



Komunikasi Profetik Merawat Rohani Islam (Penyakit Hati)

Vina Vionita

Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, Bandung, Indonesia

*vinavionita1196@mail.com

ABSTRAK

Penelitian ini membahas konsep penyakit hati dalam perspektif Islam serta metode penyembuhannya melalui komunikasi profetik. Rasulullah SAW menegaskan bahwa hati (qalbu) merupakan pusat kendali seluruh anggota tubuh; bila hati baik, maka baiklah seluruh jasad, dan sebaliknya. Hati yang sakit akan memandang kebenaran sebagai sesuatu yang merugikan dan lebih menyukai kebatilan. Penelitian ini menggunakan metode *content analysis* dengan teknik pengumpulan data berupa penetapan batasan studi terhadap sumber utama, yaitu Al-Qur'an dan Hadits, serta sumber sekunder berupa literatur keislaman yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyakit hati timbul akibat syubhat dan syahwat, yang dipicu oleh faktor seperti syirik, maksiat, kelalaian, berpaling dari Allah, serta kecintaan berlebihan terhadap dunia. Akibatnya, seseorang kehilangan rasa bersalah saat berbuat dosa. Komunikasi profetik menjadi metode penyembuhan penyakit hati dengan meneladani layanan Rasulullah SAW dalam membimbing umatnya. Bentuk penyembuhan ini meliputi penguatan hubungan spiritual dengan Allah melalui asmaul husna seperti *al-Hayyu* dan *al-Qayyum*, pengakuan kehambaan, tawakal, membaca al-Qur'an, istighfar, taubat, jihad melawan hawa nafsu, shalat, dan berserah diri secara total kepada Allah SWT. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkuat kesadaran spiritual sebagai solusi terhadap penyakit hati di era modern.

Kata kunci: penyakit hati, komunikasi profetik, qalbu, syubhat, syahwat

ABSTRACT

This study explores the concept of spiritual heart disease (qalbu) from an Islamic perspective and its healing process through prophetic communication. Prophet Muhammad SAW emphasized that the heart serves as the control center of the human body—if the heart is sound, the entire body is sound; if it is corrupt, the entire body is corrupt. A diseased heart tends to perceive truth as harmful and prefers falsehood and harm. This research employs content analysis by establishing study boundaries and utilizing primary sources such as the Qur'an and Hadith, alongside secondary sources in relevant Islamic literature. The findings reveal that heart disease arises from syubhat (doubt) and syahwat (desire), driven by factors such as shirk (polytheism), sinful behavior, heedlessness, turning away from Allah, and an excessive attachment to worldly matters. As a result, individuals lose their sense of guilt when committing sins. Prophetic communication serves as a healing method, modeled after the Prophet's guidance to his followers. This includes strengthening spiritual connection with Allah through His names al-Hayyu and

al-Qayyum, sincere acknowledgment of servitude, reliance on Allah (tawakkul), recitation of the Qur'an, seeking forgiveness (istighfar), repentance (taubah), spiritual striving (jihad), performing prayer (shalat), and fully surrendering one's will to Allah SWT. This research contributes to enhancing spiritual awareness as a solution to the inner ailments of modern life.

Keywords: heart disease, prophetic communication, qalbu, syubhat, syahwat

PENDAHULUAN

Sebagai makhluk sosial, manusia tidak terlepas dari komunikasi, tidak peduli bagaimanapun keadaan manusia tersebut, baik secara verbal maupun non verbal. Dengan komunikasi manusia mampu berinteraksi dengan manusia yang lainnya. Namun tidak sedikit manusia yang mengalami hambatan saat melakukan komunikasi, salah satunya melakukan Komunikasi intrapersonal atau komunikasi intrapribadi yaitu komunikasi yang dilakukan kepada diri sendiri, mengontrol diri melakukan segala sesuatu yang akan diperbuat atau diucapkan. Jika seseorang yang diserang penyakit hati kepribadiannya terganggu dan selanjutnya menyebabkan kurang mampu menyesuaikan diri dengan wajar dan tidak sanggup memahami problemnya.

Dalam diri manusia itu ada segumpal daging. Kalau ia baik, baiklah semuanya. Namun, kalau ia buruk, buruklah semua. Itulah yang dinamakan hati, Ada tiga jenis hati manusia. Ketiganya adalah *qolbun mayyit*, *qolbun maridh* dan *qolbun salim*

Pertama Qolbun Mayyit atau hati yang mati. Orang yang memiliki *qolbun mayyit*, jahatnya lebih jahat dari binatang sebab jahatnya menggunakan akal. Kedua *Qolbun Maridh* atau hati yang sakit. Dia bisa saja beriman, tapi penyakit hatinya banyak. Ciri khasnya tidak pernah tenteram, galau, waswas, cemas, tidak menikmati hidup. Badan berpenyakit saja menderita, apa lagi kalau hatinya berpenyakit. Ketiga *Qolbun Salim*, atau hati yang sehat, bersih, selamat. Inilah orang yang hatinya bersih dan mulia, Orang yang bahagia hi dupnya karena tidak ada penyakit di hatinya

Dalam perspektif Islam, *Qolbun Maridh* /penyakit hati ini sering diidentikkan dengan beberapa sifat buruk atau tingkah laku tercela (*al-akhlak al-mazmumah*), seperti dengki, iri hati, arogan, emosional dan seterusnya.

