

***Tathma'in Al-Qulub* dalam Perspektif Al-Qur'an**

Mauliana

Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh

Email: mauliana_hannah@yahoo.co.id

Abstract: Various discussions are contained in the Qur'an, one of which is about the heart which is discussed in various aspects, including *tathma'in al-qulub*. *Tathma'in al-qulub* is a feeling of calm or a state of calm that is felt or comes from within the heart or heart. However, the understanding of peace of mind possessed by modern humans who are hedonists interprets it as stable or constant in the state of worldly (material) life or increasing dignity in the world. So the author wants to examine the views of the Qur'an about *tathma'in al-qulub* by looking at the context of the verses as well as the indicators and wisdom in the Qur'an. The method used in this study is the *maudhu'i* (thematic) method with a Sufism approach. This is done by collecting library data and using descriptive analysis techniques on the library materials. Based on the results of the study, the authors classify the verses of the Qur'an that talk about *tathma'in al-qulub* in four contexts of discussion, namely faith, aid in war, concealment of faith, and the commandment of remembrance. In addition, there are five basic indicators as a benchmark for *tathma'in al-qulub* namely repentance, faith and good deeds, piety, *tawakkal*, and patience. All of these things indicate the faith of a believer who believes and always maintains faith and continues to increase his faith so that he is able to achieve *tathma'in al-qulub*.

Keywords: *Al-Qulub, Zikir, Al-Qur'an*

Abstrak: Beragam pembahasan terdapat dalam al-Qur'an, salah satunya tentang qalbu yang dibahas dalam berbagai aspek, di antaranya *tathma'in al-qulub*. *Tathma'in al-qulub* adalah suatu perasaan tenang atau keadaan tenang yang dirasakan atau berasal dari dalam hati atau qalbu. Namun, pemahaman tentang ketenangan hati yang dimiliki oleh manusia masa modern yang hedonis memaknainya dengan stabil atau tetapnya keadaan kehidupan duniawi (materi) atau meningkatnya martabat di dunia. Sehingga penulis ingin mengkaji pandangan al-Qur'an tentang *tathma'in al-qulub* dengan melihat konteks ayat-ayat serta indikator dan hikmahnya dalam al-Qur'an. Metode yang digunakan pada kajian ini adalah metode *maudhu'i* (tematik) dengan pendekatan tasawuf. Dilakukan dengan mengumpulkan data kepustakaan dan menggunakan teknik *analisis deskriptif* terhadap material perpustakaan tersebut. Berdasarkan hasil penelitian, penulis mengelompokkan ayat-ayat al-Qur'an yang berbicara tentang *tathma'in al-qulub* dalam empat konteks pembahasan, yaitu keimanan, bantuan dalam peperangan, penyembunyian keimanan, dan perintah zikir. Selain itu, terdapat lima indikator dasar sebagai tolak ukur *tathma'in al-qulub* yakni taubat, beriman dan beramal saleh, takwa, *tawakkal*, dan sabar. Semua hal tersebut mengindikasikan keimanan seorang mukmin yang beriman dan senantiasa menjaga keimanan serta terus meningkatkan keimanannya sehingga mampu mencapai *tathma'in al-qulub*.

Kata Kunci: *Al-Qulub, Zikir, Al-Qur'an*

Pendahuluan

Kata Al-Qur'an merupakan kitab suci sebagai petunjuk serta tuntunan hingga akhir zaman, diturunkan ke dalam hati seorang manusia yang sangat suci lagi bersih hatinya yakni Nabi Muhammad Saw.¹ Hati menjadi simbol tinggi atau rendahnya derajat manusia. Sebagaimana dalam QS. al-'Araf/7: 179:

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَهُمْ أَدَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْعَافِلُونَ

“Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai”.

Pada ayat di atas, sangat jelas digambarkan bagaimana posisi hati yang mempunyai peran besar bagi manusia. Hati atau qalbu secara umum dapat dibagi kepada dua pengertian. *Pertama*, secara fisik hati memiliki arti daging pada sebelah kiri dada. *Kedua*, hati dengan arti sesuatu yang halus, *rabbaniyyah* (ketuhanan), dan *ruhaniyyah* (kerohanian). Hati yang halus merupakan hakikat manusia yang mengenal, mengerti, dan mengetahui manusia, ia juga yang diajak bicara oleh manusia sendiri. Hati yang halus memiliki arti sesuatu yang mempunyai kaitan dengan hati yang jasmani dan akal. Kaitan antara hati yang jasmani ialah kaitan dengan perangai atau tindakan-tindakan yang terpuji dengan tingkah laku melalui tubuh seorang manusia.²

Al-Qur'an banyak menyebutkan tentang hati dalam berbagai konteks, tentang ketenangan hati seperti dalam QS. al-Ra'd/13: 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka akan menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tentram.”

