Nabi Ibrahim merupakan bagian dari kelompok Nabi Nuh, yang mana mereka menolak kesyirikan dan mengajak pada tauhid berjuang dijalan Allah dan bersabar dalam menghadapi orang-orang yang menganggap mereka dusta/ atau pembohong. Pada ayat ke 84 dijelaskan bahwa Nabi Ibrahim datang kepada Allah dengan hati

---

<sup>39</sup> Ali Zaenal Arifi, dan Fitri Fatuma Sholikhah, “Makna Qolbun Salim Dalam Al-Qur’an”, (2022), hlm. 6.

yang suci, hati yang suci disini ialah hati bersih yang jauh dari kesyirikan.<sup>40</sup>

## **B. Identifikasi Ayat-Ayat Ketenteraman Hati**

Ketenteraman hati merupakan suatu topik yang banyak di bahas di dalam al-Qur'an, terdapat banyak istilah penyebutan ketenteraman hati didalam al-Qur'an seperti *Itma'anna*, *Sakana*, maupun *Muṭma'innah*.<sup>41</sup>

M. Zulfikri Islami dalam penelitiannya menyebutkan bahwa dalam kamus *Mu'jam Al-Mufashor* dijelaskan terdapat beberapa ayat al-Qur'an yang memuat kata ketenteraman hati maupun ketenangan hati diantara ayat tersebut adalah empat ayat didalam al-Qur'an yang memuat kata *taṭma'innul qulūb* (Q.S Ali-Imram ayat 126, Q.S Al- Māidah ayat 113, Q.S Al- Anfāl ayat 10, dan Q.S Al-Ra'du ayat 28), enam ayat al-Quran yang memuat kata *sakīnah* (Q.S al-Baqarah ayat 284, Q.S al-Fath ayat 4, Q.S al-Fath ayat 18 dan 26, lalu Q.S at-Taubah ayat 26 dan 40), dan empat ayat al-Qur'an yang memuat kata *Muṭma'innah* (Q.S an-Nahl ayat 106 dan 112, Q.S al-Fajr ayat 27, dan Q.S al-Isra ayat 95).<sup>42</sup>

Pada penelitian ini peneliti berfokus kepada kajian penafsiran pada kata *iṭmi'nan* hal ini dikarenakan kata *iṭmi'nan* sering dipasangkan dengan kata *qalb* yang apabila keduanya disandingkan menjadi kata *taṭma'innul qulūb* yang berarti ketenteraman hati.

Adapun kata *taṭma'innul qulūb* yang terdapat pada ayat didalam al-Qur'an tercantum pada ayat Q.S Ali-Imram ayat 126, Q.S Al- Māidah ayat 113, Q.S Al- Anfāl ayat 10, dan Al- Ra'du ayat 28.

---

<sup>40</sup>Ali Zaenal Arifi, dan Fitri Fatuma Sholikhah, "Makna Qolbun Salim Dalam Al-Qur'an (Kajian Tahlili Q.S Asy-Syu'ara Ayat 88-89 dan As-Saffat Ayat 83-84 dalam Tafsir Ruh Al-Ma'ani Karya Al-Alusi)", (2022), hlm. 7.

<sup>41</sup> Ari Kurniawan Rizqi, "Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab (studi tafsir tematik)", (2022), hlm. 40.

<sup>42</sup> M. Zulfikri Islami, Ketenagan Hati dalam Al-Qur'an (Study Analisis Penafsiran Tatma' Innul Qulub Sebagai Obat Overthinking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety)), (UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), hlm.38.

## 1. Q.S Āli-Imrān ayat 126

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُم بِهِ ۗ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ

“Dan Allah tidak menjadikannya (pemberian bala bantuan itu) melainkan sebagai kabar gembira bagi (kemenangan)mu, dan agar hatimu tenang karenanya. Dan tidak ada kemenangan itu, selain dari Allah Yang Maha Perkasa, Maha Bijaksana.”

Q.S ali-Imram merupakan golongan surah Madaniah dimana surah ini diturunkan setelah berhijrahnya Rasulullah SAW dari Makkah ke Madinah, pada surah ali-Imram memiliki 200 ayat didalamnya.

Adapun *asbāb al-nuzūl* dari Q.S ali-Imram ayat 126 ini ialah ayat ini merupakan bagian dari sambungan ayat-ayat sebelumnya yaitu Q.S Āli-Imrān ayat 121-125, dimana pada rangkaian ayat tersebut menceritakan mengenai peperangan yang sedang dilakukan oleh Rasulullah dan kaum muslimin pada perang Uhud dan peringatan kepada Rasulullah untuk mengingatkan kaum muslimin unuk lebih bersabar dan bertakwa.<sup>43</sup>

## 2. Q.S Al- Māidah ayat 113

قَالُوا نُرِيدُ أَنْ نَأْكُلَ مِنْهَا وَتَطْمَئِنَّ قُلُوبُنَا وَنَعْلَمَ أَنْ قَدْ صَدَّقْتَنَا  
وَنَكُونَ عَلَيْهَا مِنَ الشَّاهِدِينَ

“Mereka berkata, "Kami ingin memakan hidangan itu agar tenteram hati kami dan agar kami yakin bahwa engkau telah berkata benar kepada kami, dan kami menjadi orang-orang yang menyaksikan (hidangan itu)”.

---

<sup>43</sup> Shaleh, Dahlah, dkk. *Asbābun al-Nuzūl Latar belakang Historis turunnya Ayat-Ayat Al-Qur'an*, (Bandung, CV. Penerbit Diponegoro, 2000), hlm. 112-114.

Q.S Al- Māidah merupakan golongan surah madaniah dengan 120 ayat yang terkandung didalamnya, adapun *asbāb al-nuzūl* dari Q.S Al- Māidah ayat 113 adalah mengenai permintaan hawariyyun untuk diturunkan makanan oleh Allah SWT, dimana mereka berkata “Hai Isa putra Maryam, sanggupkah Tuhanmu menurunkan hidangan dari langit kepada kami?”, Quraish Shihab berpendapat bahwa maksud dari hidangan dari permintaan *hawariyyun* disini ialah Maidah, Maidah merupakan tempat atau wadah yang berisi hidangan makanan.<sup>44</sup>

### 3. Q.S Al- Anfāl ayat 10

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ ۖ فَلَوْ بِكُمْ ۖ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ  
عِنْدِ اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

“Dan tidaklah Allah menjadikannya melainkan sebagai kabar gembira agar hatimu menjadi tenteram karenanya. Dan kemenangan itu hanyalah dari sisi Allah. Sungguh, Allah Maha Perkasa, Maha Bijaksana.”.

Q.S Al- Anfāl merupakan surah ke-8 yang terdiri dari 75 ayat, surah ini juga tergolong kedalam golongan surah Madaniah. Adapun Q.S Al- Anfāl ayat 10 adalah ayat ini merupakan gabungan dari ayat sebelumnya yang membahas mengenai perang badar, dimana rangkaian ayat-ayat ini menceritakan latar belakang hingga situasi pada perang badar, selain itu pada ayat ini juga membahas bagaimana kemenangan yang diperoleh oleh kaum muslimin merupakan rencana Allah SWT.<sup>45</sup>

---

<sup>44</sup> Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 3*, hlm. 240.

<sup>45</sup> M. Zulfikri Islami, “Ketenagan Hati dalam Al-Qur'an (Study Analisis Penafsiran Tatma' Innul Qulub Sebagai Obat Overthinking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))”, (UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), hlm. 52-53.



#### 4. Q.S Al- Ra'du ayat 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ  
الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”

Q.S Al- Ra'du terdiri dari 43 ayat dan termasuk ke dalam golongan surah madaniah, adapun Al- Ra'du memiliki arti “guruh” hal ini dikarenakan dalam ayat ke 13 surah ini Allah SWT berfirman “Dan guruh itu bertasbih sambil memuji-Nya” dimana hal ini menunjukkan bahwa sifat dan kesucian Allah SWT, seperti pada Q.S Al- Ra'du ayat 28 dijelaskan bahwasannya jika menginginkan sebuah ketenteraman dan ketenangan hati maka ingat lah Allah, dimana dengan mengingat Allah akan dapat menenteramkan hati.<sup>46</sup>

#### C. Metodologi Tafsir

Metodologi berasal dari dua kata yaitu *method* dan *logos*, *method* diartikan sebagai “metode” yang berarti cara kerja ataupun langkah-langkah dalam melakukan sesuatu dan *logos* berarti ilmu pengetahuan. Secara istilah pengertian dari metodologi adalah suatu cara kerja atau prosedur yang memiliki sistem yang mempermudah dilaksanakannya suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang diinginkan.<sup>47</sup>

Jika dilihat dari sumbernya tafsir dapat dibagi menjadi tiga macam yang pertama yaitu tafsir *bi al-Matsur*, kedua tafsir *bi al-Ra'yi*, dan ketiga tafsir *bi al-Isyari*. Adapun *bi al-Matsur* adalah tafsir yang penjelasannya berdasarkan riwayat seperti penafsiran ayat-ayat al-Qur'an dengan ayat al-Qur'an, ayat al-Qur'an dengan

<sup>46</sup> Quran.com, “Surah Al-Ra'du 1-43”. Di akses pada 1 Agustus 2024.

<sup>47</sup> Novi Nurjannah Azhari, Ketenangan Hati Dalam Al-Qur'an (Telaah Pemikiran Syaikh Najmuddin Al-Kubro, (2019), hlm. 47.

hadits, ayat al-Qur'an dengan riwayat sahabat, dan ayat al-Qur'an dengan riwayat para thabi'in.<sup>48</sup>

Tafsir *bi al-Ra'yi* adalah tafsir yang penafsirannya diambil berdasarkan ijtihad dan penggunaan penalaran akal maupun logika dan mufassirnya memenuhi syarat-syarat dalam secara benar. Adapun syarat-syarat mufassir dalam melakukan penafsiran diantaranya adalah; pertama penafsir harus memahami dan menguasai bahasa Arab secara baik dan benar begitu juga dengan cabang-cabang (ilmu ulumul Qur'an, ulumul Hadis, dan ilmu ushul fiqih), kedua penafsir harus memperhatikan asbab nuzul (sebab turunnya suatu ayat) ayat al-Qur'an yang akan ditafsirkan, ketiga yaitu penafsir harus memahami dan mengetahui ilmu nasikh dan mansukh, qira'at, dan ilmu lainnya yang menunjang dalam melakukan penafsiran.<sup>49</sup>

Tafsir *bi al-Isyari* adalah tafsir yang pada penafsirannya dilakukan berdasarkan isyarat-isyarat, yang mana isyarat ini hanya diketahui dan dipahami oleh orang-orang yang mempunyai ketaqwaan serta kesucian hati yang sangat tinggi. Tafsir ini juga disebut dengan tafsir sufi dimana tafsir ini berusaha menakwilkan ayat-ayat al-Qur'an berdasarkan isyarat-isyarat tersembunyi menurut kaum sufi tersebut, dimana isyarat-isyarat tersebut mereka dapatkan ketika mereka melakukan kegiatan suluk.<sup>50</sup>

Dalam melakukan penafsiran al-Qur'an terdapat beberapa metode yang dapat digunakan, Novi Nurjannah dalam penelitiannya menyebutkan bahwa Abdul Al-Hayy Farmawi membagi metode penafsiran al-Qur'an menjadi empat metode diantaranya adalah; metode *tahlili*, metode *ijmali*, metode *muqaran*, dan metode

---

<sup>48</sup> Muhammad Arsad Nasution, "Pendekatan Dalam Tafsir (Tafsir Bi Al Matsur, Tafsir Bi Al Ra'yi, Tafsir Bi Al Isyari)", dalam *Jurnal Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum* Vol. 4 No. 2 (2018), hlm. 148.

