

BAB IV

KONSEP STOISISME UNTUK MENGATASI EMOSI NEGATIF

DALAM PERSPEKTIF ISLAM

A. Konsep Stoisisme dalam Perspektif Islam

1. Amor Fati

Rumusan hubungan antar individu menurut Friedrich Nietzsche adalah “*amor fati*”. Amor fati tidak ingin mengubah apapun, maju atau mundur. Ini bukan hanya tentang apa yang Anda jalani, ini tentang mencintainya. Kata Latin "*Amor fati*" yang berarti "cinta nasib" atau konsep cinta nasib. Konsep amor fati yang mengajarkan Anda untuk mencintai keadaan dan kehidupan Anda saat ini

2. Trikotomi kendali

- i. Hal-hal yang dapat dikendalikan diri sendiri, misalnya : pendapat dan penilaian diri sendiri.
- ii. Hal-hal yang di luar kendali, misalnya : pendapat dan perilaku orang lain.
- iii. Hal-hal yang sebagian dapat dikendalikan. Irvine merekomendasikan seperti sekolah, pekerjaan, kompetisi, dan hubungan dengan mitra termasuk dalam kategori ketiga (terkendali sebagian). Jenis aplikasiketiga dilakukan dengan

memisahkan tujuan internal dari hasil eksternal.¹

Mengingat Kematian pandangan Stoisisme, kematian tidak menakutkan karena itu adalah bagian dari alam. Kematian seharusnya tidak menakutkan, bahkan membahagiakan, jika manusia harus hidup selaras dengan alam agar menjadi bijaksana dan bahagia. Dan, menurut Stoa, penting juga seberapa baik kualitas hidup Anda dibandingkan dengan umur panjang, tetapi itu tidak membantu orang lain.²

Di dalam Islam konsep yang sama dengan *Amor Fati* yakni konsep bersyukur.

B. Konsep Syukur dalam Islam

1. Pengertian Syukur dalam al-Qur'an

Kata syukur adalah bersyukur, yakin, tidak sombong, tapi mengingat Tuhan. Bagi umat Islam, mengingat Allah adalah kunci syukur. Manusia ada karena Allah dan manusia akan kembali kepada-Nya. Syukur seringkali sama dengan ungkapan “terima kasih” dan segala puji hanya milik Allah. Semakin kita bersyukur dan bersyukur, semakin baik, tenang dan bahagia manusia.

M. Quraish Shihab menjelaskan dalam bukunya “Wawasan ke dalam Al-Qur'an” bahwa kata “bersyukur” berasal dari bahasa Al-Qur'an yang ditulis dalam bahasa Arab. Kata syukur merupakan bentuk campuran dari kata kerja *syakara-yasykuru-syukran-wa syukur-wa syukranan*. Kata kerja ini berasal dari huruf *syin*, *kaf*,

¹William B. Irvine, *Op.cit*, h. 89

²Henry Manampiring, *Op.cit*, h. 262

danra'. 5 Secara bahasa, syukur juga berasal dari kata “*syakara*” yang artinya pujian atas kebaikan dan kepenuhan sesuatu.

Syukur juga berarti menunjukkan sesuatu. Dalam hal ini menunjukkan nikmat Allah. Sedangkan menurut kata *syara'*, syukur adalah pengakuan atas nikmat yang diberikan oleh Allah, disertai dengan statusnya, dan penggunaan nikmat tersebut sesuai dengan petunjuk dan kehendak Allah.

Dalam hal ini, esensi syukur adalah “menunjukkan kebaikan”, sedangkan esensi kekufuran adalah bersembunyi. Menyatakan nikmat berarti, antara lain, menggunakannya di tempat yang diinginkan pemberinya, dan menyebut nikmat dan pemberi dengan lidah.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata syukur diartikan sebagai: (1) syukur kepada Allah, dan (2) keberuntungan (mengungkapkan kelegaan, kegembiraan, dsb). Menurut M. Quraish Shihab, penafsiran pengertian kebahasaan tentang syukur tentu saja tidak sama persis dengan maknanya berdasarkan etimologi (etimologi) atau berdasarkan penggunaan al-Qur'an atau istilah-istilah agama.

