

**PEMANFAATAN WAKTU LUANG  
MENURUT BEBERAPA HADIS RASULULLAH SAW  
DAN PENGEMBANGANNYA DALAM BIMBINGAN ISLAM**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh**

**MERI SEPTRIYANTI YURIDA  
NIM. 140402086  
Prodi Bimbingan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR- RANIRY  
DARUSSALAM BANDA ACEH  
2019 M/1440 H**

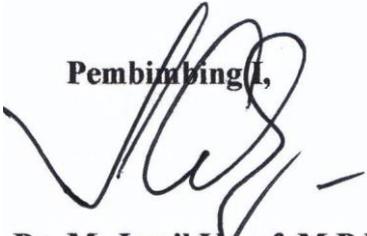
## **SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah  
Prodi Bimbingan Konseling Islam

Oleh

Meri Septriyanti Yurida  
NIM.140402086

Disetujui Oleh:

**Pembimbing I,**  
  
**Dr. M. Jamil Yusuf, M.Pd**  
**NIP. 19580810/198703 1 008**

**Pembimbing II,**  
  
**Dr. Abi M. Yati Lc. M.A**  
**NIDN. 2020018230**

**SKRIPSI**

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

**Diajukan Oleh:**

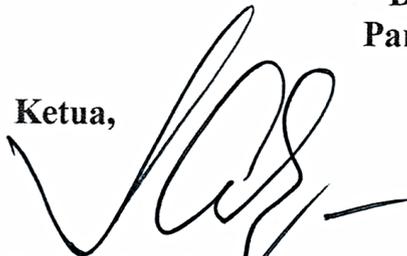
**MERI SEPTRIYANTI YURIDA  
NIM. 140402086  
Pada Hari/Tanggal**

**Sabtu, 26 Januari 2019 M  
20 Jumadil Awal 1440 H**

**di**

**Darussalam-Banda Aceh  
Panitia Sidang Munaqasyah**

**Ketua,**



**Dr. M. Jamil Yusuf, M.Pd  
NIP. 195808101987031008**

**Sekretaris,**



**Dr. Abizal M. Yati, Lc., MA  
NIDN. 2020018230**

**Anggota I,**



**Drs. Umar Latif, MA  
NIP. 195811201992031001**

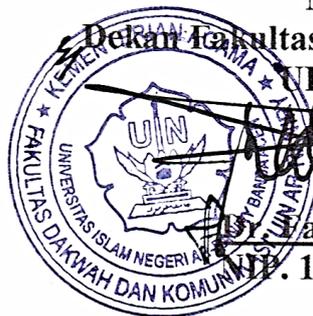
**Anggota II,**



**M. Yusuf MY, S. Sos.I., MA  
NIDN. 2106048401**

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Ar-Raniry,**



**M. Wakhri, S. Sos., MA**

**NIP. 196411291998031001**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Meri Septriyanti Yurida

Nim : 140402086

Jenjang : Strata Satu (S-1)

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi yang berjudul "Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadis Rasulullah \ Saw Dan Pengembangannya Dalam Bimbingan Islam" tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi VIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 18 Januari 2019



Meri Septriyanti Yurida  
NIM. 140402086

## KATA PENGANTAR



Tiada kata yang paling indah selain kata memuja dan memuji kehadiran Ilahi Rabbi yaitu Allah *Ta'ala* yang telah memberikan kesehatan pikiran dan badan, memperlancar segala urusan, dan melimpahkan karunia-Nya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Shalawat beserta salam kepada salah seorang yang tidak bertitel sarjana melaikan bertitel Habiballah yaitu Rasulullah Nabi Besar Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*, yang telah memberi pedoman untuk dapat menjalani hidup dengan sebaik-baik dengan memanfaatkan kesempatan yang ada. Penulisan skripsi ini dimaksudkan guna melengkapi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Prodi Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, dengan judul “**Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadis Rasulullah Saw dan Pengembangannya dalam Bimbingan Islam**”.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari terdapat banyak kekurangan, mengingat keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis. Namun berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan. Maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis, yaitu:

1. Kedua Orangtua penulis yang selalu mencurahkan kasih sayangnya selama seumur hidup yaitu Ibunda tercinta Rusmiati Baharuddin yang tanpa pamrih selalu memberi yang terbaik dalam hal apapun bagi penulis serta kepada seluruh keluarga, yang selalu mengingatkan untuk berusaha, berdoa dan beribadah kepada Allah *Ta'ala*. Selanjutnya, kepada seorang lelaki kuat yang selalu mendidik mengajarkan Penulis cara hidup yang mandiri, tertekad kuat, dan beragama serta selalu memberikan dorongan dan motivasi untuk penulis agar tidak kenal yang namanya 'putus asa', yaitu Ayahanda tercinta Nasrun Sabi yang tak pernah bosan-bosannya memberi nasehat selama penulis hidup. Terimakasih mama ayah.
2. Rasa kasih sayang serta terimakasih penulis ucapkan kepada ketiga adik penulis, Mira Widya Nasrianti, Aulia Maulana, Duana Putra Rayyan Afla. Dengan senyuman mereka memberikan motivasi tersendiri bagi penulis, memberi warna dan semangat dalam hidup. Kakak mencintai kalian.
3. Kepada Dr. M. Jamil Yusuf, M.Pd, selaku dosen pembimbing skripsi serta penasehat Akademik, yang tidak bosan-bosannya mengajari hal yang sama berulang kali kepada saya, memberikan masukan-masukan yang berharga, terima kasih karena telah meluangkan waktunya yang sangat berharga. Dan kepada Dr. Abizal M.Yati, Lc.M.A selaku pembimbing kedua yang telah mengarahkan dan memberi motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada Drs. Umar Latif, MA selaku ketua prodi yang memberikan motivasi, senyuman serta arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, serta

semua dosen yang telah mendidik penulis selama ini dan staf karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

5. Ucapan terimakasih terkhusus juga penulis sampaikan kepada salah seorang yang tiada hentinya memberikan dukungan berupa motivasi, dukungan, semangat, serta ikut membantu mengajarkan berbagai hal yang belum penulis tahu sebelumnya, yaitu kepada seorang teman khusus Ulil Albab, S.E. Semoga senantiasa dilimpahkan kesehatan, kemudahan dan dilindungi oleh Allah dalam setiap langkahnya.
6. Ucapan terimakasih yang tiada tara kepada sahabat-sahabat Puan Tursina, Siti Azura, Husna Laena, Azumardi, Adzanmi Urka, Raflizar, Lukman Arifin, yang senantiasa menemani dari awal proses perkuliahan hingga selesai, memberikan semangat, menemani dalam duka, serta memberi warna dalam kebersamaan juga telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.
7. Teman-teman yang seayung langkah dalam perjuang gelar sarja, Amrina, Anberladi, Firtiani, Reda Yani, yang selalu memberi dukungan serta menarik tangan untuk selalu semangat dalam mencapai cita-cita serta teman-teman Bimbingan Konseling Islam Tahun 2014 yang telah membantu saya selama ini, terima kasih banyak.
8. Teman-teman KPM yang mengabdikan diri di Desa Lueng Gayo, Kec.Teunom, Kab. Aceh Jaya serta keluarga besar disana yang telah memberikan wadah untuk berbagi dan juga mendukung penulis hingga saat ini.

Tiada kata yang dapat melukiskan rasa syukur dan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan motivasi kepada penulis, semoga Allah membalas semua kebaikan dengan kebaikan pula.

Meskipun demikian, penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan pada skripsi ini, sehingga masukan dan saran dari pembaca sangat diharapkan. Mudah-mudahan tulisan ini bermanfaat. Akhir kata, hanya kepada Allah kita berserah diri, mudah-mudahan semua mendapat ridha-Nya. Amiin Ya Rabbal 'Alamin.

Banda Aceh, 18 Januari 2019  
Penulis,

Meri Septriyanti Yurida

## DAFTAR ISI

	<b>Hal</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah.....	6
C. Tujuan Masalah.....	7
D. Signifikansi Penelitian.....	7
E. Definisi Operasional.....	8
F. Kajian Terhadap Hasil Penelitian Terdahulu .....	14
<b>BAB II: KAJIAN TEORITIS .....</b>	<b>16</b>
A. Waktu Luang Dalam Kehidupan Manusia .....	16
1. Pengertian Waktu Luang .....	16
2. Tujuan Pemanfaatan Waktu Luang .....	19
3. Urgensi Waktu Luang Dalam Kehidupan .....	20
4. Faktor-Faktor Penyebab Waktu Luang Terbuang .....	27
5. Upaya Memanfaatkan Waktu Luang Dalam Kehidupan.....	31
B. Bimbingan Pemanfaatan Waktu Luang.....	37
1. Pengertian Bimbingan Islam .....	38
2. Tujuan Bimbingan Islam .....	40
3. Ruang Lingkup Bimbingan Islam .....	42
4. Prosedur Bimbingan Waktu Luang .....	46
5. Rancangan Pemanfaatan Waktu Luang.....	48
C. Hadis Rasulullah .....	51
1. Pengertian Hadis.....	51
2. Pembagian Hadis .....	52
3. Fungsi Hadis .....	55
<b>BAB III: METODE PENELITIAN.....</b>	<b>57</b>
A. Jenis Data Penelitian .....	58
B. Sumber Data Penelitian.....	58
C. Teknik Pengumpulan Data.....	60
D. Teknik Analisis Data.....	60
<b>BAB IV:HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>63</b>
A. Pemanfaatan Waktu Dalam Hadis Rasulullah Saw.....	63
B. PemanfaatanWaktu Luang Dalam Bimbingan Islam .....	100
<b>BAB V: PENUTUP .....</b>	<b>114</b>
A. Kesimpulan.....	114
B. Saran .....	115
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>116</b>
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR BAGAN

	<b>Hal</b>
Bagan 4.1: Pembagian dan Pemanfaatan Waktu Luang .....	63

## ABSTRAK

Meri Septriyanti Yurida, NIM. 140402086, *Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadis Rasulullah Saw dan Pengembangannya dalam Bimbingan Islam*, Skripsi S-1, Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, Banda Aceh, 2019.

Setiap manusia dianugerahkan waktu yang sama oleh Allah, yaitu 24 jam sehari semalam yang diperintahkan untuk beribadah kepada Allah serta untuk dapat dimanfaatkan dengan seoptimal mungkin. Namun yang kerap terlihat, banyak manusia yang tidak mampu menggunakan waktu dengan baik, sehingga waktu terbuang dan disia-siakan kedalam hal yang tidak bermanfaat. Untuk menyelesaikan permasalahan ini diperlukan seorang konselor, guna untuk menyelesaikan permasalahan individu-individu yang tidak mampu memanfaatkan waktu luang dengan optimal. Oleh karena itu, penulis menjadikan hadis sebagai pedoman bagi konselor dan klien dalam memanfaatkan waktu dengan optimal. Adapun Tujuan penelitian ini dilakukan, yaitu: (1) untuk mengetahui pemanfaatan waktu luang menurut beberapa hadis Rasulullah, (2) untuk mengetahui pengembangan pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan Islam. Penelitian ini merupakan penelitian pustaka (*Library Research*) dengan menggunakan metode analisis isi (*Content Analysis*), yaitu analisis ilmiah tentang isi pesan suatu komunikasi. Sumber data primer dari kitab-kitab hadis yang shahih serta sumber data sekunder dari buku-buku yang relevan dengan nilai. Sedangkan teknik analisis data yang dilakukan ialah menetapkan masalah atau topik yang dibahas, menghimpun hadis-hadis mengenai waktu luang lalu mempelajari secara keseluruhan, menyusun data yang berkaitan, dan menganalisis data yang ada berkaitan dengan waktu luang ditinjau dari hadis Rasulullah Saw dan pengembangannya dalam bimbingan Islam. Dari hadis dianjurkan untuk pemanfaatan waktu dalam kegiatan positif, beramal salih, bertakwa dan beribadah kepada Allah serta menjauhkan diri dari hal yang merugikan dan kegiatan yang melalaikan diri, membuat dan menjalankan program/jadwal harian, segera dalam mengerjakan pekerjaan dan tidak menundanya, serta menjadi waktu istirahat untuk kesehatan tubuh guna agar kondisi selalu stabil dalam mengerjakan pekerjaan dan aktifitas harian individu. Adapun kesimpulannya, konselor dituntut untuk mampu mengelola waktu dalam pelaksanaan bimbingan, seperti penentuan jadwal, menentukan durasi sesi dan waktu pelaksanaan bimbingan agar proses bimbingan berjalan efektif. Adapun bagi klien setelah mengikuti bimbingan Islam diharapkan mampu memanfaatkan waktu luang dengan optimal dan produktif, tidak menunda pekerjaan, dan semakin meningkat ketaatan dalam beramal dan beribadah kepada Allah.

Kata kunci: Waktu Luang, Hadis Rasulullah Saw, Bimbingan Islam

# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

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

Hadis merupakan salah satu pedoman bagi manusia sesudah al-Qur'an untuk menjalani kehidupan yang benar dan sesuai dengan ketentuan Allah. Menurut Munzier Suparta, "hadis merupakan sesuatu yang bersumber dari Nabi Muhammad baik ucapan, perbuatan maupun ketetapan yang berhubungan dengan hukum atau ketentuan-ketentuan Allah yang disyariatkan kepada manusia."<sup>1</sup>

Hadis merupakan perkataan Rasulullah yang banyak menjelaskan tentang berbagai hal, terutama tentang tatacara membina kehidupan dengan baik sehingga mendapatkan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Adapun hal yang dibicarakan dalam hadis seperti, mengenai ibadah, akhlak, muamalah, dan sebagainya yang berkaitan dengan kehidupan. Pembahasan mengenai waktu luang juga terdapat dalam beberapa hadis Rasulullah. waktu luang ini menjadi satu hal yang sangat ditekankan oleh Rasulullah kepada umatnya, sebab waktu merupakan hal yang paling berharga yang tidak bisa diputar kembali, itulah salah satu alasannya Rasulullah menyeru umatnya untuk menghargai waktu yang dimiliki.

Waktu adalah hal yang sangat berharga untuk tidak disia-siakan. Peribahasa barat yang tidak asing mengatakan "*time is money*". Peribahasa tersebut berarti waktu adalah uang, yang artinya waktu itu sangat berharga sehingga setiap detikanya jika disia-siakan maka tidak akan mendapatkan uang atau

---

<sup>1</sup>Munzier Suparta, *Ilmu Hadits*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2010), hal. 4.

keuntungan yang artinya akan merugi bagi seseorang. Jika individu tidak dapat memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya maka hasil yang didapatkan tidak lain adalah kerugian bagi diri sendiri, seperti perumpaan roda zaman yang akan menggilas jika individu tidak pandai memanfaatkan waktu.

Alan Lakein mengatakan bahwa, “Waktu adalah hidup, yang tidak dapat diubah dan diganti. Menyia-nyiakan waktu berarti menyia-nyiakan hidup, namun menguasai waktu berarti menguasai hidup dan menarik manfaat sebesar-besarnya.”<sup>2</sup> Problematika yang paling rumit yang menghadang umat manusia adalah terbuangnya waktu. Segala sesuatu yang telah lewat disadari ketika waktu tersebut telah berlalu. Sebagaimana dikatakan oleh ‘Awadh Muhammad Al-Qorny bahwa “Waktu itu tidak beranak, tidak memanjang, tidak berhenti dan tidak balik ke belakang tetapi selalu kedepan.”<sup>3</sup>

Waktu luang adalah waktu yang tidak terkait dengan suatu kegiatan apapun seperti pekerjaan maupun tugas-tugas lain yang dituntut dikerjakan dalam waktu tertentu, sehingga seseorang dapat melakukan aktivitas apa saja untuk mendapatkan kesenangan secara psikis, fisik maupun rohani.

Tujuan hidup manusia beragam ada yang berkaitan dengan ibadah, keluarga, pekerjaan sekolah, sosial sehingga manusia harus pandai dalam mengelola waktunya, agar tujuan tersebut dapat terwujud secara seimbang. Masalah yang muncul dalam mengatur waktu adalah jika setiap hari memiliki

---

<sup>2</sup>Alan Lakein, *Waktu & Sukses; Bagaimana Memanfaatkan Waktu Secara Efektif*, Cet ke 4, (Semarang: Dahara Prize, 1992), hal. 7.

<sup>3</sup>Awadh Muhammad Al-Qorny, *Hidup Tanpa Beban*, Terj. Lilik Rahmah Nur Chaisa dan Budiman Mustofa, (Solo: Media Insani Press, 2006), hal. 52.

kegiatan dan sulit untuk dikontrol, maka masalah akan muncul, masalah yang muncul tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yaitu perencanaan yang tidak terorganisasi, tidak jelas, melenceng, tidak konsisten, tidak ada tujuan dan kurang efektif dalam menggunakan waktu.

Penggunaan waktu bagi setiap orang berbeda-beda, hal ini tergantung pada kebiasaan seseorang, pekerjaan, sasaran hidup, status ekonomi, lingkungan dan banyak faktor penyebab lainnya. Orang yang sudah berkeluarga cenderung lebih memilih mempergunakan waktu untuk bekerja, sedangkan anak-anak dan remaja cenderung mempergunakan waktu untuk bermain.

Namun, akibat kemajuan teknologi yang semakin pesat dan pergaulan yang semakin sulit terkontrol, menimbulkan suatu permasalahan tersendiri dalam hal pemanfaatan waktu luang. Anak-anak, remaja, bahkan dewasa pun ikut lalai melakukan kegiatan yang sebenarnya kurang bermanfaat sehingga lupa dengan tugas utamanya. Oleh karena itu, dengan adanya teknologi banyak waktu terbuang untuk kegiatan yang sia-sia. Seperti halnya dikalangan anak-anak dan remaja sekarang, menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain game online baik itu dengan menggunakan handphone ataupun laptop. Lain pula yang terlihat dikalangan dewasa menghabiskan waktu dengan duduk berjam-jam tanpa menghasilkan produktivitas. Seharusnya waktu-waktu yang terbuang tersebut dapat digunakan untuk kegiatan yang lebih bermanfaat lainnya.

Hal ini juga sesuai dengan pendapat Agoes Dariyo, yaitu:

Kebanyakan masyarakat Indonesia, belum mampu memahami dan memanfaatkan waktu luang dengan baik. Umumnya, pelajar, mahasiswa, eksekutif muda, atau masyarakat awam lebih suka untuk bergosip dan mengobrol *ngolor-ngindul* yang tak ada untungnya, yang akhirnya hanya

mengakibatkan pertengkaran dan permusuhan di antara mereka. Jika mereka sedang duduk menunggu keberangkatan pesawat terbang atau keberangkatan kereta api, yang dilakukan hanya duduk bersantai, bengong, ber-sms (*short message service*), *chatting*, atau ber-BBM (*Blackberry messenger*). Mereka yang memanfaatkan waktu luang dengan membaca buku, koran, atau majalah jumlahnya relative kecil (sedikit) dan bisa dihitung dengan jari.<sup>4</sup>

Berkenaan dengan kasus di atas, Rasulullah terlebih dahulu sudah mengajarkan umatnya untuk senantiasa mengontrol dan menggunakan waktu secara optimal, tetapi manusia tetap saja terpedaya dan lalai oleh hasutan dan keindahan dunia. Selain itu Rasulullah juga menganjurkan dan menasehati umatnya untuk selalu mempergunakan waktu, kesempatan dengan sebaiknya agar manusia itu sendiri tidak menyesali segala hal yang telah dilewatkannya. Sebagaimana pepatah arab yang menjelaskan tentang pentingnya pemanfaatan waktu dalam kehidupan, yaitu:

أَوْفُتْ كَالسَّيْفِ فَإِنَّ قَطْعَتَهُ وَإِلَّا قَطَعَكَ، وَنَفْسِكَ إِنْ لَمْ تَشْغَلْهَا بِالْحَقِّ وَإِلَّا شَغَلْتَكَ بِالْبَاطِلِ.

Terjemahnya: “Waktu laksana pedang. Jika engkau tidak menggunakannya dengan baik, maka ia yang akan menebasmu. Dan jika engkau tidak tersibukkan dalam kebaikan, pasti akan tersibukkan dalam hal yang sia-sia.”<sup>5</sup>

Berdasarkan pepatah di atas jelas sekali terlihat bahwa waktu memiliki peranan penting dalam kehidupan. Ibarat pedang, waktu digunakan sebaik-baiknya, untuk hal-hal yang bermanfaat. Agar tajam, waktu digunakan untuk melakukan hal-hal positif, mengasahnya dengan kegiatan bermanfaat.

---

<sup>4</sup>Agoes Dariyo, *Sukses Mengubah Waktu Luang*, (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2013), hal. 5.

<sup>5</sup>Dikutip dalam Rohmat Kurnia, *Menjadi Dirimu yang Terbaik*, (Jakarta: PT Imperial Bhakti Utama, 2011), hal. 2.

Menghabiskan waktu dalam kesia-siaan merupakan hal yang sangat buruk yang bisa membawa kepada amal yang tidak baik pula di hari akhir nanti, namun bila waktu bisa dimanfaatkan dengan baik serta mendekatkan diri kepada Allah maka amalan kebaikan akan dinikmati di hari akhir. Maka rugilah orang-orang yang tidak mampu menggunakan waktu dengan baik selagi kesempatan dimiliki.

Bimbingan Islam merupakan salah satu usaha yang dilakukan oleh konselor untuk menyadarkan klien yang bermasalah dalam mengontrol dan memanfaatkan waktu yang ada secara optimal. Sebagaimana Frank W. Miller yang dikutip oleh Masdudi, mengemukakan bahwa, “Bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan bagi penyesuaian diri secara baik dan maksimum di sekolah, keluarga dan masyarakat.”<sup>6</sup> Sedangkan menurut Masdudi, “Bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.”<sup>7</sup>

Dalam bimbingan dan konseling, waktu luang dikenal dengan *leisure* yang bermakna waktu bebas. *Leisure* dalam bimbingan dan konseling merupakan waktu khusus yang digunakan untuk menghibur diri dengan berbagai aktivitas yang bersifat menyenangkan dan menyegarkan pikiran. Sedangkan dalam Islam,

---

<sup>6</sup>Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktik*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 13.

<sup>7</sup>Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: STAIN Press, 2008), hal. 33.

waktu mempunyai peran yang sangat penting untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat bila mampu dipergunakan dengan baik.

Namun selama ini, kerap terlihat bahwa individu tidak mampu memanfaatkan waktu luang yang ada. Mereka hanya menghabiskan waktu untuk hal-hal yang tidak penting, sekedar menghamburkan hawa nafsu, berangan-angan yang sia-sia, hanya dihabiskan dengan banyak tidur dan digunakan dalam kesia-siaan (yang kurang manfaatnya). Disebabkan banyak individu tidak mampu memanfaatkan waktu luang dengan baik, maka bimbingan Islam memiliki peran untuk memperbaiki permasalahan tersebut. Sebab bimbingan Islam mampu memberikan bantuan, pandangan dan tatacara yang baik dalam pemanfaatan waktu luang sesuai dengan ketentuan dan ajaran Allah. Waktu merupakan hal yang sangat penting untuk dimanfaatkan dalam kehidupan manusia, maka penulis menganggap perlu membahas mengenai pemanfaatan waktu luang. Permasalahan tersebut ditinjau berdasarkan hadis-hadis Rasulullah dan kemudian akan dikembangkan dalam bimbingan Islam.

Berdasarkan permasalahan di atas jelas bahwa waktu sangat penting dalam kehidupan manusia. Maka untuk mengatasi permasalahan di atas, penulis tertarik ingin membahas mengenai *Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadist Rasulullah Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam dan Pengembangannya dalam Bimbingan Islam*.

## **B. Fokus Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, fokus masalah dalam penelitian ini dirumuskan dalam bentuk pernyataan yaitu: bagaimana pemanfaatan waktu luang

menurut beberapa hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* dan bagaimana pengembangannya dalam Bimbingan Islam? Berdasarkan fokus masalah ini dapat dijabarkan beberapa pokok pertanyaan, sebagai berikut:

1. Bagaimana pemanfaatan waktu luang menurut beberapa hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*?
2. Bagaimana pengembangan pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan Islam?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tentang pemanfaatan waktu luang menurut beberapa hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*.
2. Untuk mengetahui pengembangan pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan Islam.

### **D. Signifikansi Penelitian**

Dari penelitian ini, diharapkan ada beberapa manfaat, yaitu:

#### **1. Praktis**

- a. Bagi umum/pembaca: menambah pengetahuan mengenai tatacara atau metode serta manfaat dalam pemanfaatan waktu luang dalam kehidupan. Sehingga individu mampu menerapkan pemanfaatan waktu luang dalam hidup agar dapat menjalani hidup lebih teratur dan berguna bagi individu itu sendiri dan orang lain.

- b. Bagi peneliti: menambah pemahaman serta wawasan mengenai pemanfaatan waktu luang bagi kehidupan dalam hadis Rasulullah.

## **2. Teoritis**

- a. Menambah kajian literatur mengenai pemanfaatan waktu luang menurut hadis Rasulullah dalam bimbingan Islam.
- b. Menjadikan sebuah ilmu bahwa memanfaatkan waktu luang merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi kehidupan.
- c. Sebagai sumbangan penelitian untuk Fakultas Dakwah dan Komunikasi terutama untuk Prodi Bimbingan dan Konseling Islam
- d. Sebagai pemicu untuk penelitian-penelitian lain yang berhubungan dengan waktu luang.

## **E. Definisi Operasional**

Untuk memandu peneliti dalam pengumpulan data, analisis, penarikan kesimpulan, serta untuk menghindari kesalahpahaman pada pembaca. Maka terlebih dahulu peneliti akan menjelaskan beberapa istilah yang terdapat dalam judul penelitian untuk diberikan definisi operasional, sebagai berikut:

### **1. Pemanfaatan**

Dalam Bahasa Indonesia pemanfaatan berasal dari kata ‘manfaat’ yang berarti: “guna; faedah; untung;-- dan mudarat, untung dan rugi; atau baik buruknya. Sedangkan pemanfaatan mempunyai arti proses, cara, perbuatan memanfaatkan”<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup>W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hal.744.

Sedangkan Badudu, mengatakan bahwa : ”Pemanfaatan adalah hal, cara, hasil kerja dalam memanfaatkan sesuatu yang berguna”<sup>9</sup>

Berdasarkan definisi di atas, maka pemanfaatan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penggunaan waktu luang secara produktif dan optimal yang dilakukan oleh seseorang. Dalam hal ini pemanfaatan adalah suatu proses atau tatacara yang dilakukan oleh seseorang (klien) untuk meningkatkan penggunaan waktu luang agar mampu menggunakan waktu luang secara produktif dan optimal yaitu sesuai dengan kebutuhan seseorang (klien) sehingga dapat menjalani hidup dengan teratur dan bahagia di dunia dan akhirat.

## 2. Waktu Luang

Istilah "waktu luang" terdiri dari dua kata, yakni waktu dan luang. Dalam Bahasa Indonesia paling tidak terdapat 7 item yang menjadi arti dari kata "waktu" yaitu:

Waktu berarti: 1) seluruh rangkaian saat ketika proses; perbuatan atau keadaan berada atau berlangsung; 2) lamanya (saat tertentu); 3) saat tertentu untuk melakukan sesuatu; 4) kesempatan, tempo, peluang; 5) detik, saat; 6) hari (keadaan hari) ; dan 7) saat yang ditentukan berdasarkan pembagian bola dunia.<sup>10</sup>

Sedangkan kata "Luang" dalam Bahasa Indonesia adalah “sesuatu yang kosong; kelapangan; lowongan; senggang.”<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup><http://www.definisi-pengertian.com/2015/07/definisi-pengertian-pemanfaatan.html>, di akses pada Selasa, 23 oktober 2018, pukul: 19.16.

<sup>10</sup>Departemen pendidikan RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), hal. 1613.

<sup>11</sup>Tim Pusaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*, (Jakarta: PT Media Pustaka Phoenix, 2010), hal. 543.

Dalam istilah konseling, “waktu luang dinamakan dengan *leisure*. *Leisure* menunjukkan pada waktu-waktu bebas dari pekerjaan atau tugas yang dapat digunakan untuk aktifitas rekreatif.”<sup>12</sup>

Dalam hal ini, Yusuf Al-Qardhawi dikutip dari Syaikh Madun Rasyid membuat definisi waktu luang. Ia mengatakan, “Waktu luang adalah waktu yang terlepas dari kesibukan-kesibukan dan urusan-urusan duniawi yang mencegah seseorang dari kesibukan urusan-urusan akhirat.”<sup>13</sup>

Berdasarkan pendapat di atas maka waktu luang yang dimaksud dalam penelitian ini adalah waktu senggang yang dimiliki oleh setiap orang tanpa disadarinya, yaitu waktu yang tidak terkait dengan kegiatan apapun berupa pekerjaan, tugas-tugas, ataupun aktivitas rutin lainnya, namun belum mampu dimanfaatkan secara produktif dan optimal dalam kegiatan tertentu, disebabkan ketidaksadaran seseorang akan kegunaan dan manfaat dari waktu tersebut. Seharusnya waktu tersebut dapat digunakan dalam beribadah, beramal, keluarga serta kegiatan lainnya untuk menunjang kebahagiaan dunia dan akhirat.

### **3. Hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam***

Menurut Bahasa Indonesia kata “Hadis adalah sabda/perkataan, dan perbuatan Nabi Muhammad, termasuk perkara-perkara yang di-*taqrir*

---

<sup>12</sup>Andi Mappiare, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*, (Jakarta, PT.RajaGrafindo Persada, 2006), hal. 195.

<sup>13</sup>Syaikh Madun Rasyid, *Hiburan & Waktu Luang Antara Kebutuhan Jiwa dan Aturan Syariat*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2005), hal. 32.