Dalam hadis Rasulullah Saw: Dari Nu'man bin Basyir berkata: saya mendengar Rasulullah Saw. Bersabda:

ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله وإذا فسد
فسد الجسد كله ألا وهي القلب

Artinya: "Ketahuilah, sesungguhnya dalam jasad terdapat segumpal daging, apabila dia baik maka jasad tersebut akan menjadi baik, dan sebaliknya apabila dia buruk maka jasad tersebut akan menjadi buruk, Ketahuilah segumpal daging tersebut adalah "Qolbu" yaitu hati ". (Hadis Riwayat Bukhori).

Jika kita pahami secara mendalam hadis tersebut, maka hati sangat berperan dalam kehidupan jiwa manusia, karena hati yang bersih akan melahirkan jiwa yang bersih dan selalu taat serta tunduk terhadap titah dari Sang Ilahi Rabbi. Sebaliknya jiwa yang kotor disebabkan karena jiwa tersebut memiliki hati yang tidak baik dan selalu melanggar aturan yang telah digariskan oleh Allah Swt.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan Penelitian

Dalam Perspektif Komunikasi Islam Etika diseminasi informasi dalam perspektif komunikasi Islam tidak lepas dari prinsip prinsip etika komunikasi Islam. Hal ini karena etika kita dalam menjalani kehidupan, haruslah sesuai dengan prinsip yang ada dalam etika komunikasi Islam. Adapun prinsip prinsip tersebut yaitu :

Qaulan Sadidan, Berkomunikasi dengna benar berdasarkan kejujuran, tidak berbelit belit, dan ambigu.

“Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu, hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar” (QS. An-Nisaa: 9).

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar” (QS. Al-Ahzab: 70)

Qaulan Balighan, Berkomunikasi secara efektif, tepat sasaran dan tujuan. Komunikator menggunakan bahasa yang sesuai dengan komunikan.

“.....dan katakanlah kepada mereka perkataan yang membekas pada jiwa mereka” (QS. An-Nisaa: 63)

Qaulan Maysuran, Berkomunikasi tanpa tendensi, menggunakan argumentasi yang rasional dan dapat diterima.

“Dan jika kamu berpaling dari mereka untuk memperoleh rahmat dari Tuhanmu yang kamu harapkan, maka katakanlah kepada mereka ucapan yang pantas” (QS. Al-Israa: 28)

Qaulan Layyinan, Berkomunikasi dengan menggunakan pilihan kata yang tepat agar diperoleh efek seperti yang diharapkan. “Maka berbicaralah kamu berdua kepadanya dengan kata-kata yang lemah lembut, mudah-mudahan ia ingat atau takut” (QS. Thaahaa : 44)

Qaulan Kariman Berkomunikasi yang disesuaikan dengna pendidikan, ekonomi, dan strata sosial.

“Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia” (QS. Al-Israa: 23)

Qaulan Ma'rufan, Berkomunikasi sesuai dengan kode etik bahasa dan tidak memprovokasi.

”Dan janganlah kamu serahkan kepada orang-orang yang belum sempurna akalnya, harta (mereka yang ada dalam kekuasaanmu) yang dijadikan Allah sebagai pokok kehidupan. Berilah mereka belanja dan pakaian (dari hasil harta itu) dan ucapkanlah kepada mereka kata-kata yang baik” (QS. An-Nisaa: 5) (Abdullah, 2007, hlm. 145–146).

Dalam menjalani kehidupan, seorang muslim harus memiliki etika dalam berkomunikasi baik kepada diri sendiri, keluarga, dan etika pada masyarakat. Makna etika komunikasi yang baik kepada diri sendiri yaitu kepatuhan yang diwujudkan dengan beberapa perilaku yang lahir maupun yang bathin, khususnya ketika bersama orang lain atau terhadap diri sendiri. Ketika kita mampu berperilaku dengan etika yang baik, dengan kejujuran dengan keridhoan, maka kita akan mendapat balasan berupa kebahagiaan (AlAsymuni dkk., 2016, hlm. 76).

Adapun beberapa cara yang menunjukkan etika baik pada diri sendiri yaitu shidiq, amanah, istiqamah, dan lain lain. Shidiq (ash shidqu) artinya benar atau jujur, lawan dari dusta atau bohong (al-kazib). Seorang muslim dituntut selalu berada dalam keadaan benar lahir bathin; Benar hati (shidq al-qalb), benar perkataan (shidq al- hadist) dan benar perbuatan (shidq al-'amal). Antara hati dan perkataan harus sama, tidak boleh berbeda, apalagi antara perkataan dan perbuatan. Benar hati, apabila hati dihiasi dengan iman kepada Allah SWT dan bersih dari segala penyakit hati. Benar perkataan, apabila semua yang diucapkan adalah kebenaran, bukan kebatilan. Dan benar perbuatan, apabila semua yang dilakukan sesuai dengan syari'at islam (M.A, 1999, hlm. 81).

Amanah artinya dipercaya, seakar dengan kata iman. Sifat amanah memang lahir dari kekuatan iman. Semakin menipis keimanan seseorang semakin pudar pula sifat amanah pada dirinya. Amanah dalam pengertian yang sempit adalah memelihara titipan dan mengembalikannya kepada pemiliknya dalam bentuk semula. Sedangkan dalam pengertian yang luas amanah mencakup banyak hal; Menyimpan rahasia orang, menjaga kehormatan orang lain, menjaga dirinya sendiri, menunaikan tugas tugas yang diberikan kepadanya dan lain lain sebagainya (M.A, 1999, hlm. 89).

