

### BAB III

#### PEMAHAMAN HADIS TENTANG OPTIMISME

##### A. Redaksi Hadis-Hadis

###### 1. Hadis-Hadis tentang Landasan Optimisme

أ. حَدَّثَنَا هَدَّابُ بْنُ خَالِدٍ الْأَزْدِيُّ وَشَيْبَانُ بْنُ فَرُّوخَ جَمِيعًا عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ الْمُغِيرَةِ وَاللَّفْظُ لِشَيْبَانَ حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ حَدَّثَنَا ثَابِتٌ عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ» (رواه مسلم)<sup>1</sup>

ب. حَدَّثَنَا بَهْزٌ وَحَجَّاجٌ قَالَا نَنَا سُلَيْمَانُ بْنُ الْمُغِيرَةِ عَنْ ثَابِتٍ عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «عَجِبْتُ مِنْ أَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنْ أَمَرَ الْمُؤْمِنِ كُلُّهُ لَهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ كَانَ ذَلِكَ لَهُ خَيْرًا وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ فَصَبَرَ كَانَ ذَلِكَ لَهُ خَيْرًا» (رواه احمد)<sup>2</sup>

ت. حَدَّثَنَا عَفَّانُ مِنْ كِتَابِهِ حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ حَدَّثَنَا ثَابِتٌ عَنْ ابْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «عَجِبْتُ لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَ الْمُؤْمِنِ كُلُّهُ لَهُ خَيْرٌ لَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ وَكَانَ خَيْرًا وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ وَكَانَ خَيْرًا» (رواه احمد)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Abû al-Husain Muslim ibn al-Hajjâj ibn al-Qusyairî al-Naisâbûrî, *Shahîh Muslim*, vol. 2, (Beirut: Dâr al-Fikr, 1992), h. 709

<sup>2</sup>Ahmad bin Hanbal, *Musnad Imam Ahmad bin Hanbal*, vol. 4, (Beirut: Dâr al-Fikr, t. th), h. 332

<sup>3</sup>Ahmad bin Hanbal, *Musnad Imam Ahmad bin Hanbal*, vol. 4, h. 333

ث. حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ مَهْدِيٍّ حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ بْنُ الْمُغِيرَةِ عَنْ ثَابِتٍ عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «عَجِبْتُ مِنْ قَضَاءِ اللَّهِ لِلْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَ الْمُؤْمِنِ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَلِكَ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ فَشَكَرَ كَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ فَصَبَرَ كَانَ خَيْرًا لَهُ». (رواه احمد)<sup>4</sup>

## 2. Hadis-Hadis tentang Bentuk Optimisme

أ. حَدَّثَنَا أَبُو الْيَمَانِ أَخْبَرَنَا شُعَيْبٌ عَنِ الزُّهْرِيِّ قَالَ أَخْبَرَنِي عُبَيْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُتْبَةَ أَنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ «لَا طَيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْفَأَلُ قَالُوا وَمَا الْفَأَلُ قَالَ الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ». (رواه البخاري)<sup>5</sup>

ب. حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُحَمَّدٍ أَخْبَرَنَا هِشَامُ أَخْبَرَنَا مَعْمَرٌ عَنِ الزُّهْرِيِّ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «لَا طَيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْفَأَلُ قَالُوا وَمَا الْفَأَلُ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ». (رواه البخاري)<sup>6</sup>

ت. وَ حَدَّثَنَا عَبْدُ بْنُ حُمَيْدٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ أَخْبَرَنَا مَعْمَرٌ عَنِ الزُّهْرِيِّ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُتْبَةَ أَنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ «لَا طَيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْفَأَلُ قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْفَأَلُ قَالَ الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ». (رواه مسلم)<sup>7</sup>

<sup>4</sup>Aḥamd bin Ḥanbal, *Musnad Imam Aḥmad bin Ḥanbal*, vol. 6, h. 15

<sup>5</sup>Abū ‘Abd Allāh Muḥammad ibn Ismā‘il ibn Ibrāhīm Ibn Mughīrah ibn Barzibah al-Ju’fi al-Bukhārī, *Shahīḥ al-Bukhārī*, vol. 7, (Beirut: Dār al-Fikr, 1994), h. 34

<sup>6</sup>Al-Bukhārī, *Shahīḥ al-Bukhārī*, vol. 7, h. 35

<sup>7</sup>Muslim, *Shahīḥ Muslim*, vol. 2, h. 369

ث. حَدَّثَنَا مُسْلِمٌ بْنُ إِبْرَاهِيمَ حَدَّثَنَا هِشَامٌ حَدَّثَنَا قَتَادَةُ عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةٌ يُعْجِبُنِي الْقَالَ الصَّالِحُ الْكَلِمَةُ الْحَسَنَةُ» (رواه البخاري)<sup>8</sup>

ج. حَدَّثَنَا مُسْلِمٌ بْنُ إِبْرَاهِيمَ حَدَّثَنَا هِشَامٌ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسٍ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةٌ يُعْجِبُنِي الْقَالَ الصَّالِحُ وَالْقَالَ الصَّالِحُ الْكَلِمَةُ الْحَسَنَةُ» (رواه ابو داود)<sup>9</sup>

ح. حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ قَالَ سَمِعْتُ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةٌ يُعْجِبُنِي الْقَالَ قَالُوا وَمَا الْقَالَ قَالَ كَلِمَةٌ طَيِّبَةٌ» (رواه البخاري)<sup>10</sup>

خ. حَدَّثَنَا هَدَّابُ بْنُ خَالِدٍ حَدَّثَنَا هَمَّامُ بْنُ يَحْيَى حَدَّثَنَا قَتَادَةُ عَنْ أَنَسِ أَنَّ نَبِيَّ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةٌ يُعْجِبُنِي الْقَالَ الْكَلِمَةُ الْحَسَنَةُ الْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ» (رواه مسلم)<sup>11</sup>

د. وَ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى وَابْنُ بَشَّارٍ قَالَا أَخْبَرَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ سَمِعْتُ قَتَادَةَ يُحَدِّثُ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةٌ يُعْجِبُنِي الْقَالَ قِيلَ وَمَا الْقَالَ قَالَ الْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ» (رواه مسلم)<sup>12</sup>

<sup>8</sup>Al-Bukhârî, *Shahîh al-Bukhârî*, vol. 7, h. 35

<sup>9</sup>Abû Dâwud Sulaimân Ibn al-Asy'as ibn Ishaq Ibn Basyir Ibn Syidad Ibn Imrân al- Azdi al-Sijistani, *Sunan Abû Dâwud*, vol. 5, (Beirut: Dâr al- Fikr, 1999), h. 378

<sup>10</sup>Al-Bukhârî, *Shahîh al-Bukhârî*, vol. 7, h. 41

<sup>11</sup>Muslim, *Shahîh Muslim*, vol. 2, h. 370

<sup>12</sup>Muslim, *Shahîh Muslim*, vol. 2, h. 370

ذ. حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُنِيرٍ حَدَّثَنَا عَبْدُهُ بْنُ سُلَيْمَانَ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَمْرٍو عَنْ أَبِي سَلَمَةَ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «يُعْجِبُهُ الْفَأَلُ الْحَسَنُ وَيَكْرَهُ الطَّيْرَةَ». (رواه ابن ماجه) <sup>13</sup>

ر. وَ حَدَّثَنِي حَجَّاجُ بْنُ الشَّاعِرِ حَدَّثَنِي مُعَلَّى بْنُ أَسَدٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ مُحَمَّدٍ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ عَتِيقٍ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ سِيرِينَ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةَ وَأُحِبُّ الْفَأَلَ الصَّالِحَ». (رواه مسلم) <sup>14</sup>

ز. حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا يَزِيدُ بْنُ هَارُونَ أَنْبَأَنَا شُعْبَةُ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسِ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةَ وَأُحِبُّ الْفَأَلَ الصَّالِحَ». (رواه ابن ماجه) <sup>15</sup>

س. حَدَّثَنِي زُهَيْرُ بْنُ حَرْبٍ حَدَّثَنَا يَزِيدُ بْنُ هَارُونَ أَخْبَرَنَا هِشَامُ بْنُ حَسَّانٍ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ سِيرِينَ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «لَا عَدْوَى وَلَا هَامَةَ وَلَا طَيْرَةَ وَأُحِبُّ الْفَأَلَ الصَّالِحَ». (رواه مسلم) <sup>16</sup>

ش. حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي عَدِيٍّ عَنْ هِشَامِ الدَّسْتَوَائِيِّ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةَ وَأُحِبُّ الْفَأَلَ قَالُوا يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْفَأَلُ قَالَ الْكَلِمَةُ الطَّيْبَةُ». (رواه الترمذي) <sup>17</sup>

ص. حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ قَالَ أَخْبَرَنَا سَعِيدُ الْجُرَيْرِيُّ عَنْ مُضَارِبِ بْنِ حَزْنٍ قَالَ قُلْتُ يَعْني لِأبي هُرَيْرَةَ هَلْ سَمِعْتَ مِنْ خَلِيلِكَ شَيْئًا تُحَدِّثُنِيهِ قَالَ نَعَمْ سَمِعْتُهُ يَقُولُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «لَا عَدْوَى وَلَا هَامَةَ وَخَيْرُ الطَّيْرِ الْفَأَلُ وَالْعَيْرُ حَقٌّ». (رواه احمد) <sup>18</sup>

<sup>13</sup>Abû Abd Allâh Muḥammad ibn Yazîd ibn Mâjah al-Qazwîni, *Sunan Ibnu Mâjah*, vol. 2, (Beirut: Dâr al-Fikr, 1995), h. 358

<sup>14</sup>Muslim, *Shahîḥ Muslim*, vol. 2, h. 370

<sup>15</sup>Ibnu Mâjah, *Sunan Ibnu Mâjah*, vol. 2, h. 358

<sup>16</sup>Muslim, *Shahîḥ Muslim*, vol. 2, h. 370

<sup>17</sup>Abû 'Isâ Muḥammad al-Turmudzî, *Sunan al-Turmudzî*, vol. 3, (Beirut: Dâr al-Fikr, 1994), h. 228

ض. حَدَّثَنَا خَلْفُ بْنُ الْوَلِيدِ حَدَّثَنَا أَبُو مَعْشَرٍ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ قَيْسٍ قَالَ سُئِلَ أَبُو هُرَيْرَةَ سَمِعْتَ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «الطَّيْرَةُ فِي ثَلَاثٍ فِي الْمَسْكَنِ وَالْفَرَسِ وَالْمَرْأَةِ قَالَ قُلْتُ إِذَنْ أَقُولَ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا لَمْ يَقُلْ وَلَكِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ أَصْدَقُ الطَّيْرِ الْقَالَ وَالْعَيْنُ حَقٌّ». (رواه احمد)<sup>19</sup>

ط. قَالَ حَدَّثَنَا أَبُو عَامِرٍ قَالَ حَدَّثَنَا عَلِيُّ عَنْ يَحْيَى يَعْنِي ابْنَ أَبِي كَثِيرٍ قَالَ حَدَّثَنِي حَيْهَةَ التَّمِيمِيُّ أَنَّ أَبَاهُ أَخْبَرَهُ أَنَّهُ سَمِعَ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ «لَا شَيْءَ فِي الْأَهَامِ وَالْعَيْنُ حَقٌّ وَأَصْدَقُ الطَّيْرِ الْقَالَ». (رواه احمد)<sup>20</sup>

