



Memaknai  
**KEHIDUPAN** dalam  
**DIMENSI ISLAM**

Menuju Insan Rahmatan Lil 'Alamin



**UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR 28 TAHUN 2014  
TENTANG HAK CIPTA**

**PASAL 113  
KETENTUAN PIDANA  
SANKSI PELANGGARAN**

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).



Memaknai  
**KEHIDUPAN** dalam  
**DIMENSI ISLAM**

Menuju Insan Rahmatan Lil 'Alamin

Muhamad Basyrul Muvid, S.Pd.I., M.Pd



# MEMAKNAI KEHIDUPAN DALAM DIMENSI ISLAM

Menuju Insan *Rahmatan Lil 'Alamin*

*Diterbitkan pertama kali dalam bahasa Indonesia  
oleh Penerbit Global Aksara Pers*

ISBN: 978-623-462-094-8  
x + 88 hal.; Ukuran A5 (14,8 x 21 cm)  
Cetakan Pertama, Juni 2022

**Copyright © Juni 2022 Global Aksara Pers**

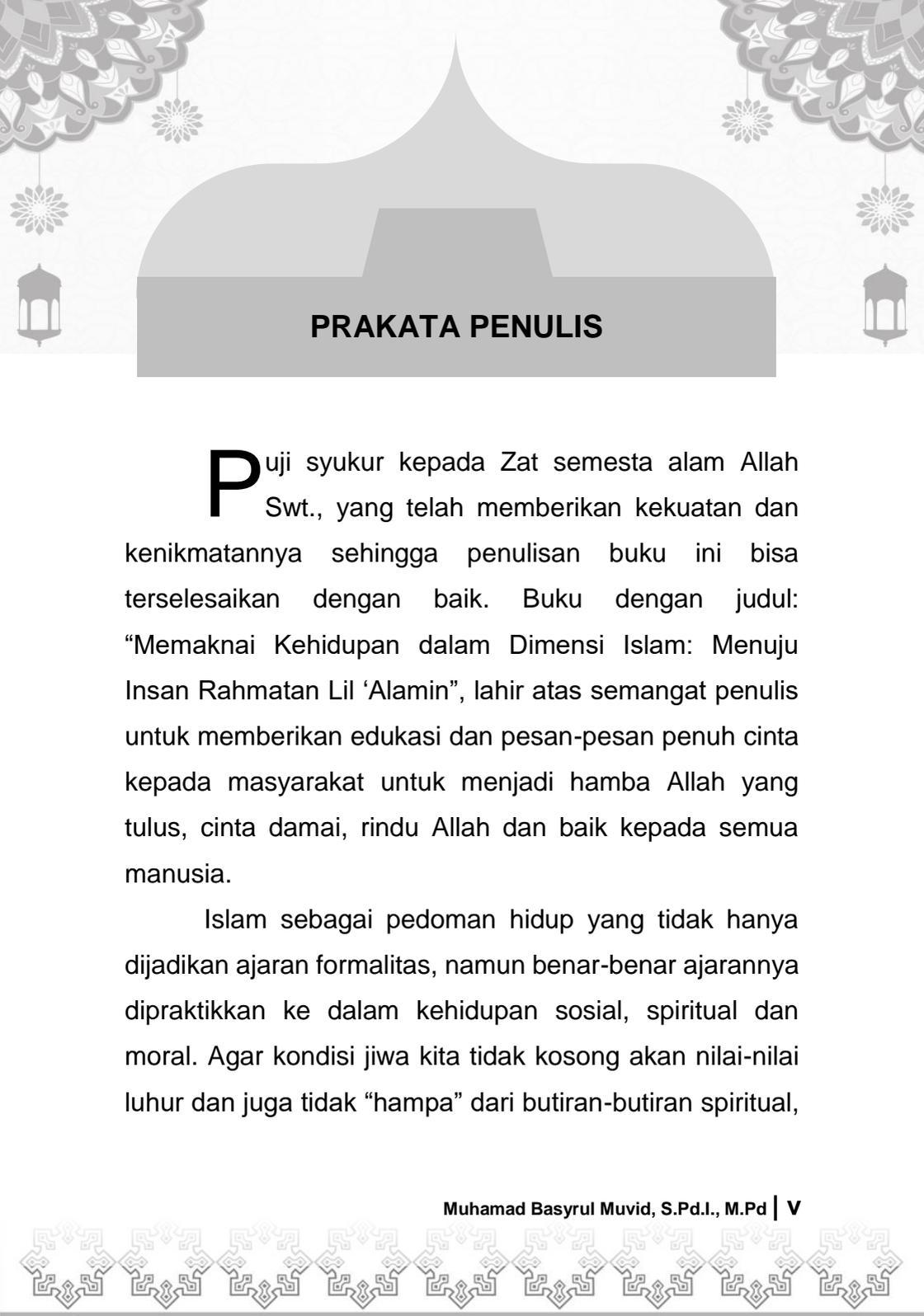
**Penulis** : Muhamad Basyrul Muvid, S.Pd.I., M.Pd  
**Penyunting** : Alaika Muh. Bagus Kurnia P.S., M.Pd  
**Desain Sampul** : Hamim Thohari M.  
**Layouter** : Hamim Thohari M.

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dengan  
bentuk dan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penulis dan penerbit.

**Diterbitkan oleh:**



**CV. Global Aksara Pers**  
**Anggota IKAPI, Jawa Timur, 2021,**  
**No. 282/JTI/2021**  
Jl. Wonocolo Utara V/18 Surabaya  
+628977416123/+628573269334  
[globalaksarapers.com](http://globalaksarapers.com)



## PRAKATA PENULIS

**P**uji syukur kepada Zat semesta alam Allah Swt., yang telah memberikan kekuatan dan kenikmatannya sehingga penulisan buku ini bisa terselesaikan dengan baik. Buku dengan judul: “Memaknai Kehidupan dalam Dimensi Islam: Menuju Insan Rahmatan Lil ‘Alamin”, lahir atas semangat penulis untuk memberikan edukasi dan pesan-pesan penuh cinta kepada masyarakat untuk menjadi hamba Allah yang tulus, cinta damai, rindu Allah dan baik kepada semua manusia.

Islam sebagai pedoman hidup yang tidak hanya dijadikan ajaran formalitas, namun benar-benar ajarannya dipraktikkan ke dalam kehidupan sosial, spiritual dan moral. Agar kondisi jiwa kita tidak kosong akan nilai-nilai luhur dan juga tidak “hampa” dari butiran-butiran spiritual,

juga tidak “angkuh” dari etika yang mulia. Allah memerintahkan kita untuk mentaati-Nya dengan segala upaya maka kita wajib menjalani segala apa yang Dia perintahkan dan menjauhi apa yang Dia larang.

Penulis menyakini bahwa buku ini sangat sederhana dan tentu banyak kekurangan, oleh sebab itu saran yang produktif sangat penulis harapkan demi kesempurnaan naskah ini selanjutnya. Semoga bermanfaat dan bisa dijadikan bacaan ringan sehari-hari.

Surabaya, 03 Juni 2022

Penulis





## DAFTAR ISI

BAB I KONSEP INSAN RAHMATAN LIL 'ALAMIN.....	1
Penafsiran Para Ahli Tafsir .....	3
1. Ibnu Qayyim Al Jauziyyah dalam Tafsir <i>Ibnul Qayyim</i> : .....	3
2. Muhammad bin Ali Asy Syaukani dalam <i>Fathul Qadir</i> : .....	5
3. Muhammad bin Jarir Ath Thabari dalam Tafsir Ath Thabari: .....	5
4. Muhammad bin Ahmad Al Qurthubi dalam <i>Tafsir Al Qurthubi</i> .....	8
BAB II MEMAKNAI HAKIKAT KEHIDUPAN DALAM AGAMA.....	16
A. Hati yang Tersakiti Oleh Waktu .....	16

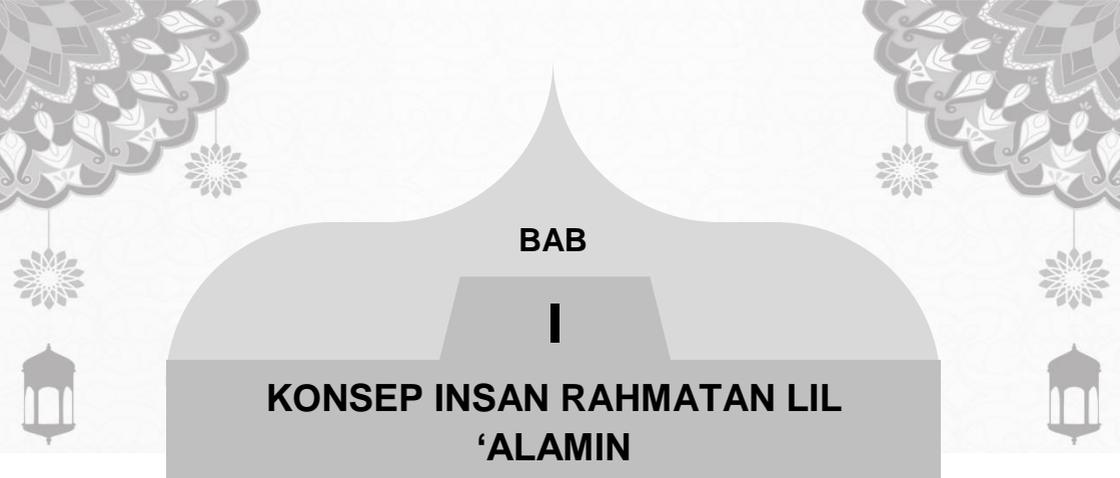
B. Aku Akan Hilang Di Telan Waktu .....	17
C. Manusia Tidak Ada yang Sempurna .....	18
D. Kesabaran dan Ketabahan .....	19
<b>BAB III ENJAGA DIRI_DALAM DIMENSI ISLAM .....</b>	<b>22</b>
A. Menjaga Amarah.....	22
B. Tidak Mudah Tersinggung.....	28
C. Berbaik Sangka.....	37
D. Tidak Dendam.....	39
E. Tidak dzalim .....	40
<b>BAB IV MENGHIASI DIRI_DALAM DIMENSI ISLAM ....</b>	<b>42</b>
A. Hiasi Jiwa dengan Sifat Kasih Sayang.....	42
B. Didik Jiwa Menjadi Dermawan .....	44
C. Asah Jiwa Menjadi Penyabar .....	46
D. Kuatkan jiwa menjadi pribadi yang tegar dan Optimis .....	55
E. Semangatkan Jiwa menjadi Pribadi yang Berakhlak Mulia.....	60



BAB V SAJAK-SAJAK KEHIDUPAN DALAM BALUTAN	
AGAMA ISLAM .....	74
A. Hati yang Tersakiti oleh Waktu.....	74
B. Aku akan Hilang di Telan Waktu .....	75
C. Cinta Dalam Keabadian.....	76
D. Takdir Cinta.....	77
E. Denyut Cinta .....	79
F. Buih cinta.....	81
G. Cinta Tuhan Yang Abadi.....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	84
BIOGRAFI PENULIS .....	84







**BAB**  
**I**  
**KONSEP INSAN RAHMATAN LIL**  
**'ALAMIN**

Islam sendiri sebagai agama kasih sayang yang anti terhadap kekerasan dan diskriminias terhadap umat manusia. Ajaran yang sangat menekankan persahabatan, kedamaian dan kesejukan meskipun di tengah perbedaan. Islam agama yang mensinergikan aspek ketuhanan dan kemanusiaan, sehingga seimbang. Salah apabila kita memahami Islam sebagai agama ketuhanan semata, mengkesampingkan aspek-aspek sosial dan kemanusiaan. Ketuhanan saja tidak cukup, perlu kebaikan budi kepada sesama dan alam semesta.

Benar bahwa Islam adalah agama yang *rahmatan lil 'alamin*. Namun banyak orang menyimpangkan pernyataan ini kepada pemahaman-pemahaman yang salah kaprah. Sehingga menimbulkan banyak kesalahan

dalam praktek beragama bahkan dalam hal yang sangat fundamental, yaitu dalam masalah aqidah. Pernyataan bahwa Islam adalah agamanya yang *rahmatan lil 'alamin* sebenarnya adalah kesimpulan dari firman Allah Ta'ala,

وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ

“Kami tidak mengutus engkau, Wahai Muhammad, melainkan sebagai rahmat bagi seluruh manusia” (QS. Al Anbiya: 107)

Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi Wa sallam diutus dengan membawa ajaran Islam, maka Islam adalah *rahmatan lil'alamin*, Islam adalah rahmat bagi seluruh manusia.

Secara bahasa,

الرَّحْمَةُ: الرِّقَّةُ وَالتَّعَطُّفُ

*rahmat* artinya kelembutan yang berpadu dengan rasa iba (Lihat *Lisaanul Arab*, Ibnul Mandzur). Atau dengan kata lain *rahmat* dapat diartikan dengan kasih sayang. Jadi, diutusnya Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi Wa



*sallam* adalah bentuk kasih sayang Allah kepada seluruh manusia.

## **Penafsiran Para Ahli Tafsir**

### **1. Ibnu Qayyim Al Jauziyyah dalam Tafsir *Ibnul***

#### ***Qayyim:***

“Pendapat yang lebih benar dalam menafsirkan ayat ini adalah bahwa rahmat disini bersifat umum. Dalam masalah ini, terdapat dua penafsiran:

**Pertama:** Alam semesta secara umum mendapat manfaat dengan diutusnya Nabi Muhammad *Shallallahu ‘alaihi Wa sallam*.

Orang yang mengikuti beliau, dapat meraih kemuliaan di dunia dan akhirat sekaligus.

Orang kafir yang memerangi beliau, manfaat yang mereka dapatkan adalah disegerakannya pembunuhan dan maut bagi mereka, itu lebih baik bagi mereka. Karena hidup mereka hanya akan menambah kepedihan adzab kelak di akhirat. Kebinasaan telah ditetapkan bagi mereka. Sehingga, dipercepatnya ajal lebih bermanfaat bagi mereka daripada hidup menetap dalam kekafiran.

Orang kafir yang terikat perjanjian dengan beliau, manfaat bagi mereka adalah dibiarkan hidup didunia



dalam perlindungan dan perjanjian. Mereka ini lebih sedikit keburukannya daripada orang kafir yang memerangi Nabi *Shallallahu 'alaihi Wa sallam*.