(dibiarkan/disetujui) oleh beliau, juga sifat-sifat dan segala sesuatu yang khusus pada pribadi beliau.”<sup>14</sup>

Hadis atau *al-hadis* menurut bahasa berarti الجديد yaitu:

Sesuatu yang baru, menunjukkan sesuatu yang dekat atau waktu yang singkat, seperti perkataan: artinya dia baru masuk/memeluk Islam. Hadis juga sering disebut dengan *al-Khabar*, yang berarti berita, yaitu sesuatu yang dipercakapkan dan dipindahkan dari seseorang kepada orang lain, sama maknanya dengan hadis.<sup>15</sup>

Sedangkan menurut istilah (*terminologi*), para ahli memberikan definisi (*ta'rif*) yang berbeda-beda sesuai dengan latar belakang disiplin ilmunya. Maka menurut Munzier hadis adalah “segala sesuatu yang bersumber dari Nabi Muhammad baik ucapan, perbuatan maupun ketetapan yang berhubungan dengan hukum atau ketentuan-ketentuan Allah yang disyariatkan kepada manusia.”<sup>16</sup>

Berdasarkan pengertian di atas maka hadis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah segala sesuatu yang bersumber dari Rasulullah baik berupa ucapan maupun perbuatan yang mengandung semua ajaran yang diperintahkan dan dilarang oleh Allah sebagai suatu ketentuan yang disyariatkan kepada manusia. Maka, hadis-hadis yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu hadis-hadis yang terkait tentang waktu, pemanfaatan serta kerugian tidak memanfaatkan waktu dengan baik.

### 3. Pengembangan

Dalam Bahasa Indonesia pengembangan diartikan sebagai berikut:

---

<sup>14</sup>Tim Pusaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia...*, hal. 299.

<sup>15</sup>Munzier Suparta, *Ilmu Hadits*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2010), hal. 1.

<sup>16</sup>*Ibid.* Hal. 4.

Asal kata pengembangan berasal dari kata ‘kembang’ yang artinya: mekar terbuka dan terbentang, menjadi besar (luas, banyak, *dsb*), menjadi bertambah-tambah sempurna (tentang pikiran, pengetahuan, *dsb*). Kemudian pengembangan juga diarti, sebagai: orang yang mengembangkan, orang yang bergerak dalam bidang usaha tanah dan rumah, dan perbuatan (hal, cara, usaha) mengembangkan.<sup>17</sup>

Menurut Muhammad Munir, "Pengembangan merupakan salah satu perilaku manajerial yang meliputi pelatihan (*couching*) yang digunakan sebagai sarana untuk meningkatkan keterampilan seseorang dan memudahkan penyesuaian terhadap pekerjaannya dan kemajuan karirnya."<sup>18</sup>

Berdasarkan arti kata di atas maka pengembangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu bentuk perubahan dalam hal pemberian pelatihan atau materi mengenai waktu luang guna untuk meningkatkan perubahan perilaku seseorang (klien) mengenai pemahaman dalam memanfaatkan waktu luang. Di dalam penelitian ini akan dikembangkan tatacara memanfaatkan dan menyadarkan diri klien bahwa waktu luang sangat penting bagi kehidupan seseorang (klien).

#### **4. Bimbingan Islam**

Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata bahasa Inggris yaitu “*guidance* yang berasal dari kata kerja *to guide* yang berarti menunjukkan, memberi jalan, atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang lebih bermanfaat bagi kehidupannya dimasa kini dan akan datang.”<sup>19</sup> Dalam bahasa arab, “kata

---

<sup>17</sup>W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa...*, hal. 556.

<sup>18</sup>Muhammad Munir, *Manajemen Dakwah*, (Jakarta: Kencana, 2009), hal. 243.

<sup>19</sup>Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyeluhan Agama*, (Jakarta: PT Golden Terayon, 1994), hal. 1.

*guide* bahasa arabnya adalah لإرشاد yang artinya pengarahan, bimbingan dan juga bisa berarti menunjukkan atau membimbing.”<sup>20</sup>

Menurut Prayitno dan Erman pengertian bimbingan yaitu:

Proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.”<sup>21</sup>

Sedangkan bimbingan Islam menurut Masdudi adalah “proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.”<sup>22</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli, maka bimbingan Islam yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu layanan pemberian bantuan oleh konselor berupa arahan, motivasi, materi dan menjelaskan kegunaan serta manfaat dari waktu luang kepada klien yang bermasalah berupa sibuk bekerja dapat melalaikan waktu, tidak sadarkan kegunaan dan memanfaatkan waktu dapat menyia-nyiakannya, serta menunda-nunda suatu pekerjaan, agar terjadinya perubahan dan pengembangan pada diri klien berupa kesadaran akan memanfaatkan waktu luang secara optimal sesuai petunjuk yaitu ketentuan al-Qur'an dan as-Sunnah sehingga bahagia dunia dan akhirat.

---

<sup>20</sup>Ahmad Warson Munawwir Al-Munawwir, *Kamus Arab-Indonesia*, (Yogyakarta: Unit Pengadaan Buku-Buku Ilmiah Keagamaan Pondok Pasantren Al-Munawwir, 1984), hal.535.

<sup>21</sup>Prayitno & Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hal. 99.

<sup>22</sup>Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: STAIN Press, 2008), hal. 33.

## F. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini merupakan penelitian yang meneliti tentang Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadist Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* dan Pengembangannya dalam Bimbingan Islam. Keaslian dalam penelitian ini akan diungkapkan berdasarkan pembahasan beberapa penelitian terdahulu yang akan dapat membedakan peneliti lakukan dengan penelitian terdahulu sebagai berikut:

Luthfiatul Fathonah (2015), berjudul: “*Konsep waktu dalam al-Qur`an surah al-Ashr ayat 1-3 menurut M.Quraish dalam Tafsir al-Misbah dan Relevansinya dengan pendidikan Islam.*” Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Ponorogo. Hasil penelitian menunjukkan: (1) konsep waktu menurut M.Quraish Shihah adalah modal utama manusia, jika waktu tidak diisi dengan hal yang bermanfaat maka totalitas manusia itu berada dalam kerugian. Namun demikian beramal salih, saling berwasiat pada kebenaran, dan saling berwasiat pada kesabaran. (2) relevansinya konsep waktu dengan pendidikan Islam adalah ada pada komponen tujuan, pendidik, peserta didik dan kurikulum. Jika diantara komponen pendidikan Islam itu tidak secara efektif dan efisien, maka apa yang diharapkan pendidikan Islam tidak dapat terealisasi dengan baik.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup>Luthfiatul Fathonah, Skripsi: *Konsep Waktu Dalam al-Qur'an Surah al-Ashr Ayat 1-3 Menurut M.Qurasih dalam Tafsir al-Misbah dan Relevansinya dengan Pendidikan Islam*, Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah Sekolah Tinggi Agama Islam Ponorogo, 2015, diunduh pada Senin, 28 Mei 2018, pada pukul: 17.07 WIB.

Risnasari (2015), berjudul: “*Manajemen Waktu Menurut al-Qur'an (kajian tafsir Tahlili QS al-Ashr/59:18)*.” Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir pada fakultas Ushuluddin, Filsafat dan Politik Universitas Islam Negeri (UIN) Alauddin Makasar. Penelitian ini menunjukkan bahwa manajemen waktu merupakan perencanaan, pengornisasian, penggerak, dan pengawasan produktivitas waktu. Dengan manajemen waktu yang baik akan memberikan manfaat dan kehidupan diantaranya: mantap dan semangat menjalani hidup, hidup secara seimbang dan selaras, dan terhindar dari kelelahan kronis dan stress yang dapat berakibat pada gangguan psikologis dan fisik. Menyia-nyiakan waktu akan memberikan dampak kerugian bagi manusia, kata *khusr* ada surah *al-Ashr* dipahami sebagai kerugian, kesesatan, atau kecelakaan besar.<sup>24</sup>

Dari penelitian terdahulu yang telah peneliti uraikan, maka penelitian ini terdapat berbeda dari beberapa penelitian terhadulu, diantaranya: pada pisau analisis yang digunakan untuk meneliti objek dan subjek dari waktu itu sendiri serta sumber data penelitian sehingga hasil yang didapatkan akan berbeda. Berdasarkan pernyataan di atas, maka dengan sangat jelas dapat dikatakan bahwa penelitian ini adalah penelitian yang berbeda dengan penelitian terdahulu, hal ini tentunya dapat menjadi bukti bahwa penelitian ini murni hasil karya peneliti dan dapat dipertanggung jawabkan kebenaran penelitian ini.

---

<sup>24</sup>Risnasari, Skripsi: *Manajemen Waktu Menurut al-Qur'an (Kajian Tafsir Tahlili QS. al-Ashr/59:18)*, Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Alauddin Makasar, 2015, diunduh pada Senin, 28 Mei 2018, pada pukul: 17.05 WIB.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORITIS**

#### **A. Waktu Luang Dalam Kehidupan Manusia**

Waktu luang merupakan anugerah yang luar biasa yang diberikan oleh Allah kepada manusia. Namun kebanyakan manusia tidak menyadarinya sehingga waktu tersebut disia-siakan tanpa digunakan sedikitpun untuk kepentingan dirinya dan orang lain. Padahal, waktu merupakan hal yang sangat berharga bagi manusia karena waktu yang telah berlalu tidak akan kembali lagi. Jika waktu ini dapat digunakan secara optimal maka manusia akan merasakan betapa pentingnya semenit waktu luang yang ada.

Dalam sub bagian ini ada 5 aspek yang akan dibahas yaitu: 1) pengertian waktu luang, 2) tujuan pemanfaatan waktu luang, 3) urgensi waktu luang dalam kehidupan, 4) faktor-faktor penyebab waktu luang terbuang, dan 5) upaya memanfaatkan waktu luang dalam kehidupan.

#### **1. Pengertian Waktu Luang**

Dalam kehidupan ini waktu dan umur tidak dapat dipisahkan, karena kedua hal ini sangat erat kaitannya. Umur adalah modal dasar yang harus dimiliki oleh manusia. Sedangkan waktu adalah suatu hal yang harus dipergunakan sebaik mungkin oleh manusia untuk mendapatkan keuntungan dari setiap detik jam berputar. Agoes Dariyo menjelaskan pengertian waktu luang sebagai berikut:

Waktu luang adalah waktu yang dimiliki oleh setiap orang, tetapi belum dimanfaatkan untuk kegiatan-kegiatan yang bersifat produktif. Sebenarnya setelah seseorang melakukan sesuatu aktivitas, pekerjaan atau tugas tertentu

yang sangat penting dalam hidupnya, ia masih memiliki waktu luang. Waktu luang ini adalah sebuah kesempatan yang mungkin hanya muncul dalam satu waktu tertentu saja, yang sayangnya sering kali berlalu begitu saja. Padahal, jika seseorang memanfaatkannya dengan baik, ia akan memperoleh keuntungan yang berarti dalam hidupnya.<sup>1</sup>

Syaikh Madun Rasyid juga sependapat dengan pendapat di atas, yaitu sebagaimana dikutip dari seorang peneliti berkebangsaan Prancis Jean Doma Sweedo membuat sebuah definisi yang komprehensif tentang waktu luang. Menurutnya, waktu luang itu memiliki empat macam ciri, yaitu:

- a. Memiliki watak atau ciri kebebasan, yakni; bebas dari kewajiban-kewajiban dan bebas untuk memilih aktivitas-aktivitas.
- b. Tidak adanya pemanfaatan. Akibatnya, waktu luang bukan sebuah kereta yang bisa dipergunakan untuk mencapai tujuan apa pun, baik yang bersifat materi atau sosial. Kalau begitu, waktu luang itu memiliki kesia-siaan belaka.
- c. Memiliki ciri kenikmatan. Artinya, aktivitas waktu luang cenderung selalu terkait dengan upaya mencari kesenangan dan hiburan.
- d. Memiliki ciri bersifat pribadi. Fenomena waktu luang itu terkait langsung dengan eksistensi manusia. Artinya, waktu luang memberikan kesempatan kepada seseorang untuk melepaskan diri dari hiruk pikuk rutinitas sehari-hari demi mewujudkan kesempurnaan insani.<sup>2</sup>

Lembaga Da'irah Ma'rifah Al-Ijtima'iyah Al-Amirikiyah menyodorkan tentang pengertian waktu luang. Menurutnya, "waktu luang adalah waktu yang dibebaskan oleh seseorang dari urusan-urusan penting yang harus dilakukan secara langsung atau tidak langsung untuk mendapatkan imbalan tertentu. Ini berarti bahwa waktu luang adalah waktu tambahan dari kebutuhan kerja yang dibutuhkan oleh seseorang untuk tujuan mencari kehidupan."<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup>Agoes Dariyo, *Sukses Mengubah Waktu Luang*, (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2013), hal. 3.

<sup>2</sup>Syaikh Madun Rasyid, *Hiburan & Waktu Luang Antara Kebutuhan Jiwa dan Aturan Syariah*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2005), hal. 24-25.

<sup>3</sup>*Ibid.* Hal. 26.

Untuk lebih jelas mengenai definisi waktu luang maka berikut ini ada beberapa definisi waktu luang diantaranya:

- a. Waktu luang sebagai waktu, yaitu digambarkan sebagai waktu senggang setelah segala kebutuhan telah selesai dilakukan. Yang mana, hal ini memberikan tambahan waktu untuk melakukan segala hal sesuai dengan keinginan.
- b. Waktu luang sebagai aktivitas, merupakan sesuatu yang terbentuk dari berbagai macam kegiatan baik itu sifatnya mendidik atau menghibur, yang mana seseorang akan mengikuti sesuai dengan keinginannya.
- c. Waktu luang sebagai suasana hati atau sikap mental yang positif, merupakan hal yang berhubungan dengan kejiwaan dan sikap yang berhubungan dengan hal-hal keagamaan, hal ini bukan dikarenakan oleh beberapa faktor-faktor yang datang dari luar melainkan suatu keadaan dalam jiwa atau sikap dalam suatu pola pemikiran.
- d. Waktu luang sebagai suatu yang memiliki arti yang luas, yaitu waktu luang sebagai relaksasi, hiburan dan pengembangan diri.
- e. Waktu luang sebagai gaya hidup, yaitu suatu kehidupan yang bebas dari tekanan-tekanan yang berasal dari luar kebudayaan seseorang dan lingkungannya sehingga mampu untuk bertindak sesuai rasa kasih yang tak terelakan yang bersifat menyenangkan, dan menyediakan sebuah dasar keyakinan.<sup>4</sup>

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa waktu luang merupakan waktu senggang yang dimiliki oleh setiap individu baik itu diluar kegiatan yang dilakukan setiap hari maupun kegiatan tambahan, akan tetapi individu tersebut tidak mampu digunakan dengan optimal dan produktif. Sedangkan waktu mempunyai sifat yang cepat berlalu dan tidak akan pernah kembali, karena waktu sifat sementara bukan bersifat kekal sehingga bisa ditabung layaknya uang. Waktu hanya bisa digunakan sekali pakai saja yaitu ketika adanya peluang dan kesempatan yang dimiliki oleh individu. Waktu ini

---

<sup>4</sup>Fachrun Nizar, *Pemanfaatan Waktu Luang (Studi Kasus Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin)*, Skripsi Sosiologi (diunduh), (Makasar: Fisip UNHAS, 2014), hal. 11-12, diakses pada senin, 28 Mei 2015, pada pukul. 17.04 WIB.

bisa dimanfaatkan dalam banyak kegiatan seperti beribadah, berkerja, melakukan kegiatan yang disenangin lainnya namun menguntungkan bagi dirinya pribadi.

## **2. Tujuan Pemanfaatan Waktu Luang**

Bisa menggunakan waktu dengan baik merupakan hal yang sangat baik dan beruntung dimiliki oleh seseorang. Namun hal itu hanya dapat dilakukan oleh orang yang paham betapa pentingnya waktu sehinggampu menggunakan, memanfaatkan serta mengontrol waktu secara optimal dalam kehidupannya.

Berikut ini tujuan pemanfaatan waktu luang dalam kehidupan, sebagai berikut:

- a. Mampu mengatur waktu dengan optimal sehingga dapat dimanfaatkan untuk kegiatan yang berguna.
- b. Melakukan ibadah dengan tenang, sehingga memiliki waktu yang cukup untuk mendekati diri kepada Allah.
- c. Mampu melakukan pekerjaan tepat pada waktunya tanpa harus menunda-nunda pekerjaan (disiplin).
- d. Dengan memanfaatkan waktu bisa menjadi orang yang berhasil dalam hal pekerjaan.
- e. Dapat melakukan berbagai pekerjaan tidak hanya urusan akhirat namun juga urusan duniawi berjalan dengan baik, sehingga bahagia dunia dan akhirat.
- f. Jauh dari penyakit stress sehingga bertambah sehat dan mudah menjalani hidup.

Berdasarkan penjelasan diatas maka tujuan pemanfaatan waktu luang adalah agar individu mampu menggunakan, mengatur serta memanfaatkan waktu

dengan optimal, produktif sehingga semua kegiatan berjalan sesuai dengan kaidahnya.

### **3. Urgensi Waktu Luang Dalam Kehidupan**

Waktu mempunyai peran penting dalam kehidupan, sebab waktu mampu memberikan keuntungan, juga kerugian serta pengalaman yang berharga bagi kehidupan. Waktu mempunyai karakteristik yang tidak bisa diubah, berhenti, ditabung karena pada dasarnya waktu terus berjalan, berputar sesuai dengan ketentuan sehingga dikatakanlah waktu itu cepat berlalu sehingga tidak bisa di putar kembali, waktu itu mustahil kembali, dan waktu harta termahal yang tidak ada bandingannya dengan emas, permata, tahta dan segala jenis harta apapun. Berikut ini beberapakararakteristik tentang waktu sehingga waktu sangat penting dalam kehidupan, sebagai berikut:

#### **a. Waktu Cepat Berlalu**

Waktu berjalan bagaikan awan, lari bagaikan angin, baik waktu suka maupun duka. Sepintas saat suka tampak lebih cepat dibandingkan saat duka atau sengsara. Padahal, sebenarnya itu hanya perasaan orang yang mengalaminya, sebagaimana kata seorang penyair:

Tahun-tahun perjumpaan dan kebahagiaan telah berlalu  
Terasa amat pendek seakan beberapa hari saja  
Sudah itu datanglah hari-hari perpisahan  
Terasa amat panjang seakan bertahun-tahun  
Kemudian lewatlah tahun-tahun bersama pemiliknya  
Seakan semua itu berlalu bagaikan mimpi  
Bagaimanapun panjangnya umur manusia di dalam kehidupan

Ini sebenarnya amat pendek selama kematian itu merupakan titikakhir bagi makhluk hidup.<sup>5</sup>

Begitu pun saat terjadinya kiamat, manusia akan saling melihat betapa pendek umur yang telah mereka lewati. Sebagaimana digambarkan dalam firman Allah sebagai berikut:<sup>6</sup>

كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَهَا لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا عَشِيَّةً أَوْ ضُحًى

Terjemahnya: “Pada hari ketika mereka melihat hari kiamat itu (karena suasananya hebat), mereka merasa seakan-akan hanya(sebentar saja)tinggal (di dunia) pada waktu sore atau pagi hari.” (Q.S. an-Nazi’at: 46)<sup>7</sup>

Al-Samarqandi ketika menafsirkan ayat tersebut mengatakan bahwa “orang-orang yang kufur kepada Allah Ta’alamerasa bahwa hidup di dunia cuma sekitar setengah hari, baik di sore hari atau pagi hari.”<sup>8</sup> Beda halnya dengan Abu Hayyan yang mengatakan bahwa “ ‘Asyiyah pada suatu hari sedang duha adalah setengah hari. Menurut orang-orang kafir merasa hidup di dunia paling ialah sehari bahkan terasa cuma setengah hari.”<sup>9</sup> Senada dengan Abu Hayyan, Ibnu Katsir berpendapat bahwa “ungkapan tersebut akan keluar jika mereka dibangkitkan dari dalam kubur dan digiring ke padang mahsyar, mereka kemudian

---

<sup>5</sup>Dalam Yusuf Qardhawi, *Waktu, Kekuasaan, Kekayaan sebagai Amanah Allah*, Terj. Abu Fahmi, (Jakarta: Gema Insani Press, 2002), hal. 20.

<sup>6</sup>*Ibid.* Hal. 21.

<sup>7</sup>Departemen Agama RI, *Al-Qur`an dan Terjemahnya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 584.

<sup>8</sup>Al-Samarqandiy, *Bahr al-‘Ulum*, Juz.IV, CD ROM al-Maktabah al-Syamilah, hal. 368.

<sup>9</sup>Muhammad bin Yusuf Abu Hayyan al-Andalusiy, *Tafsir al-Bahr al-Muhit*, Juz. VIII, Cet.I: Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyah, 1413 H 1993 M, hal 416.

menganggap masa kehidupan dunia sangat singkat, seakan-akan masanya hanya sehari atau setengah hari.”<sup>10</sup>

#### b. Waktu Mustahil Kembali

Ciri lain dari waktu ialah jika ia telah berlalu, mustahil bisa kembali atau diganti. Setiap detik, menit, jam, ataupun hari ia lewat begitu cepat. Semua itu terus berlalu dan tak akan dapat kembali. Hal ini pernah diungkapkan oleh Hasan Al Basri dalam kata-kata singkatnya:

Tiada satu haripun yang menampakkan fajarnya kecuali ia akan menyeru, 'Hai anak Adam, aku adalah makhluk baru, dan aku menjadi saksi terhadap amalmu. Maka berbekallah denganku; sebab jika aku sudah lewat, tak mungkin bisa kembali sampai hari kiamat.' Ucapan tersebut bukanlah hadist marfu' yang sampai kepada Rasulullah Sallallahu 'Alaihi Wasallam, seperti yang diduga sebagian orang. Menurut Imam Ali Zainal Abidin, ucapan Hasan Al Bashri itu hanya mirip kata-kata para nabi.<sup>11</sup>

Begitu cepatnya waktu berlalu sehingga setiap orang terutama orang tua terkadang berangan-angan ingin berbalik ke masa lalu, terlebih masa remaja. Hal ini seringkali digambarkan oleh para penyair atau sastrawan, seperti kata salah seorang diantara mereka: “Seorang itu tidak lain adalah penunggang punggung umurnya dalam suatu perjalanan yang dikikis habis oleh hari-hari dan bulan. Ia tertidur dan terjaga setiap hari. Semakin lama, semakin jauh dari dunia, tetapi semakin dekat ke kubur.”<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup>Abu al-Fida' isma'il bin Katsir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*, Juz. XIV, Jaizah: Maktabah Awlad al-Syaikh li al-Turas, hal. 245.

<sup>11</sup>Dalam Yusuf Qardhawi, *Waktu, Kekuasaan,kekayaan ...*, hal. 22.

<sup>12</sup>*Ibid.* Hal. 23.

### c. Waktu Harta Termahal

Waktu cepat berlalu, dan jika berlalu ia tak mungkin kembali, maka berarti waktu adalah harta termahal bagi manusia. Rahasia mahalunya waktu itu karena ia merupakan sarana untuk setiap aktivitas, kreativitas dan produktivitas manusia. Waktu adalah modal pokok bagi manusia, baik secara individu maupun masyarakat. Waktu bukanlah emas seperti yang sering dikatakan peribahasa selama ini, tapi waktu itu lebih mahal daripada emas, Permata, intan, berlian, ataupun batu mulia. Menurut Hasan Al Banna, “Waktu adalah kehidupan.” Kehidupan manusia tidak lain adalah waktu yang ia lewati dari saat ia dilahirkan sampai meninggal. Hasan Al Bashri mengatakan, “Hai anak adam, sesungguhnya (kehidupan) kamu adalah himpunan hari-hari. Setiap hari milikmu itu pergi, berarti pergilah sebagian darimu”<sup>13</sup>

Sebab itu orang yang tidak menghargai nilai waktu, kelak hidupnya akan menyesal. Disuatu saat ia akan menyadari betapa bernilai dan mahalunya waktu bagi amal dan kehidupan manusia. Namun kesadaran itu sudah terlambat. Dalam al-Qur'an disebutkan ada dua situasi, saat manusia merasa menyesal karena kehilangan waktu. Pertama, saat pencabutan ruh dari jasad (kematian), tatkala manusia berpaling dari kehidupan dunia dan menyongsong kehidupan akhirat. Seandainya diberikan masa pengunduran atau waktu penundaan ajal barang sebentar, ia berjanji akan memperbaiki apa-apa yang telah ia rusak selama ini. Ia

---

<sup>13</sup>*Ibid.* Hal. 23.

akan mengejar kembali apa yang telah ia lewatkan.<sup>14</sup> Firman Allah dalam Q.S.al-Munafiqun ayat 9-10 sebagai berikut:

يٰٓأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَلْهِكُمْ ءَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَن ذِكْرِ اللَّهِ ۚ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْخٰسِرُونَ ﴿٩﴾ وَأَنْفِقُوا مِن مَّا رَزَقْنَاكُم مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَكُمُ الۭمَوْتُ ۖ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَآ أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ ۚ وَأَكُن مِّنَ الصَّٰلِحِينَ ﴿١٠﴾

Terjemahnya: Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah harta bendamu dan anak-anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah. Dan barangsiapa berbuat demikian, maka mereka itulah orang-orang yang rugi. Dan infakkanlah sebagian dari apa yang telah Kami berikan kepadamu sebelum kematian datang kepada salah seorang di antara kamu; lalu dia berkata (menyesali),”Ya Tuhanku, sekiranya Engkau berkenan menunda (kematian)ku sedikit waktu lagi, maka aku dapat bersedekah dan aku termasuk orang-orang yang saleh. (Q.S. al-Munafiqun 9-10)<sup>15</sup>

Pertanyaan dan keinginan orang yang menyesal itu kemudian dijawab oleh Allah dengan firman-Nya:

وَلَن يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا ۚ وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١١﴾

Terjemahnya: “Dan Allah tidak akan menunda (kematian) seseorang apabilawaktu kematiannya telah tiba. Dan Allah Maha Teliti apa yang kamu kerjakan.” (Q.S. al-Munafiqun:11)<sup>16</sup>

Berdasarkan ayat di atas, Allah *Ta'ala* memerintahkan hamba-hamba-Nya agar memperbanyak dzikir dan melarang mereka dari menyibukkan diri dan melarang mereka dari menyibukkan diri dengan harta dan anak, sehingga lupa berdzikir kepada-Nya. Allah *Ta'ala* juga memberitahukan bahwa barangsiapa

<sup>14</sup>*Ibid.* Hal. 24-25.

<sup>15</sup>Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid Terjemahnya dan Transliterasi*, (Jakarta: PT Pena Pundi Aksara, 2009), hal.1295.

<sup>16</sup>*Ibid.*Hal. 1296.

yang terpedaya dengan kenikmatan dunia dan perhiasannya sehingga membuat dirinya lupa untuk berdzikir dan melakukan ketaatan kepada Rabbnya, maka sesungguhnya dia termasuk orang-orang yang merugi, baik rugi terhadap dirinya sendiri ataupun merugikan keluarganya pada hari kiamat kelak. Setelah itu, Allah *Ta'ala* mendorong mereka untuk senantiasa berinfak sebagai bentuk ketaatan kepada-Nya.<sup>17</sup>

Setiap orang yang menya-nyiakan kesempatannya akan menyesal ketika menghadapi kematian (sakaratul maut). Dia meminta agar usianya diperpanjang meskipun hanya sesaat untuk mengetahui dan memperbaiki sesuatu yang telah disia-siakannya. Ketahuilah bahwa hal itu tidak mungkin. Sesungguhnya sesuatu yang telah terjadi, dan apa yang akan terjadi itu pasti tiba, semua tergantung kepada penyikapannya. Maka sebelum kematian tiba, perbaiki diri dengan beramal kepada Allah agar selamat di dunia dan di akhirat.

Kedua, saat di akhirat, yakni saat manusia menerima balasan dari apa yang telah dikerjakan atau diusahakannya. Saat para ahli surga masuk kedalam surga dan para ahli neraka masuk ke dalam neraka. Pada saat itu penduduk neraka berandai-andai, jika mereka kembali lagi ke dunia, niscaya mereka akan memulai babak baru untuk berbuat amat salih. Namun sungguh mustahil apa yang mereka angankan itu, sebab masa untuk beramal telah lewat dan telah datang masa untuk menerima balasan.

---

<sup>17</sup>Abul Fida' 'Imaduddin Isma'il Umar bin Katsir al-Qurasyi al-Bushrawi. *Tafsir Ibnu Katsir jilid 10*, Terj. Arif Rahman Hakim & Muhammad Zaini, (Surakarta: Insan Kamil, 2015), hal. 178.

Padahal sesungguhnya, ada dua hal penting yang harus diperhatikan sebagai seorang muslim, yaitu:<sup>18</sup> Pertama, sesungguhnya umur seorang manusia itu bukan miliknya pribadi, melainkan milik Allah *Ta'ala*. Maka dari itu, pada hakekatnya manusia hanya sebagai khalifah yang harus mengfungsikan umurnya untuk melakukan hal-hal sesuai yang diperintahkan-Nya. Mengingat umur manusia itu milik Allah, termasuk juga jiwa yang dikandungnya, maka Islam melarang keras seseorang menyia-nyiakan waktu dan umurnya dalam bentuk apa pun dan demi dalih atau alasan apa pun.

Kedua, sesungguhnya seorang manusia itu dituntut menghabiskan seluruh waktunya untuk beribadah dan taat kepada Allah. Jangkauan ibadah dalam Islam itu sangat jauh, luas, dan universal, yakni: mencakup semua ucapan dan perbuatan yang disukai serta diridhai oleh Allah. Artinya, makna ini mengandung berbagai macam aktivitas, berupa perbuatan, pemikiran, diam, gerak, kesungguhan, canda, maka, minum, tidur, menuntut ilmu, berhijab dan sebagainya. Jadi seluruh aktivitas dan gerak-gerak seseorang itu adalah kata lain keberagaman dalam satu makna yang bernama ibadah.

Dari penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa urgensi waktu luang dalam kehidupan adalah karena waktu cepat berlalu, waktu mustahil kembali dan waktu adalah harta termahal. Sepintas terlihat waktu adalah sesuatu yang sangat sederhana namun dibalik itu waktu memiliki manfaat yang sangat besar dalam kehidupan ini, sedetik saja waktu tidak dimanfaatkan maka kerugian akan menghampiri.

---

<sup>18</sup>Syaikh Madun Rasyid, *Hiburan & Waktu...*, hal. 29.