<sup>49</sup> Muhammad Arsad Nasution, "Pendekatan Dalam Tafsir (Tafsir Bi Al Matsur, Tafsir Bi Al Ra'yi, Tafsir Bi Al Isyari)", Vol. 4 No. 2 (2018), hlm.155.

<sup>50</sup> Muhammad Arsad Nasution, Pendekatan Dalam Tafsir (Tafsir Bi Al Matsur, Tafsir Bi Al Ra'yi, Tafsir Bi Al Isyari)", Vol. 4 No. 2 (2018), hlm. 160.



*maudhu'i*, adapun ke empat metode ini digunakan para penafsir untuk memahami dan mempelajari makna ayat al-Qur'an.

Metode *tahlili* adalah metode dalam menafsirkan al-Qur'an dengan memaparkan dan menjelaskan isi ayat-ayat al-Qur'an dari berbagai aspek seperti kosa kata, latar belakang turunnya ayat, kaitan dengan ayat-ayat, hingga pendapat-pendapat yang berkaitan dengan ayat tersebut (seperti pendapat dari nabi, sahabat, para thabi'in hingga ahli tafsir lainnya), metode *tahlili* memiliki dua bentuk yaitu *ma'tsur* contohnya seperti kitab *Jami' al-Bayan'an ta'wil Ayi Al-Qur'an* karangan Ibn Jarir al-Thabari (w. 310 H) dan bentuk kedua metode *tahlili* ialah metode *ra'y* contohnya seperti kitab tafsir *Al-Kasysyaf* karangan al-Zamakhsyari (w. 538 H).<sup>51</sup>

Metode *ijmali* adalah metode dalam menafsirkan al-Qur'an dengan menggunakan metode global, maksud dari metode global disini adalah dalam menjelaskan penafsiran ayat-ayat al-Qur'an menggunakan bahasa yang ringan dan mudah dipahami para pembaca. Adapun kitab tafsir yang menggunakan metode *ijtmali* diantaranya ialah kitab tafsir *Al-Qur'an al-Karim* karangan Muhammad Farid Jaidi, dan kitab tafsir *al-Jalalain* karya Mahali dan al-Suyuthi. Kelebihan dari metode ini adalah praktis dan pada penafsirannya tidak berbelit-belit sehingga hal ini dapat memudahkan pembaca dalam memahami isi dari penafsiran yang disampaikan, namun metode ini juga memiliki kekurangan diantaranya seperti kurangnya ruang bagi penafsir untuk mengemukakan analisis.<sup>52</sup>

Metode *muqaran* adalah metode dalam menafsirkan al-Qur'an dengan membandingkan antara ayat-ayat al-Qur'an yang memiliki kesamaan dalam redaksi baik itu dua atau lebih, selain itu pada metode *muqaran* juga mengumpulkan beberapa ayat al-Qur'an

---

<sup>51</sup> Mustahidin Malula dan Reza Adeputra Tohis, "Metodologi Tafsir Al-Qur'an (Dari Global ke Komparatif)", dalam *Jurnal Institut Agama Islam Manado* Vol. 2 No.1 (2023), hlm. 16.

<sup>52</sup> Mustahidin Malula dan Reza Adeputra Tohis, "Metodologi Tafsir Al-Qur'an (Dari Global ke Komparatif)", Vol. 2 No.1 (2023), hlm. 14.

yang memiliki redaksi yang sama lalu membandingkan hasil penafsiran diantara para penafsir mengenai ayat al-Qur'an yang dibahas. Adapun kitab tafsir yang menggunakan metode ini adalah kitab tafsir *Qur'an and Interpreters* karya Mahmud Ayub.<sup>53</sup>

Metode *maudhu'i* adalah metode dalam menafsirkan al-Qur'an dengan cara mengumpulkan dan membahas ayat-ayat al-Qur'an yang memiliki tema ataupun topik yang sama, lalu dijelaskan secara rinci dan didukung dengan dalil-dalil yang memiliki kesinambungan pembahasan.

Metode *maudhu'i* memiliki beberapa langkah dalam melakukan penafsiran diantaranya: pertama mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang memiliki kesamaan dengan judul yang telah ditetapkan sesuai dengan runtutan didalam mushaf, kedua melacak latar belakang turunya ayat, ketiga mencermati katakata maupun kalimat yang menjadi pokok permasalahan didalam ayat-ayat al-Qur'an yang sudah dikumpulkan, keempat mengkaji penafsiran mengenai ayat-ayat yang sudah dihimpun baik itu penafsiran klasik hingga kontemporer, dan kelima setelah terkumpulnya semua ayat-ayat al-Qur'an dengan tema yang sama serta penafsiran mengenai hal itu maka dilakukan pengkajian secara tuntas dengan menggunakan penalaran yang ilmiah atau objektif. Adapun kitab tafsir yang menggunakan metode *maudhu'i* ialah kitab *al-Riba fi Al-Qur'an* karangan al-Maududi.<sup>54</sup>

Pada penelitian penulis ini menggunakan metode *maudhu'i*, metode *maudhu'i* disebut juga dengan tematik, dipilihnya metode *maudhu'i* sebagai metode penelitian ini dikarenakan metode ini bersifat praktis dan sistematis dengan mengurutkan dan menertibkan ayat-ayat yang memiliki topik yang sama dengan urutan yang terdapat didalam mushaf al-Qur'an dan pada penelitian ini berfokus pada ayat-ayat al-Qur'an yang terdapat kata

---

<sup>53</sup> Mustahidin Malula dan Reza Adeputra Tohis, "Metodologi Tafsir Al-Qur'an (Dari Global ke Komparatif)", Vol. 2 No.1 (2023), hlm. 19.

<sup>54</sup> Mustahidin Malula dan Reza Adeputra Tohis, "Metodologi Tafsir Al-Qur'an (Dari Global ke Komparatif)", Vol. 2 No.1 (2023), hlm.17.

“ketenteraman hati”, melakukan pengumpulan ayat al-Qur’an yang terkandung kata yang sesuai lalu setelah terkumpulnya ayat-ayat al-Qur’an yang mengandung topik yang sesuai dilakukan pencarian penafsiran dalam kitab tafsir *al-Azhar* karya Prof. Dr. Hamka.



## BAB III

### PENAFSIRAN KETENTERAMAN HATI DALAM KITAB TAFSIR AL-AZHAR

#### A. Hamka dan Kitab Tafsir al-Azhar

Tafsir al-Azhar merupakan karya seorang ulama Indonesia dan juga sastrawan Islam bernama Haji Abdul Malik Karim Amrullah atau lebih dikenal dengan Hamka. Lahir pada 16 februari 1908 di Minanjau, Sumatera Barat, dan menghembuskan nafas pada 24 Juli 1981 di Jakarta.

Hamka merupakan putra dari seorang ulama terkemuka yaitu Syekh Abdul Karim Amrullah, sedangkan ibunya bernama Siti Shafiyah Tanjung bin Haji Zakariya alias Gelanggar. Adapun latar belakang pendidikan seorang Hamka adalah masa kecil Hamka dihabiskan dengan pembelajaran informal yang Hamka dapatkan dari sang ayah, Hamka hanya mengikuti pendidikan formal selama dua tahun, selain itu Hamka juga mengikuti pengajian al-Qur'an pada malam hari, pada rentang tahun 1916 hingga 1923 ketika Hamka berusia 7 tahun Hamka juga dimaksukkan oleh ayahnya pada sekolah "Diniyah School" di Padang Panjang dan "Sumatera Thawalib" di Parabek.<sup>55</sup> Hamka menerima gelar doktor kehormatan dari Universitas Al-Azhar pada tahun 1955 dari Universiti Kebangsaan Malaysia pada 1967.<sup>56</sup>

Pada tahun 1929 Hamka menikah dengan Siti Raham dan dari pernikahan tersebut Hamka dan istrinya dikaruniai 10 anak, kemudian pada tahun 1973 sepeninggalan istri pertamanya Hamka kembali menikah dengan Siti Khadijah pada tahun 1973.

Hamka memulai perjalanan pada tahun 1924 dengan merantau ke pulau Jawa untuk belajar latihan tentang perkembangan Islam lanjutan, Hamka belajar di HOS Cokroaminato dengan guru

---

<sup>55</sup> Laila Hanif Umami, "Kebahagiaan Dalam Al-Qur'an Perspektif Buya Hamka dan M. Quraish Shihab", (Skripsi IAIN Surakarta, 2020), hlm. 36.

<sup>56</sup> Syarifah Rahmah, "Konsep Ketenangan Hati Menurut Hamka (studi tafsir al-Azhar)", (Skripsi UIN Antasari Banjarmasin, 2023) , hlm. 32.