Orang munafik, yang menampakkan iman secara zhahir saja, mereka mendapat manfaat berupa terjaganya darah, harta, keluarga dan kehormatan mereka. Mereka pun diperlakukan sebagaimana kaum muslimin yang lain dalam hukum waris dan hukum yang lain. Dan pada umat manusia setelah beliau diutus, Allah *Ta'ala* tidak memberikan adzab yang menyeluruh dari umat manusia di bumi. Kesimpulannya, semua manusia mendapat manfaat dari diutusnya Nabi *Shallallahu 'alaihi Wa sallam*.

**Kedua:** Islam adalah rahmat bagi setiap manusia, namun orang yang beriman menerima rahmat ini dan mendapatkan manfaat di dunia dan di akhirat. Sedangkan orang kafir menolaknya. Sehingga bagi orang kafir, Islam tetap dikatakan rahmat bagi mereka, namun mereka enggan menerima. Sebagaimana jika dikatakan 'Ini adalah obat bagi si fulan yang sakit'. Andaikan fulan tidak meminumnya, obat tersebut tetaplah dikatakan obat"



## 2. Muhammad bin Ali Asy Syaukani dalam *Fathul*

### ***Qadir:***

“Makna ayat ini adalah ‘Tidaklah Kami mengutusmu, wahai Muhammad, dengan membawa hukum-hukum syariat, melainkan sebagai rahmat bagi seluruh manusia tanpa ada keadaan atau alasan khusus yang menjadi pengecualian’. Dengan kata lain, ‘satunya alasan Kami mengutusmu, wahai Muhammad, adalah sebagai rahmat yang luas. Karena kami mengutusmu dengan membawa sesuatu yang menjadi sebab kebahagiaan di akhirat.”

## 3. Muhammad bin Jarir Ath Thabari dalam *Tafsir Ath*

### ***Thabari:***

“Para ahli tafsir berbeda pendapat tentang makna ayat ini, tentang apakah seluruh manusia yang dimaksud dalam ayat ini adalah seluruh manusia baik mu’min dan kafir? Ataukah hanya manusia mu’min saja? Sebagian ahli tafsir berpendapat, yang dimaksud adalah seluruh manusia baik mu’min maupun kafir. Mereka mendasarinya dengan riwayat dari Ibnu Abbas *radhiallahu’anhu* dalam menafsirkan ayat ini:



من آمن بالله واليوم الآخر كتب له الرحمة في الدنيا  
والآخرة, ومن لم يؤمن بالله ورسوله عوفي مما أصاب  
الأمم من الخسف والقذف

*“Siapa saja yang beriman kepada Allah dan hari akhir, ditetapkan baginya rahmat di dunia dan akhirat. Namun siapa saja yang tidak beriman kepada Allah dan Rasul-Nya, bentuk rahmat bagi mereka adalah dengan tidak ditimpa musibah yang menimpa umat terdahulu, seperti mereka semua di tenggelamkan atau di terpa gelombang besar”*

dalam riwayat yang lain:

تمت الرحمة لمن آمن به في الدنيا والآخرة, ومن لم  
يؤمن به عوفي مما أصاب الأمم قبل

*“Rahmat yang sempurna di dunia dan akhirat bagi orang-orang yang beriman kepada Rasulullah. Sedangkan bagi orang-orang yang enggan beriman, bentuk rahmat bagi mereka adalah dengan tidak ditimpa musibah yang menimpa umat terdahulu”*



Pendapat ahli tafsir yang lain mengatakan bahwa yang dimaksud adalah orang-orang beriman saja. Mereka membawakan riwayat dari Ibnu Zaid dalam menafsirkan ayat ini:

فهو لهؤلاء فتنة ولهؤلاء رحمة, وقد جاء الأمر مجملاً  
رحمة للعالمين . والعالمون هاهنا : من آمن به وصدق  
وأطاعه

*“Dengan diutusnya Rasulullah, ada manusia yang mendapat bencana, ada yang mendapat rahmah, walaupun bentuk penyebutan dalam ayat ini sifatnya umum, yaitu sebagai rahmat bagi seluruh manusia. Seluruh manusia yang dimaksud di sini adalah orang-orang yang beriman kepada Rasulullah, membenarkannya dan menaatinya”*

Pendapat yang benar dari dua pendapat ini adalah pendapat yang pertama, sebagaimana riwayat Ibnu Abbas. Yaitu Allah mengutus Nabi Muhammad *Shallallahu ‘alaihi Wa sallam* sebagai rahmat bagi seluruh manusia, baik mu’min maupun kafir. Rahmat bagi orang mu’min yaitu Allah memberinya petunjuk dengan sebab diutusnya



Rasulullah *Shallallahu ‘alaihi Wa sallam*. Beliau *Shallallahu ‘alaihi Wa sallam* memasukkan orang-orang beriman ke dalam surga dengan iman dan amal mereka terhadap ajaran Allah. Sedangkan rahmat bagi orang kafir, berupa tidak disegerakannya bencana yang menimpa umat-umat terdahulu yang mengingkari ajaran Allah” (diterjemahkan secara ringkas).

#### 4. Muhammad bin Ahmad Al Qurthubi dalam *Tafsir Al Qurthubi*

“Said bin Jubair berkata: dari Ibnu Abbas, beliau berkata:

كان محمد صلى الله عليه وسلم رحمة لجميع الناس  
فمن آمن به وصدق به سعد، ومن لم يؤمن به سلم  
مما لحق الأمم من الخسف والغرق

“*Muhammad Shallallahu ‘alaihi Wa sallam* adalah rahmat bagi seluruh manusia. Bagi yang beriman dan membenarkan ajaran beliau, akan mendapat



*kebahagiaan. Bagi yang tidak beriman kepada beliau, diselamatkan dari bencana yang menimpa umat terdahulu berupa ditenggelamkan ke dalam bumi atau ditenggelamkan dengan air'*

Sebagaimana penjelasan Zainuddin, ia mengatakan bahwa sebagai sebuah ajaran, Islam dikenal sebagai agama yang sangat humanis, bahkan konsep tauhid --sebagai dimensi *ideal-transcendental* dalam ajaran Islam-- tidak boleh dipisahkan dari kehidupan sosialnya. Tetapi sayangnya, secara empiris dalam masyarakat, ajaran yang humanis dan menekankan nilai-nilai sosial ini tidak nampak kental dalam masyarakat muslim, justru yang terjadi sebaliknya. Ada kesenjangan antara nilai-nilai agama yang bersifat ideal dengan nilai-nilai sosialnya. Orang Islam lebih tersinggung jika agamanya "dilecehkan", sementara tidak tersinggung jika ada ketimpangan sosial di mana-mana. Oleh sebab itu Abdul Karim Soroush menilai, bahwa salah satu penyakit teoretis di dunia Islam yang paling berat pada umumnya adalah, bahwa orang lebih memahami Islam sebagai **identitas** dari pada sebagai **kebenaran**.



Menurutnya, bahwa orang Islam mempunyai identitas dan peradaban memang benar, tapi mereka tidak boleh menggunakan Islam demi kepentingan identitas dan peradaban tersebut (baca: politisasi agama atau Islam politik). Islam identitas harus tunduk pada Islam sebagai kebenaran, karena Islam sebagai kebenaran bisa berdampingan dengan kebenaran-kebenaran lain, sedangkan Islam identitas cenderung berseteru.

Islam identitas menurut Soroush adalah Islam perang, bukan Islam damai. Kesenjangan ortodoksi dan ortopraxis (iman dan amal saleh) dalam kehidupan masyarakat disebabkan karena dalam merumuskan pengertian iman dalam agama tidak mempertautkan dengan kondisi sosial sebagai gambaran implikasinya secara praktis. Akibatnya, memunculkan kritik terhadap agama dan pemeluknya, yang dilukiskan sebagai: agama yang egois, individualis, agama yang hanya sarat dengan doktrin sakral, praktik ritual, sabda mimbar, tidak memihak kaum lemah dan seterusnya. Padahal agama (baca: Islam) secara normatif-idealistik dikenal sebagai pembawa rahmat dan penyelamat umat. Islam memberikan tuntunan hidup manusia dari persoalan yang



paling kecil hingga kepada urusan yang paling besar, mulai dari urusan rumah tangga, tidur, makan dan minum sampai pada urusan bangsa dan negara. *Islam is indeed much more than a system of theology its complete civilization*, demikian pengakuan HAR. Gibb.

Islam mengandung nilai humanisme, yaitu agama yang sangat mementingkan kemaslahatan umat sebagai tujuan sentral. Humanisme Islam adalah humanisme teosentrik, artinya ia merupakan sebuah agama yang memusatkan dirinya pada keimanan terhadap Tuhan, tetapi sekaligus mengarahkan perjuangannya pada kemuliaan peradaban manusia. Prinsip humanisme-teosentrik inilah yang kemudian harus ditransformasikan dalam masyarakat dan budaya. Fakta bahwa Islam lebih dari sekadar sebuah agama formal, tetapi juga risalah yang agung bagi transformasi sosial dan tantangan bagi kepentingan-kepentingan pribadi (*vested interest*) telah dibuktikan oleh penekanannya pada shalat dan zakat.

Dalam kebanyakan ayat al-Al-Qur'an, shalat tidak pernah disebutkan tanpa diiringi dengan zakat. Orang yang selalu menumpuk kekayaan dan tidak mau mengeluarkan zakatnya dicap sebagai orang yang



arogan (*al-mustakbirin*). Secara alamiah Islam dimulai dari gerakan moral dan kemanusiaan. Seperti pengakuan Nabi sendiri dia diutus oleh Allah SWT untuk menyempurnakan akhlak manusia (*Innama Buistu Li utammimma Husn al-Akhlaq*). Gerakan yang dilakukan oleh Nabi dalam membangun masyarakat Madinah saat itu berorientasi pada masalah-masalah pembangunan umat dan pembinaan masyarakat yang bebas dari eksploitasi, dominasi dan ketidakadilan dalam bentuk apapun.

Seperti ungkap Asghar Ali (1993: 89), ketika al-Qur'an secara tegas mengutuk penindasan dan ketidakadilan, maka perhatiannya terhadap wujud ordo-sosial yang egaliter tidak bisa disangkal lagi. Karena itu menurut Ali --terlepas dari signifikansinya-- istilah-istilah al-Qur'an juga mempunyai konotasi-konotasi sosial-ekonomi. Dengan demikian, term kafir dalam al-Qur'an tidak hanya bermakna ingkar terhadap Tuhan, malainkan secara tidak langsung juga menentang terhadap keadilan dan kejujuran yang seharusnya diwujudkan dalam suatu masyarakat.

Orang yang mengaku beriman kepada Allah harus menunjukkan keberpihakannya (komitmen) terhadap



orang-orang yang lemah (*al-mustadh'afin*) seperti: anak-anak yatim, orang miskin dan orang terlantar dan menegakkan keadilan di muka bumi ini. Di dalam struktur keagamaan Islam, tidak dikenal dikotomi antara *domain* duniawi dan *domain* agama. Nilai-nilai Islam pada dasarnya --meminjam istilah Kuntowijoyo (1991:167)-- bersifat *all embracing* bagi penataan sistem kehidupan sosial, politik, ekonomi dan budaya. Oleh karena itu, tugas terbesar Islam sesungguhnya adalah melakukan transformasi sosial dan budaya sesuai dengan nilai-nilai Islam yang humanis tadi.

Dari penjelasan di atas, maka bisa disimpulkan bahwa Islam agama rahmah bagi semesta alam ialah agama yang mempersatukan segala perbedaan yang ada untuk dihargai, dikasih sayangi dan dicintai. Agama yang hadir untuk kasih sayang semua insan yang ada di bumi. Oleh sebab itu, insan (manusia) khususnya kaum muslim “wajib” menjadi pelopor “kasih sayang” kepada semua makhluk yang ada di bumi. Perbedaan biar berjalan pada rel-nya masing-masing tanpa mencampuri maupun menghalangi, perbedaan harus menjadi “keunikan” bukan “gab” yang memisahkan satu dengan yang lainnya.



Konsep Insan rahmatan lil ‘alamin tidak jauh berbeda dengan konsep Islam rahmatan lil ‘alamin. Insan rahmatan lil ‘alamin sebagai aktualisasi dari pemahaman dan pemaknaan Islam rahmatan lil ‘alamin. Artinya, Muslim yang paham akan konsep ini akan menjadi insan yang juga menyebarkan kasih sayang di atas bumi. Sebaliknya, Muslim yang tidak paham akan konsep tersebut (Islam Rahman lil ‘alamin) atau tidak mau mengamalkan ia tidak akan bisa menjadi manusia yang menyebarkan kasih sayang di atas bumi, bisa-bisa ia menjadi pembenci kelompok yang beda dengannya, cenderung radikal, individualis dan fanatik.