## B. Analisis Tekstual Hadis-Hadis

### 1. *Takhrîj al-Hadîts*

*Takhrîj*<sup>21</sup> yang dilakukan pada penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan kitab yang memuat hadis-hadis optimisme. Proses dalam pencarian hadis ini penulis mulai dengan menetapkan topik dari pembahasan dan setelah itu ditelusuri dengan menggunakan *al-Mu'jam*

<sup>18</sup>Ahmad bin Hanbal, *Musnad Imam Ahmad bin Hanbal*, vol. 2, h. 487

<sup>19</sup>Ahmad bin Hanbal, *Musnad Imam Ahmad bin Hanbal*, vol. 2, h. 289

<sup>20</sup>Ahmad bin Hanbal, *Musnad Imam Ahmad bin Hanbal*, vol. 4, h. 67

<sup>21</sup>*Takhrîj* adalah berasal dari kata *Kharraja*, yang berarti *al-Zuhûr* (tampak) dan *al-Burûz* (jelas). *Takhrîj* juga bisa berarti *al-Istinbât* (mengeluarkan), *al-Tadrîb* (meneliti) dan *al-Taujîh* (menerangkan). Adapun secara istilah, *takhrîj* adalah menunjukkan tempat hadis pada sumber-sumber aslinya, dimana hadis tersebut telah diriwayatkan lengkap dengan sanadnya, kemudian menjelaskan derajatnya jika diperlukan. Dan *takhrîj* ialah mengambil sesuatu hadis dari sesuatu kitab, lalu mencari sanad yang lain dari sanad penyusun kitab itu, menerangkan bahwa hadis itu terdapat dalam sesuatu kitab yang dinukilkan ke dalamnya oleh penyusunnya dari sesuatu kitab lain. Lihat Suryadi, *Metode Kontemporer Memahami Hadis Nabi*, cet. I, (Yogyakarta: Teras, 2008), h. 34 dan Teungku Muhammad Hasbi al-Shiddieqy, *Sejarah dan Pengantar Ilmu Hadits*, cet. III, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2009), h. 148

*al-Mufahras li-Alfâzh al-Ḥadîts al-Nabawî*. Dari hasil penelusuran tersebut ditemukan hadis-hadis yang terkait penelitian ini sebagai berikut:

- Al-Bukhârî – *kitâb al-thibb, bâb al-thiyarah, bab al-fa`lu, dan bâb lâ `adwâ*.
- Muslim – *kitâb al-salâm, bâb al-thiyarah wa al-fa`lu wa mâ yakûn fih min syu`mi*<sup>22</sup> dan *kitâb zuhud wa al-riqâiq, bâb al-mukmin amrah kulli khair*.<sup>23</sup>
- Abû Dâwud – *kitâb al-thibb, bâb al-thiyarah*.
- Al-Turmudzî – *kitâb al-sayr, bâb mâ jâ` fi al-thiyarah*.
- Ibnu Mâjah – *kitâb al-thibb, bâb man kâna yu`jibuh al-fa`lu wa yakrah al-thiyarah*.<sup>24</sup>
- Musnad Aḥmad bin Ḥanbal, juz 2, 289, 487 dan juz 4, 67<sup>25</sup>, juz 4, 332, 333 dan juz 6, 15.<sup>26</sup>

Dalam hal ini penulis menelusuri hadis-hadis yang dibahas dalam sembilan kitab hadis yang biasa dikenal dengan *Kutub al-Tis'ah*, telah banyak ditemukan 40 riwayat hadis<sup>27</sup> dalam pembahasan ini. Maka menurut penulis perlu pengklasifikasikan karena dilihat melalui teksnya

---

<sup>22</sup>A. J. Wensinck, *Al-Mu`jam al-Mufahras li Alfâzh al-Ḥadîts al-Nabawî*, vol. 5, (Leiden: E.J.Brill, 1936), h. 39-40

<sup>23</sup>A. J. Wensinck, *Al-Mu`jam al-Mufahras li Alfâzh al-Ḥadîts al-Nabawî*, vol. 3, h. 166

<sup>24</sup>A. J. Wensinck, *Al-Mu`jam al-Mufahras li Alfâzh al-Ḥadîts al-Nabawî*, vol. 5, h. 39-40

<sup>25</sup>A. J. Wensinck, *Al-Mu`jam al-Mufahras li Alfâzh al-Ḥadîts al-Nabawî*, vol. 3, h. 39-40

<sup>26</sup>A. J. Wensinck, *Al-Mu`jam al-Mufahras li Alfâzh al-Ḥadîts al-Nabawî*, vol. 3, h. 166

<sup>27</sup>Landasan optimisme telah ditemukan empat buah hadis, yang terdapat kitab sahih Muslim satu, Musnad Aḥmad bin Ḥanbal tiga buah hadis. Sedangkan bentuk optimisme ada tiga puluh enam hadis, terdapat di kitab al-Bukhârî empat buah hadis, Muslim lima buah hadis, Abû Dâwud satu buah hadis, al-Turmudzî satu buah hadis, Ibnu Mâjah dua buah hadis dan Musnad Aḥmad ada dua puluh tiga hadis.

ada yang mempunyai kesamaan dan ada yang mempunyai perbedaan redaksi kata maupun kalimat. Disamping itu pengklasifikasian ini akan memudahkan dalam memahami redaksi hadis secara mendalam dan menyeluruh.

a. Hadis-Hadis tentang Landasan Optimisme

Hadis ini mempunyai redaksi yang bervariasi dari dua riwayat. Muslim meriwayatkan dalam *Shahîh*-nya, kitab *al-zuhud wa al-Raqâiq* bâb *al-mukmin amrah kulli khair*. Hadis ini bersumber dari Shuhaib terus ke ‘Abd al-Rahmân bin Abî Laila terus kepada Tsâbit terus ke Sulaimân bin al-Mughîrah sampai kepada Haddâb bin Khâlid al-Azdî dan Syaiban bin Farrukh. Ahmad bin Hanbal meriwayatkan dalam Musnadnya, yang sama bersumber dari Shuhaib terus ke ‘Abd al-Rahmân bin Abî Laila terus kepada Tsâbit terus ke Sulaimân bin al-Mughîrah sampai kepada Bahz dan Hajjâj. Jalur sanad yang sama sampai kepada ‘Affân, dan jalur sanad yang sama juga sampai kepada ‘Abd al-Rahmân bin Mahdî. Secara redaksional, riwayat Muslim *عَجَبًا لِأَمْرٍ*, ada penambahan dhamir hu pada *أَمْرٌ* dan fa pada *فَكَانَ*. Sedangkan riwayat Ahmad bin Hanbal *عَجِبْتُ مِنْ قَضَاءِ اللَّهِ* *عَجِبْتُ مِنْ أَمْرٍ, عَجِبْتُ لِأَمْرٍ*. Dari Shuhaib sampai kepada Bahz dan Hajjaj, ada penambahan fa pada *فَصَبَّرَ* dan penambahan hu pada *ذَلِكَ لَهُ* dari sumber yang sama yaitu Shuhaib sampai kepada ‘Affân, ada penambahan waw pada *وَكَانَ*. Dan dari Shuhaib sampai kepada ‘Abd al-Rahmân bin Mahdî,

ada penambahan fa juga pada فَشَكَرَ, فَصَبَرَ tidak ada لِأَحَدٍ yang terdapat pada ketiga sumber diatas.

b. Hadis-Hadis tentang Bentuk Optimisme

Hadis pertama yang berbunyi *wa khairuhâ al-fa`l qâlû wamâ al-fa`l qâla al-kalimah al-shâlihah yasma`uhâ ahadukum* yang diriwayatkan oleh al-Bukhârî dalam *Shahîh*-nya, *kitâb al-thibb, bâb al-thiyarah*. Riwayat ini bersumber Abû Hurairah kemudian terus kepada ‘Ubaid Allâh bin ‘Abd Allâh bin ‘Utbah, terus kepada al-Zuhrî, terus ke Syu’aib sampai kepada Abû al-Yamâni. Bersumber dari Abû Hurayrah kemudian terus kepada ‘Ubaid Allah bin ‘Abd Allâh, terus kepada al-Zuhrî, terus ke Ma’mar, terus ke Hisyâm, sampai kepada ‘Abd Allâh bin Muḥammad dengan redaksi hadis yang variatif. Ada tambahan يَا رَسُولَ اللَّهِ, sama dengan yang diriwayatkan oleh Muslim يَا رَسُولَ اللَّهِ dari sumber yang sama sampai kepada ‘Abd bin Humaid. Muslim meletakkan hadis ini dalam *shahîh*-nya, *kitâb al-salâm, bâb al-thiyarah wa al-fa`lu wa mâ yakûn fih min syu`mi*. Redaksi hadis yang bervariasi yang berakhir pada Abû al-Yamâni terdapat perbedaan kata pada قَالُوا, lalu jalur ‘Abd Allâh bin Muḥammad dengan kata قَالَ. Kemudian pada jalur ‘Abd bin Humaid dengan kata قِيلَ.

Hadis kedua *lâ ‘adwa walâ thiyarah wayu`jibunî al-fa`l al-shalih al-kalimah al-hasanah* diriwayatkan oleh al-Bukhârî dalam *Shahîh*-nya, *kitâb al-thibb, bâb al-fa`lu*. Riwayat ini bersumber dari Anas kemudian



terus kepada Qatâdah, terus ke Hisyâm, sampai ke Muslim bin Ibrâhîm dengan redaksi hadis yang sama, tetapi yang diriwayatkan Abû Dâwud dalam Sunan-nya, *kitâb al-thibb, bâb al-thiyarah*. Riwayat ini bersumber sama dari Anas sampai Ibrâhîm, ada penambahan kata di tengah hadis *وَالْفَأْلُ الصَّالِحُ*.

Hadis ketiga yang diriwayatkan al-Bukhârî pada juz, *kitâb*, dan *bâb* yang sama dengan hadis yang sebelumnya dengan redaksi hadis yang variatif. Bersumber dari Anas bin Mâlik, kemudian terus kepada Qâtadah, dari Syu'bah, terus ke Muḥammad bin Ja'far, sampai ke Muḥammad bin Basysyâr dengan redaksi hadis yaitu *lâ 'adwa walâ thiyarah wayu'jibunî al-fa'l qâlû wamâ al-fa'lu qâla kalimah thayyibah*. Muslim meriwayatkan dalam Shahîh-nya, *kitâb*, dan *bâb* yang sama dengan hadis yang sebelumnya dengan redaksi yang variatif juga. Bersumber dari Anas, terus ke Qâtadah, terus ke Hammâm bin Yahya sampai kepada Haddâb bin Khâlid dengan redaksi hadis yaitu *lâ 'adwa walâ thiyarah wayu'jibunî al-fa'l al-kalimah al-ḥasanah al-kalimah al-thayyibah*.

