

## **Lebih Baik Terlihat Bahagia Oleh: Uswatun Hasanah**

Dalam hidup tidak akan pernah lepas dari suka dan duka. Sedih dan gembira. keberuntungan dan kemalangan. Sebagian manusia terlihat bahagia hanya karena mampu menutupi dukanya bukan karena ia tidak punya luka. Hal ini disebabkan bukan karena sifat munafik tetapi karena rasa syukur dan sabar yang tertanam kuat di dalam hatinya. Sehingga yang terlihat di matanya hanya nikmat Allah yang lebih pantas untuk disyukurinya. Karena pastinya nikmat Allah lebih banyak apabila dibandingkan dengan nestapa yang mungkin sedang dihadapi. Jangan pernah berpikir bahwa kita orang yang terberat dalam cobaan. Menganggap permasalahan yang dihadapi adalah problematika terberat sejagat raya. *Hakikat cobaan ialah sesuai batas kemampuan seseorang (Q.S.2: 286).*

Dari Mus'ab bin Sa'ad berkata bahwa ia bertanya kepada Rasulullah tentang siapa yang paling berat ujiannya dalam hidup. Rasul bersabda: *para nabi dan rasul, kemudian yang semisal itu kemudian yang semisal itu. Seseorang diberi ujian sesuai kadar ukuran keagamaannya. Jika keagamaannya tebal maka ujiannya pun berat dan jika keagamaan seseorang tipis maka ujiannya pun sesuai kadar keagamaannya. Tidak henti-hentinya ujian itu ada pada seorang hamba Allah hingga ujian itu membiarkannya berjalan di atas bumi dengan tanpa beban, dosa dan kekeliruan (H.R Tirmidzi, 2/64).* Bersyukur dalam semua keadaan karena sedih dan gembira di alam dunia hanyalah sementara. Akan berakhir paling lama saat datangnya kematian atau ketika datangnya hari kiamat. Pada alam berikutnya manusia akan mendapatkan kekekalan dalam bahagia karena bertaqwa atau sengsara yang abadi karena banyak berbuat dosa di dunia.

Dua buah kisah lama berikut, yang mungkin sudah sering dibaca dan dikutip tetapi tidak melahirkan kebosanan meskipun telah dibaca berulang-ulang. Kisah yang sarat dengan hikmah, memberikan inspirasi dan motivasi dalam menghadapi beratnya ujian kehidupan. Pertama kisah tentang insiden yang terjadi belasan tahun silam di China, yaitu ketika sebuah truk besar tergelincir saat melintasi jalan layang. Kepala truk menerobos pembatas jalan dan nyaris menyebabkan kendaraan berat tersebut terjun bebas ke jurang. Kepala truk sudah menjuntai di bibir jurang, namun karena muatan yang dibawanya cukup berat, justru menjadi sebab truk itu selamat. Beban berat yang dipikulnya ternyata menahan badan truk sehingga tidak terjatuh.

Kisah kedua tentang seorang lelaki dari India dan temannya yang sedang mendaki gunung Himalaya. Mereka berdua dalam perjalanan turun dari gunung dan berjuang melawan suhu dingin yang sangat ekstrem. Di tengah perjalanan, mereka menjumpai seorang pendaki lain yang kakinya terjepit di antara bebatuan. Lelaki tersebut memutuskan untuk menolong, sementara temannya memilih untuk terus berjalan menyelamatkan diri sendiri. Tubuh orang yang tidak berdaya dipikul di atas punggung sang lelaki. Dengan langkah tertatih keduanya melanjutkan perjalanan. Saat merasa lelah sesekali mereka beristirahat hingga tenaganya pulih kembali. Meski penuh perjuangan, akhirnya mereka berdua tiba di kaki gunung dengan selamat. Namun aneh justru temannya yang sudah berjalan jauh di depan tanpa beban dipunggungnya, belum sampai. Padahal seharusnya ia sudah tiba lebih dulu. Hingga beberapa jam kemudian, tim SAR memberi kabar bahwa temannya sudah mati membeku di tengah perjalanan. Tubuhnya tak sanggup melawan cuaca dingin yang menusuk tulang. Tersadarlah si lelaki bahwa beban berat yang dipikulnya telah membuat mereka berdua selamat. Tubuh yang berkeringat karena memikul beban menjadikannya tidak membeku. Ditambah lagi punggung mereka yang saling bersentuhan mampu menjaga suhu tubuh keduanya.