M. Quraish Shihab menunjukkan bahwa dalam Al-Qur'an, kata "bersyukur" muncul 64 kali dalam berbagai bentuk. Selain itu, M. Quraish Shihab mengutip Ahmad Ibn Faris dalam bukunya *Maqayis Al-Lughah*, menyebutkan empat makna dasar kata,

yaitu: pertama, pujian atas kebaikan yang diperoleh. Kedua, kepenuhan dan kepenuhan. Ketiga, benda (parasit) yang tumbuh di batang pohon. Keempat, perkawinan, atau alat kelamin.³

2. Ayat dasar syukur dalam Islam

a. Surat al Baqarah ayat 152

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Artinya: “Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku”.(Q.S. Al-Baqarah: 152)

Dalam ayat ini termasuk mengingat perintah Allah SWT melalui dzikir, hamdallah, tasbih dan membaca Al-Qur'an dengan penuh penghayatan, renungan dan pemikiran yang mendalam, sehingga dapat mewujudkan kebesaran, kekuatan dan keesaan Allah SWT. Jauhi larangan yang ditetapkan Allah dan biarkan Allah membuka pintu kebaikan.

Ayat ini juga berisikan rasa syukur kepada Allah SWT atas nikmatnya, mengelola dan menggunakan segala nikmatnya sesuai fungsinya masing-masing, kemudian memuji Allah SWT dengan lisan dan hati bukan mengingkari segala karunia. Hal itu dilakukan dengan menggunakan jalan yang melanggar syariat Islam dan sunnatullah.

Ayat ini memperingatkan manusia agar tidak

³Choirul Mahfud, *The Power Of Syukur Tafsir Kontekstual Konsep Syukur dalam al-Qur'an*, Surabaya: Lembaga Kajian Agama dan Sosial, Vol.9, No.2, h. 379-380

terjerumus seperti orang-orang yang mendustakan nikmat Allah SWT sebelumnya, karena mereka tidak menggunakan akal dan indera untuk merenungkan dan memikirkan nikmat tersebut sebagai hukuman dan penjelasan bagi mereka

b. Surat Ibrahim ayat 7:

وَلَيْنَ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ وَإِذْ تَأْتِنُ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ

Artinya: “Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), Maka Sesungguhnya azab-Ku sangat pedih".

c. Hadist Riwayat Muslim

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْظِرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَهُوَ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزِدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ

Artinya: “lihatlah orang yang dibawah kalian dn janganlah melihat orang yang di atas kalian, sebab hal itu akan mendidik kalian untuk tidak merendahkan nikmat Allah Swt.” (HR. Muslim).⁴

Hadits ini mengajarkan kita bahwa dalam menghadapi masalah dunia, kita harus menundukkan kepala. Tidak peduli seberapa kurang kita dalam masalah dunia, pasti ada orang yang lebih buruk dari kita. Sekarang melihat kesehatan kita, alhamdulillah. Melihat ke bawah, berapa banyak orang yang

⁴*Ibid, h. 15-18*

sakit dan berapa banyak orang yang terbaring di tempat tidur tidak bisa bergerak karena kesakitan.

C. Konsep Tawakal dalam Islam

1. Pengertian Tawakal Secara Bahasa

Kata tawakal berasal dari bahasa Arab, yaitu - وَكَّلَ - يَكُلُّ - وَكَيْلٌ yang artinya “menyerahkan, mewakilkan, dan *wakil*”. Terkait dengan arti menyerahkan terdapat kata وَكَلْنَا عَلَيْهِ وَتَوَكَّلَ artinya “pasrah kepada Allah SWT dan menyerahkan kepada-Nya”.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, tawakal berarti "setelah berusaha untuk percaya kepada Allah SWT, lakukan yang terbaik untuk mematuhi kehendak Tuhan." Berdasarkan beberapa arti kata Tawakal dapat dipahami bahwa kata Tawakal berarti menyerahkan, mewakili, memberdayakan, dan menyerahkan apa yang telah dilakukan oleh wakil. Namun, sebagian orang memahami tawakal sebagai masalah yang dapat diselesaikan dengan mengikuti kehendak Allah SWT. Menyerah

2. Pengertian Tawakal secara Istilah

Menurut definisi istilah tawakal, adalah “menangani urusan dengan Allah SWT sebagai wakilnya, dan bersandar kepada Allah SWT untuk menyelesaikan segala urusan setelah berusaha semaksimal mungkin. Selain itu, sebagian orang memahami tawakkal sebagai penyerahan diri sepenuhnya kepada

Tuhansemesta alam, Allah SWT. Kata-kata yang konsisten dan lengkap inilah yang sering disalahpahami. Oleh karena itu, “tawakal yang dimaksud bukan memberikan sesuatu pada Allah SWT tanpa usaha. Melainkan mencoba terlebih dahulu, kemudian serahkan kepada Allah secara utuh.