#### 4. Faktor-Faktor Penyebab Waktu Terbuang

Dalam hidup, terdapat bahaya yang cukup banyak, yang dapat membinasakan waktu bagi manusia serta dapat memakan usianya apabila tidak waspada serta tidak mampu menggunakannya dengan baik. Berikut ini faktor-faktor penyebab waktu terbuang, sebagai berikut:

##### a. Kelalaian

Yusuf Qardhawi mengatakan bahwa "Kelalain adalah suatu penyakit yang menimpa akal dan hari manusia, sehingga ia hilang kesadarannya terhadap kejadian-kejadian yang dihadapi, pergantian malam dan siang, dan hilang kesadaran terhadap faedah sesuatu dan akibat segala urusan."<sup>19</sup>

Orang yang lalai sering kali tertipu sehingga mereka dengan suka hati mengikuti langkah-langkan setan. Seorang penyair berkata:

“Wahai orang yang terpedaya, siang harimu dipenuhi dengan kelalaian dan kelupaan, dan malam harimu penuh dengan tidur. (jika kamu terus melakukan ini maka) kebinasaan adalah suatu kepastian. Dan kamu akan merasa letih ketika menemukan akibat yang pasti tidak akan kamu terima karena keberadaanmu di dunia tidak jauh berbeda dengan hewan-hewan yang mencari kehidupan. Kamu gembira dengan (dunia) yang akan sirna dan senang dengan angan-angan kosong tidak bermakna, (sehingga) keadaanmu bagaikan orang yang terlena dengan kenikmatan mimpi dalam lelapnya tidur.”<sup>20</sup>

Gambaran di atas sangatlah tepat dan tidak mengherankan karena lamunan, impian, dan khayalan adalah modal yang dimiliki oleh orang yang mengalami kebangkrutan. Sehingga waktu yang ada tidak pernah diperhatikan

---

<sup>19</sup>Yusuf Qardhawi, *Time is Up! Manajemen Waktu Islami*, (Yogyakarta: Qudsi Media, 2007), hal. 147.

<sup>20</sup>Dalam Khalid Abdul Mu'thi Khalif, *Nasihat untuk Orang-orang Lalai*, Terj. Abdul Hayyie al-Kattani & Arif Chasanul-Muna, (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), hal. 171.

dandikelola dengan baik dalam penggunaannya. Dampaknya waktu terbuang dengan sia-sia.

Rasulullah telah mengingatkan umatnya agar jauh dari sifat yang melalaikan, sebagaimana dalam sabda Rasulullah:

حَدَّثَنِي حَزْمَلَةُ بْنُ يَحْيَى بْنِ عَبْدِ اللَّهِ: أَخْبَرَنَا ابْنُ وَهْبٍ: أَخْبَرَنِي يُونُسُ عَنِ ابْنِ شِهَابٍ، عَنْ عُرْوَةَ بْنِ الزُّبَيْرِ، أَنَّ الْمِسْوَرَ بْنَ مَخْرَمَةَ أَخْبَرَهُ، أَنَّ عَمْرُو بْنَ عَوْفٍ، وَهُوَ حَلِيفُ بَنِي عَامِرِ بْنِ لُؤَيٍّ وَكَانَ شَهِدَ بَدْرًا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، أَخْبَرَهُ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ بَعَثَ أَبَا عُبَيْدَةَ بْنَ الْجَرَّاحِ إِلَى الْبَحْرَيْنِ، يَأْتِي بِحِزْبَيْهَا، وَكَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ هُوَ صَاحِبَ أَهْلِ الْبَحْرَيْنِ، وَأَمَرَ عَلَيْهِمُ الْعَلَاءَ بْنَ الْحَضْرَمِيِّ، فَقَدِمَ أَبُو عُبَيْدَةَ بِمَالٍ مِنَ الْبَحْرَيْنِ، فَسَمِعَتِ الْأَنْصَارُ بِقُدُورِ أَبِي عُبَيْدَةَ، فَوَافُوا صَلَاةَ الْفَجْرِ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، فَلَمَّا صَلَّى رَسُولُ اللَّهِ ﷺ انصرفت، فَتَعَرَّضُوا لَهُ، فَتَبَسَّمَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ رَأَاهُمْ، ثُمَّ قَالَ: (أَطْنُكُمْ سَمِعْتُمْ أَنَّ أَبَا عُبَيْدَةَ قَدِمَ بِشَيْءٍ مِنَ الْبَحْرَيْنِ؟) فَقَالُوا: أَجَلْ، يَا رَسُولَ اللَّهِ! قَالَ: (فَأَبْشِرُوا وَأَمَلُوا مَا يَسُرُّكُمْ، فَوَ اللَّهُ! مَا الْفَقْرُ أَحْشَى عَلَيْكُمْ، وَلَكِنِّي أَحْشَى عَلَيْكُمْ أَنْ تُبْسَطَ الدُّنْيَا عَلَيْكُمْ، كَمَا بُسِطَتْ عَلَى مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ، فَتَنَافَسُوهَا كَمَا تَنَافَسُوهَا، وَتُلْهِيْكُمْ كَمَا أَلْهَتْهُمْ)

Terjemahnya: Harmalah bin Yahya bin Abdullah bin Harmalah bin Imaran at-Tujibi menyampaikan kepadaku dari Ibnu Wahb yang mengabarkan dari Yunus, dari Ibnu Syihab, dari Urwah bin az-Zubair, dari al-Miswar bin Makhramah, dari Amr bin Auf, sekutu bani Amir bin Lu'ay yang turut serta dalam Perang Badar bersama Rasulullah *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam* bahwa beliau mengutus Abu Ubaidah bin al-Jarrah ke Bahrain untuk mengambil jizyah. Saat itu Rasulullah *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam* telah mengadakan perjanjian damai dengan penduduk Bahrain dan mengangkat al-Ala' bin al-Hadharanmi sebagai amirnya. Kemudian Abu Ubaidah kembali dengan membawa harta dari Bahrain. Orang-orang Ashar mendehar kedatangan Abu Ubaidah dengan membawa jizyah, mereka berkumpul untuk shalat subuh bersama Rasulullah *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam*. Setelah shalat, Rasulullah *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam* hendak beranjak, tetapi mereka menghalanginya. Rasulullah *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam* tersenyum melihat mereka dan bersabda, "Aku kira kalian telah mendengar bahwa Abu Ubaidah telah tiba dari Bahrain dengan membawa sesuatu." Mereka berkata, "Benar, wahai Rasulullah." Beliau bersabda, "Bergembiralah dan dapatkanlah apa yang akan membuat kalian senang. Demi Allah, bukan kekafiran yang aku

khawatirkan terhadap kalian, tetapi yang aku khawatirkan jika dunia dihamparkan kepada kalian sebagaimana telah dihamparkan kepada orang-orang sebelum kalian. Kemudian kalian akan berlomba-lomba mendapatkannya dan akhirnya dunia itu melalaikan kalian sebagaimana ia telah melalaikan mereka."<sup>21</sup>

Berdasarkan hadis di atas jelas bahwa, Allah dan Rasulullah melarang mendekati diri dengan kelalaian, karena lalai membawa kejahatan dan kemudharatan dalam diri manusia tersebut. Sebagaimana Syaikh Shal bin Abdullah berpesan, "Waspadalah engkau dari bersahabat dengan tiga kelompok manusia, yaitu: Ulama yang bersikap tidak acuh, para sufi yang bodoh dan para penguasa yang lalai."

#### b. Menunda-nunda Waktu

Dengan menunda pekerjaan, seseorang akan terbebani pekerjaan-pekerjaan yang menumpuk. Sehingga kita melaksanakan pekerjaan tersebut akan tergesa-gesa karena dikejar oleh waktu. Sangat tepat sebuah ungkapan "orang yang menunda-nunda pekerjaan hanyalah orang-orang yang tidak mampu."

Diriwayatkan bahwa Umar bin Abdul Aziz setiap kali menyelesaikan satu pekerjaan, ia langsung melakukan pekerjaan yang lain. Jika pada siang hari pekerjaannya itu belum selesai, ia menggunakan waktu malamnya untuk menyelesaikannya. Begitu seterusnya sehingga pekerjaannya selesai. Pada suatu hari ada seorang kawan lama yang berkata kepadanya, "Luangkanlah waktu untukku supaya kita bisa berbincang-bincang tentang masa muda dulu?" Umar menjawab, "Setelah hari itu (hari pengangkatanku menjadi khalifah) tidak ada waktu luang bagiku. " kisah ini dicerikan oleh Fatimah Abdul Malik, istri Umar bin Abdul Aziz r.a.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup>Muslim bin al-Hajjah al-Qusyiah an-Naisaburi, *Ensiklopedia Hadits 4; Shahih Muslim* 2, Terj. Masyhari & Tatam Wijaya, (Jakarta: Almahira, 2012), Kitab Zuhud dan Kelembutan Hati, Bab Sabda Nabi Saw, " Dunia Adalah Penjara Bagi Orang Mukmin dan Surga Bagi Orang Kafir.", no. hadis. 7425, hal. 740.

<sup>22</sup>Dalam Khalid Abdul Mu'thi Khalif, *Nasihat untuk Orang...*, hal. 176-177.

Sementara itu, Imam Hasan Al Basri pernah berpesan bahwa: "Waspadalah dari sikap manunda-nunda waktu. Sebab, anda berada di hari ini, bukan di esok hari. Jikalau anda punya hari esok, maka jadilah hari esok itu seperti hari ini. Karena, kalau anda punya hari esok, maka anda tidak akan menyesali kelalaian di hari ini."<sup>23</sup>

Umur manusia sangatlah pendek sehingga menunda-nunda pekerjaan bukanlah keputusan yang bijak. Orang yang giat dalam bekerja selalu menyelesaikan pekerjaan-pekerjaannya tepat pada waktunya. Pada realita kehidupan, bila seseorang menunda pekerjaan duniawi, maka akan dicela. Seharusnya menunda urusan agamalah yang semestinya dicela.

Dalam sikap menunda-nunda dan mengakhirkan kewajiban hari ini sampai besok, terdapat beberapa bahaya, lima di antaranya sebagai berikut:<sup>24</sup>

*Pertama*, Belum ada jaminan hidup hingga besok. Kematian yang mendadak di masa sekarang ini, lebih banyak terjadi daripada masa lalu. Lepas dari kemajuan ilmu kedokteran dan ilmu pengetahuan modern, namun kedokteran tidak dapat mencegah kematian dengan sebab *saktah* (penyakit mati seluruh badan), dan mati sebab *zib-hah* (mati terbunuh). Ilmu pengetahuan modern pun tidak dapat mencegah kematian dengan sebab berbagai macam kejadian, yang tidak dapat dihitung setiap hari, yang diakibatkan oleh peralatan-peralatan peradaban modern, seperti mobil, kapal udara, peralatan mekanik, listrik dan sebagainya.

---

<sup>23</sup>Yusuf Qardhawi, *Time is Up*,,, hal. 151.

<sup>24</sup>*Ibid.* Hal. 152-157.

*Kedua*, jika hidup sampai besok hari, maka tidak selamat dari datangnya penyakit atau kesibukan yang baru. Oleh karena itu, sikap yang terbaik adalah bersegera dalam mengerjakan kebaikan dan menunaikan kewajiban. Sementara itu, Hafshah binti Siriin berkata," Wahai generasi muda, beramallah. Sebab, beramal itu ada di masa muda."

*Ketiga*, setiap hari itu ada amaliahnya dan setiap waktu terdapat kewajiban-kewajiban. Jadi sebenarnya dalam hidup ini tidak ada waktu kosong dari amaliah. *Keempat*, mengakhirikan ketaatan dan menunda waktu dalam mengerjakan kebaikan, akan menjadikan hawa nafsu terbiasa meninggalkannya, sedangkan kebiasaan itu apabila telah melekat menjadi karakter yang sulit dilepaskan, sehingga membuat seseorang secara logika merasa puas dengan kewajiban bersegera mengerjakan ketaatan dan amal salih.

*Kelima*, beramal itu sebagai komitmen manusia yang hidup, orang yang tidak beramal, pada hakikatnya tidak menghayati hidup. Sebab beramal itu senantiasa dituntut selama masih mempunyai urat yang berdenyut, baik yang dikerjakan itu berupa amalan keagamaan atau keduniaan.

Berdasarkan penjelasan di atas faktor lain penyebab waktu terbuang yaitu ketidakpahaman seseorang tentang nilai waktu, kemalasan, merasa cukup dengan apa yang ada, menyerah pada takdir, serta tidak ingin ada kemajuan dalam diri.

## **5. Upaya Pemanfaatan Waktu Luang Dalam Kehidupan**

Kegunaan waktu dalam kehidupan sangatlah berpengaruh dan penting. Dengan waktu manusia bisa menunjukkan berbagai aktivitas dalam kesehariannya, sering kali waktu luang dipergunakan untuk menyalurkan

bakatnya baik dimanfaatkan untuk menjaga kesehatannya maupun untuk mengasah keterampilan yang dimiliki ada juga yang digunakan hanya untuk bermain sebagai pelepas penat dari kesibukan yang dimilikinya.

Mengisi waktu luang dengan hal-hal yang positif dan secara produktif akan dapat mempengaruhi pola hidup seseorang, dan mengatasi ketidak mampuan untuk dapat bersantai-santai karena untuk melakukan sesuatu menggunakan waktu luang dengan cara yang terasa lebih bermanfaat bagi orang yang menjalankan akan memastikan bahwa seseorang akan merasa lebih baik, terlibat penuh dengan kehidupan.

Seorang muslim hendaknya menjadikan hari-hari yang berlalu itu sebagai pelajaran. Sebab, waktu itu dapat melupakan sesuatu yang baru, mendekatkan yang jauh, menciutkan umur, memuak anak-anak, dan mematikan orang-orang tua. Seorang muslim jangan melewatkan waktu begitu saja. Tetapi seorang muslim harus mampu mengambil pelajaran dari apa yang terjadi di baik pengertian waktu. Sebagaimana menurut Ismail Jalili dikutip dari Heri mengatakan bahwa:

Barang siapa yang menggunakan waktunya dalam sehari semalam, tidak untuk melakukan sesuatu kebaikan (hal-hal yang tidak bermanfaat) atau tidak untuk memperoleh kemuliaan dalam hidupnya atau tidak untuk menuntut ilmu yang berguna bagi dirinya, sehingga akan membuat kerugian yang besar. Waktu tidak bisa berputar kembali seperti yang diharapkan seseorang tersebut hanya bisa menyiapkan sedemikian rupa aktivitas yang akan dilalui untuk mengisi waktu luang yang ada, sehingga waktu yang dimiliki akan bermanfaat bagi dirinya dan tidak akan terbuang sia-sia.<sup>25</sup>

---

<sup>25</sup>Heri Mahmudi, *Skripsi: Penggunaan Waktu Luang Mahasiswa Putra FIK Universitas Negeri Yogyakarta*, (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, 2-16), hal. 8, diunduh pada senin, 28 Mei 2018, pada pukul: 17.05 WIB.

Pemanfaatan waktu dengan baik dimulai dengan niat yang baik pula. Untuk mampu memanfaatkan waktu dengan optimal, maka berikut ini ada beberapa cara atau upaya dalam memanfaatkan waktu dalam kehidupan, yaitu sebagai berikut:

a. Mengatur Waktu

Seorang muslim dianjurkan mengatur waktu dalam setiap kali melaksanakan kewajiban atau pekerjaan, baik yang bersifat agamawi maupun duniawi. Dengan pengaturan waktu, setiap pekerjaan dapat diselesaikan dengan baik, sesuai rencana. Antara satu pekerjaan dengan pekerjaan tidak saling mengganggu atau mendahului. Setiap pekerjaan harus diselesaikan dengan cepat, segera dikerjakan. Sebaliknya, pekerjaan yang menurut rencana tidak harus diselesaikan dengan cepat boleh diakhirkan. Demikian pula masalah kewajiban yang sudah ditentukan waktunya maka harus segera dilaksanakan tepat pada waktunya.

Umumnya yang butuh pengaturan waktu adalah orang-orang sibuk yang banyak memiliki tanggung jawab atau beban bertumpuk sehingga mereka merasakan bahwa tugasnya lebih banyak daripada waktu yang tersedia. Sebab itu, satu hal yang perlu diperhatikan dalam pengaturan waktu adalah penyediaan waktu istirahat atau rekreasi. Beristirahat itu penting karena dapat menghilangkan ketegangan atau kejenuhan kerja, baik fisik maupun psikis. Ali bin Abi Thalib r.a

berkata: “ Hiburlah hatimu sesaat, demi sesaat, sebab sesungguhnya hati itu jika dipaksa akan menjadi buta.”<sup>26</sup>

Tidak baik bagi seorang muslim memaksa diri (berlebihan) dalam bekerja sehingga melemahkan kekuatannya, sekalipun pekerjaan tersebut berupa ibadah kepada Allah Ta'ala, misalnya puasa, shalat malam, atau berzuhud. Pemaksaan diri dalam bekerja merupakan tindakan penganiayaan terhadap hak dirinya, keluarganya, dan masyarakatnya. Ada kisah menarik berhubungan dengan istilah “sesaat untuk sesaat” ini.

Al Ashmu`i meriwayatkan bahwa ia melihat seorang perempuan di padang pasir yang ditangannya tergantung sebuah tasbih. Sementara tidak jauh dari tempat itu, terdapat seorang perempuan sedang berhias diri. Al Ashmu`i berkata kepada perempuan (yang sedang bersolek tersebut), “ Sesungguhnya jauh berbeda antara ahli dzikir dengan ahli bersolek.” Maka bersyairlah si perempuan itu, “ Allah-lah sebagian kewajibanku yang tak pernah kulupakan, dan inilah bagian diriku sebagai tempat bercanda dan istirahat.” Akhirnya Al Ashmu`i mengetahui bahwa perempuan itu adalah perempuan shalihah yang sudah bersuami. Ia bersolek, tidak lain untuk suaminya.<sup>27</sup>

#### b. Bekerja Tepat Waktu

Seorang muslim setiap saat dituntut untuk mengetahui tugas dan amalan hati (ibadah), lisan maupun anggota badan. Kemudian ia harus berusaha mengerjakan amalan tersebut tepat pada waktunya sesuai dengan kehendak Allah Ta'ala. Dalam wasiat Abu Bakar kepada Umar ketika beliau membaiaatnya sebagai khalifah dikatakan, “ketahuilah, sesungguhnya bagi Allah amalan di waktu siang

---

<sup>26</sup>Yusuf Qardhawi, *Waktu, Kekuasaan...*, hal. 39.

<sup>27</sup>*Ibid.* Hal. 41.

tidak akan diterima di waktu malam, dan amalam di waktu malam tidak akan diterima di waktu siang.”<sup>28</sup>

Dari keterangan di atas, maka dapat diketahui bahwa seorang muslim tidak boleh mengerjakan suatu pekerjaan apa saja pada waktu kapan saja. Sebaliknya, ia harus mengerjakan sesuatu itu sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Allah pun telah menetapkan sebagian besar waktu ibadah. Masing-masing waktu tersebut tidak boleh didahului ataupun ditunda. Sebagian ulama yang arif mengatakan bahwa:

Setiap hamba Allah mempunyai empat waktu. Tidak ada yang kelimanya. Keempat waktu itu ialah: waktu mendapat nikmat, waktu mendapat ujian, waktu berbuat taat, dan waktu berbuat maksiat. Pada setiap waktu itu terhadap hak Allah, sebagai Tuhanmu, yakni waktu beribadah kepada-Nya. Barangsiapa yang waktunya untuk berbuat taat, maka jalannya adalah menyaksikan anugerah Allah yang memberi petunjuk dan pertolongan untuk melaksanakan ketaatan tersebut. barangsiapa yang waktunya untuk berbuat maksiat, maka jalannya adalah bertaubat dan memohon ampunan Allah Ta'ala. Barangsiapa yang waktunya untuk mendapatkan ujian, maka jalannya adalah ridha dan sabar di hadapan Allah *Ta'ala*.<sup>29</sup>

### c. Memperhatikan Waktu Utama

Seorang muslim yang ingin berlomba-lomba berbuat kebaikan dianjurkan untuk mencari waktu yang diistimewakan Allah *Ta'ala* sebagaimana dalam hadis, ”Sesungguhnya diantara waktu yang diciptakan Allah untuk kalian terdapat waktu yang harum (istimewa). Maka carilah waktu itu!”<sup>30</sup>

Pengistimewaan waktu itu memang urusan Allah. Dan sebenarnya bukan hanya waktu yang diistimewakan Allah *Ta'ala*. Allah juga menentukan apa yang

---

<sup>28</sup>*Ibid.* Hal. 42.

<sup>29</sup>*Ibid.* Hal. 43.

<sup>30</sup>*Ibid.* Hal. 45.

dikehendaki-Nya untuk diberi rahmat-Nya, sebagaimana Allah telah memberi keutamaan bagi sebagian manusia atas manusia lainnya, mengutamakan sebagian barang atas barang lainnya, dan mengutamakan sebagian tempat atas tempat lainnya. Yusuf Al-Qardhawi mengatakan bahwa:

Diantara hari dalam seminggu, terdapat hari yang disitimewakan Allah. Itulah hari jum'at atau hari minggunya umat Islam. Pada hari itu terdapat kewajiban shalat jum'at atau pertemuan jum'at. Dan di antara pelaksanaan shalat jum'at tersebut terdapat saat-saat mustajabah. Jika seorang muslim mengetahui saat tersebut dan kemudian berdoa kepada Allah, niscaya doanya akan dikabulkan Allah. Diantara hari dalam setahun, terdapat sepuluh hari yang diutamakan Allah, yakni sepuluh hari pada bulan Dzulhijjah. Dari sepuluh hari tersebut, ada yang lebih utama lagi, yakni hari Arafah. Jadi hari Arafah ini merupakan hari paling utama dari seluruh hari dalam setahun.<sup>31</sup>

Diantara bulan dalam setahun, terdapat bulan yang istimewa Allah. Salah satunya adalah bulan Ramadhan. Pada bulan inilah pertama kali al-Qur'an diturunkan, sebagai petunjuk bagi manusia dan pembeda antara yang hak dan batil. Pada bulan ini diwajibkan setiap muslim berpuasa, dan disunnahkan mengerjakan shalat malam serta memperbanyak amalan salih. Bulan Ramadhan adalah bulan musiman orang-orang mukmin, tempat perniagaan orang-orang salih, dan arena bagi orang-orang yang berlomba (kebaikan). Seluruh hari dalam bulan Ramadhan merupakan istimewa. Namun, yang lebih istimewa ialah hari kesepuluh terakhir atau sepertiga dari bulan Ramadhan. Ada dua sebab kesepuluh hari tersebut dianggap istimewa. *Pertama*, karena ia adalah penutup bulan puasa. Dan kesempurnaan amalan itu ialah penutupnya. *Kedua*, karena dalam sepuluh

---

<sup>31</sup>*Ibid.* Hal. 46-47.

hari terakhir dari bulan Ramadhan tersebut diperkirakan tibanya Malam *Lailatul Qadr*, yakni suatu malam diajadikan Allah lebih baik dari seribu bulan.

d. Membuat Program Harian

Bagi setiap muslim yang ingin diberkahi umurnya, hendaknya dalam menempuh hidup ini harus berjalan diatur program harian yang sudah diatur dalam Islam. Program ini menuntut seorang muslim untuk melakukan sesuatu dengan segera, misalnya seorang muslim untuk melakukan sesuatu dengan segera, misalnya tidur segera dan bangun juga segera. Kehidupan seorang muslim setiap hari dimulai dari menyingsingnya fajar, atau paling tidak, sebelum terbitnya matahari. Seorang muslim senantiasa menyongsong pagi itu dengan keadaan suci dan bersih sebelum ia dikotori oleh nafas-nafas orang durhaka yang malas bangun, kecuali setelah datangnya waktu dhuha. Namun sayangnya, tidak sedikit umat Islam yang mengubah program hariannya. Mereka sering bergadang semalam suntuk kemudian baru tidur (menjelang subuh) sehingga mereka kehilangan waktu shalat subuh. Sebagian orang salaf berkata, “Sesungguhnya saya merasa heran kepada orang yang melaksanakan shalat subuh terbitnya matahari, bagaimana ia bisa diberi rezeki.”<sup>32</sup>

Seorang muslim senantiasa memulai aktivitas hariannya dengan ketaatan kepada Allah *Ta'ala*. Disamping melaksanakan salat fardhu dan sunnah, juga membaca zikir yang diajarkan Rasulullah *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam*. Selain membaca zikir, setiap muslim juga membaca al-Qur'an, meresapi kandungannya dan memahami artinya. Setelah membaca al-Qur'an, seorang muslim baru

---

<sup>32</sup>*Ibid.* Hal. 51.

bersantap pagi secukupnya: tidak terlalu kenyang, tidak terlalu lapar. Selesai sarapan pagi, berangkat ke tempat tugas harian untuk mencari nafkah atau rezeki yang halal. Dalam Islam sekalipun orang itu kaya, tetap harus memiliki aktivitas harian, misalnya sekedar menjadi pengawas dari kekayaannya tersebut. sebab, keberadaan harta yang tidak diawasi secara tidak langsung mengajarkan orang untuk mencuri.

## **B. Bimbingan Pemanfaatan Waktu Luang**

Bimbingan pemanfaatan waktu luang disini adalah salah satu bentuk pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah dalam penggunaan waktu, individu yang tidak mampu memanfaatkan waktu, serta tidak mampu mengatur waktu dengan tepat. Maka dalam penelitian ini akan membahas mengenai bimbingan pemanfaatan waktu luang, agar memberikan pemahaman yang lebih tepat kepada individu-individu.

Pada bagian sub ini ada 5 aspek yang akan dibahas, yaitu: 1) pengertian bimbingan islam, 2) tujuan bimbingan islam, 3) ruang lingkup waktu luang, 4) prosedur bimbingan waktu luang, dan 5) rancangan pemanfaatan waktu luang.

### **1. Pengertian Bimbingan Islam**

Bimbingan menurut Achmad adalah “upaya bimbingan untuk membantu mengoptimalkan individu.”<sup>33</sup> Sedangkan Syamsul Yusuf mengatakan bahwa, “bimbingan merupakan suatu proses, yang berkesinambungan, bukan kegiatan yang seketika atau kebetulan. Bimbingan merupakan serangkaian

---

<sup>33</sup>Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT Renika Aditama, 2011), hal. 7.

tahapan kegiatan yang sistematis dan berencana yang terarah kepada pencapaian tujuan.”<sup>34</sup>

Menurut Bimo Walgito “bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan individu atau sekumpulan individu untuk menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.”<sup>35</sup>

Menurut Johana Wijaya “bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu-individu yang dilakukan secara terus menerus (*continue*) supaya individu tersebut dapat memahami dirinya sendiri sehingga dia sanggup mengarahkan diri dan bertindak wajar sesuai dengan lingkungan.”<sup>36</sup>

Sedangkan Bimbingan Islam berbeda dengan bimbingan konvensional.

Menurut Samsul Munir bimbingan Islam, sebagai berikut:

“Proses pemberian bantuan yang terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur'an dan hadis kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan al-Qur'an dan hadis.”<sup>37</sup>

Sementara itu, Anwar Sotoyo mendefinisikan bimbingan Islam bahwa:

Upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah Ta'ala kepadanya untuk mempelajari

---

<sup>34</sup>SyamsulYusuf & Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), hal. 6.

<sup>35</sup>Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karier)*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2010), hal. 7.

<sup>36</sup>Johana Wijaya, *Psikologi Bimbingan*, (Bandung: Enerco, 2009), hal. 11.

<sup>37</sup>Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), hal. 23.

tuntunan Allah dan rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai dengan tuntunan Allah *Ta'ala*.<sup>38</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli, maka dapat disimpulkan bimbingan Islam merupakan suatu layanan pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor yang profesional kepada klien baik itu secara individu maupun kelompok yang mengalami masalah, baik anak-anak, remaja, dewasa maupun lansia, sesuai dengan petunjuk yaitu ketentuan al-Qur'an dan as-Sunnah agar klien mampu memecahkan masalah, mengembangkan diri secara mandiri serta mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial sesuai dengan kaidah-kaidah yang berlaku dalam sosial berdasarkan arahan dan kesepakatan klien dengan konselor sehingga mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Dari rumusan di atas tampak, bahwa bimbingan Islam adalah aktifitas yang bersifat "membantu" dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai dengan tuntunan Allah (jalan yang lurus) agar mereka selamat. Sedangkan yang membantu adalah seorang konselor, yaitu seorang mukmin yang memiliki pemahaman yang mendalam tentang tuntunan Allah dan menaatinya.

Sementara itu penelitian ini berhubungan dengan pemanfaatan waktu, maka bimbingan Islam disini yaitu upaya membantu individu agar sadar akan nilai waktu serta mampu memahami pentingnya waktu dalam hidupnya dan mengamalkan amal-amalan kebaikan dengan cara memanfaatkan waktu dengan

---

<sup>38</sup>Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*, (Jogjakarta: Pustaka Pelajar, 2017), hal. 22.

sebaiknya. Bimbingan pemanfaatan waktu ini tentu didampingi oleh seorang konselor yang akan selalu memantau perkembangan individu tersebut.

## 2. Tujuan Bimbingan Islam

Secara umum tujuan bimbingan Islam menurut Samsul Munir yaitu “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.”<sup>39</sup>

Disamping tujuan diatas, menurut Samsul Munir Bimbingan Islam memiliki tujuan yang lebih khusus sebagai berikut:

- a. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa menjadi tenang, damai (*mumtahanah*) bersikap lapang dada (*radhiyah*) pencerahan taufik dan hidayah tuhannya (*mardhiyah*).
- b. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan sosial, dan alam sekitarnya.
- c. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, ketidaksetiakawanan, tolong-menolong, dan rasa kasih sayang.
- d. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya, serta ketabahan menerima ujian-Nya.
- e. Untuk menghasilkan potensi ilahiyah sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya khalifah dengan baik dan benar, dapat memberi manfaat dan keselamatan bagi lingkungan pada berbagai aspek kehidupan.<sup>40</sup>

Selain itu Anwar Sutoyo juga menjelaskan bahwa, bimbingan Islam ini terdiri dua pembagian dilihat dari tujuannya, yaitu jangka pendek dan jangka panjang, sebagai berikut:

---

<sup>39</sup>Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam...*, hal. 40.

<sup>40</sup>*Ibid.* Hal. 42.

