

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan ini seperti rantai masalah yang akan terus bersambung hingga dunia berakhir. Masalah yang didatangkan oleh Allah Swt., ada yang berupa ujian untuk meningkatkan level keimanan seseorang, ada pula masalah yang muncul karena kesalahan atau dosa yang pernah diperbuat. Jadi selama manusia masih hidup di dunia pasti akan dihadapkan dengan berbagai masalah. Namun, yang membedakan antara manusia yang satu dengan manusia yang lain adalah cara mereka menghadapi masalah.

Kebanyakan orang cenderung merasa cemas ketika berhadapan dengan masalah. Kekhawatiran dan kecemasan yang berlebihan dan berlarut-larut akan membuat seseorang kehilangan ketenangan di dalam pikiran, hati dan jiwanya. Apabila ketenangan itu tidak kunjung hadir, maka bisa dipastikan hidup akan terasa hampa. Semua yang sudah dilakukan seperti tidak berarti apa-apa. Beberapa kasus yang terburuk adalah menyakiti diri sendiri, bahkan sampai bunuh diri. Dari data penelitian kementerian kesehatan menyebutkan bahwa depresi terjadi karena gejala utama rasa sedih dan hilangnya semangat yang berkepanjangan selama dua minggu dan menetap selama dua bulan.¹ Hal tersebut menunjukkan bahwa sangat

¹Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Mendengarkan dan Berkomunikasi dalam Keluarga adalah Komponen Pencegah Depresi yang Utama" dalam <https://www.kemkes.go.id/article/view/2085/mendengarkan-dan-berkomunikasi-dalam-keluarga--adalah-komponen-pencegah-depresi-yang-utama-.html>, diakses 30 Juli 2023.

diperlukan upaya untuk menemukan ketenangan jiwa sehingga hidup terasa lebih bermakna dan bahagia.

Akan tetapi, setelah menyadari pentingnya ketenangan jiwa, ternyata tidak semua orang dapat memahami bagaimana hakikat ketenangan jiwa itu. Ada sebagian orang malah melakukan hal-hal yang dilarang syariat, seperti mencari ketenangan menggunakan narkoba atau obat-obatan terlarang. Tindakan tersebut bukan hanya membuat seseorang semakin tidak tenang, tetapi juga merusak dirinya sendiri.

Sebagai seorang muslim yang bertakwa dianjurkan mencari ketenangan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an. Terdapat banyak amalan yang disebutkan di dalam Al-Qur'an, yang apabila benar-benar diterapkan akan mendatangkan ketenangan. Amalan tersebut seperti membaca Al-Qur'an, salat, berzikir, berbuat kebaikan, dll. Allah Swt. memerintahkan manusia agar melakukan hal-hal tersebut bukan hanya semata-mata sebagai bentuk penghambaan. Melainkan juga supaya manusia merasa tenang saat menjalani kehidupan di dunia.

Zikir merupakan salah satu upaya untuk memperoleh ketenangan jiwa dengan cara mengingat Allah swt. Seperti yang telah difirmankan dalam Q.S. al-Ra'd/13: 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

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

Dalam *Tafsir al-Azhar*, HAMKA menjelaskan bahwa iman menyebabkan hati selalu ingat dengan Allah atau yang disebut juga zikir. Dari hati yang selalu

mengingat Allah tersebut akan menimbulkan ketentraman atau ketenangan. Hal ini secara otomatis menghilangkan kecemasan, kegelisahan, putus asa, pikiran kusut, keragu-raguan, dan ketakutan. Perasan ragu dan gelisah merupakan sumber dari semua penyakit. Sedangkan ketentraman atau ketenangan adalah sebab utama dari kesehatan ruhani dan jasmani.²