Kemudian dari Anas bin Mâlik, terus ke Qâtadah, terus kepada Syu'bah, terus ke Muḥammad bin Ja'far, sampai kepada Muḥammad bin al-Mutsanna dan Basysyâr dengan redaksi hadis yaitu *lâ 'adwa walâ thiyarah wayu'jibunî al-fa'l qâla qâla wamâ al-fa'l qâla al-kalimah al-thayyibah*. Dan Diriwayatkan oleh Ibnu Mâjah dalam Sunan-nya, *kitâb*

*al-Thibb, bâb man kâna yu'jibuh al-fa'lu wa yakrah al-thiyarah.*

Bersumber dari Abû Hurairah, terus kepada Abû Salamah, terus ke Muḥammad bin 'Amr, terus ke 'Abdah bin Sulaimân sampai kepada Muḥammad bin 'Abd Allâh bin Numair dengan redaksi yang berbeda yaitu *yu'jibuh al-fa' l al-ḥasan wayukrah al-thayarah.*

Muslim meriwayatkan dalam Shahîh-nya, *kitâb*, dan *bâb* yang sama dengan hadis yang sebelumnya dengan redaksi yaitu *lâ 'adwa walâ thiyarah wauḥibb al-fa' l al-shâlih.* Bersumber dari Abû Hurairah, kemudian terus kepada Muḥammad bin Sîrîn, terus ke Yahya bin 'Atîq, terus ke 'Abd al-Aziz bin Mukhtâr, terus ke Mu'alla bin Asad, sampai kepada Hajjâj bin al-Syâ'ir. Diriwayatkan oleh Ibnu Mâjah dalam Sunannya, *kitâb*, *bâb* dan yang sama sebelumnya. Bersumber dari Anas, terus ke Qatâdah, terus ke Syu'bah, terus kepada Yazid bin Hârûn, sampai kepada Abû Bakr bin Abû Sya'bah dengan redaksi yang sama. Muslim meriwayatkan dalam Shahîh-nya *juz*, *kitâb*, dan *bâb* yang sama dengan hadis yang sebelumnya dengan redaksi berbeda. Bersumber dari Abû Hurairah, terus ke Muḥammad bin Sîrîn, terus ke Hisyâm bin Hassan, Yazîd bin Hârûn, sampai kepada Zuhair bin Harb yaitu *lâ 'adwa walâ ḥamah walâ thiyarah wauḥibb al-fa' l al-shalih.*

Diriwayatkan oleh al-Turmudzî dalam Sunannya, *kitâb al-sayr*, *bâb mâ jā' fî al-thiyarah.* Bersumber dari Anas, terus ke Qatâdah, terus ke Hisyâm bin al-Dastuwâi, terus kepada Ibnu Abû 'Adî sampai kepada

Muhammad bin Basysyâr dengan redaksi berbeda yaitu *lâ ‘adwa walâ thiyarah wauhibb al-fa’l qâlû yâ rasûl Allâh wamâ al-fa’l qâla al-kalimah al-thayyibah*. Diriwayatkan oleh Musnad Ahmad pada juz 2, bersumber dari Abû Hurairah, terus ke Mudhârib bin Hazn, terus kepada Sa’id al-Jurairî, dan sampai kepada Ismâ’îl dengan redaksi berbeda yakni *lâ ‘adwa walâ hamah wa khir al-thiyar al-fa’l wa al-‘ain haqq*. Diriwayatkan Musnad Ahmad pada juz 2, bersumber dari Abû Hurairah, terus ke Muhammad bin Qais, terus ke Abû Ma’syar sampai ke Khalaf bin Walîd dengan redaksi variatif, ialah *haqq ashdaq al-thiyarah al-fa’l wa al-‘ain*. Diriwayatkan Musnad Ahmad juga pada juz 6, bersumber dari al-Tamîmî, terus ke Abû Katsîr, terus kepada ‘Alî, sampai kepada Abû ‘Âmir dengan redaksi variatif, yaitu *lâ syaia fî al-hâm wa al-‘ain haq wa asdaq al-thiyar al-fa’l*.

## 2. Telaah Hadis yang Semakna

Ada dua redaksi hadis yang penulis muat dalam masalah optimisme, ada landasan optimisme dan bentuk optimisme. Dari keduanya tidak mempunyai kesamaan matan, namun keduanya mempunyai keterkaitan. Maksud dari redaksi *‘ajibtu min amr al-mu’min inna amr al-mu’min kullahu lahu khair wa laisa dzalika liahadin illa lilmu’min in ashâbathu sarrâu syakara kâna dzalika lahu khayran wain ashâbathu dharrâu fashabara kâna dzalika lahu khayran*. Hadis ini memberi pengertian bahwa setiap manusia dalam keputusan dan takdir Allah terbagi

dua, kesenangan dan kesulitan. Dalam hal ini manusia terbagi dua, beriman dan tidak beriman. Orang yang beriman dalam segala kondisi apapun yang telah Allah takdirkan atasnya selalu baik dalam pandangannya. Jika ditimpa kesulitan, dia bersabar atas takdir Allah itu sambil menanti jalan keluar dari Allah. Ini adalah hal baik dan dia akan mendapat ganjaran atas kesabarannya dalam menghadapi hal ini.<sup>28</sup>

Orang beriman apabila mendapatkan kenikmatan baik kenikmatan besar dan kecil, maka selalu bersyukur. Tidak seperti orang kafir, tidak bersyukur kepada Allah dalam kenikmatan yang telah diberi. Kemudian jika ditimpa keburukan orang kafir tidak bersabar. Sikap orang kafir buruk, baik ditimpa kesulitan maupun saat mendapat kenikmatan. Hal ini berbeda dengan orang beriman yang senantiasa dalam keadaan baik.<sup>29</sup> Dan tidak hanya itu, orang beriman tidak hanya berdiam diri terhadap kesulitan, dia akan berusaha mencari jalan keluar.

Inilah karakter mukmin yang kuat, karena sabda Nabi saw. ini terkandung hakikat optimisme luar biasa. Nabi saw. menjelaskan bahwa kehidupan seorang mukmin sangat kuat. Mereka tidak lemah oleh musibah, sebagaimana tidak berlebihan saat mendapat nikmat, tidak goncang oleh fitnah, sebagaimana tidak takabbur karena pujian, tidak surut karena kekalahan, sebagaimana tidak merajalela karena kemenangan.

---

<sup>28</sup>Muhammad bin Shalih al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, terj. Ali Nur, vol. 4, cet. II, (Jakarta Timur: Darus Sunnah Press, 2009), h. 175

<sup>29</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 176

Dalam situasi apa pun, seorang mukmin senantiasa optimis dan percaya diri.<sup>30</sup>

Sebenarnya sifat syukur dan sabar sudah ada pada diri setiap mukmin, sebagai karunia Allah. Namun jika Nabi saw. tidak menunjukkan kedua sifat itu dan penempatannya yang benar, tidak akan mengetahui kehebatannya. Dengan bekal kedua sifat tersebut, tidak ada yang perlu ditakutkan dalam kehidupan ini, sebab realitas kehidupan tidak akan jauh dari kesenangan dan kesedihan, kelebihan dan kekurangan, kesejahteraan dan kemiskinan, kemenangan dan kekalahan, kemajuan dan kemunduran dan sebagainya.<sup>31</sup>

Sebagaimana hadis Rasulullah, Allah menyukai mukmin yang kuat dari pada mukmin yang lemah berikut ini pada kitab *Syarh al-Nawawî* pada bab perintah untuk kuat dan tidak lemah, meminta pertolongan kepada Allah dan menyerahkan takdir kepada Allah dengan nomor hadis 2664:

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ مُمَيَّرٍ قَالََا حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ إِدْرِيسَ عَنْ رَبِيعَةَ بْنِ عُثْمَانَ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ يَحْيَى بْنِ حَبَّانَ عَنْ الْأَعْرَجِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ احْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ» . (رواه مسلم)<sup>32</sup>

<sup>30</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, cet. I, (Jakarta Timur: Pustaka al-Kautsar, 2013), h. 174

<sup>31</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 175

<sup>32</sup>Muslim, *Shahîh Muslim*, vol. 2, h.559

Maksud hadis Rasulullah saw. adalah membimbing seorang muslim agar bersungguh-sungguh mengerjakan sesuatu yang bermanfaat baginya, dan meminta kepada pertolongan Allah, serta menjelaskan bahwa barang siapa yang meminta pertolongan Allah, maka selamanya tidak akan menjadi lemah. Dalam hadis ini, ada motivasi bagi seorang muslim agar percaya diri atas kesuksesannya dan tidak berputus asa.<sup>33</sup>

Dalam hadis ini dijelaskan keutamaan khusus seorang mukmin yang kuat ialah lebih baik kedudukannya dan lebih Allah cintai. Keutamaan secara umum, mereka sama-sama beriman, sehingga merupakan kebaikan besar di sisi Allah.<sup>34</sup> Selain itu juga dijelaskan dalam hadis tersebut untuk selalu mempunyai semangat mengejar kebaikan, tidak berhenti memohon pertolongan Allah, serta tidak lemah.<sup>35</sup>

Mukmin yang kuat lebih mandiri dari pada mukmin yang lemah. Kuat dalam hadis yang dimaksud tidak hanya secara zahir, tapi jiwa dan mental. Mereka tidak bergantung kepada orang lain, kuat pendirian dan memiliki banyak kesempatan untuk berbuat kebajikan ibadah dan sosial. Karakter sikap optimis tertanam dalam diri mukmin yang kuat, mereka tidak takut apapun selain Allah, bahkan percaya bahwa segala kehidupan

---

<sup>33</sup>Adil Fathi Abdullah, *Membangun Positive Thinking secara Islam*, terj. Faishal Hakim Halimy, cet. I, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), h. 50

<sup>34</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 186

<sup>35</sup>Abû Zakariyya Yahyâ bin Syaraf al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 15 (Kairo: Maktabah al-Taufiqiyah, 2008), h. 217

di muka bumi sudah diatur. Orang mukmin selalu berprasangka baik dan kuat.<sup>36</sup>

Pada hadis *لَا طَيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْفَأَلُ قَالُوا وَمَا الْفَأَلُ قَالَ الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ*. “Aku telah mendengar Nabi saw. bersabda, “*Tidak ada ramalan nasib sial, dan yang terbaiknya adalah optimisme.*” Ada yang bertanya, “*Wahai Rasulullah, apa itu optimisme?*” Beliau menjawab, “*Yaitu kalimat baik yang didengar oleh salah seorang dari kalian.*” Di dalam riwayat lain disebutkan, *لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةَ وَيُعْجِبِي الْفَأَلُ الْكَلِمَةُ الْحَسَنَةُ الْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ*, “*Tidak ada penyakit yang menular dengan sendirinya dan tidak ada ramalan nasib sial. Dan membuatku kagum adalah optimisme, yaitu kalimat yang baik dan kalimat yang indah.*” Di dalam riwayat lain dinyatakan, *وَأُحِبُّ الْفَأَلَ الصَّالِحَ*, “*Aku menyukai sikap optimis yang baik.*”<sup>37</sup>

Kata *al-thiyarah* (ramalan nasib sial atau pesimis) dibaca sesuai dengan wazan (timbangan). Al-Qadhi dan Ibnu Atsir meriwayatkan, bahwa diantara para ulama ada yang membacanya *al-thîrah*, namun yang masyhur adalah bacaan yang pertama. Para ulama berpendapat, “Kata *al-thiyarah* adalah mashdar (kata kerja yang tidak terikat dengan waktu tertentu) dari *fi’il* (kata kerja) *tathayyarah* (meramalkan nasib sial). Tidak ada *mashdar* yang datang dengan wazan tersebut kecuali *طيرة - تطير* dan *تخير - تخير*”

