

## BAB II

### TINJAUAN UMUM TENTANG *QANA'AH*

#### A. Definisi *Qana'ah*

Secara bahasa *qana'ah* berasal dari lafazh *al-qani'*. Dalam kamus Al-Munawwir, kata *qana'ah* merupakan *isim fa'il* yang berasal dari kata *qani'a*, *yaqna'u* yang berarti kepuasan; dan bersenang-senang. Kata *qana'ah* juga berarti rela atau ridha. Maksud dari kata rela ini adalah mencari apa yang membuat Allah ridha terhadap hamba-Nya.<sup>1</sup> Sedangkan menurut istilah *qana'ah* adalah satu akhlak mulia yaitu menerima rezeki apa adanya dan menganggap sebagai kekayaan serta menjaga status dari meminta-minta kepada orang lain.<sup>2</sup>

Kata *qana'ah* dalam Al-Quran juga diartikan dengan lafazh *ghina* yang artinya kaya. Kaya disini maksudnya kaya hati yang menjadikan seseorang merasa berkecukupan. Sebagaimana terdapat berbagai redaksi para ulama dalam mendefinisikan *qana'ah*, di antaranya Al-Qusyairiyah bin Abdullah menyatakan bahwa *qana'ah* adalah sikap puas dengan apa yang dimiliki dan kekayaan yang tidak pernah ada habisnya. Nabi SAW bersabda:

ليس الغنى عن كثرة العرض ولكن الغنى غنى النفس

*Kekayaan bukan karena memiliki banyak harta, teetapi kekayaan hakiki adalah menjadi kaya hati (HR Bukhari dan Muslim).<sup>3</sup>*

---

<sup>1</sup>Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Al-Munawwir Arab dan Indonesia*, huruf Qof, Jakarta, Pustaka Progresif, 2002, hlm. 150.

<sup>2</sup>*Ensiklopedi Islam*, Jakarta, Ikhtiar Baru Vaan Hoeve, 2005, hlm. 319.

<sup>3</sup>Muhammad ibn Ismail Abu Abdillah al-Bukhari, *Shahih Bukhari*,...hlm. 90

Maksud hadits di atas, *qana'ah* yaitu kaya jiwa. Kekayaan jiwa lebih tinggi dan lebih mulia daripada kekayaan harta. Jiwa yang kaya akan melahirkan sikap menjaga martabat dan kehormatan diri dari meminta-minta kepada orang. Sementara itu, keserakahan pada harta akan menimbulkan kehinaan terhadap diri sendiri.<sup>4</sup>

Seseorang yang tidak mampu memiliki sesuatu dan bersabar dalam ketidakmampuan tidak dapat dinamai kaya hati, karena kaya hati (*qana'ah*) baru tercapai apabila terpenuhi tiga unsur pokok: 1). Berkeinginan untuk memiliki sesuatu dan telah mampu memilikinya secara sempurna, 2). Memalingkan keinginan dan kepemilikan tersebut secara sadar, 3). Menyerahkan yang telah dimiliki itu kepada pihak lain dengan penuh kerelaan.

Abu Bakar Al-Maghribi mengatakan “orang yang berakal adalah orang yang dapat mengatur urusan dunia dengan sikap *qana'ah* dan mengatur urusan akhirat dengan ilmu serta ijtihad. *Qana'ah* adalah modal terkuat untuk menghadapi berbagai problem dalam hidup, karena dapat menumbuhkan semangat untuk mencari rezeki, menguatkan hati dan fikiran juga pantang menyerah ketika tidak berhasil atau mimpi yang diinginkan tidak menjadi kenyataan.

Orang yang *qana'ah* boleh saja mempunyai harta yang sangat banyak, tetapi kekayaan dan dunia yang dimilikinya tidak menjadi lalai dalam mengingat Allah SWT karena orang yang *qana'ah* melakukannya menjadi

---

<sup>4</sup>Syeikh Abdul Mughni, *Intisari Ajaran Syeikh Abdul Qadir Jailani*, Surabaya, Pustaka Media, hlm. 49.

ibadah yang mulia kepada Allah, sehingga tidak berani bertindak licik ketika seseorang berusaha mendapatkan rezeki, tidak berani berbohong apalagi menghalalkan segala cara karena orang yang *qana'ah* telah yakin bahwa setiap orang pasti akan mendapatkan rezeki yang dijanjikan Allah SWT.<sup>5</sup>

Menurut Amin Syukur, *qana'ah* adalah menerima hati adanya, meski hanya sedikit. *Qana'ah* disini bukanlah *qana'ah* dalam ikhtiar tetapi *qana'ah* dalam hati. Sebagai muslim perlu meyakini suatu kekuasaan yang di luar kekuatan manusia, sabar menerima syarat-syarat Ilahi dan mensyukuri nikmat Allah dan berusaha sebaik mungkin, karena Allah tidak tiba-tiba menurunkan rezeki-Nya, tetapi rezeki harus dikejar dan dicari.<sup>6</sup>

Sedangkan menurut Syekh Abdul Qadir Al-Jailani *qana'ah* adalah tindakan yang harus diterapkan, bukan teori agama yang hanya cukup dipelajari. Selain itu, ia juga mengatakan bahwa manusia tidak boleh mendambakan kekayaan, karena itu akan merusak, dan harus menjaga perilaku dengan memuaskan sesuai qadar Allah serta tidak berharap lebih dan tidak rakus dalam berdo'a.<sup>7</sup>

Pada hakikatnya *qana'ah* tidak bisa diterapkan disemua bidang. Dalam konteks pendidikan misalnya, merasa cukup disini maksudnya adalah bukan berarti menyukupkan dan sudah menyelesaikan jenjang pendidikan dari tingkat dasar sampai menengah atau perguruan tinggi. Melainkan kemampuan

---

<sup>5</sup>Abdul Qasim Abdul Karim Hawazin dan Al-Qusyairi An-Naisaburi, *Risalah Qusyairiyah Sumber Kajian Tasawuf*, Jakarta, Pustaka Amani, 1998, cet. 1, hlm. 221.