Namun, kebanyakan manusia modern yang sekular dan hedonis, mereka menempatkan ruh dan jasad sebagai sesuatu yang logis saja. Sehingga terjadi krisis spiritualitas yang mengakibatkan hal-hal negatif marak terjadi. Mereka beranggapan bahwa ketenangan serta ketentraman ditentukan oleh kesuksesan seseorang dalam

¹Nur Faizin Muhith, *Menyelami Ayat-ayat Hati* (Solo: Ziyad Visi Media, 2007), 21

²Imam Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, terj. Moh. Zuhri (Semarang: Asy-Syifa, 1991), IV: 582. Selanjutnya ditulis al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*.

mendapatkan pekerjaan atau jabatan tinggi. Serta masih banyak lagi bentuk angan-angan serta harapan keduniaan yang sering menjadi tujuan pokok manusia pada generasi zaman ini.³

Pengertian *Tathma'in al-Qulub*

a. *Thamana*

Kata *tathma'in* berasal dari *طمن* (*fi'il*). Namun, terdapat beberapa perubahan kata sebelum menjadi *تطمئن*. Dalam kamus *al-Munjid* disebutkan beberapa perubahan dari kata dasarnya, *طَمَأَنَّ* (merupakan *fi'il* yang *masdarnya* *طُمَأْنَيْتُهُ*), arti secara lahir adalah membungkukkan punggung. *تَطَأَمَنَّ*, rendah atau tunduk yakni tunduk kepada-Nya sehingga tenang dan aman. Kemudian, *fi'il* *إِطْمَأَنَّ* (سكن و امن له) yang menjadi *يَطْمِئُنُّ* dalam *fi'il mudhari'*, *masdarnya* *إِطْمَأْنَنٌ*, kedamaian dan ketenangan, kemudian *مطمئن* sebagai *maf'ul*, berarti rendah sebagaimana tanah yang lembah atau yang tenang, tentram, dan damai hatinya.⁴

Dalam *Lisan al-'Arab*, dijelaskan bahwa kata *tathma'in* berasal dari kata *طمن* atau *طامن* yang mendapat huruf *ziyadah* berupa huruf *hamzah* menjadi kata *إطمأن* yang mempunyai arti menenangkan atau mendiamkan sesuatu. Namun, apabila disandarkan pada kata *qalbu* artinya tenang (*سكنة*) atau sesuatu yang membawa kepada *طمأنينة*, dan jika disandarkan kepada suatu tempat atau ruang artinya berdiam diri.⁵

Sebagaimana dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, tenang adalah kelihatan diam, tidak bergerak-gerak, tidak resah, tidak gelisah, tidak rusuh, tidak kacau, tidak ribut, aman dan tentram. Ketenangan adalah hal atau keadaan tenang, keamanan hati, batin dan pikiran. Tentram memiliki makna aman, tidak rusuh, tidak dalam kekacauan atau dalam keadaan kacau; tenang, tidak gelisah hati dan pikirannya. Damai adalah riuh rendah; tidak ada perang; tidak ada kerusuhan; tentram; tenang; keadaan tidak bermusuhan; rukun.⁶

Hadarah Rajab mengatakan bahwa *qalbu* akan tenang bila keinginan rendahnya yang sering timbul karena mengikuti hawa nafsu menjadi lunak, tunduk, dan merendah

³Abd al-'Aziz bin Abdullah al-Husainy, *Limadza al-Khauf min al-Mustaqbal*, terj. Anis Maftukhin (Jakarta: Qisthi Press, 2004), 8

⁴Atabik Ali dan Ahmad Zuhdi Muhdlor, *Kamus Kontemporer Arab Indonesia*, 1238

⁵Ibnu Manzbur, *Lisan al-'Arab* (Beirut: Dar al-Fikr, 1990), XIII: 268

⁶Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia (Edisi Baru)*, cet. VI (Jakarta: Media Pustaka Phoenix, 2012), 170

kepada Allah. Maka hilanglah dari manusia sikap bangga dan sombong. Ketika suasana qalbu positif, maka seluruh anggota tubuh, bahkan suasananya akan ikut khusyu'. Orang yang qalbunya khusyu' kepada Allah adalah hamba yang api syahwatnya telah padam dan kabut asapnya telah menipis dari dalam dada, sehingga dadanya menjadi tenang. Maka bersinarlah cahaya keagungan yang mengakibatkan lumpuhnya keinginan duniawi disebabkan oleh rasa takut dan segan. Setelah itu, seluruh anggota tubuh akan terkendali pada sebuah muara yaitu pada perintah qalbu.⁷