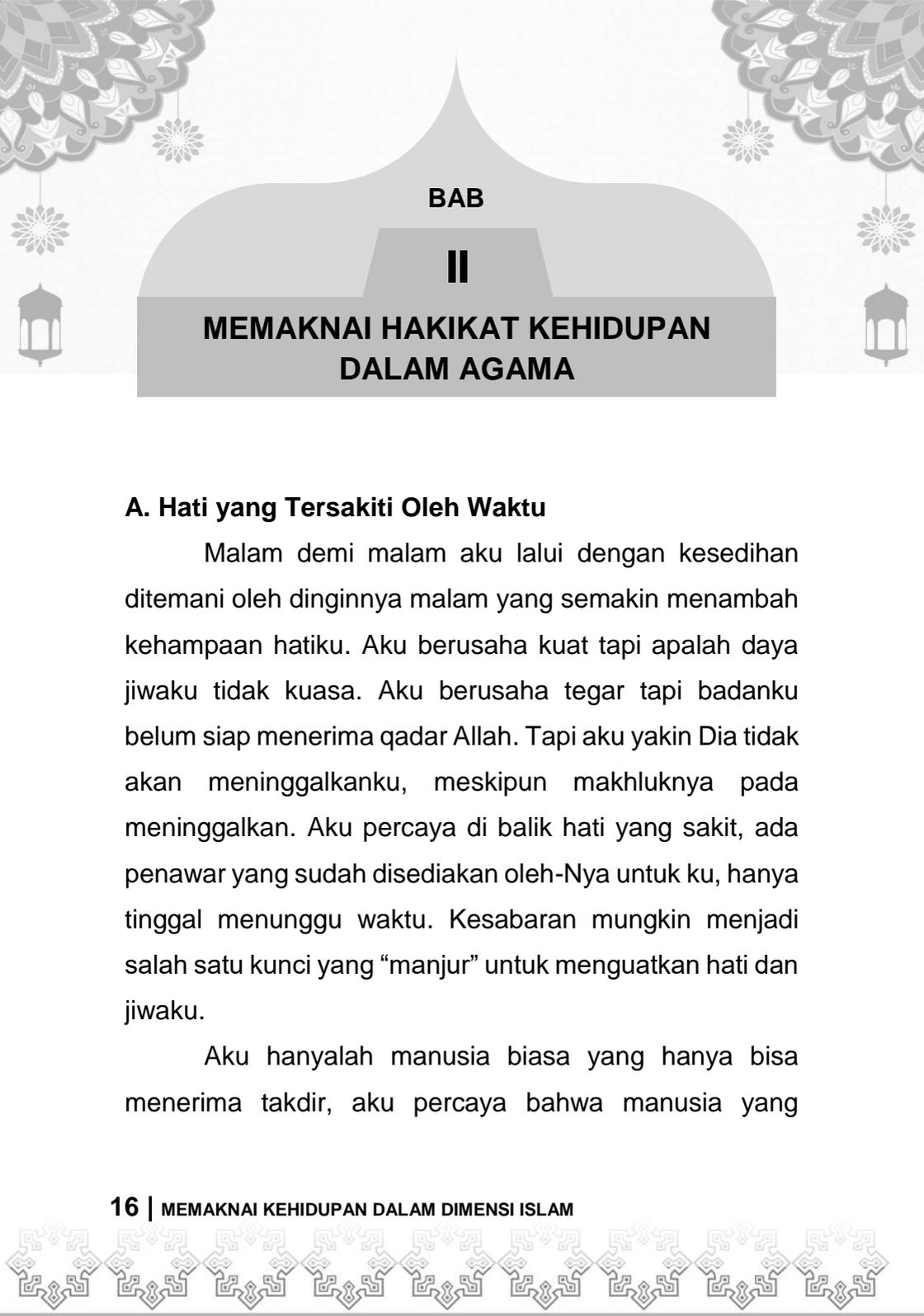
Insan rahmatan lil ‘alamin menjadi “jalan” untuk mengejawantahkan nilai-nilai Islam rahmatan lil ‘alamin yang senantiasa menjunjung tinggi dan memperjuangkan nilai toleransi, persamaan hak, demokrasi, sosialis (humanis), persatuan dan kesetaraan derajat serta keadilan sosial yang kuat. Insan yang tidak hanya fokus secara vertikal namun juga horizontal, insan yang mampu mensinergikan aspek ‘ubidiyah-nya kepada Allah dan aspek mu’amalah-nya kepada sesama manusia



sebagai aktualisasi dari tugas dia sebagai khalifah Allah di bumi.

Dengan demikian, konsep insan rahmatan lil ‘alamin perlu diterapkan ke dalam kehidupan sehari-hari khususnya kehidupan yang majemuk untuk meraih kehidupan yang harmonis, penuh dengan persatuan, kebersamaan dan keadilan. Sikap saling mencintai, mengasihi serta menghormati menjadi kunci dari penerapan konsep insan rahmatan lil ‘alamin.





## BAB

### II

## MEMAKNAI HAKIKAT KEHIDUPAN DALAM AGAMA

### A. Hati yang Tersakiti Oleh Waktu

Malam demi malam aku lalui dengan kesedihan ditemani oleh dinginnya malam yang semakin menambah kehampaan hatiku. Aku berusaha kuat tapi apalah daya jiwaku tidak kuasa. Aku berusaha tegar tapi badanku belum siap menerima qadar Allah. Tapi aku yakin Dia tidak akan meninggalkanku, meskipun makhluknya pada meninggalkan. Aku percaya di balik hati yang sakit, ada penawar yang sudah disediakan oleh-Nya untuk ku, hanya tinggal menunggu waktu. Kesabaran mungkin menjadi salah satu kunci yang “manjur” untuk menguatkan hati dan jiwaku.

Aku hanyalah manusia biasa yang hanya bisa menerima takdir, aku percaya bahwa manusia yang

kuatlah yang bisa melewati masalah ini. Keheningan malam aku jadikan sebagai ratapan dan meditasi untuk menenangkan jiwa ku agar tidak semakin goyah. Aku percaya semua akan baik-baik saja pada waktunya.

## **B. Aku Akan Hilang Di Telan Waktu**

Malam kemarin aku berpikir bahwa disaat kita bersama dikemudian hari pasti ada kata perpisahan. Perpisahan ini menjadi sebuah 'keniscayaan' Tuhan yang berlaku untuk semua ciptaan-Nya. Hubungan yang kita jalin, perasaan yang kita rajut, kedekatan yang kita rasakan serta cinta kasih yang kita miliki akan sirna oleh waktu yang ditentukan. Lantas apa yang bisa kita lakukan? ialah tidak lain hanya kesabaran dan kerelaan.

Aku menyadari bahwa pertemuan akan berakhir dengan perpisahan, tapi aku yakin setelah perpisahan tersebut Allah akan menyatukan kita kembali meskipun dengan dimensi yang berdeda dari sebelumnya. Waktu yang terus berjalan ini akan membuat kita sadar bahwa jalinan yang kita rajut selama ini akan menjadi sebuah kenangan yang indah yang tidak bisa ditelan oleh zaman, meskipun diri kita lenyap olehnya.



Hidup yang sebentar ini, mengajari kita bagaimana arti mencintai meskipun tidak bisa memiliki, mengasihi tanpa pamrih dan menyayangi tanpa batas. Kesedihan karena tidak bisa memiliki bukan alasan untuk menjadi benci. Kebencian karena tidak bisa memilikinya sama halnya kita 'mendobrak' pintu-pintu Takdir-Nya. Oleh sebab itu, kita jalani dan terima dengan hati yang ikhlas karena pada akhirnya kita semua kembali kepada-Nya.

### **C. Manusia Tidak Ada yang Sempurna**

Kehidupan yang singkat ini harus dijadikan sebagai sarana beramal dan berbuat baik. Bukan sibuk dengan mengukur kekurangan yang ada, sehingga membuat lalai dalam bersyukur. Hidup harus dijadikan sebagai wadah untuk terus berbenah menjadi lebih baik, bukan wadah untuk penyesalan, angan-angan atau lamunan yang tiada berfaedah.

Manusia diciptakan dengan segala kelebihanannya masing-masing, di tengah keterbatasan yang dimiliki setiap insan. Mereka pasti punya kelebihan yang unggul di banding yang lain, kelebihan atau keunggulan tersebut harus disambut dengan baik. Sedangkan kekurangan atau



keterbatasan tetap dijadikan sebagai kesempatan untuk terus berbuat baik, bukan dijadikan sebagai “ajang” kelemahan untuk mendapat perhatian orang.

Manusia tidak ada yang sempurna, namun kita harus berusaha menjadi orang yang baik. Usia yang terus berjalan digunakan untuk berkarya, beramal, bersosial serta berbuat baik kepada siapa pun. Allah swt pasti akan menghargai setiap perbuatan baik kita, dan melalui perbuatan baik itulah keimanan dan ketakwaan kita akan kian sempurna.

Maka dari itu, gunakan waktu yang ada, kesempatan yang ada, kesehatan yang ada dan kemampuan yang ada di tengah ketidaksempurnaan untuk terus berbuat baik.

#### **D. Kesabaran dan Ketabahan**

Manusia hidup di dunia tidak lepas dari permasalahan dan ujian. Di saat ditakdirkan menjadi manusia maka wajib bersiap diri untuk menerima segala bentuk ujian dari Allah dan berusaha sekuat tenaga untuk tidak ingkar terhadap-Nya. Ujian sebagai “amunisi” untuk mempertebal keimanan kita kepada-Nya, di samping



evaluasi dari Allah kepada kita, apakah masih tetap tunduk patuh apa tidak?

Manusia harus sadar bahwa Allah mempunyai hak Mutlak untuk mengatur dan menentukan semua hal termasuk memberikan ujian kepada hamba-hamba-Nya. Namun, janganlah kita bersedih dan berkecil hati atas ujian tersebut, karena pasti ada hadiah besar yang sudah Dia siapkan untuk kita. Maka harus kita lewati dengan penuh keikhlasan, ketabahan, kesabaran dan tetap berada pada baris ketaatan yang kokoh.

Ujian harus dijadikan sebagai kesempatan untuk mendekatkan diri kepada-Nya dan sebagai ungkapan syukur atas ujian tersebut. Mengapa? karena dengan kita diuji maka artinya, Allah sedang mengugurkan segala dosa-dosa kita, Allah sedang mensucikan jiwa kita, Allah sedang mengentaskan kita dari lembah hina menuju derajat kemuliaan. Jadi, berbahagialah di saat Allah sedang menguji kita, bukan malah bersedih atau berputus asa. Sebaliknya, khawatirlah akan dirimu, di saat hidupnya aman-aman saja, tiada angin menerpa yang bisa jadi itu istidraj.



Maka dari itu, ujian hadapi dengan kesabaran dan ketabahan yang didukung dengan ketebalan iman dan ketaatan yang mendalam agar ujian tersebut benar-benar mengangkat derajat mu di hadapan Allah Swt.





**BAB**  
**III**  
**MENJAGA DIRI**  
**DALAM DIMENSI ISLAM**

### **A. Menjaga Amarah**

Sebagai seorang Muslim alangkah baiknya emosi dan amarah ditahan. Tidak selalu kita turuti, sebab amarah hanya akan menyisahkan kepahitan, penyesalan dan problem baru. Apapun keadaannya, seorang Muslim tetap wajib untuk bisa mengontrol amarahnya. Sebagaimana perintah Allah “wal kadziminal ghaidz” yang mengekspresikan seorang Muslim yang taat mampu menahan amarahnya.

Perlu disadari bahwa menahan amarah tidaklah mudah, kadangkala kita mengedepankan amarah dari pada menahan diri. Kenapa? karena hawa nafsu dalam diri dominan, sedangkan akal sehat kita cenderung

mengalah. Di sini letak kelemahan seseorang, sehingga ia gagal mengendalikan amarahnya.

Amarah hanya “pelampiasan” sesaat dari bisikan hawa nafsu yang lebih mengarah kepada unsur negatif. Oleh sebab itu, amarah yang diluapkan seringkali tidak menyelesaikan masalah, malah sebaliknya menciptakan masalah bahkan konflik yang berkepanjangan.

Emosi adalah luapan perasaan atau gejolak jiwa yang diekspresikan dalam tingkah laku. Emosi dapat ditunjukkan dengan perasaan senang, marah kepada seseorang, ataupun takut terhadap sesuatu. Semua orang tentu pernah mengalamai itu. Salah satu senjata setan untuk membinasakan manusia adalah marah. Dengan cara ini, setan akan mudah mengendalikan manusia. Karena marah, orang bisa dengan mudah mencaci maki, mengucapkan kalimat buruk, bercerai, bahkan saling membunuh. Marah adalah luapan emosi yang sangat dibenci Allah dan Rasul-Nya.

Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam* (SAW) memberi perhatian besar terhadap masalah ini hingga beliau bersabda dalam satu hadis: "*La taghdob walakal Jannah* (janganlah marah maka bagimu surga)."



*"Pasar kaum muslimin bagaikan mushalla orang-orang yang salat."*

Di masa emas tersebut, mereka berhasil menjadikan pasar-pasar mereka bagaikan masjid. Mereka menghidupkan zikir, membaca Al-Qur'an, dan ibadah lainnya. Maka di saat wabah penyakit semacam ini adalah kesempatan kita untuk menjadikan rumah-rumah kita menjadi masjid dan musholla untuk keluarga kecil kita," (Habib Ahmad Pengasuh Pesantren Al-Fachriyah Tangerang).

Tidak ada yang suka menjadi marah, hanya saja sebagian dari kita memiliki waktu yang sulit untuk mengendalikan emosi. Amarah dan emosi hanya satu tanda bahwa kita masih memiliki rasa. Namun jika tak dikendalikan, kemarahan akan berdampak buruk. Bukan hanya pada psikis tapi juga kesehatan fisik. Karenanya, Nabi Muhammad SAW mengajarkan umatnya agar selalu bisa menahan emosi.

Banyak ayat yang diturunkan Allah SWT kepada Rasulullah berisikan anjuran menahan emosi. Berikut ini adalah cara menahan amaran dan emosi seperti Nabi Muhammad SAW, dikutip dari berbagai sumber. Berikut



cara yang diajarkan Rasulullah SAW untuk mengendalikan amarah sebagaimana dikutip dari Pustaka Pejaten:

1. **Membaca Kalimat Ta'awudz.** Dari sahabat Sulaiman bin Surd, beliau menceritakan, "Suatu hari saya duduk bersama Rasulullah SAW. Ketika itu ada dua orang yang saling memaki. Salah satunya telah merah wajahnya dan urat lehernya memuncak. Kemudian Rasulullah bersabda: "Sungguh saya mengetahui ada satu kalimat, jika dibaca oleh orang ini, marahnya akan hilang. Jika dia membaca ta'awudz: *A-'uudzu billahi minas syaithanir rajim*, marahnya akan hilang". (HR. Al-Bukhari dan Muslim).
2. **Berusaha Diam dan Jaga Lisan.** Diam merupakan perbuatan mulia dan salah satu cara untuk mengantisipasi muncul luapan amarah. Dari Ibnu Abbas, Rasulullah bersabda: "Jika kalian marah, diamlah." (HR. Ahmad dan Syaib Al-Arnauth menilai Hasan lighairih). Rasulullah juga mengingatkan, "Sesungguhnya ada hamba yang mengucapkan satu kalimat, yang dia tidak terlalu



memikirkan dampaknya, namun menggelincirkannya ke neraka yang dalamnya sejauh timur dan barat." (HR. Al-Bukhari dan Muslim).

**3. Mengambil Posisi Lebih Rendah.**

Kecenderungan orang marah adalah ingin selalu lebih tinggi, dan lebih tinggi. Semakin dituruti, dia semakin ingin lebih tinggi. Dengan posisi lebih tinggi, dia bisa melampiaskan amarahnya sepuasnya. Rasulullah bersabda: "Apabila kalian marah, dan dia dalam posisi berdiri, hendaknya dia duduk. Karena dengan itu marahnya bisa hilang. Jika belum juga hilang, hendak dia mengambil posisi tidur." (HR. Ahmad, Abu Daud dan perawinya dinilai shahih oleh Syaib Al-Arnauth).