<sup>6</sup>Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi dengan Metode Tasawuf*, Jakarta, Penerbit Erlangga, 2012, hlm. 63.

<sup>7</sup>Muhammad Solikhin, *17Jalan Menggapai Mahkota Sufi Syekh Abdul Qadir Al Jailani*, Yogyakarta, Mutiara Media, 2009, hlm. 230.

diri diukur dengan penerimaan terhadap kekayaan tentang kompetensi dari kompetisi yang sedang berlangsung di era modern ini dan terus melakukan peningkatan kualitas diri melalui jenjang pendidikan formal di atasnya.<sup>8</sup>

Setiap individu dan atau keluarga memiliki cara berbeda dalam menyikapi keadaan ekonomi yang semakin sulit. Sebagian merasa harus bekerja keras dalam menjalankan pekerjaan, sehingga mendapatkan apa yang diidamkan. Namun sebagian lainnya hingga tanpa disadari terjebak ke dalam keinginan nafsu syahwat semata yang membuat jiwa gersang, karena sisi batin terlena dengan gelimang harta benda. Karenanya, spiritualitas menjadi kunci utama dalam menjaga dan menyeimbangkan hati dan akal pikiran, ditengah kehidupan modern yang bisa mendatangkan kegersangan, ke Gundahan dan kedangkalan terhadap akidah.

Dari penjelasan di atas bahwa *qana'ah* adalah orang yang menerima semua yang diberikan Allah SWT. Rasa menerima dengan rasa puas atas semua yang telah diberikan dan selalu bersyukur semua yang dimiliki tanpa mengurangi usaha (ikhtiar) dalam proses mendapatkan.

## **B. Term-term yang Semakna dengan *Qana'ah***

Menurut M Fajrul Munawir yang dikutip oleh Nurdin Zuhdi mengatakan bahwa term *qana'ah* dalam Al-Qur'an secara semantik memiliki relevansi kuat dengan term lain di antaranya yaitu term sabar, syukur, tawakkal, ridha dan zuhud. Unsur-unsur yang dikandung dalam kalimat term tersebut merupakan akumulasi dan mainstream dari pemaknaan *qana'ah* yaitu

---

<sup>8</sup>Abd Al Karim ibn Hawazin Al Qusyayri, *Risalah Sufi Al Qusyayri terjemahan dari Principles of Sufism*, Bandung, Pustaka, 1990, hlm. 161

sikap menerima apa adanya dengan mencegah dan memelihara diri dari gejolaknya nafsu.<sup>9</sup>

Sedangkan Muhammad Hasbi mengatakan bahwa *qana'ah* bukanlah masalah yang berkaitan dengan dzahir saja, tetapi juga masalah batin. Ketaatan batin memiliki derajat lebih tinggi daripada ketaatan lahiriyah karena batin adalah pergerakan dan penyebab terciptanya ketaatan lahiriyah. Jadi, orang *qana'ah* selalu disertai dengan moral material dan spiritual. Di antara akhlak lahir dan batin yang mengiringi *qana'ah* yaitu sebagai berikut:<sup>10</sup>

#### 1. Sabar

Sabar merupakan sifat yang dimiliki orang yang *qana'ah*, sifat sabar mampu menyadarkan diri akan posisi manusia sebagai makhluk yang memiliki ujian dalam hidup. Hal ini menumbuhkan tingkat keyakinan dan kesadaran diri bahwa manusia diciptakan di dunia ini memang sudah fitrahnya akan berhadapan dengan penderitaan dan kesulitan.<sup>11</sup>

Hakikat *qana'ah* hanya dapat dicapai melalui *mujahadah* (melawan) hawa nafsu dan melalui taufik Allah SWT yaitu sifat sabar. Kesabaran bukanlah sesuatu yang diterima dengan kerendahan hati tetapi kesabaran adalah prosedur yang serius yang merupakan sifat Tuhan yang Maha Agung. Kesabaran adalah menahan diri dari membawa sesuatu yang

---

<sup>9</sup>Nuridin Zuhdi, *Pasaraya Tafsir Indonesia dari kontestasi Metodologi hingga Kontekstualisasi*, Yogyakarta, Kaukaba Dipantara, 2014, hlm. 154.

<sup>10</sup>Muhammad Hasbi, *Akhlak Tasawuf*, Yogyakarta, TrustMedia Publishing, 2020, hlm. 73.

