

OPTIMALISASI *ISTIGHFAR* MENUJU TAUBAT UNTUK MERAH AMPUNAN SEBAGAI RAHMAT BAGI SEORANG MUSLIM

Ach. Syaifuddin

SMAN 1 Plemahan Kediri Jawa Timur

E-mail: gusfudyn1973@gmail.com.

Abstract

Istighfar is behavior in the form of human awareness when they realize after doing a mistake or sin, as a manifestation of the nature of Allah Swt for believers (al-Ghaffur). This behavior happens to believers who are knowledgeable and think because of their awareness; in this case their manner is bad. The real form of istighfar is repentance; it shows awareness of mistakes and sins, returning to the right path and promise not to make the same mistakes. By repentance human life is more meaningful and can take lessons from their behavior. Taufiq and His guidance are able to maintain us from sinful behavior. Humans are destined by Allah Swt with sunatullah, as creatures that are easy to make mistakes and sins. That is why increasing faith, knowledge and charity to be a guide in his life to immediately repent. Allah Swt is most forgiving; Allah's entire destiny is His grace that will guide humans towards the true meaning of life full of wisdom impacted on gratitude, sincerity and pleasure for His destiny. Istighfar, repentance and mercy will be a process of human maturity causes their life is meaningful.

Keywords: *istighfar, repentance, mercy*

Abstrak

Istighfar adalah perilaku yang berupa kesadaran manusia ketika menyadari setelah melakukan kesalahan atau dosa, sebagai perwujudan dari sifat Allah Swt bagi manusia yang beriman (al-Ghaffur). Perilaku itu hanya terjadi bagi orang

mukmin yang berilmu dan berpikir karena akan menyadari bahwa perilakunya adalah kefasikan. Taubat adalah realisasi nyata perilaku *istighfar*, sebagai wujud kesadaran terhadap kesalahan dan dosa, untuk kembali ke jalan yang benar dan berjanji tidak melakukan kesalahan yang sama. Hanya dengan taubat kehidupan manusia lebih bermakna dan dapat mengambil hikmah atas perilaku yang dilakukannya. Taufik dan hidayah-Nya yang mampu menjaga kita dari perilaku dosa. Manusia ditakdirkan oleh Allah Swt dengan *sunatullah*, sebagai makhluk yang mudah melakukan salah dan dosa. Agar segera bertaubat, harus selalu meningkatkan iman, ilmu dan amal untuk menjadi pedoman dalam kehidupannya. Allah Swt bersifat Maha Pengampun, semua takdir Allah Swt adalah rahmat-Nya yang akan membimbing manusia menuju makna kehidupan hakiki yang penuh hikmah, yang berdampak rasa syukur dan ikhlas serta ridha atas takdir-Nya. *Istighfar*, taubat dan rahmat akan menjadi sebuah proses pendewasaan manusia agar hidupnya bermakna.

Kata Kunci: *istighfar*, taubat, rahmat

Pendahuluan

Manusia adalah makhluk yang diciptakan Allah Swt sebagai hamba yang paling sempurna. Hal ini dikarenakan Allah Swt menganugerahkan manusia dengan akal, hati, nafsu, pikir, rasa, karsa, hidayah dan taufik kepadanya. Pada level tertentu, bahkan ada manusia yang khusus yang menjadi kekasih Allah Swt, yang sering disebut sebagai *waliyullah*, yang selalu dijaganya dari segala gangguan, baik lahir maupun batin. Para *waliyullah* ini selalu dekat kepada Allah Swt dengan anugerah *karamah*-nya. Para nabi dan rasul yang dianugerahkan Allah Swt dengan mukjizat dan sifat *ma'shum*-nya. Meskipun manusia sebagai makhluk Allah Swt yang paling sempurna, selain para nabi dan rasul, tidak ada manusia yang sempurna penuh lepas dari kesalahannya atau lepas dari dosa.

Kesalahan dan dosa manusia yang dilakukan manusia terwujud banyak faktor yang mendukungnya, baik disebabkan faktor internal

maupun eksternal. Faktor internal karena manusia dalam hidupnya mulai awal sampai akhir adalah kehidupan yang berproses. Iman, ilmu dan kebijaksanaannya berproses. Prosesnya dalam lingkungan diawali dengan keterbatasan dirinya. Namun Allah Swt menuntunnya dengan hidayah dan taufiknya dalam bentuk interaksi manusia dengan lingkungannya. Sehingga manusia berproses dengan faktor eksternal yang berupa lingkungannya yang biasa disebut dengan *ayat kauniyah*. Dalam proses Allah Swt menyiapkan sarana yang sempurna untuk manusia berupa syariat sebagai petunjuk nyata, yaitu al-Qur'an dan hadits. Kedua faktor tersebut saling terkait menjadi faktor yang menyebabkan manusia dapat terjerumus dalam dosa. Namun faktor tersebut juga saling mengisi dan mendukung untuk menjadi sebab manusia mampu bertaubat dari kesalahan dan kembali ke jalan yang benar.