Selanjutnya, HAMKA juga menjabarkan tentang pembagian tingkat pengalaman nafsu yang ada di dalam Al-Qur'an menjadi 3 tingkatan, yaitu: *Pertama, al-nafs al-ammârah bissû'* (surah Yusuf ayat 53), yaitu nafsu yang membuat seseorang terdorong untuk melakukan kejahatan. *Kedua, al-nafs al-lawwâmah* (surah al-Qiyamah ayat 2), yaitu tekanan batin dan rasa penyesalan karena sudah terlanjur mengikuti *al-nafs al-ammârah bissû'*. *Ketiga, al-nafs al-muthmainnah* (surah al-Fajr ayat 27), yaitu nafsu yang telah mencapai fase ketenangannya, setelah melewati berbagai pengalaman. Oleh karena itu, iman dan zikir sangat diperlukan oleh manusia agar kehendak hati bisa bersih dari dorongan nafsu, tujuannya supaya mencapai ridha Allah Swt. dengan ketenangan itu.³

Di ayat berikutnya yaitu surah al-Ra'd ayat 29, HAMKA juga menyinggung sedikit mengenai ketenangan jiwa. Beliau menerangkan bahwa hati yang telah mencapai ketenangan memunculkan sikap hidup yang tenang pula. Ketenangan tersebut membuat terpeliharanya cahaya dalam jiwa yang telah dibangun oleh iman.⁴ Nur tersebut menjadi cahaya dalam jiwa dan hati manusia

²HAMKA, *Tafsir al-Azhar: Diperkaya dengan Pendekatan Sejarah, Sosiologi, Tasawuf, Ilmu Kalam, Sastra, dan Psikologi Jilid 5* (Depok: Gema Insani, 2015), 68.

³HAMKA, *Tafsir al-Azhar Jilid 5*, 69.

⁴HAMKA, *Tafsir al-Azhar Jilid 5*, 69.

sehingga mampu membedakan mana hal yang baik dan buruk. Hal inilah yang menentukan cara manusia menjalani kehidupan di dunia.

Sejatinya jiwa memang selalu ingin dekat dengan Tuhan. Itu sebabnya, saat jauh dari Allah swt., maka jiwa akan menuntut dan kekhawatiran menjadi sinyal awal dari jiwa yang merindukan Allah swt.

Ketenangan jiwa menjadi puncak kesuksesan dari orang yang beriman. Sehingga di dalam Al-Qur'an pun beberapa kali disinggung tentang hal tersebut. Salah satunya *an-nafs al-muthma'innah* yang artinya jiwa yang tenang, di Q.S al-Fajr/89: 27.⁵ Ketenangan jiwa yang dimaksud dalam ayat ini merupakan kondisi perkembangan spiritual tertinggi. Jiwa yang tenang berada dalam keadaan nyaman, harmonis, bahagia dan damai. Hal tersebut karena mengetahui bahwa ketika seseorang mengalami peristiwa terburuk dalam hidupnya, semua itu akan kembali kepada Allah Swt dan tidak selamanya keterpurukan itu dirasakan seseorang. Jiwa ini melakukan memurnikan dirinya dari tekanan-tekanan yang muncul dari melawan kendala yang menghalangi pikiran dan perasaan. Jiwa yang kembali murni akan mudah untuk merasakan ketenangan dalam situasi apa pun.

Untuk lebih memahami terkait ketenangan jiwa, penelitian ini akan lebih fokus mengkaji pemikiran HAMKA yang merupakan salah seorang mufasir asal Indonesia, sekaligus tokoh tasawuf. Seperti yang diketahui, tasawuf itu erat kaitannya dengan jiwa sehingga masalah ketenangan jiwa sudah pasti menjadi topik penting dalam tasawuf. Terdapat banyak pemikiran beliau terkait dengan tasawuf.

⁵Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Fenomena Kejiwaan Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains* (Jakarta Timur: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2016), 11.

Salah satunya yaitu tasawuf modern yang berisi tentang jalan menuju kebahagiaan, pemenuhan kesehatan jiwa dan badan, bersikap qana'ah dan tawakal kepada Allah swt. Hal-hal tersebut secara tidak langsung membawa ketenangan kepada siapapun yang menjalankannya. Di beberapa penelitian, perspektif HAMKA juga sering dijadikan rujukan untuk memahami tentang psikologi yang tentu berhubungan dengan ketenangan jiwa.