<sup>36</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 187

<sup>37</sup>Abû Zakariyya Yahyâ bin Syaraf al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, terj. Fathoni Muhammad, Suratman, dan Yum Roni Askosentra, vol. 10, cet. I, (Jakarta: Darus Sunnah Press, 2011), h. 540

خيرة (memilih). Di dalam kitab al-Asma' disebutkan kedua bacaan itu dan kedua-duanya baik.<sup>38</sup>

Kata *al-thiyarah* artinya ramalan nasib sial atau pesimis. Pada asalnya kata ini berarti sesuatu yang dibenci dari perkataan, perbuatan, atau pandangan mata.<sup>39</sup> Anggapan sial adalah sikap pesimis karena melihat dan mendengar sesuatu atau karena pada waktu atau tempat tertentu. Inilah yang disebut dengan anggapan sial, yaitu seseorang menganggap sial dirinya karena sesuatu. Anggapan sial ini dalam bahasa Arab disebut dengan *tathayyur*, karena orang-orang Arab pada zaman jahiliyah dahulu selalu menjadikan burung-burung sebagai petunjuk untuk mengetahui kesialan dan keberuntungannya, sehingga akhirnya nama burung itulah yang dijadikan istilah untuk kegiatan tersebut.<sup>40</sup>

Orang-orang jahiliyah meramalkan kesialan dengan cara hewan yang berjalan ke arah kanan dan hewan yang berjalan ke arah kiri. Maka mereka melepaskan kijang dan burung-burung. Jika binatang itu mengambil arah kanan, maka mereka mengharap keberkahan darinya dan melaksanakan perjalanan mereka dan mencari kebutuhan mereka.<sup>41</sup> Serta mereka akan berkata, "Rencanaku ini akan diberkahi dan dijamin berhasil." Akhirnya mereka selalu berpatokan kepada burung. Bahkan burung yang sedang terbang akan dijadikan sebagai patokan, seperti

---

<sup>38</sup>Al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, h. 540

<sup>39</sup>Al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 10, h. 541

<sup>40</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 688

<sup>41</sup>Al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 10, h. 541



burung hantu, burung gagak, dan beberapa jenis burung lainnya.<sup>42</sup> Namun jika binatang itu mengambil arah kiri, maka mereka membatalkan perjalanan mereka dan tidak mencari kebutuhan mereka dan bersikap pesimis karenanya. Bahkan sering kali cara tersebut itu menghalangi mereka dari kemaslahatan-kemaslahatan mereka. Sehingga, syari'at Islam menafikan hal tersebut, menyalahkannya, melarangnya, dan menghabarkan bahwa perbuatan seperti itu tidak memiliki pengaruh, baik manfaat ataupun madharat.<sup>43</sup>

Ada pula di antara orang-orang Arab yang pesimis dengan zaman dan waktu. Sudah menjadi keyakinan yang masyhur di masyarakat (jahiliyah), apabila ada seorang wanita di antara mereka yang menikah pada bulan syawwal, maka pernikahannya tidak akan langgeng dan tidak akan disayang oleh suaminya kelak. Namun, keyakinan dan kepercayaan batil tersebut dipatahkan dan terbantahkan oleh perbuatan Rasulullah saw., karena beliau menikahi Aisyah dan langsung serumah dengannya pada bulan syawwal. Aisyah pun berkata, “Adakah wanita lain yang lebih beruntung dan lebih bahagia dari padaku?” Anggapan orang-orang jahiliyah ini tidak memiliki dasar apapun dan tidak ada keterangan dan fakta yang bisa mendukung dan menguatkannya.<sup>44</sup>

Ada juga sebagian orang-orang jahiliyah yang pesimis ketika berpergian di hari rabu. Mereka beranggapan bahwa barang siapa yang berpergian di hari rabu, maka ia akan menemui berbagai kendala,

---

<sup>42</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 688

<sup>43</sup>Al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 10, h. 541

<sup>44</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 688

mengalami kecelakaan atau kerugian. Ada lagi orang pesimis dengan bulan Shafar, bulan kedua setelah bulan Muharram. Mereka beranggapan bahwa barang siapa yang membuat sebuah acara atau aktivitas pada bulan tersebut, seperti pernikahan, kelahiran bayi, atau berpergian, maka acara tersebut tidak akan sukses dan tidak akan diberkahi. Semua anggapan tersebut tidak benar dan tidak berdasarkan, tidak ada bulan baik dan buruk serta tidak memberikan pengaruh terhadap sebuah kesuksesan, kesialan, dan kegagalan seseorang.<sup>45</sup>

Pesimis bangsa non-Arab adalah ketika seseorang melihat anak kecil pergi kepada seorang guru, maka mereka merasa pesimis, dan jika melihatnya sedang kembali mereka merasa optimis. Demikian pula jika melihat unta membawa beban sangat berat, maka timbul rasa pesimis dan bila bebannya ringan, maka mereka merasa optimis. Oleh karena itu, syariat menghilangkan semua itu. Nabi saw. bersabda, *”Barang siapa meramal dan mengurungkan niatnya untuk berpergian karena tathayyur, maka tidak termasuk golongan kami.”* Hal ini berlaku apabila seseorang menyakini keadaan burung yang dia lihat akan mendatangkan seperti apa yang ada dalam prasangkanya dan tidak menisbatkan seperti apa yang ada dalam prasangkanya dan tidak menisbatkan sedikitpun kepada Allah. Jika dia mengetahui bahwa Allah yang mengatur semua, tetapi dia khawatir akan keburukan, sebab menurut kebiasaan suara atau perbuatan burung itu diiringi keburukan dan hatinya menyakini itu, maka dia telah berbuat

---

<sup>45</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 688-689

buruk. Namun, jika memohon kebaikan kepada Allah seraya berlindung dari keburukan dan meneruskan apa yang hendak dilakukan, niscaya apa yang terdetik dalam hatinya tidak akan mendatangkan mudarat kepadanya. Terkadang memang hal yang tidak menyenangkan yang diyakininya akan benar-benar terjadi sebagai hukuman baginya, seperti yang dialami kebanyakan masyarakat jahiliyah.<sup>46</sup>

Pesimisme dapat terjadi karena merasakan kesialan pada diri seseorang, padahal hadis-hadis Nabi saw. telah menjelaskan bahwa kesialan hanya terjadi pada tiga hal yakni wanita, kuda, dan rumah. Berdasarkan sabda Nabi saw. :

وَحَدَّثَنَا أَبُو الطَّاهِرِ وَحَزْمَلَةُ بْنُ يَحْيَى قَالَا أَخْبَرَنَا ابْنُ وَهْبٍ أَخْبَرَنِي يُونُسُ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ عَنْ حَمْزَةَ وَسَالِمِ ابْنَيْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- قَالَ «لَا عَدْوَى وَلَا طَيْرَةٌ وَإِنَّمَا الشُّؤْمُ فِي ثَلَاثَةِ الْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ وَالِدَّارِ». (رواه مسلم)<sup>47</sup>

Ulama menjelaskan, bahwa kesialan pada rumah adalah ruangnya yang sempit, keburukannya, dan gangguan para tetangga di sekitar rumah itu. Kesialan pada wanita adalah kemandulannya, kekasaran lidahnya, dan melakukan kecurigaan. Kesialan pada kuda adalah jika ia tidak dapat digunakan untuk berperang.<sup>48</sup> Tiga hal perkara tersebut merupakan hal yang sangat dominan menghiasi kehidupan manusia.

<sup>46</sup>Ahmad bi 'Alī bin Hajar al-Asqalānī, *Fatḥh al-Bārī (Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari)*, terj. Amiruddin dan Amir Hamzah, vol. 28, cet. I, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2008), h. 355-357

<sup>47</sup>Muslim, *Shahih Muslim*, vol. 2, h. 370

<sup>48</sup>Al-Nawawī, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 10, h. 543

Melihat realitas, bahwa seseorang yang memiliki istri, rumah sebagai tempat tinggal, dan kendaraan sebagai alat transportasi, maka ketiga perkara inilah yang terkadang mendatangkan perasaan sial bagi seseorang. Terkadang perasaan seorang laki-laki yang menikahi seorang wanita, dan ia hanya mendapatkan kelelahan, kesusahan, dan berbagai macam masalah. Terkadang pula masalah rumah menyebabkan perasaan sial, sehingga membuat dada terasa sempit dan sesak, bahkan seseorang merasa bosan tinggal di dalam rumahnya. Demikian pula dengan kendaraan yang dijadikan alat transportasi, terkadang menyebabkan perasaan sial dan menyebabkan terjadinya banyak kecelakaan dan kehancuran, dan bahkan sering seseorang merasa bosan dengan kendaraannya.<sup>49</sup>

Apabila seseorang ditimpa perasaan dan kejadian seperti ini, maka harus segera berlindung kepada Allah dari gangguan setan yang terkutuk, kemudian membaca doa, *“Ya Allah, tidak ada kebaikan kecuali kebaikan dari-Mu, tidak ada ramalan yang benar kecuali ketetapan dari-Mu, dan tidak ada Tuhan selain Engkau.”*<sup>50</sup>

Penjelasan dari hadis tersebut dapat dipahami bahwa yang menyebabkan pesimisme adalah merasakan sial. Oleh karena itu, tidak ada kesialan apapun, baik terbangnya burung, bulan, hari, dan semuanya dalam melakukan suatu pekerjaan kecuali yang disebutkan hadis Nabi

---

<sup>49</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 690

<sup>50</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 690

saw. Tidak ada ramalan nasib sial, penyakit menular, dan yang lainnya yang mengakibatkan pesimis dalam menjalankan kehidupan.