Setiap manusia pasti memiliki masalah di dalam hidupnya. Persoalan yang dihadapi tentu saja tidak sama. Berbagai hal bisa jadi pemicunya seperti persoalan ekonomi, sosial, pendidikan dan moral. Meskipun manusia menyamakan faktor penyebab bahagia seperti

adanya harta yang berlimpah, bisnis yang sukses, teman yang baik dan keluarga yang mendukung, namun kebahagiaan secara hakikat tidak dapat diukur dengan berbagai kenikmatan duniawi tersebut. Ada orang yang berduka karena tidak memiliki harta benda, tetapi tidak sedikit orang yang terluka justru karena memiliki harta benda yang berlimpah. Dalam pandangan Allah bahagia tidaklah sama antara satu orang hamba dengan lainnya. Keterbatasan yang diberikan Allah pada seseorang bisa jadi adalah bahagia untuknya karena Allah telah menjaganya dari peluang yang lebih banyak untuk melakukan kemaksiatan. Allah Maha Kuasa lagi Maha Penyayang memiliki kekuasaan tidak terbatas untuk memberikan kemaslahatan bagi hamba-Nya. *Allah juga Maha Mengetahui yang terbaik bagi seorang hamba, sedangkan manusia tidak memiliki pengetahuan melainkan hanya sedikit* (Q.S.17: 85).

Manusia tidak diperkenankan hanya diam berpangku tangan apalagi menganggap persoalan sebagai beban yang memberatkan hidup. Hal pertama yang harus dilakukan adalah berpikir positif. Firman Allah "*Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu*" (Q.S. 2: 216). Kebanyakan dari perbuatan baik tidak disukai oleh jiwa manusia karena terdapat banyak rintangan untuk mewujudkannya. Sementara pada perbuatan buruk digandrungi oleh manusia karena dikelilingi oleh nikmat yang menyenangkan nafsu. Terlebih lagi apabila berhadapan dengan sebuah problem, tidak ada satupun yang menginginkan kedatangannya. Namun yang terbaik bagi seorang hamba adalah bersyukur dan sabar atas segala ketentuan yang diberikan Allah kepadanya. Karena bahagia adalah sebuah sugesti. Jika sugesti bersifat positif maka akan membuat perasaan bahagia. Sebaliknya jika sugesti bersifat negatif maka perasaan tidak bahagia yang akan dirasakan. Sekaya atau sesukses apapun seseorang jika tidak bersyukur maka tidak akan pernah merasa puas dan bahagia. Bersyukur kepada Allah dan meyakini bahwa kebaikan ada pada apa yang telah ditakdirkan oleh Allah untuknya. Hal ini merupakan hakikat bahagia dan pertanda adanya iman dalam diri seseorang. Rasulullah saw bersabda: "*Sungguh menakjubkan keadaan urusan orang yang beriman. Sungguh semua urusannya adalah terbaik. Hal itu tidak terjadi bagi siapapun, selain bagi orang yang beriman. Jika mendapatkan kebaikan (kenikmatan), diapun bersyukur dan syukur itu terbaik baginya. Jika tertimpa kesulitan (penderitaan), diapun bersabar dan sabar itu terbaik baginya*". (HR. Muslim). Tidak menganggap masalah sebagai beban, berprasangka baik bahwa Tuhan ingin menjadikan hamba-Nya menjadi lebih baik.

Hal kedua yang harus menjadi perhatian ketika berhadapan dengan permasalahan adalah mencari akar masalah. Karena dengan aturan yang diberlakukan Allah pada semesta bahwa semua kejadian di alam dunia akan didahului dengan adanya sebab dan kemudian melahirkan akibat. Temukan apa yang menjadi sebab baru kemudian fokus untuk mencari solusi. Perlu menjadi perhatian bahwa tidak hanya hal besar yang bisa menjadi pemicu persoalan tetapi hal-hal yang dianggap kecil dan tidak terduga terkadang merupakan sebab utama timbulnya masalah. Seperti terjadinya kebakaran yang menyebabkan kehilangan ratusan rumah, kehilangan nyawa dan kerugian harta benda adalah disebabkan oleh obat nyamuk bakar atau kabel listrik yang konslet. Bisa jadi kecelakaan yang terjadi di jalan raya akibat tidak adanya keridhaan keluarga saat meminta izin untuk melakukan perjalanan. Terpenting adalah senantiasa berserah diri kepada Allah. Jalani semua aturan yang telah ditetapkan-Nya dan tidak lupa untuk memperhatikan hubungan sosial dengan manusia dan berbuat baik terhadap semesta. Tidak berbuat dzalim dan aniaya menghormati yang lebih tua serta menyayangi yang lebih muda. Tidak menutup kemungkinan, salah satu dari doa tulus mereka dikabulkan oleh Sang Pencipta, sehingga mendatangkan mudharat atau memberi manfaat kepada diri kita.