<sup>11</sup>M. Fajrul Munawwir, *Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an*, Yogyakarta, Nuansa Aksara, 2005, hlm. 69.

menyakitkan baik kehilangan orang yang disayangi atau dalam kasus yang tidak diinginkan. Selain itu, yang termasuk bentuk *mujahadah* adalah tidak mengadu kecuali hanya kepada Allah dan tidak menantikan kelapangan kecuali hanya dari Allah serta yang menguatkan sifat *qana'ah* adalah seseorang mengetahui bahwa meminta kepada manusia adalah kehinaan di dunia, siksaan dan sangat memalukan di akhirat.<sup>12</sup>

Al-Qur'an Allah telah menyebutkan perkara sabar lebih dari 90 kali. Banyak kebaikan dan derajat seseorang yang Allah kaitkan dengan kesabaran. Orang yang sabar akan mendapatkan tiga perkara, yakni: petunjuk, rahmat dan keberkahan yang sempurna. Sebagaimana Allah SWT berfirman:

أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَعْتَدُونَ

*“Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.”*<sup>13</sup>

Bagi para sufi, kesabaran diartikan sebagai kesabaran untuk menjalankan perintah Allah, menghindari segala larangan dan menerima setiap tantangan yang menghadang. Bersabarlah sambil menunggu pertolongan Tuhan dan jangan menunggu bantuan dari orang-orang.

Menurut Imam Al-Ghazali sabar terbagi menjadi dua yaitu: Pertama, kesabaran fisik adalah sabar menanggung beban yang berat. Kedua, kesabaran bukan fisik, di antaranya: *Iffah* adalah bentuk kesabaran

---

<sup>12</sup>Mahmud Muhammad Al-Khazandar, *Sifat Qana'ah dan 'Iffah*, Maktab Dakwah dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, Islamhouse.com, 2008, hlm. 3.

<sup>13</sup>QS. Al-Baqarah[2]: 157

perut dan aurat, *Zuhud* adalah bentuk kesabaran yang luar biasa. *Qana'ah* adalah bersabar dalam kemiskinan. Keberanian adalah bentuk sabar dalam peperangan dan mengendalikan keinginan adalah bentuk sabar dengan kepuasan.<sup>14</sup>

Sesuai dengan penjelasan di atas, konsep *qana'ah* telah dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah[2]: 216:

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

*“...boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”*<sup>15</sup>

Ayat ini menjadi dasar untuk selalu berserah diri kepada Tuhan sekaligus penyemangat untuk menjalani kehidupan yang seimbang, tidak memudar dalam kegembiraan yang membuat lupa dunia dan tidak kehilangan semangat ketika diliputi kesedihan. Sebab, bisa jadi sesuatu yang disukai mengandung kemudharatan. Sebaliknya, bisa jadi sesuatu yang tidak disukai, justru memiliki banyak manfaat. Ayat ini juga mengisyaratkan agar manusia selalu bersabar atas segala cobaan dan ujian yang menimpanya. Sebab Allah akan memberikan pahala kebaikan yang lebih dari cobaan yang didapatkan sebagai hasil dari kesabaran seseorang.<sup>16</sup>

## 2. Zuhud

<sup>14</sup>Mamane Kirana, *Makna Sabar*, Pustaka E-Book, Pustaka Hanan, 2012, hlm. 11.

<sup>15</sup>QS. Al-Baqarah [2]: 216

<sup>16</sup>Andriani, *Konsep Qana'ah untuk Mewujudkan Keluarga Harmonis*, Jurnal IAIN Palangkaraya, 2019, hlm. 68

Dalam ajaran Islam untuk mengatur diri dari pengaruh hidup yang duniawi adalah zuhud. Seorang yang zuhud akan memilih dan mengejar kebahagiaan akhirat daripada kehidupan duniawi. Menurut ulama sufi, kehidupan dunia dan semua isinya adalah sumber kerusakan dan kemaksiatan serta menjadi penyebab atau pemicu perbuatan dosa dan perbuatan jahat yang merugikan.<sup>17</sup>

*Qana'ah* ini menginformasikan agar orang menerima apa yang ada, dan tidak mencari apa yang tidak ada. Dalam implementasinya, *qana'ah* merupakan satu kesatuan dengan zuhud, karena manusia zuhud melihat dan meletakkan dunia di tangannya bukan di hatinya. Kata zuhud dilihat dari bahasanya berarti pergi, tidak memperhatikan. Jadi zuhud adalah sikap menghindari kesenangan duniawi dengan mencari bekal di akhirat semaksimal mungkin. Adapun tujuan zuhud adalah agar tidak tertarik oleh tipu dunia. Oleh karena itu, manusia tidak boleh bersedih jika sesuatu yang hilang darinya dan tidak sombong dengan apa adanya, karena Tuhan tidak suka terhadap orang yang sombong apalagi lalai karena dunia hanya sementara dan tempat mencari bekal sebanyak-banyaknya untuk di akhirat.<sup>18</sup>

Ibnu Khafif mengemukakan bahwa tanda-tanda zuhud adalah perasaan senang meninggalkan harta, sedangkan arti zuhud adalah hati merasa nyaman menghindarkan diri dari harta benda dan meninggalkan

---

<sup>17</sup>Rivay Siiregar, *Tasawuf*, Jakarta, Raja Gerindo Persada, 1999, hlm. 116.