Kata *الْفَأْلُ* artinya optimisme dapat dibaca *al-fa`lu* dan *al-fâlu*. Jamaknya adalah *فُؤُول* seperti kata *فلس* yang bentuk jamaknya *فلوس* (mata uang). Nabi saw. menafsirkannya dengan kalimat bagus, baik, dan indah. Para ulama berkata, kata *الْفَأْلُ* digunakan untuk hal-hal yang menyenangkan dan hal-hal yang menyusahkan. Namun kebanyakannya pada hal-hal yang menyenangkan. Sedangkan *الطيرة* (ramalan nasib sial atau pesimisme) hanya digunakan untuk hal-hal menyusahkan. Mereka berkata, “Namun terkadang kata *الطيرة* digunakan sebagai majas dalam hal-hal yang menyenangkan.” Dalam kalimat dapat dikatakan *تفاءلت* (aku optimis).<sup>51</sup>

Al-Khaththabi berkata, *al-fa`lu* adalah ucapan dan penjelasan. Seakan-akan ia merupakan berita yang datang dari alam gaib. Berbeda dengan perkara lain yang sandarannya hanya kepada gerakan burung atau suaranya yang tidak ada penjelasan di dalamnya, maka itu hanya perbuatan membebani diri bagi yang melakukannya, al-Thabari meriwayatkan dari Ikrimah, dia berkata, “Aku berada di sisi Ibnu Abbas, lalu seekor burung lewat sambil mengeluarkan suara, maka seorang laki-laki berkata, ‘kebaikan...kebaikan...’, dan Ibnu Abbas berkata, ‘Tidak ada sesuatu padanya, tidak kebaikan dan tidak pula keburukan.’” Dia berkata pula, “perbedaan antara *al-fa`lu* dan *thiyarah*, bahwa *al-fa`lu* dari jalur baik sangka terhadap Allah, sementara *al-thiyarah* tidak terjadi

---

<sup>51</sup>Al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 10, h. 541

kecuali pada keburukan. Oleh karena itu, thiyarah tidak disukai. Adapun syariat telah mengkhususkan *al-thiyarah* untuk sesuatu yang buruk dan *al-fa'lu* untuk sesuatu yang menyenangkan.<sup>52</sup> Ibnu Baththal berkata, “Allah menjadikan pada fitrah manusia kecintaan terhadap kalimat atau perkataan yang baik, sebagaimana dijadikan pada mereka rasa nyaman dengan pemandangan yang bagus serta air yang jernih, meski dia tidak memilikinya dan tidak pula meminumnya. “Diriwayatkan al-Turmudzî dan dia menganggapnya sah, dari Anas:

، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يُعْجِبُهُ إِذَا خَرَجَ لِحَاجَةٍ أَنْ يَسْمَعَ يَا بُحِيحُ يَا رَاشِدٌ<sup>53</sup>

“*Sesungguhnya Nabi saw. biasa apabila keluar untuk keperluannya, beliau senang mendengar, wahai yang sukses, wahai yang diberi bimbingan.*”<sup>54</sup>

Kalimat baik dalam penelitian ini sama dengan hadis yang menyatakan kalimat baik adalah sedekah. Dalam *kitâb Fatḥh al-Bârî*, pada bab perkataan baik:

حَدَّثَنَا أَبُو الْوَلِيدِ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ قَالَ أَخْبَرَنِي عَمْرُو عَنْ خَيْثَمَةَ عَنْ عَدِيِّ بْنِ حَاتِمٍ قَالَ ذَكَرَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «النَّارَ فَتَعَوَّذَ مِنْهَا وَأَشَاحَ بِوَجْهِهِ ثُمَّ ذَكَرَ النَّارَ فَتَعَوَّذَ مِنْهَا وَأَشَاحَ بِوَجْهِهِ قَالَ شُعْبَةُ أَمَا مَرَّتَيْنِ فَلَا أَشْكُ ثُمَّ قَالَ اتَّقُوا النَّارَ وَلَوْ بِشِقِّ تَمْرَةٍ فَإِنْ لَمْ يَجِدْ فَبِكَلِمَةٍ طَيِّبَةٍ» (رواه البخاري)<sup>55</sup>

Hadis diatas menjelaskan bersedekah dengan separoh kurma dapat menyelamatkan dari api neraka dan jika tidak ada memiliki apapun, maka

<sup>52</sup>Hajar al-Asqalânî, *Fatḥh al-Bârî* (Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari), h. 355-356

<sup>53</sup>Al-Turmudzî, *Sunan al-Turmudzî*, vol. 3, h. 228

<sup>54</sup>Hajar al-Asqalânî, *Fatḥh al-Bârî* (Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari), h. 356

<sup>55</sup>Al-Bukhârî, *Shahîh al-Bukhârî*, vol. 7, h. 105

dengan perkataan baik. Sedekah tidak hanya identik dengan pemberian materi, melainkan dengan sebuah ucapan atau perkataan baik, menolong orang lain, dan berdzikir adalah sedekah.

Kitab *Syarh Shahih Muslim*, karya Imam an-Nawawî menerangkan, ungkapan *وَلَوْ بِكَلِمَةٍ طَيِّبَةٍ* “Meskipun dengan ucapan yang baik”, di dalamnya dijelaskan bahwa ucapan yang baik adalah salah satu hal yang dapat menyelamatkan seseorang dari api neraka. Ucapan yang baik adalah ucapan yang dapat memberi kenyamanan bagi hati orang yang mendengarnya dan itu meliputi ucapan yang mubah dan bernilai ibadah.<sup>56</sup> Perkataan baik juga dapat menggembirakan hati orang dan sekaligus menghilangkan perasaan tidak senang dalam hati.<sup>57</sup>

Pemahaman dari *kitâb Syarh Fath al-Bârî*<sup>58</sup>, dan *Syarh Shahih Muslim*<sup>59</sup> dapat dicermati hadis tersebut, optimisme dalam bentuk tutur kata atau perkataan baik yang mengandung penuh harapan, semangat, dan motivasi. Perkataan baik (الكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ) tidak hanya dzikir seperti *سُبْحَانَ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ* yang membawa kebaikan, berbicara sopan santun, dan perkataan baik lainnya. Jelas maksud hadis tersebut menggambarkan perkataan baik yang mempengaruhi orang lain saat mendengarkan dan memunculkan prasangka baik, perkataan baik dengan nada semangat, senyuman, berjalan dengan tegap, dan gerakan tangan yang ekspresif.

<sup>56</sup>Al-Nawawî, *Syarh Shahih Muslim*, vol. 10, h. 283

<sup>57</sup>Hajar al-Asqalânî, *Fath al-Bârî (Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari)*, vol. 29, h. 167

<sup>58</sup>Al-Nawawî, *Syarh Shahih Muslim*, vol. 10, h. 283

<sup>59</sup>Hajar al-Asqalânî, *Fath al-Bârî (Penjelasan Kitab Sahih al-Bukhari)*, vol. 29, h. 167

Berbicara dengan intonasi yang bersahabat, antusias, dan hidup. Kalimat hasanah juga mengajak orang lain untuk berbuat baik dan tidak dipunggkiri bahwasanya perkataan ini bernilai ibadah, seperti memberikan semangat kepada orang lain saat orang sedang sakit dengan perkataan, “pasti akan sembuh dan mendoakan”. Hadis tersebut berkaitan karena sama-sama menjelaskan kalimat yang baik, akan tetapi dalam konteks pembahasan yang berbeda.

Al-Hulaimi berkata, “Nabi saw. menyukai *al-fa`lu*, karena sikap pesimis itu merupakan prasangka buruk terhadap Allah tanpa ada penyebab pasti. Sementara optimis adalah berbaik sangka terhadap-Nya. Setiap mukmin diperintahkan untuk berbaik sangka terhadap Allah dalam semua keadaan.<sup>60</sup>

Kata-kata yang baik akan membuat hati senang dan menjadikan dada lapang. Sikap optimis termasuk sebuah kebaikan, karena hal tersebut akan melapangkan dada, menyenangkan jiwa, mengoptimalkan ucapan, dan akan selalu bertekad untuk melakukan kebaikan. Adapun sikap pesimis dan merasa sial akan mendatangkan hasil yang sangat jauh berbeda. Jika engkau mengalami sesuatu yang membuatmu merasa pesimis dan merasa sial, maka lawanlah perasaan tersebut, keluarlah dari belenggu kesedihan dan ucapkanlah dengan penuh keyakinan.<sup>61</sup>

<sup>60</sup>Hajar al-Asqalânî, *Fatḥ al-Bâri Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari*, vol. 28, h. 357-

<sup>61</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhhus Shalihin*, vol. 4, h. 698-690



Hadis ini adalah anjuran untuk berbicara hal-hal yang menyenangkan jiwa, memunculkan harapan dan anjuran untuk mendengarkannya. Dan Larangan untuk berbicara tentang hal-hal yang dapat membuat jiwa sedih, menimbulkan rasa pesimis dan perintah untuk tidak mendengarkannya.<sup>62</sup>

Hadis tentang bentuk optimis melalui ucapan yang baik, bukan selalu dipahami optimis dengan sikap. Misalnya, ketika kita sabar bisa diucapkan dengan perkataan, “bersabarlah”. Sama halnya dengan optimisme. Optimis bisa melalui perkataan baik. Dan hadis ini diperkuat dengan hadis tentang perkara mukmin semuanya adalah baik, pandangan ini sesuai dengan pengertian optimisme ialah keyakinan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menyenangkan, serta selalu mempunyai harapan baik dalam segala hal.

### **C. Analisis Kontekstual**

#### **1. Konteks Sosio Historis tentang Kata-kata Penuh Harapan**

Konteks sosio historis tentang kata-kata penuh harapan diceritakan oleh Samurah, bahwa Rasulullah saw. merasa takjub dengan kata-kata penuh harapan yang diucapkan Ali pada suatu hari. Ali berkata:”Ini Khadhrah (sebuah tempat di Khaibar)”. Bersabda Rasulullah:”Ya, baik kami telah pegang kata-kata penuh pengharapan yang telah diucapkanmu. Maka keluarlah kalian bersama kami.” Pergilah mereka ke Khaibar.

---

<sup>62</sup>Ahmad M. Yûsuf, *Ensiklopedi Tematis Ayat Alquran dan Hadis*, vol. 5, (Jakarta: Widy Cahaya, 2009), h. 482-483

Tidaklah ada pedang yang dicabut pada waktu itu kecuali pedang Ali. Allah telah membukakan daerah Khaibar bagi mereka. Rasulullah lebih menyenangi kata-kata penuh harapan (optimisme) dari pada kata-kata putus harapan (pesimisme). Diriwayatkan oleh Abû Dâwud dari Abû Hurairah, oleh Ibnu Suni dan Abu Na'im dalam "*al-Thibb*" dari Katsir bin Abd Allâh bin Amru bin Auf dari ayahnya dari kakeknya, al-Dailami dari Ibnu Umar, al-Askari dari Sumarah. Al-Suyuthi menilai hadis ini sahih.<sup>63</sup>

Sejarawan menceritakan, ketika sampai di kawasan Khaibar, ucapan Nabi ketika melihat Yahudi membawa peralatan cangkul dan palu, "*Allah al-akbar*", hancurlah Khaibar.<sup>64</sup> Kaum muslimin menghadapi perlawanan yang sangat besar ketika hendak meruntuhkan benteng-benteng<sup>65</sup>. Karena Yahudi menyadari sepenuhnya bahwa kekalahan mereka berarti adalah pemusnahan mereka di kawasan jazirah Arab. Dalam kondisi perang yang berkecamuk dan perlawanan mati-matian oleh pihak Yahudi dalam mempertahankan diri serta semangat pengorbanan kaum muslimin, Rasulullah saw. Berkata. "Akan aku berikan panji ini besok kepada seseorang yang Allah akan memberikan kemenangan melaluinya. Orang ini cinta kepada Allah dan Rasul-Nya. Allah dan Rasul-Nya juga cinta kepadanya. Ternyata yang diberikan panji itu adalah Ali bin Abi Thalib. Ali berkata, "Aku akan memerangi mereka sehingga

---

<sup>63</sup>Ibnu Hamzah al-Husaini al-Hanafî al-Damasyiqî, *Asbabul Wurud 1: Latar Belakang Timbulnya Hadis-Hadis Rasul*, terj. Suwarta Wijaya dan Zafrullah Salim, vol. 1, cet. 11, ( Jakarta: Kalam Mulia, 2009), h. 62-63

<sup>64</sup>Ini menunjukkan bolehnya bersikap optimis, karena beliau hanya melihat alat cangkul dan palu yang hanya digunakan untuk bertani, bukan berperang.