**4. Ingat Hadis Ini Ketika Marah.** Dari Muadz bin Anas Al-Juhani, Rasulullah SAW bersabda: "Siapa yang berusaha menahan amarahnya, padahal dia mampu meluapkannya, maka dia akan Allah panggil di hadapan seluruh makhluk pada hari kiamat, sampai Allah menyuruhnya untuk memilih



bidadari yang dia kehendaki." (HR. Abu Daud, Turmudzi)

5. **Segera Berwudhu atau Mandi.** Marah itu datangnyanya dari setan dan setan diciptakan dari api. Maka orang yang marah dianjurkan berwudhu atau mandi untuk memadamkan amarahnya. Dari Urwah As-Sa'di, Nabi SAW bersabda: "Sesungguhnya marah itu dari setan, dan setan diciptakan dari api, dan api bisa dipadamkan dengan air. Apabila kalian marah, hendaknya dia berwudhu." (HR. Ahmad dan Abu Daud).
6. **Ubah Posisi.** Rasulullah mengatakan jika Anda menjadi marah saat berdiri, maka duduklah, dan jika Anda duduk, maka berbaringlah. Ini adalah gerakan fisik untuk meredam amarah yang muncul di dalam hati. Agar bisa meredam dan hati menjadi tenang.



*“Menahan amarah ialah suatu keberhasilan seorang Muslim untuk “mengerem” luapan hawa nafsu dalam diri. Sedangkan, meluapkan amarah menandakan bahwa dirinya masih didominasi oleh “bisikan” hawa nafsu. Yakinlah, ketika kita berhasil menahan amarah, maka kita berhasil “mengekang” hawa nafsu kita.”*

## **B. Tidak Mudah Tersinggung**

Tidak mudah tersinggung merupakan sikap mulia namun secara realita sulit. Kenapa? karena manusia kadangkala lebih mementingkan dirinya (ego) dan nama mulianya. Hal ini sering kita jumpai, masalah “sepele” kita menganggapnya besar, sehingga memilih “berkonflik” dibanding “berdamai”. Ini disebabkan oleh “hati” yang sempit, pikiran yang kacau dan jiwa yang dihinggapi egoisme.

Seorang Muslim seharusnya mempunyai “hati yang lapang”; besar hati sehingga disaat dihina, direndahkan atau gara-gara salah paham tidak mengedepankan sikap tersinggung, namun mengedepankan sikap pemaaf dan baik sangka. Artinya, di saat hati manusia itu lapang, maka



ia tidak akan menganggap sesuatu yang seolah-olah merugikannya menjadi sebuah masalah besar yang harus menjadikannya tersinggung.

Merasa tersinggung karena ucapan dan perbuatan kasar orang lain merupakan hal yang wajar. Namun, seseorang yang memiliki sifat sangat sensitif dapat membuatnya menjadi mudah tersinggung. Mereka akan sangat mudah tersinggung oleh hal-hal kecil yang dianggap biasa oleh orang lain.

Penyebab seseorang mudah tersinggung dapat disebabkan oleh kepribadian sangat sensitif yang mereka miliki. Sangat sensitif di sini dapat didefinisikan sebagai respons fisik, mental, dan emosional akut terhadap rangsangan internal (dari dalam diri) atau eksternal (lingkungan dan sosial). Selain itu, penyebab orang mudah tersinggung atau marah juga bisa disebabkan oleh gangguan kesehatan mental, seperti:

1. **Gangguan bipolar.** Gangguan bipolar adalah gangguan mental yang membuat penderitanya mengalami dua perubahan suasana hati secara ekstrem, yakni fase mania dan fase depresi. Penderita gangguan bipolar dapat mengalami



siklus perubahan suasana hati yang cepat, serta cenderung memiliki sifat mudah tersinggung dan marah.

## **2. Gangguan kepribadian ambang (BPD).**

Gangguan kepribadian ambang dapat memengaruhi suasana hati, perilaku, dan citra diri penderitanya. Penderita gangguan kepribadian ini dapat mengalami emosi yang kuat, citra diri yang buruk, dan perilaku impulsif. Mereka juga biasanya memiliki hubungan pribadi yang tidak stabil. Mudah tersinggung juga mungkin merupakan gejala dari gangguan mental lainnya, seperti gangguan cemas, depresi, skizofrenia, obsesif-kompulsif, dan sebagainya. Selain itu, ketidakseimbangan hormon juga bisa berpengaruh terhadap perasaan ini. Untuk memastikan bahwa sifat mudah tersinggung disebabkan oleh gangguan kesehatan mental, Anda perlu menjalani pemeriksaan oleh psikolog atau psikiater.

Dalam beberapa kasus, perasaan mudah tersinggung dapat diikuti atau didahului oleh sejumlah gejala lainnya. Berikut adalah beberapa gejala yang bisa



terjadi setelah atau sebelum perasaan mudah tersinggung.

- Berkeringat
- Bernapas dengan cepat
- Marah
- Kebingungan
- Jantung berdebar.

Jika ketidakseimbangan hormon menjadi pemicu perasaan mudah tersinggung yang Anda alami, berikut gejala lain yang bisa muncul:

- Demam
- *Hot flashes*
- Sakit kepala
- Gairah seks menurun
- Siklus menstruasi yang tidak teratur
- Rambut rontok.

Cara terbaik mengobati perilaku mudah tersinggung adalah dengan mengatasi penyebab utamanya. Jika dokter mendiagnosis kondisi ini ke arah gangguan mental, ia akan merujuk untuk konseling dan memberikan obat resep untuk membantu mengontrol suasana hati. Di sisi lain, jika perilaku mudah tersinggung



disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon, dokter akan memberikan terapi pengganti hormon. Apabila penyebab mudah tersinggung adalah kepribadian Anda yang sangat sensitif, Anda dapat melatih kekebalan emosional dan sensorik untuk menenangkan dan mengurangi stimulasi berlebihan. Berikut beberapa hal yang bisa Anda lakukan.

1. **Pahami perasaan Anda.** Salah satu penyebab utama Anda merasa tersinggung adalah karena Anda membiarkan berbagai hal mengusik perasaan Anda. Selalu ingatkan pada diri bahwa Anda memiliki kekuasaan untuk mengontrol perasaan sehingga Anda tidak mudah tersinggung.
2. **Kenali kritik membangun.** Tidak semua kritik bertujuan untuk menyerang dan menjatuhkan Anda. Jika seseorang menyampaikan kritik yang dapat membantu dengan cara yang baik, terimalah hal tersebut dan salurkan energi Anda untuk mengembangkan diri ketimbang menghabiskan waktu dengan merasa tersinggung.
3. **Perluas pengetahuan budaya.** Perbedaan budaya mungkin saja akan menyebabkan seseorang melakukan kebiasaan yang dianggap



menyinggung Anda tanpa bermaksud demikian. Jika Anda memiliki pengetahuan budaya yang lebih luas, Anda mungkin akan lebih pengertian dan tidak mudah tersinggung.

4. **Latihan meditasi.** Meditasi sangat berguna untuk meningkatkan kesehatan mental dengan mengontrol pikiran dan emosi sehingga Anda tidak mudah tersinggung.
5. **Hindari minuman keras.** Konsumsi alkohol secara berlebihan dapat membuat seseorang menjadi lebih sensitif dan mudah tersinggung. Sebaiknya Anda menghindari minuman ini jika memiliki masalah dengan perilaku mudah tersinggung.
6. **Jangan menyinggung orang lain.** Jika Anda merasakan sendiri sakitnya mudah tersinggung oleh orang lain, maka sebaiknya Anda juga tidak berusaha menyinggung orang lain. Apabila Anda benar-benar kesulitan menangani perasaan mudah tersinggung, bahkan hingga mengganggu keseharian Anda, sebaiknya konsultasikan masalah ini dengan psikolog atau psikiater. Demikian juga jika Anda merasa memiliki



gejala lain yang menandakan adanya gangguan kesehatan mental yang mungkin menjadi penyebab mudah tersinggung.

Ada beberapa pesan bijak agar kita tidak mudah tersinggung, di antaranya:

1. "Jika kamu mulai mudah tersinggung, mudah marah, ada kemungkinan kamu menjalani hidup yang sama setiap hari, mungkin sudah waktunya untuk menjalani hal lain, pergi ke tempat yang belum pernah kamu kunjungi misalnya." - inspirasi\_bahagia.
2. "Orang lain sering meremehkan kita. Tidak perlu bimbang apalagi tersinggung. Yang penting kita tetap yakin dan tidak meremehkan diri sendiri." - Jefri Al Buchori
3. "Jangan mudah baper dan tersinggung dengan tulisan orang yang diposting di sosial media. Apalagi merasa kalau tulisan tu ditunjukkan untuk kamu." - Muslim\_moveon
4. "Mudah tersinggung, mudah jengkel dan mudah sakit hati adalah kehidupan yang sangat sengsara



dan melelahkan lahir bathin." - Abdullah Gymnastiar

5. "Kalau masih suka tersinggung sama bercandaan teman. Berarti pulangmu kurang malam, mainmu kurang jauh."
6. "Semakin mudah tersinggung hidupnya semakin letih dan meleihkan yang lain." – Aagym
7. "Jangan permainkan harapan orang lain. Mungkin kau bisa tersinggung, tetapi itulah satu-satunya cara untuk menjalani hidupmu." - Dessy M. Destiani
8. "Orang minder gampang tersinggung. Berhati-hatilah bercanda atau tampil percaya diri di hadapan orang yang sedang luka rasa percaya dirinya. Dia mudah salah mengeri dan menganggap kegembiraan anda sebagai serangan terhadapnya." - Mario Teguh
9. "Janganlah engkau disetir oleh perasaan. Sebab, perasaan itu jika tidak dibangun di atas akal dan syariat. Ia akan menjadi badai yang menerbangkanmu dan menghempaskan dirimu ke dalam neraka." - Asy-Syaikh al-Utsaimin



10. "Mudah tersinggung jika dinasehati, hati melambung ketika dipuji, pertanda penilaian manusia yang dicari, bukankah Allah seharusnya tujuan sejati?" - M Agus Stafii
11. "Jangan marah, jangan mudah tersinggung, jangan mudah sakit hati. Sikapi situasi dengan cerdas dan solutif. Tidak ada orang yang sempurna." - Meita Nindyawati
12. "Kelak kamu akan mengerti bahwa menahan diri untuk membuat seseorang tersinggung dengan lisanmu lebih mulia daripada mengutarakan isi hati."
13. "Keadaan lelah sering membuat kita mudah tersinggung" - Fliht Thifal
14. "Jangan sampai nasehat orang lain membuatmu tersinggung, tetapi dengan pujian kau telena"



*Hati yang sempit hanya menjadikan manusia gelap, mudah alpa, dan mudah tersinggung terhadap masalah kecil. Sedangkan hati yang luas; lapang menjadikan manusia itu lebih pemaaf, bijaksana dan dewasa.*

### **C. Berbaik Sangka**

Muslim yang baik ialah Muslim yang mampu “menggiring” dirinya untuk selalu bersikap *husnudzan*; baik sangka. Mengapa? baik sangka akan menjadikan manusia itu mulia, tenang hidupnya dan bersih pikirannya. Namun, secara realita ini berat, karena manusia cenderung suka berburuk sangka baik kepada takdir Allah maupun kepada manusia (sesama). Hal tersebut terjadi, gara-gara hatinya sudah duluan dihinggapi rasa curiga, negatif dan lebih menuruti bisikan syaitan.



Secara aturan di Islam, Allah menyuruh kita untuk baik sangka dengan siapapun tak terkecuali kepada keputusan; takdir Allah yang tidak sejalan dengan keinginan kita. Baik sangka akan mengarahkan manusia itu untuk selalu berpikir positif, berpikir positif inilah yang akan menenangkan hidupnya, sehingga perasaan “was-was” tidak berhasil menghantui kehidupannya.

*Berbaik sangka ladang untuk memupuk kebenaran hati. Agar setiap keadaan yang terjadi dihadapi dengan baik. Buruk sangka malah akan menjadikan hidup “redup; gelap”, sehingga akan banyak problem yang dihadapi*



#### D. Tidak Dendam

Dendam merupakan sifat tercela yang mencerminkan “ketidakterimaan” atas sikap “tidak baik” seseorang kepadanya. Dendam sebagai ekspresi “ingin membalas” hal serupa kepada orang yang telah berbuat tidak baik kepadanya. Hal ini menjadikan kehidupannya terus dihinggap oleh kebencian, kesukaran dan kejahatan, ia akan selalu memikirkan bagaimana caranya “membalas”; merusak bahkan membalas lebih.

Kebencian yang memuncak itulah yang menjadikan hati ini rusak, sehingga berdampak pada pikiran serta perilaku. Dengan itu, maka akan leluasa melakukan kejahatan demi membalaskan dendamnya tanpa berpikir panjang serta tanpa memikirkan sisi kemanusiaan.