Mu’inudinillah mengutip pemikiran Zubaidi yang ada dalam kitab Taajul ‘Aruus, menjelaskan bahwa percaya sepenuhnya dengan apa yang ada di sisi Allah SWT, dan memutus harapan apa yang di tangan manusia disebut dengan tawakal. Artinya ialah berserah diri pada Allah SWT dengan berusaha terlebih dahulu, setelah itu mempercayai bahwa Allah SWT adalah Dzat yang Maha memberi rezeki atas apa yang diusahakannya.⁵

3. Keutamaan Tawakal⁶

Dalil Al-Qur’an

Adapun Ayat-ayat Al-Qur’an yang membicarakan ihwal tawakal adalah sebagai berikut. Allah Ta’ala berfirman :

قَالَ رَجُلَانِ مِنَ الَّذِينَ يَخَافُونَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمَا ادْخُلُوا عَلَيْهِمُ الْبَابَ فَإِذَا
دَخَلْتُمُوهُ فَانْكُمُ غُلْبُونَ هَ وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “ Berkatalah dua orang laki-laki di antara mereka

⁵Muhammad Mui’nudinillah Basri, *Indahnya Tawakal.*, Universitas Muhammadiyah Surakarta: Indiva Pustaka, 2008, h. 15

⁶Imam Al-Ghazali, *Tawakal*, Bandung : Marja, 2019, h. 15

yang bertakwa, yang telah diberi nikmat oleh Allah, “Serbulah mereka melalui pintu gerbang (negeri) itu. Jika kamu memasukinya niscaya kamu akan menang. Dan hanya kepada Allah sajalah kamu hendaklah bertawakal, jika kamu benar-benar orang yang beriman.” (Qs Al-Maidah 5 : 23)

Tafsir Jalalain yaitu (katakanlah) kepada mereka (dua orang laki-laki di antara orang-orang yang takut) yang melanggar perintah Allah bernama Yusya dan Kalib, yakni dua pemimpin yang dikirim Musa untuk memeriksa para penganiaya (Allah telah memberi mereka rahmat) berjalan dengan hati-hati, tidak mau mengungkapkan situasi yang sebenarnya. Para penganiaya selain Musa, berbeda dengan anggota lain yang menyiarkan berita, sehingga kaum musa ketakutan. (“Serangan dari gerbang kota) jangan takut karena mereka itu berada ditubuh yang tak berperasaan tanpa keberanian. (Jika anda memasukkannya, anda pasti akan menang) ini akan sangat bermanfaat karena mereka yakin akan mendapat pertolongan Allah dan Allah pasti menepati janji-Nya. (Jika anda seorang mukmin sejati, maka anda benar-benar percaya kepada Allah”).⁷

Hanya ketika anda kalian benar-benar percaya kepada Allah, anda dapat mengandalkan dan mempercayai Allah. Karena iman kepada Allah membutuhkan penyerahan diri kepada-Nya.

⁷Imam Jalaluddin dan as-Suyuti Al-Mahalli, *Tafsir Jalalain*. Terj. Bahrin Abubakar, Bandung: Sinar Baru Alqensindo, 2007

وَمَا لَنَا إِلَّا نَتَوَكَّلَ عَلَى اللَّهِ وَقَدْ هَدَانَا سُبُلَنَا ۚ وَانصَبِرْنَا عَلَىٰ مَا
ءَادَيْتُمُونَا ۚ وَعَلَىٰ اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ

Artinya : Mengapa kami tidak akan bertawakkal kepada Allah padahal Dia telah menunjukkan jalan kepada kami, dan kami sungguh-sungguh akan bersabar terhadap gangguan-gangguan yang kamu lakukan kepada kami. Dan hanya kepada Allah saja orang-orang yang bertawakkal itu berserah diri. (Qs Ibrahim 14:12)

Tafsir Jalalain yakni bermakna ("Bagaimana bisa kami) huruf *alla* awalnya merupakan kombinasi dari *an* dan *laa* (tidak percaya kepada Allah) artinya tidak ada yang dilarang untuk melakukannya (bahkan jika dia telah menunjukkan jalan kepada kami dan kami benar-benar serius akan menunggu dengan sabar terhadap tindakan kalian kepada kami) di dalam menghadapi gangguan-gangguan yang kalian lakukan terhadap kami. (hanya orang-orang beriman berserah diri yang akan bertawakkal kepada Allah")⁸

4. Jenis-jenis Tawakal

Tawakal adalah sikap terpuji yang dimiliki oleh orang-orang yang beriman. Melalui sikap ini kehidupan orang-orang yang berserah diri akan sejahtera di dunia dan di akhirat. Dalam ajaran Islam sikap tawakal terbagi dalam tiga jenis yaitu;

- i. Tawakal bergerak pada pekerjaan yang memiliki karir dan 'illat.

⁸*Ibid*

- ii. Tawakal dalam urusan yang tidak memiliki illat.
- iii. Tawakal yang menyadari apa yang dicintai oleh Allah SWT dalam bentuk iman.

“Berusaha melampaui batas kemampuan anda dan kemudian bertawakal kepada Allah SWT.⁹ Ajaran Islam mengikuti upaya pemeluknya tetapi pada saat yang sama berserah diri kepada Allah SWT.¹⁰

Ada sebuah cerita dari zaman Nabi Muhammad SAW, seorang sahabat Nabi Muhammad SAW bertemu dengan beliau di sebuah masjid tanpa terlebih dahulu mengikat untanya. Saat itu Nabi Muhammad SAW bertanya tentang unta sahabatnya, lalu itu sahabat menjawab, “Saya beriman kepada Allah SWT.” Kemudian Nabi Muhammad SAW menghampiri sahabat tersebut dengan bersabda, “Ikat terlebih dahulu untamu kemudian setelah itu bertawakallah.”¹¹

Kemampuan manusia terbatas, sedangkan Allah SWT adalah zat yang Maha Kuasa. Oleh karena itu, memiliki ekspektasi yang berbeda dari wakil Allah SWT. “Jika anda melakukan sesuatu atas nama seseorang, maka anda telah menugaskan wakil anda itu untuk melaksanakan hal itu, artinya yang menyerahkan tidak perlu berpartisipasi lagi”.¹²

⁹Yunasril Ali, *Pilar-Pilar Tasawuf*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2005), h. 134.

¹⁰Gulam Reza Sultani, *Hati yang bersih: Kunci Ketenangan Jiwa*, (Jakarta: Zahra, 2006), h. 155.

¹¹Muhammad M. Reysyahri, *Ensiklopedia Mizanul Hikmah* (terj. Abdullah Beik dan Tolib Anis), (Jakarta: Nur Al-Huda 2013), h. 527.

¹²Muhammad Mu'inudinillah Basri, *Op.cit.* h. 16

5. Tingkatan-Tingkatan Tawakal

Tawakal memiliki tahapan yang berbeda-beda menurut derajat keimanan, keteguhan, dan pemikiran orang yang beriman:

- a) Mengenal Tuhan dan sifat-sifat atau kekuasaannya, kekayaannya, kemandiriannya, akhir dari segala sesuatu yang diketahuinya, dan alasannya munculnya secara alami. Mengenal Allah adalah langkah pertama yang bisa diinjak seorang hamba.
- b) Membangun hubungan sebab akibat.
- c) Kuatkan hati atas dasar tauhid tawakal.
- d) Sisa jiwa dan ketergantungan serta kedamaiannya kepada Tuhan. Tanda seseorang mencapai titik ini adalah dia tidak peduli dengan datang dan perginya kehidupan duniawi. Ketika dia meninggalkan hal-hal yang dia cintai dan menghadapi kehidupan duniawi yang dia benci, hatinya tidak akan gemetar atau gemetar. Karena ketergantungannya kepada Allah, ia menyingkirkan ketakutan dan harapan dalam hidup.
- e) Berbuat baik pada Allah SWT. Adapun derajat niat baik dan harapannya kepada Allah, itulah derajat keimanan kepadanya.
- f) Beri dia hatinya, berikan dia semua keluhan, bukan keberatan. Jika seorang hamba menaruh amanahnya pada amanah itu, maka amanah ini akan memberitahunya bahwa dia tidak mampu sebelum berbisnis, dan dia akan kembali tanpa

adapersekongkolan oleh Allah.