<sup>65</sup>Benteng yang dimaksud adalah benteng Na'im dan Qumush, berakhir pada benteng wilayah al-Wathih dan Salalim.

mereka sama seperti kita.” Terbukti kemenangan kaum muslimin dalam perang Khaibar. Allah memberikan kemenangan melalui Ali bin Abi Thalib dan menjadikan Yahudi putus asa.<sup>66</sup>

Dilihat konteks *Asbâb al-Wurûd al-Hadîts* tersebut penulis memahami apa yang digambarkan keoptimisan oleh Ali bin Abi Thalib lewat tutur kata, dari sebuah ucapan yang penuh harapan sangatlah luar biasa yang menjadikan kota Khaibar dapat ditaklukkan dan dikuasai oleh umat Islam. Ucapan yang penuh harapan dan motivasi akan menghasilkan pikiran serta perbuatan yang positif, bahkan akan berdampak pada sebuah keberhasilan. Dahulu, umat muslim berperang dalam jumlah pasukan yang lebih kecil dari pada pasukan kafir, akan tetapi kaum muslimin dapat memenangkan perang tersebut dengan izin Allah. Hal itu telah membuktikan pada dunia yang tercatat dalam sejarah Islam dari sebuah perjuangan. Semua itu tidak lain karena pertolongan Allah, keyakinan yang kuat, dan keoptimisan.

## 2. Korelasi Optimisme dengan Kesuksesan dan Korelasi Pesimisme dengan Kegagalan

Terciptanya manusia merupakan tahapan dari serangkaian harapan. Bermula dari seorang bayi yang tidak berdaya, diharapkan ia tumbuh dewasa dan mandiri dalam menjalani hidup. Bermula dari seorang bayi yang bergantung pada belas kasih orang tua, diharapkan kelak menjadi manusia yang berbakti pada orang tua, mampu membangun rumah tangga

---

<sup>66</sup>Zaid bin Abdul Karîm al-Zaid, *Fikih Sirah: Mendulang Hikmah dari Sejarah Kehidupan Rasulullah saw*, terj. Muhammad Rum, Azhari Hatim, dan Abdullah Komaruddin, cet. I, (Jakarta: Darus Sunnah Press, 2009), h. 488-489

sakinah, serta menjadi insan yang berguna bagi orang banyak. Bermula dari bayi yang hanya bisa menangis dalam merespon sesuatu, nantinya diharapkan menjadi hamba yang tegar dalam mengarungi kehidupan, serta istiqamah dalam menjalankan perintah-perintah Allah.<sup>67</sup> Harapan (*al-rajâ`*) tidak boleh sirna selama manusia masih menjalankan hidup. Harapan harus tetap tumbuh seiring dengan rasa optimis (*tafâul*) dalam menghadapi kehidupan.<sup>68</sup>

Imam Malik dalam *al-Muwatha`* meriwayatkan bahwa Abu Ubaidah bin al-Jarrah, sahabat nabi yang memimpin pasukan Islam menghadapi Romawi pada masa pemerintahan Umar bin Khathab, suatu ketika menyurati Umar, menggambarkan kekhawatirannya akan kesulitan menghadapi pasukan Romawi. Umar menjawab, “Betapun seorang muslim ditimpa kesulitan, Allah akan menjadikan sesudah kesulitan itu kemudahan, karena sesungguhnya satu kesulitan tidak akan mampu mengalahkan dua kemudahan.”<sup>69</sup>

Kesulitan dan kemudahan adalah dua hal yang senantiasa berputar menimpa diri manusia, silih berganti. Kesulitan identik dengan kegagalan dan kesengsaraan. Seseorang yang ditimpa kesulitan akan berlutut dengan kekhawatiran dan kesedihan. Kemudian yang dimaksud dalam jawaban Umar merupakan bentuk penyikapan terhadap kesulitan, mengubah energi

---

<sup>67</sup>Sopian Muhammad, *Rahasia di Balik Rahasia*, h. 7-8

<sup>68</sup>Sopian Muhammad, *Rahasia di Balik Rahasia*, h. 7-8

<sup>69</sup>Abdul Halim Fathani, *Ensiklopedi Hikmah: "Memetik Buah Kehidupan Dikebun Hikmah"*, cet. I, (Yogyakarta: Darul Hikmah, 2008), h. 544

negatif menjadi energi positif. Kemudahan akan mampu mengalahkan kesulitan tatkala dalam diri pemilik kesulitan terpatri sikap optimisme.<sup>70</sup>

Sikap optimis akan membawa sinergi kekuatan berpikir seseorang sehingga ia akan melakukan yang dicita-citakan. Sesuai dengan penelitian hadis ini berkata-kata baik akan menumbuhkan harapan, prasangka baik atau berpikir positif dan merealisasikan dengan perbuatan. Sebaliknya bersikap pesimis akan membuat kehilangan gairah dan selalu mengeluh serta perkataan yang tidak baik. Pikiran dan keyakinannya tertanam bahwa ia tidak mampu sehingga menghasilkan kegagalan. Tidak seperti sikap optimisme akan menghasilkan sebuah keberhasilan atau kesuksesan, karena pikiran positif dan keyakinan yang kokoh disertai dengan pertolongan Allah semua menjadi mudah apa yang dihadapi baik masalah itu berat atau ringan, baik tantangan hidup berat atau ringan, dan akan selalu berusaha untuk mewujudkan impiannya.<sup>71</sup>

Putus asa adalah perkara yang dilarang dalam Islam. Banyak faktor yang bisa menyebabkan keputusan. Faktor-faktor itu bisa datang dari diri sendiri, dari orang lain, dari lingkungan sekitar, dari kondisi alam, dari situasi perekonomian, dan lain-lain. Kegagalan seringkali menjadi faktor pemicu sikap putus asa. Ketika seorang pelajar tidak lulus sekolah, atau gagal perguruan tinggi negeri. Ada yang putus asa karena gagal dalam

---

<sup>70</sup>Abdul Halim Fathani, *Ensiklopedi Hikmah: "Memetik Buah Kehidupan Dikebun Hikmah"*, h. 554

<sup>71</sup>Pemahaman dari buku-buku yang berkaitan dengan optimisme. Lihat AM. Waskito, *The Power of Optimism*, Abû Salman Farhan al-Atsary, *The Amazing Husnudzon*, (Yogyakarta: Qudsi Media, 2013), Teguh Santoso, *Rahasia Mengatasi Putus Asa*, Yogyakarta: Tugu, 2011), Sopian Muhammad, *Rahasia Di Balik Rahasia*, Mustofa Kamal, *Dahsyatnya Optimis*, (Surakarta: Ziyad Visi Media, 2012), Dini Nuris Nuriani, *Sang Maha Dekat*, (Bandung, Mizan Pustaka, 2011)

seleksi kerja, gagal dalam bisnis, gagal dalam kompetisi, gagal dalam meraih prestasi, gagal meraih kepemimpinan, dan lain-lain.<sup>72</sup>

Dalam penelitian ini, hubungan sikap optimis dengan kesuksesan ialah seseorang merasa yakin dengan apa yang dilakukannya untuk mencapai cita-cita. Ketika gagal ia akan mencoba terus dan terus menerus hingga mencapai kesuksesan. Pertanyaannya adalah apakah ada orang yang sukses mengalami keputusasaannya? jelas ada, akan tetapi ia akan bangkit walaupun mengalami kegagalan berulang kali. Jadi, sukses itu identik dengan optimisme seseorang, tetapi orang-orang yang sukses pasti ada mengalami keputusasaan dalam hidup. Bedanya orang yang optimis adalah berusaha dan mau bangkit kembali.

Para ulama berkata, “Sesungguhnya Nabi Muhammad saw. menyukai sikap optimis”. Karena apabila seseorang mengharapkan nikmat dan karunia Allah swt. ketika ada sebab yang kuat atau lemah dalam sebuah keadaan untuk mendapatkannya, maka dia berada diatas kebaikan pada saat itu meskipun harapannya belum tentu diwujudkan, karena sikap berharap adalah lebih baik baginya. Adapun jika dia memutus harapan dan keinginannya terhadap Allah Taala, maka sesungguhnya itu adalah keburukan baginya. Sedangkan di dalam sikap pesimis terdapat prasangka buruk dan perkiraan akan terjadinya sebuah bencana.<sup>73</sup> Diantara contoh sikap optimis adalah orang sakit yang optimis dengan apa yang di dengarnya, lalu dia mendengar orang berkata, “Wahai orang yang

---

<sup>72</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 12-13

<sup>73</sup>Al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 10, h. 541

selamat.” Atau orang yang mencari sebuah kebutuhan, lalu dia mendengar orang berkata, “Wahai orang yang telah mendapatkan kebutuhannya.” Sehingga di dalam hatinya ada harapan untuk sembuh atau terpenuhi kebutuhannya.<sup>74</sup>

Sikap optimis dan cara pandang positif akan melahirkan bahasa yang positif, baik tutur kata maupun bahasa tubuh. Dalam sebuah hadis Rasulullah bersabda, optimisme (*al-fa`lu*) tercermin pada tutur kata yang baik (*al-kalimah al-hasanah*). Kata-katanya bernadakan optimisme, seperti, “Masalah itu pasti akan terselesaikan”, atau “Dia memang berbakat”. Rasul pun, seperti dalam hadis lain, senang mendengar kata “sukses” (*yâ najîh*) jika akan melakukan sesuatu.<sup>75</sup>

Hadis Nabi Muhammad saw. menjelaskan *tafâul* dalam bentuk perkataan. Lalu bagaimana dengan *tafâul* dalam bentuk perbuatan? *tafâul* dalam bentuk perbuatan dianjurkan dengan dianalogikan kepada *tafâul* dalam bentuk perkataan. Kalau *tafâul* dalam bentuk perkataan saja dianjurkan dalam Islam, tentunya *tafâul* dalam bentuk perbuatan lebih patut dan lebih layak disyari’atkan. Karena perkataan yang baik pada *tafâul* dalam bentuk perkataan merupakan simbol harapan kebaikan, maka demikian juga perbuatan yang baik juga dapat menjadi simbol harapan kebaikan orang melakukan *tafâul*.

*Tafâul* tidak hanya dalam bentuk perkataan saja, misalnya, *tafâul* dalam bentuk memberi dan merubah nama, seperti yang pernah Nabi saw.

<sup>74</sup>Al-Nawawî, *Syarah Shahih Muslim*, vol. 10, h. 541-542

<sup>75</sup>Abû al-Thayyib Muḥammad Syams al-Haqq al-‘Adzîm al-Ābâdiy, *‘Aun al-Ma’bûd*, vol. 10, (Beirut: Dâr al-Fikr, t. th), h. 413

lakukan kepada seorang bayi yang diberikan nama oleh beliau *al-mundzir* (pemberi peringatan) sebagai ungkapan optimis agar si anak memiliki ilmu yang digunakannya memberi peringatan. Dan seperti nama *hazn* (sulit) diganti dengan nama *sahl* (mudah).<sup>76</sup>

Hal ini dikuatkan dengan sikap Nabi saw. yang tidak menyukai sifat pesimis dan senang dengan sifat optimis. Karena jika seseorang bersikap optimis, dia akan giat, merasa bahagia dan akan mendapatkan kebaikan. Namun jika pesimis, dia akan selalu termenung, hatinya sempit dan tidak akan berbuat sesuatu, seandainya dia berbuat ia akan melakukannya dengan terpaksa.<sup>77</sup>

Teks hadis yang diriwayatkan oleh Muslim dari Shuhaib bahwa Nabi Muhammad saw pernah bersabda :

حَدَّثَنَا هَدَّابُ بْنُ خَالِدٍ الْأَزْدِيُّ وَشَيْبَانُ بْنُ فَرُّوخَ حَمِيْعًا عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ الْمُغْبِرَةِ وَاللَّفْظُ لِشَيْبَانَ حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ حَدَّثَنَا ثَابِتٌ عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ». (رواه مسلم)<sup>78</sup>

Pemahaman hadis diatas tentang optimisme ialah selalu bersyukur dan bersabar karena menganggap semua kejadian yang dialaminya adalah baik, sesuai dengan pengertian dan pendapat tentang hakikat optimisme. Perkataan dan perbuatan merupakan hubungan yang sangat mempengaruhi manusia menuju kesuksesan.