Sedangkan istiqamah secara etimologis, istiqamah berasal dari kata istiqamaya-taqimu, yang berarti tegak lurus. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, istiqamah diartikan sebagai sikap teguh pendirian dan selalu konsekuen. Dalam terminologi akhlaq, istiqamah adalah sikap teguh dalam mempertahankan keimanan dan keislaman sekalipun menghadapi berbagai macam tantangan dan godaan. Seorang yang istiqamah adalah laksana batu karang ditengah tengah lautan yang tidak bergeser sedikitpun walupun dipukul oleh gelombang yang bergulung gulung. Sedangkan dalam kaitannya dengan komunikasi, sifat istiqamah ini penting untuk menjaga konsistensi ucapan kita. Jangan sampai terdapat provokasi yang mengarah pada perpecahan. Apabila ditinjau dari etika kehidupan dalam keluarga, sebagai seorang manusia, kita diciptakan oleh Allah SWT dengan memiliki keluarga masing masing. Dalam keluarga itupun, kita harus memilih etika-etika tertentu. Diantara etika kita dalam keluarga yaitu Birrul Walidain dan Silaturahmi antar sesama karib kerabat. Birrul Walidain terdiri dari kata biruu dan al-walidain. Biruu atau al-birru artinya kebajikan (ingat penjelasan tentang al- birru dalam surah al-baqarah ayat 177).

Al-Walidain artinya dua orang tua atau ibu bapak. Jadi Birrul Walidain adalah berbuat kebajikan kepada kedua orang tua (M.A, 1999, hlm. 148).

Selain itu, dalam beretika kehidupan pada keluarga, kita juga harus

bersilaturraim dengan karib kerabat. Istilah silaturrahim (shilatu ar-rahimi) terdiri dari dua kata: Shillah (hubungan, sambungan) dan Rahim (peranakan). Istilah ini adalah sebuah simbol dari hubungan baik penuh kasih sayang antara sesama karib kerabat yang asal usulnya berasal dari satu rahim. Dalam bahasa Indonesia sehari-hari juga dikenal istilah silaturrahmi (shilatu ar-rahmi) dengan pengertian yang lebih luas, tidak hanya terbatas pada hubungan kasih sayang antara sesama kerabat, tetapi juga mencakup masyarakat luas (M.A, 1999, hlm. 183).

Dari etika kepada keluarga dan karib kerabat, ada banyak hal baik yang bisa dilakukan. Terutama dalam hal komunikasi damai yang tidak memicu pertengkaran dan perpecahan dalam keluarga. Karena harus diakui keluarga adalah Pendidikan pertama dan utama bagi seseorang. Sebelum terjun ke masyarakat di sinilah tempat kita membentuk karakter. Oleh sebab itu, beberapa konflik di Indonesia, salah satunya aksi radikalisme, bisa diselesaikan melalui komunikasi yang baik dalam keluarga. Etika positif yang dibangun bisa memungkinkan bagi seseorang untuk berbuat baik kepada orang lain.

Terakhir ialah etika dalam bermasyarakat. Ketika beretika dengan masyarakat, kita bisa melakukannya dengan bertamu dan menerima tamu, menjaga hubungan baik dengan tetangga, menjaga hubungan baik dengan masyarakat, dan masih banyak lagi. Dalam kehidupan bermasyarakat, kita tidak akan terlepas dari kegiatan bertamu dan menerima tamu. Adakalanya kita yang datang mengunjungi sanak saudara, teman teman atau para kenalan, dan lain waktu kita yang dikunjungi (M.A, 1999, hlm. 221). Adapula cara beretika pada masyarakat dengan menjaga hubungan baik antar tetangga. Minimal hubungan baik dengan tetangga diwujudkan dalam bentuk tidak mengganggu dan menyusahkan mereka.

Misalnya, waktu tetangga tidur atau istirahat, kita tidak membunyikan radio atau tv dengan volume tinggi. Tidak membuang sampah ke halaman tetangga. Tidak menyakiti hati tetangga dengan kata-kata kasar dan tidak sopan. Yang lebih baik lagi tidak hanya sekedar menjaga jangan sampai tetangga terganggu, tapi secara aktif berbuat baik kepada mereka. Misalnya dengan mengucapkan salam dan bertegur sapa, memberikan pertolongan apabila tetangga membutuhkannya, apabila kita memasak makanan, memberikannya sebagian pada tetangga (M.A, 1999, hlm. 203).

Tidak berhenti di situ saja. Di sinilah akan menjadi hasil dari etika pada diri sendiri dan keluarga. Ketika ada banyak konflik sosial di masyarakat, baik menyangkut ekonomi budaya dan tidak terkecuali persoalan agama, munculnya sikap intoleransi, bisa dipicu oleh etika yang kurang baik yang dibangun oleh diri sendiri maupun dalam keluarga. Dan pada intinya, dalam etika kita bermasyarakat, kita harus menjaga hubungan yang baik dengan masyarakat. Hubungan baik dengan masyarakat diperlukan, karena tidak ada seorangpun yang hidup tanpa bantuan masyarakat. Sekali kita menyebarkan informasi negatif kepada masyarakat, kepercayaan mereka kepada kita akan semakin berkurang. Begitupun sebaliknya, Lagi pula hidup bersyariat sudah merupakan fitra manusia. Dalam

surah Al-Hujurat ayat 13 dinyatakan bahwa manusia diciptakan dari lelaki dan perempuan, berbangsa bangsa, dan bersuku suku, agar mereka saling kenal mengenal. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa menurut Al-Qur'an, manusia secara fitri adalah makhluk sosial dan hidup bermasyarakat merupakan suatu keniscayaan bagi mereka (M.A, 1999, hlm. 205).