<sup>18</sup>Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi dengan Metode Tasawuf*, Jakarta, Penerbit Erlangga, 2012, hlm. 59.

berbagai bentuk kehidupan. Para zuhud tidak akan mengeluh apabila kehilangan dunia dan tidak akan bangga dengan kesenangan dunia.<sup>19</sup>

### 3. Syukur

Bersyukur adalah mensyukuri nikmat yang telah Allah berikan kepada manusia dan seluruh ciptaan-Nya. Orang yang memiliki karakter *qana'ah* rasa syukur sangat penting. Ketika seseorang bersyukur kepada Allah SWT atas kekayaan yang diperoleh, hal pertama yang harus dilakukan adalah mengetahui dan menyadari bahwa semua kekayaan yang diperoleh adalah pemberian dari Allah. Upaya yang diterapkan adalah upaya sederhana bahwa tanpa bantuan dari Allah ikhtiar tidak akan menghasilkan apa yang diinginkan.<sup>20</sup>

Mengenai syukur menurut Quraish Shihab syukur dapat digolongkan menjadi tiga jenis. *Pertama*, syukur dengan hati, yaitu menyadari bahwa semua berkat datang dari Allah, dengan memuji kekuasaan Allah. *Kedua*, ucapan syukur secara lisan, artinya selalu memuji kekuasaan Allah dengan kata-kata. *Ketiga*, mensyukuri dengan cara beramal shaleh.

*Qana'ah* sangat erat dengan rasa syukur. Keduanya adalah sikap yang tidak bisa dipisahkan. Dalam penerapannya, syukur dan *qana'ah* selalu beriringan. *Qana'ah* menciptakan perasaan syukur, dan sebaliknya, rasa syukur membuahakan hati yang *qana'ah*. Syukur dapat diungkapkan dengan kata-kata, hati dan tindakan. Mengungkapkan rasa syukur dengan

---

<sup>19</sup>Abd Al Karim ibn Hawazin Al Qusyayri, *Risalah Sufi Al Qusyayri*, Bandung, Pustaka, 1990, hlm. 155.

<sup>20</sup>Muhammad Hasbi, *Akhlak Tasawuf*,... hlm. 35.

hati merupakan keinginan untuk senantiasa berbuat baik. Bersyukur dengan perbuatan berarti menggunakan karunia Allah untuk menaati segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya sedangkan bersyukur dengan lisan adalah ungkapan rasa terima kasih berupa pujian terhadap semua karunia Allah SWT.

#### 4. Ridha

Menurut Syekh Jalaluddin yang dikutip Khairunnas Rajab, ridha ialah menerima dengan ikhlas segala sesuatu pemberian dari Allah. Ridha adalah puncak cinta para sufi setelah melalui jalan *'ubudiyyah* dihadapan Allah SWT. Ridha adalah karunia kebaikan dari Allah kepada hamba-hamba-Nya dan ridha merupakan manifestasi perbuatan baik sehingga mendapatkan pahala atas kebaikan tersebut.<sup>21</sup>

Pada prinsipnya ridha adalah kehormatan terbesar bagi seorang yang sengaja terbuka untuk menerima kebahagiaan selama hidup di dunia fana' ini. Tingkatan maqam sabar setelah maqam ridha, karena pada pengertian sabar masih ada pengakuan akan adanya sesuatu yang menyebabkan rasa sakit, sedangkan pada maqam ridha, tidak ada lagi membedakan antara nikmat atau musibah semuanya diterima dengan baik, dengan rasa bahagia, mencintai apa saja yang diridhai Allah, sekalipun itu

---

<sup>21</sup>Khairunnas Rajaab, *Agama Kebahagiaan*, Yogyakarta Pustaka Pesantren, 2013, hlm. 82

musibah. Semuanya diterima sebagai rahmat, karunia, kebaikan dan berkah dari Allah SWT.<sup>22</sup>

*Qana'ah* adalah *ridha*. Artinya seseorang yang ridha dan lapang dada dalam menerima sesuatu. Namun, itu membutuhkan upaya untuk mencapai tujuan yang diinginkan atau mengubah kondisi yang ada jika itu adalah perkara yang pahit. Misalnya ridho terhadap ketetapan Allah seperti perintah untuk membayar zakat, tidak hanya berarti mengakui bahwa itu adalah aturan atuhan tetapi disertai dengan upaya untuk melaksanakannya. Demikian juga seorang yang *qana'ah* berarti ridha terhadap takdir Allah.<sup>23</sup>

## 5. Tawakkal

Tawakkal merupakan tunduk pada kehendak dan takdir Allah, dengan menyadari akan kelemahan diri dan keyakinan yang kuat kepada qudrah dan kekuasaan Allah SWT. Namun bukan berarti menyerah dan berdiam diri tanpa berusaha sedikitpun. Tawakkal yang dimaksudkan adalah sabar dan ikhlas dengan segala kehendak Allah tentunya dengan usaha yang seimbang dan doa yang maksimal.<sup>24</sup>

Tawakkal merupakan amalan hati, artinya perbuatan hati yang tidak dapat diucapkan melalui kata-kata serta dilakukan dengan perbuatan, dan bukan termasuk masalah ilmu dan pengetahuan. Percaya kepada Allah sudah menjadi keharusan bagi semua makhluk, karena Allah adalah

---

<sup>22</sup>Muhammad Hasbi, *Akhlak Tasawuf*, Yogyakarta, TrustMedia Publishing, 2020, hlm. 31.