Syaikh Abd. al-Qadir al-Jailani mengibaratkan ketenangan hati dengan hati orang-orang arif yang tidak bergeming atau berloncat-loncat dari satu tingkah ke tingkah lain. Tidak mudah berubah-ubah suasana hatinya, tetap diam, aman dan tentram. Sehingga kezhudannya terhadap pencipta semakin bertambah kuat.⁸

b. Qalbu

Kata qalbu berasal dari قَلْبٌ *mashdarnya* قَلْبًا dan مَقْلُوبٌ adalah *maf'ulnya*. Kata قَلْبٌ merupakan *jama'* dari قَلْبٌ *isim*. Secara lahiriyah, qalbu berarti hati, jantung atau akal, juga memiliki arti mengubah (bentuk, rupa, posisi), membalikkan, atau sesuatu yang berubah-ubah dari suatu keadaan pada keadaan lain. Hal tersebut dikarenakan berdekatan dengan sifat qalbu yang mudah berubah-ubah dan berbolak-balik, yakni menjadikan yang di atas ke bawah atau sebaliknya.⁹

Hati disebut qalbu karena dua hal. *Pertama*, karena ia menunjukkan pusat sesuatu seperti *qalbu 'aradh* yang ditujukan kepada kota Makkah sebagai pusat bumi karena letaknya di tengah bumi. Demikian halnya dengan hati yang menjadi pusat kembali segala aktifitas tubuh. *Kedua*, karena sifatnya yang bolak-balik.¹⁰

Makna qalbu yang telah tersebut di atas tidak jauh berbeda dengan pandangan dalam ilmu tasawuf. Qalbu secara umum diartikan sebagai hati, secara khusus qalbu memiliki dua arti. *Pertama*, adalah hati jasmani, yakni daging khusus yang terletak di dalam rongga dada sebelah kiri dan berisi darah hitam kental atau daging berbentuk

⁷Hadarah Rajab, *Akhlak Sufi (Cermin Masa Depan Umat)*, cet. II (Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2004), 70

⁸Thowil Akhyar, *The Secret of Sufi (Studi Pintas Mengenai Rahasia Kehidupan Sufi)* (Semarang: Asy-Syifa', 1992), 102

⁹Atabik Ali dan Ahmad Zuhdi Muhdlor, *Kamus Kontemporer Arab Indonesia*, 1466

¹⁰Abi Aunillah al-Kuwarasani, *Biarkan Hatimu Bicara* (Yogyakarta: Saufa, 2015), 24

kerucut, terletak pada roh hewani. *Kedua*, menyangkut jiwa yang bersifat *lathif* (halus), *rabbani* (mempunyai sifat ketuhanan) dan *ruhaniyyat*.¹¹

Hati adalah sebuah medan peperangan antara karakter spiritual yang terpuji dengan karakter *nafs* yang tercela. Maka, jika hati jatuh dalam kendali *nafs* yang tercela, hati menjadi mati. Sedangkan hati yang hidup adalah jika hati penuh dengan sifat-sifat kemanusiaan dan spiritualitas yang berada di bawah kendali sifat-sifat terpuji.¹²

Berdasarkan tempat, *qalbu* terletak di tempat yang ada dalam wahana jiwa manusia yang menggerakkan perbuatan manusia. *Qalbu* merupakan titik sentral atau awal dari segala awal yang menggerakkan perbuatan manusia yang cenderung kepada kebaikan atau keburukan. *Qalbu* menjadi titik balik bagi manusia itu sendiri, ia menjadi paling mulia atau sebaliknya. Jika *qalbu* manusia suci, maka akan terpancar ke dalamnya cahaya Ilahi dan bisikan-bisikan halus dari malaikat. Setelah itu, jalan hidup manusia akan teratur dan terarah.¹³

Konteks Penyebutan *Tathma'in al-Qulub*

1. Mengenai keimanan, contohnya dalam QS. al-Baqarah/2: 260.

وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ أَرِنِي كَيْفَ تُحْيِي الْمَوْتَىٰ قَالَ أَرَأَيْتَ إِذَا قَالَ فَخُذْ أَرْبَعَةً مِنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ ثُمَّ اجْعَلْ عَلَىٰ كُلِّ جَبَلٍ مِنْهُنَّ جُزْءًا ثُمَّ ادْعُهُنَّ يَأْتِينَكَ سَعْيًا وَاعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

“Dan (ingatlah) ketika Ibrahim berkata: “Ya Tuhanku, perlihatkan kepadaku bagaimana Engkau menghidupkan orang mati.” Allah kemudian berfirman: “Belum yakinkah kamu?” Ibrahim menjawab: “Aku telah meyakinkannya, akan tetapi agar hatiku tetap mantap (dengan imanku), Allah berfirman: “(Kalau demikian) ambillah empat ekor burung, lalu cincanglah semua olehmu”. “Lalu letakkan di atas tiap-tiap satu bukit satu bagian dari bagian-bagian itu, kemudian panggillah mereka, niscaya mereka datang kepadamu dengan segera,” dan ketahuilah bahwa Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.