Tujuan jangka pendek yang ingin dicapai melalui kegiatan bimbingan adalah agar individu memahami dan menaati tuntunan al-Qur'an, memiliki keimanan yang benar, dan secara bertahap mampu meningkatkan kualitas kepatuhannya kepada Allah Ta'ala, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan amanah yang dibebankan kepadanya, dan ketaatan dalam beribadah sesuai tuntunannya. Tujuan jangka panjang adalah agar individu yang dibimbing secara bertahap bisa berkembang menjadi pribadi *kaffah*. Sedangkan tujuan akhir yang ingin dicapai adalah agar individu yang dibimbing selamat dan bisa hidup bahagia di dunia dan akhirat.<sup>41</sup>

Berdasarkan penjelasan tujuan bimbingan di atas, maka tujuan bimbingan pemanfaatan waktu luang yaitu agar individu mampu memanfaatkan waktu sebaik-baiknya sesuai dengan ajaran Allah, yaitu beribadah, beramal di jalan-Nya sehingga mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Sehingga mampu memahami kegunaan setiap waktu yang dipergunakan oleh individu itu sendiri.

### **3. Ruang Lingkup Bimbingan Islam**

Bimbingan Islam merupakan upaya pemberian bantuan psikologis yang terarah kepada individu atau klien meliputi anak-anak, dewasa dan lansia yang mengalami problematika kehidupan sehingga bahagia dunia dan akhirat. Oleh karena itu, bimbingan Islam akan mengkaji dan mempelajari masalah yang dihadapi oleh klien baik itu berupa masalah yang sedang dialami ataupun yang sudah dialaminya. Masalah-masalah yang muncul dalam kehidupan manusia itu sendiri timbul dari berbagai faktor dan dari berbagai segi kehidupan. Jika dilihat dari faktornya, masalah yang terkait dalam kehidupan manusia yaitu sebagai berikut:<sup>42</sup>

---

<sup>41</sup>Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami...*, hal.24.

<sup>42</sup>Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam...*, hal. 64-67.

a. Pendidikan (Akademik)

Masa pendidikan merupakan masa mencari jati diri bagi para peserta didik, sudah tentu peserta didik akan mendapati hambatan-hambatan dalam proses belajarnya. Dalam hal ini, bimbingan Islam memantau para peserta didik dalam menghadapi dan memecahkan masalah yang dihadapinya dengan cara mengembangkan cara belajar yang efektif, membantu peserta didik agar sukses dalam belajar, dan agar mampu menyesuaikan diri terhadap semua tuntutan program/pendidikan.

Bimbingan pendidikan yaitu bimbingan yang diarahkan untuk membantu para individu dalam menghadapi dan memecahkan masalah pendidikan/ akademik. Bimbingan akademik dilakukan dengan cara mengembangkan suasana belajar-mengajar yang kondusif agar terhindar dari kesulitan belajar.<sup>43</sup>

b. Sosial-Pribadi

Manusia merupakan makhluk sosial yang harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitarnya. Oleh karena itu manusia tidak dipungkiri bahwa manusia tidak mempunyai masalah dengan sosialnya. Maka dengan begitu bimbingan Islam muncul untuk membantu para individu dalam memecahkan masalah-masalah sosial-pribadi. Yang tergolong dalam masalah sosial-pribadi yaitu hubungan dengan sesama teman, dengan dosen serta staf, pemahaman sifat dan kemampuan diri, penyesuaiaan diri dengan lingkungan pendidikan dan masyarakat tempat mereka tinggal dan penyelesaian konflik.

---

<sup>43</sup>Syamsul Yusuf & Juntikan Nurihsan, *Landasan Bimbingan...*, hal. 10.

Bimbingan sosio-pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan dan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh individu.<sup>44</sup>

c. Karir

Dalam dunia pekerja, manusia juga diluput dari namanya masalah. Namun kerap sekali individu tidak mampu menangani masalah yang dihadapinya. Oleh karena itu, bimbingan Islam dalam hal ini membantu individu dalam perencanaan, pengembangan dan pemecahan berbagai masalah karier seperti pemahaman terhadap jabatan dan tugas-tugas kerja, pemahaman kondisi lingkungan, perencanaan dan pengembangan karir, penyesuaian pekerjaan dan pemecahan masalah-masalah karir yang dihadapi.

Bimbingan karir terkait dengan perkembangan kemampuan kognitif, efektif maupun keterampilan individu dalam mewujudkan konsep diri yang positif, memahami proses pengambilan keputusan, maupun memperoleh pengetahuan dalam keterampilan yang akan membantu dirinya memasuki sistem kehidupan sosial budaya yang terus menerus berubah. Lebih lanjut dengan layanan bimbingan karir individu mampu menentukan dan mengambil keputusan secara tepat dan bertanggungjawab atas keputusan yang diambilnya sehingga mereka mampu mewujudkan dirinya secara bermakna.<sup>45</sup>

---

<sup>44</sup>*Ibid.* Hal. 11.

<sup>45</sup>*Ibid.* Hal. 12.

#### d. Keluarga

Keluarga merupakan suatu kelompok kecil yang terdiri dari ayah, ibu, kakak dan adik yang harus memahami peran diri dalam keluarga. Walaupun demikian, dalam keluarga juga akan timbul masalah-masalah yang tak terduga. Oleh karena itu bimbingan Islam akan memberikan bantuan kepada individu sebagai pemimpin atau anggota keluarga agar mampu menciptakan keluarga yang utuh dan harmonis, memberdayakan diri dengan norma keluarga, serta berperan aktif dalam mencapai kehidupan keluarga yang bahagia.

Melalui pemberian layanan bimbingan diharapkan dapat menjadi lebih produktif, dapat menikmati kesejahteraan hidupnya, dan dapat memberi sumbangan yang berarti kepada keluarga, sekolah, lembaga tempat bekerja kelak, serta masyarakat pada umumnya.<sup>46</sup>

#### e. Agama

Dalam menjalani hidup manusia harus mempunyai pegangan, yaitu agama. Karena dalam agama merupakan sebagai pedoman dalam menjalani kehidupan didunia sehingga menciptakan ketentraman dan kebahagiaan didunia dan akhirat. Namun banyak individu yang tidak memahami pentingnya agama dalam kehidupan yang berakibat banyak masalah yang mengatas namakan agama. Dalam hal ini bimbingan Islam sangat diperlukan dalam menangani masalah tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka ruang lingkup bimbingan Islam bukan hanya disekolah atau masalah pendidikan saja. Namun, keluar dari

---

<sup>46</sup>*Ibid.* Hal. 13.

persoalan tersebut kerap sekali masalah-masalah yang lebih kompleks dan unik yang timbul dikalangan lingkungan sekitar. Sehingga individu terbawa kearah yang menyimpang dan jauh dari fitrahnya sebagai manusia yaitu sebagai makhluk sosial dan taat beragama, berbangsa dan bernegara. Oleh karena itu, persoalan yang bersifat umum dan pribadi dalam diselesaikan melalui proses bimbingan Islam. Hal ini sesuaikan dengan tujuan bimbingan Islam, yaitu upaya pemberian bantuan psikologis yang terarah kepada individu atau klien meliputi anak-anak, dewasa dan lansia yang mengalami problematika kehidupan sehingga bahagia dunia dan akhirat.

#### **4. Prosedur Bimbingan Waktu Luang**

Untuk mampu memberikan bimbingan pemanfaatan waktu luang maka diperlukan prosedur pelaksanaannya. Maka prosedur pelaksanaan layanan bimbingan Islam dalam pemanfaatan waktu luang dalam kehidupan, sebagai berikut:

##### **a. Identifikasi Kasus**

Identifikasi kasus menurut Sutirna merupakan “upaya untuk menemukan peserta didik/masyarakat/pekerja/orang yang diduga memerlukan layanan bimbingan konseling”. Sutirna, dikutip dari Robinson memberikan beberapa pendapat yang dapat dilakukan untuk mendeteksi peserta didik yang diduga membutuhkan layanan bimbingan dan konseling, yakni:

- 1) *Call them approach*. Melakukan wawancara dengan memanggil semua peserta didik/masyarakat/orang secara bergiliran sehingga dapat ditemukan peserta didik yang benar-benar membutuhkan layanan konseling.

- 2) *Maintain good relationship*. Menciptakan hubungan yang baik dan penuh keakraban sehingga tidak terjadi jurang pemisah antara guru pembimbing dengan peserta didik. Hal ini dapat dilaksanakan melalui berbagai cara yang tidak hanya terbatas pada hubungan kegiatan belajar mengajar saja. Misalnya, melalui kegiatan ekstra kurikuler, rekreasi, dan situasi-situasi informal lainnya.
- 3) *Developing a desire for counseling*. Menciptakan suasana yang menimbulkan kesadaran peserta didik akan masalah yang dihadapinya. Misalnya, dengan cara mendiskusikan dengan peserta didik yang bersangkutan tentang hasil dari suatu tes, seperti tes inteligensi, tes bakat, dan hasil pengukuran lainnya untuk dianalisis bersama serta diupayakan berbagai tindak lanjutnya.
- 4) Melakukan analisis terhadap hasil belajar peserta didik. Dengan cara ini bisa diketahui tingkat dan jenis kesulitan atau kegagalan belajar yang dihadapi peserta didik.
- 5) Melakukan analisis sosiometris. Dengan cara ini dapat ditemukan peserta didik yang diduga mengalami kesulitan penyesuaian sosial.<sup>47</sup>

Nampaknya yang diharapkan dalam langkah pertama ini belum optimal, seperti orang sakit mendatangi seorang dokter di klinik atau di rumah sakit. Diharapkan nantinya klien atau peserta didik bisa datang sendiri menghubungi guru bimbingan dan konseling untuk menyampaikan permasalahan yang dihadapinya.

#### b. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan langkah lanjutan setelah mengidentifikasi kasus yang ditemukan serta merupakan upaya untuk memahami jenis, karakteristik kesulitan atau masalah yang dihadapi peserta didik/masyarakat/pekerja/orang. Menurut Sutirna “dalam konteks proses belajar mengajar,

---

<sup>47</sup>Sutirna, *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2013), hal.176.

permasalahan peserta didik dapat berkenaan dengan aspek: a) *substansial-material*, b) *struktural-fungsional*, c) *behavioral*; dan d) *personality*”<sup>48</sup>

Sutirna, dikutip dari Prayitno telah mengembangkan suatu instrumen untuk mengidentifikasi masalah peserta didik/ masyarakat/ orang, dengan sebutan Alat Ungkap Masalah (AUM). Instrumen ini sangat membantu dalam mendeteksi lokasi kesulitan yang dihadapi peserta didik, seputar aspek : 1) jasmani dan kesehatan; 2) diri pribadi; 3) hubungan sosial; 4) ekonomi dan keuangan; 5) karier dan pekerjaan; 6) pendidikan dan pelajaran; 7) agama, nilai dan moral, 8) hubungan muda-mudi; 9) keadan dan hubungan keluarga; 10) waktu senggang.<sup>49</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas maka prosedur bimbingan pemanfaatan waktu luang ini adalah suatu gambaran yang akan dilakukan oleh seorang konselor saat melakukan proses konseling untuk mencari akar permasalahan dari masalah yang dimiliki oleh klien.

## **5. Rancangan Pemanfaatan Waktu Luang**

Dalam merancang waktu luang, berartisama halnya dengan memamanajemenkan waktu yang ada. Manajemen waktu sering kali dilihat sebagai serangkaian keterampilan untuk mengatur waktu. Menurut teorinya, jika seseorang menguasai manajemen waktu, maka akan lebih terorganisasi, efisien dan lebih bahagia. Manajemen waktu pribadi terdiri dari berbagai keterampilan seperti menetapkan tujuan, merencanakan, melakukan skala prioritas, mengambil

---

<sup>48</sup>*Ibid.* Hal.177.

<sup>49</sup>*Ibid.* Hal. 177

keputusan, melakukan penugasan, serta melakukan penjadwalan. Berikut ini penjelasannya, yaitu:<sup>50</sup>

a. Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*)

Keterampilan manajemen waktu dimulai dengan kemampuan seseorang untuk menentukan tujuannya. Untuk mencapai tujuan tersebut, manusia harus melakukan berbagai usaha. Masing-masing usaha ini juga harus memiliki tujuan yang jelas yang tidak berlawanan dengan tujuan hidup secara keseluruhan. Tujuan dari masing-masing usaha ini dapat dibagi atas tujuan jangka panjang dan tujuan jangka pendek yang mungkin dicapai setelah jangka waktu tertentu. Seseorang harus dapat merumuskan dengan jelas tujuannya. Semakin jelas tujuan, semakin untuk meraihnya. Tujuan harus dapat dirumuskan sedemikian rupa sehingga spesifik, dapat diukur, dapat dicapai, realistik, dan memiliki batasan waktu.

Seseorang yang tidak memiliki tujuan jangka pendek dan jangka panjang yang jelas untuk mencapai keseluruhan tujuan hidupnya dapat disebut sebagai orang yang panjang angan-angan.

b. Merencanakan (*Planing*)

Setelah tujuan ditetapkan, maka seseorang kemudian harus mentransformasikan tujuan tersebut ke dalam rencana untuk mengambil tindakan. Seseorang mentransfer apa yang ada di dalam pikirannya ke atas kertas untuk melakukan sesuatu. Untuk melakukannya manusia memburuhkan usaha. Rencana perlu dibuat untuk menghadapi hal-hal yang tak berduga di masa yang akan datang.

---

<sup>50</sup>Aliah B. Purwakanian Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islam*. (Jakarta: Rajawali Pres, 2008), hal. 220-224.

Bagi banyak orang rencana hanya tertinggal di atas kertas atau di dalam kepala, dan membutuhkan waktu bertahun-tahun sebelum dilaksanakan. Langkah pertama biasanya merupakan langkah yang tersulit yang membutuhkan keberanian, komitmen, konsentrasi, kesabaran, dan lain-lain. Tulisan untuk mengingat bagaimana pentingnya melaksanakan rencana dapat membantu memberi semangat.

c. Melakukan Skala Prioritas (*Prioritizing*)

Kemampuan untuk memilih tugas yang penting untuk dikerjakan dengan sebaik-baiknya dan diselesaikan selengkap mungkin, merupakan kunci untuk sukses untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Penelitian menunjukkan orang yang sukses dan efektif adalah orang yang terfokus pada tujuan yang penting, mulai bekerja, dan terus terpusat pada pekerjaan sampai tugasnya selesai.

d. Mengambil Keputusan (*Decision-Making*)

Setelah menetapkan pilihan yang harus dilakukan, seseorang harus segera mengambil keputusan untuk melakukannya dan tidak menunda-nunda pekerjaan.

e. Melakukan Penugasan (*Delegating*)

Melakukan penugasan merupakan hal yang penting untuk terlaksananya suatu tujuan. Seseorang tidak dapat mengerjakan semuanya sekaligus. Dengan bantuan orang lain, tugas akan lebih mudah dilaksanakan.

f. Melakukan Penjadwalan (*Scheduling*)

Pekerjaan akan lebih mudah terlaksana jika terjadwal dengan baik. Penentuan lama pekerjaan, kapan dimulai dan kapan diselesaikan akan mendorong tercapainya tujuan yang diharapkan, seseorang juga dapat membuat

diagram yang membantu melihat target waktu yang ditentukan. Dengan mengatur waktu sedemikian rupa beban kerja yang dimiliki akan berkurang satu demi satu.

Salah satu keterampilan manajemen waktu yang penting adalah pengaturan antara waktu istirahat dan waktu bekerja. Manajemen waktu dalam Islam tidak terlepas dari aspek ibadah. Ahli kesehatan telah lama menyadari pentingnya pengaturan waktu bangun dan waktu tidur untuk fungsi kesehatan dan penyakit. Dengan demikian, seseorang harus mengatur jadwal bangun dan jadwal tidurnya sedemikian rupa sehingga membuat kinerja manusia lebih optimal.

### **C. Hadis Rasulullah *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam***

Hadis salah satu bentuk perkataan Rasulullah yang mengajarkan banyak tentang keadaan dunia dan akhirat. Di dalam hadis juga terdapat pengajaran yang jelas sehingga manusia mampu akan tenang, damai serta tentram bila mengikuti semua ajaran yang dibawa oleh Rasulullah.

Dalam sub bagian ini ada 3 aspek yang akan dibahas, yaitu: 1) pengertian hadis, 2) pembagian hadis, dan 3) fungsi hadis.

#### **1. Pengertian Hadis**

Menurut Bahasa Indonesia “kata *Hadis* adalah sabda/perkataan, dan perbuatan Nabi Muhammad *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam*, termasuk perkara-perkara yang di-*taqrir* (dibiarkan/disetujui) oleh beliau, juga sifat-sifat dan segala sesuatu yang khusus pada pribadi beliau.”<sup>51</sup>

---

<sup>51</sup>Tim Pusaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*, (Jakarta: PT Media Pustaka Phoenix, 2010), hal. 299.

Hadis menurut bahasa “*al-Jadid* yang artinya sesuatu yang baru, lawan dari *al-Qadim* (lama) artinya yang berarti menunjukkan kepada waktu yang dekat atau waktu yang singkat.”<sup>52</sup> Hadis juga secara bahasa berarti “ sesuatu yang dibicarakan dan dinukil” juga “ sesuatu yang sedikit dan banyak”. Hadis menurut istilah ahli hadis adalah: apa yang disandarkan kepada Nabi *Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam*, baik berupa ucapan, perbuatan, penetapan, sifat atau sirah beliau, baik sebelum, kenabian atau sesudahnya.”<sup>53</sup>

Sedangkan menurut ahli ushul fikih, “hadis adalah perkataan, perbuatan, dan penetapan yang disandarkan kepada *Rasulullah Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam* setelah kenabian. Adapun sebelum kenabian tidak dianggap sebagai hadis, karena yang dimaksud dengan hadis adalah mengerjakan apa yang menjadi konsekuensinya. Dan ini tidak dapat dilakukan kecuali dengan apa yang terjadi setelah kenabian.”<sup>54</sup>

Berdasarkan pengertian di atas maka hadis merupakan segala sesuatu yang bersumber dari *Rasulullah Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam* baik itu ucapan maupun perbuatan yang mengandung semua ajaran yang diperintah dan dilarang Allah sebagai suatu ketentuan Allah yang disyariatkan kepada manusia. Hadis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah hadis-hadis mengenai waktu yang didalamnya menjelaskan pengajaran tentang waktu baik dari segi keuntungan, kerugian juga kegunaanya.

---

<sup>52</sup>Munzier Suparta, *Ilmu Hadits*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2002), hal.1.

<sup>53</sup>Syaikh Manna `Al-Qathtan, *Pengantar Studi Ilmu Hadits*, Terj. Mifdhol Abdurrahman, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar. 2005), hal. 22.

<sup>54</sup>*Ibid.* Hal. 22.

## 2. Pembagian Hadis

Dilihat dari pembagiannya hadis terbagi menjadi dua bagian, yaitu hadis ditinjau dari segi kuantitasnya dan hadis ditinjau dari segi kualitasnya. Penjelasannya sebagai berikut:

### a. Hadis Ditinjau Dari Segi Kuantitasnya

Ulama berbeda pendapat tentang pembagian hadis ditinjau dari segi kuantitasnya. Maksud tinjauan dari segi kuantitas disini adalah dengan menyelusuri jumlah para perawi yang menjadi sumber adanya suatu hadis. Para ahli ada yang mengelompokkannya menjadi tiga bagian, yakni “hadis *mutawwir*, *masyhur*, dan *ahad*”; dan ada juga yang membaginya hanya menjadi dua, yakni hadis *mutawwir* dan *ahad*.” Berikut penjelasannya:<sup>55</sup>

#### 1) Hadis *Mutawwir*

*Mutawwir* menurut bahasa berarti *mutatabi* yakni yang datang berikutnya atau beriring-iringan yang antara satu dengan yang lain tidak ada jaraknya. Sedangkan pengertian hadis *mutawwir* menurut istilah terdapat beberapa definisi, antara lain sebagai berikut: “Hadis yang diriwayatkan oleh sejumlah besar orang yang menurut adat mustahil mereka bersepakat terlebih dahulu untuk berdusta. ”Hadis yang diriwayatkan oleh sejumlah besar orang yang menurut adat mustahil mereka bersepakat terlebih dahulu berdusta. Sejak awal sanad sampai akhir sanad, pada setiap tingkat (*Thabaqat*).”

---

<sup>55</sup>Munzier Suparta, *Ilmu Hadis...*, hal. 95-108.

## 2) Hadis *Ahad*

*Al-Ahad jama'* dari *ahad*, menurut bahasa berarti *al-Wahid* atau satu. Dengan demikian khabar wahid adalah suatu berita yang disampaikan oleh seseorang. Sedangkan yang dimaksud dengan hadis *ahad* menurut istilah, banyak didefinisikan para ulama, sebagai berikut: “Khabar yang jumlah perawinya tidak mencapai batasan jumlah perawi hadis *mutawwir*, baik perawi itu satu, dua, tiga, empat, lima dan seterusnya yang tidak memberikan pengertian jumlah perawi tersebut tidak sampai kepada jumlah perawi hadis *mutawwir*”

Ada juga ulama yang mendefinisikan hadis *ahad* secara singkat, yakni hadis yang tidak memenuhi syarat-syarat hadis *mutawwir*, hadis selain hadis *mutawwir* atau hadis yang sanadnya sah dan bersambung hingga sampai kepada sumbernya (Nabi) tetapi kandungannya memberikan pengertian *zhanni* dan tidak sampai kepada *qath'i* dan *yaqin*.

### b. Hadis Ditinjau Dari Segi Kualitasnya

Para ulama membagi hadis ditinjau dari segi kualitasnya menjadi dua , yakni hadis *maqbul* dan hadis *mardud*, berikut penjelasannya:<sup>56</sup>

#### 1) Hadis *Maqbul*

Hadis *maqbul* menurut bahasa berarti *ma'khus* (yang diambil) dan *mushaddaq* (yang dibenarkan tau diterima). Sedangkan menurut istilah adalah hadis yang telah sempurna, syarat-syarat penerimaan. Munzier mengatakan syarat-syarat penerimaan suatu hadis menjadi hadis yang *maqbul* berkaitan

---

<sup>56</sup>*Ibid.* Hal. 124-125.

dengan sanad, yaitu “sanadnya bersambung, diriwayatkan oleh rawi yang adil lagi dhabit, dan juga berkaitan dengan sanadnya yang *syadz* dan tidak ber'*illat*.”

## 2) Hadis *Mardud*

Hadis *mardud* menurut bahasa berarti “ yang ditolak” atau yang tidak diterima” sedangkan *mardud* menurut istilah ialah: “ hadis yang tidak memenuhi syarat-syarat atau sebagian syarat hadis *maqbul*”. Tidak terpenuhinya persyaratan dimaksud, bisa terjadi pada sanad dan matan.

### 3. Fungsi Hadis

Al-Quran dan hadis sebagai pedoman hidup, sumber hukum dan ajaran dalam Islam, antara satu dengan yang lainnya tidak dapat dipisahkan. Keduanya merupakan satu kesatuan. Al-Qur'an sebagai sumber pertama dan utama banyak membuat ajaran-ajaran yang bersifat umum dan global. Oleh karena itu kehadiran hadis, sebagai sumber ajaran kedua tampil untuk menjelaskan ( *bayan*) keumuman isi al-Qur'an tersebut.

Allah Ta'ala menurunkan al-Qur`an bagi umat manusia, agar al-Qur`an ini dapat dipahami oleh manusia, maka Rasulullah diperintahkan untuk menjelaskan kandungan dan cara-cara melaksanakan ajarannya kepada mereka melalui hadis-hadisnya. Oleh karena itu, fungsi hadis Rasulullah sebagai penjelas ( *bayan*) al-Qur`an itu bermacam-macam.<sup>57</sup> Agar masalah ini lebih jelas, maka di bawah ini akan diuraikan satu persatu, yaitu sebagai berikut:

- a. *Bayan at-Taqrir*, yang dimaksud dengan bayan ini, ialah menetapkan dan memperkuat apa yang telah diterangkan di dalam al-Qur`an. Fungsi hadis

---

<sup>57</sup>*Ibid.* Hal. 58.

dalam hal ini hanya memperkokoh kandungan al-Qur`an dan tambahan terhadap apa-apa yang termuat di dalamnya.<sup>58</sup>

- b. Bayan *al-Tafsir*, yaitu kehadiran hadis berfungsi untuk memberikan rincian dan tafsiran terhadap ayat-ayat al-Qur`an yang masih bersifat global (*mujmal*), memberikan persyaratan/batasan (*taqyid*) ayat-ayat al-Qur`an yang bersifat mutlak, dan mengkhususkan (*takhsish*) terhadap ayat-ayat al-Qur`an yang masih bersifat umum.<sup>59</sup>
- c. *Bayan at-Tasyri`*, yaitu mewujudkan suatu hukum atau ajaran-ajaran yang tidak didapati dalam al-Qur`an, atau dalam al-Qur`an hanya terdapat pokok-pokok (*ashl*) saja.<sup>60</sup>
- d. *Bayan al-Nasakh*, kata *nasakh* secara bahasa berarti *ibthal* (membatalkan), *izalah* (menghilangkan), *tahwil* (memindahkan), dan *taghyir* (mengubah).

Menurut ulama *mutaqaddimin*, bahwa terjadinya *nasakh* ini karena adanya dalil syara` yang mengubah suatu hukum (ketentuan) meskipun jelas, karena telah berakhir masa keberlakuannya serta tidak bisa diamalkan lagi, dan syari` (pembuat syari`at) menurunkan ayat tersebut tidak diberlakukan untuk selamanya (*temporal*).<sup>61</sup>

---

<sup>58</sup>Ma'shum Zein, *Ilmu Memahami Hadis Nabi Cara Praktis Menguasai Hadits dan Musthalah Hadits*,(Yogyakarta: Pustaka Pasantren, 2013), hal. 48.

<sup>59</sup>*Ibid.* Hal.51.

<sup>60</sup>Munzier Suparta, *Ilmu Hadis...*,hal. 63-64.

<sup>61</sup>*Ibid.* Hal. 65.

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

Sugiyono mengemukakan bahwa:

Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu, cara ilmiah, data, tujuan, dan kegunaan. Cara ilmiah berarti kegiatan penelitian ini didasarkan pada ciri-ciri keilmuan yang rasional, empiris, dan sistematis.<sup>1</sup>

Arti rasional berarti kegiatan penelitian itu dilakukan dengan cara-cara yang masuk akal, sehingga terjangkau oleh penalaran manusia. Sugiyono mengartikan “kata empiris adalah cara-cara yang dilakukan dan dapat diamati oleh pancaindra manusia sehingga dapat mengetahui cara-cara yang digunakan. Sistematis berarti proses yang digunakan dalam penelitian menggunakan langkah-langkah tertentu bersifat logis.”<sup>2</sup>

Penelitian ini termasuk penelitian pustaka (*Library Research*) dengan menggunakan metode analisis isi (*Content Analysis*), yaitu analisis ilmiah tentang isi pesan suatu komunikasi. Burhan bungin menjelaskan bahwa:

Teknik *content analysis* (analisis isi) adalah teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi (proses penerikan kesimpulan berdasarkan pertimbangan yang dibuat sebelumnya atau pertimbangan umum simpulan) yang dapat ditiru (*replicable*) dan shahih data dengan memperhatikan konteksnya.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 2.

<sup>2</sup> *Ibid.* Hal, 2.

<sup>3</sup> Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2003), hal. 78.

Pada bagian sub ini ada 4 aspek yang akan dibahas, yaitu: 1) jenis data penelitian, 2) sumber data penelitian, 3) teknik pengumpulan data, dan 4) teknik analisis data.

### **A. Jenis Penelitian**

Untuk mempermudah peneliti dalam menulis mengenai topik serta agar tercapainya tujuan penelitian ini maka perlu disusun sebuah cara yang sesuai menurut standar akademik. Untuk itu peneliti mencoba menyusun serangkaian metode sebagai cara dalam melaksanakan penelitian. Dasar metode yang digunakan yaitu jenis penelitian studi pustaka (*library research*). Mestika mengatakan bahwa "studi pustaka adalah penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang ada di pustaka, membaca, mencatat serta mengolah bahan yang berkenaan dengan topik penelitian ini."<sup>4</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas, maka data yang akan dikumpulkan pada penelitian ini adalah data yang tertulis atau teks yang berkenaan dengan waktu luang sesuai dengan pokok-pokok pertanyaan penelitian dan juga bahan-bahan bacaan yang berkaitan dengan pembahasan.

### **B. Sumber Data Penelitian**

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yakni penelitian yang dilakukan dengan menelaah bahan-bahan pustaka baik berupa buku, ensiklopedi, jurnal, majalah, media online dan sumber-sumber lain yang relevan dengan topik yang dikaji. Dikarenakan kajian ini bersifat deskriptif-

---

<sup>4</sup>Mestika Zed, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Yayasan Indonesia, 2004), hal. 3.

analitis maka pertama-tama yang dilakukan adalah mendeskripsikan teori dasar waktu luang menurut beberapa hadis Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* kemudian peneliti mencoba menganalisisnya, menjelaskan pemanfaatan waktu luang bagi kehidupan ditinjau dari bimbingan Islam.

Maka data-data tentang penelitian ini dibagi menjadi dua hal yakni data primer dan sekunder. Sumber data dalam penelitian ini yang menjadi sumber primer merupakan hadis-hadis Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* yang berkaitan dengan topik yang dikaji yaitu mengenai waktu terutama mengenai waktu luang dan kemudian ditelusuri melalui kitab-kitab hadis seperti *Terjemahan Shahih Bukhari, Terjemahan Shahih Sunan at-Tirmidzi, Terjemahan Sunan ad-Darimi, Terjemahan Shahih Muslim, terjemahan Hakim dan Baihaqi, Terjemahan Syarah Riyadhu Ash-Shalihin, Terjemahan Al-Wafi Syarah Hadis Arba'in Imam An-Nawawi, Bulughul Maram dan Penjelasannya.*

Sedangkan sumber sekunder dalam penelitian ini adalah buku-buku yang relevan yang berkaitan dengan waktu luang bagi kehidupan diantaranya *Hiburan & Waktu Luang antara Kebutuhan Jiwa dan aturan Syariat* pengarang Syaikh Madun Rasyid; *Waktu & Sukses: Bagaimana Memanfaatkan Waktu Secara Efektif* Pengarang Alan Lakein; *Waktu, Kekuasaan, Kekayaan Sebagai Amanah Allah* Pengarang Yusuf Qardhawi; *Nasihat untuk Orang-orang Lalai* Pengarang Khalid Abdul Mu'thi Khalif; *Meraih Sukses tanpa Stress, Jalan menuju Masa Depan Cemerlang tanpa Halangan* pengarang Agung Herlambang; *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal* Pengarang Sutirna;

*Pengantar Psikologi Kesehatan Islam Pengarang Aliah B. Purkania Hasan, Agar Menuntut Ilmu Jadi Mudah Pengarang Abdul Hamid M. Jamil.*

### **C. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah telaah kepustakaan, dilakukan dengan cara meneliti sejumlah bahan bacaan dari teori-teori yang berhubungan dengan penelitian ini dan mengambil pengertian dari bacaan tersebut dan mengelola ayat mengikuti pemahaman penulis sehingga menemukan makna yang relevan dengan pembahasan.