Faktor internal dalam diri manusia yang mudah manusia terjerumus dalam dosa adalah berupa ilmu, karsa dan keunggulan-keunggulan lainnya. Faktor internal tersebut menjadikan manusia membanggakan dirinya, takabur dan kufur atas nikmatnya. Faktor eksternal dapat berupa melimpahnya alam raya, dengan segala kenikmatan dunia, menjadikan manusia terlena.¹

Jika faktor internal dan eksternal tersebut menjadikan manusia terjerumus ke dalam dosa, maka faktor itu pula yang mampu mengantarkan manusia kepada taubat kembali ke jalan yang benar. Dengan ilmu, iman dan hatinya mampu menyadarkan manusia terhadap kesalahan yang dilakukannya. Ketiganya juga mampu melakukan refleksi diri sehingga memunculkan rasa kesadaran bahwa yang dilakukan sesuatu yang dilarang oleh syariat dan akan semangat untuk beramal shaleh.

Dengan adanya kekurangan dan kelemahan manusia di balik anugerah kesempurnaan dari tuhanNya, Allah Swt memfasilitasi manusia dengan syariat-Nya, yaitu syariat tentang taubat. Syariah taubat adalah sebuah perilaku berupa kesadaran diri manusia untuk kembali ke jalan yang benar, karena kelupaannya dalam melangkah dan berproses dalam hidupnya. Kesalahan yang dilakukan manusia hal yang wajar. Karena kesalahan sebagai proses pembelajaran hidup. Taubat sebagai media instropeksi diri dilandasi iman dan ilmu.

¹M. Abdul Mujieb, Syaifah dan Ahmad Ismail, *Ensiklopedia Tasawuf Imam al-Ghazali*, di Google.book.co.id.

Dalam perjalanan hidup, tidak semua manusia yang melakukan kesalahan dan dosa, manusia mau dan segera bertaubat, bahkan ada yang sampai akhir hayatnya tetap dalam jurang kesesatan. Beberapa hal bisa terjadi karena kesombongannya, pembenaran karena egoisitasnya, karena kebodohnya atau sedikit ilmunya. Di balik keengganan manusia bertaubat, secara *ilahiyah*, keimanan yang realisasinya pada tawakal dan keikhlasan atas takdirnya, hakikatnya adalah rahmat Allah Swt yang agung berupa taufik, hidayah dan *inayah*-Nya.

Pada proses taubat, baik kepada Allah Swt atau kepada sesama, banyak dilakukan manusia dengan berbagai cara. Cara yang umum adalah dengan membaca istighfar dan memohon maaf atas segala salah kepada sesamanya dengan berjabat tangan. Namun perilaku tersebut banyak yang tanpa makna, dengan bukti setelah istighfar masih banyak orang tetap melakukan dosa yang sama. Setelah meminta maaf dan berjabat tangan, masih menyimpan rasa dendam. Bahkan dalam taubat, manusia masih enggan untuk mengungkapkan kesalahan apa saja yang dilakukannya, karena masih ada rasa malu, rasa minder dan lain sebagainya. Hal ini menyebabkan taubat manusia terkesan kurang sungguh-sungguh dan terkesan main-main. Di zaman modern, permohonan maaf hanya lewat media sosial yang tidak mungkin bertemu. Kesan dan rasa taubat seperti tidak membekas dalam diri dan jiwa manusia. Itulah sebabnya banyak orang memohon ampun kepada Allah Swt dan memohon maaf kepada sesama manusia, tetapi tidak sampai pada perilaku taubat.

Berdasarkan latar belakang di atas, kompleksitas keadaan manusia di dunia secara lahir dan batin, yang dianugerahkan Allah Swt dengan seluruh kelebihan dan kekurangannya, sudah didesain Allah Swt untuk kematangan dirinya dalam berproses di dunia, akhirnya hidupnya bermakna dan di akhirat di surga dengan rahmat Allah Swt. Ini dikarenakan semua adalah hanya taufik, hidayah dan *inayah*-Nya.

Artikel ini akan membahas dua hal. Pertama adalah cara agar manusia yang melakukan *khilaf* dan dosa, segera terdorong hatinya untuk bertaubat, kembali ke jalan yang benar. Kedua adalah cara agar manusia dalam bertaubat mendapatkan rahmat Allah Swt sehingga taubatnya membawa hikmah dalam kehidupannya.

Pembahasan

A. Makna Awal

Manusia dalam kehidupan dunia tidak lepas dari perbuatan baik dan perbuatan buruk. Ketika melakukan perbuatan buruk, maka solusi awal taubat dengan kesadaran dalam hati dengan mengucapkan bacaan *istighfar*, yaitu *astaghfirullah al-‘adzim*. Berdasarkan Wikipedia Bahasa Indonesia, dijelaskan bahwa *istighfar* (Arab: اِسْتَغْفَر, *istighfār*) atau *astaghfirullah* (اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ, *astaghfirullāh*) adalah tindakan meminta maaf atau memohon keampunan kepada Allah Swt yang dilakukan oleh umat Islam. Hal ini merupakan perbuatan yang dianjurkan dan penting di dalam ajaran Islam. Tindakan ini secara harfiah dilakukan dengan mengulang-ulang perkataan dalam bahasa Arab *astaghfirullah*, yang berarti saya memohon ampunan kepada Allah Swt.²