Kalimat *لِيُطْمَئِنَّ قَلْبِي* dalam ayat ini diartikan dengan *agar hatiku tetap mantap*. Al-*Alusi* dalam tafsirnya *Ruh al-Ma'ani fi Tafsir al-Qur'an al-'Azhim wa al-Sab'u al-*

¹¹Al-Ghazaly, *Ihya' 'Ulum al-Din*, cet. VI (Singapore: Pustaka Nasional, 2003), II: 898

¹²Hadarah Rajab, *Akhlak Sufi (Cermin Masa Depan Umat)*, cet. II (Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2004), 44

¹³Yunasril Ali, *Pengantar Ilmu Tasawuf*, (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1987), 21

Matsani menafsirkan kata *يَطْمَئِن* dengan *يسكن* (tenang atau diam), yakni dengan menempatkan qalbu dalam keimanan dan keyakinan kepada Allah.¹⁴

Nabi Ibrahim ingin menaikkan derajat imannya dari *'ilmu al-yaqin* (orang yang meyakini segala sesuatu berdasarkan ilmu) menjadi *'ain al-yaqin* (orang pada tahap keyakinan karena telah menyaksikan secara langsung apa yang selama ini telah diyakini melalui ilmunya). Oleh sebab itu, Nabi Ibrahim memohon agar Allah memperlihatkan kepadanya bagaimana menghidupkan orang yang telah mati.¹⁵

Al-Alusi juga menjelaskan pemahaman dari sisi batin. Ia mengisyaratkan *thuyur* yang disebutkan pada ayat di atas dengan *thuyur al-bathin* yang terletak dalam sangkar *jism*. Terdiri dari empat macam, yaitu *'aql*, *qalb*, *nafs*, dan *rūh*. Maka keempatnya diperintahkan untuk dicincang, yakni mencincang atau memotong masing-masingnya, *thayr al-'aql* dengan pisau *mahabbah*, *thayr al-qalb* dengan pisau *syawq*, *thayr al-nafs* dengan pisau *'isyq*, *thayr al-ruh* dengan pisau *'ajz*.

Semua potongan diletakkan di atas gunung yang terpisah. *Thayr al-'aql* pada gunung *al-'izhmah* (kekuasaan), *thayr al-qalb* pada gunung *al-kibriya'* (kesombongan), *thayr al-nafs* di atas gunung *al-'izzah* (kemuliaan), dan *thayr al-ruh* di gunung *al-azal* (keabadian). Setelah itu, semuanya dipanggil dengan suara *sir al-'isyqy*.¹⁶

Dalam QS. al-Maidah/5: 113, disebutkan:

قَالُوا نُرِيدُ أَنْ نَأْكُلَ مِنْهَا وَتَطْمَئِنَّ قُلُوبُنَا وَنَعْلَمَ أَنْ قَدْ صَدَقْتَنَا وَنَكُونَ عَلَيْهَا مِنَ الشَّاهِدِينَ

“Mereka berkata: “Kami ingin memakan hidangan itu dan supaya tentram hati kami dan supaya kami yakin bahwa kamu telah berkata benar kepada kami, dan kami menjadi orang-orang yang menyaksikan hidangan itu.”

Al-Alusi memaknai tentram hati pada ayat ini dengan bertambahnya keyakinan dengan turunnya hidangan dari langit.¹⁷ Sebagaimana pada ayat sebelumnya, meningkatnya keimanan atau keyakinan dengan adanya bukti yang tampak di depan mata. Maka, sama halnya dengan kaum Nabi Isa yang ingin melihat dan merasakan langsung hidangan agar lebih tenang hatinya atau semakin tinggi tingkat keyakinan yang ada dalam hati mereka.

¹⁴Abu al-Fadhl Syihab al-Din al-Sayd Mahmud al-Alusi al-Baghdady, *Ruh al-Ma'ani fi Tafsir al-Qur'an al-'Azhim wa al-Sab'u al-Matsani* (Beirut: Dār al-Fikr, 1987), III: 26. Selanjutnya disebut al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani*.