<sup>23</sup>Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Spiritual Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*, Jakarta, Kamil Pustaka, 2014, hlm. 175.

<sup>24</sup>Yunahar Ilyas, *Kuliah Akhlak*, Yogyakarta, Lembaga Pengkajian dan Pengalaman Islam, 2005, hlm. 44.

pengatur dan pemelihara alam semesta beserta benda-benda yang ada di dalamnya, termasuk manusia, apalagi manusia itu lemah dan memiliki kemampuan terbatas. Oleh karena itu, tawakkal dimulai dengan ketekunan dan usaha maksimal.<sup>25</sup>

Menurut Ibnul Qayyim tawakkal kepada Allah, ada dua jenis: a) tawakkal kepada Tuhan ketika berusaha mencukupi segala kebutuhan dan meraih bagian dari dunia atau dalam usaha menjauhkan diri dari yang tidak diinginkan dan menghindari berbagai macam ujian di dunia. b) tawakkal kepada Tuhan ketika berusaha memperoleh segala sesuatu yang dicintai Allah dan diridhai-Nya, berupa iman, keyakinan, jihad dan menyeru kaum muslimin supaya jihad (membela agama Allah SWT).<sup>26</sup>

Sebagaimana firman Allah SWT:

وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ

جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

*Dan memberinya rezeki dari arah yang tiada disangka-sangkanya. Dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan) nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan (yang dikehendaki) Nya. Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu.<sup>27</sup>*

Orang-orang ketika beraktivitas sehari-hari tidak akan lepas dari jihad dan mencari nafkah. Oleh karena itu, tawakkal adalah semangat yang tidak pernah hilang untuk memperoleh sukses dalam hidup. Jika perjuangan

<sup>25</sup>Yunahar Ilyas, *Kuliah Akhlak*,... hlm. 45.

<sup>26</sup>Ibnul Qayyim, *Al-Fawaa'id*, hlm. 86

<sup>27</sup>QS Ath-Thalaq[65]: 3

tidak berhasil, bisa jadi karena kesalahan dalam memahami tawakkal atau tawakkal yang tidak disertai dengan sebab dan alasan yang tepat. Jadi, tawakkal merupakan sumber inspirasi dan relasi spiritual secara utuh dan sangat mendalam, sehingga memberikan semangat yang luar biasa bagi para mutawakkilin.<sup>28</sup>

### C. Syarat-Syarat *Qana'ah*

*Qana'ah* disini bukanlah sekedar berpangku tangan apalagi hanya pasrah dengan keadaan. Oleh karena itu, penulis mengutip Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an bahwa *qana'ah* tidak akan tercapai seseorang sebelum memenuhi syarat berikut:<sup>29</sup>

1. Harus ada usaha (ikhtiar) yang maksimal dan halal untuk mendapatkan rezeki.

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّن بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ

يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا هُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَّالٍ

*Bagi manusia ada malaikat yang selalu mengikutinya secara bergiliran, di depan dan di belakangnya, mereka menjaganya sesuai dengan perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah apa yang ada pada dirinya. Dan ketika Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tidak ada yang bisa menolaknya; dan tidak ada yang melindungi mereka selain Dia.<sup>30</sup>*

<sup>28</sup>Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Spiritual Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*, Jakarta, Kamil Pustaka, 2014, hlm. 231.

<sup>29</sup>Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Spiritual Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*,...hlm. 244.

<sup>30</sup>QS. Ar-Ra'd [13]: 11

Ayat di atas berbicara tentang firman Tuhan bahwa Tuhan tidak akan mengubah nasib suatu kaum jika kaum itu sendiri yang mengubah. Artinya jika seseorang menginginkan nasib baik maka harus berusaha dan ikhtiar, usaha sesuai dengan kemampuan dan harus menyadari bahwa segala takdir di dunia ini sudah ditentukan Allah.<sup>31</sup>

Ayat ini juga menekan adanya perubahan pada *nafs* seseorang dari segi apapun baik itu sesuatu yang positif menuju ridha Allah maupun sebaliknya. Perubahan-perubahan tersebut tentunya terjadi karena campur tangan Tuhan seperti kesehatan, penyakit, kekayaan, kemiskinan, persatuan, perpecahan, kemuliaan atau kehinaan, dan lain-lain.

Bentuk usaha keras yang perlu diperhatikan yakni harus ada keseimbangan antara tawakal dan ikhtiar dalam menghadapi, bukan bentuk kepasrahan total kepada Allah. Selain itu, perlunya meyakini bahwa cobaan berupa kesulitan merupakan ujian dari Allah, membangun keyakinan bahwa kesabaran yang merupakan bagian dari ujian tersebut akan membawa akibat baik bagi pelakunya di dunia dan akhirat. Sekaligus meyakini bahwa janji-janji Allah tersebut adalah benar.<sup>32</sup>

2. Keberhasilan memperoleh hasil dari usaha seseorang. Hasil yang diperoleh belum tentu sesuai dengan tujuan yang direncanakan,

---

<sup>31</sup>Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 6, Jakarta, Gema Insani, 2015, hlm. 557.