Seorang muslim menyebut perkataan ini beberapa kali, bukan saja ketika meminta ampun dari Allah Swt sebagai doa, malah juga ketika dia sedang berbicara dengan orang lain. Jika seorang muslim hendak mencegah dari melakukan perbuatan yang salah, atau saat mau membuktikan bahwa dia tidak bersalah pada satu peristiwa dia menggunakan pernyataan ini. Setelah shalat, seorang muslim dianjurkan melafadzkan perkataan ini sebanyak tiga kali.³

Istighfar dalam filosofi Islam bermakna seseorang yang selalu memohon ampunan atas kesalahan dan terus berusaha untuk mentaati perintah Tuhan dan tidak melanggarnya. Dalam Islam, makna istighfar tidak terletak pada pengucapannya, tetapi pada seberapa dalam seseorang yang beristighfar memaknai dan menghayati apa yang diucapkan. Dalam konteks yang lebih jauh lagi, agar dia terus mengingat Tuhan di saat dia tergoda untuk melakukan perbuatan dosa dan jika telah melakukan dosa, maka istighfar adalah titik baginya untuk bertekad tidak mengulangi perbuatannya.⁴

Sedangkan pengertian taubat, dalam kitab *Mau'izatul Mukminin* dijelaskan bahwa taubat itu mempunyai pengertian yang tersusun dari tiga macam perkara, yaitu ilmu, keadaan dan perbuatan. Unsur yang

²<https://en.wikipedia.org/wiki/istighfar>.

³Syaikh Salim, *Syarah Riyadhush Shalihin Jilid 4*, di Books.Google.co.id.

⁴M. Abdul Mujieb, Syaifah dan Ahmad Ismail, *Ensiklopedia Tasawuf Imam al-Ghazali*.

pertama itu menyebabkan timbulnya yang kedua, sedangkan yang kedua itu menyebabkan timbulnya yang ketiga secara pasti. Begitulah yang digariskan oleh sunah Allah Swt.⁵

Taubat menurut Imam Nawawi al-Bantani dalam *Nasha'ih al-'Ibad*, menuliskan sebuah hadits riwayat Abu Abbas bahwa Allah Swt lebih senang pada taubatnya seorang hamba yang bertaubat melebihi senangnya orang haus yang menemukan air atau orang mandul yang memiliki anak atau senangnya orang yang kehilangan barang lalu menemukannya. Maka barang siapa yang bertaubat kepada Allah Swt dengan *taubat nasuha*, Allah Swt akan membuat lupa para malaikat yang menjaganya, anggota tubuhnya serta bumi yang dipijaknya atas dosa dan kesalahan yang telah dilakukannya.⁶ Hal ini juga sesuai dengan isi kandungan QS. al-Tahrim: 8.

Ibnu Katsir dalam *Tafsir al-Qur'an al-'Azhim* menjelaskan bahwa *taubat nasuha* yaitu taubat yang jujur, yang didasari atas tekad yang kuat, yang menghapus kejelekan-kejelekan di masa silam, yang menghimpun dan mengentaskan pelakunya dari kehinaan.⁷ Dalam kitab *Riyadh al-Shalihin* dijelaskan, jika kemaksiatan itu menyangkut urusan seorang hamba dengan Allah Swt saja, tidak ada hubungannya dengan hak manusia, taubatnya harus memenuhi tiga syarat, yaitu hendaklah berhenti melakukan maksiat, menyesal karena telah melakukan kemaksiatan dan berniat tidak akan kembali mengulangi perbuatan maksiat itu untuk selama-lamanya. Jika taubatnya berkenaan dengan hubungan sesama manusia, tiga syarat tersebut ditambah satu lagi. Orang yang bertaubat itu harus meminta kehalalan dari orang yang diambil hak-haknya atau dizalimi.⁸

Rahmat dalam bahasa Arab disebut *rahmah*. Penyebutan ini mengandung konotasi yang mengarah kepada *riqqah taqtadli al-ihsan ila al-marhum*, perasaan halus (kasih) yang mendorong memberikan kebaikan kepada yang dikasihi.⁹ Pengertian rahmat adalah memiliki

⁵Muhammad Jamaluddin al-Qasyimi, *Mau'izatul Mukminin*, terj. (tk: tp, 1995), 27.

⁶<https://galamedia.pikiran-rakyat.com/humaniora/pr-351278003/ini-tanda-taubat-seorang-diterima-allah-swt-salah-satunya-selalu-menjaga-lisan>, diakses tanggal 11 Juli 2021.

⁷<https://republika.co.id/berita/q8xxzn320/penjelasan-tobat-menurut-ulama-dan-syarat-syaratnya>, diakses pada tanggal 11 Juli 2021.

⁸Syaikh Salim, *Syarah Riyadhush Shalihin Jilid 4*.