<sup>76</sup>Hajar al-Asqalâni, *Fatḥh al-Bârî* (Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari), vol. 29, h. 585

<sup>77</sup>Al-Utsaimin, *Syarah Riyadhus Shalihin*, vol. 4, h. 989

<sup>78</sup>Muslim, *Shahîh Muslim*, vol. 8, h. 227



Optimisme tidak berarti kepercayaan diri berlebih, bukan pula kepasrahan jiwa. Namun berbentuk semangat yang bersemayam dalam diri untuk senantiasa berusaha dan berupaya ketika kesulitan menimpa. Disamping itu, dalam konteks seorang muslim, optimisme merupakan pemicu agar bersungguh-sungguh dalam melaksanakan suatu pekerjaan, walaupun baru saja menyelesaikan pekerjaan yang lainnya. Tiada kekosongan setelah satu bidang terpenuhi. Rasulullah saw. Mengajak umatnya agar terus-menerus bekerja dan berusaha tanpa menggantungkan diri kepada orang lain.<sup>79</sup> Sabda beliau:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُوسُفَ أَخْبَرَنَا مَالِكٌ عَنْ أَبِي الزِّنَادِ عَنِ الْأَعْرَجِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ « وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَأَنْ يَأْخُذَ أَحَدُكُمْ حَبْلَهُ فَيَحْتَطِبَ عَلَى ظَهْرِهِ خَيْرٌ لَهُ مِنْ أَنْ يَأْتِيَ رَجُلًا فَيَسْأَلُهُ أَعْطَاهُ أَوْ مَنَعَهُ ». (رواه البخاري)<sup>80</sup>

Islam mendorong umatnya untuk selalu optimis dan dilarang berputus asa. Bahkan sikap pesimis sangat perlu dihindari, karena di dalamnya terdapat keburukan-keburukan. Di antara keburukan sikap pesimis yaitu:

- a. Melemahkan kemauan untuk beramal atau berkarya. Ada kalanya seseorang sudah berniat melakukan suatu kebaikan, tetapi pesimisme membuat berhenti berbuat. Misalnya, seseorang berniat memperbaiki jembatan yang rusak. Hal itu dia lakukan supaya orang-orang mendapat kemudahan saat menyeberangi sungai. Tetapi ketika dia akan bekerja, datang

<sup>79</sup>Abdul Halim Fathani, *Ensiklopedi Hikmah: "Memetik Buah Kehidupan Dikebun Hikmah"*, h. 555

<sup>80</sup>Al-Bukhârî, *Shahîh al-Bukhârî*, vol. 2, h. 156

orang lain menyakinkan, “sudahlah, jembatan ini tidak perlu diperbaiki. Ia sudah rusak parah, tidak bisa diperbaiki lagi.” Kata-kata seperti itu bisa menghentikan niatan berbuat baik.<sup>81</sup> Jelas hadis Nabi saw. menyukai perkataan baik yang membuat seseorang bersemangat dan melakukan kebaikan, perkataan sangat mempengaruhi seseorang yang mendengar.<sup>82</sup>

- b. Menjadi contoh buruk bagi orang lain. Orang yang pesimis bisa mempengaruhi sikap orang lain. Ketika seorang pemimpin pesimis, bawahannya akan ikut pesimis. Seorang guru yang pesimis, murid-muridnya akan ikut pesimis. Seorang tim sepakbola yang pesimis, bisa mempengaruhi anggota timnya. Begitu pula, seorang komandan yang pesimis, akan melemahkan semangat para prajurit di bawahnya. Hingga ada sebuah ungkapan, “jika kita ingin bersemangat, bergaullah dengan orang-orang yang penuh semangat.”<sup>83</sup>
- c. Berburuk sangka kepada Allah.<sup>84</sup> Orang-orang yang pesimis pada dasarnya telah berburuk sangka kepada Allah.<sup>85</sup>

---

<sup>81</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 234

<sup>82</sup>Perkataan penuh harapan dan motivasi sangat mempengaruhi orang lain. Sama halnya yang dilakukan oleh Siti Khadijah, beliau mengatakan kepada Nabi Muhammad saat beliau ketakutan menerima wahyu. Apa yang terjadi, ternyata Siti Khadijah mengatakan dengan penuh optimisme, “*Sungguh, berbahagialah engkau. Demi Allah, Allah tidak akan menghinakanmu selamanya. Demi Allah, engkau telah menyambung silaturahmi, engkau berkata secara jujur, memikulkan beban manusia, membantu orang-orang yang terbuang, memuliakan tamu, dan engkau menolong orang-orang yang benar.*” Sesuai dengan hadis *al-fa`lu* dengan perkataan yang menumbuhkan ketenangan jiwa dan ada harapan. Lihat AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. xiv

<sup>83</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 235

<sup>84</sup>Hajar al-Asqalâni, *Fath al-Bâri Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari*, vol. 28, h. 357

<sup>85</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 236

- d. Membuat kalah dalam persaingan. Ketika terjadi perlombaan atau persaingan, dalam bidang apapun, maka pihak yang paling optimis, berpeluang lebih besar untuk memenangkan perlombaan. Sebaliknya, pihak yang pesimis akan cepat tersingkir.<sup>86</sup>
- e. Memicu munculnya penyimpangan perilaku. Orang-orang yang memiliki perilaku menyimpang, dalam agama maupun kehidupan umum, biasanya memiliki latarbelakang kegagalan. Dari kegagalan itu timbul sikap pesimis, lalu berubah menjadi putus asa. Untuk mengatasi kegelisahan hatinya, mereka berperilaku menyimpang.<sup>87</sup>

Sepatutnya sikap optimisme tetap tersemat dihati umat Islam untuk membangun sikap optimisme, setidaknya ada dua hal yang dilakukan:

1. Melakukan perbaikan diri lewat usaha-usaha yang jelas dan amal yang nyata.
2. Yakin akan ada kelapangan di hari kemudian kelapangan dari sebuah kesungguhan, kontinuitas beramal, dan berinovasi tiada henti dengan diiringi keyakinan adanya pertolongan Allah.<sup>88</sup>

Dua hadis Nabi saw. berhubungan dengan sebuah keberhasilan, karena semua perkara yang menyimpannya baik susah dan senang, ia akan menganggap semuanya baik. Tidak salah orang-orang sukses percaya diri

---

<sup>86</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 237

<sup>87</sup>AM. Waskito, *The Power of Optimism*, h. 237-238

<sup>88</sup>Abdul Halim Fathani, *Ensiklopedi Hikmah: "Memetik Buah Kehidupan Dikebun Hikmah"*, h. 555

akan kemampuannya dengan melalui perkataan baik dan perbuatan. Sebuah keberhasilan merupakan hal yang didambakan banyak orang, melihat zaman sekarang banyak orang-orang yang sukses dengan penuh keyakinan, baik orang tersebut beragama Islam ataupun kafir. Semuanya mengamalkan optimisme.

Agama Islam sudah sejak lama mengajarkan keyakinan, berkata, berpikir positif, dan optimis, tidak salah orang-orang yang mengamalkan dalam hidupnya akan mendapatkan sebuah kesuksesan. Sebuah kesuksesan itu bermacam-macam, sukses karier, cinta, kuliah, sembuh dari penyakit, dan lain-lainnya. Yang membedakan orang Islam dan non-Islam adalah syukur dan sabar. Ini merupakan kunci menjalankan kehidupan dengan penuh keikhlasan. Kedua hadis ini sudah menjelaskan dan memberitahukan bahwa untuk mencapai kesuksesan harus lewat perkataan baik, syukur dan sabar. Misalnya, orang yang ingin sukses menjadi pengusaha kuliner, maka orang tersebut akan diuji kesungguhannya agar Allah memberikan kesuksesan yang jauh lebih besar. Apabila ia mampu melewati ujian itu dengan sabar, syukur, dan sikap optimis.

Hadis tersebut dapat dipahami bahwa perkataan yang positif yang bernadkan semangat dapat kita lihat sekarang, ada beberapa acara di televisi orang lain mendengarkan nasehat-nasehat kebaikan akan termotivasi untuk melakukan kebaikan, mencapai kesuksesan, dan perbaikan hidup lebih baik lagi. Misalnya, acara Mario teguh "*The golden ways*", acara tersebut membuktikan perkataan yang baik akan memberikan

dampak positif kepada orang banyak saat mendengarkan perkataan tersebut. Dalam bentuk buku, yang diutarakan melalui karya tulisan yang isinya penuh kata-kata<sup>89</sup> motivasi dan yang membacanya juga akan terpengaruh apa yang ditulis sang pengarang.

### 3. Kesehatan Tubuh Orang yang Memiliki Sikap Optimisme

Setiap manusia menginginkan kesehatan, baik sehat fisik dan rohani. Memiliki sikap optimis membawa pengaruh bagi kesehatan yakni optimisme dapat membantu meningkatkan kesehatan secara psikologis, memiliki perasaan yang baik, melakukan penyelesaian masalah dengan cara yang logis sehingga hal ini dapat meningkatkan kekebalan tubuh.<sup>90</sup>

Karya Mohammad Ali Toha Assegaf dalam bukunya *365 Tips Sehat ala Rasulullah* sejalan dengan penelitian orang Barat yang menyatakan optimisme memiliki pengaruh terhadap kekebalan tubuh. Salah satu kunci sehat adalah selalu berprasangka baik kepada Allah swt.. Prasangka baik kepada Allah swt. akan membuahkan banyak kebaikan. Optimisme agar sembuh dari sakit merupakan bentuk prasangka baik orang mukmin kepada Allah.<sup>91</sup> Rasa harap akan menumbuhkan optimisme, sedangkan optimisme akan menggairahkan hidup dan menyehatkan badan

---

<sup>89</sup>Kata-kata yang positif membawa pengaruh yang sangat luar biasa manfaatnya. Terbuktinya penelitian yang dilakukan oleh Dr. Masaru Emoto melakukan penelitian selama 2 bulan bersama sahabatnya Kazuya Ishibashi (seorang ahli sains yang mahir menggunakan mikroskop) berasal dari Jepang yang meneliti kata-kata yang baik saat diucapkan di air membentuk kristal, sedangkan kata-kata jelek akan terlihat airnya keruh (tidak berbentuk Kristal). Apalagi kata-kata positif diucapkan pada diri sendiri dan didengar orang lain akan memberikan pengaruh positif bagi tubuh. Lihat Masaru Emoto, *The True Power of Water: Hikmah Air dalam Olahjiwa*, terj. Azam Translator, cet. V, (Bandung: MQ Publishing, 2006), h. 1-23

<sup>90</sup>M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, cet. I, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), h. 95

<sup>91</sup>Mohammad Ali Toha Assegaf, *365 Tips Sehat ala Rasulullah*, cet. I, (Jakarta: Mizan Publika, 2009), h. 28

dengan menyeimbangkan gejala emosi sehingga semangat hidup terpelihara.<sup>92</sup> Alquran mengingatkan kepada manusia beberapa kali untuk tidak berputus asa dari rahmat Allah.