Penyakit Hati Menurut Islam

Pada dasarnya, penyakit hati yang dimaksud Islam berbentuk figuratif atau tidak menyangkut maksud sebenarnya. Dalam Islam, terdapat sejumlah penyakit hati yang berbahaya bagi individu yang mengidapnya. Penyakit hati ini berdampak buruk pada keimanan dan ketakwaan seorang muslim, bahkan dapat mengantarkannya pada dosa yang dibenci Allah SWT.

Penyakit hati yang dimaksud bukanlah penyakit liver, hepatitis, dan lain sebagainya, tetapi lebih kepada sakit spiritual-emosional. Artinya, jika seseorang mengidap penyakit hati, maka keadaan tersebut akan terjewantah pada perilaku atau akhlak tercela individu bersangkutan. Beberapa penyakit hati yang akan dibahas adalah Sombong, Ujub, Tamak / Serakah, Hasad/ Iri Dengki, Kikir / Serakah, Riya'.

Sikap sombong adalah penyakit hati yang sangat dibenci oleh Allah Swt. Sifat sombong dan membesarkan diri (takabur) inilah yang menjadi penyebab kafirnya Iblis kepada Allah. Karena kesombongannya, Iblis menolak untuk sujud kepada Adam as. Iblis menganggap bahwa dirinya lebih baik karena tercipta dari api, sedangkan Adam tercipta dari tanah.

Manusia tidak berhak untuk sombong karena punya banyak keterbatasan, sedangkan berbagai kelebihan yang dimiliki pun berasal dari Allah. Dia memerintahkan kita untuk menjauhi sifat sombong sebagaimana firman-Nya dalam QS. Al-Isra ayat 37 yang artinya, "*Dan janganlah kamu berjalan di muka bumi ini dengan sombong, karena sesungguhnya kamu sekali-kali tidak dapat menembus bumi dan sekali-kali kamu tidak akan sampai setinggi gunung.*"

Ujub merupakan penyakit hati yang akan membawa seseorang kepada kesombongan. Ujub artinya takjub kepada diri sendiri dan merasa bangga dengan sesuatu yang dimiliki.

Rasulullah bersabda, "*Tiga hal yang membawa pada jurang kebinasaan: (1) tamak lagi kikir, (2) mengikuti hawa nafsu (yang selalu mengajak pada kejahatan), dan ujub (takjub pada diri sendiri).*" (HR. Abdur Razaq)

Hasad atau iri dan dengki adalah perasaan tidak suka yang timbul pada hati seseorang apabila melihat atau mendengar kebahagiaan yang dirasakan orang lain. Penyakit hasad ini harus segera dihilangkan karena segala yang diperoleh masing-masing orang sudah ditentukan kadar dan ukurannya oleh Allah Swt. Penyakit hasad dapat mengikis pahala amal saleh sebagaimana hadis Nabi saw berikut, "*Waspadalah terhadap hasad (iri dan dengki), sesungguhnya hasad mengikis pahala-pahala sebagaimana api memakan kayu.*" (HR. Abu Dawud)

Sifat bakhil ini menyebabkan seseorang merasa kekurangan dan takut akan kehabisan harta, sehingga tidak mau memberikan sedikit hartanya kepada orang yang membutuhkan. Sebagaimana firman Allah dalam surah Ali 'Imran ayat 180

yang artinya, “*Sekali-kali janganlah orang-orang yang bakhil dengan harta yang Allah berikan kepada mereka dari karunia-Nya menyangka, bahwa kebakhilan itu baik bagi mereka. Sebenarnya kebakhilan itu adalah buruk bagi mereka. Harta yang mereka bakhilkan itu akan dikalungkan kelak di lehernya di hari kiamat. Dan kepunyaan Allah-lah segala warisan (yang ada) di langit dan di bumi. Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.*”

Riya' merupakan penyakit hati yang dilarang karena dapat menghilangkan pahala amal saleh yang dilakukan. Karena riya menghilangkan rasa tulus ikhlas beribadah dan beramal hanya untuk Allah dari dalam hati. Orang yang memiliki penyakit riya ini hanya akan berbuat baik apabila dilihat oleh orang lain dengan tujuan untuk mendapatkan sanjungan.

Allah Swt berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 264 yang artinya, “*Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu menghilangkan (pahala) sedekahmu dengan menyebut-nyebutnya dan menyakiti (perasaan si penerima), seperti orang yang menafkahkan hartanya karena riya kepada manusia dan dia tidak beriman kepada Allah dan hari kemudian. Maka perumpamaan orang itu seperti batu licin yang di atasnya ada tanah, kemudian batu itu ditimpa hujan lebat, lalu menjadilah dia bersih (tidak bertanah). Mereka tidak menguasai sesuatu pun dari apa yang mereka usahakan, dan Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang yang kafir.*”

Faktor-Faktor Yang Menyebabkan

Penyakit Hati Anas Ahmad Karzon mengelompokkan penyebab penyakit hati menjadi dua, yaitu, Syubhat dan Syahwat. Berkata Ibnu Qayyim al- Jauziah, “*fitnah yang terjadi di dalam hati merupakan penyebab sakitnya. Ada yang berupa fitnah syubhat, fitnah penyelewengan dan kesesatan, fitnah maksiat dan bid'ah, serta fitnah kezaliman dan kebodohan. Maka yang pertama akan mengakibatkan kerusakan niat dan kehendak, dan yang kedua akan mengakibatkan kerusakan ilmu dan akidah.*” Syubhat saat merasuk ke dalam akal dan tidak selaras dengan hawa nafsu, ia tidak akan banyak berpengaruh. Karena jiwa akan segera melawan dan membodohnya. Namun jika hal itu dapat diterima oleh jiwa manakala sejalan dengan hawa nafsunya maka pada saat itu syubhat akan merembes dan mengambil jalan menuju hati. Selanjutnya ia akan menjadi syubhat jiwa, karena ia telah menemukan sandaran pada hawa nafsu. Syahwat adalah insting fitrah yang dengannya jiwa menyukai dan cenderung padanya. Namun, apabila motif-motif fitrah ini belum tertata dengan standar syar'i yang benar, dan belum dikuatkan oleh ajaran Islam yang akan Sirik, munafik, maksiat, lalai, berpaling, Sibuk dengan urusan dunia dan mengabaikan urusan akhirat, berlebih-lebihan.