*Dendam perbuatan yang ingin membalas hal negatif kepada seseorang yang telah berbuat tidak baik kepadanya. Dendam hanya akan mengelapkan jiwa dan menjauhkan diri dari petunjuk serta kebenaran.*



## **E. Tidak dzalim**

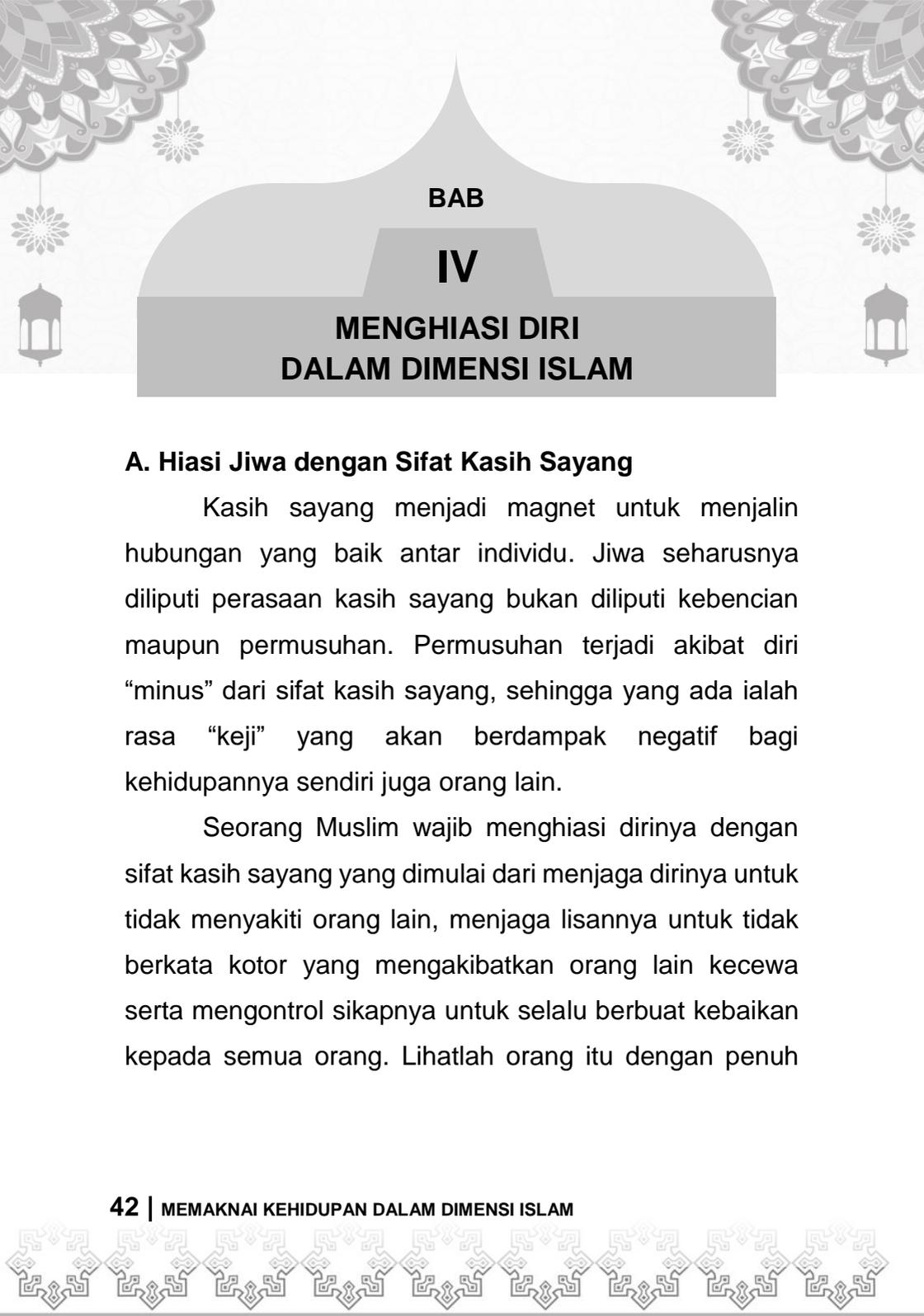
Dzalim meletakkan sesuatu tidak pada tempatnya. Artinya, dzalim itu berbuat yang tidak semestinya yang menyebabkan kerugian orang lain. Muslim yang taat wajib menjauhi sikap ini, dan tidak dibenarkan berbuat dzalim kepada siapa pun dengan alasan apa pun. Karena, berbuat dzalim sebagai simbol kecurangan dan kejahatan kepada seseorang. Ingat, kita sebagai seorang Muslim punya tanggungjawab sosial untuk terus merawat kebersamaan dan menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan.

Ajakan untuk tidak berbuat dzalim wajib dipublikasikan secara luas agar masyarakat tidak dengan mudah berbuat hal demikian. Tidak pantas seorang Muslim berbuat jahat; menyakiti sesama apalagi sesama Muslimnya. Perlu kita ingat bahwa kita semua ini ialah saudara yakni sesama ciptaan Allah Swt.



*Alangkah baiknya manusia menjauhi sifat dzalim yang malah akan menyisahkan masalah dan dosa serta laknat dari Allah. Sisa hidup seyogyanya dibuat untuk hal kebaikan, kebajikan dan kemuliaan. Dzalim itu sifat tercela, sehingga seorang Muslim “haram” untuk melakukan hal tersebut, Muslim harus mengedepankan sikap “welas asih” ; rahman-rahim kepada sesama, sikap ini jauh dari praktik-praktik kedzaliman.*





**BAB**  
**IV**  
**MENGHIASI DIRI**  
**DALAM DIMENSI ISLAM**

**A. Hiasi Jiwa dengan Sifat Kasih Sayang**

Kasih sayang menjadi magnet untuk menjalin hubungan yang baik antar individu. Jiwa seharusnya diliputi perasaan kasih sayang bukan diliputi kebencian maupun permusuhan. Permusuhan terjadi akibat diri “minus” dari sifat kasih sayang, sehingga yang ada ialah rasa “keji” yang akan berdampak negatif bagi kehidupannya sendiri juga orang lain.

Seorang Muslim wajib menghiasi dirinya dengan sifat kasih sayang yang dimulai dari menjaga dirinya untuk tidak menyakiti orang lain, menjaga lisannya untuk tidak berkata kotor yang mengakibatkan orang lain kecewa serta mengontrol sikapnya untuk selalu berbuat kebaikan kepada semua orang. Lihatlah orang itu dengan penuh

kasih sayang sebagaimana sikap Allah kepada semua ciptaan-ciptaan-Nya.

Kasih sayang menjadi bagian penting dalam kehidupan manusia. Islam sangat menyarankan bahkan mengharuskan kita berwelas asih kepada sesama tanpa pandang siapapun. Mereka sama-sama ciptaan Allah dan saudara kita meskipun berbeda dengannya. Sifat kasih sayang menjadi kekuatan untuk memupuk solidaritas sosial umat Islam dan umat manusia pada umumnya. Oleh karenanya, sifat ini perlu digalakkan demi terwujudkan kehidupan yang aman, damai dan harmonis.

*Sikap kasih sayang menjadi kekuatan sosial yang akan berdampak pada penguatan kebersamaan, kerjasama, toleransi dan solidaritas. Kasih sayang mengikis perpecahan, permusuhan dan kedzaliman. Ingat, Islam menjadi agama “rahmah”, sehingga umatnya wajib berperilaku penuh kasih sayang.*



## B. Didik Jiwa Menjadi Dermawan

Pekerjaan rumah terbesar umat Islam ialah “dermawan”. Mengingat, masih banyak terjadi ketimpangan sosial-ekonomi. Ketimpangan sosial menjadi “penyakit” masyarakat, sehingga jika tidak diatasi maka akan semakin parah. Salah satu cara untuk mengobatinya ialah dengan membentuk paradigma mereka-mereka yang kaya untuk menjadi “dermawan”. Kedermawanan inilah yang akan mengurangi berbagai ketimpangan sosial ekonomi masyarakat. Artinya, yang kuat mengangkat yang lemah, sehingga yang dulunya lemah bisa berangsur-angsur berubah dan tertolong akhirnya bisa menjadi orang yang sejahtera.

Dermawan bukan hanya memberikan uang yang ujung-ujungnya konsumtif semata, namun perlu juga bentuk kedermawanan yang membentuk kemandirian dan kemajuan masyarakat. Misal, dengan mendirikan sanggar budaya, membuat kursus, dan melatih keterampilan dan lain sebagainya yang *outputnya* menghasilkan sesuatu. Atau yang menjadi “Bos” perusahaan atau badan usaha bisa mengajak tetangganya kanan kiri yang kurang mampu untuk bekerja dengannya. Hal tersebut juga



sebagai bentuk kedermawanan yang perlu dilakukan oleh mereka yang mampu.

Islam menjadi agama yang terdepan dalam mengatasi problem ketimpangan sosial-ekonomi. Ketimpangan merupakan problem yang serius yang akan merugikan mereka yang lemah, yang lemah akan semakin lemah. Oleh sebab itu, dibutuhkan tangan-tangan mereka yang kuat untuk membantu yang lemah. Untuk bisa sama-sama meraih kehidupan yang setara, sepadan dan sejahtera.

*Dermawan akan menghiasi  
kehidupan seseorang menjadi  
lebih baik, berwarna dan damai.*



### **C. Asah Jiwa Menjadi Penyabar**

Sabar adalah perasaan ridha menerima dan menahan diri dari semua hal yang terjadi dalam kehidupan, baik berupa ujian, menjalani ketaatan, maupun meninggalkan kemaksiatan. Sabar merupakan salah satu sifat yang seharusnya dimiliki setiap umat muslim karena sabar adalah salah satu sifat mulia yang dicintai Allah SWT.

Sabar dalam agama Islam memiliki keutamaan dan manfaat yang sangat besar. Karena sabar adalah termasuk perilaku mulia yang sangat perlu untuk dilakukan oleh seluruh umat. Dengan sabar masalah yang kita hadapi jadi terasa lebih ringan, dengan sabar masalah yang kita hadapi bisa diselesaikan dengan lebih efektif, dengan sabar masalah yang kita hadapi dapat diselesaikan tanpa menyisakan rasa sakit hati atau menimbulkan rasa sakit hati lainnya, dengan sabar pula kita akan senantiasa menjalani kehidupan dengan lebih tenang dan tenteram tanpa merasa gelisah apalagi ber-muram hati.

Sabar adalah salah satu terapi penyakit hati. Kata sabar mudah diucapkan namun aplikasinya dalam



kehidupan butuh kesungguhan. Ketika seseorang yang mendapat musibah dapat menghadapinya dengan ikhlas dan sabar, maka Allah akan menaikkan keimanannya dan menyediakan pahala baginya menjadi salah satu keutamaan sabar. Allah SWT tidak akan pernah memberikan cobaan atau ujian yang berat di luar batas kemampuan umatNya. Maka dari itu, kita harus bersyukur ketika Allah memberikan ujian yang bertanda bahwa Allah masih menyayangi umatNya

Firman Allah dalam Al – Quran: “...Dan bersabarlah kalian, karena Allah beserta orang-orang yang sabar”. (QS. Al-Anfal : 46)

Apalagi ketika ujian itu bisa dilewati dengan baik tanpa mengeluh, bersabar, dan menikmati apa yang Allah kasih ujian ini membuat kita menjadi lebih mendewasakan diri. Sabar itu bentuk kemampuan pengendalian diri sebagai sikap yang mempunyai nilai tinggi dan mencerminkan kekokohan jiwa orang yang dimilikinya. Semakin tinggi kesabaran yang seseorang miliki maka semakin kokoh juga ia dalam menghadapi segala macam masalah yang terjadi dalam kehidupan.



Allah memerintahkan langsung kepada umat untuk menerapkan sabar dalam setiap masalah yang dihadapi, perkara sabar juga memiliki banyak keutamaan dalam Islam baik keutamaan duniawi maupun keutamaan ukhrowi. Berikut ini adalah keutamaan-keutamaan dari sifat sabar dalam agama Islam, diantaranya:

### **1. Orang yang sabar akan senantiasa bersama-sama Allah**

Sabar adalah suatu tindakan mulia yang disukai oleh Allah, oleh karena itu siapapun orang yang selalu menerapkan dan mengusahakan kesabaran dalam menjalani kehidupannya akan lebih dicintai dan dekat dengan Allah Subhana hua ta'ala. Allah akan senantiasa memelihara kesabaran, menjaga, melindungi, dan menolong mereka dari setiap hal apapun yang menimpa mereka

### **2. Bersabar adalah ladang pahala tanpa batas**

Dalam surat Az Zummar ayat 10 dijelaskan bahwa Allah subhana hua ta'ala senantiasa akan memberikan balasan luar biasa kepada mereka berupa pahala yang lebih baik dan tanpa batas, dimana pahala tersebut hanya diperuntukkan bagi



orang-orang yang bersabar dalam menghadapi ujiannya. Allah berfirman: Katakanlah: “Hai hamba-hamba-Ku yang beriman. bertakwalah kepada Tuhanmu”. Orang-orang yang berbuat baik di dunia ini memperoleh kebaikan. Dan bumi Allah itu adalah luas. Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah Yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.” (QS Az Zumar:10)

### **3. Orang-orang yang sabar adalah orang-orang yang mulia**

Luar biasa nikmat yang Allah berikan untuk orang-orang yang bersungguh menerapkan kesabaran dalam hidupnya. Kemuliaan bagi orang-orang sabar ini dituangkan dalam surat Asy Syura ayat 43: “Tetapi orang yang bersabar dan memaafkan, sesungguhnya (perbuatan) yang demikian itu termasuk hal-hal yang diutamakan.” (QS Asy Syura:43).



#### **4. Sabar membuat kita lebih peka terhadap kekuasaan Allah subhana hua ta'ala**

Menerapkan kesabaran dalam setiap ujian hidup maka akan menjadikan kita manusia yang lebih peka terhadap apa-apa yang menjadi kekuasaan dan keagungan Allah sang pencipta seluruh alam ini. Hal ini dijelaskan dalam surat Asy-Syura ayat 32-33 yang berbunyi: “Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah kapal-kapal di tengah (yang berlayar) di laut seperti gunung-gunung; Jika Dia menghendaki, Dia akan menenangkan angin, maka jadilah kapal-kapal itu terhenti di permukaan laut. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kekuasaannya) bagi setiap orang yang banyak bersabar dan banyak bersyukur.” (Asy-Syura : 32-33)

#### **5. Segala urusan yang dihadapi oleh orang-orang sabar adalah baik**

Sabar selalu mendatangkan hal-hal baik dalam kehidupan, bahkan meskipun kita tengah menghadapi masalah maupun ujian dalam



kehidupan. Karena setiap masalah dan ujian yang kita hadapi pasti akan mendatangkan hikmah dan kebaikan dalam diri dan kehidupan kita. Hal ini dijelaskan dalam sebuah hadis:

Dari Suhaib ra, bahwa Rasulullah SAW bersabda, “Sungguh menakjubkan perkaranya orang yang beriman, karena segala urusannya adalah baik baginya. Dan hal yang demikian itu tidak akan terdapat kecuali hanya pada orang mu’min: Yaitu jika ia mendapatkan kebahagiaan, ia bersyukur, karena (ia mengetahui) bahwa hal tersebut merupakan yang terbaik untuknya. Dan jika ia tertimpa musibah, ia bersabar, karena (ia mengetahui) bahwa hal tersebut merupakan hal terbaik bagi dirinya.” (HR. Muslim).

Seringkali kita mendengar atau mengalami, ketika mendapat sesuatu cobaan, orang akan menasehati kita dengan sebuah kata: sabar. Namun, kondisi bagaimana kita mesti sabar, itulah yang perlu kita ketahui. Kata sabar sendiri berasal dari bahasa Arab yaitu dari kata *sobaro-yasbiru*, yang artinya menahan. Sedangkan secara istilah, pengertian sabar adalah menahan diri dari segala sesuatu



bentuk kesulitan, kesedihan atau menahan diri dalam menghadapi sesuatu yang tidak disukai.