Selain itu, *Tafsir al-Azhar* dengan corak *al-adâbiî wa ijtimâ'î* juga relevan dengan kehidupan zaman modern. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang “*Konsep Ketenangan Jiwa menurut HAMKA (Studi Tafsir al-Azhar)*”. Adapun pembahasan yang akan dikaji yaitu konsep ketenangan jiwa perspektif HAMKA dalam *Tafsir al-Azhar* serta kekhasan beliau dalam menafsirkan ayat-ayat ketenangan jiwa.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana konsep ketenangan jiwa menurut HAMKA dalam kitab *Tafsir al-Azhar*?
2. Apa saja kekhasan dari penafsiran ayat-ayat ketenangan jiwa dalam *Tafsir al-Azhar*?

C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

1. Tujuan Penelitian
 - a. Untuk mengetahui konsep ketenangan jiwa menurut HAMKA dalam kitab *Tafsir al-Azhar*.

b. Untuk mengetahui kekhasan dari penafsiran ayat-ayat ketenangan jiwa dalam *Tafsir al-Azhar*.

2. Signifikasi Penelitian

a. Secara teoritis

Penelitian ini penulis harapkan bisa menjadi kontribusi untuk kajian tafsir yang dihubungkan dengan zaman sekarang. Melihat dari beberapa berita yang terjadi di masa ini yaitu perihal manusia yang menyeleweng dari syariat agama ketika menghadapi masalah dan berakhir semakin jauh dari ketenangan jiwa. Konsep atau teori yang berkaitan dengan ketenangan jiwa ini diharapkan dapat mendukung pengembangan pengetahuan dan berpotensi mempengaruhi motivasi diri.

b. Secara praktis,

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu sumber wawasan kepada khalayak umum tentang pentingnya ketenangan jiwa dalam kehidupan sehingga mampu menjalani aktivitas keseharian dengan lebih bermakna dan bahagia.

D. Definisi Operasional

Sebelum membahas lebih jauh terkait penelitian. Penulis akan menjelaskan terlebih dahulu terkait maksud yang terkandung dalam judul penelitian ini. Sebagai upaya untuk menghindari terjadinya kekeliruan dan kesalahpahaman tentang judul. Berikut ini penjelasan komponen penting yang ada di judul "*Konsep Ketenangan Jiwa menurut HAMKA (Studi Tafsir al-Azhar)*":

1. Konsep

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, konsep artinya buram surat atau rancangan dan sebagainya. Bisa juga dimaknai dengan pengertian atau ide yang diabstrakkan dari peristiwa nyata.⁶ Konsep yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pengertian, ide, dan proses memperoleh ketenangan jiwa menurut HAMKA dalam kitab *Tafsir al-Azhar*.

2. Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa merupakan kemampuan untuk beradaptasi dengan orang lain, masyarakat serta lingkungan di mana seseorang hidup. Hal tersebut membuat manusia mampu menguasai faktor dalam hidupnya dan menghindarkan tekanan-tekanan perasaan yang menyebabkan frustrasi.⁷ Jadi ketenangan jiwa yang penulis maksudkan adalah kondisi manusia yang merasakan kedamaian dan ketentraman di dalam kehidupannya.

Pemilihan kata “jiwa” setelah kata “ketenangan” karena jiwa bisa melingkupi hati dan pikiran. Selain itu, kata “jiwa” digunakan sebagai isyarat bahwa ketenangan sesungguhnya hanya dapat diperoleh dari dalam diri sendiri.

3. *Tafsir al-Azhar*

Tafsir al-Azhar ialah kitab tafsir yang dikarang oleh salah satu ulama asal Indonesia yaitu HAMKA. Kitab tafsir ini sering menjadi rujukan dalam berbagai penelitian, terutama penelitian tentang kajian tafsir.

⁶Hasan Alwi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), 588.

⁷Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1982), 12.