Profetik konseling Rasulullah Dalam Mengobati Penyakit Hati

Moh. Syamsi dalam bukunya yang berjudul Jiwa-Jiwa yang Sakit mengatakan bahwa induk kesalahan itu ada tiga, yaitu, dengki, rakus dan sombong. Kesombongan itu berasal dari iblis, ketika ia berlaku sombong dan membangkang terhadap perintah Allah, untuk bersujud kepada Adam sebagai bentuk penghormatan padanya, maka dia menjadi dilaknat. Demikian pula dengandengki dan tampak penyakit ini timbul akibat kecintaannya terhadap dunia semata.³⁷ Dalam penelitian ini, penulis membahas tiga permasalahan penyakit hati yaitu:

Permasalahan Sombong

Rasulullah Saw. melarang umatnya untuk bersifat sombong. Hal ini terdapat

di dalam hadits yaitu:

Artinya: dari Abdullah bin mas'ud Ra, dari Nabi Saw, beliau bersabda, "*tidak akan masuk surga orang yang di dalam hatinya ada sifat sombong walaupun hanya sebesar atom.*" Ada seorang laki-laki berkata, "*sesungguhnya seseorang itu suka memakai pakaian yang bagus dan sandal atau sepatu yang bagus pula.*" Beliau bersabda, "*sesungguhnya Allah itu indah dan menyukai keindahan. Sombong itu menolak kebenaran dan merendahkan sesama manusia.*" (HR. Muslim) 38

Dalam hadits di atas menyebutkan bahwa Rasulullah Saw melarang manusia untuk bersifat sombong walaupun hanya sedikit. Dalam kasus ini Rasulullah Saw menggunakan metode pengingkaran, yaitu dengan melarang umatnya untuk bersikap sombong. Setelah itu seorang laki-laki yang bertanya mengenai perihal orang yang memakai pakaian dan sandal yang bagus, Rasulullah SAW tidak langsung menjawab dengan kata "ya" atau "tidak" melainkan dengan penjelasan mengenai apa yang disukai oleh Allah. Hal ini menuntun lelaki tersebut untuk berfikir secara rasional mengenai sikap dan tindakannya agar bisa terhindar dari sifat sombong.

Disebutkan pula dalam sebuah kisah berkenaan dengan sombong, suatu hari Abu Dzar berdebat dengan seseorang. Lalu ia berkata, "*wahai anak orang hitam (negro).*" Kemudian Rasulullah Saw berkata, "*wahai Abu Dzar, tidaklah orang yang berkulit putih lebih utama daripada orang yang berkulit hitam?*" Lalu

Abu Dzar berbaring dan berkata kepada orang itu, "*Berdirilah dan injak pipiku.*" Berdasarkan kisah ini Rasulullah menyadarkan Abu Dzar dengan penghinaan sehingga ia tersadar dari kesombongannya. Untuk mengatasi penyakit hati ini, ada beberapa cara yang harus dilakukan di antaranya yaitu: Pertama, seseorang harus berpikir siapakah dia yang dulu, sekarang dan kelak. Dia harus mengingat siapa pemilik atas dirinya, apakah patut seseorang sombong terhadap apa yang telah dianugerahkan Allah kepadanya. Kedua, mengkaji ayat-ayat dan hadits mengenai sikap sombong supaya kita dapat mengingatnya bahwa perbuatan itu merupakan perbuatan tercela dan sangat berbahaya. Ketiga, harus benar-benar memerangi dengan bersemangat dan berusaha menghancurkannya. Dalam hadits Rasulullah menjelaskan yang artinya: Ahmad bin Hafsh menyampaikan kepada kami dari ayahnya, dari Ibrahim bin Thahman, dari al-Hajjaj, dari Qatadah, dari Yazid bin Abdullah, dari Iyat bin himar Ra, ia berkata: "Rasulullah Saw bersabda: "*sungguh, Allah telah mewahyukan kepadaku agar kalian saling rendah hati sehingga tidak ada orang yang menzalimi orang lain dan tidak membanggakan diri terhadap orang lain.*" (HR. Abu Daud) 41

Berdasarkan hadits di atas Rasulullah memberikan penawar bagi sifat sombong yaitu berupa sifat tawadhu' yang harus ditanam dalam diri manusia. Tawadhu' atau rendah hati merupakan sikap mental yang tinggi dan terpuji sebagai cerminan dari akhlak karimah seseorang, perasaan ini tergambar dari sikap dan penampilan yang sederhana, baik dalam ucapan, pakaian, perilaku dan sebagainya. Islam mengharamkan seorang muslim takabur dan memerintahkannya untuk tawadhu'. Karena tawadhu' adalah sifat terpuji secara syariat bagi pemiliknya. Dari sini kita menemukan bahwa Allah memerintahkan Rasul-Nya untuk tawadhu'. Allah berfirman:

Artinya: hai orang-orang yang beriman, barang siapa di antara kamu yang

murtad dari agamanya, maka kelak Allah akan mendatangkan suatu kaum yang Allah mencintai mereka dan mereka pun mencintai-Nya, yang bersikap lemah lembut terhadap orang-orang mukmin, yang bersikap keras terhadap orang-orang kafir, yang berjihad di jalan Allah, dan yang tidak takut kepada celaan orang yang suka mencela. Itulah karunia Allah, diberikan-Nya kepada siapa yang dikehendaki-Nya, dan Allah Mahaluas (pemberian-Nya) lagi Maha Mengetahui (QS. al-Maidah: 54)

'Tawadhu' akan membawa pemiliknya mulia dan tinggi derajatnya di mata Allah dan di mata manusia. Manusia membenci orang yang takabur dan menyukai orang yang tawadhu'. Karena orang yang tawadhu' dan rendah hati selalu bisa membaur secara baik dengan orang banyak. Rasulullah Saw bersabda yang artinya: Harmalah bin Yahya menyampaikan kepada kami dari ibn Wahb, dari Amr bin Haris yang mengabarkan dari Darraj, dari Abu al-Haitsam, dari Abu Sa'id bahwa Rasulullah Saw bersabda, "siapa yang bersikap tawadhu' kepada Allah satu derajat, niscaya Allah mengangkatnya satu derajat, siapa yang bersikap sombong terhadap Allah satu derajat, niscaya Allah akan merendharkannya satu derajat, hingga Allah memasukkannya ke dalam golongan orang-orang paling rendah (derajatnya). (HR. Ibnu Majjah)

Permasalahan Tamak

Mengenai permasalahan tamak, Rasulullah Saw bersabda yang Artinya: Muhammad bin Al-Hasan bin Qutaibah mengabarkan kepada kami, ia berkata, Hamalah bin Yahya menceritakan kepada kami, ia berkata, ibn Wahab menceritakan kepada kami, ia berkata, Muawiyah bin Shalih menceritakan kepadaku, dari Yahya bin Jabir, dari Miqdar ibn Ma'di Kariba: sesungguhnya Rasulullah Saw bersabda: *"tidak ada tempat yang buruk yang diisi oleh anak adam selain perutnya. Cukuplah anak adam memakan makanan yang dapat menegakkan tulang punggungnya. Jika tidak dapat melakukan yang demikian, bendaklah sepertiga perutnya untuk makan, sepertiga untuk minum, dan sepertiga untuk pernafasannya."* (HR. Ibnu Hibban)

Dari teks hadits di atas Rasulullah mengajarkan kita untuk bersikap bersahaja dan tidak berlebihan. Dalam permasalahan ini Rasulullah menggunakan metode pembelajaran secara langsung, yaitu mengajarkan kepada kita tentang pola hidup yang benar serta tidak berlebihan dalam berbagai hal. Mengenai permasalahan ini ada sebuah contoh yang terjadi pada Hakim bin Hizam. Dia adalah orang yang suka harta dan banyak meminta-minta. Dia bahkan sampai menekan Rasulullah dengan meminta, hingga beliau menasihatinya dengan sebuah perkataan yang menyentuh dan menyebabkan ia menghapus rasa cinta dan tamaknya kepada harta.

Hakim bin Hizam berkata, *"aku meminta kepada Rasulullah dan beliau memberiku, lalu aku meminta beliau dan beliau memberiku, lalu aku meminta beliau lagi dan beliau memberiku."*

Kemudian beliau bersabda, *"Hai Hakim, sesungguhnya harta ini mempesona dan manis. Siapa saja yang mengambilnya dengan ketenangan jiwa, maka ia akan diberkahi. Siapa yang mengambilnya dengan ketamakan jiwa, tidak akan diberkahi, ia seperti orang yang makan dan tidak pernah kenyang. Tangan di atas lebih baik dari tangan di bawah. 'kukatakan,'aku tidak akan mengambil dari seorang pun setelahmu sampai aku meninggal dunia."*

Abu Bakar pernah memanggil Hakim untuk diberi sesuatu, tetapi hakim tidak

mau menerimanya. Lalu Umar memanggilnya untuk memberinya sesuatu dan hakim tidak mau menerimanya sama sekali. Hakim benar-benar tidak mau meminta dan menerima pemberian manusia setelah Nabi Saw sampai ia wafat.

Berdasarkan kisah di atas Rasulullah Saw tidak langsung menasehati atau menegur Hakim tetapi beliau menuruti keinginan Hakim terlebih dahulu baru setelah itu beliau menasehatinya sehingga Hakim benar-benar menghindari sifat tamak dalam dirinya sampai ia wafat. Tamak terkadang selalu ada dalam diri kita untuk itu kita harus waspada terhadap sifat tersebut, karena sifat tamak dapat mengundang kita kepada pemusuhan. Rasulullah Saw menjelaskan dalam sebuah hadits yang artinya: *“Abu Ubaidah bin Abu as-Safar menyampaikan kepada kami dari Syihab bin Abbad, dari Khalid bin Amr al-Qurasyi, dari Sufyan ats-Tsauri, dari Abu Hazim bahwa Sa’id bin Sa’d as-Sa’idi berkata”* seorang laki-laki mendatangi Nabi Saw dan berkata, wahai Rasulullah, tunjukkan kepadaku sebuah amalan yang jika mengamalkannya Allah akan mencintaiku karenanya begitu juga dengan manusia. Rasulullah Saw bersabda : *“bersikap zuhudlah di dunia, niscaya Allah mencintaimu dan bersikap zuhudlah terhadap apa yang ada di tangan manusia, niscaya mereka mencintaimu.”* (HR. Ibnu majah)

Berdasarkan hadits di atas Rasulullah SAW mengajarkan kepada kita bahwa obat dari penyakit tamak adalah zuhud (bersahaja). Yang dimaksud dengan hakikat zuhud adalah menolak sesuatu serta mengandalkan yang lain. Maka barangsiapa yang meninggalkan kelebihan dunia serta menolaknya dan mengharapkan akhirat maka ia juga zuhud di dunia. Derajat zuhud yang tertinggi ialah tidak menginginkan segala sesuatu selain Allah. Zuhud haruslah disertai pengetahuan bahwa akhirat itu lebih baik dari pada dunia. Amalan yang timbul dari suatu keadaan adalah sebagai pelengkap dari suatu keinginan terhadap akhirat.