- g) Mendelegasikan kekuasaan (kasus) pada Allah (*tafwidh*). Inilah jiwa dan esensi tawakkal, yakni menyerahkan segala sesuatu kepada Allah tanpa keadaan terpaksa dan secara sadar. Orang yang mempercayakan segala sesuatu pada Allah semata-mata karena dia ingin Allah menentukan yang terbaik untuknya sebelum dan setelah kematiannya. Ia tetap ridha pada Allah, apabila yang ditentukan untuknya berbeda dengan apa yang diinginkannya. Meskipun segi ilat tidak tampak di hadapannya namun ia tahu bahwa itu lebih baik untuknya.¹³

Menurut Ibn Qayyim AlJauziyah, Tawakal ini sebenarnya adalah acara yang menggabungkan beberapa elemen yang hanya bisa sempurna untuk seluruh jaringan. Semua orang mengisyaratkan satu atau lebih dari ini. Masalah-masalah ini adalah:¹⁴

1. Tingkatan pertama yang diletakkan hamba sebagai pijakan kakinya dalam tawakal ialah mengenal Rabb lebih dari sifat-sifat-Nya, seperti kekuasaan, perlindungan, kemandirian, kembalinya segala sesuatu kepada ilmu-Nya, dan lain-lainnya.
2. Stabilitas dalam hal tauhid, tawakal seseorang belum tentu baik kecuali jika tauhidnya benar. Bahkan hakikat tawakal adalah tauhid di dalam hati. Selagi di dalam hati ada belitan-

¹³Imam Al-Ghazali, *Tawakal*, Bandung :Marja, 2019, h. 75-85

¹⁴Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Madarijus Salikin (Pendakian Menuju Allah)*, (tjm. Kathur Suhardi) (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2005) cet. VII h.190

belitan syirik, maka tawakalnya cacat dan ternoda. Seberapa jauh tauhidnya bersih, maka sejauh itu pula tawakalnya benar.

3. Bertaqwa dan bertawakal kepada Allah agar tidak ada keraguan lagi karenanya. Artinya, dia tidak peduli ketika dihadapkan dengan alasan, hatinya tidak goyah, cintahnya bisa melemah. Karena dengan bangkit dan percaya kepada Tuhan, kita bisa menguatkan hati kita dari rasa takut. Situasinya seperti seorang pria yang menghadapi begitu banyak musuh, dia tidak memiliki kekuatan untuk menghadapi mereka, dan dia melihat sebuah benteng dengan pintu terbuka.. Dan Allah mengatakan kepadanya bahwa itu seharusnya memasuki benteng dan pintunya ditutup. Dia melihat musuh muncul di . Ketakutannya terhadap musuh menghilang dalam situasi seperti itu.
4. Berbaik hati kepada Allah. Percaya pada Allah dan percaya selama yang Anda inginkan. Ini adalah bagaimana sebagian ulama menafsirkan Tawakal dengan ide-ide baik Allah.
5. Percayakan hatimu kepada Allah, kumpulkan dukungannya, dan singkirkan rintangannya. Oleh karena itu, sebagian orang mengartikan bahwa seorang hamba harus berada di tangan Allah. Anda dapat membalikkannya atas kehendak orang yang memandikannya, seperti halnya mayat di tangan orang yang memandikannya. dan resistensi.