Syeikh Muhammad Nawawi al-Bantani dalam kitab *Matan Tanqihul Qaul* mengutip hadis tentang empat macam sifat sabar. Nabi *Shallallahu alaihi wasallam* bersabda: *“Sabar itu ada empat: sabar dalam menjalankan fardhu, sabar dalam menghadapi musibah, sabar menghadapi gangguan manusia dan sabar dalam kefakiran. Sabar dalam menjalankan kewajiban adalah taufik, sabar dalam menghadapi musibah berpahala, sabar dalam menghadapi gangguan manusia adalah cinta dan sabar dalam kefakiran adalah ridlo Allah ta’ala.*

*Pertama*, adalah sabar dalam menjalankan fardlu, atau kewajiban kita selaku umat Islam, seperti menegakkan shalat, membayar zakat dan menjalankan puasa di bulan Ramadhan. Kewajiban-kewajiban ini, memang kadang terkadang berat. Namun, jika mau bersabar untuk menjalankan kewajiban dari Allah, akan selamat, sebagaimana Sabda Nabi: *“Sabar itu salah satu wasiat dari beberapa wasiat Allah ta’ala di bumi, barang siapa*



*menjaganya maka dia selamat dan barang siapa menyia-nyiakannya maka dia celaka.”*

*Kedua, sabar dalam menghadapi musibah. Misalnya, terkena longsor, banjir atau sakit. Musibah itu bisa merupakan cobaan dari Allah untuk membersihkan dosa atau mengangkat derajat hamba-Nya, sebagaimana Sabda Nabi: “Jika Allah mencintai seorang hamba maka dia akan mencobanya dengan cobaan yang tidak ada obatnya. Jika dia sabar maka Allah memilihnya dan jika dia ridha maka Allah menjadikannya pilihan.*

*Ketiga, sabar dalam menghadapi gangguan manusia. Sebagaimana kita rasakan, hidup di tengah-tengah masyarakat tak mudah. Misalnya, gang verbal berupa cemoohan, gunjingan, fitnah, dll. Jika kita bisa menahan diri, mengendalikan kemarahan, bahkan memaafkan kesalahan orang lain, itu disebut juga bersabar. Nabi bersabda: “Tidaklah seorang hamba menahan sesuatu yang lebih utama di sisi Allah selain menahan kemarahan karena mengharapkan ridha Allah ta’ala”.*



*Keempat*, sabar dalam kefakiran. Ini memang sulit, ditengah kondisi modern seperti ini, dengan banyak iming-iming perilaku hedonistik dari media, bersabar dalam hal ini memang tak mudah. Kita bisa saksikan, banyak kriminalitas, dari yang kelas teri sampai koruptor kelas kakap, yang tak berani bersabar hidup dalam kesederhanaan, lebih-lebih kefakiran. Namun, jika mampu menaklukkan ini, sebagaimana Sabda Nabi: *“Sabar sesaat itu lebih baik dari dunia seisinya”*.

Menjadi penyebar itu tidak mudah, butuh kecerdasan dan kekuatan dalam diri. Kesabaran merupakan masalah mental dan psikis, yang harus diimbangi dengan pemaknaan atas agama. Agama menuntun manusia untuk dekat dengan Tuhan, maka disaat mereka paham apa makna agama, mereka akan menjadi seseorang yang bisa menerima segala ketentuan-Nya dengan sabar dan hati terbuka.

Seseorang kadangkala tidak sabar atau sulit bersabar dikarenakan jiwa keagamaannya kurang. Sehingga tidak bisa mengilhami ketentuan yang



Allah gariskan. Kemudian, ia selalu menyandarkan semuanya pada selain-Nya, sehingga disaat ujian datang, ia lemah dan terjatuh. Hal tersebut akan berbeda jika semuanya disandarkan kepada-Nya, maka sewaktu-waktu ujian datang ia siap dan tidak akan terjatuh secara dalam.

#### **D. Kuatkan jiwa menjadi pribadi yang tegar dan Optimis**

Manusia Tahan Banting. Individu seperti Hans, dalam istilah psikologi disebut *resilient type person* atau individu tipe elastis yang memiliki sifat tahan banting dan tidak mudah hancur saat mendapat tekanan kuat dalam kehidupan. Dalam kehidupan nyata, individu berkarakter seperti Hans bisa ditemukan. Misalnya, pada sebuah penelitian di Hawaii terhadap 210 anak-anak dari keluarga miskin dan sengsara - sebab mengalami child abuse - ditemukan bahwa 1/3 dari jumlah responden tumbuh menjadi manusia yang berprestasi, optimis dan penuh kasih sayang, sehingga meraih keberhasilan dalam hidup.

Para peneliti mencari tahu, apa yang membedakan 1/3 responden yang berhasil tersebut dengan 2/3



responden yang tetap berada dalam kemiskinan dan sengsara. Ditemukan fakta, anak-anak yang tetap kuat melewati segala ujian di dalam hidupnya, ternyata adalah anak-anak yang memiliki seseorang di luar dirinya, yang begitu menyayangi dan dapat diandalkan, baik itu sosok kakek, tetangga, atau guru di sekolah. Para ahli lalu menyimpulkan, agar bisa survive dalam hidup dan meraih kebahagiaan, setiap anak membutuhkan sedikitnya satu orang manusia yang memiliki kepedulian yang dalam kepadanya.

Hasil penelitian berikutnya menyebutkan, bahwa jika seorang anak, sejak di dalam kandungan, telah memiliki hubungan yang kuat dan aman dengan ibunya, ayahnya atau keduanya, maka benih-benih untuk menjadi individu yang kuat dan tegar akan terbentuk di dalam diri anak tersebut, dan akan dibawanya sampai lahir.

Memberi anak kasih sayang, memerhatikan kemajuan yang dicapainya, mendukung segala kemampuannya dan tetap mencintainya meski pun ia berbuat kesalahan atau memiliki kekurangan, akan membuat anak kuat dan sanggup bertahan dalam hidupnya. Psikolog dan penulis Katharina Zimmer,



menyebut cara merawat anak seperti itu dengan sebutan “cara mendidik menurut model kekuatan dan kepercayaan”. Menurut Zimmer, "Model cara mendidik yang berlawanan dengan model ini adalah “cara mendidik menurut model defisit”, dimana orangtua selalu melihat dan memfokuskan diri pada kelemahan dan kekurangan anak."

Pribadi pantang menyerah (tangguh) adalah sebutan bagi pribadi yang tidak merasa lemah terhadap sesuatu yang terjadi dan menimpanya. Pribadinya menganggap sesuatu yang terjadi itu dari segi positifnya. Ia yakin betul bahwa skenario Allah itu tidak akan meleset sedikit pun. Pribadi pantang menyerah ini bukan saja semata-mata secara fisik. Tapi lebih penting justru adanya sifat positif dalam jiwanya yang begitu tangguh dan kuat.

Seseorang menjadi kuat, pada dasarnya karena mentalnya kuat. Seseorang menjadi lemah, karena mentalnya lemah. Pembentukan sifat pribadi tangguh ini adalah berawal dari sifat optimisme yang menyelubungi pola pikir orang tersebut. Paling tidak ada empat taktik berpikir positif yang perlu kita bangun dalam kehidupan



keseharian agar menjadi pribadi tangguh. Berpikir positif kepada Allah Berpikir positif terhadap diri sendiri Berpikir positif pada orang lain Berpikir positif pada waktu.

Penulis mengutip dari *Hospitality Search*, Positive Mental Attitude adalah falsafah bahwa sikap optimis dalam setiap situasi kehidupan, akan menarik perubahan positif dan meningkatkan prestasi. Positive Mental Attitude adalah keyakinan bahwa seseorang mampu meningkatkan prestasi melalui proses berpikir yang optimis. Sikap positif ini berasal dari pembelajaran observasional di lingkungan.

Sebagian lagi dari perubahan pikiran yang baik terhadap orang, keadaan, peristiwa, atau perilaku. Berpikir positif bertujuan menciptakan pandangan yang lebih baik. Seseorang yang mempraktikkan PMA, akan memancarkan rasa sejahtera yang positif dan optimisme. Bahkan dalam studi terbitan *Oxford Academic*, menemukan bahwa mereka yang optimis memiliki risiko kematian yang jauh lebih rendah.

Simak lebih lanjut mengenai Positive Mental Attitude (PMA) untuk mencapai sukses, beserta cara memulainya. Memiliki sikap mental yang positif (PMA)



merupakan cara terbaik Anda untuk membantu diri sendiri, dalam meningkatkan kualitas hidup secara drastis. Tidak ada kata terlambat untuk berubah menjadi lebih baik, dan mengembangkan sikap mental yang positif (PMA). Manfaat lain yang terbukti dari Positive Mental Attitude, meliputi:

- kualitas hidup lebih baik
- tingkat energi lebih tinggi
- kesehatan psikologis dan fisik yang lebih baik
- pemulihan lebih cepat dari cedera atau penyakit
- jarang flu dan pilek
- tingkat depresi yang lebih rendah
- manajemen stres dan keterampilan coping yang lebih baik
- rentang hidup lebih lama

Berpikir positif bukanlah keajaiban, bahkan tidak membuat semua masalah jadi hilang. Tapi PMA ini akan membuat masalah tampak lebih mudah dikelola. Justru membantu kita menghadapi kesulitan dengan cara yang lebih positif.



Sikap tegar dan optimis menjadi kekuatan dalam diri manusia untuk terus bangkit dan maju tanpa putus asa. Islam menganjurkan umatnya untuk selalu semangat dan optimis, segagal apapun tidak menjadi penghambat untuk kita mundur. Pejuang-pejuang Islam tidak ada kata mundur atau pesimis dalam dirinya, segala tantangan dan ujian mereka hadapi dengan gagah berani dan ia menyakini bahwa Allah ada dalam kehidupannya yang akan menolongnya selalu.

Untuk itu, sikap tegar dan optimis harus dijadikan kekuatan ruhani juga jasad menuju insan yang kuat, dan selalu berusaha terus dengan segala kekuatan yang ada dengan dukungan doa dan tawakkal kepada-Nya.

### **E. Semangatkan Jiwa menjadi Pribadi yang Berakhlak Mulia**

Akhlak mulia atau terpuji disebut juga dengan Akhlakul Mahmudah atau Akhlakul Karimah yaitu sikap dan tingkah laku yang mulia atau terpuji terhadap Allah, sesama manusia dan lingkungannya. sifat mulia tersebut bagi setiap muslim perlu diketahui yang bersumber dari Al Quran dan hadits. Akhlak mempunyai akar kata sama



dengan *khalik* (pencipta) dan *makhluk* (yang diciptakan). Karenanya, akhlak tidak hanya mempunyai dimensi horisontal dengan sesama makhluk (termasuk diri sendiri dan alam), tetapi juga dimensi vertikal dengan Allah. Karena inilah, konsep akhlak menjadi menyeluruh.

Akhlak mulia menjadi penciri kesempurnaan iman. Nabi Muhammad saw. bersabda, “Mukmin yang paling sempurna imannya adalah yang paling bagus akhlaknya.” (HR Tirmidzi, *Riyadlu Al-Shalihin*:278). Hadis lain menegaskan jika misi utama Rasulullah diutus adalah menyempurnakan akhlak yang mulia.

Menurut Al-Ghazali, akhlak adalah sifat yang tertanam dalam jiwa yang tercermin dalam tindakan tanpa pemikiran dan pertimbangan. Tindakan yang muncul bersifat otomatis karena sudah terbiasakan, baik itu akhlak mulia atau tercela (*al-akhlaq al-madzmumah*). Pembiasaan inilah yang memerlukan konsistensi.

Tindakan koruptif jelas masuk ke dalam akhlak tercela. Agak sulit membayangkan muncul “keberanian” melakukan korupsi besar, jika belum terbiasa dengan yang tindakan koruptif kecil atau yang berulang. Atau, paling tidak, nilai-nilai yang dianut pun longgar dan



cenderung permisif terhadap tindakan koruptif. Nurani pelaku sudah tidak sensitif menangkap sinyal kebaikan.

Puasa Ramadan diharapkan dapat mengasah sensitivitas nurani, menjadikannya lebih peduli dengan sesama makhluk dan makin dekat dengan Sang Pencipta. Puasa oleh Ibnu Arabi dalam Kitab *Al-Futuhat Al-Makkiyyah* disebut sebagai persaksian (*musyahadah*) terhadap Allah, karena ditunaikan hanya untukNya dan di dalamnya ada keterpanaan hamba terhadap Tuhannya berupa ketaatan menjalankan perintah yang berlawanan dengan kodratnya. Tujuan ultima dari puasa adalah derajat takwa, yang diibaratkan sebagai kehati-hatian dalam melangkah di jalan yang penuh duri.

Oleh Nabi Muhammad saw., akhlak mulia disandingkan dengan takwa. “Bertakwalah kamu di manapun kamu berada, dan iringilah setiap keburukan dengan kebaikan yang dapat menghapuskannya, serta pergaulilah orang lain dengan akhlak mulia” (HR Tirmidzi, *Al-Arba'un Al-Nawawiyyah*:18). Inilah dimensi spasial takwa yang tidak mengenal tempat, alias di mana pun. Takwa juga berdimensi temporal yang hanya dibatasi



ketika maut menjemput, alias sepanjang hayat (QS Ali Imran:102).

Dari kaca mata manusia, takwa akan terpancarkan menjadi akhlak mulia ketika berinteraksi dengan sesama. Karenanya, sangat sulit memahami ketika seorang muslim yang rajin beribadah, dengan ringan menghinakan orang lain atau tidak peduli dengan keselamatan sesama. Kemuliaan manusia di sisi Allah Swt. ditentukan oleh konsistensinya dalam bertakwa (QS Al-Hujurat:13).

Takwa bukan status setempat atau sesaat, tetapi melintasi ruang dan waktu, karena ada aspek konsistensi di dalamnya. Demikian juga halnya dengan berakhlak mulia sebagai cerminan takwa. Bertakwa dan berakhlak mulia tidak kadang kala atau jika sempat saja.

Kemudian, pandangan lain juga disampaikan oleh Imam Suprayogo bahwa sikap adil, jujur, kasih sayang dan menghormati kepada sesama, ikhlas, dermawan, dan semacamnya seharusnya dimiliki oleh setiap orang. Manakala dalam kehidupan ini sifat tersebut ada pada setiap orang, maka kehidupan ini akan damai, tenteram, dan bahagia. Kehidupan yang diwarnai oleh permusuhan, konflik, saling menjatuhkan, hasut menghasut, fitman



memfitnah, dan semacamnya adalah bersumber dari sikap terpuji tersebut belum dimiliki oleh banyak orang.

Siapa pun akan berpandangan sama, bahwa nilai-nilai mulia tersebut memang penting diberikan atau dididikkan dari generasi ke generasi berikutnya. Berbagai sikap mulia tersebut tidak akan dimiliki begitu saja tanpa melewati proses pendidikan. Kejujuran, keadilan, kedermawanan, dan semacamnya harus ditanamkan dan dididikkan dari waktu ke waktu. Namun pertanyaannya adalah bagaimana menanamkan sikap mulia itu.