<sup>32</sup>Nurdin Zuhdi, *Pasaraya Tafsir Indonesia dari kontestasi Metodologi hingga Kontekstualisasi*, Yogyakarta, Kaukaba Dipantara, 2014, hlm. 154.

karena manusia tidak diberi wewenang oleh Allah SWT menentukan hasil usaha. Namun demikian sekiranya manusia berusaha bersungguh-sungguh maka pegang teguhlah janji Allah SWT bahwa Dia tidak akan pernah menyalakan usaha hamba-hamba-Nya dan akan membantu para penolong agama-Nya meskipun pertolongan itu terkadang datang setelah beberapa tahun. Sebagaimana Allah SWT berfirman:

وَلَيَنْصُرَنَّ اللَّهُ مَن يَنْصُرُهُ إِنَّ اللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ

*Sesungguhnya Allah akan menolong orang-orang yang menolong (agama) -Nya. Sesungguhnya Allah benar-benar Maha Kuat lagi Maha Perkasa.*<sup>33</sup>

Yang penting untuk dicatat bahwa Allah menuntut hamba-Nya untuk terus dalam proses penyempurnaan setiap usaha. Pada akhirnya, Tuhan akan menilai dan sekaligus memberikan balasan yang setimpal atas segala usaha hamba-Nya.<sup>34</sup>

3. Merasa puas dan siap untuk berbagi. Ini adalah inti dari *qana'ah*. Orang-orang dengan sifat *qana'ah* tidak fokus pada siapa yang memberi. Dalam hatinya ada keyakinan bahwa semua pemberian adalah dari Allah Yang Maha Sempurna. Keyakinan seperti ini membuat orang yang *qana'ah* akan selalu merasa tenteram dan membangkitkan rasa syukur kepada Allah SWT. Dia sangat percaya bahwa Allah akan memberikan hasil terbaik dan

---

<sup>33</sup>QS Al-Hajj[22]: 40

<sup>34</sup>Tim Penulis Mushaf Al-Qur'an, *Spiritual Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*, Jakarta, Kamil Pustaka, 2014, hlm. 173.

memberikan rezeki dari arah yang tidak terduga. Bagi orang yang bertakwa, hanya Allah saja yang dapat menghilangkan segala kesulitan yang dilalui manusia. Allah SWT berfirman:

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ

*“Barangsiapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan membukakan jalan keluar baginya. Dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya. Dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan) nya.”<sup>35</sup>*

Quraish Shihab juga menjelaskan *qana'ah* merupakan seseorang yang mempunyai rasa berkecukupan (*Ghina an-Nafs*). Rasa cukup bukan berarti menerima apa yang dimiliki, atau bersabar saat dibutuhkan dan tidak berusaha. Rasa berkecukupan dapat dicapai jika tiga unsur pokok terpenuhi: Keinginan supaya mendapatkan sesuatu dan dapat memilikinya dengan sempurna, kemudian menyadari bahwa sesuatu yang dimiliki terdapat hak orang lain dan memberinya dengan penuh keikhlasan.<sup>36</sup>

#### **D...Ciri-Ciri *Qana'ah***

Ciri-ciri *qana'ah* yang dijelaskan dalam Al-Qur'an adalah orang-orang beriman yang menjalani kehidupan dengan baik, mengerjakan amal shaleh, mempunyai hati yang tenang, hidup dengan damai, memiliki jiwa yang puas, dan tidak takut dengan pengaturan rezeki, dan mensyukuri nikmat Allah, sebagaimana sifat-sifat ini disebutkan dalam firman Allah:

<sup>35</sup>QS. Ath-Thalaq [65]: 2-3

<sup>36</sup>Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Jakarta, Lentera Hati, 2002, jilid. 12, hlm. 392

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

*Barangsiapa yang mengerjakan amal sholeh, baik laki-laki atau perempuan dengan keadaan beriman, pasti Kami akan memberinya kehidupan yang baik dan Kami akan memberi balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.*<sup>37</sup>

Ayat ini menjelaskan tentang kehidupan yang baik yang akan diberikan Allah kepada orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal sholeh baik perempuan maupun laki-laki. Menurut tafsir Ibnu Katsiir, kehidupan yang baik adalah ketenangan pikiran, tidak peduli dari mana gangguan itu berasal. Ditegaskan oleh ‘Ali bin Abi Thalib, hidup yang baik, rasa tenang dan sabar menerima semua yang diberikan Allah serta tidak merasa resah.<sup>38</sup>

Hubungan antara amal sholeh dengan iman menjadikan motivasi pelaku amal sholeh untuk melakukan aktivitasnya tanpa mengandalkan pembalasan dan membekali semangat berjuang dan amal terbaik. Setiap kali bertambah ilmu bertambah pula amalnya dan setiap amal yang tidak dibarengi dengan iman maka dampaknya hanya sementara. Artinya jika kehidupan akhirat lebih diutamakan, maka urusan dunia akan menjadi baik dan menyenangkan.<sup>39</sup>

Ditegaskan pula oleh Quraish Shihab bahwa hidup yang baik bukan berarti hidup kemewahan yang belum teruji, melainkan hidup yang

<sup>37</sup>QS. An-Nahl [16]: 97

<sup>38</sup>Hamka, *Tafsir Al azhar*, Jakarta, Gema Insani, 2015, Jilid 5, hlm. 777