⁹Umar Latif, "al-Qur'an Sebagai Sumber Rahmat dan Obat Penawar (*Syifa*) Bagi Manusia," *Jurnal Al-Bayan*, Vol. 20 No. 2 (2014), 37.

makna kasih sayang Allah Swt terhadap seluruh makhluk-Nya. Setiap pemberian Allah Swt di alam ini, berupa materi atau non-materi disebut sebagai rahmat. Hal ini sebagaimana dijelaskan dalam QS. Fathir: 2.

Kata *taufik* berasal dari kata bahasa Arab, yaitu *wafaqa* yang berarti kesesuaian antara dua hal. Dari sini berkembang maknanya menjadi kesesuaian antara perbuatan manusia dengan takdir Allah Swt. Dengan demikian, secara sederhana *taufik* bermakna kesesuaian antara keinginan manusia dengan kehendak Allah Swt.¹⁰

Kata *hidayah* seakar dengan kata *hadiah* dalam bahasa Arab. Arti aslinya adalah pemberian dengan lemah lembut. Jika kita melihat catatan sejarah bahwa mayoritas, jika bukan seluruhnya, orang yang mendapatkan *hidayah* itu melalui cara-cara yang lemah lembut dan santun. Jarang sekali, bahkan mungkin tidak ada, orang yang mendapat *hidayah* melalui cara-cara kekerasan.¹¹

Kata *'inayah* semakna dengan kata *'aun* yang berarti pertolongan dan bantuan. Sebagai makhluk yang selalu menghadapi problem kehidupan, semua manusia membutuhkan *'inayah* dari Allah Swt.

Pada urusan perbuatan manusia, rahmat dari Allah Swt, *taufik*, *hidayah* dan *inayah*-Nya menjadikan hukum bahwa setiap perbuatan maksiat tidak dicatat sebagai satu kejahatan jika masih dalam taraf perencanaan. Jika sudah merencanakan satu maksiat tetapi tidak jadi dilaksanakan karena ketakwaannya kepada Allah Swt, padahal dirinya mampu melaksanakannya, maka dicatat Allah Swt menjadi satu kebajikan.¹²

Beberapa kajian konsep awal di atas, dapat dijadikan dasar dalam membahas fokus masalah dalam artikel ini. Yang akhirnya dapat menjawab penjelasan tema awal dari judul artikel ini.

B. Makna

Artikel ini adalah hasil refleksi mendalam dari penulis setelah Idul Fitri kemarin. Hal ini dikarenakan masa pandemi Covid-19 belum berlalu, meskipun berbagai kemaksiatan masih dengan mudah

¹⁰<https://republika.co.id/berita/q8xxzn320/penjelasan-tobat-menurut-ulama-dan-syaratnya>, diakses 11 Juli 2021.

¹¹<https://www.dialogilmu.com/2017/11/tafsir-al-quran-tematik-taufiq-hidayah-inayah.html>, diakses 11 Juli 2021.

¹²Ali Usman, *Hadits Qudsi* (Bandung: CV Diponegoro, 1992), 25.

dijumpai di sekitar lingkungan. Di sisi lain, pembelajaran juga masih dilakukan secara daring dan menggunakan media sosial.

Seseorang melakukan perilaku permohonan maaf atau ampun baik kepada sesama manusia atau kepada Allah Swt adalah sebuah perilaku yang sangat terpuji. Ini karena perilaku tersebut merupakan perilaku kontrol diri, kesadaran diri dan introspeksi diri atas perilaku yang telah dilakukannya. Perilaku tersebut muncul sebagai proses diri seseorang yang mampu untuk menggabungkan fungsi pikir dan rasa dalam dirinya dengan anugerah hidayah Allah Swt, untuk selalu refleksi atas perilaku dirinya sesuai atau tidak dengan syariat-Nya. Hal ini menyebabkan muncul kesadaran diri untuk kembali ke jalan yang benar dengan mohon maaf dan ampun dengan taubat, dengan cara sesuai dengan kajian teori yaitu membaca istighfar, mengakui kesalahan, kembali ke jalan yang benar dan berjanji untuk tidak melakukan kesalahan yang sama. Perilaku itu hanya dapat dilakukan oleh orang yang cerdas dan bersih hatinya. Itulah orang yang istimewa.

Pada masa pandemi, semua kegiatan dilakukan *online*, baik melalui media sosial atau media yang lain. Termasuk juga kegiatan Idul Fitri, yang sebelum pandemi saling silaturahmi dan saling mengunjungi sanak famili, saudara, sahabat ke rumahnya secara langsung, dengan meminta maaf, berjabat tangan, menjenguk untuk mengetahui kesehatan dan kebahagiaannya, bercanda, *sharing* dan lain sebagainya. Pada masa pandemi ini semua dibatasi tidak bisa dilakukan karena ada batasan untuk menjaga jarak dan menjauhi kerumunan. Alternatif utama adalah menggunakan media teknologi dan komunikasi, untuk melakukan kegiatan tersebut. Meskipun dari segi kepuasan tidak maksimal, dan dari segi tujuan mungkin ada hal yang hilang, namun dari segi esensi masih tetap sama dan bisa dilakukan. Ini karena sebuah permohonan maaf, yang utama adalah kesadaran diri untuk mengakui sebuah kesalahan, kembali ke jalan yang benar dan berjanji untuk tidak mengulangi lagi, baik itu dilakukan secara *online* atau *offline*, tidak ada masalah secara syariat.