¹⁵Hamka, *Tafsir Al-Azhar* (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1983), III: 50

¹⁶Al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani...*, III: 31

¹⁷Al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani...*, VII: 60

2. Bantuan dalam pertempuran, contohnya dalam QS. al-Anfal/8: 10.

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

“Dan Allah tidak menjadikannya (mengirim bala bantuan), melainkan sebagai kabar gembira dan agar hatimu menjadi tenang karenanya dan kemenangan itu hanyalah dari sisi Allah. Sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.”

Al-Alusi menafsirkan *لتطمئنن به* (بالامداد), yaitu pertolongan yang diturunkan ke dalam qalbu orang-orang mukmin sehingga tenang jiwa mereka. Hilang pada mereka rasa was-was yang ada dalam hati hingga mereka merasakan hal sebaliknya yakni perasaan gembira, senang, tenang, dan aman.¹⁸

Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy dalam tafsirnya mengatakan bahwa Allah mengabulkan doa Nabi Saw dan memberikan pertolongan dengan mengirim seribu malaikat dan setiap malaikat mengajak temannya sehingga lebih banyak lagi. Tujuan menurunkan pasukan malaikat sebagai *busyra* (kabar gembira) bahwa kaum muslimin akan memperoleh kemenangan. Selain dari itu, supaya jiwa menjadi tenang kembali dari guncangan yang menimpa ketika mendapat perintah menghadapi pasukan yang berat.¹⁹ Sebagaimana penjelasan dalam QS. Ali Imran/3: 126.

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُمْ بِهِ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ

“Dan Allah tidak menjadikan pemberian bala bantuan itu melainkan sebagai kabar gembira bagi kemenanganmu, dan agar tenang hatimu karenanya dan kemenanganmu itu hanyalah dari Allah yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.”

Al-Alusi menafsirkan hal yang sama pada kalimat *tathmain qulub* pada ayat ini dengan QS. al-Anfal/8: 10, *لتسكن قلوبكم بالامداد* (tenangnya hati dengan adanya pertolongan) yaitu sebagai kabar gembira yang datang dari Allah dengan adanya pertolongan tersebut. Oleh karena itu, maka tidak ada rasa ketakutan untuk menghadapi lawan.²⁰

3. Penyembunyian keimanan, contohnya dalam QS. al-Nahl/16: 106.

مَنْ كَفَرَ بِاللَّهِ مِنْ بَعْدِ إِيمَانِهِ إِلَّا مَنْ أُكْرِهَ وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ وَلَكِنْ مَنْ شَرَحَ بِالْكُفْرِ صَدْرًا فَعَلَيْهِمْ
عَذَابٌ مِنَ اللَّهِ وَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ

¹⁸ Al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani...*, IX: 174

¹⁹ Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Quranul Madjid an-Nur* (Jakarta: Cakrawala Publishing, 2011), II: 203

²⁰ Al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani...*, IV: 46

“Siapa kafir kepada Allah sesudah ia beriman (ia mendapat kemurkaan Allah), kecuali orang yang dipaksa kafir padahal hatinya tetap tenang dalam beriman (ia tidak berdosa), akan tetapi orang yang melapangkan dadanya untuk kekafiran, maka kemurkaan Allah menyimpannya dan baginya azab yang besar”.

Al-Alusi menjelaskan bahwa hati yang tenang dalam ayat di atas adalah keadaan yang mendapat pengecualian dari keadaan muslim yang murtad (keluar dari Islam), dikarenakan masih ada iman di dalam hatinya. Walaupun ia harus bersumpah untuk kekafiran, namun keadaan hatinya tenang dengan keimanan yang telah ada dan tidak goyah atau berubah akidahnya.

Ia juga menegaskan bahwa asal makna *إطمئنان* ialah *سكون بعد انزعاج* (ketenangan yang diperoleh setelah merasakan cemas). Maksud ayat ini adalah tenang dan stabil keadaan hati yang telah mengalami kecemasan yang disebabkan oleh paksaan, sehingga pada hakikatnya ia belum kafir.²¹

4. Perintah zikir, contohnya dalam QS. al-Ra‘d/13: 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang”.

Al-Alusi menafsirkan kalimat *تطمئن قلوبهم* yaitu *تستقر وتسكن* (tetap dan tenang). Artinya, keadaan qalbu yang berada dalam kondisi tenang tidak berpindah-pindah dari satu kondisi pada kondisi lain karena senantiasa mengingat Allah.²² Hamka dalam tafsirnya juga memberikan pendapat bahwa iman adalah sesuatu yang menyebabkan orang muslim senantiasa ingat kepada Allah. Iman menyebabkan hati mempunyai pusat ingatan atau tujuan ingatan. Ingatan kepada Allah akan menimbulkan keadaan tenang, dengan sendirinya hilang segala macam kegelisahan, fikiran kusut, ketakutan, keraguraguan dan dukacita.