Orang yang tidak jujur tentu tidak akan mampu menanamkan kejujuran kepada siapa pun. Orang yang sehari-hari bermusuhan, konflik, menjatuhkan orang lain, maka tidak akan dapat menanamkan kedamaian, kasih sayang, toleransi kepada siapa pun. Akhlak mulia akan lahir dari orang atau sekelompok orang yang berakhlak mulia, dan demikian pula sebaliknya.

Selain itu, pendidikan akhlak tidak cukup dilakukan dengan cara menjelaskan tentang pentingnya akhlak mulia. Banyak orang mengetahui tentang pentingnya disiplin, menghargai orang lain, jujur, adil, dan lain-lain tetapi pada kenyataannya orang yang mengetahui dan



memahami nilai-nilai mulia tersebut tidak selalu mampu menjalankannya dalam kehidupan sehari-hari.

Seringkali terdapat jarak antara pengetahuan seseorang dan perilaku mereka sehari-hari. Seseorang mengetahui tentang kebaikan tetapi belum tentu mampu menjalankannya sendiri. Seseorang mengetahui bahwa berbohong, berkhianat, korupsi, dan semacamnya adalah perbuatan buruk, tetapi pada kenyataannya tidak semua orang yang mengetahuinya mampu meninggalkan perbuatan tercela itu. Itulah sebabnya, problem pendidikan akhlak adalah mendapatkan guru atau tauladan yang dapat dicontoh. Selain itu yang diperlukan adalah pendekatan pendidikan yang seharusnya dilakukan untuk menanamkan akhlak mulia itu.

Dai lulusan Al-Azhar Mesir, Ustaz Muchlis Al-Mughni mengatakan, orang yang paling dekat kedudukannya dengan Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* adalah yang paling bagus akhlaknya. Saat Rasulullah ditanya tentang akhlak baik, beliau menjawab, "Engkau sambung silaturahmi kepada orang yang memutusnya, engkau maafkan orang yang menzalimimu,



dan memberi kepada orang yang tidak mau memberi kepadamu."

Perlakukan orang lain sebagaimana yang engkau harapkan orang lain perlakukan kepadamu, itupun akhlak mulia. Jika kamu tidak suka disakiti maka jangan menyakiti orang lain. Jika kamu tidak mau ditipu orang lain maka janganlah kamu menipu orang lain. Jika kamu tidak suka disepelekan maka jangan sepelekan orang lain. "Orang beriman itu menjadi cermin untuk orang beriman lainnya, inipun melahirkan akhlak mulia," terang Dai yang juga imam Masjid Cut Meutia Menteng Jakarta Pusat itu.

Adapun akhlak mulia yang paling rendah adalah menyembunyikan kejahatan yang dilakukan orang terhadap dirinya dan yang paling tingginya adalah melupakan kebaikan diri yang membuat orang lain bahagia.

Jika engkau ingin tahu akhlak seseorang, maka letakkan kekuasaan di tangannya lalu lihat apa yang dilakukan dengan kekuasaannya itu. Agama itu bukan angan-angan tetapi akhlak mulia, bagaimana akhlakmu terhadap Al-Khalik (Allah) dan para makhluk-Nya. Itulah



satu satu sebab kenapa Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam* diutus ke dunia. Beliau bersabda:

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ صَالِحَ الْأَخْلَاقِ

"Sesungguhnya aku ini diutus hanyalah untuk menyempurnakan akhlak yang mulia". (HR Muslim).

Ya Allah beri kami hidayah untuk berakhlak mulia. Sesungguhnya tidak ada yang dapat memberi hidayah kepada akhlak mulia kecuali Engkau, seperti yang telah Engkau anugerahkan kepada Rasul kekasih-Mu, Muhammad.

Termasuk di antara keindahan ajaran agama Islam adalah agama ini mendorong umatnya untuk memiliki akhlak yang mulia dan akhlak yang luhur. Dan sebaliknya, agama ini melarang umatnya dari akhlak-akhlak rendah dan akhlak yang buruk. Hal ini ditunjukkan oleh banyak hadits tentang akhlak dari Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam*.



Hadits tentang akhlak tersebut di antaranya, Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ صَالِحَ الْأَخْلَاقِ

“Sesungguhnya aku hanyalah diutus untuk menyempurnakan akhlak yang luhur.” (HR. Ahmad no. 8952 dan Al-Bukhari dalam *Adaabul Mufrad* no. 273. Dinilai shahih oleh Al-Albani dalam *Shahih Adaabul Mufrad*.)

Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

إِنَّ مِنْ أَحَبِّكُمْ إِلَيَّ وَأَقْرَبِكُمْ مِنِّي مَجْلِسًا يَوْمَ  
الْقِيَامَةِ أَحَاسِنِكُمْ أَخْلَاقًا

“Sesungguhnya yang paling aku cintai di antara kalian dan paling dekat tempat duduknya denganku pada hari kiamat adalah mereka yang paling bagus akhlaknya di antara kalian.” (HR. Tirmidzi no. 1941. Dinilai hasan oleh Al-Albani dalam *Shahih Al-Jaami’* no. 2201.)

Bahkan dengan akhlak mulia, seseorang bisa menyamai kedudukan (derajat) orang yang rajin berpuasa



dan rajin shalat. Sebagaimana sabda Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam*,

إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَيُذْرِكُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةَ الصَّائِمِ الْقَائِمِ

“Sesungguhnya seorang mukmin bisa meraih derajat orang yang rajin berpuasa dan shalat dengan sebab akhlaknya yang luhur.” (HR. Ahmad no. 25013 dan Abu Dawud no. 4165. Dinilai shahih oleh Al-Albani dalam *Shahih At-Tarhib wa At-Tarhiib* no. 2643.)

Oleh karena itu, akhlak yang luhur dan mulia termasuk perkara yang ditekankan dalam agama ini. Agama ini menekankan dan mendorong kita untuk berhias dengan akhlak yang sempurna terhadap Allah Ta’ala, Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam*, dan juga terhadap hamba-hambanya. Dengan akhlak yang mulia, akan tampaklah kesempurnaan dan ketinggian agama Islam ini, yaitu agama yang indah dan sempurna, baik dari sisi ‘aqidah, ibadah, adab dan akhlak.

Dengan semakin kokoh ‘aqidah dan keimanan seseorang, seharusnya semakin baik pula akhlaknya. Dengan bertambahnya ilmu ‘aqidah dan imannya, bertambah luhur pula akhlaknya. Hal ini sebagaimana



yang diisyaratkan dalam sabda Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam*,

أَكْمَلُ الْمُؤْمِنِينَ إِيمَانًا أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا

“Orang mukmin yang paling sempurna imannya adalah yang paling baik akhlaknya.” (HR. Tirmidzi no. 1162. Dinilai shahih oleh Al-Albani dalam *Ash-Shahihah* no. 284.)

Oleh karena itu, jika ada di antara kita yang semakin bertambah ilmu agama dan imannya, namun akhlaknya tidak semakin baik, maka waspadalah, mungkin ada yang salah dalam diri kita dalam belajar agama dan mengamalkannya. Jika kaum muslimin berhias dengan akhlak mulia serta menunaikan hak-hak saudaranya yang itu menjadi kewajibannya, maka hal itu merupakan pintu gerbang utama masuknya manusia ke dalam agama ini. Hal ini sebagaimana yang telah kita saksikan pada zaman para sahabat *radhiyallahu ‘anhum*, ketika manusia berbondong-bondong masuk Islam disebabkan keindahan akhlak dan keluhuran mereka dalam bermuamalah dan interaksi dengan sesama manusia.



Syaikh ‘Abdul ‘Aziz bin Baaz *rahimahullahu Ta’ala* berkata,

“Kaum muslimin pada hari ini, bahkan manusia seluruhnya, sangat membutuhkan penjelasan tentang agama Allah, tentang keindahan dan hakikat agama-Nya. Demi Allah, seandainya manusia dan dunia pada hari ini mengetahui hakikat agama ini, niscaya mereka akan masuk Islam dengan berbondong-bondong sebagaimana mereka berbondong-bondong masuk Islam setelah Allah menaklukkan kota Mekah untuk Nabi-Nya *‘alaihis shalaatu was salaam.*” (***Majmuu’ Fataawa, 2/338***)

Terakhir yang sangat penting diperhatikan bahwa tujuan utama kita berhias dengan akhlak mulia dan menunaikan kewajiban kita terhadap sesama manusia adalah dalam rangka taat kepada Allah Ta’ala dan dalam rangka mengharap pahala dari-Nya. Bukan semata-mata keinginan untuk mendapatkan perlakuan (balasan) yang semisal dari orang lain. Allah Ta’ala berfirman,

إِنَّمَا نُنْطَعِمُكُمْ لَوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا  
شُكْرًا



“Sesungguhnya kami memberi makanan kepadamu hanyalah untuk mengharap keridhaan Allah. Kami tidak menghendaki balasan dari kamu dan tidak pula (ucapan) terima kasih.” (QS. Al-Insaan [76]: 9)

Oleh karena itu, janganlah kita berhias dengan akhlak yang mulia dengan selalu mengharap mendapatkan perlakuan yang semisal dan sebanding dari orang lain. Salah seorang sahabat Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* berkata kepada beliau,

يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ لِي قَرَابَةً أَصْلُهُمْ وَيَقْطَعُونِي، وَأُحْسِنُ  
إِلَيْهِمْ وَيُسِيئُونَ إِلَيَّ، وَأَحْلُمُ عَنْهُمْ وَيَجْهَلُونَ عَلَيَّ

*“Wahai Rasulullah! Sesungguhnya aku memiliki kerabat. Aku berusaha menyambung silaturahmi dengan mereka, namun mereka memutusnya. Aku berbuat baik kepada mereka, namun mereka tidak berbuat baik kepadaku. Aku bersabar dengan gangguan mereka, namun mereka menyakitiku.”*



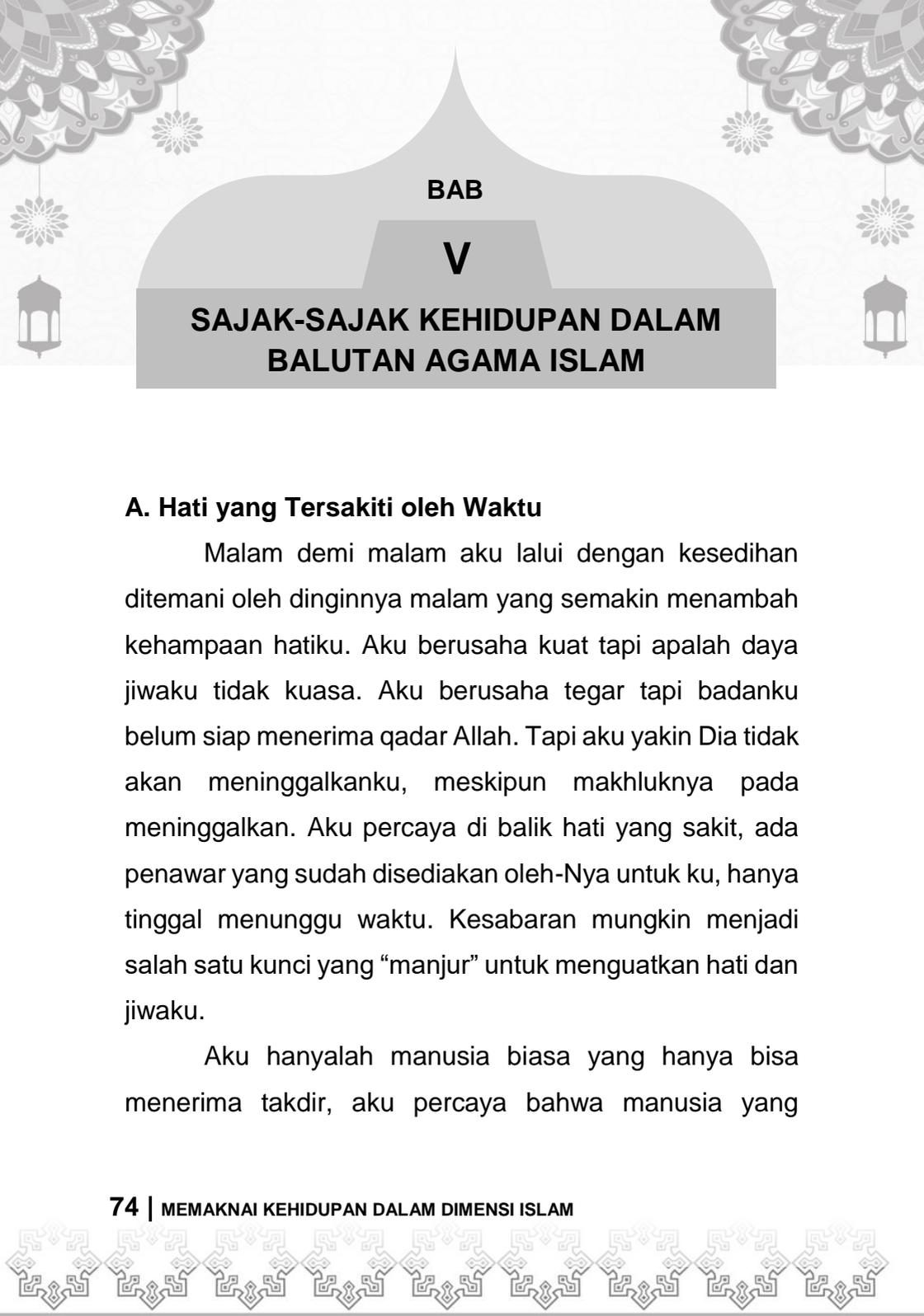
Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* menjawab,

لَئِنْ كُنْتَ كَمَا قُلْتَ، فَكَأَنَّمَا تُسْقُهُمُ الْمَلَّ وَلَا يَزَالُ  
مَعَكَ مِنَ اللَّهِ ظَهِيرٌ عَلَيْهِمْ مَا دُمْتَ عَلَى ذَلِكَ

*“Jika benar apa yang Engkau katakan, maka seakan-akan Engkau masukkan bara api ke mulut mereka. Dan pertolongan Allah akan terus-menerus bersamamu untuk mengalahkan mereka, selama Engkau bersikap seperti itu.” (HR. Muslim no. 6440)*

Dalam hadits tentang akhlak di atas, lihatlah bagaimana petunjuk Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* kepada sahabat beliau tersebut. Beliau *shallallahu 'alaihi wa sallam* tidak memerintahkannya untuk memutus hubungan dengan kerabatnya, meskipun kerabatnya memutus hubungan dengannya. Dan beliau *shallallahu 'alaihi wa sallam* pun ingatkan dengan pahala dan anugerah yang besar dari Allah Ta'ala.