Perilaku taubat yang sesuai syariat dalam kehidupan jarang sekali dilakukan. Banyak orang menganggap dengan membaca istighfar sudah dianggap cukup sebagai cara taubat atas dosa yang dilakukan. Termasuk juga dalam taubat atas dosa kepada sesama. Terkadang suatu ucapan mohon maaf dianggap sudah cukup untuk taubat. Padahal masih

banyak syarat yang harus dilakukan secara lahir dan batin dalam bertaubat. Itulah sebabnya selama ini terjadi mengapa orang taubat akhirnya di lain waktu masih melakukan dosa dan perilaku maksiat yang sama.

Hal yang utama dijadikan refleksi adalah pemahaman utama tentang esensi perilaku taubat diri atas perilaku salah atau dosa yang dilakukan. Ini karena sebuah kesadaran dan pengakuan atas dosa dan kesalahan hanya dapat terjadi dengan bersihnya hati, bersihnya pikiran dari beberapa penyakit hati yang biasa melekat dalam diri seseorang. Hal ini perlu dipahami karena hal yang biasa terjadi selama ini diakui atau tidak, banyak sekali seseorang memohon maaf dan memaafkan kesalahan orang ketika proses saling memaafkan banyak yang dilakukan secara basa-basi. Dengan bukti masih banyaknya orang saling memaafkan, namun tidak ada perubahan perilaku dalam dirinya, sehingga meskipun sudah saling memaafkan, namun sifat dendam, saling iri dengki, *ghibah* dan fitnah masih terus dilakukan untuk melampiaskan kekesalannya terhadap orang lain.

Para pelaku perbuatan dosa, juga banyak orang yang istighfar, tetapi masih melakukan dosa yang sama. Hal ini terjadi karena kesalahan dalam pemahaman taubat, kesungguhan taubat dan yang penting doa manusia untuk selalu memohon perlindungan kepada Allah Swt atas dosa dan mohon hidayah dan *inayah* kepada Allah Swt agar dibimbing ke jalan yang benar.

Pada kondisi lain, masih banyak sekali orang melakukan dosa atau *khilaf* tetapi enggan untuk melakukan taubat. Hal ini terjadi dengan banyak faktor, di antaranya adanya sebuah pengakuan kebenaran atas perilakunya, adanya dendam yang berkepanjangan ataupun karena adanya hal lain yang menjadikan dirinya putus asa. Upaya-upaya yang harus dilakukan adalah usaha agar keengganan taubat itu tidak berkelanjutan dan segera seseorang melakukan taubat.

Di samping masalah taubat adalah masalah hidayah, namun taubat dapat terjadi dengan pengaruh lingkungan. Jika ada seseorang yang salah berkelanjutan, maka tugas sahabat yang lain untuk membantu mengarahkan dengan strategi khusus yang mampu menyadarkan sahabatnya untuk memulai melakukan taubat. Di antara usaha tersebut antara lain dapat dilakukan dengan diajak *sharing* bersama untuk membantu merubah pola pikir dengan memakai dasar

kebenaran hakiki sesuai dengan al-Qur'an dan hadits. Dengan kebenaran hakiki dari Allah Swt, maka pembenaran atas perilaku yang salah yang menjadikan kesombongannya akan berangsur-angsur luntur berganti dengan kebenaran yang sesuai al-Qur'an dan hadits. Hal tersebut tidak dapat dilakukan secara cepat, karena merubah pola pikir bukan hal yang mudah, apalagi pola pikir yang sudah mendarah daging menjadi sebuah karakter. Hanya dengan pertolongan Allah Swt dan kesabaran sahabat untuk membantu membimbingnya, yang dapat merubah pola pikir yang salah.

Sedang keengganan taubat karena sebab lain seperti karena dendam, putus asa dan lain-lain, hanya dapat dilakukan dengan proses konseling khusus, karena hal tersebut menyangkut hati seseorang dalam menghadapi masalah di kehidupannya. Dengan iman dan ilmu, seseorang mampu taubat dalam kondisi masalah pribadi yang dihadapinya. Lemahnya iman, dangkalnya ilmu dan besarnya nafsu serakah dan kesombongan menjadi hambatan utama dalam melakukan taubat. Biasanya taubat dapat terjadi ketika masalah besar muncul menyimpannya sebagai dampak dari perilakunya. Itupun bagi orang yang mau berpikir dan ada orang yang peduli membimbingnya. Jika hal tersebut tidak terjadi, maka sampai akhir hayat, taubat tidak akan dilakukan dan seseorang akan meninggal dengan kondisi tanpa taubat, mati karena kesombongannya.