Selain bisa jadi penyebab timbulnya masalah, pergaulan sosial juga bisa memberi solusi. Sikap sosial memecahkan problematika sosial. Bukankah tidak sedikit dari hadis Rasulullah memberikan perintah bersedekah untuk menghindari datangnya musibah? *Perbuatan-perbuatan baik akan melindungi dari berbagai keburukan dan sedekah yang*

*dilakukan sembunyi-sembunyi akan menghindarkan diri dari siksa Tuhan (H.R al-Thabrani).* Dengan jalan bercerita dan berdiskusi kepada orang lain akan ada jawaban yang mungkin tidak mampu untuk dilahirkan saat berpikir sendiri. Beratnya problem juga dapat dikurangi dengan jalan bercerita kepada orang yang dipercaya. Berbagi dan berdiskusi dengan sahabat dimaksudkan untuk mencari jalan keluar dan meringankan beban. Tidak dengan cara menyesali, mencaci apalagi mempublikasikan kepada orang banyak atau pihak yang tidak memberikan manfaat apapun. Selektif dalam memilih kawan diskusi. Lebih baik terlihat bahagia di masyarakat luas daripada menjadi bahan gunjingan, karena problem yang diumbar secara tidak tepat akan menjadi aib yang akan bisa memudharatkan diri sendiri dan lingkungan sekitar.

Dua kisah di awal cukup memberi bukti bahwa terkadang beban berat yang telah berhasil menyelamatkan hidup manusia. Penting untuk menjadi catatan ketika problem terasa begitu berat dan seolah tidak berkesudahan bahwa Allah telah memilih kita menjadi jalan untuk memberikan kebahagiaan bagi orang lain. Jalan menuju keridhaan Allah sama banyaknya dengan makhluk yang Dia ciptakan. Namun jalan yang paling pendek dan mudah adalah dengan cara membantu orang lain. *Allah senantiasa menolong hamba-Nya selama ia menolong saudaranya (HR. Muslim).* *Siapa yang bisa membantu hajat saudaranya maka Allah akan senantiasa menolongnya dalam hajatnya (HR. al-Bukhariy, Muslim).* *Manusia yang paling dicintai adalah yang paling memberikan manfaat. Amalan yang paling dicintai Allah adalah membuat muslim yang lain bahagia, mengangkat kesusahan bagi orang lain, membayarkan utangnya atau menghilangkan rasa lapar (HR. al-Thabrani, 13280).*

Lebih baik terlihat bahagia, karena akan banyak manfaat yang bisa dilahirkannya. Selain menunjukkan rasa syukur pada Allah juga menjadi doa dan motivasi yang disaksikan oleh lingkungan masyarakat sekitar. Masalah dan beban hidup tidak akan mungkin dapat dihindari. Karena semua adalah proses yang harus dijalani dalam kehidupan dunia. Selagi hayat di kandung badan, selama itu pula akan terus ada problematika hidup. Langkah terbaik dalam menghadapi problematika adalah dengan menjadikannya pelajaran, menikmati sebagai proses untuk menjadi lebih baik dan mensyukuri sebagai pemberian Allah. Optimis untuk melakukan hal terbaik dalam hidup. Berusaha dengan sungguh-sungguh adalah hak dan kewajiban manusia. Apapun yang akan terjadi setelah usaha pastinya merupakan hal terbaik yang diberikan Allah bagi hamba. Nikmati dan syukuri hasil dari sebuah usaha maksimal, sebagai ketentuan Allah karena hanya soal waktu, dunia akan segera berlalu.