H. Oemar Said Tjokroaminoto, Ki Bagus Hadikusumo (pengurus Muhammadiyah 1944-1952), RM. Surjopranoto (1871-1959), KH. Fakhruddin (ayah KH. Abdur rozaq Fakhruddin). Selang beberapa waktu Hamka pergi ke pekalongan untuk menemui saudaranya dan pada momen tersebut seorang Hamka berkesempatan mengenal tokoh-tokoh di kalangan Muhammadiyah, selanjutnya pada tahun 1925 Hamka kembali ke Padang panjang dan membangun Tabligh Muhammadiyah di rumah ayahnya dan sejak saat itu Hamka mulai menggeluti pekerjaannya dan semakin aktif dalam komunitas Muhammadiyah, Hamka memulai perjalanan karirnya sebagai seorang guru agama pada tahun 1927 di perkebunan Tebing Tinggi Medan lalu pada 1929 Hamka pindah menjadi guru agama di Padang Panjang, selanjutnya Hamka juga diangkat sebagai dosen di Universitas Muhammadiyah Padang Panjang dari 1957 hingga 1958 selain menjadi rektor Hamka juga diangkat menjadi seorang rektor di perguruan tinggi Islam, pada Universitas Mustopo Jakarta pada 1951 hingga 1960.<sup>57</sup>

Pada dunia politik Hamka memulai sepak terjangnya sejak tahun 1925 dimana pada saat itu Hamka masih menjadi anggota dari kelompok idiologi Islam, pada 1928 Hamka diberi kepercayaan menjadi ketua cabang Muhammadiyah di Padang Panjang dan pada 1946 di Yogyakarta pada Koferensi Muhammadiyah Hamka diberikan kepercayaan sebagai ketua Majelis Pimpinan Muhammadiyah menggantikan S.Y Sutan Mangkutodan pada tahun 1947 Hamka dipercaya untuk menjadi direktur Front Perlindungan Publik Indonesia.<sup>58</sup> Selanjutnya pada tahun 1955 Hamka mulai masuk ke Konstitusi melalui partai Masyumi dan ia menjadi pembicara utama dalam pemilihan raya umum, dan dengan bergabungnya Hamka ke dunia politik inilah banyak pemikiran

---

<sup>57</sup> Munajat, "Keteladanan Persfektif Hamka Kajian Tafsir Al-Azhar", (Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah, (2021), hlm. 38.

<sup>58</sup> Munajat, "Keteladanan Persfektif Hamka Kajian Tafsir Al-Azhar", 2021, hlm. 39.



Hamka yang bertentangan dimana pada masa itu partai-partai politik beraliran nasionalis dan komunis.<sup>59</sup>

Pada 27 Januari 1964 Hamka dijebloskan kepenjara oleh pemimpin pada masa itu yaitu Ir. Soekarno dengan tuduhan bahwasannya Hamka mendukung Malaysia dan diduga sebagai seseorang yang anti terhadap kebijakan politik Soekarno.

Setelah bebas dari masa tahanan pada 1966, Hamka kembali ditunjuk untuk menjadi anggota Badan Musyawarah Kebijakan Nasional Indonesia, anggota majelis Perjalanan Haji Indonesia, dan anggota Lembaga kebudayaan Nasional Indonesia, Hamka juga pernah menjabat menjadi ketua MUI Indonesia pada 1975.<sup>60</sup>

Selain berpolitik dan berorganisasi Hamka juga di akui dalam bidang jurnalis pada tahun 1949 untuk koran Merdeka dan majalah Pemandangan. Hamka merupakan seseorang dengan ilmu pengetahuan yang luas ia ahli dibanyak bidang seperti agama, sosial, sejarah, budaya, sastra, hingga politik, dan semua pengetahuannya ia tuangkan dalam banyak karya tulis karangannya.

Hamka merupakan sosok yang aktif dalam membuat karya tulis, adapun karya tulis Hamka adalah sebagai berikut:

1. *Khatibul Ummah*, Jilid I-III.
2. *Si Sabariah*, Cerita Roman, huruf Arab, bahasa Minangkabau (1928)
3. *Pembela Islam* (Tarikh Sayyidina Abu Bakar Shidiq) (1929)
4. *Adat Minangkabau dan Agama Islam* (1929)
5. *Rigkasan tarikh Ummat Islam* (1929)
6. *Kepentingan Melakukan Tabligh* (1929)
7. *Hikmah Isra' dan Mi'raj*

---

<sup>59</sup> Munajat, "Keteladanan Perspektif Hamka Kajian Tafsir Al-Azhar", (2021), hlm. 40.

<sup>60</sup> Munajat, "Keteladanan Perspektif Hamka Kajian Tafsir Al-Azhar", (2021), hlm. 41.



8. *Arkanul Islam* (1932)
9. *Laila Majnun* (1932)
10. *Mati Mengandung Malu* (Salinan Al-Manfaluthi) (1934)
11. *Di Bawah Lindungan Ka'bah* (1936)
12. *Tenggelamnya kapal Van Der Wijck* (1937)
13. *Di Dalam Lembah Kehidupan* (1939)
14. *Tuan Direktur* (1939)
15. *Dijemput Mamaknya* (1939)
16. *Keadilan Ilahi* (1939)
17. *Agama dan perempuan* (1939)
18. *TaSawuf Modern* (1939)
19. *Falsafah Hidup* (1939)
20. *Lembaga Hidup* (1940)
21. *Lembaga Budi* (1940)
22. *Merantau ke Deli* (1940)
23. *Terusir* (1940)
24. *Margaretta Gauthier* (Terjemahan) (1940)
25. *Negara Islam* (1946)
26. *Islam dan demokrasi* (1946)
27. *Revolusi Fikiran* (1946)
28. *Revolusi Agama* (1946)
29. *Merdeka* (1946)
30. *Dibandingkan Ombak Masyarakat* (1946)
31. *Adat Minangkabau Menghadapi Revolusi* (1946)
32. *Di Dalam Lembah Cita-cita* (1946)
33. *Muhammadiyah Melalui Tiga Zaman* (1946)

34. *Sesudah Naskah Renville (1947)*
35. *Pidato Pembekalan Peristiwa Tiga Maret (1947)*
36. *Menunggu Beduk Berbunyi (1949)*
37. *Cemburu (Ghirah) (1949)*
38. *Ayahku (1950)*
39. *Mandi Cahaya di Tanah Suci*
40. *Mengembara di Lembah nyl*
41. *Di tepi Sungai Dajlah*
42. *Kenang-kenangan Hidup, Jilid I-IV (Autobiografi, sejak lahir, tahun 1908-1950)*
43. *Sejarah Ummat Islam, Jilid I-IV (ditulis 1938-1955)*
44. *Pedoman Mubaligh islam, cetakan I (1937); cetakan ke II (1950)*
45. *Pribadi Hebat (1950)*
46. *1001 Soal-soal Hidup (1950)*
47. *Falsafah Ideologi Islam (1950)*
48. *Keadilan Sosial dalam Islam (1950)*
49. *Urut Tunggu Pancasila (1952)*
50. *Bohong di Dunia (1952)*
51. *Perkembangan TaSawuf dari Abad ke Abad (1952)*
52. *Lembaga Hikmat (1953)*
53. *Empat Bulan di Amerika, Jilid I-II (1953)*
54. *Pelajaran Agama Islam (1956)*
55. *Soal Jawab (1960)*
56. *Pandangan Hidup Muslim (1960)*
57. *Dari Perbendaharaan Lama (1963)*
58. *Wkspansi Idiologi (Alghazwul Fikri) (1963)*

59. *Sayid Jamaluddin Al-Afghani (1965)*
60. *Hak-hak Asasi Manusia Dipandang Dari Segi Islam (1968)*
61. *Fakta dan Khayal Tuanku Rao (1970)*
62. *Kedudukan Perempuan Dalam Islam (1970)*
63. *Islam dan Kebatinan (1972)*
64. *Studi Islam (1973)*
65. *Mengembalikan Tasawuf ke Pangkalnya (1973)*
66. *Himpunan Khotbah-khotbah*
67. *Sejarah Islam di Sumatera*
68. *Dari Hati ke Hati*
69. *Doa-doa Rasulullah SAW (1974)*
70. *Cinta Terkalang*
71. *Tafsir Al-Azhar*

Tafsir al-Azhar merupakan salah satu karya terbesar Hamka yang ditulis pada tahun 1962, latar belakang penamaan al-Azhar sebagai nama dari kitab tafsir karangannya dikarenakan isi dari tafsir al-Azhar merupakan kajian di Masjid Agung al-Azhar yang pada saat itu nama masjid ini masih Masjid Agung Kebayoran Baru, alasan lainnya adalah sebagai bentuk penghargaan dan rasa terima kasih kepada al-Azhar Mesir yang telah menganugerahkan Hamka gelar keilmuan yang mana Hamka diberi nama *Ustadziyah Fakhriyah (Doktor Honoris Causa)*. Surah al-Kahfi merupakan surah pertama yang Hamka tafsirkan dan Hamka sampaikan dalam ceramah subuh di Masjid al-Azhar, selanjutnya catatan-catatan penafsirannya sejak 1959 mulai ia terbitkan pertama kali pada 15 Januari 1962 di majalah tngan bulan yang bernama ‘Gema Islam’

majalah ini merupakan pengganti majalah panji Masyarakat yang terpaksa ditutup akibat dari perintah Soekarno pada tahun 1960.<sup>61</sup>

Senin 27 Januari 1964 Hamka ditangkap oleh penguasa orde lama dengan tuduhan berkhianat dengan tanah airnya sendiri dan Hamka menerima hukuman penjara selama 2 tahun 7 bulan, pada masa ini lah Hamka menyempurnakan tafsir al-Azhar, Hamka menghabiskan waktu dengan menulis tafsir al-Azhar hingga 30 juz.

Hamka menuliskan tafsir al-Azhar dengan merujuk pada kaedah bahasa Arab, tafsir salaf *nasikh-mansukh*, *asbābun al-Nuzūl*, ilmu fiqih, ilmu hadis, dan lainnya. Tujuan utama Hamka dalam penulisan tafsir al-Azhar ialah untuk memperkuat dan meemperkukuh motivasi para orang-orang yang menyampaikan ajaran Islam dan para pendukung gerakan dakwah.<sup>62</sup>

Seiring berjalannya waktu ketika pemerintahan orde baru dimulai hal ini pun berdampak positif untuk Hamka hal ini dikarenakan Hamka dibebaskan dari tahanan, dibebaskannya Hamka dikarenakan tuduhan yang dilayangkan untuk Hamka sudah tidak selaras dengan pimpinan yang baru.

Hamka pun dibebaskan pada 21 Januari 1966, dan sejak saat itu Hamka mulai menyempurnakan isi dari tafsir al-Azhar yang ia tulis dan susun selama masa tahanan, setelah melakukan penyempurnaan tafsir al-Azhar mulai diterbitkan untuk pertama kali dan diterbitkan oleh penerbit Pembimbing Masa.

Namun pada penerbitan pertama ini tafsir al-Azhar hanya menerbitkan beberapa juz saja yaitu juz 1 sampai juz 2, selanjutnya dilakukan penerbitan tahap kedua yang dilakukan oleh penerbit yang berbeda yaitu penerbit Pustaka Islam Surabaya, pada tahap kedua ini tafsir al-Azhar yang diterbitkan yaitu dari juz 5 hingga juz 30, dan selanjutnya dilakukan penerbitan ke tiga dengan penerbit yang berbeda juga yaitu penerbit Yayasan Nurul Islam Jakarta dan pada

---

<sup>61</sup> Syarifah Rahmah, "Konsep Ketenangan Hati Menurut Hamka (studi tafsir al-Azhar)", (2023), hlm. 37-38.