Ketentraman hati adalah pokok kesehatan rohani dan jasmani. Ragu dan gelisah adalah pangkal segala penyakit. Jika hati telah ditumbuhi penyakit dan tidak segera diobat dengan iman, yaitu iman yang menimbulkan zikir sehingga muncul *thuma'ninah*,

²¹Al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani...*, XIV: 236

²²Al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani...*, XIII: 149

maka celakalah yang akan menimpa, karena hati yang sakit akan bertambah sakit dan puncak segala penyakit hati adalah kufur akan nikmat Allah.²³

Indikator *Tathma'in al-Qulub*

1. Bertaubat

Ayat yang menyebutkan hal ini terdapat dalam QS. al-Ra'd/13: 27.

وَيَقُولُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْلَا نُزِّلَ عَلَيْهِ آيَةٌ مِنْ رَبِّهِ قُلْ إِنَّ اللَّهَ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي إِلَيْهِ مَنْ أُنَابَ

“Orang-orang kafir berkata: “Mengapa tidak diturunkan kepadanya (Muhammad) tanda (mukjizat) dari Tuhannya?”. Katakanlah: “Sesungguhnya Allah menyesatkan siapa yang dikehendaki dan menunjuki orang-orang yang bertaubat kepada-Nya.”

Ayat ini menegaskan bahwa walaupun sudah didatangkan mukjizat akan sesat juga kalau Allah menghendaki. Jika tidak ada mukjizat, manusia hanya menggunakan fikiran dan renungan melihat berapa banyak mukjizat yang telah tersedia di dalam alam ini. Allah akan memberikan petunjuk kepada orang-orang yang bertaubat. Orang yang bertaubat adalah orang yang dengan sadar kembali ke jalan Allah, maka Allah akan membimbing-Nya melalui jalan itu.²⁴

2. Beriman dan Beramal Salih

Selain bertaubat dan perintah berzikir, ayat sesudahnya juga memberi petunjuk bagi manusia untuk beriman dan beramal yang salih, dalam QS. al-Ra'd/13: 29:

الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ

“Orang-orang yang beriman dan beramal salih, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik”.

Ayat ini menjelaskan bahwa hati yang telah tentram yang disebutkan dalam ayat 28 sebelumnya akan menimbulkan sikap hidup yang tenang. Ketenangan akan memelihara cahaya di dalam jiwa yang dibangkitkan oleh keimanan sehingga nampak perbuatan baik yang diamalkan oleh anggota tubuh.²⁵

²³Hamka, *Tafsir al-Azhar*, XIII: 93

²⁴Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, XIII: 92

²⁵Hamka, *Tafsir al-Azhar*, XIII: 93

3. Bertakwa

Keterangan ini terdapat dalam QS. al-Maidah/5: 112. Ayat ini berhubungan dengan kisah kelompok *hawariyun* pada masa Nabi Isa.

إِذْ قَالَ الْحَوَارِيُّونَ يَا عِيسَى ابْنَ مَرْيَمَ هَلْ يَسْتَطِيعُ رَبُّكَ أَنْ يُنَزِّلَ عَلَيْنَا مَائِدَةً مِنَ السَّمَاءِ قَالَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“(Ingatlah), ketika para pengikut Isa berkata: “Wahai Isa putera Maryam, sanggupkah Tuhanmu menurunkan hidangan dari langit kepada kami?”. Isa menjawab: “Bertakwalah kepada Allah jika kamu betul-betul orang yang beriman”.

Selain dalam ayat di atas, takwa juga disebutkan dalam ayat lain yakni dalam konteks bantuan dalam pertempuran, seperti yang terdapat dalam QS. Ali Imran/3: 123.

وَلَقَدْ نَصَرَكُمُ اللَّهُ بِبَدْرٍ وَأَنْتُمْ أَذِلَّةٌ فَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

“Sungguh Allah telah menolong kamu dalam peperangan Badar, padahal kamu (ketika itu) orang-orang yang lemah. Karena itu bertakwalah kepada Allah, supaya kamu mensyukuri-Nya”.