6. Berserah adalah semangat tawakal, esensi dan dasarnya.. Itu berarti mempercayakan segalanya kepada Tuhan, tanpa tuntutan atau keputusan, tanpa kebencian atau paksaan.¹⁵

Sedangkan, Trikotomi kendali sama dengan Konsep Tawakal. Ini karena dalam Trikotomi kendali pada bagian ketiga yakni ada hal-hal yang sebagian dapat dikendalikan, sebagaimana pula dalam konsep tawakal yang memiliki arti berserah diri namun masih terdapat usaha didalamnya. Sebagai contoh ketika si A sedang mengikuti pertandingan, hal yang dapat dikendalikan oleh si A ialah berlatih semaksimal mungkin agar dapat memenangkan pertandingan tersebut. Sedangkan bentuk diluar kendalinya atau berserah dirinya yakni menang dalam pertandingan tersebut dan berdoa agar dilancarkan saat pertandingan berlangsung.

D. Mengingat Kematian dalam Islam

Perintah Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wasallam untuk mengingat mati. Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wasallam memerintahkan kita agar memperbanyak mengingat mati. Beliau Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

أَكْثَرُوا ذِكْرَ هَازِمِ اللَّذَاتِ يَعْنِي الْمَوْتَ

Artinya: “Perbanyaklah mengingat pemutus kelezatan, yaitu kematian” (HR.Tirmidzi). Maksud kata “memutus kelezatan” dalam hadis Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wasallam.

أَكْثَرُوا ذِكْرَ هَازِمِ اللَّذَاتِ فَإِنَّهُ مَا ذَكَرَهُ أَحَدٌ فِي ضَيْقٍ مِنَ الْعَيْشِ إِلَّا وَسَعَهُ عَلَيْهِ وَلَا فِي

¹⁵Ibid, h. 190

سعة إلا ضيقه عليه

Artinya : “Perbanyaklah banyak mengingat pemutus kelezatan (yaitu kematian) karena jika seseorang mengingatnya saat kehidupannya sempit, maka ia akan merasa lapang dan jika seseorang mengingatnya saat kehidupannya lapang, maka ia tidak akan tertipu dengan dunia (sehingga lalai akan akhirat).” (HR. Ibnu Hibban dan Al Baihaqi, dinyatakan hasan oleh Syaikh Al Albani)¹⁶

1. Manfaat mengingat kematian

Mengingat kematian juga memiliki beberapa manfaat, beberapa ulama menyebutkan manfaat-manfaat tersebut. Ad Daqqaq Rahimahullah menjelaskan,

من أكثر من ذكر الموت أكرم بثلاثة أشياء: تعجيل التوبة، وقناعة القلب، ونشاط العبادة. ومن نسي الموت عوقب بثلاثة أشياء: تسويف التوبة، وترك الرضى بالكفاف، والتكاسل في العبادة

Artinya : “Barangsiapa yang banyak mengingat kematian, dia akan dimuliakan dengan tiga perkara, yaitu: (1) bersegera dalam bertaubat, (2) hati yang qanaah, (3) bersemangat melakukan ibadah. Barangsiapa yang lupa mengingat kematian, dia akan dihukum dengan tiga perkara, yaitu: (1) menunda-nunda taubat, (2) tidak rida terhadap pemberian (takdir) Allah, (3) malas beribadah” (At-Tadzkirah, 1: 27).

Ada banyak manfaat untuk mengingat kematian. Oleh karena

¹⁶Kholid Hannuw, *Ahkamul Janaiz Fiqhu Tajhizul Mayyit*, , terbitan Dar Al ‘Alamiyah, cetakan pertama, 1432 H, hal. 9-13

itu, Nabi Shallallahu 'alaihi wasallam bersabda bahwa orang bijak adalah orang yang mengingat kematian dan mempersiapkan akhirat. Jika Anda ingin menyiapkan sesuatu, Anda pasti mengingatnya dengan baik.

Rasulullah Shallallahu 'alaihi wasallam bersabda,

الْكَيِّسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ، وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتْبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا ثُمَّ تَمَنَّى عَلَى اللَّهِ

Artinya : “Orang yang pandai adalah orang yang mampu mengevaluasi dan beramal (mencurahkan semua potensi) untuk kepentingan setelah mati. Sedangkan orang yang lemah ialah orang yang mengikuti hawa nafsu, kemudian berangan-angan kosong kepada Allah” (HR. Tirmidzi).

Orang yang mengingat kematian adalah orang yang pandai dan selalu penuh perhitungan. Bagaimana tidak, dia benar-benar memperhitungkan dan menyiapkan kehidupan yang kekal selamanya, dibandingkan kehidupan yang hanya sementara saja.