Menurut nasihat Imam al-Ghazali, taubat tersusun dari tiga perkara, yaitu ilmu, keadaan dan perbuatan. Ilmu adalah mengetahui dengan sebenar-benarnya bahayanya hal-hal yang berdosa jika dilakukan dan bahwa dosa-dosa itu sendiri merupakan racun yang sangat merusak jiwa, hati dan agama, juga merupakan tabir antara seseorang dengan apa saja yang dianggap sebagai kekasihnya. Jika seseorang itu telah memahami ini dengan baik-baik dan berkeyakinan yang hakiki dan pula dimenangkan dalam hatinya, maka dari kemakrifatan yang demikian tadi akan timbul semacam kesakitan dalam hatinya, jika sampai terpisah sedikit saja dari kekasihnya itu. Hal ini disebabkan sudah menjadi sifat dan tabiat hati, jika merasa terpisah dari kekasihnya, pasti akan merasa kesakitan. Jika hal itu disebabkan oleh perbuatannya, maka dia akan menyesali perbuatannya sendiri. Dalam keadaan itu, maka kesakitan karena perbuatannya itu disebut penyesalan. Jika rasa sakit itu sudah berkesan dalam-

dalam di hatinya dan dapat benar-benar mempengaruhi jiwanya, maka rasa sakit itu akan timbul pula dalam hatinya suatu keadaan yang lain yang disebut *iradat* atau karsa dan kesengajaan atau *kasad*.¹³

Maksud *iradat* dan kesengajaan di sini adalah yang bersangkutan dengan perbuatan yang akan dilaksankannya secara berbarengan, yaitu pada saat sekarang, saat yang lalu dan saat sesudah itu, yaitu hari-hari yang akan datang. Hal yang berhubungan dengan masa sekarang adalah dengan meninggalkan dosa yang sedang dilakukan, yang berhubungan dengan masa yang akan datang adalah sengaja akan meninggalkan dosa yang menyebabkan perpisahan antara dirinya dan kekasihnya itu untuk selama-lamanya dan sepanjang usianya. Sedangkan yang berhubungan dengan yang lampau adalah mengejar yang sudah tertinggal karena kesalahannya itu, dengan berbuat kebajikan dan men-*qadha* yang sudah terlambat, sekiranya dapat ditebus dengan kebaikan.

Hasil perilaku taubat ada dua hal, yaitu taubat yang bermakna dan taubat yang hampa. Taubat bermakna adalah taubat yang menghasilkan pembelajaran hikmah kehidupan bagi seseorang yang bertaubat, sehingga orang tersebut akan selalu berjalan di jalan yang lurus yang diridhai Allah Swt dan kemungkinan kecil kembali ke jalan dosa. Sedangkan taubat yang hampa adalah taubat yang dilakukan seseorang hanya memohon maaf dan memohon ampun atas salah dan dosa, namun tidak mampu melakukan refleksi diri, sehingga masih memungkinkan untuk terjerumus kepada kesalahan dan dosa yang sama. Bagaimana agar manusia taubatnya menjadikan hikmah dalam kehidupannya sehingga menjadi taubat yang penuh rahmat.

Dalam banyak hal memang sangat sulit melakukan refleksi diri, terutama dalam urusan pribadi, ego selalu melekat dalam diri yang dapat menghambat proses berpikir secara rasional. Berdasarkan beberapa kajian dapat disimpulkan bahwa upaya menjadikan taubat bermakna jika manusia mampu menggunakan olah hati, olah pikir, olah rasa dan olah jiwa. Hati yang bersih akan mendorong seseorang untuk selalu memandang positif segala sesuatu yang menimpa. Hati yang positif menghasilkan pikiran yang baik dan selalu bertindak atas dasar kesadaran berpikir rasional dengan mampu mengaitkan berbagai dasar keilmuan yang dimiliki. Pikiran yang rasional akan

¹³M. Abdul Mujieb, Syafiah dan Ahmad Ismail, *Ensiklopedia Tasawuf Imam al-Ghazali*.

memunculkan rasa empati yang tinggi, sehingga menjadikan besar dan luas jiwa seseorang. Menurut Islam, hal itu dapat terjadi dengan ketebalan iman dan tingginya ilmu. Iman dan ilmu dapat diraih dengan beberapa hal, seperti dzikir, amal, *tafakur*, nasihat, sahabat dan lain sebagainya.

Dzikir adalah suatu perilaku sadar yang dilakukan hamba untuk selalu ingat kepada Allah Swt. Dzikir dapat secara batin, lisan atau perbuatan. Secara batin yaitu kecenderungan hati manusia yang merasa lemah dan merasa jiwa dan raganya selalu dalam kekuasaan Allah Swt yang Maha Agung sang pencipta yang menguasai alam raya. Secara lisan yaitu rasa jiwa yang terwujud dalam ucapan kalimat suci, baik itu *tasbih*, *tahmid*, *tahlil*, *takbir* atau *istighfar*. Secara perbuatan, dzikir dapat berupa amal ibadah *mahdhah* seperti shalat, haji dan membaca ayat-ayat-Nya. Dengan banyak berdzikir, maka hati manusia akan bersih dari penyakit hati, baik hubungan penyakit hati sifatnya *ilahiyah*, seperti syirik, kufur, *fasiq* dan lain sebagainya. Di samping itu, juga bisa menghasilkan bersih dari penyakit batin yang sifatnya manusiawi, seperti *ujub*, *takabur*, *hasad* dan lain sebagainya. Kebersihan hati akan mendorong manusia untuk selalu ingat dan takut kepada Allah Swt dimana saja berada dan dalam keadaan apapun. Dengan dzikir akan menjadi tebal dan kaut iman seseorang. Iman adalah kunci utama perilaku manusia, yang akan mempengaruhi seluruh pikiran, gerak dan perilakunya. Dengan dzikir, menjadikan orang yang *khilaf* atau dosa karena kondisi tertentu di luar kemampuannya, akan segera bertaubat kembali ke jalan yang benar. Sebaliknya jauh dari dzikir, seseorang yang salah akan sulit untuk bertaubat karena keangkuhannya.