Allah Swt berfirman yang artinya: *“Barang siapa yang menghendaki keuntungan di akhirat, akan kami tambah keuntungan tersebut baginya, serta barang siapa yang menghendaki keuntungan di dunia, maka akan Kami berikan kepada mereka sebagian keuntungan dunia serta tidak akan ada baginya suatu bagian pun di akhirat.”* (QS. Asy Syura: 20)

Bila seseorang telah zuhud terhadap dunia maka ia tidak akan menghitung-hitung amalannya dan tidak pula takut miskin. Karena ia tidak begitu tertarik kepada harta kekayaan dunia, ia lebih tertarik kepada kepentingan beragama, kasih sayang dan kehidupan di akhirat. Namun, perlu dipahami bila ada orang yang telah menjalani hidup sederhana dan makannya pun sedikit dan tekun beribadah, tetapi karena hatinya masih suka pujian dan kebanggaan maka orang tersebut masih belum dapat disebut zuhud, karena bathinnya masih terbawa oleh hawa nafsu kesenangan dunia.

Selain itu ada beberapa cara untuk menghindari sifat tamak yaitu: Pertama, meyakini sifat-sifat Allah Yang Mahakuasa harus diperkuat, dan kita harus tahu bahwa Dia Maha pemberi rezeki dan Dia pula yang menjamin rezeki semua makhluk.

Artinya: *“dan tidak ada suatu binatang melata pun di bumi melainkan Allah-lah yang member risikinya.”* (QS. Hud: 6)

Kedua, orang yang tamak harus memikirkan fakta bahwa hartanya akan tetap ada di sini (dunia) tapi dirinya akan pergi dari sini (meninggal dunia). Namun begitu,

dia harus mempertanggung jawabkan harta itu dihadapan Tuhan di akhirat kelak.

Ketiga, mempelajari dan mengingat mengenai larangan-larangan sifat tamak agar kita terhindar dari sifat tersebut.⁵⁴ Terapi ambisi dan tamak dapat juga dilakukan dengan cara menanamkan sifat puas diri (qana'ah) dalam diri. Qana'ah adalah ridha dengan rezeki yang dibagi oleh Allah, merasa cukup meskipun sedikit, dan tidak mengejar kekayaan dengan cara meminta-minta kepada manusia dan mengemis. Rasulullah Saw bersabda:

Artinya: Abu Bakar bin Abu Syaibah menyampaikan kepada kami dari sufyan bin uyainah dari Abu Az-zinad dari al- A'raj, dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah Saw bersabda:kekayaan itu bukan pada banyaknya harta tetapi adalah kekayaan jiwa. (HR. Ibnu Majah)

Qana'ah adalah kekayaan jiwa. Dan, kekayaan jiwa lebih tinggi derajatnya dari pada kekayaan harta. Kekayaan jiwa dapat membuat seseorang menjaga kehormatan dan menjaga kemuliaan diri untuk tidak meminta kepada orang lain. Sedangkan, kekayaan harta dan tamak pada harta membuat seseorang menjadi hina.

Ada lima perkara untuk dapat menanamkan sifat puas diri di dalam diri yaitu:

Pertama, Berhemat dalam penghidupan dan santun dalam menafkahkan harta (infaq). Yang dimaksud dengan santun dalam menafkahkan harta adalah tidak berlebihan dalam menafkahkan harta.

Kedua, apabila dalam kondisi yang berkecukupan maka jangan terguncang gara-gara memikirkan masa depan. Karena itu dapat memperpendek angan-angan, dan memastikan bahwa rezeki telah ditetapkan dan pasti akan datang, walaupun tidak berambisi besar terhadapnya.

Ketiga, mengetahui bahwa di dalam rasa puas diri ada kekuatan untuk tidak membutuhkan, sedangkan pada ambisi dan tamak ada kehinaan.

Keempat, seseorang yang banyak angan-angan dan kemewahan seperti orang-orang Yahudi, nasrani, orang-orang hina, orang-orang bodoh dan lain-lain, yang tidak beriman kepada Allah, kemudian melihat keadaan para Nabi, Rasul serta para sahabat, tabi'in dan ulama. Maka akal akan memilih antara menjadi seperti orang-orang hina atau seperti para panutan yang merupakan golongan yang paling tinggi harga dirinya dari seluruh makhluk disisi Allah hingga akan terasa ringan kesabaran padanya atas kesulitan hidup dan merasa puas diri pada yang keadaan sederhana.

Kelima, harus memahami bahwa mengumpulkan harta itu berbahaya. Di dalamnya ada takut kecurian, dan takut kehilangan.

Permasalahan Dengki

Rasulullah Saw melarang umatnya bersifat dengki, sebagaimana dalam hadis yang artinya: Abdul Jabbar bin al-A'la al-Athar dan Said bin Abdurrahman menyampaikan kepada kami dari Sufyan bin Uyainah, dari az-Zuhri dari Anas bahwa Rasulullah Saw bersabda, "*janganlah kalian saling memutuskan silaturrahmi, bermusuhan-musuhan, membenci dan janganlah pula saling dengki, jadilah kalian bamba yang bersaudara. Tidaklah balal bagi seorang mukmin mendiamkan saudaranya lebih dari tiga hari.*" (HR. at-Tirmidzi)

Kemudian mengenai permasalahan dengki Rasulullah juga menegaskan dengki yang dapat menghilangkan kebaikan di dalam diri kita.