Optimisme baik bagi kesehatan dan kesejahteraan dibandingkan dengan pesimisme. Ini bukan berarti bahwa pandangan optimis selalu memperpanjang usia seseorang yang telah terkena penyakit serius, tim yang terdiri dari para peneliti Australia yang mengikuti perkembangan 179 pasien penderita kanker paru-paru selama delapan tahun menemukan bahwa optimisme tidak memiliki pengaruh apapun terhadap siapa yang tetap hidup atau berapa lama mereka hidup.<sup>93</sup>

Namun, dengan memiliki sikap optimis menghasilkan kesehatan yang baik dan bahkan memperpanjang usia orang yang tidak memiliki penyakit yang mengancam kehidupan. Sebaliknya, gaya “meramalkan bencana” dari orang yang pesimis memiliki korelasi positif dengan kematian dini.<sup>94</sup>

Orang yang optimis tidak menyangkal bahwa mereka memiliki masalah atau menghindari berita buruk, sebaliknya mereka memandang masalah dan berita buruk sebagai kesulitan yang dapat mereka atasi. Mereka memiliki kesehatan yang lebih baik dibandingkan orang yang pesimis.<sup>95</sup>

---

<sup>92</sup> Mohammad Ali Toha Assegaf, *365 Tips Sehat ala Rasulullah*, h. 31

<sup>93</sup> Carole Wade dan Carol Tauris, *Psikologi Edisi 9*, terj. Padang Mursalin dan Dinastuti, (Jakarta: Erlangga, 2007), h. 297

<sup>94</sup> Carole Wade dan Carol Tauris, *Psikologi Edisi 9*, h. 297

<sup>95</sup> Carole Wade dan Carol Tauris, *Psikologi Edisi 9*, h. 297

Karya yang mengubah pemikiran menjadi positif oleh Martin E. P. Seligman, dalam bukunya *Menginstal Optimisme*<sup>96</sup>, sikap optimisme memiliki kekebalan tubuh lebih bagus dari pada orang yang memiliki sikap putus asa. Penelitian dan observasi yang dilakukan Chis bahwa orang-orang yang pesimis dua kali lebih sering menderita penyakit dari pada orang-orang yang optimis.

Thomases menyatakan bahwa optimisme, depresi, dan putus harapan semuanya mempengaruhi sistem kekebalan tubuh. Sistem kekebalan tubuh terhubung dengan otak dan pernyataan pikiran, seperti harapan yang memiliki hubungan dengan pernyataan pikiran dan mencerminkan psikologi seseorang.<sup>97</sup>

Otak dan sistem kekebalan tubuh<sup>98</sup> terhubung tidak melalui saraf, tetapi melalui hormon, pengirim zat kimiawi yang mengalir melalui darah dan dapat menyampaikan pernyataan emosional dari bagian tubuh yang satu menuju bagian tubuh yang lain. Ketika seseorang mengalami depresi, terjadi perubahan di otaknya. Fakta ini telah didokumentasikan dengan baik. *Neurotransmitter*, yaitu hormon yang menyebarkan pesan dari satu

---

<sup>96</sup>Martin E. Saligman, *Menginstal Optimisme*, terj. Budhy Yogapranata, (Bandung: Momentum, 2008), h. 233

<sup>97</sup>Martin E. Saligman, *Menginstal Optimisme*, h. 235

<sup>98</sup>Kekebalan tubuh (imunitas) terdiri dari sel-sel yang melindungi tubuh dari substansi pengganggu, seperti virus dan bakteri. Apabila stres yang terjadi dalam waktu yang lama akan memicu sekresi hormon kortsitol dari kelenjar adrenal. Hormon tersebut akan meningkatkan kadar gula darah serta meningkatkan metabolisme. Perubahan tersebut membantu tubuh untuk tetap melakukan suatu aktivitas dalam waktu yang lama, dengan imbalan berupa penurunan aktivitas sistem imunitas. Lihat James W. Kalat, *Biopsikologi (biological psychology)*, terj Dhamar Pramudito, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), h. 162-163

saraf ke saraf lain sehingga bisa habis. Serangkaian *transmitter* yang disebut *catecholamine* habis selama depresi berlangsung.<sup>99</sup>

Dengan rantai penghubung berupa peristiwa fisik apa yang memungkinkan sistem kekebalan tubuh peka atas pesimisme, depresi, atau duka seseorang? Ternyata ketika *catecholamine* habis, zat kimiawi lain yang disebut *endorphin-morfin* alami tubuh, meningkatkan aktivitasnya. Sel-sel pada sistem kekebalan tubuh memiliki penerima yang merasakan tingkat *endorphin*. Ketika *catecholamine* rendah, seperti yang dialami pada saat depresi, *endorphin* meningkat, sistem kekebalan tubuh mendekteksi peningkatan ini kemudian melemahkan sistemnya sendiri.<sup>100</sup>

Sekitar sepuluh tahun yang lalu, para peneliti asal Australia yang membentuk sebuah kelompok pelopor mengumpulkan 26 pria yang istrinya baru meninggal dunia karena cedera mematikan atau penyakit. Para peneliti ini membujuk setiap pria untuk menyerahkan sampel darah dua kali, pertama satu minggu setelah kematian istri mereka, dan kedua, lima minggu setelahnya. Dengan sampel darah yang diberikan, para peneliti bisa mengamati sistem kekebalan tubuh selama berduka. Mereka menemukan bahwa sistem kekebalan tubuh melemah selama berduka. Seiring berjalannya waktu, sistem kekebalan tubuh mulai pulih.<sup>101</sup>

Semua bukti ini membuat jelas keadaan psikologi yang dapat mengubah tanggapan sistem kekebalan tubuh. Kehilangan harapan, depresi, dan pesimisme dapat menurunkan aktivitas sistem kekebalan

---

<sup>99</sup>Martin E. Saligman, *Menginstal Optimisme*, h. 235-236

<sup>100</sup>Martin E. Saligman, *Menginstal Optimisme*, h. 236

<sup>101</sup>Martin E. Saligman, *Menginstal Optimisme*, h. 236



tubuh.<sup>102</sup> Perasaan cemas, tertekan atau depresi, dan merasa tidak berdaya, dapat memperlambat penyembuhan luka setelah operasi, sedangkan perasaan optimis dan penuh harap dapat sangat mempercepat penyembuhan. Perasaan kesepian dan kecemasan dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh dan memungkinkan virus yang tidur (*dormant*) dalam tubuh, seperti herpes.<sup>103</sup>

Berdasarkan hadis Nabi Muhammad saw. bahwa beliau menyukai optimisme, kuat seorang mukmin, dan *positive thinking* adalah karakter mukmin yang tangguh. Rasulullah saw. sudah memerintahkan kepada umat muslim untuk selalu optimisme dalam menjalankan kehidupan di dunia ini dan selalu husnuzhan. Karena akan berdampak kepada kesehatan rohani dan jasmani, diatas sudah dibahas panjang lebar bahwa seseorang yang memiliki sikap optimis dan *positive thinking* akan mempengaruhi kekebalan tubuh.

Betapa agungnya ilmu dan pengajaran yang dibawa oleh Islam, dan betapa indahnya ayat-ayat Alquran, sebagaimana indahnya sabda Nabi Muhammad saw. Bahwa beliau selalu menunjukkan sikap optimis dan memberikan berita gembira berupa rahmat dari Allah, dan beliau tidak pernah merasa sedih atas berbagai urusan dunia, karena beliau selalu mengamalkan firman-firman Allah.

Para peneliti barat sudah menyimpulkan bahwa orang yang memiliki sikap pesimis akan menurunkan kekebalan tubuh dan sikap

---

<sup>102</sup>Martin E. Saligman, *Menginstal Optimisme*, h. 236-237

<sup>103</sup> Carole Wade dan Carol Tauris, *Psikologi Edisi 9*, h. 292

optimis akan memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan tubuh. Allah swt. telah memerintahkan kepada kita untuk optimis, kuat jiwa dan mental. Nabi Muhammad saw. juga menyuruh kepada kita untuk selalu optimisme. Ayat Alquran dan hadis merupakan perintah yang harus dilaksanakan hambanya. Semua itu untuk kebaikan umat manusia, terutama muslim.

Dari penelitian tersebut, penulis membaca buku<sup>104</sup> bahwa orang yang berpenyakit kronis dengan ada sifat optimis akan ada harapan untuk sembuh, kembali dengan keyakinan kita bahwa yang menyembuhkan penyakit adalah hanya Allah swt.. Memang benar ternyata orang yang divonis dokter dari penyakitnya tidak akan sembuh, ternyata bisa pulih dan ini sudah dijelaskan dalam *al-qur'ân* dan *al-hadîts* Nabi Muhammad saw., bahwa hanya dengan izin Allah yang bisa menyembuhkan segala penyakit. Sekarang kembali keindividu masing-masing, sebagian orang bahkan kebanyakan orang melupakan sifat keoptimisan, terutama mengabaikan berkata baik dan *positive thinking*. Buktinya, kita sering mendengarkan keluhan diri sendiri, teman, keluarga, dan lingkungan masyarakat, termasuk dilayanan internet yang kita kenal dengan *facebook*. Orang-orang lebih asyik mengeluh<sup>105</sup> dilayanan tersebut dari pada mengeluh pada sang

---

<sup>104</sup>Lihat Dini Nuris Nuriani, *Sang Maha Dekat*, h. 82 dan lihat Abû Salman Farhan al-Atsary, *The Amazing Husnudzon*, h. 12. Buku ini menceritakan orang-orang yang selalu memiliki harapan dan optimisme terhadap kesulitan hidup sehingga mencapai kesembuhan dan keberhasilan.

<sup>105</sup>Mengeluh adalah mengeluarkan kata-kata yang menyedihkan, padahal pikiran, kata-kata yang diucapkan dan sikap yang diambil serta menentukan kondisi kesehatan dan peluang untuk sembuh. Berpikir dan berbicara sebagai korban akan mengurangi penyembuhan. Untuk mengubah hal itu dapat memulainya dengan mengakui peran yang dimainkan oleh emosi, pikiran dan ucapan dalam menimbulkan penyakit. Jadi, ketika seseorang sakit tidak hanya dilihat fisiknya akan tetapi

Pencipta. Berita yang sangat memilukan adalah orang lebih baik memilih bunuh diri untuk menyelesaikan masalahnya daripada mencari solusi yang terbaik. Stres, sedih, kecewa, dan depresi sehingga putus harapan. Masalah bukanlah beban, akan tetapi sebagai tantangan hidup. Hadis Nabi Muhammad saw. merupakan bukti bahwa optimisme dapat menyelesaikan masalah dan dapat membawa kesehatan bagi tubuh.