## BAB

### V

## SAJAK-SAJAK KEHIDUPAN DALAM BALUTAN AGAMA ISLAM

### A. Hati yang Tersakiti oleh Waktu

Malam demi malam aku lalui dengan kesedihan ditemani oleh dinginnya malam yang semakin menambah kehampaan hatiku. Aku berusaha kuat tapi apalah daya jiwaku tidak kuasa. Aku berusaha tegar tapi badanku belum siap menerima qadar Allah. Tapi aku yakin Dia tidak akan meninggalkanku, meskipun makhluknya pada meninggalkan. Aku percaya di balik hati yang sakit, ada penawar yang sudah disediakan oleh-Nya untuk ku, hanya tinggal menunggu waktu. Kesabaran mungkin menjadi salah satu kunci yang “manjur” untuk menguatkan hati dan jiwaku.

Aku hanyalah manusia biasa yang hanya bisa menerima takdir, aku percaya bahwa manusia yang

kuatlah yang bisa melewati masalah ini. Keheningan malam aku jadikan sebagai ratapan dan meditasi untuk menenangkan jiwa ku agar tidak semakin goyah. Aku percaya semua akan baik-baik saja pada waktunya.

## **B. Aku akan Hilang di Telan Waktu**

Malam kemarin aku berpikir bahwa disaat kita bersama dikemudian hari pasti ada kata perpisahan. Perpisahan ini menjadi sebuah 'keniscayaan' Tuhan yang berlaku untuk semua ciptaan-Nya. Hubungan yang kita jalin, perasaan yang kita rajut, kedekatan yang kita rasakan serta cinta kasih yang kita miliki akan sirna oleh waktu yang ditentukan. Lantas apa yang bisa kita lakukan? ialah tidak lain hanya kesabaran dan kerelaan.

Aku menyadari bahwa pertemuan akan berakhir dengan perpisahan, tapi aku yakin setelah perpisahan tersebut Allah akan menyatukan kita kembali meskipun dengan dimensi yang berdeda dengan sebelumnya. Waktu yang terus berjalan ini akan membuat kita sadar bahwa jalinan yang kita rajut selama ini akan menjadi sebuah kenangan yang indah yang tidak bisa ditelan oleh zaman, meskipun diri kita lenyap olehnya.



Hidup yang sebentar ini, mengajari kita bagaimana arti mencintai meskipun tidak bisa memiliki, mengasihi tanpa pamrih dan menyayangi tanpa batas. Kesedihan karena tidak bisa memiliki bukan alasan untuk menjadi benci. Kebencian karena tidak bisa memilikinya sama halnya kita 'mendobrak' pintu-pintu Takdir-Nya. Oleh sebab itu, kita jalani dan terima dengan hati yang ikhlas karena pada akhirnya kita semua kembali kepada-Nya.

### **C. Cinta Dalam Keabadian.....**

Cinta mengajarkan bagaimana seseorang itu bisa memperjuangkan perasaannya sampai kepada pengorbanan yang nyata. Meskipun kadang-kadang tertepuk sebelah tangan. Namun, esensi dari cinta itu ada pada perasaan yang dibuktikan oleh perjuangan, terlepas dari terwujud atau tidak. Karena sejatinya ia telah membuktikan keseriusan dan kesungguhannya.

Ia tidak akan memperdulikan cintanya bertepuk sebelah tangan atau tidak, karena ia yakin bahwa cinta tidak memerlukan itu semua, cinta hanya butuh butiran-butiran ketulusan meskipun ketulusan itu dibalas dengan penolakan. Tapi, bagi sang pecinta itu bukan masalah,



tapi itu sebuah realita takdir yang harus diterima tanpa mengurangi rasa cinta tersebut.

#### **D. Takdir Cinta**

*Allah Zat yang Maha Cinta...*

*Manusia tiada upaya dan daya kecuali dari-Nya...*

*Cinta menyatukan jiwa-raga...*

*Antar Manusia dengan Tuhan-Nya...*

*Cinta mampu menghapus kebencian dalam rasa..*

*Sehingga yang ada hanyalah Dia..*

*Mana mungkin bisa mengenal-Nya..*

*Jika hatimu ada dua cinta...*

*Cinta membimbingmu kepada satu rasa..*

*Yang bisa menghanyutkan dirimu dalam dekapan sang*

*Maha Kuasa...*

*Cinta akan menjadikanmu pribadi yang mulia..*



*Karena setiap pandangan hanya tertuju pada-Nya..  
Melihat yang lain hanyalah benda-benda yang akan  
binasa..  
Tapi yang engkau cintai abadi selamanya..*

*Cinta akan mengarahkan kamu kepada ketulusan jiwa..  
Sehingga engkau tunduk pada-Nya hanya untuk ridha-Nya..  
Bukan untuk surga maupun pahala dari-Nya..  
Anugerah cinta adalah rahmat dari-Nya..*

*Gunakan untuk bersikap welas kepada semua ciptaan-  
Nya..  
Tanpa merasa paling mulia..  
Karena sejatinya, Dia-lah Hakim yang Bijaksana..*



## **E. Denyut Cinta**

*Jiwaku hampir sirna oleh cahaya Cinta-Nya...*

*Tiada rasa kecuali kerinduan cinta...*

*Api-api kecemburuan senantiasa menghampiri jiwa...*

*Untuk menciptakan suasana cinta baru dalam dada..*

*Aku berusaha menolak untuk tetap setia pada-Nya..*

*Kekuatan iman dan doa selalu ku sampaikan pada-Nya..*

*Agar aku selalu lurus pada jalan-Nya..*

*Tapi, aku khawatir nafsu merayu jiwa..*

*Yang bisa menenggelamkanku pada kenistaan yang nyata..*

*Ya Tuhan, hanya cahaya cinta-Mu yang mampu menyelamatkanku dari-nya..*

*Tinggal bagaimana aku bisa selalu tunduk patuh pada titah-Nya..*



*Dengan kejernihan dan ketulusan hati yang terus bersambung pada-Nya..*

*Cahaya cinta Zat yang Kuasa tidak bisa menyinari hati yang masih mendua..*

*Aku berusaha mencondongkan segala jiwa ragaku hanya untuk-Nya..*

*Di tengah dekapan syahwat dan nafsu yang selalu menggoda...*

*Denyut-denyut cinta semoga bisa terus bergelora..*

*Sampai kematian datang menghampiri jiwa...*

*Ku selalu memohon untuk bisa mati dalam keadaan hati penuh cinta..*

*Cinta yang didasari iman dan tauhid yang nyata..*

*Tanpa “embel-embel” kemunafikan dalam dada..*

*Yang cenderung merusak ketulusan cinta...*

*Zat yang Maha Cinta, semoga Engkau menerima segala perasaan yang ada..*

*Untuk Mu yang menguasai alam semesta..*



## **F. Buah cinta....**

*Aku mengarungi samudera hanya untuk mencari hakekat cinta yang suci...*

*Cinta yang terlepas dari sifat munafik dan dengki..*

*Cinta yang mengajari arti hidup berwatak surgawi..*

*Yang jauh dari sikap dan perilaku tak terpuji..*

*Zat Tuhan yang Kuasa, sang pemilik cinta sejati..*

*Belaian kasih-Nya menjadikan kita bisa hidup di bumi..*

*Meskipun jauh dari ketaatan dan hati yang suci..*

*Tapi, Dia masih saja memberikan perhatiannya tanpa henti..*

*Sebenarnya, diri merasa malu karena dosa yang tiada henti..*

*Cinta Ilahi tiada bisa yang mengganti dan menyaingi..*

*Dia Zat yang maha welas untuk semua makhluk-Nya di bumi...*

*Sikapnya kepada kita, harusnya membuat kita lebih berbudi..*



*Bukan malah menjadi hamba yang menghiati..*

*Tuhan Ilahi Rabbiiy..semoga masih terbuka pintu untuk kembali...*

*Tanpa-Nya kami hanya buih di lautan mati..*

*Yang tiada berarti, tanpa rahmat sang Ilahi...*

*Semoga pengabdian kami yang tiada berarti ini..*

*Menjadi jalan untuk meraih ampunan Zat yang Maha Suci..*

*Di sisa umur yang masih menyatu dalam diri..*



## **G. Cinta Tuhan Yang Abadi**

*Tuhan Zat yang maha Suci..*

*Ia labuhan terakhir dari kehidupan yang fana ini..*

*Rasa cintanya pada makhluk yang taat abadi..*

*Dimana kekasih-Nya ia tempatkan di Surga Firdausi..*

*Yang penuh dengan kenikmatan dan keabadian  
yang memikat hati..*

*Cinta-Nya tidak akan terganti..*

*Manusia amat bodoh dan rugi jika tidak  
mendapatkan cinta Ilahi..*

*Mereka hanya mengejar cinta duniawi..*

*Tuhan, selamatkanlah kami dari godaan yang menipu ini..  
Istikamahkan kami dalam mentaati perintah Mu yang  
suci..*

*Semoga kami benar-benar meraih cinta Abadi..*



## DAFTAR PUSTAKA

<https://www.fajarpendidikan.co.id/8-keutamaan-memiliki-sifat-sabar-berdasarkan-hadis-rasulullah/#:~:text=Sabar%20adalah%20perasaan%20ridha%20menerima,mulia%20yang%20dicinta%20Allah%20SWT.>

<https://kalam.sindonews.com/berita/1544638/70/cara-mengendalikan-marah-yang-diajarkan-rasulullah-saw>

<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4778433/cara-menahan-amarah-dan-emosi-seperti-nabi-muhammad-saw>

<http://rumahamal.unsyiah.ac.id/berita/keutamaan-sabar-dalam-islam>

<https://islami.co/empat-macam-sifat-sabar/>

<https://www.neliti.com/id/publications/243724/menjadi-pribadi-tanggung>

<https://www.uii.ac.id/akhlak-mulia-cerminan-takwa/>

<https://www.uin-malang.ac.id/r/170201/mendidik-agar-berakhlak-mulia.html>

<https://www.unpak.ac.id/khazanah-ramadhan/saat-rasulullah-ditanya-tentang-akhlak-yang-baik-ini-kata-beliau>

<https://muslim.or.id/40677-keutamaan-berhias-dengan-akhlak-mulia.html>

Setiawan, A. I., Saepudin, A., & Junaedi, L. (2016). Nilai-Nilai Pendidikan dari QS Shaad Ayat 41-44 tentang Kesabaran Nabi Ayyub AS.

Hatifah, S., & Nirwana, D. (2014). Pemahaman hadis tentang optimisme. *Jurnal Studia Insania*, 2(2), 115-130.

Raharjo, S. B. (2010). Pendidikan karakter sebagai upaya menciptakan akhlak mulia. *Jurnal pendidikan dan kebudayaan*, 16(3), 229-238.

Abidin, Z., & Khairudin, F. (2017). Penafsiran Ayat-ayat amanah dalam Al-Qur'an. *SYAHADAH: Jurnal Ilmu al-Qur'an dan Keislaman*, 5(2).



- Habibah, S. (2015). Akhlak dan etika dalam islam. *Jurnal Pesona Dasar*, 1(4).
- Kristiawan, M., & Fitria, H. (2018). Menumbuhkan Rasa Cinta Kepada Allah Dan Mhluknya Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Thufula: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 6(2), 248-265.
- Faiza, A. (2018). *Bila Cinta Bermula dan Berakhir pada Allah maka Cinta yang Lain Hanya Cermin Cinta kepada-Nya*. NOKTAH.
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas Islam dan kebahagiaan (Sebuah telaah dengan perspektif psikologi). *Al-Munzir*, 7(2), 81-100.
- Mayasari, R. (2013). Islam dan psikoterapi. *Al-Munzir*, 6(2).
- Haryanto, R. (2014). Dzikir: Psikoterapi Dalam Perspektif Islam. *AL-IHKAM: Jurnal Hukum & Pranata Sosial*, 9(2), 338-365.
- Amri, M. (2013). Perspektif Kaum Sufi Tentang Cinta Tuhan. *Jurnal Al-Hikmah*, 14(1), 146-159.
- <https://www.uin-malang.ac.id/r/131101/menegakkan-islam-rahmah.html>
- <https://muslim.or.id/1800-islam-rahmatan-lil-alamin.html>



- Muvid, M. B. (2021). Menjunjung Tinggi Islam Agama Kasih Sayang Dan Cinta Kasih Dalam Dimensi Sufisme. *Reflektika*, 16(2), 145-171.
- Rasyid, M. M. (2016). Islam Rahmatan Lil Alamin Perspektif KH. Hasyim Muzadi. *Epistemé: Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman*, 11(1), 93-116.
- Zuhdi, M. H. (2011). Visi Islam rahmatan lil 'alamin: Dialektika Islam dan peradaban. *Akademika Jurnal Pemikiran Islam*, 16(1), 149-170.
- Asmani, J. M. (2017). Rekonstruksi Teologi Radikalisme di Indonesia, Menuju Islam Rahmatan Lil Alamin. *Wahana Akademika: Jurnal Studi Islam dan Sosial*, 4(1), 3-18.
- Ismail, M. H., Mokhtar, A. N., & Mahyuddin, M. K. (2017). Peranan Tarekat Tasawuf Dalam Pembangunan Ummah Rahmatan Lil'Alamin. *Jurnal Qalbu*.
- Halimah, S. (2018). Memangkas Paham Intoleran dan Radikalisme melalui Pembelajaran Agama Islam yang Bervisi Rahmatan Lil Alamin. *Al-Makrifat: jurnal kajian Islam*, 3(2), 130-148.
- Karyanto, U. B. (2017). Pendidikan Karakter: Sebuah Visi Islam Rahmatan Lil Alamin. *Edukasia Islamika*, 191-107.



## BIOGRAFI PENULIS



**Muhamad Basyrul Muvid, S.Pd.I., M.Pd.**, lahir di Desa Murukan Mojoagung Jombang Jawa Timur pada 09 Oktober 1992. Berangkat dari bangku madrasah, ia meneruskan kuliah di UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2011 dengan mengambil jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI) di Fakultas Tarbiyah. Setelah lulus Strata Satu (S1), ia melanjutkan ke Strata Dua (S2) di kampus dan jurusan yang sama pada tahun 2016. Sekarang ini, ia sedang melaksanakan Studi lanjut ke tingkat Doktoral (S3) di kampus yang sama (UIN Sunan Ampel Surabaya) dengan mengambil jurusan yang sama pula (PAI). Saat ini menjadi dosen tetap agama Islam Universitas Dinamika Surabaya.