Syekh Al-Mubarakfuri¹⁷ menjelaskan makna “al-Kayyis” yaitu orang yang pandai dan berakal. Beliau Rahimahullah berkata,

أي العاقل المتبصر في الأمور الناظر في العواقب

Artinya: “Al-Kayyis yaitu yang berakal dan suka berpikir (merenungkan) pada suatu urusan dan suka memperhatikan akibat-akibatnya (dampak atau hasil akhir)”¹⁸

Hal ini diperkuat dengan riwayat lainnya, di mana

¹⁷Syaikh Shafiyyurrahman Al-mubarakfury, . *Sirah Nabawiyah*, Jakarta : Pustaka AL-Kautsar, 2006

¹⁸ Abdurrahman bin Abdurrahim Al Mubarakfuri, *Syaikh Abu Al Ula Muhammad Tuhfatul Ahwadzi Syarah Jami At Tirmidzi*, jilid 1, Jakarta: Pustaka Azzam, 2007, h. 108

Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam menyebutkan orang yang cerdas adalah orang yang banyak mengingat kematian. Ibnu ‘Umar Radhiyallahu ‘anhuma pernah bertanya kepada Rasulullah Shallallahu alaihi wasallam, فَأَيُّ الْمُؤْمِنِينَ أَكْبَسُ قَالَ : أَكْثَرُهُمْ لِلْمَوْتِ ذِكْرًا وَأَحْسَنُهُمْ لِمَا بَعْدَهُ اسْتِعْدَادًا وَأَوْلَيْكَ الْأَكْبَسُ

Artinya : “Lalu mukmin manakah yang paling cerdas?’ Beliau Shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda, ‘Yang paling banyak mengingat kematian dan yang paling baik dalam mempersiapkan diri untuk untuk alam berikutnya. Itulah mereka yang paling cerdas’” (HR. Ibnu Majah).

2. Hendaknya banyak mengingat kematian

Hendaknya manusia memperbanyak mengingat kematian dan langsung teringat dengan kehidupan akhirat, kemudian berusaha mempersiapkan dan tidak lalai. Mau tidak mau, individu pasti akan mengingat kematian, karena semua manusia pasti akan mati.

Allah Ta’ala berfirman,

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّقُونَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحِرَ حَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعَ الْغُرُورِ فَقَدْ فَازَ وَمَا

Artinya : “Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh dia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan” (QS. Ali ‘Imran: 185).

Tafsir Jalalain mengenai surat Ali-Imran ayat 185 yakni :. (masing-masing anda akan merasakan mati dan pahala Anda lengkap hanya pada

hari kiamat), bahwa pahala atas tindakan Anda sepenuhnya puas pada hari kiamat. Setelah itu (dia sangat beruntung jika dia bisa keluar dari api dan masuk surga), dia mencapai apa yang dia inginkan. (Hidup di dunia ini hanyalah sesuatu) Makna hidup di dunia ini (hanya kesenangan yang menipu) tidak realistis karena menghilang dengan cepat setelah kesenangan sementara.¹⁹

3. Dan anda tidak akan bisa lari dari kematian.

Allah Ta'ala berfirman,

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مَلَأِيكُمْ

Artinya : “Katakanlah, ‘Sesungguhnya kematian yang kamu lari daripadanya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu’” (QS. Al-Jumu’ah: 8). Tafsir Jalalain mengenai surat diatas yakni (Katakanlah, "Sesungguhnya kematian yang kalian lari dari padanya, sesungguhnya kematian itu) huruf *fa* pada lafal *fa-innahu* adalah huruf *zaidah* (akan menemui kalian, kemudian kalian akan dikembalikan kepada Allah Yang Maha Mengetahui yang gaib dan yang nyata) artinya mengetahui pada yang rahasia dan terang-terangan (lalu Dia beritakan kepada kalian apa yang telah kalian kerjakan.") maka Dia akan membalasnya kepada kalian.

¹⁹Imam Jalaluddin dan as-Suyuti Al-Mahalli, *Tafsir Jalalain*. Terj. Bahrn Abubakar, Bandung: Sinar Baru Alqensindo, 2007