Artinya: “*Ustman bin shalih al-Baghdadi menyampaikan kepada kami dari abu amir (Abdullah bin Malik bin Amr) yang mengabarkan dari Sulaiman Bin Bilal, dari Ibrahim bin Abu Asid, dari kakeknya, dari Abu Hurairah bahwa Nabi Sam bersabda*” tinggalkan perbuatan dengki, sebab kedengkian itu memakan kebaikan sebagaimana api memakan kayu bakar atau rumput. (HR Abu Daud)

Rasulullah Saw adalah contoh suri tauladan yang baik. Di kisahkan bahwa, setiap hari, setiap kali Rasulullah SAW berjalan kaki menuju mesjid atau pasar, ada seorang yahudi tua yang selalu melemparinya dengan batu dan mencaci makinya. Namun, Rasulullah SAW tidak pernah membalasnya. Padahal, orang ini melakukan hal yang sama setiap hari. Ketika orang yahudi ini sakit, Rasulullah Saw malah merasa kehilangan dan bertanya kepada orang-orang di sekitar tempat itu. Rasulullah Saw, mendapat jawaban bahwa orang yang ia cari tengah terbaring sakit. Mendengar hal itu, beliau sama sekali tidak melaknat dan bersyukur atas sakit yang diderita orang tersebut. Rasulullah Saw malah meminta diantar ke rumah orang tersebut untuk menjenguk dan meminta kesembuhan baginya. Melihat hal tersebut, menangislah orang yahudi karena terharu dengan kebaikan dan kemuliaan orang yang selama ini selalu dihina dan dicaci maki olehnya.

Berdasarkan kisah ini Rasulullah SAW menggunakan metode suri tauladan untuk menghilangkan sikap dengki yang ada pada orang yahudi tersebut. Rasulullah Saw tetap bersikap baik terhadap orang yang dengki kepada beliau. Sehingga hati orang tersebut menjadi lembut dan sampai menangis atas kebaikan yang dilakukan oleh beliau. Untuk menghilangkan sifat dengki dalam diri, kita harus berfikir bahwa segala sesuatu ada takarannya dan segala sesuatu telah ditentukan oleh Allah. Untuk itu sebagai manusia kita tidak perlu takut terhadap kekurangan yang telah Allah berikan kepada kita, Allah telah berfirman yang artinya: “*dan segala sesuatu pada sisi-Nya ada ukurannya.*” (QS. Ar-Ra’d: 8)

Dengki atau hasad memiliki banyak sebab, yaitu permusuhan, ingin disanjung, kebencian, kesombongan, u’jub, cinta kekuasaan, kotornya jiwa dan kebakhilan. Semua itu tercela. Cara mengobatinya yaitu dengan mengetahui hasad adalah berbahaya bagi diri di dunia dan di akhirat. Bahaya di dunia adalah merasa sakit karenanya. Bahaya bagi agama yaitu kebencian terhadap nikmat Allah, maka orang yang mendapat nikmat itu mendapat pahala, sementara dosa dituliskan orang yang hasad terhadapnya. Kedengkian itu adalah bagian dari penyakit- penyakit besar bagi hati. Dan penyakit-penyakit itu tidak akan dapat di obati, selain dengan ilmu dan amal. Ilmu yang bermanfaat bagi penyakit dengki, ialah: mengetahui dengan keyakinan, bahwa kedengkian itu merugikan diri di dunia dan agama. Dan tidak ada kerugian bagi seseorang yang didengki, pada dunia dan agamanya.

PENUTUP

Berdasarkan tiga permasalahan yang telah disebutkan di atas dapat kita ketahui bahwa Komunikasi profetik Rasulullah dalam mengobati penyakit hati ada berbagai macam cara, tergantung pada permasalahannya. Terkait dengan permasalahan sombong, Rasulullah menggunakan metode pengingkaran dan penghinaan, dengan melarang umatnya bersikap sombong dan menyadarkannya

dengan penghinaan sehingga hilanglah sifat sombong dalam hati. Mengenai dengan permasalahan tamak, Rasulullah menggunakan metode pembelajaran secara langsung dengan mengajarkan umatnya bahwa perbuatan tersebut tidak disukai oleh Allah swt. Dan yang terakhir yaitu permasalahan dengki, dalam hal ini Rasulullah menggunakan metode suri tauladan, yaitu membalas kedengkian seseorang dengan kebaikan, sehingga orang tersebut tersadar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ubaidillah Usamah, Penyakit Hati dan Obatnya, Solo: Ziyat Visi Media, 2008
- Al-Ghazali, Menyingkap Rahasia Qolbu, Surabaya: Amelia, 2004
- Amru Abdul Salam, Waspadalah Dengki!, Jakarta: Cendikia Sentral Muslim, 2005
- Departemen Agama RI, Al-Quran dan Terjemahannya, Jakarta: Lajnan Pentasbihan Mushaf, 2007
- Gulam Reza Sultani, Hati Yang Bersih, Jakarta: Pustaka Zahra, 2004
- Haqiqi Alif, Qalbu yang Sakit, Jombang: Lintas Media, 2014
- Tajuddin Thalabi, Keajaiban Hati dan Keunikannya, Surabaya: Amelia Surabaya, 2007