<sup>39</sup>Syekh ‘Abdul Mugni, *Intisari Ajaran Syeikh ‘Abdul Qadir Jailani*, Surabaya, Pustaka Media, tt, hlm.41

penyempitan, penuh dengan kelegaan, kerelaan dan kemauan untuk sabar menerima cobaan dan mensyukuri nikmat Allah SWT. Sehingga, orang yang *qana'ah* tidak akan merasa ketakutan atau kesedihan yang berlebihan karena selalu sadar bahwa pilihan yang terbaik adalah pilihan dari Allah SWT.<sup>40</sup>

Selain itu, 'Ali bin Abi Tholib ra, mengatakan tentang "*kehidupan yang baik adalah dengan qana'ah (merasa cukup)*". "*Kehidupan yang baik*" adalah apabila seseorang dapat berbuat kebaikan bukan karena orang lain, tetapi karena dorongan iman. Term iman disini dapat dipahami dengan ikhlas karena Allah SWT. Dengan kata lain, ketika motifnya karena Allah, maka tidak akan ada yang merasa keberatan dan tidak kecewa apabila yang diharapkan tidak sesuai dengan yang diinginkan atau apa yang diperoleh tidak sama bahkan lebih banyak punya orang lain.<sup>41</sup>

Selain itu, ciri-ciri *qana'ah* adalah tidak iri dengan harta orang lain dan memiliki angan-angan yang bagus.

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا اكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا اكْتَسَبْنَ

وَاسْأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا

*Dan janganlah kamu iri terhadap apa yang Allah berikan kepada sebagian kamu lebih dari sebagian yang lain. (Karena) bagi laki-laki ada bagian dari apa yang mereka usahakan, dan bagi perempuan (bahkan) ada bagian dari apa yang mereka usahakan,*

<sup>40</sup>Muhammad Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Jakarta, Lentera Hati, jilid 7, 2002, hlm. 446

<sup>41</sup>Tim Penulis Mushaf Al-Qur'an, *Spiritual Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*, Jakarta, Kamil Pustaka, 2014, hlm. 172

*dan mintalah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.*<sup>42</sup>

Kata *la tatamannau* berasal dari kata *tamaniy* artinya berangan-angan atau berkhayal memikirkan kekayaan orang lain. Berangan-angan adalah memikirkan sesuatu yang sulit dicapai. Jadi, hasil dari angan-angan yang demikian adalah munculnya dengki dan iri hati kepada orang yang mendapat kelebihan rezeki.<sup>43</sup>

Ayat di atas melarang berangan-angan dan keinginan yang menyalahi aturan Allah, serta larangan serakah terhadap apa yang telah diberikan Allah seperti harta, pembagian waris, harta yatim, jabatan, identitas dan lain-lain yang kualitasnya lebih baik atau kuantitasnya lebih besar dari yang diberikan Allah SWT. Berangan-angan adalah sikap terus-menerus mengejar dunia dan tidak peduli terhadap akhirat.<sup>44</sup>

Selanjutnya ayat ini menerangkan bahwa perempuan atau laki-laki mempunyai bagian masing-masing sesuai dengan usaha dan kemampuannya. Dengan demikian,, Allah melarang dengki terhadap orang lain yang menerima lebih banyak rezeki dari Allah SWT. Namun, selain usaha juga pentingnya memohon kepada Tuhan supaya Allah juga menambahkan karunia-Nya kepadanya.

Selanjutnya ciri-ciri *qana'ah* ialah menghilangkan rasa tamak dan rakus, tidak gampang meminta-minta dan tidak berkeluh kesah mengadakan nasib kepada sesama. Orang yang *qana'ah* memiliki

---

<sup>42</sup>QS. An-Nisa [4]: 32

<sup>43</sup>Hamka, *Tafsir Al azhar*, Jilid 2, Jakarta, Gema Insani, 2015. 495

<sup>44</sup>Amin Abdullah Asy-Syaqawi, *Mari Beriman Sejenak*, Jakarta, Perisai Quran, 2011, hlm.

semangat yang tinggi untuk berusaha dan memiliki sifat dermawan serta lebih mengutamakan orang lain. Inilah sikap orang Anshar dalam menerima dan membantu orang Muhajirin yang miskin.<sup>45</sup> Sebagaimana firman Allah SWT:

وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا

وَيُؤْتُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

*Dan orang-orang (Anshar) telah menduduki kota Madinah dan beriman sebelum (kedatangan) mereka (Muhajirin), mereka mencintai orang yang berhijrah ke tempat mereka. Dan mereka tidak menginginkan dalam hati mereka terhadap apa yang diberikan kepada mereka (Muhajirin); dan mereka lebih mengutamakan (Muhajirin), atas dirinya sendiri, meskipun mereka juga membutuhkan. Dan mereka yang dijaga dirinya dari sifat serakah, mereka adalah orang-orang yang beruntung.<sup>46</sup>*

Cinta dunia dapat menyebabkan orang mengabaikan ketaatan kepada Allah. Hal ini menunjukkan betapa rakusnya orang terhadap dunia karena tidak puas dan nafsu dalam mengumpulkan kekayaan.

### **E. Kemuliaan Orang Yang *Qana'ah***

Yang dimaksud *qana'ah* adalah sikap seseorang yang melakukan kebaikan untuk akhirat. Seseorang yang mengutamakan urusan akhirat daripada urusan dunia, maka mendapat dua kebahagiaan dan semua urusan dunia akan menjadi baik-baik saja. Seseorang yang ingin menggapai

<sup>45</sup>Tim Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, ... hlm.