Keadaan kaum muslimin pada perang Badar dibandingkan dengan musuh sangat lemah. Pada akhir ayat disebutkan bahwa dengan takwa akan dapat menyadarkan diri. Pada kalimat takwa terkandung kewaspadaan dan kesadaran kepada Allah, dengan takwa jiwa akan tenang dan barisan akan teratur. Takwa juga terkandung di dalamnya ketakutan kepada Allah dan ketaatan kepada Rasul sebagai pimpinan.²⁶

4. Bertawakkal

Pembahasan yang berkenaan dengan tawakkal terdapat dalam QS. Ali Imran/3: 122, masih dalam konteks bantuan dalam pertempuran.

إِذْ هَمَّتْ طَائِفَتَانِ مِنْكُمْ أَنْ تَفْشَلَا وَاللَّهُ وَلِيُّهُمَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

“Ketika dua golongan darimu ingin (mundur) karena takut, padahal Allah adalah penolong bagi kedua golongan itu. Karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.”

Ayat ini mengisahkan tentang kondisi orang-orang Muslim pada saat perang Uhud, di mana banyak yang terpengaruh untuk ragu-ragu dalam menantang musuh di

²⁶Hamka, *Tafsir al-Azhar*, III: 104

medan perang. Pada akhir ayat ditegaskan bahwa hanya kepada Allah saja orang-orang mukmin seharusnya bertawakkal.²⁷

5. Sabar

Berikut QS. Ali Imran/3: 125 yang mengutarakan hal tentang sabar.

بَلَىٰ إِن تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا وَيَأْتُوكُم مِّن فَوْرِهِمْ هَذَا يُمْدِدْكُمْ رَبُّكُمْ بِخَمْسَةِ آلَافٍ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُسَوِّمِينَ

“Ya (cukup), jika kamu bersabar dan bersiap-siaga, dan mereka datang menyerang kamu dengan seketika itu juga, niscaya Allah menolong kamu dengan lima ribu malaikat yang memakai tanda.”

Ayat ini memperkuat kepentingan sabar dan takwa yang ada pada QS. Ali Imran/3: 122, ditambah dengan tawakkal sebagai pegangan teguh orang yang beriman. Hanya sabar, takwa dan tawakkal, termasuk keteguhan memegang disiplin komando peperangan, tidaklah usaha akan sia-sia. Adapun kemenangan bukanlah pemberian orang lain, melainkan hanya akan dianugerahkan oleh Allah.²⁸

Hikmah *Tathma'in al-Qulub*

1. Kebahagiaan dunia dan akhirat

Kebahagiaan merupakan salah satu kondisi hati yang didapat melalui zikir kepada Allah, mengenai hal ini terdapat dalam QS. al-Ra'd/13: 28. Pada ayat selanjutnya, disebutkan hikmahnya sebagai berikut:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“Orang-orang yang beriman dan beramal salih, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik”.

Al-Alusi menjelaskan kata طُوبَى merupakan *mashdar* dari kata طاب. Kata tersebut seperti kata بشرى (gembira), sedangkan kata حسن مأب *ma 'thuf* kepada kata طوبى. Tempat tersebut diperkirakan masih jauh.²⁹

2. Kemenangan

Kemenangan merupakan sebuah hikmah yang nyata bagi orang-orang mukmin dalam perang Badar. Sebagaimana dalam QS. Ali Imran/3: 126-127:

²⁷Hamka, *Tafsir al-Azhar*, IV: 76

²⁸Hamka, *Tafsir al-Azhar*, IV: 83

²⁹Al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani...*, XIII: 150

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُم بِهِ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ . لِيَقْطَعَ طَرَفًا
مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَوْ يَكْبِتَهُمْ فَيَنْقَلِبُوا خَائِبِينَ

“Dan Allah tidak menjadikan pemberian bala bantuan itu melainkan sebagai kabar gembira bagi (kemenangan)mu, dan agar tentram hatimu karenanya dan kemenanganmu itu hanyalah dari Allah yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana. (Allah menolong kamu dalam perang Badar dan memberi bala bantuan itu) untuk membinasakan segolongan orang-orang yang kafir, atau untuk menjadikan mereka hina, lalu mereka kembali dengan tidak memperoleh apa-apa”.