<sup>62</sup> Syarifah Rahmah, "Konsep Ketenangan Hati Menurut Hamka (studi tafsir al-Azhar)", (2023), hlm.39.

tahap ke tiga ini tafsir al-Azhar yang di terbitkan dari juz 5 hingga juz 14.<sup>63</sup>

Hamka menggunakan metode *tafsir bi al-ma'tsur* dan *tafsir bi al-ra'y* pada penafsirannya dimana keduanya dihubungkan dengan berbagai pendekatan umum seperti, bahasa, sejarah, interaksi sosio-kultur dalam bermasyarakat, bahkan Hamka dalam tafsirnya juga memasukkan unsur geografi suatu wilayah, dan juga memasukkan unsur cerita masyarakat tertentu untuk mendukung dalam kemudahan memahami isi dari penafsirannya.

Selanjutnya Hamka menjelaskan bahwa penafsirannya juga banyak dipengaruhi oleh kitab tafsir rujukan, adapun kitab tafsir rujukan yang digunakan Hamka ialah seperti *Tafsir al-Maraghi*, *Tafsir al-Razi*, *al-Jami' li Ahkam al-Qur'an karya al-Qurthubi*, *al-Kasasyaf karya al-Zamakhsyari*, *Ruh al-Ma'ani karya al-Alusi*, *al-Manar*, *al-Khazin*, *al-Qasimi*, dan *al-Thabari*.<sup>64</sup>

Susunan yang digunakan Hamka pada tafsir al-Azhar ialah dengan metode *tahlili*, dimana metode ini mengurutkan surah sesuai dengan susunan pada al-Qur'an yang mana diawali dengan surah al-Fatihah dan diakhiri dengan surah an-Nas. Corak penafsiran yang digunakan Hamka adalah *al-adabii wa ijtima'i* hal ini dapat dilihat dari Hamka yang seorang sastrawan dan juga berusaha menafsirkan dengan gaya bahasa yang lebih mudah untuk dipahami orang banyak orang.

Sistematika tafsir al-Azhar yaitu mula-mula sebelum memberikan penafsiran Hamka terlebih dahulu memberikan kalimat pengantar dan muqaddimah pada awalan kitab tafsirnya, pada bagian ini Hamka juga menceritakan latar belakang penamaan tafsir al-Azhar, haluan tafsir, dan petunjuk pembacaan.

---

<sup>63</sup> Laila Hanif Umami, "Kebahagiaan Dalam Al-Qur'an Perspektif Buya Hamka dan Quraish Shihab", (2020), hlm. 46-47.

<sup>64</sup> Husnul Hidayati, "Metodologi Tafsir Kontekstual Al-Azhar Karya Buya Hamka", dari *Jurnal Universitas Islam Negeri Mataran*, Vol: 1 No. 1 (20180, hlm. 32-33).

Adapun bentuk penyampaian penafsiran Hamka dalam tafsir al-Azhar adalah sebagai berikut:

1. Mendefinisikan surah yang akan ditafsir dengan menyebutkan nama dan arti surah, nomor surah dalam susunan mushaf, jumlah ayat dalam surah dan golongan surah tersebut apakah termasuk ke kelompok surah makkiyah atau madaniyah.
2. Mencantumkan empat hingga lima ayat (tergantung pembahasan atau topik yang terdapat pada kelompok ayat tersebut) dalam bentuk bahasa Arab, lalu diterjemahkan dalam bentuk bahasa Indonesia-Melayu.
3. Pada awalan penafsirannya Hamka memberikan kode “pangkal ayat” dan “ujung ayat” akhiran penafsirannya, penggunaan kode ini dimaksudkan untuk memudahkan pembaca dalam memahami isi dari penafsirannya.
4. Membubuhkan terjemahan ayat secara utuh, dan apabila ayat tersebut terdapat *asbab an-nuzul* (jika ada) maka Hamka akan membubuhkannya.
5. Hamka juga memberikan tema pada setiap penafsirannya hal ini dapat dilihat di bagian daftar isi dan pendahuluan sebelum penafsiran suatu surah maupun ayat.
6. Memberikan tambahan berupa hadis maupun *munasabah* (kaitan) antar ayat dengan ayat lainnya yang memiliki makna serta topik yang sama, hal ini diperuntukkan untuk memperkuat penjelasan yang Hamka berikan pada tafsir al-Azhar.

## **B. Penafsiran Ketenteraman Hati Dalam Kitab Tafsir al-Azhar**

Ketenteraman hati didalam al-Qur'an banyak memiliki ungkapan salah satunya ialah *taṭma'innul qulūb*, adapun kata *taṭma'innul qulūb* yang tercantum di dalam al-Qur'an dapat di lihat dalam 4 ayat diantaranya sebagai berikut:

1. Penafsiran al-Qur'an Surah Āli-Imrān ayat 126



وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُمْ بِهِ ۗ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا  
مِنَ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ

“Allah tidak menjadikannya (pertolongan itu) kecuali hanya sebagai kabar gembira bagi (kemenangan)-mu dan agar hatimu tenang karenanya. Tidak ada kemenangan selain dari Allah Yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.”

Dalam tafsir al-Azhar Hamka menafsirkan ayat ini mengenai pentingnya sabar dan takwa, hal ini dikarenakan Surah Āli-Imrān ayat 126 merupakan bagian dari rangkaian ayat-ayat yang membahas mengenai perang yang dilakukan Nabi SAW dan kaum muslimin yaitu perang uhud. Perang uhud merupakan perang pertempuran antar kaum Muslimin dengan kaum Quraisy dimana perang ini terjadi pada tahun ke-3 Hijriah hal yang melatar belakangi perang uhud ialah rasa dendam yang dimiliki kaum Quraisy akibat dari kekalahan mereka pada perang badar dan untuk pertama kalinya kaum Muslimin mengalami kekalahan.<sup>65</sup> Hamka pada ayat sebelumnya yaitu Surah Āli-Imrān ayat 121-125 dan pada rangkaian ayat ini Hamka memberi judul yaitu “perbandingan antara kekalahan di perang uhud dan kemenangan di perang badar”.

Hamka menjelaskan Surah ali Imran 121 hingga 125 adalah sebuah penjelasan mengenai rangkaian hingga strategi dari perang uhud, dimana pada hari sabtu pagi sekali pada tanggal 15 Syawal tahun Hijriah Nabi Muhammad mengumpulkan pasukan untuk melakukan perang dan para pasukan di arahkan ke bukit uhud. Namun ketika hampir setibanya di bukit uhud terjadi pengkhianatan dari kelompok Abdullah bin Ubay, alasan dari berkhianatnya ialah ia (Abdullah bin Ubay) menganggap pendapat nya tidak dipertimbangkan dalam berlangsungnya perang uhud. Pengkhianatan yang dilakukan oleh Abdullah bin Ubay pada dasarnya telah diperhitungkan Nabi Muhammad ketika menyusun

---

<sup>65</sup> Rahmat Dunggio, “Penyebab Kekalahan Umat Muslim Dalam Perang Uhud Tahun 625 M”, dalam *Jurnal IAIN Manado*, Vol. 1 No. 1 (2022), hlm. 52.

strategi, oleh karenanya ketika kehilangan 300 pasukan dari 1000 pasukan Nabi Muhammad tetap teguh meneruskan perjuangan.<sup>66</sup>

Dengan berkhianatnya orang-orang dari golongan Abdullah bin Ubay hal tersebut berdampak dengan terjadinya keragu-raguan di antara pasukan khususnya pada pasukan dua kabilah Anshar yaitu Bani Salmah dari kaum Aus dan dari Bani Haritsah dari Khazraj, dan hal tersebut disinggung oleh Allah pada ayat selanjutnya yaitu Surah Āli-Imrān ayat 122, mereka (Bani Salmah dan dari kaum Aus dan dari Bani Haritsah dari Khazraj) hampir saja akan meninggalkan peperangan dikarenakan keraguan namun hal ini dengan cepat salah seorang pemimpin mereka menyadarkan mereka dengan berkata “Ingatlah Allah, janganlah kamu kecewakan kaum kamu dan Nabimu, mari kita berperang di jalan Allah, atau kita bertahan sampai mati tidak ada kata lain”, mendengar seruan pemimpin mereka Bani Salmah kembali bersemangat dan bangkit kembali.<sup>67</sup>

Pada Surah Āli-Imrān ayat 123 Hamka menjelaskan bahwa pada ayat ini Allah SWT menjelaskan perbedaan antara kekalahan kaum muslimin ketika berperang dalam perang uhud dan kemenangan kaum muslimin ketika perang badar.

Perbedaannya yaitu ketika melakukan perang badar para kaum muslimin memperoleh kemenangan dikarenakan dari ketakwaan dan kesabaran mereka, sedangkan pada perang uhud kekalahan itu terjadi dikarenakan keduanya yaitu kesabaran dan ketakwaan tersebut hilang. Hamka menjelaskan bahwa dengan adanya ketakwaan hal tersebut menyebabkan hati akan merasa tenteram dikarenakan selalu patuh kepada Allah dan Rasulnya, sehingga hal tersebutlah yang akan menjadi penyebab kemenangan dari kaum muslimin.<sup>68</sup>

Selanjutnya pada Surah Āli-Imrān ayat 124-125 berisi perintah kepada Nabi Muhammad untuk memperingatkan kembali

---

<sup>66</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' IV*, (Jakarta: PT. Pustaka Pajimas, (1983)), hlm. 75-76.

<sup>67</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' IV*, (1983), hlm. 76-77.

<sup>68</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' IV*, (1983), hlm. 82.

kaum muslimin dimana walaupun pada perang uhud mereka kaum muslimin kekurangan pasukan, Allah akan memberikan bala bantuan kepada mereka dengan mendatangkan para malaikat untuk membantu mereka, namun apabila mereka para kaum muslimin lebih bersabar lagi Allah akan mengirimkan bala bantuan malaikat berkali-kali lipat dari pada mereka yang berkhianat. Namun pada perang uhud bala bantuan berupa pasukan malaikat tidak turun hal ini terjadi dikarenakan dari kurangnya kesabaran dan ketakwaan pada diri mereka, hal ini berbanding terbalik dengan perang badar dimana karena kesabaran dan ketakwaan mereka Allah mengirimkan bala bantuan kepada mereka hingga 1000 malaikat yang di kirimkan.<sup>69</sup>

Selanjutnya pada Surah Āli-Imrān ayat 126 pada ayat ini merupakan penegasan yang diberikan Allah kepada kaum muslimin untuk menjadi bertakwa, sabar, dan bertawakal hal ini seperti yang telah disebutkan pada Surah Āli-Imrān ayat 122, dimana dengan ketiga hal tersebut maka Allah akan memberikan bantuan dan pertolongannya dan dengan pertolongan Allah tersebut dapat menenteramkan hati orang-orang yang beriman.<sup>70</sup>

Sehingga ketenteraman hati pada Surah Āli-Imrān ayat 126 ini adalah dengan bertakwa kepada Allah, sabar, dan juga tawakkal, jika hal tersebut dilakukan maka Allah akan memberikan pertolongannya kepada seluruh hambanya dan pertolongan tersebut merupakan angin segar bagi kaum muslimin yang menenteramkan hati.