<sup>46</sup>QS. Al-Hasyr [59]: 9

kebahagiaan hidup harus disertai dengan amal shalih dan kemurnian tauhid.

Hal ini berdasarkan sabda Nabi SAW yang artinya:

*Barangsiapa kehidupan dunia menjadi tujuan utamanya, maka Allah akan cerai beraikan urusannya, dan Allah terus membuat kemiskinannya berada tepat di depan matanya, dan dunia tidak juga mendatangnya kecuali yang telah Allah tetapkan saja. Dan barangsiapa yang kehidupan akhirat menjadi prioritas utamanya maka Allah akan menyatukan seluruh urusannya dan Allah akan memberikan kecukupan di dalam hatinya, dan di dunia tetap akan mendatangnya dalam keadaan hina. (HR Tirmidzi No. 2465).<sup>47</sup>*

Kebanyakan manusia tidak tahu bahwa hidup yang kekal adalah kehidupan di masa depan dan di sanalah terdapat berkah yang sesungguhnya, maka sebaiknya manusia yang telah diliputi gemerlapnya dunia, maka hendaknya ia mengetahui bahwa hidup ini hanya sementara. Rasulullah SAW mengumpamakan kehidupan dunia bagaikan berjalan di hari panas, lalu berhenti sejenak sekadar beristirahat, dan tidak lama lagi tempat itu akan ditinggalkan. Apabila menginginkan kaya seharusnya puas dengan apa yang sudah dimiliki, jangan rakus akan kekayaan apalagi merampas hak orang lain.<sup>48</sup>

Hakikatnya kehidupan manusia di dunia ini supaya beribadah kepada Allah. Bekerja adalah amal ibadah. Oleh karena itu, Allah menyuruh berikhtiar, bekerja dengan tekun dan sungguh-sungguh mencari ridha Allah.

---

<sup>47</sup>Muhammad Bin Isa Bin Surah At-Tirmidzi, *Sunan at-Tirmidzi* (Hadis No. 2465), Riyadh, Maktabah al-Ma'aarif Linnasyri Watta'uzi', Cet. Ke-2, 2008H/1429M

<sup>48</sup>Muhammad Husni Mubarak, *Qana'ah Sebagai Cara Mencegah Perilaku Hedonisme (perspektif Hamka)*, Semarang, UIN Walisongo, hlm. 33.

Sulaiman ad Darani berkata, “*Qana’ah* adalah bagian dari ridha, dan wara’ adalah bagian dari zuhud.”<sup>49</sup>

*Qana’ah* adalah orang yang merasa cukup dengan hartanya baik lebih maupun kurang. Nabi Muhammad SAW mengajarkan kepada umatnya bagaimana berperilaku dengan harta, yaitu dengan berperilaku *qana’ah*. Sikap *qana’ah* harus dimiliki oleh siapa saja baik orang kaya maupun miskin. Wujud *qana’ah* adalah merasa cukup dengan karunia Allah, tidak menghalalkan segala cara demi mendapatkan harta benda yang melimpah dan tidak serakah serta tidak iri melihat harta orang lain.

Kemuliaan *qana’ah* dijelaskan dalam Al-Qur’an adalah orang yang *abrar* (berbuat baik) yaitu orang menunaikan nazarnya, memberikan makan kepada yatim, orang miskin, dan tahanan. Keikhlasan orang *abrar* adalah perbuatan baik yang hanya mengharapkan ridha Allah, tidak mengharapkan imbalan apapun. Jiwa ikhlas dan obsesi *qana’ah* yang dimiliki luar biasa, terkadang seseorang harus menahan lapar, sabar dan tabah dari godaan nafsu, sehingga orang tersebut mulia di hadapan Allah. Seseorang yang dilindungi Allah dari kesulitan dan memberikan kebahagiaan. Allah juga mengganjar kesabaran dengan surga dan jubah sutra.<sup>50</sup>

Allah SWT berfirman:

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

<sup>49</sup>Imam Qurthubi, ditahqiq oleh Mas’ad Abdul Hamid Muhammad As-Sa’dani, *Raih Kebahagiaan dengan Qana’ah*, Yogyakarta, Uswah, 2009, hlm. 47.

<sup>50</sup>Tim Penulis Mushaf Al-Qur’an, *Spiritual Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur’an Tematik)*, Jakarta, Kamil Pustaka, 2014, hlm. 474-477.

*Dan (bagi) orang-orang yang berjihad di jalan Kami, pasti Kami tunjukkan Kepada mereka jalan Kami. Dan sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang berbuat baik.<sup>51</sup>*

Dalam ayat di atas, Allah telah menghubungkan antara jihad dan hidayah. Maka manusia paling sempurna adalah orang yang *qana'ah* karena yang paling besar jihadnya. Allah SWT telah mewajibkan jihad, yakni menghindari godaan dunia, melawan hawa nafsu, dan gangguan setan. Barangsiapa yang berjihad karena Allah, Dia akan membimbing dan menunjuki jalan yang diridhai-Nya serta membawanya ke surga.<sup>52</sup>

---

<sup>51</sup>QS. Al-Ankabut[29]: 69

<sup>52</sup>Ibnul Qayyim, Al-Fawaaid, hlm. 59