Ayat di atas menyebutkan tentang janji Allah kepada Nabi Saw bahwa orang-orang mukmin akan mendapat bantuan malaikat untuk menenangkan jiwa mereka serta menghilangkan rasa takut maju ke medan perang dengan jumlah musuh yang lebih besar. Hal ini memberi pengertian bahwa Allah menjelaskan tentang bantuan dalam perang tersebut memiliki tujuan untuk menanamkan rasa gembira dalam jiwa pejuang dan menanamkan ketenangan. Pendek kata, manusia hanya wajib bertawakkal kepada Allah. Manusia tidak boleh berpegang pada sebab-sebab saja, di samping itu manusia juga harus mengusahakan sebab-sebab karena Allah-lah yang berkuasa mengabulkan semua doa.³⁰

Ayat ini pada konteksnya adalah perang, sehingga kemenangan di sini adalah menang dari melawan musuh. Apabila melihat pada situasi dan kondisi masa kini, maka kemenangan di sini bisa diartikan dengan menang melawan musuh seperti syaitan yang nyata maupun yang tidak nyata. Menang ialah berhasil melawan hawa nafsu yang buruk, yakni hal-hal yang membawa keburukan serta berdampak buruk bagi diri sendiri khususnya dan pada manusia lain umumnya. Bila dihubungkan dengan potensi qalbu, maka manusia tersebut telah berhasil mengatur fungsi-fungsi qalbu sehingga berhasil berada pada kondisi yang stabil dan berdampak kepada ketenangan hati sehingga dapat merasakan kemenangan melawan potensi-potensi keburukan yang ada dalam diri manusia.

Kesimpulan

Lafaz *tathma'in al-qulub* disebutkan sebanyak tujuh kali dalam enam ayat al-Qur'an dengan bentuk yang berbeda-beda. Semua ayat tersebut dipaparkan dalam al-

³⁰Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Quranul Madjid an-Nur*, I: 426

Qur'an dengan beberapa konteks yang berbeda-beda, yaitu tentang keimanan, bantuan dalam pertempuran, penyembunyian keimanan, dan perintah untuk berzikir,

Beberapa indikator *tathma'in al-qulub* yang terdapat dalam ayat-ayat al-Qur'an yaitu, bertaubat, bertakwa, bertawakkal, bersabar, dan beriman dan beramal salih. Semua hal tersebut merupakan hal-hal yang mengindikasikan seorang mukmin yang beriman. Maka, hanya para mukmin yang beriman serta menjaga keimanan yang akan sampai kepada keadaan hati yang dipenuhi rasa tenang dan tentram. Jadi, sudah seyogyanya setiap manusia meningkatkan tingkat keimanan hingga mencapai tingkat keimanan yang tertinggi dan menyeimbangkan antara hal duniawi dan ukhrawi.

Daftar Pustaka

- Abd al-Aziz bin Abdullah al-Husainy. *Limadza al-Khauf min al-Mustaqbal*. Terj. Anis Maftukhin. Jakarta: Qisthi Press, 2004.
- Abi Aunillah al-Kuwarasani. *Biarkan Hatimu Bicara*. Yogyakarta: Saufa, 2015.
- Abu al-Fadhl Syihab al-Din al-Sayd Mahmud al-Alusi al-Baghdady. *Ruh al-Ma'ani fi Tafsir al-Qur'an al-'Azhim wa al-Sab'u al-Mathani*. Beirut: Dar al-Fikr, 1987.
- Atabik Ali dan Ahmad Zuhdi Muhdlor. *Kamus Kontemporer Arab Indonesia*. Yogyakarta: Multi Karya Grafika, 1998.
- Hadarah Rajab. *Akhlaq Sufi (Cermin Masa Depan Umat)*. Cet. 2. Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2004.
- Hamka. *Tafsir Al-Azhar*. Jakarta: Pustaka Panjimas, 1983.
- Ibnu Mandzur. *Lisan al-'Arab*. Jilid 13. Beirut: Dar al-Fikr, 1990.
- Imam Abi Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Terj: Moh. Zuhri. Jilid 4. Semarang: Asy-Syifa, 1991.
- Louis Ma'luf. *Al-Munjid fi al-Lughah wa al-'Alam*. Lebanon: Dar el-Machreq Sarl Publishers, 2012.
- Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy. *Tafsir al-Quranul Madjid an-Nur*. Jakarta: Cakrawala Publishing, 2011.
- Nur Faizin Muhith. *Menyelami Ayat-Ayat Hati*. Solo: Ziyad Visi Media, 2007.
- Sehat Ihsan Shadiqin. *Kosmosufisme (Islam Antara Imajinasi Metafisik dan Realitas Kehidupan Sosial)*. Banda Aceh: Lembaga Naskah Aceh dan Arraniry Press, 2013.
- Thowil Akhyar. *The Secret of Sufi (Studi Pintas Mengenai Rahasia Kehidupan Sufi)*. Semarang: Asy-Syifa', 1992.
- Tim Pustaka Phoenix. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (Edisi Baru)*. Cet. 6. Jakarta: Media Pustaka Phoenix, 2012.
- Toto Tasmara. *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intelligence)*. Jakarta: Gema Insani Press, 2001.
- Yunasril Ali. *Pengantar Ilmu Tasawuf*. Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1987.