Maka dari itu, diperlukan beberapa tahapan guna melakukan penelitian ini, diantaranya: *Pertama*, dilakukan dengan mencari dan mengumpulkan tulisan yang terkait dengan topik yang akan dibahas. *Kedua*, mempelajari dan meringkas sumber-sumber tersebut dan disajikan dalam bentuk ringkasan studi pustaka yang relevan dengan topik. *Ketiga*, menganalisis ringkasan studi pustaka tersebut. *Keempat*, menarik kesimpulan dan membuat hubungan dari hasil ringkasan dan analisis tulisan-tulisan yang digunakan sebagai sumber tersebut sehingga memunculkan sebuah kerangka teoritis yang menjadi dasar perumusan masalah untuk penelitian yang akan dilakukan.<sup>5</sup>

### **D. Teknik Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data menjadi kelompok-kelompok yang dipelajari dan dibuat kesimpulan. Menurut Suwartono, "Analisis data adalah proses mencari dan menyusun seluruh data yang

---

<sup>5</sup>Widya Amaliyah, *Analisis Strategi Penguatan Kelembagaan Ekonomi Lokal di Desa Wisata Berbasis Ekonomi Kreatif*, (Bogor: Jurnal Institut Pertanian Bogor, 2016), hal. 3.

diperoleh."<sup>6</sup> Menurut Lexy, dalam Tohirin, “analisis data merupakan proses menyusun atur data kedalam pola, kategori dan satuan dasar sedemikian rupa sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis sebagaimana tuntutan data.”<sup>7</sup>

Dalam penelitian pembahasan ini penulis menggunakan metode *content analysis* atau analisis isi, yaitu analisis ilmiah tentang isi pesan suatu komunikasi. Menurut Burhan Bungin, “analisis isi adalah teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi (proses penarikan kesimpulan berdasarkan pertimbangan yang dibuat sebelumnya atau pertimbangan umum simpulan) yang dapat ditiru (*reflicable*) dan shahih data dengan memperhatikan konteksnya.”<sup>8</sup> *Content analysis* juga diartikan sebagai pemeriksaan dan pengolahan data secara konseptual agar penulis memahami dengan jelas apa yang terkandung dalam pernyataan-pernyataan sehingga mudah untuk dipahami.

Terkait dengan teknik analisis data, dari hadis-hadis yang telah dikumpulkan, maka pekerjaan analisis yang dikerjakan disini meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menetapkan masalah atau topik yang dibahas terdiri dari :
  - a. Pemanfaatan waktu luang ditinjau dari hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*;

---

<sup>6</sup>Suwartono, *Dasar-dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Officet, 2016), hal. 41.

<sup>7</sup> Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Bimbingan Konseling*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2013), hal. 141.

<sup>8</sup>Burhan bungin, *Analisis Data Penelitian...*, hal. 78.

- b. Pengembangan pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan Islam.
2. Menghimpun hadis-hadis mengenai waktu luang lalu mempelajari hadis-hadis tersebut secara keseluruhan.
3. Menyusun data yang berkaitan dengan pemanfaatan waktu luang menurut hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* dan pengembangannya dalam bimbingan Islam.
4. Menganalisis data yang ada berkaitan dengan waktu luang ditinjau dari hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* dan pengembangannya dalam bimbingan Islam.

Penulisan dan penyusunan skripsi ini berpedoman pada buku Panduan Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar Raniry Darussalam Banda Aceh yang dikeluarkan pada tahun 2013 dan beberapa buku metode penelitian.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup>Tim Penyusunan, *Panduan Penulisan Skripsi*, (Banda Aceh: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar Raniry, 2013), hal. 21-27.

## **BAB IV**

### **TEMUAN DAN HASIL PEMBAHASAN PENELITIAN**

Sebagaimana dirumuskan pada bab 1 bahwa penelitian ini difokuskan mengkaji tentang bagaimana pemanfaatan waktu luang menurut beberapa hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* dan bagaimana pengembangan pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan Islam. Oleh karena itu, temuan dan pembahasan penelitian ini dijabarkan dalam beberapa sub bab, sebagai berikut:

#### **A. Waktu Luang Dalam Hadis Rasulullah**

Waktu sama halnya dengan umur manusia. Bila waktunya habis di dunia ini maka manusia itu mati. Maka waktu merupakan salah satu nikmat yang sangat berharga bagi manusia yang diberikan oleh Allah. Semua hal yang berjalan didunia ini mengikuti waktu, baik itu matahari berputar sesuai dengan porosnya yaitu terbit di pagi hari dan terbenam di sore hari, begitu juga bulan yang akan muncul bila malam tiba. Hal itu juga dilakukan oleh setiap ciptaan Allah lainnya. Semuanya akan melakukan aktivitas masing-masing bila waktunya telah tiba. Begitu juga dengan manusia.

Manusia melakukan aktivitas dan perjalanan hidupnya melalui waktu. Untuk melakukan aktivitas yang menuai hasil seperti yang diharapkan maka perlu mengatur waktu. Mengatur waktu dalam hidup adalah satu hal yang sangat penting. Menargetkan selesainya sebuah perbuatan dengan menentukan waktu sebagai batasan adalah satu hal yang dianjurkan. Waktu mempunyai kedudukan yang sangat agung dalam kehidupan.

Perihal tingginya kedudukan waktu telah banyak diceritakan dalam al-Qur'an dan hadis. Ada ayat al-Qur'an yang menyebutkan waktu secara umum dan ada pula yang menerangkan waktu dalam konteks khusus. Begitu pula dalam hadis banyak yang menerangkan tentang keangungan waktu. Dalam penelitian ini akan dibahas mengenai waktu berdasarkan beberapa hadis Rasulullah.

### 1. Hadis Tentang Lima Perkara Yang Perlu Diingat

أَخْبَرَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ الْحَفِظُ، فِي "كِتَابِ قِصْرِ الْأَمَلِ" لَابْنِ أَبِي الدُّنْيَا أَخْبَرَنَا أَبُو عَبْدِ اللَّهِ مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ الصَّفَّارُ الْأَصْبَهَانِيُّ، حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي الدُّنْيَا، حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ بْنُ أَبِي رَاهِمٍ، أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْمُبَارَكِ، حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ سَعِيدٍ بْنِ أَبِي هِنْدٍ عَنْ أَبِيهِ، عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِرَجُلٍ وَهُوَ يَعْضُهُ: اَعْتَنِمَ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ، وَصِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَفِرَاعِكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَشَبَابِكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَعَنَّاكَ قَبْلَ فُقْرِكَ.

Terjemahnya:Telah mengabarkan kepada kami Abu Abdillah al-Hafidz yang diterangkan dalam (bab qasrul-amli) oleh Abi ad-Dunya yang telah mengabarkan kita Abu Abdillah Muhammad bin Abdullah as-Shighar al-Asbihani, yang telah menceritakan kepada kita Abu Bakar bin Abiddunya, yang telah mencerikan kepada kita Ishaq bin Ibrahim, yang telah mencerikan kepada Abdullah bin al-Mubarak, yang telah menceritakan kepada Abdullah bin Said bin Abi Hindun dari bapaknya, dari Ibnu Abbas berkata, Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* bersabda: "Pergunakalah kesempatan lima (perkara) sebelum (datangnya) lima perkara: hidupmu sebelum matimu, sehatmu sebelum sakitmu, waktu luangmu sebelum sibukmu, mudamu sebelum tuamu, dan kayamu sebelum miskinmu".<sup>1</sup> (H.R. Hakim dan Baihaqi)

Hadis ini merupakan nasihat yang lengkap dan sangat berharga dari Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*, sebab hadis ini menerangkan tentang nilai waktu dalam kehidupan manusia. Waktu adalah hal yang wajib dikelola dan dimanfaatkan agar tidak terbuang begitu saja. Sisa waktu untuk menempuh usia

---

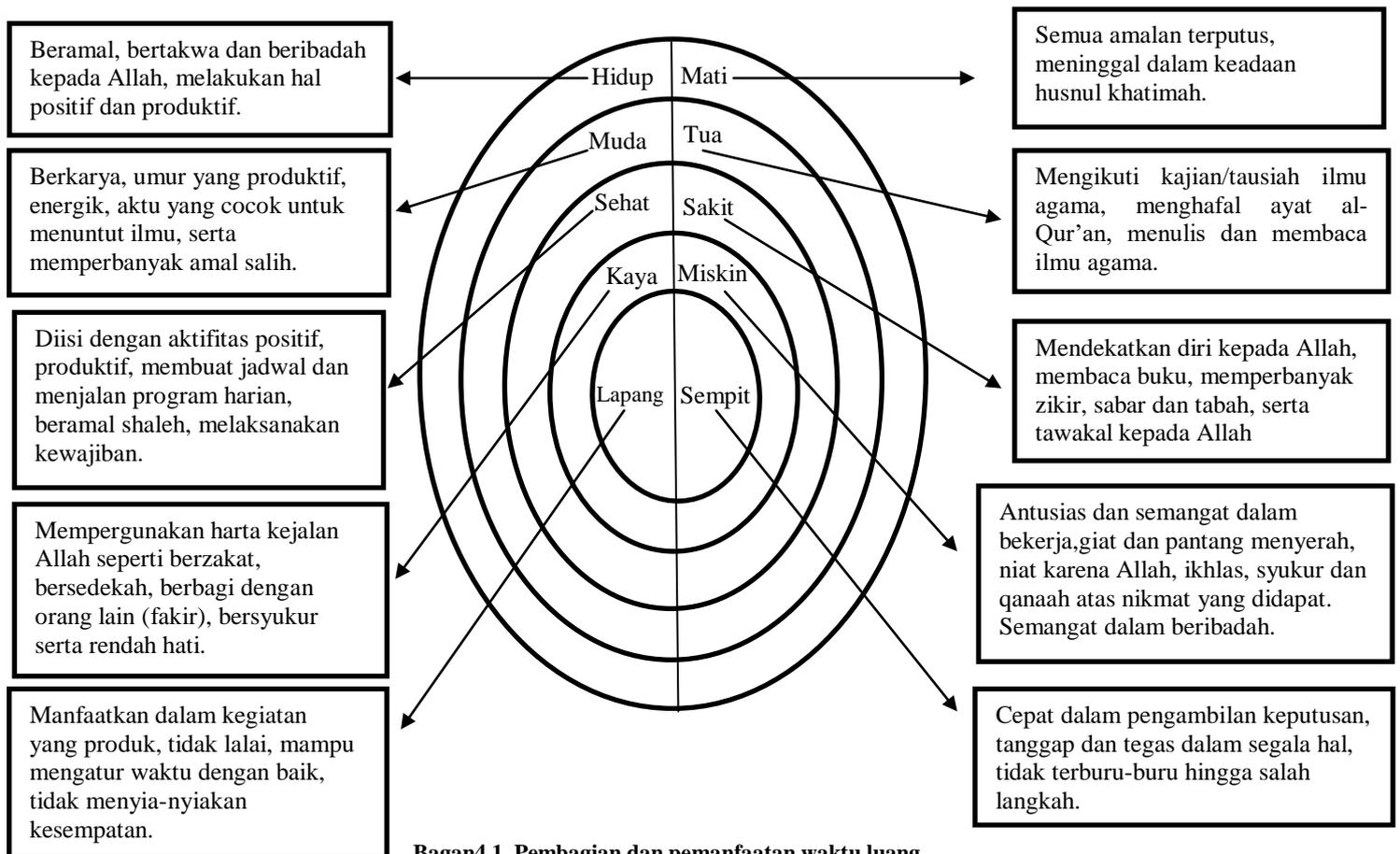
<sup>1</sup>Al-Imam Al-Hafidz Abi Bakr Ahmad bin Al Husain Al-Baihaqi, *Al-Jamiu Li Syuab Al-Iman*, (Ar-Riyad Tharid Al-Hijaz: Maktabah Ar-Rusyid Nasyirun, 2003), Juz 12, hal. 476.

tua dimulai ketika umur masih muda. Oleh karena itu, pelajaran dari hadis di atas adalah supaya manusia membuat perencanaan keuangan untuk menghadapi saat susah (masa kaya sebelum miskin) pada kemudian hari mulai cara-cara yang sesuai dengan syariat.<sup>2</sup>

Bagan di bawah ini tentang pemanfaatan waktu luang dalam lima keadaan yang dihadapi oleh manusia.

### Pemanfaatan waktu Produktif

### Pemanfaatan waktu tidak produktif



Bagan4.1. Pembagian dan pemanfaatan waktu luang

Berdasarkan bagan di atas, maka diketahui bagaimana pemanfaatan waktu luang dengan baik, berikut ini penjelasannya:

<sup>2</sup>Muhammad Sulaiman, *Jejak Bisnis Rasul*, (Jakarta: PT Mizan Pustaka, 2010), hal. 352.

a. Manfaatkan Hidup Sebelum Mati

Manusia diciptakan Allah dengan sebaik-baik wujud serta dikaruniakan akal pikiran supaya mampu digunakan dengan baik. Sehingga mampu membedakan yang baik dan benar, mampu menggunakan nikmat dengan sebaik-baiknya dan memanfaatkan kesempatan dengan optimal. Hidup adalah kesempatan yang diberikan oleh Allah untuk dijadikan sebagai tempat untuk mengumpulkan berbagai amal kebajikan guna sebagai bekal dan penolong di akhirat. Mati merupakan akhir dari perjalanan manusia yang akan diperhitungkan setiap pekerjaan di hari akhir nanti.

Rasulullah memberi nasihat kepada seseorang supaya memanfaatkan hari-hari selama hidupnya sebelum matinya. Hidup merupakan nikmat yang besar yang dikarunia oleh Allah, maka sebaik-baik manusia adalah yang mempergunakan kehidupannya dijalani yang diridhai oleh Allah. Sebagaimana hadis Rasulullah:

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "يَتَّبِعُ الْمَيِّتَ ثَلَاثَةٌ، فَيَرْجِعُ اثْنَانِ وَيَبْقَى وَاحِدٌ، يَبْتَغِي أَهْلَهُ وَمَالَهُ وَعَمَلَهُ، فَيَرْجِعُ أَهْلَهُ وَمَالَهُ، وَيَبْقَى عَمَلُهُ".

Terjemahnya: Dari Anas bin Malik r.a. mengatakan bahwa Rasulullah bersabda, "Mayat diiringkan oleh tiga, lalu yang dua pulang dan yang satu tidak. Mayat diiringkan ke kubur oleh keluarganya, hartanya, dan amalnya. Keluarga dan hartanya pulang kembali, sedangkan amalnya tetap tinggal menemaninya."<sup>3</sup> (H.R. Imam Ahmad)

Berdasarkan hadis di atas menjelaskan tentang memanfaatkan masa hidup untuk persiapan mati, yaitu dengan memperbanyak amalan, selalu dalam keadaan beribadah kepada Allah agar ketika mati manusia dalam keadaan husnul

---

<sup>3</sup>Imam Ahmad bin Muhammad bin Hambal, *Musnad Imam Ahmad*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2010), no. hadis. 12019, hal. 191.

khatimah, ada yang menemani ketika di dalam kubur, ada yang menolong ketika ditanya oleh malaikat serta dijauhkan dari api neraka.

Allah telah memberikan cukup waktu kepada hambanya untuk dimanfaatkan untuk beribadah kepada-Nya, sehingga manusia tidak menyesal dikemudian hari, yaitu ketika mati tidak membawa amalan apapun untuk menjadi penolongnya. Kematian adalah rahasia Allah, tidak ada seorang manusia pun yang tahu kapan dia akan mati. Maka hendaknya manusia sadar akan keterbatasan yang dimilikinya sehingga tidak membuang kesempatan yang telah diberikan kepadanya.

#### b. Memanfaatkan Kesehatan Sebelum Sakit

Kesehatan merupakan puncak dari semua keindahan yang dimiliki oleh manusia. Dengan nikmat sehat dia mampu melakukan kegiatan apapun tanpa perlu bersandar kepada orang, dia mampu berpergian jauh, berlari, makan minum dan kegiatan lainnya. Namun ketika sakit datang maka semua nikmat sehat telah Allah cabut darinya. Maka rugilah mereka yang tidak mempergunakan masa sehat untuk beribadah kepada Allah. Mereka menyesal karena ketika sakit tidak mampu beribadah maksimal karena tenaga yang dimiliki tidak sama saat masih sehat.

Manusia tidak berada pada kondisi yang selalu stabil akanada saatnya manusia tersebut jatuh sakit, lemah tidak berdaya sehingga membutuhkan orang lain sebagai penolongnya. Oleh karena itu manusia dianjurkan untuk selalu berbuat baik dengan sesama guna untuk mempererat silaturahmi sehingga membawa kebaikan pula untuk diri sendiri baik di dunia maupun di akhirat nantinya.

Kesehatan merupakan hal utama dalam melakukan berbagai kegiatan. Dari hadis di atas dianjurkan untuk mempergunakan waktu sehat sebelum sakit, agar manusia tidak menyesal ketika dalam keadaan sakit sebab tidak mampu melakukan kegiatan yang ingin dilakukannya. Masa sehat dapat digunakan untuk kegiatan yang positif untuk menghasilkan karya yang produktif, mampu beribadah dengan optimal, tingkat kekhusyukan yang didapatkan pun berbeda ketika dalam keadaan sakit, bisa membuat jadwal kegiatan yang ingin dilakukan, serta mampu bekerja secara optimal.

#### c. Memanfaatkan Waktu Luang Sebelum Sempit

Waktu luang merupakan waktu yang dimiliki oleh setiap individu. Namun, kebanyakan manusia tidak menyadarinya sehingga waktu tersebut terbuang begitu saja. Banyak individu tertipu dengan kesehatan dan waktu luang, karena mereka lebih mengutamakan kehidupan dunia dibandingkan kehidupan akhirat. Seharusnya manusia mengetahui bahwa dunia ini hanyalah tempat persinggahan sementara, tempat untuk mengumpulkan sebaik-baik amalan guna mempersiapkan diri di akhirat nanti. Sebagaimana sabda Rasulullah tentang berhati-hati terhadap dunia:

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِنَّ الدُّنْيَا حُلْوَةٌ حَضِرَةٌ، وَإِنَّ اللَّهَ مُسْتَحْلِفُكُمْ فِيهَا فَيَنْظُرُ كَيْفَ تَعْمَلُونَ، فَاتَّقُوا الدُّنْيَا وَاتَّقُوا النَّسَاءَ، فَإِنَّ أَوَّلَ فِتْنَةِ بَنِي إِسْرَائِيلَ كَانَتْ فِي النَّسَاءِ. (رواه مسلم)

Terjemahnya: Dari Abu Sa'id Al-Khudri ra, dari Nabi *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*, Rasulullah bersabda: "Sesungguhnya dunia itu manis dan indah, dan sesungguhnya Allah menguasai kepada kalian untuk mengelola yang ada di dalamnya, kemudian Allah mengawasi apa yang kalian perbuat. Maka hati-

hatilah kalian terhadap dunia dan wanita. Sesungguhnya bencana yang pertama kali timbul pada bani Israil adalah karena wanita." <sup>4</sup> (H.R. Muslim)

Hadis ini menjelaskan tentang perintah Rasulullah agar bertakwa kepada Allah setelah sebelumnya menjelaskan tentang keadaan dunia. Rasulullah bersabda, "*Sesungguhnya dunia itu manis dan indah.*" Yaitu, manis rasanya dan indah dilihat. Sesuatu jika indah dan manis, maka sesuatu itulah yang paling dituntut oleh mata, kemudian baru dituntut oleh jiwa. Sesuatu yang dituntut oleh mata dan jiwa secara bersama-sama, maka biasanya hal itu sangat mudah menjerumuskan manusia di dalamnya. Dunia manis dirasa dan indah dilihat sehingga manusia tertarik dan tergoda kepadanya serta menjadikannya sebagai sesuatu yang paling penting.<sup>5</sup>

Berdasarkan syarahan hadis di atas jelas bahwa Rasulullah berpesan agar berhati-hati terhadap dunia, karena dunia dapat membawa manusia kepada kelalaian yang berakibat manusia lupa dan tak sadarkan diri atas apa yang terjadi, tidak mengingat umur yang sudah dihabis dan tidak peduli dengan waktu (masa) yang sudah gunakan serta tidak ingat tujuan utama manusia diciptakan di dunia ini. Begitu besar godaan yang ditawarkan dunia yang berakibat manusia terjerumus kedalam sumur penyesalan.

Waktu luang merupakan kesempatan yang luar biasa diberikan oleh Allah. Namun waktu yang ada tidak dianjurkan hanya untuk beribadah kepada Allah,

---

<sup>4</sup>Muslim bin al-Hajjah al-Qusyiah an-Naisaburi, *Ensiklopedia Hadits 4; Shahih Muslim 2*, Terj. Masyhari & Tatam Wijaya, (Jakarta: Almahira, 2012), Kitab Zuhud dan Kelembutan Hati, no. Hadits. 741.

<sup>5</sup>Syaikh Muhammad Al-Utsmain, *Syarah Riyadhu Ash-Shaalihin*, Terj. Minirul Abidin, (Jakarta: PT Darul Falah, 2005), Bab Keenam: Takwa, hal. 444-446.

sebagaimana Rasulullah melarang sahabatnya untuk beribada sedemikian rupa. Rasulullah menasehati sahabatnya untuk berbuka saat berpuasa, menikahi wanita, dan tidur di saat waktunya tiba. Maknanya adalah jangan mengorbankan hak seseorang untuk memuaskan orang lain. Jangan mengorbankan tidur untuk bergadang malam, jangan membiarkan tubuh kelaparan hanya untuk beribadah, dan jangan juga mengorbankan hidup melajang hanya karena mengharap rida Allah.

Semestinya dilakukan oleh manusia yaitu beramal dengan ikhlas walau sedikit namun dilakukan secara terus-menerus lebih baik daripada mengerjakan amalan besar dilakukan sekaligus dan menyiksa diri. Sesungguhnya Allah menyukai hamba-hamba yang jika mengerjakan sebuah perbuatan maka ia akan selalu mengerjakannya.

#### d. Memanfaatkan Masa Muda Sebelum Tua

Masa muda merupakan masa yang paling produktif. Masa dimana manusia berkembang, belajar sehingga bisa membentuk diri kearah yang baik. Namun, sangat disayangkan ada beberapa individu yang tidak mampu mempergunakan masa mudanya semestinya, mereka lebih menggunakannya untuk kegiatan yang tidak bermanfaat, seperti bersenang-senang, ugal-ugalan, dan kenalan remaja pada umumnya.

Barangsiapa menyia-nyiakan masa muda dalam hawa nafsu dan berfoya-foya, maka dia rugi. Jika dia mati mendadak, niscaya dia akan menyesal. Dan jika dia hidup sampai tua, maka dia juga menyesal, badannya bungkuk, kakinya

lemah, pendengaran dan penglihatannya berkurang sehingga ia tidak mampu beramal shalih. Sebagaimana firman Allah:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿١﴾ ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ ﴿٣﴾

Terjemahnya: "Sesungguhnya, Kami telah Menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya. Kemudian Kami Kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya (neraka). Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan; maka bagi mereka akan mendapat pahala yang tidak ada putus-putusnya." <sup>6</sup> (Q.S. at-Tiin: 4-6)

M. Qurasih Shihab mengemukakan bahwa ayat ini salah satu gambaran anugerah Allah kepada manusia, dan tentu tidak mungkin anugerah tersebut terbatas pada bentuk fisik. Apalagi, secara tegas Allah mengecam orang-orang yang bentuk fisiknya baik, namun jiwa dan akalunya kosong dari nilai-nilai agama, etika, pengetahuan. Manusia akan mencapai tingkat yang setinggi-tingginya (*ahsan taqwin*) apabila terjadi perpaduan yang seimbang antar kebutuhan jasmani dan ruhani, antara kebutuhan fisik dan jiwa. Tetapi, apabila ia hanya memperhatikan dan melayani kebutuhan-kebutuhan jasmaninya saja, maka ia akan kembali atau dikembalikan kepada proses awal kejadiannya, sebelum ruh Ilahi itu menyentuh fisiknya, ia kembali ke *asfala safilin*.<sup>7</sup>

#### e. Memanfaatkan Masa Kaya Sebelum Miskin

Kekayaan merupakan nikmat yang Allah berikan dengan harta yang berlebih. Orang yang diberi kekayaan wajib menyadari karunia Allah kepadanya

<sup>6</sup>Departemen Agama RI, *Al-Hikmah al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hal. 597.

<sup>7</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 15 Juz 'Amma, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 377-385.

dan wajib menyadari rahasia karunia ini. Oleh karena itu, seorang hamba Allah wajib memanfaatkan masa kayanya untuk beramal dan beribadah kepada Allah dengan cara menginfakkan sebagian harta kejalan Allah yaitu bersedekah kepada yang membutuhkannya, berzakat guna untuk membersihkan hartanya.

Apabila manusia dalam keadaan miskin, akan lalai dengan mencari harta sehingga membuat dia lalai mengejar dunia. Semua yang dilakukan semata hanya untuk terlihat mewah dimata manusia, sehingga dia lupa dengan tujuan utama dia dihidupkan di dunia ini, yaitu untuk beribadah, beramal shalih, bersyukur, dan zuhud terhadap dunia yang dapat membawa kelalainya kepada dirinya. Oleh karena ini, ketika manusia dalam keadaan mempunyai harta maka pergunakan harta tersebut kejalan yang baik, untuk saling membantu orang lain (fakir) sebagai amalan jariah yang menjadi penolong di akhirat.

Berdasarkan hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* di atas, maka terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan oleh konselor dank lien dalam pemanfaatan waktu luang dalam kehidupan, yaitu:

- a. Konselor dan klien diharap mampu menggunakan waktu dengan optimal dan produktif.
- b. Mampu mengatur dan mengontrol waktu dengan tepat.
- c. Tidak menyia-nyiakan waktu yang ada
- d. Menjauhi diri dari hal yang membawa kelalaian.
- e. Mampu membuat program/jadwal harian dengan teratur.
- f. Konslor dianjurkan untuk tetap teguh pada ajaran agama dan mendekatkan diri pada Allah.

## 2. Hadis Tentang Dua Nikmat Yang Sering Dilupakan

Dalam hal ini, Rasulullah pernah bersabda:

حَدَّثَنَا صَالِحُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ وَسُوَيْدُ بْنُ نَصْرِ - قَالَ صَالِحٌ حَدَّثَنَا وَقَالَ سُؤَيْدٌ: أَحْبَبْنَا --  
عَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْمُبَارَكِ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ سَعِيدِ بْنِ أَبِي هِنْدٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ، قَالَ:  
قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: نِعْمَتَانِ مَعْبُودٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ.

Terjemahnya: Shalih bin Abdullah dan Suwaid bin Nashr menyampaikan kepada kami,-- shalih menggunakan lafaz *haddatsana*, sedangkan Suwaid menggunakan lafaz *akhbarana* – dari Abdullah bin Al Mubarak, dari Abdullah bin Sa'id bin Abu Hindun, dari ayahnya, dari Ibnu Abbas, bahwa Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* bersabda, “Dua Kenikmatan yang banyak orang tertipu (terpedaya/lengah) didalamnya adalah nikmat kesehatan dan waktu luang.<sup>8</sup> (H.R. At-Tirmidzi)

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

Imam An-Nawawi mengutip hadis yang diriwayatkan dari Ibnu Abbas r.a. bahwa Nabi Mummad *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* bersabda, ” *Ada dua nikmat dimana manusia banyak tertipu karena, yaitu kesehatan dan waktu luang.*” Atau banyak orang tertipu dengan dua jenis nikmat yang diberikan kepada mereka, yaitu nikmat kesehatan dan kesempatan. Ada di antara manusia tidak kehilangan kedua nikmat (kesehatan dan kesempatan) ini dan ada pula di antara mereka yang telah kehilangan kesempatan dan kesehatan itu sebelum meninggal. Ada diantara mereka yang sakit sehingga tidak bisa melaksanakan apa yang diwajibkan Allah kepadanya, adanya sempit dan merasa capek. Ada di antara mereka yang sibuk

---

<sup>8</sup>Abu Isa Muhammad bin Isa At-Tirmidzi, *Ensiklopedia Hadits 6: Jami' At-Tirmidzi*, Terj. Tim Darussunnah (Idris, Huda, dkk), Misbakhul Khaer Solihin, (Jakarta: Almahira, 2013), Kitab: Zuhud, Bab Kesehatan dan Waktu Luang adalah Dua Nikmat yang Banyak Orang Tertipu di dalamnya, no. hadis. 2304, hal. 770.

mencari nafkah, baik untuk dirinya sendiri maupun untuk keluarganya sehingga banyak kewajiban yang terlewatkan.<sup>9</sup>

Maka dari itu bagi orang berakal, diharapkan mampu menggunakan kesempatan, kesehatan, dan waktu luang untuk ketaatan kepada Allah semampunya. Jika dia seorang yang bisa membaca al-Qur'an, hendaklah dia memperbanyak bacaan al-Qur'an. Jika dia tidak bisa membaca al-Qur'an, hendaklah dia memperbanyak zikir kepada Allah. Jika seseorang tidak bisa beramar *ma'ruf* bernahi *mungkar* serta tidak bisa memberikan pertolongan kepada saudara-saudaranya dengan kebaikan, maka hidupnya akan sia-sia. Orang yang berakal adalah orang menggunakan kesempatannya, yaitu kesempatan di waktu sehat dan luang.<sup>10</sup>

Berdasarkan penjelasan hadis di atas, maka Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* mengajarkan kepada umatnya bahwa sesungguhnya waktu itu memiliki nilai yang sangat besar dan mahal. Rasulullah memberikan contoh yang konkrit kepada umatnya lewat setiap aktivitas dan tindakan-tindakan nyata Rasulullah. Termasuk bagaimana Rasulullah dan para sahabat menggunakan sebagian waktu untuk membentuk pemerintahan Islam. Oleh karena itu, setiap manusia dianjurkan untuk memanfaatkan waktu secara optimal dan produktif atas waktu yang telah diberikan oleh Allah. Selain itu juga, hal yang paling utama dimanfaatkan dalam kebajikan sehingga dapat menjauhkan diri dalam kelalaian.