## 2. Penafsiran al-Qur'an Surah Al- Māidah ayat 113

قَالُوا نُرِيدُ أَنْ نَأْكُلَ مِنْهَا وَنَطْمِئِنَّ فُلُؤُبُنَا وَنَعْلَمَ أَنْ قَدْ صَدَقْتَنَا وَنَكُونَ  
عَلَيْهَا مِنَ الشَّاهِدِينَ

<sup>69</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' IV*, (1983), hlm. 83.

<sup>70</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' IV*, (1983), hlm.83-43.

“Mereka berkata, “Kami ingin makan darinya (hidangan itu) dan agar tenteram hati kami serta agar kami yakin bahwa engkau telah berkata benar kepada kami, dan atasnya (hidangan itu) kami termasuk orang-orang yang menjadi saksi.”

Hamka dalam kitab tafsirnya al-Azhar memberi judul pada rangkaian Surah Al- Māidah ayat 112-115, judul tersebut ialah “mohon hidangan dari langit”. Rangkaian ayat ini menjelaskan mengenai kisah *hawariyun* yang meminta hidangan dari langit. Pada pangkal ayat 112 mereka (*hawariyun*) berkata “*Wahai Isa anak Maryam! Apakah berkuasa Tuhan engkau menurunkan kepada kami suatu hidangan dari langit?*”, Hamka menjelaskan ini merupakan suatu permintaan namun dikarenakan permintaan diawali dengan pertanyaan “apakah kuasa” maka hal ini menjadi perbincangan diantara ulama kalangan ahli tafsir, dimana jika seperti itu cara mereka (*hawariyun*) meminta hal ini menunjukkan bahwa mereka seolah-olah belum yakin akan kekuasaan Allah, namun beberapa ahli tafsir menjelaskan bahwasannya mereka (*hawariyun*) adalah orang-orang yang telah beriman namun mereka masih kurang pengetahuannya, oleh karena itu iman apabila tidak disertai dengan ilmu pengetahuan yang mendalam menyebabkan hadirnya pernyataan seperti itu. Oleh sebab itu Nabi Isa a.s memberikan pernyataan yang bisa menuntun mereka dan menyadarkan mereka dengan “*Jawabnya: “Takutlah kepada Allah, jika betul-betul kamu orang-orang yang beriman.”*” Ini merupakan bagian akhir dari Surah Al- Māidah ayat 112.<sup>71</sup>

Dengan jawaban pada bagian akhir Surah Al- Māidah ayat 112, Nabi Isa telah memberika peringatan kepada mereka (*hawāriyyūn*) bahwa jika orang beriman tidak akan mungkin meminta hal yang demikian. Orang beriman yang mengaku beriman seharusnya bertakwa dan berhati-hati serta takut kepada Allah dan meminta permintaan yang pantas.

---

<sup>71</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' VII*, (1983), hlm. 91.

Bani Israil pada masa dulu telah banyak melakukan berbagai permintaan kepada Allah, hingga mereka dengan berani meminta melihat Allah dengan berhadap-hadapan dan pada akhirnya mereka mendapatkan azab dari Allah SWT. Pada dasarnya tanpa permintaan-permintaan tersebut Allah telah membuktikan kehebatan serta kekuasaannya hal ini dapat dilihat dari seluruh alam semesta ini dan hal ini sejuat kali lebih hebat dari pada permintaan turunnya hidangan dari langit.<sup>72</sup>

Selanjutnya pada awalan Surah Al- Māidah ayat 113 *“Mereka berkata: “Kami ingin supaya tenteramlah hati kami, dan supaya kami tahu bahwa engkau telah berkata yang benar kepada kami.”* Walaupun pada ayat sebelumnya nabi Isa a.s telah memberi peringatan kepada mereka (*hawāriyyūn*) namun mereka tetap meminta hidangan itu, namun pada ayat ke 113 ini mereka (*hawāriyyūn*) memberikan alasan mereka. Adapun maksud mereka (*hawāriyyūn*) dalam meminta turunnya hidangan dari langit adalah bukan untuk menentang Allah SWT namun permintaan mereka semata-mata karena ingin hidangan dari Allah.

Mereka (*hawāriyyūn*) menganggap bahwa hidangan yang turun dari langit itu merupakan berkah dan membawa kebaikan bagi diri mereka, dengan kebaikan dan berkah dari hidangan tersebutlah hati mereka akan merasa tenteram dan keimanan mereka terhadap Allah akan semakin bertambah berkali-kali lipat, hal ini dapat dilihat dari jawaban mereka pada akhir dari pada Surah Al- Māidah ayat 113, *“Dan supaya jadilah kami dari orang-orang yang benar-benar menyaksikan”* maksudnya ialah dengan melihat kuasa Allah dalam menurunkan hidangan dari langit hal itu dapat membuat keimanan mereka yang sudah ada semakin kuat dan semakin beriman kepada Allah SWT hal ini dikarenakan kepercayaan mereka dikuatkan dengan pembuktian yang diberikan didepan mata ataupun mereka dapat melihat dengan langsung kehebatan Allah SWT.<sup>73</sup>

---

<sup>72</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' VII*, (1983), hlm. 91.

<sup>73</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' VII*, (1983), hlm. 92.



Oleh karena itu dapat diketahui maksud dari ketenteraman hati pada ayat ini adalah dengan melihat kuasa Allah dapat menambah keimanan dan hal tersebut berkaitan dengan ketenteraman hati seseorang, hal tersebut dapat dilihat dari kisah mereka (*hawāriyyūn*) yang melihat secara langsung hebatnya kuasa Allah SWT dan semakin bertambahnya keimanan mereka. Dengan ketenteraman hati maka akan semakin tumbuh dan bertambah keimanan kepada Allah SWT dan semakin percaya terhadap hebatnya kuasa Allah SWT.

### 3. Penafsiran al-Qur'an Surah Al- Anfāl ayat 10

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ □

“Allah tidak menjadikannya (bala bantuan itu), melainkan sebagai kabar gembira dan agar hatimu menjadi tenteram karenanya. Kemenangan itu hanyalah dari sisi Allah. Sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.”

Surah Al- Anfāl ayat 10 merupakan bagian dari rangkaian ayat-ayat didalam surah Al- Anfāl yang menceritakan mengenai perang badar yaitu pada ayat 9 hingga 14, perang Badar merupakan antara kaum Muslimin dengan kaum Quraisy dimana pada perang ini kaum Muslimin hanya memiliki 313 orang pasukan sedangkan kaum Quraisy memili pasukan lebih banyak dengan 1300 orang pasukan namun dengan izin Allah SWT dan kegigihan kaum Muslimin, kaum Muslimin dapat memenangkan pertempuran tersebut, perang badar terjadi pada 17 Ramadhan tahun ke-2 Hijriah.<sup>74</sup> Hamka pada ayat sebelumnya Surah Al- Anfāl ayat 9 membahas mengenai bagaimana Rasulullah dan kaum muslimin meminta bantuan pertolongan kepada Allah “(Ingatlah) tatkala kamu memohon pertolongan kepada Tuhan kamu” ini merupakan awalan pada Surah Al- Anfāl ayat 9.

---

<sup>74</sup> Saiful Jihad, “Kisah Perang Badar dan Perang Uhud Dalam Al-Qur'an”, (Skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017), hlm. 124.



Pada awalan ayat Surah Al- Anfāl ayat 9 Rasulullah meminta pertolongan bukan serta merta karena takut serta ragu akan kuasa Allah namun Rasulullah meminta pertolongan tersebut agar imbangnya kekuatan antara kaum muslimin dengan pihak lawan. Perang badar adalah perang besar yang merupakan keputusan dalam sejarah Islam yang apabila para kaum muslimin yang berada dijalan Allah kalah maka ketauhidan akan pudar. Oleh karena itu pada akhir Surah Al- Anfāl ayat 9 berbunyi *“lalu Dia perkenankan bagi kamu, (seraya kataNya): Sesungguhnya Aku akan membantu kamu dengan seribu dari malaikat yang beriring-iringan.”* Allah menurunkan bala bantuan berupa iringan malaikat untuk membantu kaum muslimin dalam perang badar, dengan adanya hal ini maka semakin terbakarlah semangat para kaum muslimin dalam berperang.<sup>75</sup>

Selanjutnya pada Surah Al- Anfāl ayat 10 pada awalan ayat *“Dan tidaklah Allah menjadikan bantuan itu melainkan sebagai berita gembira supaya tenteramlah dengan dia hati kamu.”* Bantuan berupa diturunkannya malaikat merupakan bantuan semangat yang Allah kirimkan kepada kaum muslimin yang tetap teguh berdiri dalam membela Islam, dan pada akhir ayat Surah Al- Anfāl ayat 10 *“Sesungguhnya Allah adalah Maha Gagah lagi Bijaksana.”* dan pada akhir ayat menjelaskan bahwa dengan berikhtiar dan terus melakukan usaha maka merupakan sebuah langkah dalam meraih kemenangan, namun kemenangan tersebut tidak lebih dari pada dari Allah SWT.<sup>76</sup>

Adapun ketenteraman hati pada Surah Al- Anfāl ayat 10 adalah rasa tenteram dan tenang setelah diliputi perasaan takut dan cemas, ketenteraman tersebut datang dari Allah SWT dikarenakan rasa yakin terhadap pertolonganNya. Hamka juga menjelaskan kemenangan yang didapatkan kaum muslimin tidak lain dan tidak bukan dikarenakan ketakwaan dan kesabaran mereka serta

---

<sup>75</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' IX*, (1983), hlm. 259-260.