Amal adalah perilaku manusia sebagai buah dari perpaduan antara dorongan hati dan hasil pikiran manusia. Jika hati manusia bersih dengan dzikir, akan memunculkan pikiran positif yang mendorong munculnya perilaku baik. Namun sebaliknya, hati yang kotor akan selalu memunculkan perilaku negatif yang membuahkan perilaku maksiat yang dilarang oleh agama. Dengan buah amal baik menjadikan perilaku manusia selalu terkontrol secara terpadu. Manusia diciptakan lemah, terkadang dalam melangkah sulit untuk memutuskan perilaku, sehingga dengan terpaksa melakukan hal yang kurang baik. Namun dengan pembiasaan amal shalih yang biasa dilakukan dapat menolong untuk kembali ke jalan yang benar. Amal sholeh juga

dapat menutupi kesalahan yang dilakukan karena setiap kesalahan yang dilakukan akan segera diikuti dengan amal shalih.

Tafakkur adalah proses perenungan yang dilakukan manusia dengan menggabungkan seluruh anugerah Allah Swt yang diberikan kepada dirinya, baik berupa, hati, pikir, rasa, karsa untuk memikirkan ciptaan Allah Swt guna meraih hidayah dari-Nya. *Tafakkur* ini sangat baik dilakukan karena akan memunculkan kesadaran besar terhadap kelemahan manusia dan mengagungkan Allah Swt, sehingga menghilangkan penyakit manusia yang utama, yaitu syirik, *kufur*, ‘*ujub* dan *takabbur*. *Tafakkur* akan memunculkan kesadaran untuk taubat ketika manusia terjerumus ke jalan yang salah. *Tafakkur* atas dosa menjadikan dosa dan kekhilafan yang dilakukan manusia karena kelemahannya yang tidak mungkin lepas dari dosa, namun kesalahan itu akan menjadikan pembelajaran dalam kehidupannya untuk mendapatkan hikmah yang besar yang bermakna, bahkan dapat berdampak baik bagi lingkungannya.

Nasihat adalah bimbingan dari seorang yang lebih dewasa dan matang jiwanya kepada seseorang yang masih labil jiwanya sehingga mampu menyelesaikan masalah hidupnya. Pada konteks lingkungan, nasihat biasa diberikan orang tua kepada anaknya, guru kepada muridnya, ustadz kepada santrinya dan kakak kepada adiknya. Cara dan model nasihat berbeda-beda tergantung kepada karakter pemberi nasehat. Lebih luas lagi nasihat dapat berupa nasihat kehidupan, yaitu nasihat yang didapat manusia melalui proses berpikirnya untuk mengambil nasihat atau hikmah dari setiap langkah dan peristiwa hidup yang dialaminya. Dengan nasihat tersebut menjadikan manusia akan lebih terkontrol hidupnya, selalu hati-hati dalam melangkah dan mendapat pembelajaran hidup yang luas. Para ustadz, guru dan orang tua adalah manusia yang sudah lebih dahulu mendapatkan pembelajaran hidup. Kesuksesannya menjadikan hati dan jiwanya bersinar, sehingga nasihatnya diberikan dengan ikhlas akan mendatangkan pancaran ruh sinar kedamaian yang mengantarkan kepada kesempurnaan hidup. Untuk itu dengan banyak bersama ulama, hidup seseorang akan terkontrol dan jika melakukan *khilaf* akan segera mendapat teguran dan ditunjukkan jalan yang benar.

Sahabat adalah orang di sekitar seseorang yang peduli dengannya dan selalu saling bertukar pikir untuk mendapatkan yang terbaik.

Banyak sekali istilah yang berhubungan dengan itu, antara lain ada istilah teman, kawan, komunitas dan lain sebagainya. Namun istilah sahabat dalam bahasa Indonesia lebih banyak bermakna positif. Silaturahmi yang dilakukan lebih mengarah kepada syariat yang baik. Sedangkan istilah lain, silaturahmi lebih mengarah kepada hal sifatnya bertendensi. Sahabat sebagai objek timbal balik dalam silaturahmi, lebih mendatangkan manfaat dari pada *mudharat*. Karakter saling mengingatkan, saling membantu, saling mengisi kekurangan dan saling berbagi menjadikan sahabat adalah anugerah besar dari Allah Swt. Banyaknya persamaan karakter menjadikan silaturahmi mampu menjadikan dua atau beberapa orang menjadi sahabat. Dengan persahabatan, jika ada salah satu anggota silaturahmi terjerumus atau jatuh, maka yang lain membantu mengangkat dan membangkitkan sahabatnya tersebut. Dalam perilaku taubat, sahabat akan menjadi motor utama seseorang yang salah segera menyadari kesalahannya dan sahabatnya mengarahkan ke jalan yang benar.