---

<sup>9</sup>Syaikh Muhammad Al-Utsmain, *Syarah Riyadhu...*, hal. 561.

<sup>10</sup>*Ibid.* Hal. 562.

Setiap manusia mempunyai kepentingan dalam kehidupannya. Ada beberapa hal yang dianggap berharga yang terlebih dahulu diutamakan. Namun kebanyakan manusia salah dalam memprioritas sesuatu dalam kehidupannya. Terkadang hal tersebut malah membawa petaka bagi manusia itu sendiri. Oleh karena itu, diperlukan pengoptimalisasi waktu dari individu itu sendiri.

Optimalisasi waktu merupakan hal yang harus dilakukan oleh setiap kalangan. Ini dilakukan agar manusia mampu mengatur waktu dengan baik sesuai dengan targetnya. Waktu adalah nikmat besar dan karunia yang sering disia-siakan begitu saja oleh banyak manusia, kecuali mereka yang pandai dan menyadari akan dirinya, jadi wajar kalau sedikit sekali manusia yang bisa memanfaatkan waktu dengan baik karena banyak yang lalai dengan dunia ini.<sup>11</sup>

Kebanyakan manusia hidup dalam kerugian. Mereka tidak pandai dalam menggunakan kenikmatan yang paling berharga diberikan oleh Allah. Kesehatan dan waktu merupakan dua hal yang sangat berharga dalam hidup. Bila manusia dalam keadaan sehat namun waktu (umur) habis tidak ada gunanya lagi, begitu pula bila waktu ada namun dalam keadaan sakit (tidak sehat) maka manusia juga tidak mampu melakukan apapun melainkan terbaring di tempat tidur. Pada saat itulah mereka tersadar dengan nikmat yang telah disia-siakannya.

Islam menilai usia seseorang manusia dalam kehidupan dunia ini begitu tinggi. Sehingga sangat disayangkan apabila waktu disia-siakan dalam kelalaian yang tidak ada nilainya, atau bahkan untuk melakukan kebatilan-kebatilan yang justru mendatangkan kerugian besar, baik di dunia maupun di akhirat. Karena

---

<sup>11</sup>Syaikh Madun Rasyid, *Hiburan & Waktu Luang Antara Kebutuhan Jiwa dan Aturan Syariah*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2005), hal. 38.

setiap waktu yang dilalui merupakan satu bentuk pertanggungjawaban yang dibebankan kepada setiap muslim pada hari kiamat.

Berdasarkan hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* di atas, makaterdapat beberapa hal yang harus diperhatikan oleh konselor dan klien dalam pemanfaatan waktu luang dalam kehidupan, yaitu:

- a. Konselor berperan sebagai orang yang memberi motivasi, teguran atau pengingat, dan arahan.
- b. Konselor memberikan pengetahuan tentang pemanfaatan waktu kepada klien.
- c. Konselor dan klien diharapkan mampu memanfaatkan waktu dengan optimal sehingga jauh dari hal yang melalaikan.

### 3. Hadis Tentang Empat Macam Yang Menjadi Pertanyaan Allah

Sebagaimana yang disebutkan dalam sebuah hadis yang bersumber dari Mu'adz bin Jabal r.a. meriwayatkan bahwa Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* bersabda:

أَحْبَرَنَا سَعِيدُ بْنُ مَنْصُورٍ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنْ عُمَارَةَ بْنِ غَزِيَّةَ، عَنْ يَحْيَى بْنِ رَاشِدٍ، قَالَ: حَدَّثَنِي فُلَانُ الْعَرَبِيُّ، عَنْ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ، قَالَ: لَا يَدْعُ اللَّهُ الْعِبَادَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ حَتَّى يَسْأَلَهُمْ عَنْ أَرْبَعٍ: عَمَّا أَفْنَوْا فِيهِ أَعْمَارَهُمْ، وَعَمَّا أَبْلَوْا فِيهِ أَجْسَادَهُمْ، وَعَمَّا كَسَبُوا فِيهَا أَنْفُسُوهُمْ، وَعَمَّا عَمِلُوا فِيهَا عِلْمُوهُمْ.

Terjemahnya: Sa'id bin Manshur mengabarkan kepada kami, Abdul Aziz bin Muhammad menceritakan kepada kami, dari Imarah bin Ghaziyah, dari Yahya bin Rasyid, seorang Arab telah bercerita kepadaku, dari Mu'adz bin Jabal, ia berkata, "Pada hari kiamat nanti, setiap orang akan berdiri di hadapan Allah *Ta'ala* dan mereka akan ditanya tentang empat perkara: tentang usia, untuk apa mereka telah menghabiskannya, tentang jasad, untuk apa ia mendayagunakannya, tentang harta, dari mana mendapatkannya dan

untuk apa ia menginfakannya, dan tentang ilmu, untuk apa ia melakukannya?"<sup>12</sup> (H.R. Ad-Darimi)

Berdasarkan hadis di atas dijelaskan bahwa, setiap manusia akan diminta pertanggung jawaban atas semua yang telah dilakukan di dunia ini. Maka hal yang terlebih dahulu di minta yaitu tentang usia, untuk apa saja digunakan usia yang telah dianugerahkan oleh Allah. Kemudian di akhirat nanti juga akan diminta pertanggungjawaban mengenai tubuh/fisiknya. Tubuh yang diciptakan dengan sempurna, yaitu memiliki dua tangan, dua kaki, dua mata, dan sebagainya. Untuk apa digunakan semua itu ketika didunia. Selain itu, akan ditanyakan tentang harta dan ilmu digunakan untuk apa saja ketika didunia.

Manusia akan ditanya tentang umurnya secara umum dan fisiknya (terutama masa remajanya) secara khusus. Masa remaja adalah sebagian waktu dari umur manusia yang memiliki nilai istimewa. Disebut istimewa karena masa remaja dianggap sebagai masa yang penuh vitalitas dan energik, masa yang penuh dengan kemauan kuat, dan masa kekuatan diantara dua kelemahan: kelemahan masa kanak-kanak dan kelemahan masa tua.

Setiap umur, kegiatan dan perbuatan yang dilakukan selama di dunia akan diminta pertanggung jawaban di akhirat nanti. Gunakan setiap detik waktu yang dimiliki dengan optimal, agar terlepas dari pada tahap penghisapan di akhirat. Jangan sampai tertipu dengan kemolekan badan dan kemakmuran hidup. Manfaatkan kesehatan badan, waktu senggang, masa muda yang panjang untuk membuat fondasi umur yang bernilai di sisi-Nya.

---

<sup>12</sup>Imam Ad-Darimi, *Sunan Ad-Darimi Jilid 2*, Terj. Ahmad Hotib, Fathurrahman, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), Bab tentang Orang Yang Memberikan Contoh Kebaikan, no hadis. 538, hal. 317-318.

Janganlah engkau habiskan hembusan napasmu pada hal-hal bermaksiat kepada Allah *Ta'ala*. Jangan sekali-kali melihat pada hal-hal kecilnya jiwa seseorang, tapi lihatlah pada kapasitas amalnya, dan terhadap apa yang diberikan Allah kepadanya. Napas adalah permata. Pernahkah engkau melihat seseorang melemparkan permata dalam tempat sampah?<sup>13</sup>

Begitu pula halnya dengan nikmat yang diberikan oleh Allah, manusia harus mampu menggunakannya dengan baik. Setiap nikmat yang diberi oleh Allah, semestinya untuk beribadah kepada-Nya. Namun kebanyakan manusia lalai dan merasa bangga dengan yang dimilikinya sehingga lupa dengan Sang Pencipta dan Maha Pemberi nikmat, maka rugilah orang-orang yang demikian. Akan tiba waktunya semua akan ditarik kembali dan diminta pertanggung jawaban atas semua nikmat-Nya. Bila tidak digunakan dalam hal yang bermanfaat maka manusia itu tergolong kedalam orang-orang merugi.

Berdasarkan hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* di atas. Maka terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh konselor dan klien dalam pemanfaatan waktu, sebagai berikut:

- a. Konselor dan klien diharapkan mampu mempergunakan setiap nikmat dari Allah secara produktif dan optimal.
- b. Konselor adalah seorang yang bertanggungjawab sehingga konselor mampu memberikan pemahaman kepada konseli arti tanggungjawab.
- c. Konselor memberi nasehat kepada klien agar selalu menghargai setiap waktu secara produktif.

---

<sup>13</sup>Abdul Hamid M. Djamil, *Agar Menuntut Ilmu Jadi Mudah*, (Jakarta: PT Gramedia, 2015), hal. 130.

#### 4. Hadis Tentang Umur

Sebagaimana sabda Rasulullah:

حَدَّثَنَا أَبُو حَفْصٍ عَمْرُو بْنُ عَلِيٍّ: حَدَّثَنَا خَالِدُ بْنُ الْحَارِثِ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ عَنْ عَلِيِّ بْنِ زَيْدٍ، عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي بَكْرَةَ، عَنْ أَبِيهِ: أَنَّ رَجُلًا قَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ! أَيُّ النَّاسِ خَيْرٌ؟ قَالَ: مَنْ طَالَ عُمُرُهُ، وَحَسَنَ عَمَلُهُ، قَالَ: فَأَيُّ النَّاسِ شَرٌّ؟ قَالَ: مَنْ طَالَ عُمُرُهُ، وَسَاءَ عَمَلُهُ.

Terjemahnya: Abu Hafash Amr bin Ali menyampaikan kepada kami dari Khalid bin Al Harits, dari Syu'bah, dari Ali bin Zaid, dari Abdurrahman bin Abu Bakrah, dari ayahnya bahwa seseorang laki-laki bertanya, "Wahai Rasulullah, siapakah orang yang paling baik itu?" Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* menjawab, "Orang yang panjang umurnya dan baik amalnya." Orang itu kembali bertanya, "lalu siapakah orang yang paling buruk itu?" Rasulullah menjawab, "Orang yang panjang umurnya namun buruk amalnya."<sup>14</sup> (H.R. At-Tirmidzi)

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

Rasulullah bersabda: *مَنْ طَالَ عُمُرُهُ، وَحَسَنَ عَمَلُهُ* "Sebaik-baik manusia adalah yang panjang umurnya dan baik amal perbuatannya." Itulah sebaik-baik manusia, karena jika manusia berumur panjang dan taat kepada Allah, niscaya dia akan semakin dekat kepada Allah dan derajatnya semakin tinggi di akhirat. Setiap amal yang dikerjakannya seiring dengan pertambahan umurnya, akan semakin mendekatinya kepada Tuhannya. Oleh karena itu, sebaik-baik manusia adalah yang memenuhi dua hal tersebut.<sup>15</sup>

Hadis ini memberi petunjuk bahwa sifat seorang muslim adalah sibuk dengan perkara yang tinggi nilainya dan menjauhi hal-hal yang bersifat melalaikan, menjerumuskan diri dalam hal yang tidak baik, tidak bermanfaat ataupun hal rendahan. Di dalam hadis ini terdapat pengajaran dan pendidikan bagi

<sup>14</sup>Abu Isa Muhammad bin Isa At-Tirmidzi, *Ensiklopedia Hadits...*, Bab Siapa Manusia yang Paling Baik dan Siapa yang Paling Buruk, no. hadis. 2320, hal. 778.

<sup>15</sup>Syaikh Muhammad Al-Utsmain, *Syarah Riyadhu...*, hal. 597-598.

setiap individu agar menjauhi diri dari hal-hal yang hina dan rendah serta meninggalkan yang tidak bermanfaat.

Berdasarkan hadis di atas Syaikh Salim menguraikan beberapa hal yang dapat diamal dalam kehidupan, sebagai berikut:

- a. Keutamaan umur yang panjang adalah apabila disertai dengan amal kebaikan, sebab dengan amal tersebutlah seseorang dapat membekali dirinya, dan amal ini merupakan satu sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah *Ta'ala*.
- b. Kondisi sebaliknya, seburuk-buruk manusia adalah seorang yang berumur panjang tetapi (sepanjang kehidupannya di dunia ini) buruk amal perbuatannya.<sup>16</sup>

Sebagaimana hadis berikut ini:

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ: حَدَّثَنَا اللَّيْثُ عَنِ ابْنِ عَجَلَانَ، عَنِ الْقَعْقَاعِ بْنِ حَكِيمٍ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: قَلْبُ الشَّيْخِ شَابٌّ عَلَى حُبِّ اثْنَتَيْنِ: طَوْلَ الْحَيَاةِ وَكَثْرَةَ الْمَالِ.

Terjemahnya: Qutaibah menyampaikan kepada kami dari al-Laits, dari Ibnu Ajlan, dari al-Qa'qa bin Hakim, dari Abu Shalih, dari Abu Hurairah bahwa Nabi *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* bersabda: "Hati orang tua tetap muda (kuat) dalam mencintai dua perkara: umur panjang dan banyak harta."<sup>17</sup> (H.R. At-Tirmidzi)

Setiap manusia menginginkan umur panjang dan banyak harta. Namun umur panjang tanpa ibadah adalah bagaikan pohon tanpa buahnya, artinya hidup tidak akan berarti dan tidak ada gunanya bila tidak diikuti dengan kegiatan ataupun amalan yang baik. Begitu juga dengan halnya banyak harta. Namun harta digunakan hanya untuk berfoya-foya, menghamburkan untuk kesenangan semata, tidak berbagi dengan sesama, tidak memberi zakat bahkan bersedekah. Harta

<sup>16</sup>Syaikh Muhammad Al-Utsmain, *Syarah Riyadhu...*, hal. 377.

<sup>17</sup>Abu Isa Muhammad bin Isa At-Tirmidzi, *Ensiklopedia Hadits...*, Bab Hati Orang Tua Tetap Muda dalam Mencintai Dua Perkara, no. hadis. 2338, hal. 780.

merupakan titipan dari Allah yang seharusnya digunakan di jalan Allah, yaitu untuk beramal, beribadah untuk kehidupan di akhirat nanti.

Umur panjang berasal dari Allah dan manusia tidak ada hak untuk ikut campur tangan didalamnya karena umur berada ditangan-Nya. Adapun amal yang baik, sangat memungkinkan bagi manusia mengerjakannya karena Allah telah memberikan akal kepada manusia, menurunkan kitab-kitab, mengutus para rasul, memberikan hujan dan menegakkan hati yang mudah rapuh sehingga setiap orang individu mampu beramal salih . Oleh karena itu, hendaklah manusia beramal salih karena Nabi *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* menjelaskan bahwa sebagian amal salih ada yang menjadi sebab panjang umur. Dan amal salih mendatangkan kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Banyak amal perbuatan yang tergolong dalam amal salih, namun ada beberapa amal yang paling diutamakan terlebih dahulu untuk dilakukan. Sebagaimana hadis Rasulullah berikut ini:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ قَالَ: سَأَلْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَيُّ الْعَمَلِ أَحَبُّ إِلَيَّ اللَّهُ؟ قَالَ: "الصَّلَاةُ عَلَى وَقْتِهَا". قَالَ: قُلْتُ: ثُمَّ أَيُّ؟ قَالَ: "بِرُّ الْوَالِدَيْنِ" قَالَ: ثُمَّ أَيُّ؟ قَالَ: "الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ". قَالَ: حَدَّثَنِي بِهِنَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَلَوْ اسْتَرَيْدْتُهُ لَزَادَنِي. (رواه البخاري)

Terjemahannya: Dari Abdullah bin Mas'ud r.a. berkata, "Saya pernah bertanya kepada Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* amal apakah yang paling dicintai oleh Allah? Rasulullah menjawab, Salat tepat waktunya. Saya bertanya lagi, Kemudian amal apa? Rasulullah menjawab, Berbakti kepada kedua orang tua. Saya bertanya lagi, Berikutnya amal apa? Rasulullah menjawab, Berjihad (berjuang) di jalan Allah. Ibnu Mas'ud berkata, Demikianlah yang disabdakan Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*

kepadaku. Seandainya aku meminta tambah, niscaya Rasulullah akan menambahkannya."<sup>18</sup> (H.R. Bukhari)

Berdasarkan dari hadis tersebut terdapat beberapa hal yang dapat diamal oleh setiap manusia. Namun bila tidak sanggup untuk dilakukan masih banyak amalan-amalan lain yang bisa dilakukan asalkan mengarah kepada hal yang positif, seperti: melaksanakan rukun Islam, membantu orang yang membutuhkan, menjadikan diri bermanfaat bagi orang lain, dan hal-hal kecil yang bisa dilakukan setiap saat misalnya, bersalawat, berzikir dan bersedekah di jalan Allah.

Sebagaimana nasihat dari Imam Al-Ghazali, dikutip dari Abdul Hamid, yaitu:

Waktumu adalah umurmu. Umurmu merupakan modal hartamu, dengannyalah kamu berniaga, dan dengan umur itulah kamu akan memperoleh nikmat yang abadi disisi-Nya. Tiap-tiap hembusan napas yang engkau miliki adalah permata yang sangat mahal harganya. Yang jika telah engkau hembuskan maka ia akan kembali padamu. Janganlah kamu seperti orang bodoh yang tiap hari merasa bangga dengan bertambah-tambah hartanya, padahal umurnya semakin berkurang! Adakah kebaikan pada harta yang bertambah sementara umurnya berkurang? Maka janganlah merasa bangga kecuali dengan bertambah ilmu dan amal. Karena hanya ilmu dan amallah yang akan menemanimu di dalam kubur.<sup>19</sup>

Berdasarkan hal di atas, maka manfaatkan setiap detik waktu yang tersisa, bisa jadi umur yang tersisa itulah yang membawa berkah, karena setiap detik waktu yang digunakan dengan mengingat Allah maka Allah akan membalas dengan segala kebaikan yang tak terduga oleh hambanya.

---

<sup>18</sup>Imam Abu Abdullah Muhammad bin Ismail Al Bukhari, *Terjemahan Shahih Bukhari Juz IX*, Terj. Achmad Sunarto, dkk, (Semarang: CV. Asy Syifa', 1993), Kitab Tauhid, Bab tentang Nabi Saw, Menamakan Shalat Sebagai Amalan; dan Beliau Bersabda:Tiada Shalat Bagi Orang yang Tidak Membaca Ummul Kitab, no. hadis. 7165, hal. 616-617.

<sup>19</sup>Abdul Hamid M. Djamil, *Agar Menuntut Ilmu...*, hal. 130.

Berdasarkan hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* di atas. Maka terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh konselor dan klien dalam pemanfaatan waktu, sebagai berikut:

- a. Konselor dan klien dianjurkan untuk menjauhi diri dari hal-hal yang bersifat tidak bermanfaat.
- b. Konselor dan klien mempunyai sifat bertanggungjawab atas semua tindakan atau pekerjaan.
- c. Konselor dan klien dalam keadaan selalu beribadah, beramal, tawakal dan mendekatkan diri kepada Allah.
- d. Mampu menyeimbangkan waktu antara rutinitas dunia dan akhirat.
- e. Menjaga diri dari hal yang melalaikan diri.

## 5. Hadis Tentang Tidak Menunda Pekerjaan

Hadis berikut menjelaskan bagaimana seharusnya manusia tidak lalai dan tertipu dengan manisnya dunia sehingga mampu mengelola waktu dengan optimal, sabda Rasulullah:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ غَيْلَانَ: حَدَّثَنَا أَبُو أَحْمَدَ: حَدَّثَنَا سُفْيَانُ عَنْ لَيْثٍ، عَنْ مُجَاهِدٍ، عَنِ ابْنِ عُمَرَ قَالَ: أَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِبَعْضِ جَسَدِي قَالَ: كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ أَوْ عَابِرُ سَبِيلٍ وَعُدَّ نَفْسَكَ فِي أَهْلِ الْقُبُورِ. فَقَالَ لِي ابْنُ عُمَرَ: إِذَا أَصْبَحْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالْمَسَاءِ، وَإِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالصَّبَاحِ، وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَمِنْ حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ، فَإِنَّكَ لَا تَدْرِي يَا عَبْدَ اللَّهِ مَا اسْمُكَ غَدًا.

Terjemahnya: Mahmud bin Ghailan menyampaikan kepada kami dari Abu Ahmad, dari Sufyan, dari Al Laits, dari Mujahid bahwa Ibnu Umar berkata, "Suatu ketika Rasulullah memegang sebagian tubuhku seraya bersabda, 'jadilah di dunia ini seperti orang asing atau pelintas jalan dan anggaplah dirimu termasuk penghuni kubur'." Ibnu Umar lalu berkata kepadaku (Mujahid), "Bila masuk waktu pagi, janganlah engkau membisiki dirimu untuk menunggu sore hari. Bila masuk sore, janganlah engkau

membisiki dirimu untuk menunggu waktu pagi. Manfaatkanlah kesehatanmu sebelum sakitmu dan hidupmu sebelum matimu. Sebab, sesungguhnya engkau tidak tahu, wahai hamba Allah, siapa namu besok (si hidup atau si mati).”<sup>20</sup> (H.R. At-Tirmidzi)

Hadis ini menjelaskan tentang dalil perintah untuk zuhud di dunia. Dunia adalah kampung untuk lewat, bukan tempat tinggal, Allah *Ta'ala* telah berfirman: “Kehidupan dunia itu (dibanding dengan) kehidupan akhirat, hanyalah kesenangan (yang sedikit)” (QS. Ar-Ra’d: 26)<sup>21</sup>.

Kemudian Rasulullah bersabda: *كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ، أَوْ عَابِرُ سَبِيلٍ* “*Jadilah engkau di dunia seolah-olah orang asing atau musafir yang berlalu.*” Orang asing tidak menjadikan dunia sebagai tempat tinggal menetap, dan musafir yang berlalu tidak menetap di tempat, karena iapasti akan berlalu. Musafir yang berlalu lebih sempurna dari sisi kezuhudan daripada orang asing, karena orang musafir yang melintas tidak akanduduk untuk istirahat, sementara orang asing kadang istirahat, hanya saja tidak dikenal orang. Maksud dari pangkalan hadis diatas adalah zuhud di dunia dan tidak percaya kepada dunia, karena selama apapun usia yang ada, pada akhirnya akan terpisah juga dengan dunia. Dunia bukanlah tempat yang jernih dan selalu menyenangkan, namun satu kejernihan dunia diliputi dua kotoran, serta satu kesenangan dunia diliputi dua kesedihan, seperti yang disampaikan seorang pujangga: “Bagaimana bisa hidup enak jika dunia

---

<sup>20</sup>Abu Isa Muhammad bin Isa At-Tirmidzi, *Ensiklopedia Hadits...*, Bab tentang Pendeknya Angan-Angan, no. hadis. 2333, hal. 779.

<sup>21</sup>Syaikh Muhammad Shalih bin Al-Utsaimin, *Syarah Hadis Arba'in Imam An-Nawawi*, Terj. Umar Mujtahid, (Solo: Ummul Qura, 2012), hal. 508.

menyusahkan, sesungguhnya kehidupan ini pasti berujung pada kematian dan masa tua.”<sup>22</sup>

Kemudian Rasulullah bersabda: *إِذَا أَصْبَحْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالْمَسَاءِ* "Apabila kamu berada dipagi hari, jangan tunggu sore hari." Artinya, segera lakukan!. Kerjakan amalan sebelum tiba waktu pagi, jangan pernah mengatakan, “saya kerjakan besok saja,” karena menantikan pagi kala berada di sore hari, sama dengan menunda amal hingga pagi hari. Jangan menunda amal hingga esok hari. Karena tidak ada seorang pun yang tahu kapan ajalakan menjemput seseorang. “Dan jika berada pada pagi hari, jangan menunggu sore,” karena siapa tahu kematian datang menjemput sebelum sore tiba. Sekarang, kematian seperti ini sering kali terjadi, yaitu berbagai kasus kecelakaan yang terjadi. Kadang seseorang pergi keluar rumah dan berpesan kepada istrinya agar menyiapkan makan siang, namun sebelum makan siang kematian menjemput, mengalami kecelakaan, dan meninggal dunia. Kasus kematian mendadak juga sering kita temukan.<sup>23</sup>

Dalam hal ini sebagian orang bijak mengatakan: "Berbuatlah untuk duniamu seakan engkau akan hidup selama-lamanya, dan berbuatlah untuk akhiratmu seakan-akan engkau akan meninggal besok."<sup>24</sup> Maksudnya jangan pedulikan dunia, karena dunia hanyalah sementara. Segala kegiatan dunia bisa dilakukan kapan saja, jika tidak dapat dilakukan hari ini maka bisa dilakukan besok. Namun hal ini berbeda dengan perkara akhirat. Berbuatlah untuknya

---

<sup>22</sup>*Ibid.* Hal. 509.

<sup>23</sup>*Ibid.* Hal. 510.

<sup>24</sup>Syaikh Muhammad bin Shalih Al-'Utsaimin, *Syarah Hadis Arba'in Penjelasan 42 Hadis Terpenting dalam Islam*, (Bogor: Pustaka Ibnu Katsir, 2008), hal. 567.

seakan-akan engkau pasti meninggal besok, artinya jangan pernah tunda-tunda untuk beramal salih karena kemungkinan tidak dapat dilakukan lagi.

Kemudian Rasulullah bersabda: *وَإِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالصَّبَاحِ* "Apabila kamu berada di sore hari jangan tunggu pagi hari." Artinya: lakukanlah amalan (yang akan dikerjakan) sebelum datangnya waktu pagi, dan jangan pernah berkata: besok saya akan mengerjakannya, sebab orang yang menunggu datangnya waktu pagi berarti ia menunda aktivitasnya hingga waktu pagi tiba. Yang seperti ini keliru, karena menunda aktivitas hari ini ke hari esok.<sup>25</sup>

Kemudian Rasulullah bersabda: *وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ* "Gunakalah waktu sehatmu sebelum waktu sakitmu." Jika seseorang dalam keadaan sehat niscaya ia mampu melakukan berbagai kegiatan dengan lapang dada, dan mudah baginya, sebab dalam keadaan sehat. Namun ketika sakit maka ia akan lemah dan tidak berdaya serta enggan untuk beramal, atau ketika ia mendapatkan kesempatan, maka ia melakukannya dengan susah payah dan tidak berlapang dada. Maka gunakanlah kesempatan sehat untuk menghadapi waktu sakit, sebab engkau pasti akan mengalami waktu sakit dan kematian.

Kemudian Rasulullah bersabda: *وَمِنْ حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ* "Dan gunakanlah kehidupanmu untuk mempersiapkan kematianmu." Orang yang hidup ia berwujud dan mampu untuk beraktivitas. Tetapi setelah kematian, semuanya berakhir, kecuali tiga hal (yang pahalanya senantiasa mengalir). Maka dari itu manfaatkanlah waktu hidup untuk menghadapi kematian.

---

<sup>25</sup>*Ibid.* Hal. 567.

Hadis ini mengandung perintah untuk melakukan amalan-amalan sebelum waktunya berlalu dan mempersiapkan diri untuk mati sebelum masanya datang.<sup>26</sup> Ajaran untuk selalu dalam keadaan taat, bertakwa, dan beribadah di jalan Allah, karena setiap waktu yang dicurahkan untuk Allah adalah berkah untuk individu itu sendiri.

Selain itu hal yang sama juga disampaikan oleh Musthafa Al-Bughis & Syaikh Muhyiddin Mistu adalah hadis yang mulia, tinggi nilainya, banyak faedahnya, dan mencakup berbagai macam kebaikan dan nasehat. Hadis ini merupakan dasar dalam memendekkan angan-angan, karena seorang mukmin tidak layak untuk menjadikan dunianya sebagai negeri, dan tempat tinggal yang dia merasa tenang di dalamnya. Tetapi hendaknya dia berada di dunia seakan-akan dalam perjalanan yang mempersiapkan perbekalan untuk berangkat kembali, mempersiapkan diri untuk menghadapi hari yang dijanjikan, hari yang tidak lagi bermanfaat harta dan anak kecuali yang datang kepada Allah dengan membawa hati yang selamat.<sup>27</sup>

Terkait dengan penjelasan di atas, maka perintah lain dari hadis di atas, untuk berbuat zuhud terhadap kenikmatan dunia serta membatasi diri terhadap kebutuhan yang tidak terlalu diperlukan atau cukup untuk kebutuhan primer saja. Selain itu, kerjakan segala sesuatu sesuai dengan waktunya seperti halnya melakukan salat sehari semalam lima waktu sesuai dengan ketetapan yang telah

---

<sup>26</sup>Faishal bin Abdul Aziz Alu Mubarak, *Bulughul Maram & Penjelasannya*, Terj. Imam Fauji & Ikhwanuddin Abdillah, (Jakarta: Ummul Qura, 2015), hal. 35.

<sup>27</sup>Musthafa Al-Bughis & Syaikh Muhyiddin Mistu, *Al-Wafi Syarah Hadis Arba'in*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2002), hal. 432.

ditentukan. Kemudian juga memanfaatkan kesempatan untuk menambah kedekatan dan ketaatan kepada Allah dan jangan menggunakannya kepada hal-hal yang tidak bermanfaat bagi akhirat.

Dunia merupakan tempat singgahan sementara bagi manusia, tempat untuk memperbanyak amalan kepada Allah. Bahkan dunia sering dikatakan "Panggung sandiwara, yang berarti bukan tempat yang abadi. Hanya orang yang kuat iman dan keteguhan hati yang bisa melewati segala tipuan dunia ini, namun berbeda halnya dengan manusia yang sudah terjerumus dalam tipuan dunia, mereka mempunyai keimanan sedikit atau jauh dari ilmu agama. Sudah menjadi tugas manusia untuk mampu menjauhi atau membatasi diri terhadap ketertarikan kepada dunia sebab dunia membawa kelalaian yang membuat manusia lupa dengan tujuan utama hidup di dunia.

Rasulullah berpesan agar berhati-hati terhadap dunia, karena dunia dapat membawa manusia kepada kelalaian yang berakibat manusia lupa dan tak sadarkan diri atas apa yang terjadi, tidak mengingat umur yang sudah dihabiskan dan tidak peduli dengan waktu (masa) yang sudah gunakan serta tidak ingat tujuan utama manusia diciptakan di dunia ini. Begitu besar godaan yang ditawarkan dunia ini yang berakibat manusia terjerumus kedalam sumur penyesalan.