<sup>76</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' IX*, (1983), hlm. 260.

mematuhi perintah Rasulullah dan selalu berharap pada pertolongan Allah SWT.<sup>77</sup>

#### 4. Penafsiran al-Qur'an Surah Al- Ra'du ayat 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”

Hamka menafsirkan Surah Al- Ra'du ayat 28 dimana pada ayat ini membahas mengenai iman, dengan adanya keimanan pada diri menyebabkan senantiasa selalu mengingat Allah SWT, atau dapat disebut dengan zikir. Dengan mengingat Allah membuat hati manusia menjadi tenteram serta tenang dan segala hal seperti kecemasan, rasa gelisah, dan segala fikiran buruk akan menghilang dengan sendirinya. Ketenteraman hati merupakan pemicu lebih sehat nya fisik dan mental, sedangkan sebaliknya apabila terus menerus merasa cemas maupun gelisah merupakan sumber berbagai penyakit yang apabila tidak segera dilakukan pengobatan akan berubah menjadi penyakit hati seperti kufur akan nikmat Allah, sebaliknya apabila hati sudah mulai merasa cemas hingga gelisah maka obatnya ialah iman, maksud dari iman disini yaitu dengan berzikir kepada Allah SWT.<sup>78</sup>

Selanjutnya setelah menafsirkan Surah Al- Ra'du ayat 28 Hamka kemudian menjelaskan mengenai tingkatan pengamalan nafsu adapun tingkatan tersebut adalah: pertama ialah “*An-Nafsul Ammarah Bissu*”

وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۗ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ

---

<sup>77</sup> M. Zulfikri Islami, “Ketenagan Hati dalam Al-Qur'an (Study Analisis Penafsiran Tatma' Innul Qulub Sebagai Obat Overthinking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))”, (2023), hlm. 53.

<sup>78</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' XIII-XIV* (1983), hlm. 93.

“Dan aku tidak (menyatakan) diriku bebas (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun, Maha Penyayang” (Q.S Yusuf ayat 53)

Tingkatan nafsu yang disebutkan pada ayat ini yaitu nafsu yang selalu mendorong manusia untuk melakukan hal-hal yang buruk, hal ini dikarenakan nafsu ini dikuasai oleh syaitan namun jika terlanjur hal buruk itu dilakukan maka akan timbul.

Nafsu yang kedua ialah “*An-Nafsul Lawwamah*”

وَلَا أُفْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ

“Dan aku bersumpah demi jiwa yang selalu menyesali (dirinya sendiri).” (Q.S al-Qiyamah ayat 2)

Tingkatan nafsu pada ayat ini yaitu tekanan batin dan rasa penyesalan yang timbul akibat dari mengikuti nafsu yang pertama, setelah timbul rasa penyesalan namun dapat mengambil pembelajaran dari hal sebelumnya.

Setelah melalui kedua tingkatan nafsu yang telah disebutkan maka seseorang akan dapat mencapai tingkatan nafsu terakhir yaitu “*An-Nafsul Muthmainnah*”

يَا يَتُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ

“Wahai jiwa yang tenang!” (Surah al-Fajr ayat 27)

Pada tingkatan nafsu ini dimana maksudnya ialah dimana seseorang mencapai ketenteramannya setelah mendapatkan banyak pembelajaran dari pengalaman sebelumnya, pada bagian inilah iman dan zikir sangat diperlukan kedua nya bergabung sehingga hati dijauhkan dari dorongan nafsu, hal ini guna mencapai ridha dari Allah SWT dan dengan ridha tersebut mampu membuat tenteram hati.<sup>79</sup>

Kemudian pada Surah Al- Ra’du ayat 29 Hamka juga kembali menyinggung mengenai ketenteraman hati dimana hati

---

<sup>79</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' XIII-XIV* (1983), hlm. 93.

yang tenteram berdampak pada kehidupan yang lebih tenang, dan dengan hati yang tenteram juga dapat mengubah sikap menjadi lebih baik serta lebih mudah dalam melakukan perbuatan yang baik. Kebahagiaan akibat ketenteraman hati di dunia juga menentukan kebahagiaan akhirat, yaitu surga yang telah disiapkan Allah SWT untuk para hambanya.<sup>80</sup>

Quraish Shihab juga menjelaskan dalam kitab tafsirnya yaitu al-Misbah bahwasannya setiap orang yang menerima tuntunan Allah yang mana tuntunan tersebut merupakan hidayah dari Allah SWT maka hatinya akan kembali merasakan ketenangan yang membuncah di adanya adapun ketenangan yang didapatkan itu diakibatkan dengan *dzikrullah* yaitu dengan mengingat Allah ataupun dengan membaca ayat-ayatnya berupa isi dari pada al-Qur'an yang merupakan kitab agama Islam yang berisi tuntunan hidup bagi seluruh kaum Muslimin.<sup>81</sup>

### **C. Solusi Meraih Ketenteraman Hati Didalam Al-Qur'an**

Berdasarkan penafsiran terhadap ayat-ayat ketenteraman hati yang sudah dibahas sebelumnya, dapat diketahui bahwasannya terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dalam meraih ketenteraman hati. Seperti pada Surah Āli-Imrān ayat 126 dan Surah Al- Anfāl 10 ayat dijelaskan ketenteraman hati dapat diraih dengan cara bersabar, bertakwa, dan bertawakkal kepada Allah SWT. Pada surah Al- Māidah ayat 113 disebutkan bahwa dalam meraih ketenteraman hati dapat diraih dengan beriman kepada Allah SWT dan meyakini akan kekuasaan yang dimiliki Allah SWT, selanjutnya pada Surah Al- Ra'du ayat 28 dijelaskan bahwa cara meraih ketenteraman hati ialah dengan mengingat Allah atau disebut juga dengan zikir. Hal-hal yang telah disebutkan tadi merupakan faktor-faktor solusi yang diberikan al-Qur'an untuk meraih ketenteraman hati. Adapun faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

---

<sup>80</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar Juzu' XIII-XIV* (1983), hlm. 93-94.

<sup>81</sup> Ari Kurniawan Rizqi, "Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab", (Skripsi IAIN Ponorogo, 2022), hlm. 57.

## 1. Sabar

Solusi yang pertama ditawarkan al-Qur'an dalam meraih ketenteraman hati ialah dengan sabar. Sabar berarti menahan, sabar juga diartikan sebagai mencegah maupun membatasi diri dari perbuatan-perbuatan yang tidak baik, dengan bersabar maka akan menjauhkan seseorang dari berbagai perbuatan yang merugikan baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Dalam Surah Āli-Imrān ayat 126 dan Surah Al- Anfāl ayat 10 disebutkan bahwa dengan bersabar maka hal itu dapat memberikan ketenteraman hati pada seseorang. Sabar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dapat dilihat ketika menunggu antrian, menahan dan menjaga emosi, dan sabar dalam menghadapi tahapan-tahapan untuk menuju suatu hal.

## 2. Takwa

Solusi yang selanjutnya yang ditawarkan al-Qur'an dalam meraih ketenteraman hati ialah dengan takwa, takwa dalam bahasa Arab merujuk pada kata *waga-yaqi-wiqayah* yang berarti memelihara ataupun menjaga diri.<sup>82</sup> Jadi takwa adalah menjaga diri dengan selalu patuh serta mengerjakan semua perintah Allah seperti menjaga shalat dengan konsisten, berzakat, sedekah, berperilaku baik dalam bermasyarakat dan menjauhi semua hal yang dilarang oleh Allah SWT seperti berbuat hal-hal sirik serta menyekutukan Allah SWT dengan percaya terhadap ramalan dan zodiak.<sup>83</sup>

## 3. Tawakkal

Tawakkal yaitu menyerahkan diri segala perkara dan usaha kepada Allah SWT, maksudnya ialah ketika berikhtiar dalam meraih sesuatu seseorang juga harus bertawakkal kepada Allah, dengan selalu berdoa dan bersyukur atas segala nikmat dan pencapaian serta selalu bersabar dan mengambil hikmah dari segala musibah yang sedang menimpa.

Apabila solusi yang telah disebutkan tersebut diamalkan pada kehidupan yaitu sabar, takwa, dan tawakkal kepada Allah,

---

<sup>82</sup> Irfan Suba Raya, "Pentingnya Memahami Takwa Dalam Islam," MUI Sul sel, 22 April 2023, di akses pada 6 Des 2024.

<sup>83</sup> M. Zulfikri Islami, "Ketenagan Hati dalam Al-Qur'an (Study Analisis Penafsiran Tatma' Innul Qulub Sebagai Obat Overthingking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))", (2023), hlm. 59.



maka akan mudah bagi seseorang dalam meraih ketenteraman hati serta mendapatkan imbalan kebaikan dari Allah SWT, dimana hal ini pada dasarnya sudah dijelaskan di dalam al-Qur'an dan penjelasannya terdapat pada Surah az-Zumar ayat 10.<sup>84</sup> Adapun penjelasannya sebagai berikut:

قُلْ يٰٓعِبَادِ اللّٰهِ اٰمَنُوْا رَبَّكُمْ ۗ لِلَّذِيْنَ اٰحْسَنُوْا فِيْ هٰذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ ۗ وَاَرْضُ اللّٰهِ وَاٰسِعَةٌ ۗ اِنَّمَا يُؤَفِّى الصّٰبِرُوْنَ اَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ

"Katakanlah (Muhammad), "Wahai hamba-hamba-Ku yang beriman! Bertakwalah kepada Tuhanmu." Bagi orang-orang yang berbuat baik di dunia ini akan memperoleh kebaikan. Dan Bumi Allah itu luas. Hanya orang-orang yang bersabarlah yang disempurnakan pahalanya tanpa batas."

Dengan bersabar dan bertakwa kepada Allah SWT akan menghasilkan sifat tawakkal atau berserah diri kepada Allah SWT, tawakkal adalah sikap menyerahkan diri dan segala urusan kepada Allah SWT. Dimana dengan selalu menyerahkan segala urusan kepada Allah dan yakin bahwa Allah akan memberikan yang terbaik bagi diri akan membuat hati lebih tenteram dan dijauhkan dari pikiran berlebih yang menyebabkan rasa cemas serta gelisah di hati.

Bertawakkal kepada Allah juga merupakan kunci dari datangnya pertolongan dari Allah, diiringi dengan usaha dan juga doa maka Allah akan meringankan langkah dan hajat seseorang. Sebagaimana hal ini dijanjikan Allah dalam potongan Surah at-Talaq ayat 2 dan 3 yang berbunyi;

...وَمَنْ يَتَّقِ اللّٰهَ يَجْعَلْ لّٰهُ مَخْرَجًا

“...Barang siapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan membukakan jalan keluar baginya,”.

---

<sup>84</sup> M. Zulfikri Islami, “Ketenagan Hati dalam Al-Qur’an (Study Analisis Penafsiran Tatma’ Innul Qulub Sebagai Obat Overthinking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))”, (2023), hlm. 60.



وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۗ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ  
... حَسْبُهُ ۗ

“dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya. Dan barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya...”.

Dari potongan ayat diatas Allah SWT menjelaskan bahwa senantiasa memberikan pertolongan kepada hambanya, setiap hambanya yang bertakwa Allah akan memberikan pertolongan serta rezeki yang tidak pernah diangka-sangka oleh hambanya. Rezeki bukan hanya sebatas material, namun mencakup banyak aspek seperti kesehatan hingga juga spiritual dan ketenteraman hati merupakan salah satu rezeki yang Allah berikan bagi setiap hambanya yang bertakwa.