Kelima hal tersebut menjadi senjata utama yang menjadikan seseorang mampu mengambil hikmah setiap peristiwa apapun bentuknya, sehingga hidup penuh makna, penuh hikmah, tambah manfaat, tambah keberkahan dimana pun dan kapan pun manusia berada dalam kehidupan yang ditakdirkan Allah Swt. Rasa bahagia dan syukur yang selalu ada, baik ketika susah atau senang. Kesusahan dan cobaan dinikmati sebagai sebuah pemaknaan proses kehidupan yang menjadikan lebih matang jiwa seseorang. Jika cobaan dan musibah sebagai buah dari perilaku, maka dinikmati sebagai *kafârah* (tebusan) untuk menjadi pengalaman hidup yang sangat bermakna. Titik akhirnya musibah apapun adalah rahmat Allah Swt yang akan membawa dan mengantarkan manusia menuju Allah Swt dengan kasih sayang-Nya yang sangat bermakna. Sebaliknya, nikmat yang besar berupa iman, islam, ilmu, amal, sehat dan sahabat yang baik yang sangat menyenangkan, tidak menjadikan *takabbur*, pesta pora, '*ujub*, bangga atas prestasi dan tinggi hati, karena hakikatnya semua nikmat tersebut tidak hanya untuk diri sendiri, tetapi menjadi takdir Allah Swt yang diberikan untuk membantu tugas manusia sebagai *khalifah* di bumi, menjadi *rahmatan lil 'alamin*, guna memelihara, menghidupkan dan memakmurkan bumi untuk kebahagiaan manusia yang menjadi andil dalam proses manusia masuk surga bertemu dengan Tuhannya kelak.

Itulah rahmat yang sesungguhnya. Dengan pemahaman tersebut, hidup manusia selalu tawadhu, suka berbagi, suka memaafkan dan hidup *ukhuwah* sesuai dengan tugas fungsinya, baik dalam diferensiasi maupun dalam stratifikasi sosial yang telah Allah Swt takdirkan kepada semua manusia.

Penutup

Berdasarkan uraian pembahasan di atas, penulis dapat mengambil dua hal sebagai kesimpulan yang merupakan jawaban dari fokus pembahasan yang dirumuskan sebelumnya. Pertama adalah bahwa manusia ditakdirkan oleh Allah Swt dengan *sunatullah*, sebagai makhluk yang mudah melakukan salah dan dosa. Agar segera mampu bertaubat ke jalan yang benar, harus selalu meningkatkan iman, ilmu dan amal untuk menjadi pedoman dalam kehidupannya. Kedua adalah bahwa Allah Swt bersifat Maha Pengampun, semua takdir Allah Swt adalah rahmat-Nya yang akan membimbing manusia menuju makna kehidupan hakiki yang penuh hikmah, yang berdampak rasa syukur dan ikhlas serta ridha atas takdir-Nya.

Daftar Pustaka

- <https://en.wikipedia.org/wiki/istighfar>.
- <https://galamedia.pikiran-rakyat.com/humaniora/pr-351278003/ini-tanda-taubat-seseorang-diterima-allah-swt-salah-satunya-selalu-menjaga-lisan>, diakses tanggal 11 Juli 2021.
- <https://republika.co.id/berita/q8xxzn320/penjelasan-tobat-menurut-ulama-dan-syarat-syaratnya>, diakses pada tanggal 11 Juli 2021.
- <https://republika.co.id/berita/q8xxzn320/penjelasan-tobat-menurut-ulama-dan-syaratsyaratnya>, diakses 11 Juli 2021.
- <https://www.dialogilmu.com/2017/11/tafsir-al-quran-tematik-taufiq-hidayah-inayah.html>, diakses 11 Juli 2021.
- Latif, Umar. “al-Qur’an Sebagai SUMber Rahmat dan Obat Penawar (*Syifa*) Bagi Manusia,” *Jurnal Al-Bayan*, Vol. 20 No. 2 (2014).
- Mujieb, M. Abdul Syafiah dan Ahmad Ismail. *Ensiklopedia Tasawuf Imam al-Ghazali*, di [Google.book.co.id](https://books.google.co.id).
- al-Qasyimi, Muhammad Jamaluddin. *Mau’izatul Mukminin*, terj. tk: tp, 1995.
- Salim, Syaikh. *Syarah Riyadhush Shalihin Jilid 4*, di [Books.Google.co.id](https://books.google.co.id).
- Usman, Ali. *Hadits Qudsi*. Bandung: CV Diponegoro, 1992.