Waktu merupakan masa atau jarak bagi manusia untuk menemui ajalnya. Bila waktunya tiba, maka manusia akan mati dan semua penyesalan tidak ada gunanya. Penyesalan memang selalu datang terlambat namun sayangnya manusia tidak bisa kembali untuk memperbaiki semua kekhilafan dan kesalahan yang sudah dilakukan. Hanya amalanlah yang bisa membantu manusia dikala itu.

Amalan yang akan menjadi perisai untuk melindungi, amalan juga yang akan membawa akan kenikmatan surga. Tapi akan rugi orang-orang yang hanya berbuat dosa, lalai dengan perintah Allah, sibuk dengan kesenangan dunia semata sehingga tidak ada waktu untuk amal salih, maka mereka tergolong orang-orang yang rugi. Sebagaimana Allah telah berfirman dalam surah al-Ashr, yaitu:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا  
بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Terjemahnya: "Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal salih dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran."<sup>28</sup>(Q.S. al-Ashr: 1-3)

Kata "العَصْرِ" *al-'ashr* terambil dari kata "عَصَرَ" *'ashara* yakni menekan sesuatu sehingga apa yang terdapat pada bagian terdalam dari padanya nampak ke permukaan atau keluar (*memeras*). Angin yang tekanannya sedemikian keras sehingga memporak-porandakan segala sesuatu dinamai "إعصار" *i'shar/ waktu*. Tatkala perjalanan matahari telah melampaui pertengahan, dan telah menuju kepada terbenamnya dinamai "عَصَرَ" *'ashr/asar*.

Para ulama sepakat mengartikan kata *'ashr* pada ayat pertama surah ini dengan *waktu*, hanya saja mereka berbeda pendapat tentang waktu yang dimaksud. Ada yang berpendapat bahwa ia adalah *waktu* atau *masa* dimana langkah dan gerak tertampung di dalamnya. Ada lagi yang menentukan waktu tertentu yakni waktu di mana salat Ashar dapat dilaksanakan. Pendapat ketiga

---

<sup>28</sup>Departemen Agama RI, *Al Hikmah al-Qur'an...*, hal. 601.

ialah waktu atau masa kehadiran Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* dalam pentas kehidupan ini.<sup>29</sup>

Menurut M. Quraish Shihab dalam surah ini menjelaskan bahwa "Allah bersumpah demi waktu dan dengan menggunakan kata *'ashr* untuk menyatakan bahwa: demi waktu (masa) di mana manusia mencapai hasil setelah ia memeras tenaganya, sesungguhnya ia merugi apapun hasil yang dicapainya itu, kecuali jika ia beriman dan beramal salih."<sup>30</sup> Kerugian itu mungkin tidak dirasakan sekarang namun pada waktu tertentu (nanti di akhirat).

Waktu adalah modal utama manusia, apabila tidak diisi dengan kegiatan positif, maka waktu akan berlalu begitu saja. Maka pada saat itu, jangankan keuntungan diperoleh, modal pun telah hilang. Sebagaimana Sayyidina 'Ali ra. berkata: "Rezeki yang tidak diperoleh hari ini masih dapat diharapkan lebih dari itu diperoleh besok, tetapi waktu yang berlalu hari ini tidak mungkin dapat diharapkan kembali besok."

Berdasarkan hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* di atas. Maka terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh konselor dan klien dalam pemanfaatan waktu, sebagai berikut:

- a. Konselor dan klien diharapkan agar selalu ingat tentang kematian.
- b. Konselor dan klien tidak tertipu dengan kesenangan dunia
- c. Diharapkan untuk tidak menunda suatu pekerjaan.

---

<sup>29</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah...*, Vol. 15 Juz 'Amma, hal. 496-497.

<sup>30</sup>*Ibid.* Hal. 497.

- d. Konselor dan klien untuk selalu beramal, taat kepada Allah serta memendekan dalam berangan-angan.
- e. Memanfaatkan setiap kesempatan dan peluang dengan baik.
- f. Konselor dan klien dianjurkan untuk bersikap zuhud terhadap dunia.

## 6. Hadis Tentang Segera Beramal

Sabda Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*:

حَدَّثَنَا أَبُو مُصْعَبٍ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ هَارُونَ، عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ الْأَعْرَجِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ :  
 أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: بَادِرُوا بِالْأَعْمَالِ سَبْعًا، هَلْ تَنْتَظِرُونَ إِلَّا إِلَى فِقْرٍ  
 مُنْسٍ، أَوْ غِيٍّ مُطْعٍ، أَوْ مَرَضٍ مُفْسِدٍ أَوْ هَرَمٍ مُفْنِدٍ أَوْ مَوْتٍ مُجْهِزٍ أَوْ الدَّجَالِ فَشَرٌّ غَائِبٌ  
 يُنْتَظَرُ أَوْ السَّاعَةِ؟ فَالسَّاعَةُ أَذْهَى وَأَمْرٌ.

Terjemahnya: Abu Mush'ab menyampaikan kepada kami dari Muhriz bin Harun, dari Abdurrahman al-A'raj, dari Abu Hurairah ra, ia berkata," Sesungguhnya Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* bersabda, "Segeralah beramal sebelum datang tujuh perkara. Bukankah yang akan kalian hadapi tidak lain adalah kefakiran yang membuat lupa, kekayaan yang membuat orang melampaui batas, penyakit yang merusak, masa tua yang membuat pikun, kematian yang menyergap tiba-tiba, Dajjal, dia adalah seburuk-buruk hal ghaib yang dinanti, atau kiamat. Kiamat itu sangat dahsyat petakanya dan sangat pahit."<sup>31</sup> (H.R. At-Tirmidzi)

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

Dalam hadis ini Rasulullah menunjukkan banyak hal yang mengharuskan manusia agar segera beramal dan mengingatkannya. Manusia berada diantara dua keadaan bila dikaitkan dengan rezeki kadang diberi kekayaan yang melimpah. Sering terjadi bahwa kekayaan menjadi sebab terjadinya kerusakan. Banyak orang yang ketika miskin taat kepada Allah, patuh, rendah hati, dan tidak sombong sama

---

<sup>31</sup> Abu Isa Muhammad bin Isa At-Tirmidzi, *Ensiklopedia Hadits...*, Bab tentang Segera dalam Beramal, no. hadis. 2306, hal. 771.

sekali, namun ketika diberi harta oleh Allah, dia menjadi sombong dan congkak karena kekayaannya. Atau sebaliknya “*kemiskinan yang melupakan.*” Orang miskin adalah orang yang hanya memiliki sedikit harta. Kemiskinan juga dapat menjadi seseorang lupa kepada banyak kebaikan. Orang miskin biasanya sibuk mencari rezeki sehingga melupakan banyak hal penting lainnya. Maka dari itu, manusia ditakutkan dari dua hal tersebut, baik kekayaan yang berlebihan atau kemiskinan yang melupakan.<sup>32</sup>

Ketiga: sakit yang dapat mengendorkan. Sakit dapat merusak keadaan manusia. Selama manusia dalam kesehatan, maka dia akan lapang dada, baik dan lembut. Tetapi jika dia tertimpa sakit, dia akan tertutup, dunianya sempit dan hanya mementingkan diri sendiri. Karena sakitnya itu, kadang menimbulkan kerusakan padanya, seperti sakitnya tidak ramah kepada manusia dan tidak perhatian kepada keluarganya karena dia sakit dan sudah capek dengan dirinya sendiri. Yang jelas bahwa sakit dapat menimbulkan banyak kerusakan pada keadaan manusia. Manusia tidak berada dalam keadaan sehat, tetapi sakit akan selalu menunggunya setiap saat. Oleh karena itu, manusia harus segera mengerjakan amal salih karena ditakutkan akan datang hal-hal buruk semacam itu.<sup>33</sup>

Keempat: tua renta yang dapat melemahkan. Kata “*al-Haram*” berarti tua. Jika manusia menginjak usia senja dan sudah tua renta, seperti yang difirmankan Allah, ”akan dikembalikan seperti masa kecil.” Atau akan dikembalikan seperti

---

<sup>32</sup>Syaikh Muhammad Al-Utsmain, *Syarah Riyadhu...*, hal. 539.

<sup>33</sup>*Ibid.* Hal. 540-541.

masa kanak-kanaknya. Orang yang pada saat mudanya dikenal sebagai orang cerdas, hendaklah dia berhati-hati karena dia nanti akan kembali seperti pada masa kanak-kanak. Bahkan, mungkin lebih parah dari anak-anak karena anak-anak mungkin belum paham dan belum tahu apa-apa, tetapi orang tua itu telah memahami dan mengetahui segala sesuatu, kemudian dikembalikan seperti masa kanak-kanak. Tentu saja keadaan semacam ini lebih berat baginya.

Kelima: mati yang dapat menyudahi segala-galanya. Semua manusia akan mati dan kematian datang tanpa permisi. Kadang ada orang yang mati tatkala dia sedang tidur di atas kasurnya, ada orang yang mati tatkala sedang duduk bekerja di atas kursi, dan ada pula yang mati ketika sedang berjalan. Jika manusia mati, maka terputuslah amalnya seperti yang disabdakan Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*, "*Jika anak adam meninggal dunia, maka terputuslah, amalnya kecuali tiga perkara: sedekah jariyah, ilmu yang bermanfaat, atau anak salih yang mendoakan orang tuanya.*" Maka dari itu, bergegaslah untuk beramal sebelum kematian datang menjemput.<sup>34</sup>

Keenam: menunggu datangnya dajjal, padahal ia adalah sejelek-jelek sesuatu yang ditunggu. Kata "dajjal" adalah *Shighah mubalaghah* dari kata "*ad-dajl*" yang artinya dusta. Dajjal adalah orang yang akan diutus oleh Allah di akhir zaman, yang mengaku-ngaku bahwa dirinya adalah Tuhan dan dia melancarkan fitnahnya ini selama empat puluh hari dan sehari sama seperti satu tahun. Ada yang sehari seperti setahun, sehari seperti sebulan, sehari seperti seminggu, dan ada pula hari-hari sepertibiasanya. Akan tetapi Allah memberinya kemampuan

---

<sup>34</sup>*Ibid.* Hal. 541.

yang tidak diberikan kepada orang lain hingga Dajjal itu bisa menyuruh langit supaya menurunkan hujan, menyuruh bumi supaya menumbuhkan tumbuh-tumbuhan, menyuruh bumi subur dan menyuruh langit supaya tidak menurunkan hujan, serta mengaku memiliki surga dan neraka, tetapi sebenarnya surganya adalah neraka dan nerakanya adalah surga. Kesimpulannya bahwa Dajjal adalah kejahatan yang menunggu, bencananya besar.<sup>35</sup>

Ketujuh: menunggu datangnya hari kiamat yang di dalamnya ada kematian umum. Hari kiamat lebih dahsyat dan lebih pahit. Inilah tujuh peringatan yang disampaikan Nabi kepada umatnya. Dan Rasulullah memerintahkan semua umatnya agar segera melaksanakan ketujuh amal itu. Bersegeralah untuk melakukan amal salih, sebelum kehilangan kesempatan. Walaupun sekarang ada dalam kondisi yang semangat, kuat dan mampu. Tetapi kadang akan datang kepadamu suatu waktu yang tidak bisa dan tidak mampu beramal salih. Oleh karena itu, segeralah untuk beramal salih dan biasakan diri untuk mengerjakannya. Jika membiasakan diri untuk beramal salih, maka terbiasa malas dan meremehkan, maka akan kesulitan untuk beramal salih.<sup>36</sup>

Allah selalu menunggu hamba-Nya untuk datang kepada-Nya dalam keadaan bertobat, karena jika manusia melangkah sejengkal maka Allah akan mendekat sehasta. Maka jangan tunggu ada waktu luang untuk beribadah kepada Allah tetapi luangkan waktu untuk mendekatkan diri selalu kepada Allah, sebab Allah menerima setiap hamba-Nya dalam keadaan apapun, baik itu dipenuhi

---

<sup>35</sup>*Ibid.* Hal. 541-542.

<sup>36</sup>*Ibid.* Hal. 542.

dengan dosa, ataupun dalam keadaan berkeluh kesah kepada-Nya. Allah sangat senang kepada hamba-Nya yang selalu menjadikan-Nya sebagai tempat sandaran hamba-Nya. Sebagaimana hadis berikut ini:

عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَرُوهُ عَنْ رَبِّهِ قَالَ: إِذَا تَقَرَّبَ الْعَبْدُ إِلَيَّ شِبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِذَا تَقَرَّبَ مِنِّي ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ مِنْهُ بَاعًا، وَإِذَا أَتَانِي مَشِيًّا أَتَيْتُهُ هَرَوًّا لَةً.

Terjemahnya: Dari Anas ra., dari Nabi *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*, Rasulullah meriwayatkan dari Tuhannya, Tuhan berfirman: "Jika seorang hamba berusaha mendekat pada-Ku sejauh sejengkal tentu aku akan mendekatnya sejauh sehasta. Jika dia berusaha mendekat pada-Ku sejauh sehasta tentu aku akan mendekatnya sejauh sedepa. Dan jika dia mendatangi kepada-Ku dengan berjalan tentu aku akan mendatangnya dengan berlari-lari kecil."<sup>37</sup> (H.R. Bukhari)

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

Allah mengharapakan hamba-Nya untuk selalu meluangkan waktu untuk beribadah kepada-Nya. Sebagai hamba-Nya sudah sepatut dengan berbagai nikmat yang sudah diberikan, untuk senantiasa selalu berada disisi-Nya, menceritakan segala hal yang membuat hati gundah dan meminta pertolongan kepada-Nya karena hanya Dia yang mampu menolong setiap hamba-Nya.

Setiap waktu yang sudah diluang untuknya akan Allah balas dengan beribu kebaikan dan kenikmatan jauh lebih banyak dibandingkan waktu yang diluangkan oleh hamba, begitulah rasa cinta-Nya kepada hamba-hamba yang mendekatkan diri kepada Allah. Jangan pernah sia-sia kesempatan yang diberikan-Nya sebab kesempatan dan waktu tersebut tidak pernah bisa diputar kembali, bagaikan kertas

---

<sup>37</sup> Imam Abu Abdullah Muhammad bin Ismail Al Bukhari, *Terjemahan Shahih...*, Kitab Tauhid, Bab tentang Penuturan dan Periwiyatan Nabi Saw dari Tuhannya, no.hadis. 7167, hal. 618-619.

yang terbakar habis dan menjadi tebu begitu pula waktu berputar yang hanya menyisakan kenangan masa lalu.

Sebagai manusia sudah semestinya untuk selalu beribadah dan memperbanyak beramal salih setiap waktu kepada Allah. Segera kerjakan setiap perintah Allah untuk beramal selagi diberikan umur, kekuatan, kesanggupan dalam melakukan semua ibadah kepada-Nya, karena akan tiba dimana setiap waktu dan kesempatan yang Allah berikan untuk beramal salih tidak ada lagi atau sudah melampaui kesempatan yang diberikan-Nya.

Selain itu di dalam hadis ini juga anjuran untuk menyegerakan segala sesuatu yang bersifat baik yang menguntungkan manusia itu sendiri, semasih bisa dikerjakan atau dimanfaatkan waktu sebaik mungkin. Ketika waktu berakhir semua penyesalan tidak akan berguna lagi, karena setiap orang akan meninggalkan dunia ini, yang manusia kumpulkan di dunia akan diminta pertanggungjawaban di alam kubur dan akan mendapatkan siksaan bagi manusia yang tidak memiliki amal salih. Sebab hanya amal salih yang dapat menyelamatkan dari siksaan tersebut.

Untuk mampu melakukan amal salih tentunya harus memiliki keimanan dalam diri. Iman merupakan hakikat positif dan penggerak. Seseorang tidak akan disebut beriman kecuali berusaha merealisasikan dalam wujud amal salih, karena tidak mungkin keimanan seseorang tersebut tetap diam atau tidak bergerak dalam sanubari seseorang. Jika memang demikian maka manusia tersebut memiliki keimanan yang palsu, yaitu tidak mampu membawanya kedalam kebaikan.

Iman merupakan penggerak yang baik dan bersih, perbuatan positif dan bertujuan, tindakan memakmurkan bumi secara seimbang dan mengarah kepada Allah sesuai dengan *manhaj*-Nya. Sebagaimana sabda Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*:

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ: حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنِ الْعَلَاءِ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "بَادِرُوا بِالْأَعْمَالِ فِتْنًا كَقَطْعِ اللَّيْلِ الْمُظْلَمِ، يُصْبِحُ الرَّجُلُ مُؤْمِنًا، وَيُمْسِي كَافِرًا، أَوْ يُمْسِي كَافِرًا، وَيُصْبِحُ كَافِرًا، يَبِيعُ دِينَهُ بِعَرَضٍ مِنَ الدُّنْيَا".

Terjemahnya: Qutaibah menyampaikan kepada kami Abdul Aziz bin Muhammad, dari al-Ala' bin Abdurraahman, dari ayahnya, dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*. Bersabda, "Segeeralah melakukan berbagai amal sebelum datangnya berbagai fitnah seperti potongan-potongan malam yang gelap gulita. Pada pagi hari seseorang beriman dan pada sore hari menjadi kafir, sore hari beriman dan pada pagi hari menjadi kafir. Salah seorang dari mereka menjual agamanya dengan sesuatu (yang sangat murah) dari dunia."<sup>38</sup> (H.R.At-Tirmidzi)

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

Kata "بَادِرُوا" berarti bersegeeralah dan kata "بِالْأَعْمَالِ" maksudnya adalah amal salih, yaitu segala amal yang dikerjakan manusia dengan ikhlas karena Allah dan sesuai dengan ajaran Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*. Amal salih adalah amal yang dibangun di atas dua perkara: ikhlas karena Allah dan mengikuti sunah Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* itulah hakikat dari kesaksian bahwa tidak ada Tuhan selain Allah dan Muhammad adalah utusan Allah. Amal yang tidak ikhlas tidak disebut sebagai amal salih. Jika ada seseorang mengerjakan salat, tetapi niatnya untuk dilihat manusia, maka amalnya ini tidak

---

<sup>38</sup> Abu Isa Muhammad bin Isa at-Tirmidzi, *Ensiklopedia Hadits...*, Kitab Fitnah, Bab akan Terjadi Fitnah seperti Potongan-Potongan Malam yang Gelap Gulita, no. hadis. 2195, hal. 737.

diterima, walaupun dia memenuhi semua persyaratan, rukun, kewajiban, sunah, dan tumakninahnya, serta mengerjakannya secara sempurna secara lahir. Semua itu tidak diterima karena bercampur dengan syirik. Amal yang di dalamnya ada persekutuan Allah dengan selain-Nya maka amal itu tidak diterima.<sup>39</sup>

Sabda Rasulullah, *بَادِرُوا بِالْأَعْمَالِ*, “*Bersegeralah kalian untuk mengerjakan amal-amal*”, maksudnya adalah amal salih, yaitu setiap amal yang dikerjakan ikhlas karena Allah dan sesuai dengan syariat-Nya.

Kemudian Rasulullah bersabda, *فَتَنَّا كَقَطْعِ اللَّيْلِ الْمُضْنِمِ*, “*karena akan terjadi bencana yang menyerupai malam yang gelap gulita.*” Nabi *Shallallahu ‘Alaihi Wa Sallam* menjelaskan bahwa akan terjadi bencana yang menyerupai malam yang gelap gulita, yang tidak terlihat cahaya di dalamnya, manusia tidak tahu kemana harus pergi sehingga bingung dan tidak tahu kemana jalan keluarnya.<sup>40</sup> Berdasarkan uraian tersebut jelas tergambar bencana disini adalah datang fitnah-fitnah yang menyesatkan sehingga manusia rela menjual agama demi mendapatkan kebahagiaan di dunia.

Berdasarkan syarahan hadis di atas, dalam menjalani kehidupan ini harus memperbanyak amal kebaikan, ini merupakan salah satu pemanfaatan waktu yang paling baik. Selain itu, dalam mengerjakan amal salih harus mempunyai dua kategori yaitu ikhlas karena Allah dan mengikut sunah Rasulullah. Dalam mengerjakan amal salih yang paling diutamakan yaitu ikhlas dalam mengerjakan segala perbuatan dengan mengatas namakan Allah, bukan ingin mendapatkan

---

<sup>39</sup>Syaikh Muhammad Al-Utsmain, *Syarah Riyadhu...*, hal. 518.

<sup>40</sup>*Ibid.* Hal. 335.

pujian dari manusia, mendapat predikat terbaik dimata manusia, dan bukan untuk manusia terbaik dipandangan dan kalangan manusia, jika demikian maka segala amalan yang dikerjakan tidak akan diterima oleh Allah walaupun sesuai dengan perintahnya. Amal salih ini merupakan salah satu jembatan bagi manusia sebagai pelindung agar tidak terbuai dengan hasutan dunia yang bisa melalaikan siapa saja dengan keindahan yang ditawarkannya.

Allah menciptakan manusia ke dunia ini untuk menjadikannya sebagai khalifah. Sebab sebaik-baik penciptaan adalah manusia. Allah memberikan manusia sesuatu yang sangat berharga yang tidak dimiliki oleh ciptaan atau makhluk lainnya seperti hewan, tumbuhan, dan alam. Allah menganugerahkan manusia akal, karena akal merupakan nikmat yang luar biasa diantara nikmat lainnya. Dengan akal manusia mampu berpikir dengan baik sehingga bisa membedakan yang baik dan buruk, yang diperintahkan dan yang dilarang, yang menjadi kemaslahatan dan musibah, manusia bisa mengetahui semua itu dengan menggunakan nikmat tersebut dengan baik dan benar.

Untuk itu, di dalam kehidupan Allah menganugerahkan kepada manusia pilar-pilar *taklif* (pembebanan kewajiban); alam semesta; akal; fitrah; manhaj; syahwat dan hak memilih. Semua itu berada di dalam dimensi ruang yaitu bumi, dan berada di dalam dimensi 'waktu' yaitu umur. Maka umur merupakan modal manusia dalam menjalani kehidupan dunia. Jika manusia mendistribusikan umurnya untuk mensucikan jiwanya maka umur itu menjadi berharga untuk memperoleh surga Allah.

Maka untuk mendapat surga Allah manusia menjalani kehidupan dengan memanfaatkan waktu, umur dan kesempatan yang diberikan oleh Allah dengan sebaik-baiknya. Salah satu metode yang harus dilakukan yaitu mengerjakan amal salih. Amal salih yang dimaksud disini yaitu melakukan semua perintah Allah dan menjauhi segala larangannya sesuai dengan petunjuk yang diturunkan oleh Allah melalui perantaranya Nabi Muhammada *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam*.

Berdasarkan beberapa hadis yang sudah dijelaskan dapat diambil kesimpulan bahwa waktu merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan. Sebaik-baik individu dalam memanfaatkan waktu adalah yang menggunakan waktunya untuk beribadah kepada Allah, mengerjakan sesuatu tepat pada waktunya, tidak menunda pekerjaan, serta membuat program harian agar penggunaan waktu teratur yaitu mampu digunakan secara optimal sehingga menghasilkan suatu pekerjaan yang produktif.

Berdasarkan hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* di atas, maka terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh konselor dan klien dalam pemanfaatan waktu, sebagai berikut:

- a. Konselor dan klien untuk selalu mengingat kematian sehingga mencegah dari kemungkaran dan hal yang melalaikan diri dari hal yang tidak bermanfaat.
- b. Dianjurkan untuk memanfaatkan setiap kesempatan dengan optimal.
- c. Menghindari dari kebiasaanya menunda suatu kebaikan.
- d. Kewajiban selalu berpegang teguh pada agama dan mendekatkan diri kepada Allah.

## **B. Pengembangan Pemanfaatan Waktu Luang Dalam Bimbingan Islam**

Pada bagian ini akan dijelaskan lebih rinci mengenai waktu luang dalam Bimbingan Islam berdasarkan hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* yang telah diuraikan di atas. Dalam istilah konseling, waktu luang dinamakan dengan *leisure*. *Leisure* menunjukkan pada waktu-waktu bebas dari pekerjaan atau tugas yang dapat digunakan untuk aktifitas rekreatif.<sup>41</sup>

Pada bagian awal sudah disinggung pemanfaatan waktu luang ditinjau dari hadis Rasulullah yaitu, dalam menjalani hidup ini sebagai manusia yang tidak ada kuasa dan daya dengan cara memperbanyak amalan dan kebajikan kepada Allah *Ta'ala*. Maka dari itu pada sub bagian ini penulis akan mengkaji pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan Islam di tinjau dari hadis Rasulullah *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* sebagaimana yang telah diuraikan sebelumnya, sebagai berikut:

### **1. Pemanfaatan Waktu Luang Oleh Klien Dalam Kehidupan**

Dalam bimbingan Islam terdiri antara konselor dan klien. Klien yang dimaksud pada bagian ini adalah individu yang memiliki suatu masalah pada memanfaatkan waktu luang dengan optimal. Sebagaimana yang telah dibahas sebelumnya, waktu luang adalah waktu senggang yang dimiliki oleh setiap orang tanpa disadarinya, seperti waktu yang tidak terkait dengan kegiatan apapun berupa pekerjaan, tugas-tugas, ataupun aktivitas rutin lainnya, namun belum mampu dimanfaatkan secara produktif dan optimal dalam kegiatan tertentu, disebabkan

---

<sup>41</sup>Andi Mappiare, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*, (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2006), hal. 195.

ketidaksadaran seseorang akan kegunaan dan manfaat dari waktu tersebut. Untuk itu pada sub ini akan dijelaskan bagaimana semestinya waktu luang tersebut dapat dimanfaatkan dengan optimal oleh klien.

Setiap manusia (klien) memiliki waktu yang sama diberikan oleh Allah yaitu sehari semalam 24 jam, memiliki 52 minggu yang sama dalam setahun. Demikianlah, semua manusia jika dilihat dari sisi satuan waktu, baik itu pejabat tinggi atau pegawai rendahan, yang membedakan hanya dari segi umur yang diberikan oleh Allah. Waktu sama halnya dengan umur. Dalam hidup hitungan waktu biasanya ditandai dengan umur. Ada yang baru lahir sudah meninggal, ada yang masih remaja sudah meninggal, bahkan ada pula yang sudah tua rentan baru meninggal, begitulah kekuasaan Allah dalam memberikan kesempatan kepada manusia. Umur adalah modal dasar yang dimiliki manusia. Modal dasar ini tidak boleh diabaikan dan harus digunakan dengan sebaik-baiknya. Ada suatu ungkapan "Meskipun simpanan harta yang kita miliki melimpah ruah, bila digunakan terus, suatu saat harta tersebut akan habis."<sup>42</sup>

Apabila diamati, dalam mengelola modal dasar ini secara umum manusia bisa dikategorikan menjadi dua kelompok. *Pertama*, orang-orang yang selalu menyibukkan diri dalam waktu yang ada untuk beribadah kepada Allah *Ta'ala*. Mereka merupakan orang-orang yang selalu diberikan keberkahan dalam setiap waktu yang dilaluinya, yaitu orang-orang yang sibuk mengerjakan amal ibadah, menghabiskan waktunya untuk beriktikaf di mesjid, mengajarkan orang lain,

---

<sup>42</sup>Khalid Abdul Mu'thi Khalif, *Nasihat Untuk Orang-Orang Lalai*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), hal. 150.

orang selalu membantu orang lain, dan orang yang tak henti-hentinya mengutamakan Allah disetiap pekerjaannya.

*Kedua*, orang-orang yang selalu menghabiskan waktunya untuk melakukan hal-hal yang jauh dari ridha Tuhannya. Orang seperti ini sering tidak menggunakan waktu dengan baik, yaitu lalai dengan kemegahan dunia. Hiasan dunia telah membuat mereka lupa pada nikmat dunia. Kehidupan dunia sudah membutakan mata hati mereka untuk beramal kepada Allah sebagai bekal di akhirat nanti. Bagi mereka waktu yang dilalui dalam mengejar dunia sangat bermanfaat daripada menumpuk bekal akhirat yang tidak terlihat hasilnya. Mereka lupa bahwa dunia ini hanya sementara.

Waktu dalam kehidupan seorang muslim (klien) adalah ibadah yang luas. Sebagaimana dalam hadis Rasulullah tentang segera beramal, yang mengandung arti bahwa dalam menjalani kehidupan setiap manusia (klien) harus memperbanyak amalan kebaikan agar hidup menjadi berkah. Sehingga tidak ada penyesalan dikemudian hari. Konteks waktu yang dijalani oleh individu (klien) bukan hanya beribadah saja. Selain itu, waktu dapat digunakan untuk kepentingan pribadi, keluarga, teman, dan kelompok sosialnya. Sebagaimana Muhammad Ratib mengatakan bahwa:

Pengelolaan waktu adalah tindakan yang semestinya dengan tata cara yang semestinya dan pada waktu yang semestinya. Waktu adalah emas, bahkan lebih mahal dari emas, bahkan tidak terukur oleh nilai. Waktu adalah adalah diri sendiri maknanya waktu adalah nyawa. Waktu masuk kedalam empat bahan pokok dalam dunia kerja; bahan mentah, pengetahuan, sumber daya manusia kemudian waktu yang dianggap memiliki nilai paling penting. Sebab ketika individu mampu mengelola waktu dengan cerdas dan positif, ia bisa memanfaatkan waktu untuk mewujudkan keuntungan terbesar dari bahan-bahan pokok lainnya. Ketika individu mengelola waktu dengan

efektif sejatinya ia mengelola dirinya sendiri, juga ibadah, amal perbuatan dan dunianya dengan pengelolaan efektif.<sup>43</sup>

Berdasarkan beberapa hadis rasulullah yang telah dijelaskan sebelumnya, adapun kegiatan yang dapat dilakukan oleh klien untuk memanfaatkan waktu luang dalam kehidupannya, sebagai berikut:

*Pertama*, beramal salih, sebagaimana dalam hadis segera beramal, sabda Rasulullah, “بَادِرُوا بِالْأَعْمَالِ سَبْعًا، هَلْ تُنظَرُونَ إِلَّا إِلَى فَقْرٍ مُنْسٍ...” (*Segeralah beramal sebelum datang tujuh perkara. Bukankah yang akan kalian hadapi tidak lain adalah kefakiran yang membuat lupa...*).” Maka disini individu (klien) dituntut untuk memperbanyak dalam melakukan amal salih, beribadah dan bertakwa kepada Allah. Pada hakikatnya umur itu sangatlah pendek maka sudah menjadi kewajiban setiap individu untuk memanfaatkan waktu secara optimal dengan banyak melakukan amal-amal salih yang diridhai Allah. Kalau diperhatikan dengan seksama, sebenarnya kewajiban-kewajiban yang menjadi tanggung jawab untuk dilaksanakan sangat banyak, misalnya ibadah, salat, puasa, zakat, haji, membantu sesama, berdakwah di jalan Allah, mencari rezeki, dan berjuang menegakkan agama Allah.