#### 4. Beriman

Selain sabar, takwa, dan tawakkal, beriman juga merupakan aspek yang penting dalam meraih ketenteraman hati yang disebutkan didalam al-Qur'an hal ini dapat dilihat dari penafsiran pada Q.S Al-Māidah ayat 113. Dengan iman maka setiap hal yang dilakukan oleh manusia akan sesuai dengan ketentuan yang telah diberikan Allah, dengan beriman pula maka manusia akan terdorong berbuat kebaikan yang diridhoi oleh Allah dan juga dengan beriman manusia mampu melewati segala macam cobaan dan masalah kehidupan.

#### 5. Dzikir

Solusi dalam meraih ketenteraman hati selanjutnya adalah dengan berdzikir kepada Allah SWT, dzikir berasal dari kata *zakara-yazkur* yang berarti menyebut, mengingat, memberi, dan nasehat. Hamka berpendapat bahwasannya dzikir bukannya hanya terbatas pada mengingat Allah dalam hati saja, namun dzikir harus dilakukan dengan ucapan lisan dan diucapkan dalam keadaan yang sadar.

Pada al-Qur'an sendiri terdapat ayat yang memerintahkan untuk berdzikir, ayat tersebut adalah Q.S al-Ahzab ayat 41.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

“Wahai orang-orang yang beriman! Ingatlah kepada Allah, dengan mengingat (nama-Nya) sebanyak-banyaknya,”.

Berdzikir dan selalu mengingat Allah SWT merupakan salah satu kegiatan yang dapat menenteramkan hati, hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Q.S Al- Ra’du ayat 28 seperti yang telah disebutkan pada pembahasan sebelumnya.

Berdzikir secara lisan yang bacaannya diaplikasikan pada kehidupan sehari-hari ada banyak ragamnya, terdapat kalimat-kalimat *tayyibah* seperti membaca tasbih (*subhāna llāh*), tahmid (*Alhamdulillah*), takbir (*Allahu akbar*), dan istigfar (*astaghfirullahal 'azhim*).

Terdapat banyak jenis dzikir yang diamalkan oleh para kaum muslimin diantaranya seperti pembacaan dzikir pagi dan petang, pembacaan dzikir pagi dan petang banyak memberikan manfaat didalanya diantaranya seperti dilindunginya dari gangguan jin dan setan serta dilindungi dari mara bahaya, diberikan rezeki yang cukup selama didunia, diberikan kesempurnaan disetiap nikmat, dan selalu dalam keadaan mendapat ridha dari Allah SWT Tuhan semesta alam.<sup>85</sup>

Dengan mengamalkan pembacaan dzikir ini dalam kehidupan sehari-hari membuat hati menjadi lebih bersih dan lebih tenteram. Selain berdzikir dengan mengucapkan kalimat *tayyibah*, dzikir juga dapat dilakukan dengan sholat dimana dengan sholat merupakan salah satu cara untuk mengingat Allah SWT.<sup>86</sup> Hal ini seperti dijelaskan dalam al-Qur’an surah Taha ayat 14 sebagai berikut:

---

<sup>85</sup> Kholis, “Implementasi Kegiatan Dzikir Pagi dan Petang dan Perannya dalam Membentuk Kecerdasan...”, dalam *Jurnal Institus agama Islam Tasikmalaya* (2024), hlm. 185-186.

<sup>86</sup> M. Zulfikri Islami, “Ketenagan Hati dalam Al-Qur’an (Study Analisis Penafsiran Tatma’ Innul Qulub Sebagai Obat Overthingking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))”, (2023), hlm. 66.

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي ۚ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي

“Sungguh, Aku ini Allah, tidak ada tuhan selain Aku, maka sembahlah Aku dan laksanakanlah sholat untuk mengingat Aku.”

Pada surah Taha ayat 4 memberi penjelasan mengenai hikmah dari melaksanakan sholat, Allah SWT memberikan perintah kepada hambanya untuk melaksanakan sholat karena dengan sholat sebagai salah satu cara manusia untuk mengingat Allah. Dengan sholat yang baik dan benar akan membuat manusia agar selalu dalam keadaan mengingat Allah dan akan mengantarkan manusia untuk selalu melakukan perintah Allah dan menjauhi segala hal yang dilarang oleh Allah SWT.<sup>87</sup>

Melihat dari sudut pandang psikologi dalam sebuah penelitian disebutkan bahwasannya shalat memiliki keterkaitan dengan kondisi psikologis seseorang dimana shalat dapat membantu seseorang untuk melawan perasaan takut dan rasa cemas serta membantu menenangkan secara fisik dan psikologis.<sup>88</sup>

Dalam sebuah penelitian juga disebutkan bahwasannya beberapa gerakan yang dilakukan dalam shalat mengandung beberapa aspek yang terkandung dalam olah raga yoga, diantara beberapa aspek tersebut ialah seperti pada olah raga yoga terdapat aspek meditasi dimana pada aspek ini gerakan shalat memusatkan pikiran dan juga perhatian hanya kepada Allah SWT dengan berdzikir dan juga dengan bacaan shalat begitu juga dilakukan dalam olah raga yoga yang membedakannya ialah pada olah raga yoga pikiran dipusatkan kepada hal-hal yang abstrak dan juga merasakan gerakan otot.<sup>89</sup>

---

<sup>87</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 8, hal: 284.

<sup>88</sup> Safiruddin Al Baqi dan Abdah Munfaridatus, “Manfaat Shalat Untuk Kesehatan Mental: Sebuah Pendekatan Psikoreligi Terhadap Pasien Muslim”, dalam *Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, Vol.11 No.1, 2019, hlm. 89,

<sup>89</sup> Putri Salasati, “Pengembangan Yoga Berbasis Gerakan Shalat Untuk Melatih Kemampuan Self-Control Anak Usia Dini”, (Skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022), hlm.5.

Solusi-solusi yang telah dijelaskan diatas merupakan hal-hal yang apabila dilakukan dapat memberikan ketenteraman hati apabila dilaksanakan. Secara medis diketahui bahwasannya dalam tubuh manusia terdapat unsur senyawa kimia yang bernama hormon serotonin dimana hormon serotonin merupakan senyawa kimia yang membantu dalam mengendalikan suasana hati manusia, hormon serotonin terletak pada otak manusia adapun terdapat beberapa cara dalam meningkatkan kestabilan hormon ini diantara seperti makan makanan manis, berolah raga, dan juga beribadah.<sup>90</sup> Beribadah kepada Allah seperti shalat, berdzikir, dan mengaji merupakan salah satu dari banyak hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kebahagiaan dan juga ketenteramn hati pada manusia.



---

<sup>90</sup> dr. Ratih Paradini, “Hormon Bahagia dan cara Islam Meningkatkanannya”, Narasipost.com,26 Juni 2023, diakses pada 5 Des 2024.

## BAB IV

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan pada bab-bab sebelumnya mengenai ayat-ayat ketenteraman hati didalam al-Quran maka peneliti berupaya menarik kesimpulan menjadi dua yaitu;

Pertama, di dalam al-Qur'an diketahui terdapat beberapa ungkapan mengenai ketenteraman hati diantaranya seperti *taṭma'innah*, *muṭma'innah*, *sakīnah*. *taṭma'innah* diterjemahkan sebagai ketenteraman dan ketenangan serta kata *taṭma'innah* juga digunakan untuk menunjukkan suatu perasaan tenang dan tenteram setelah melewati rasa kebimbangan dan kebingungan, adapun sinonim dari *taṭma'innah* ialah *muṭma'innah* dan *sakīnah*, ungkapan *muṭma'innah* memiliki arti jiwa yang tenang, ikhlas, yakin, dan beriman, sedangkan untuk ungkapan *sakīnah* berarti tenang, kedamaian, dan ketenteraman. ungkapan *taṭma'innah* juga disandingkan dengan kata hati atau disebut juga dengan *qalb*, menjadi *taṭma'innul qulūb*, terdapat beberapa ayat didalam al-Qur'an yang memuat ungkapan *taṭma'innul qulūb* diantaranya ialah pada Q.S Āli-Imrān ayat 126, Q.S al- Māidah ayat 113, Q.S al- anfāl ayat 10, dan Q.S al- Ra'du ayat 28.

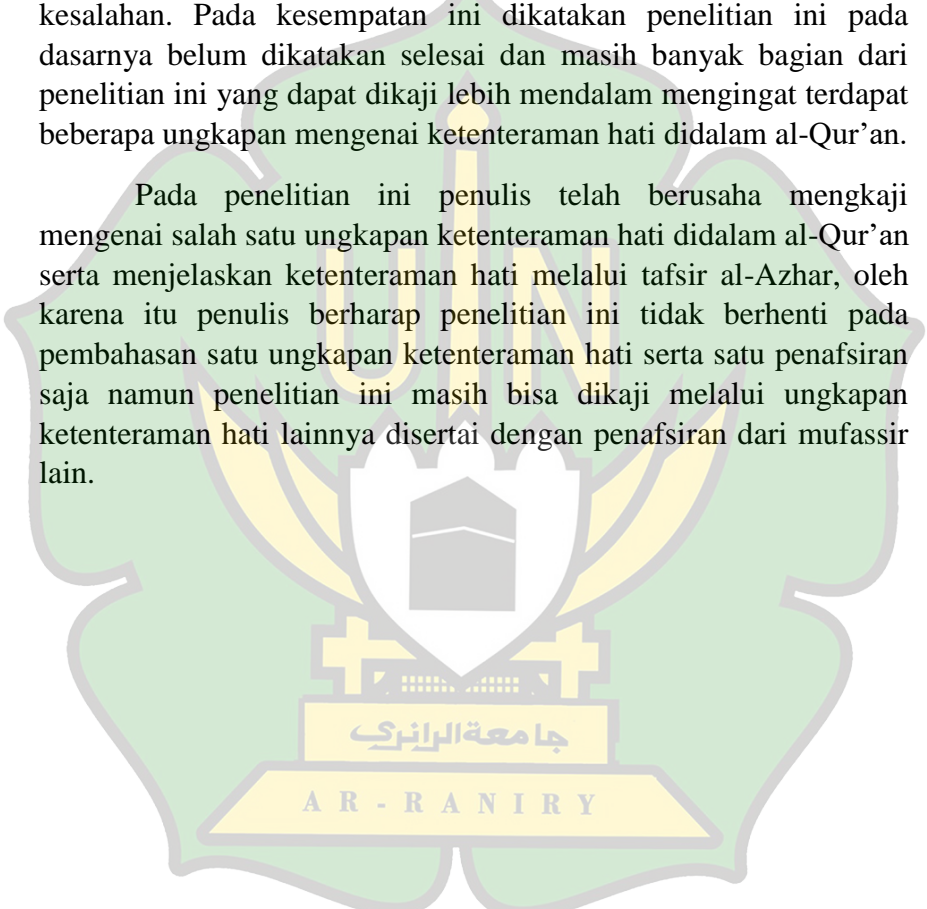
Kedua, Hamka menafsirkan ketenteraman hati dapat diraih apabila seseorang memiliki rasa sabar, takwa, tawakkal, serta beriman dan selalu mengingat Allah Swt, hal ini dapat dilihat dari penafsiran Hamka dalam kitab tafsir al-Azhar ketika menafsirkan ayat-ayat al-Qur'an yang terdapat ungkapan *taṭma'innul qulūb*. Adapun ketenteraman hati pada Q.S Āli-Imrān ayat 126 ialah dengan bersabar serta bertakwa dan bertawakkal kepada Allah Swt, ketenteraman hati pada Q.S al- Māidah ayat 113 ialah dengan beriman kepada Allah Swt melalui bersyukur atas nikmat yang telah diterima selama ini, ketenteraman hati pada Q.S al- anfāl ayat 10 ialah dengan yakin akan pertolongan Allah Swt dengan bertakwa kepada-Nya dan juga bersabar dibersamai dengan ikhtiar , dan ketenteraman hati pada Q.S al- Ra'du ayat 28 ialah beriman kepada

Allah Swt dengan selalu mengingat-Nya dengan berzikir kepada Allah Swt.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil dari penyusunan serta penulisan skripsi ini penulis menyadari bahwasannya penelitian ini belum bisa dikatakan sempurna dan penelitian ini tidak lepas dari kekurangan dan juga kesalahan. Pada kesempatan ini dikatakan penelitian ini pada dasarnya belum dikatakan selesai dan masih banyak bagian dari penelitian ini yang dapat dikaji lebih mendalam mengingat terdapat beberapa ungkapan mengenai ketenteraman hati didalam al-Qur'an.

Pada penelitian ini penulis telah berusaha mengkaji mengenai salah satu ungkapan ketenteraman hati didalam al-Qur'an serta menjelaskan ketenteraman hati melalui tafsir al-Azhar, oleh karena itu penulis berharap penelitian ini tidak berhenti pada pembahasan satu ungkapan ketenteraman hati serta satu penafsiran saja namun penelitian ini masih bisa dikaji melalui ungkapan ketenteraman hati lainnya disertai dengan penafsiran dari mufassir lain.





## DAFTAR PUSTAKA

### A. Buku

- Abdul, Jalal H.A. *Urgensi Tafsir Maudhu'i Pada Masa Kini*. Jakarta: Kalam Mulia. 1990.
- Ahmad Warson Munawwir. *Kamus al-Munawwir: Arab Indonesia*, Surabaya: Pustaka Progresif. 1997.
- Hamka, Prof. Dr. *Tafsir Al-Azhar*. Jakarta: PT. Pustaka Panjimas, 1985.
- Hamka, Prof. Dr. *Tasawuf Modern Cetakan XVII*. Jakarta: Yayasan Nurul Islam, 1981.
- Ibnu Hajar. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 1999.
- K. H. Q. Shaleh, H. A. A. Dahlah, dkk. *Asbāb al-nuzūl Latar belakang Historis turunnyā Ayat-Ayat Al-Qur'an*. Bandung: CV. Penerbit Diponegoro, 2000.
- M. Ashaf, Saleh. *Takwa: Makna dan Hikmahnya Dalam Al-Qur'an*, Cet. PT. Gelora Askara Pratama. Jakarta Timur: Penerbit Erlangga, 2008.
- M. Quraish, Shihab. *Membumikan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan, 1922.
- ..... *Lentera Hati*. Bandung: Mizan, 2008.
- ..... *Tafsir al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 3*. Jakarta: Lentera Hati, 2001.
- Nasiruddin, Zuhdi. *Ensiklopedia Religi kata-kata Serapan Asing Arab-Indonesia*. Jakarta: Yayasan Eaqaq Darus-Sunnah, 2019.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Umum Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai pustaka, 2002.

Subagyo, P. Joko. *Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1999.

Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*., Jakarta: PT. Media Pustaka Phoenix, 2018.

## **B. Jurnal/ Artikel**

Al Baqi, Safiruddin dan Abdah Munfaridatus Sholihah. “*Manfaat Shalat Untuk Kesehatan Mental: Sebuah Pendekatan Psikoreligi Terhadap Pasien Muslim*”. Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama. Vol.11 No. 1. 2019.

Arifin, Ali Zaenal dan Fitri Fatuma Sholikhah. “*Makna Qolbun Salim Dalam Al-Qur’an (Kajian Tahlili QS. Asy-Syu’ara Ayat 88-89 dan QS As-Saffat Ayat 83-84 Dalam Tafsir Ruh Al-Ma’ani Karya Al-Alusi)*”. Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Vol. 2 No.1 2022.

Dunggio, Rahmat. “*Penyebab Kekalahan Umat Muslim Dalam Perang Uhud Tahun 625 M*”. IAIN Manado Vol. 1 No. 1. 2022.

Fauziah, Siti. “*Pengaruh Shalat Dalam Perspektif Islam Terhadap Psikologi Individu*”. UIN Raden Fatah Palembang Vol.2 2022.

Fuadi, “*Refleksi Pemikiran Hamka tentang Metode mendapatkan Kebahagiaan*”. UIN Ar-Raniry Vol. 20 No. 1. 2018.

Hidayati, Husnul. “*Metodologi Tafsir Kontekstual Al-Azhar Karya Buya Hamka*”. Universitas Islam Negeri Mataram Vol. 1 No. 1. 2018.

Kholis. “*Implementasi Kegiatan Dzikir Pagi dan Petang dan Perannya Dalam Membentuk Kecerdasan Spiritual Santri Pondok Pasantren*”. Institut Agama Islam Tasikmalaya, Vol. 4 No. 2024.

Medi Romi, Ardianto dan Ahmad Zamroni. *“Implikasi Ketenangan Jiwa dan Ketenteraman Hati Sebagai Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Bagi Remaja”*. Journal Vol.1 Nomor.1 (2021).

Muhammad Hilmi Jalil dkk, *“Konsep Hati Menurut Al-Ghazali”*. Institut Islam Hadhari Universitas Kebangsaan Malaysia. Vol. 11 No. 11, 2016.

Mutammimul. Ula., RiSawandi dan Rosdian. *“Sistem Pengenalan dan Penerjemahan alQur’an Surah al-Waqiah Melalui Suara Menggunakan Transformasi Sumudu”*. TECHSI: Vol. 11, No.1, April 2019.

Nasution, Muhammad Arsad. *Pendekatan Dalam Tafsir (Tafsir Bi Al Matsur, Tafsir Bi Al Ra’yi, Tafsir Bi Al Isyari)*, Vol. 4 No. 2 (2018).

Perdy, Karuru. *Pentingnya Kajian Pustaka Dalam Penelitian*. Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan Nomor. 2 (2013).

### **C. Skripsi**

Ari Kurniawan Rizqi, *“Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M.Quraish Shihab”* (studi tafsir al-Misbah). IAIN Ponorogo, 2022.

A’rifatul, Hikmah. *“Konsep Jiwa yang tenang” (Studi Tafsir Tematik)*. UIN Sunan Kalijaga. 2009.

Budi, Safarianto. *“Konsep Hati Menurut Imam Ibnu Qayyim Al-Zaujiyah Dalam Tafsir Al Qayyim”*. Pascasarjana Institut PTQI Jakarta. 2016.

Jihad, Saiful. *“Kisah Perang Badar dan Perang Uhud Dalam Al-Qur’an”*. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017.

Munajat. *“Keteladanan Perspektif Hamka Kajian Tafsir Al-Azhar”*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021.

M. Zulfikri, Islami. *“Ketenangan hati Dalam Al-Qur’an (Study Analisis Penfsiran Taṭma’innul qulūb Obat Overthingking dan Kecemasan Berlebihan (Enxiety))”*. UIN Maulana Malik Ibrahim, 2023.

Novi Nurjannah, Azhari. *“Ketenangan Hati Dalam Al-Qur’an (Telaah Pemikiran Syaikh Najmuddin Al-Kubro)”*. UIN Sunan Ampel, 2019

Nurul Fani Nasrulloh, *“Konsep Ketenagan Hati Persfektif al-Qur’an” (studi analisis semanti Thosihiko Izutsu)*, UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023.

Salasati, Putri. *“Pengembangan Yoga Berbasis Gerakan Shalat Untuk Melatih Kemampuan Self-Control Anak Usia Dini”*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. 2022.

Syarifah, Rahmah. *“Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Hamka (Studi Tafsir al-Azhar)”*. UIN Antasari Banjarmasin, 2023.

Umami, Laila Hanif. *“Kebahagiaan dalam al-Qur’an Persfektif Buya Hamka dan M. Quraish Shihab” (Studi Komperatif Antara Tafsir al-Azhar dan Tafsir al-Misbah)*. IAIN Surakarta, 2020.

#### **D. Web Site**

Badan Narkotika Nasional Provinsi Sumatera Selatan. *“Narkoba dan Kesehatan Mental.”* <https://sumsel.bnn.go.id/narkoba-kesehatan-mental/> (di akses pada 5 Juli 2024).

Paradini, dr. Ratih. *“Hormon Bahagia dan Cara Islam Meningkatkan”*. Narasipost.com. <https://narasipost.com/medical/06/2023/hormon-bahagia-dan-cara-islam-meningkatkannya/> (di akses pada 5 Desember 2024).

Quran.com. “*Surah Al-Ra’du 1-43*”.  
<https://quran.com/id/surah/guruh-petir/info> (Di akses pada 1 Agustus 2024)

Raya, Irfan Suba. “*Pentingnya Memahami Takwa Dalam Islam*”.  
MUI Sulawesi Selatan. <https://mirro.mui.id/mui-provinsi/52579/pentingnya-memahami-takwa-dalam-islam/>  
(di akses pada 6 Desember 2024).



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### 1. Identitas Diri:

Nama : Humaira  
Tempat/ Tgl Lahir : Takengon/ 22 Februari 2002  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pekerjaan/ Nim : Mahasiswa/ 200303004  
Agama : Islam  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/ Gayo  
Status : Belum Kawin  
Alamat : Takengon, Aceh Tengah

### 2. Orang Tua/ Wali:

Nama Ayah : Yushadi Putra  
Pekerjaan : PNS  
Nama Ibu : Rohani  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

### 3. Riwayat Pendidikan:

A. SD : SDN 12 Bebesen tahun lulus 2014  
B. MTs : MTsN 1 Aceh Tengah lulus 2017  
C. MAN : SMAN 1 Takengon lulus 2020

Banda Aceh, 19 Agustus  
2024  
Penulis,



**Humaira**  
NIM 200303004