*Kedua*, dilihat dari hadis tentang memanfaatkan waktu dan tidak menunda pekerjaan, sabda Rasulullah:

إِذَا أَصْبَحْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالْمَسَاءِ، وَإِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالصَّبَاحِ... (*Jika dirimu sedang berada di sore hari, maka janganlah membicarakan dirimu di pagi hari (kelak)...*)”

---

<sup>43</sup>Muhammad Ratib An-Nabulsi, *7 Pilar Kehidupan*, Terj. Muhammad Muhtadi, (Jakarta: Gema Insani Press, 2010), hal. 214.

Bukan berarti bahwa seluruh waktu dan tenaga manusia itu harus dihabiskan untuk hal-hal yang berat dan serius. Sebab, selain untuk ibadah dan berzikir kepada Allah, sebagian waktu itu harus ada yang digunakan untuk tidur di siang hari, sebagian yang lain harus ada untuk bercanda sehat dengan keluarga maupun teman-teman, sebagian lagi harus ada untuk bersilaturahmi, kemudian sebagian lagi harus ada untuk senda gurau yang santun, dan berbagai macam acara untuk menghibur diri.

Berdasarkan hadis ini jelas bahwa menyeru individu (klien) untuk mengerjakan pekerjaan pada waktunya. Ini merupakan hal yang sangat tepat dilakukan. Sebab jika individu menunda-nunda pekerjaan merupakan satu bencana bagi individu tersebut. Muhammad Ratib mengutip dari Hasan Al-Basri mengatakan bahwa: "Jauhilah sikap menunda-nunda, sebab yang menjadi hakmu adalah hari ini, bukan esok hari. Jika memang esok hari milikmu, maka lakukan pada esok hari seperti yang kamu lakukan hari ini. Namun jika esok hari bukan milikmu, kamu tidak akan menyesal atas kelalaiannya yang kamu perbuat hari ini."<sup>44</sup>

Selain pengaturan waktu di atas, Yusuf Qardhawi mengemukakan ada beberapa aktivitas harian yang sebaiknya dilakukan oleh seorang muslim agar diberkahi umurnya, sebagai berikut:<sup>45</sup>

- a. Program ini menuntut seorang muslim untuk melakukan sesuatu dengan segera, misalnya tidur segera dan bangun juga segera.

---

<sup>44</sup>Muhammad Ratib An-Nabulsi, *7 Pilar Kehidupan...*, hal. 224.

<sup>45</sup>Yusuf Qardhawi, *Waktu, Kekuasaan, Kekayaan sebagai Amanah Allah*, Terj. Abu Fahmi, (Jakarta: Gema Insani Press, 2002), hal. 50-61.

- b. Seorang muslim senantiasa memulai aktivitas hariannya dengan ketaatan kepada Allah *Ta'ala*. Disamping melaksanakan salat fardhu dan sunnah, juga membaca zikir yang diajarkan oleh Rasulullah. Selain itu juga dilanjutkan dengan membaca al-Qur'an, meresapi kandungannya dan memahami artinya.
- c. Diantara kewajiban harian yang tidak boleh diabaikan seorang muslim adalah membantu setiap anggota masyarakat, memenuhi kebutuhannya dan memudahkan urusan mereka.
- d. Memenuhi kebutuhan fisik seperti: makan, minum dan istirahat dengan cukup. Bila sudah waktunya maka kerjakan dengan segera dan teratur, agar mudah setiap kegiatan yang dilakukan. Selain itu juga dapat melakukan rekreasi sebagai bentuk untuk menghibur diri dari penatnya pekerjaan dan kegiatan sehari-hari.
- e. Yang terakhir yaitu setiap muslim diwajibkan untuk membaca secara teratur, terutama buku-buku atau majalah yang isinya bermanfaat, baik untuk agama maupun dunia sebagai upaya menambah ilmu pengetahuan.

## **2. Pemanfaatan Waktu Oleh Konselor Dalam Layanan Bimbingan Islam**

Layanan bimbingan tidak dapat dilakukan hanya dengan satu orang saja, tetapi membutuhkan dua orang atau lebih. Karena ketentuan dalam bimbingan terdiri dari konselor dan klien. Dalam teori menyebutkan bahwa konselor berperan sebagai pembimbing. Sedangkan klien adalah orang yang dibimbing, sedangkan pemecahan masalah dan penyelesaiannya klien sendiri yang menentukan arahnya karena klien berkuasa penuh dalam mengatasi masalah yang dihadapinya.

Konselor merupakan contoh bagi klien. Oleh sebab itu dianjurkan sebagai seorang konselor untuk lebih memahami anjuran yang ditetapkan dalam Islam, yaitu al-Qur'an dan as-sunnah, serta menjadikan Nabi Muhammad sebagai suri tauladannya. Berdasarkan beberapa hadis yang telah dijelaskan sebelumnya, terdapat beberapa contoh dalam penanganan individu dalam memanfaatkan waktu sehingga konselor dapat memahami mengenai waktu. Maka dari itu, berikut ini terdapat beberapa hal yang perlu diaplikasikan oleh konselor dan klien dalam kehidupan sehari-hari, yaitu:

- a. Mampu memanfaatkan waktu dengan optimal.
- b. Menghargai setiap waktu yang ada
- c. Melakukan kegiatan yang berguna bagi diri sendiri dan orang lain.
- d. Dapat meningkatkan kualitas hidup
- e. Mampu meningkat keimanan dan ketakwaan diri kepada Allah.
- f. Memperbanyak amalan salih .

Sebagaimana dalam sabda Rasulullah: *"ada dua nikmat yang kebanyakan manusia terlenu darinya; yaitu kesehatan dan waktu luang."* Maka dari itu, sebagai seorang konselor harus mampu mengelola waktunya secara optimal guna menjadi contoh bagi klien. Selain itu, juga dapat memudahkan konselor dalam melakukan bimbingan guna memberikan bantuan kepada klien yang tidak mampu menggunakan waktunya dengan baik.

Seorang konselor harus mampu mengatur waktu yang baik dalam melakukan bimbingan, sebab waktu pelaksanaan bimbingan akan mempengaruhi

hasil dari bimbingan tersebut. Dalam pelaksanaan konselor sebaiknya memperhatikan beberapa hal berikut ini, yaitu:

a. Ruang Waktu

Pada dasarnya, waktu adalah ruang hidup manusia dimana di dalamnya mereka berperilaku. Waktu merupakan unsur yang ikut mempengaruhi perilaku individu dalam lingkungan kerja. Untuk itu setiap individu sudah semestinya mampu mengelola waktu dengan optimal sehingga dapat menghasilkan kinerja yang produktif. Ruang waktu merupakan mencakup pengaturan waktu, penjadwalan waktu serta waktu istirahat.

Dengan demikian, dalam pelaksanaan bimbingan dituntut untuk dapat mengelola dan mengatur waktu dengan baik. Dikarenakan salah satu faktor yang menyebabkan ketidakefektifan bimbingan adalah tidak atau kurang mampunya konselor dan klien dalam mengelola waktu, baik dalam proses bimbingan maupun dalam aktivitas lainnya. Bukan hanya klien saja yang harus pandai dalam mengatur waktu, namun disini konselor juga diminta untuk cerdas dalam mengatur waktu, yaitu kapan dan bagaimana waktu yang tepat untuk melakukan proses bimbingan dengan tujuan agar bimbingan berjalan dengan baik dan mendapatkan hasil yang baik.

Selain itu, dari segi tujuan mengatur waktu ada beberapa tujuannya, yaitu: Apabila dilihat dari segi kualitasnya klien mendapat kepuasan dalam melakukan bimbingan. Sedang dari segi kuantitasnya dilihat dari jumlah klien yang mendapatkan bimbingan. Untuk itu, sebelum melakukan proses bimbingan

terlebih dahulu konselor menetapkan waktu yang tepat untuk melaksanakan bimbingan. Sebagaimana Muhammad Surya mengatakan bahwa:

Proses bimbingan akan berlangsung dengan baik apabila segala sesuatunya berada dalam pengendalian waktu secara efektif. Dan sebaliknya, akan terjadi berbagai gangguan apabila berada dalam kondisi dikuasai oleh waktu. Dengan kata lain, manajemen waktu dalam klien merupakan upaya untuk mampu mengendalikan waktu dalam bukan dikendalikan waktu. Waktu itu amat terbatas, sementara kegiatan yang harus dilakukan senantiasa terus, sehingga harus mampu mengendalikan dan memanfaatkan waktu seefektif dan seefisien mungkin.<sup>46</sup>

Dalam menentukan waktu pelaksanaan bimbingan sebaiknya konselor memilih waktu tepat seperti suasana pikiran dan emosi masih stabil, belum adanya kelelahan baik dari fisik maupun psikologis. Sebelum menetapkan waktu yang efektif dalam pelaksanaan bimbingan jika dilihat dari segi waktu. Dalam menjalani hidup setiap manusia diberikan waktu sebanyak 24 jam, dengan pembagiannya terdiri dari pagi, siang dan malam. Maka dari itu, penulis akan membahas beberapa hal mengenai waktu, yaitu:

*Pertama*, waktu pagi (berkisar antara pukul 7-10 WIB). Jika dilihat dari kondisinya pelaksanaan bimbingan pada waktu pagi merupakan pilihan yang tepat sebab dari segi fisik ataupun psikis masih dalam keadaan jernih dan segar belum ada gangguan dari apapun.

*Kedua*, waktu siang dan sore (11.00-17.00 WIB). Jika dilihat dari segi kondisinya, waktu siang merupakan waktu sibuk, dimana pada jam kantor merupakan jam padat, disitu saatnya makan siang, mengejar *deadline* pekerjaan, serta waktu untuk istirahat dari penatnya pekerjaan. Waktu siang merupakan

---

<sup>46</sup>Muhammad Surya, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: CV Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 165.

pilihan tidak baik jika melakukan bimbingan karena kelelahan klien akan berdampak pada emosinya sehingga pelaksanaan bimbingan tidak akan mendapatkan hasil yang bagus.

Ketiga, waktu malam merupakan waktu yang digunakan untuk istirahat. Bukan waktu yang tepat untuk melakukan bimbingan. Karena baik klien maupun konselor harus memiliki waktu untuk menjernihkan pikiran dan mengistirahatkan tubuhnya. Agar keesokannya dapat bekerja optimal kembali.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka waktu yang tepat dalam melakukan bimbingan adalah waktu pagi. Akan tetapi, tidak dianjurkan bagi konselor untuk melakukan layanan bimbingan dalam satu hari lebih dari tiga kasus karena akan berdampak pada penyelesaian kasus. Ini disebabkan karena konselor kelelahan dalam memahami kasus yang dibimbingnya.

Manajemen waktu dalam konseling merupakan suatu tindakan dalam memanfaatkan dan mengendalikan waktu dengan sebaik-baiknya, sehingga mencapai hasil yang optimal. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam hadis Rasulullah: "*Pergunakalah kesempatan lima (perkara) sebelum (datangnya) lima perkara: hidupmu sebelum matimu, sehatmu sebelum sakitmu, waktu luangmu sebelum sibukmu, mudamu sebelum tuamu, dan kayamu sebelum miskinmu.*"<sup>47</sup> (HR. Hakim dan Baihaqi).

Manajemen waktu memberikan kemungkinan yaitu:

- 1) Menata kehidupan dengan cara yang sedemikian rupa sehingga membuat lebih bahagia dan produktif,

---

<sup>47</sup>Al-Imam Al-Hafidz Abi Bakr Ahmad bin Al Husain Al-Baihaqi, *Al-Jamiu Li Syuab Al-Iman...*, hal. 476.

- 2) Memberikan kecakapan dalam menjadwalkan waktu untuk kegiatan sehari-hari,
- 3) Mencegah stress kronis dengan mengurangi hambatan-hambatan yang terdapat dalam diri sendiri sebagai akibat ketidakmampuan dalam upaya menghindari dampak-dampak negatif stress, baik dalam lingkungan pekerjaan maupun dalam lingkungan kehidupan pada umumnya.<sup>48</sup>

Selain memilih waktu yang tepat, dalam melakukan bimbingan konselor juga harus menghemat waktu. Apabila ini tidak dilakukan maka akan berdampak pada proses pelaksanaan proses bimbingan. Mengenai hal itu akan dijelaskan pada point berikutnya.

#### b. Waktu Dalam Pelaksanaan Bimbingan

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada bagian awal, dalam melakukan proses bimbingan harus ada pembatasan waktu agar tidak terjadinya kelelahan dari kedua pihak yaitu konselor dan klien sendiri. Bimbingan individual persepsi berkisar antara 45 sampai 50 menit, untuk menyesuaikan kemampuan konsentrasi klien-konselor. Jika terlalu pendek atau terlalu panjang tidak efektif. Konselor dapat menutup pembicaraan dengan berbagai cara, misalnya, dengan pernyataan singkat bahwa waktu sudah habis. Perlu diperhatikan, menjelang akhir sesi konselor sebaiknya membuat ringkasan apa yang terjadi selama satu sesi untuk mengantarkan kepada penutupan sesi. Ringkasan harus singkat, langsung, dan tanpa interpretasi. Bagian penting dalam menutup sesi konseling individual adalah membuat rencana pertemuan berikutnya, baik waktu maupun materinya.

Sedangkan waktu yang diperlukan dalam menyelesaikan kasus tentu bervariasi, sesuai dengan keseriusan dan kesulitan dalam pemecahan kasus tersebut. Menurut John Mcleod, "Pada dasarnya dalam melakukan proses

---

<sup>48</sup>Muhammad Surya, *Psikologi Konseling...*, hal. 165.

bimbingan, konselor dalam menyelesaikan satu kasus berkisar antara 8-15 kali pertemuan. Namun, bisa juga melakukan bimbingan kurang lebih 25 hingga 40 sesi."<sup>49</sup> Untuk itu diminta agar konselor memperhatikan waktu yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan. Agar prosesnya berjalan sesuai yang diharapkan sehingga klien merasa puas dengan proses yang sudah dijalaninya.

Berdasarkan hadis-hadis yang sudah dijelaskan pada bagian awal, ada potongan hadis yang berkenaan dengan proses pemberian bimbingan yang dicontohkan oleh Rasulullah, yaitu: "*Suatu ketika Rasulullah memegang sebagian tubuhku dan bersabda, 'Hiduplah di dunia ini seolah-olah dirimu adalah orang asing atau seorang musafir...'*" disini menjadi suatu contoh bahwa ketika seorang konselor memberikan arahan kepada klien ada tatacara tertentu yang harus diperhatikan, sebagaimana yang dicontohkan Rasulullah seperti "*Suatu ketika Rasulullah memegang sebagian tubuhku.*" ini salah satu tindak yang digunakan agar lawan bicara memperhatikan dan fokus terhadap apa yang sedang dibicarakan.

Begitu pula konselor, harus mempunyai metode tertentu agar klien fokus, memperhatikan dan bersatu dengan konselor dalam pelaksanaan bimbingan Islam. Selain waktu pelaksanaan bimbingan Islam, konselor juga harus memperhatikan perannya dalam menangani kasus pemanfaatan waktu luang bagi klien. Jika dilihat dari paparan hadis di atas maka dapat disimpulkan, sebagai berikut:

---

<sup>49</sup>John Mcleod, *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*, (Jakarta: Kencana, 2010), hal. 124.

- 1) Konselor terlebih dahulu mampu memanfaatkan waktu sebelum memberikan arahan kepada klien, juga bisa memberikan masukan atau pendapatnya dalam penyelesaian masalah klien.
- 2) Konselor sebagai contoh ataupun tauladan bagi klien.
- 3) Konselor berperan sebagai orang yang memberi petunjuk atau arahan, teguran, dan pengingat kepada klien.
- 4) Konselor merupakan seorang yang sabar dan bertawakal kepada Allah.
- 5) Konselor berperan sebagai seorang motivator.
- 6) Konselor merupakan seorang yang mempunyai banyak pengalaman sehingga dapat berbagi kepada kliennya.
- 7) Konselor dapat menggunakan kontak fisik dengan klien berupa sentuhan, agar klien mampu memperhatikan permasalahan dan meningkatkan pemahamannya. Selain itu juga sebagai bentuk pendekatan konselor dengan klien.
- 8) Konselor membimbing klien untuk memanfaatkan waktu luang dalam kegiatan positif. Disini konselor berperan sebagai pengarah bagi klien.
- 9) Konselor berperan sebagai pemberi tugas kepada klien sebagai bentuk Homework dengan tujuan agar terjadinya perubahan perilaku pada klien.
- 10) Konselor memberikan kesempatan kepada klien untuk dapat menanyakan sesuatu yang belum dipahami dan belum terjadi.
- 11) Konselor senantiasa mengingatkan tentang *amar ma'ruf nahi mungkar*.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, maka terdapat beberapa kesimpulan yang akan diuraikan sebagai berikut:

1. Pemanfaatan waktu luang yang dianjurkan dalam beberapa hadis Rasulullah yaitu menggunakan waktu untuk beribadah, bertakwa, dan beramal salih kepada Allah, melakukan pekerjaan tepat pada waktunya, tidak menunda pekerjaan, membuat program/jadwal harian agar penggunaan waktu teratur sehingga mampu dimanfaatkan secara optimal untuk menghasilkan suatu pekerjaan yang produktif, serta menjaga waktu istirahat agar tubuh senantiasa dalam keadaan sehat sehingga tetap mampu melakukan kegiatan dalam beribadatan kepada Allah yang menjadikan penolong dan amal diakhirat.
2. Pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan Islam, konselor dituntut untuk mampu mengelola waktu dengan optimal agar terlaksananya bimbingan dengan baik, yaitu pengelolaan waktu dalam menentukan jadwal bimbingan, menentukan durasi (waktu) bimbingan persesi, dan waktu pelaksanaan bimbingan, agar klien nyaman mengikuti proses bimbingan Islam. Sedangkan pemanfaatan waktu bagi konseli yaitu setelah mengikuti bimbingan Islam diharapkan mampu mengelola waktu dengan optimal secara produktif, memperbanyak beramal salih, tidak menunda pekerjaan,

membuat jadwal harian sebagai seorang muslim, serta mampu mengatur dan menjalankan program harian dengan baik.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan keterbatasan penelitian di atas, maka beberapa saran yang dapat diajukan antara lain:

1. Kepada masyarakat diharapkan agar dapat memanfaatkan waktu luang secara optimal serta mampu menghargai waktu dalam hal meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik.
2. Kepada konselor diharapkan agar mampu mengelola waktu dengan baik agar terciptanya proses bimbingan sesuai dengan diharapkan.
3. Kepada Prodi Bimbingan Konseling Islam, diharapkan adanya pengembangan pembahasan mengenai pemanfaatan waktu luang baik itu dilakukan dalam kegiatan diskusi, seminar atau forum ilmiah agar individu lebih memahami bahwa waktu adalah hidupnya manusia.
4. Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan melakukan perluasan dalam pemanfaatan waktu luang dalam bimbingan dan konseling Islam.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis merasa masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abu al-Fida' isma'il bin Katsir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*, Juz. XIV, Jaizah: Maktabah Awlad al-Syaikh li al-Turas.
- Ad-Darimi, Imam *Sunan Ad-Darimi Jilid 2* (Terj. Ahmad Hotib, Fathurrahman). Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- Al-Andalusiy, Muhammad bin Yusuf Abu Hayyan. *Tafsir al-Bahr al-Muhit*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyah, 1413 H 1993 M.
- Al-Baihaqi, Al-Imam Al-Hafidz AbiBakr Ahmad bin Al Husain. *Al-Jamiu Li Syuab Al-Iman*. Ar-Riyad Tharid Al-Hijaz: Maktabah Ar-Rusyd Nasyirun, 2003.
- Al-Bughis, Musthafa & Syaikh Muhyiddin Mistu. *Al-Wafi Syarah Hadis Arba'in*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2002.
- Al Bukhari, Imam Abu Abdullah Muhammad bin Ismail. *Terjemahan Shahih Bukhari Juz IX*. (Terj. Achmad Sunarto, dkk). Semarang: CV. AsySyifa', 1993.
- Al-Bushrawi, Abul Fida' 'Imaduddin Isma'il Umar bin Katsir al-Qurasyi. *Tafsir Ibnu Katsir jilid 10*. (Terj. Arif Rahman Hakim & Muhammad Zaini). Surakarta: Insan Kamil, 2015.
- Al-Munawwir, Ahmad Warson Munawwir. *Kamus Arab-Indonesia*. Yogyakarta: Unit Pengadaan Buku-Buku Ilmiah Keagamaan Pondok Pasantren Al-Munawwir, 1984.
- Al-Utsmain, Syaikh Muhammad. *Syarah Riyadhu Ash-Shaalihin*. (Terj. Minirul Abidin). Jakarta: PT Darul Falah, 2005.
- Al-Utsaimin, Syaikh Muhammad bin Shalih *Syarah Hadis Arba'in Imam An-Nawawi*. (Terj. Umar Mujtahid). Solo: Ummul Qura, 2012.
- \_\_\_\_\_. *Syarah Hadis Arba'in Penjelasan 42 Hadis Terpenting dalam Islam*. Bogor: Pustaka Ibnu Katsir, 2008.
- `Al-Qathtan, Syaik Manna. *Pengantar Studi Ilmu Hadits*. (Terj. Mifdhol Abdurrahman). Jakarta: Pustaka Al-Kautsar. 2005.

- Al-Qorny, 'Awadh Muhammad. *Hidup Tanpa Beban*, (Terj. Lilik Rahmah Nur Chaisa dan Budiman Mustofa). Solo: Media Insani Press, 2006.
- Alu Mubarak, Faishal bin Abdul Aziz. *Bulughul Maram & Penjelasmnya*. (Terj. Imam Fauji & Ikhwanuddin Abdillah). Jakarta: Ummul Qura, 2015.
- An-Nabulsi, Muhammad Ratib. *7 Pilar Kehidupan*. (Terj. Muhammad Muhtadi). Jakarta: Gema Insani Press, 2010.
- An-Naisaburi, Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjah al-Qusyiah. *Ensiklopedia Hadits 4; Shahih Muslim 2*. (Terj. Masyhari & Tatam Wijaya). Jakarta: almahira, 2012.
- Amaliyah, Widya. *Analisis Strategi Penguatan Kelembagaan Ekonomi Lokal di Desa Wisata Berbasis Ekonomi Kreatif*. Bogor: Jurnal Institut Pertanian Bogor, 2016.
- Amin, Samsul Munir. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Bumi Aksara, 2015.
- Arifin. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyeluhan Agama*. Jakarta: PT Golden Terayon, 1994.
- At-Tirmidzi, Abu Isa Muhammad bin Isa *Ensiklopedia Hadits 6; Jami' at-Tirmidzi*. (Terj. Tim Darussunnah (Idris, Huda, dkk), Misbakhul Khaer, Solihin). Jakarta: Almahira, 2013.
- Bungin, Burhan. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2003.
- Dariyo, Agoes. *Sukses Mengubah Waktu Luang*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2013.
- Departemen pendidikan RI. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2008.
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010.
- \_\_\_\_\_. *Al-Qur'an Tajwid Terjemahnya dan Transliterasi*. Jakarta: PT Pena Pundi Aksara, 2009.
- Hambal, Imam Ahmad bin Muhammad. *Musnad Imam Ahmad*. Jakarta: Pustaka Azzam, 2010.

- Hasan, Aliah B. Purwakania. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islam*. Jakarta: Rajawali Pres, 2008.
- Khalif, Khalid Abdul Mu'thi. *Nasihat untuk Orang-orang Lalai*. (Terj. Abdul Hayyie al-Kattani & Arif Chasanul-Muna). Jakarta: Gema Insani Press, 2005.
- Kurnia, Rohmat. *Menjadi Dirimu yang Terbaik*. Jakarta: PT Imperial Bhakti Utama, 2011.
- Lakein, Alan. *Waktu & Sukses; Bagaimana Memanfaatkan Waktu Secara Efektif*. Semarang: Dahara Prize, 1992.
- Mahmudi, Heri. *Skripsi: Penggunaan Waktu Luang Mahasiswa Putra FIK Universitas Negeri Yogyakarta*, (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, 2-16), hal, 8, diunduh pada senin, 28 Mei 2018, pada pukul: 17.05 WIB.
- Masdudi. *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*. Cirebon: STAIN Press, 2008.
- Mappiare, Andi. *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta, PT. RajaGrafindo Persada, 2006.
- Munir, Muhammad. *Manajemen Dakwah*. Jakarta: Kencana, 2009.
- McLeod, John. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Jakarta: Kencana, 2010.
- Nizar, Fachrun. *Pemanfaatan Waktu Luang (Studi Kasus Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin)*, Skripsi Sosiologi (diunduh), (Makasar: Fisip UNHAS, 2014), hal. 11-12, diakses pada senin, 28 Mei 2015, pada pukul. 17.04.
- Nurihsan, Achmad Juntika. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Renika Aditama, 2011.
- Prayitno & Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004
- Poerwadarminta. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2005.
- Qardhawi, Yusuf. *Waktu, Kekuasaan, Kekayaan sebagai Amanah Allah*. (Terj. Abu Fahmi). Jakarta: Gema Insani Press, 2002.
- \_\_\_\_\_. *Time is Up! Manajemen Waktu Islami*. Yogyakarta: Qudsi Media, 2007.

- Rasyid, Syaikh Madun. *Hiburan & Waktu Luang Antara Kebutuhan Jiwa dan Aturan Syariat*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2005.
- S. Willis, Sofyan. *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung: Alfabeta, 2009.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 15 Juz 'Amma. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2011.
- Sulaiman, Muhammad *Jejak Bisnis Rasul*. Jakarta: PT Mizan Pustaka, 2010.
- Suparta, Munzier. *Ilmu Hadits*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2010.
- Sutirna. *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal*. Yogyakarta: Andi Offset, 2013.
- Sutoyo, Anwar. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Surya, Muhammad. *Psikologi Konseling*. Jakarta: CV Pustaka Bani Quraisy, 2003.
- Suwartono. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Officet, 2016.
- Tim Pusaka Phoenix. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*. Jakarta: PT Media Pustaka Phoenix, 2010.
- Tim Penyusunan. *Panduan Penulisan Skripsi*. Banda Aceh: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar Raniry, 2013.
- Tohirin. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Bimbingan Konseling*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2013.
- Walgito, Bimo. *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karier)*. Yogyakarta: Andi Offset, 2010.
- Wijaya, Johana. *Psikologi Bimbingan*. Bandung: Enerco, 2009.
- Yusuf, Syamsu & Juntikan Nurihsan. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2012.
- Zein, Ma'shum. *Ilmu Memahami Hadis Nabi Cara Praktis Menguasai Hadits dan Musthalah Hadits*. Yogyakarta: Pustaka Pasantren, 2013.

Zed, Mestika. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Yayasan Indonesia, 2004.

Website:

<http://www.definisi-pengertian.com/2015/07/definisi-pengertian-pemanfaatan.html>.

**SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY**

**Nomor : B-6001/Un.08/FDK/KP.00.4/01/2019**

**TENTANG**

**PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2018/2019**

**DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

- Menimbang** : a. Bahwa untuk menjaga kelancaran Bimbingan Skripsi Mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka perlu menunjuk Pembimbing Skripsi;  
b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi;
- Mengingat** : 1. Undang-Undang No.20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;  
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;  
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;  
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;  
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;  
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;  
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;  
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;  
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;  
12. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 tahun 2015 tentang Statuta Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;  
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No.01 tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2018, Tanggal 05 Desember 2017

**MEMUTUSKAN**

- Menetapkan** : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang Pembimbing Skripsi Mahasiswa Semester Ganjil Tahun Akademik 2018/2019
- Pertama** : Menunjuk/Mengangkat Sdr :

- 1) **Dr. M. Jamil Yusuf M. Pd**  
2) **Dr. Abizal M. Yati, Lc, MA**

Sebagai *Pembimbing Utama*  
Sebagai *Pembimbing Kedua*

Untuk Membimbing Skripsi Mahasiswa:

Nama : Meri Septriyanti Yurida  
Nim/Jurusan : 140402086/ Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)  
Judul : Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadist Rasulullah SAW dan Pengembangannya dalam Bimbingan Islami

- Kedua** : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- Ketiga** : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2018;
- Keempat** : Surat Keputusan ini berlaku selama satu tahun dihitung sejak tanggal ditetapkan;
- Kelima** : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam Surat Keputusan ini;
- Kutipan** : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banda Aceh  
Pada Tanggal : 02 Januari 2019 M  
25 Rabiul Akhir 1440 H  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry  
2. Ka. Bag. Keuangan UIN Ar-Raniry  
3. Mahasiswa yang bersangkutan

**Keterangan: SK Perpanjangan berlaku sampai dengan tanggal 02 Juli 2019**

## RIWAYAT HIDUP

### I. Identitas Diri

Nama : Meri Septriyanti Yurida  
Tempat Tanggal Lahir : Kota Fajar, 09 September 1996  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
NIM : 140402086  
Kebangsaan : Indonesia  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Status : Belum Kawin  
Alamat : Desa Seuneubok Seumawe  
    a. Kecamatan : Peulimbang  
    b. Kabupaten : Bireuen  
    c. Provinsi : Aceh  
No. Telp/Hp : 0822 7641 2978

### II. Riwayat Pendidikan

SD	: MIN Teupin Panah	2003-2008
SMP	: SMP Negeri 1 Peulimbang	2008-2011
SMA	: SMA Negeri 1 Bireuen	2011-2014

### III. Orang Tua/Wali

a. Ayah  
    Nama : Nasrun Sabi  
    Pekerjaan : Guru (PNS)  
    Alamat : Desa Seuneubok Seumawe, Kec. Peulimbang,  
            Kab. Bireuen.

b. Ibu  
    Nama : Rusmiati Baharuddin  
    Pekerjaan : IRT  
    Alamat : Desa Seuneubok Seumawe, Kec. Peulimbang,  
            Kab. Bireuen.

Banda Aceh, 18 Januari 2019  
Penulis,

Meri Septriyanti Yurida  
NIM. 140402086