E. Penelitian Terdahulu

Dari hasil tinjauan pustaka yang telah dilakukan, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang membahas tentang ketenangan jiwa menurut Al-Qur'an di antaranya yaitu:

1. “*Konsep Ketenangan Jiwa menurut M. Quraish Shihab (Studi Tafsir Al-Mishbah)*”, karya Ari Kurniawan Rizqi, Skripsi IAIN Ponorogo, 2022. Penelitian skripsi ini menjelaskan tentang metode M. Quraish Shihab ketika menafsirkan ketenangan jiwa yaitu menggunakan metode *tahlili*. Istilah yang digunakan untuk mengisyaratkan tentang ketenangan jiwa adalah kata *muthmainnah*. Di dalam Al-Qur'an kata *muthmainnah* disebut sebanyak 12 kali menurut kitab al-Mu'jam al-Mufahras li Alfâz Al-Qur'an al-Karim. Di antaranya terdapat di surah al-Baqarah/2: 260, Âli 'Imrân/3: 126, an-Nisâ/4: 103, al-Mâ'idah/5: 113, al-Anfâl/8: 10, Yunus/10: 7, al-Ra'd/13: 28, an-Nahl/16: 106 & 112, al-Isra'/17: 95, al-Hajj/22: 11, dan al-Fajr/89: 27. Hasil penelitian ini menunjukkan di dalam Tafsir Mishbah terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa, seperti faktor keimanan, ketakwaan, dzikir dan salat.⁸

2. “*Konsep Ketenangan Jiwa menurut Al-Qusyairi (Studi Kitab Tafsir Lataif al-Isyarat)*”, karya Nayla Na'imatur Rizkiyah, Skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018. Penelitian ini memaparkan secara deskriptif-analitik tentang penafsiran al-Quryairi dalam kitab *Lathâ'if al-Isyârât* yang terkait ayat-ayat yang

⁸Ari Kurniawan Rizqi, “Konsep Ketenangan Jiwa menurut M. Quraish Shihab (Studi Tafsir Al-Mishbah)”, *Skripsi* (Ponogoro: Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, 2022), 93–94.

membahas konsep ketenangan jiwa. Sebagai tokoh sufi, penafsiran beliau memang tidak lepas dari identitas tasawuf yang memang sangat berhubungan dengan jiwa.⁹

3. “*Ketenangan Hati dalam Al-Qur’an (Telaah Pemikiran Syaikh Najmuddin Al-Kubro)*”, karya Novi Nurjannah Azhari, Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019. Penelitian ini membahas mengenai penafsiran Syaikh Najmuddin Al-Kubro tentang ayat-ayat ketenangan hati. Kesimpulan dari penelitian ini, ada dua lafaz yang relevan dengan ketenangan hati yaitu *sakinah* dan *ithmi’nân/muthma’innah*. Selain itu, beliau juga menyinggung tentang tariqat kubrawiyyah yang menggunakan tujuh makna batin dalam menafsirkan Al-Qur’an.¹⁰

4. “*Kebahagiaan Perspektif HAMKA dalam Tafsir al-Azhar*”, karya Sofia Aulia Zakiyatun Nisa, Skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019. Walaupun tidak secara khusus membahas tentang ketenangan jiwa, skripsi ini ada sedikit menyinggung terkait ketenangan yaitu orang yang beriman memperoleh kebahagiaan dikarenakan ketenangan yang muncul dari dalam diri mereka setelah mendapat perlindungan dari para malaikat dan diberi pengetahuan bahwa puncak kebahagiaan dari apa yang diinginkan yaitu berupa surga.¹¹ Selain itu, konsep kebahagiaan menggunakan beberapa kata kunci meliputi *falâh*, *faûzun*, *faûzun azim*, *jannatul firdaus*, *jannatun na’im*, *hasana*, *rahmah*, *sakînah*, *barakah*, *salâma*, *tûbâ*, *syaraha*, *farihâ*, dan *surûr*. Terdapat kata *sakînah* yang memiliki arti

⁹Nayla Na’imatur Rizkiyah, “Konsep Ketenangan Jiwa menurut Al-Qusyairi (Studi Kitab Tafsir Lataif al-Isyarat)”, *Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga, 2018), 83.

¹⁰Novi Nurjannah Azhari, “Ketenangan Hati dalam Al-Qur’an (Telaah Pemikiran Syaikh Najmuddin Al-Kubro)”, *Skripsi* (Surabaya: Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, 2019), 105.

¹¹Sofia Aulia Zakiyatun Nisa, “Kebahagiaan Perspektif HAMKA dalam Tafsir al-Azhar”, *Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga, 2019), 238.

ketenangan. Hal ini menarik untuk menjadi penunjang penelitian yang akan penulis lakukan. Namun tidak dapat menjadi rujukan utama karena dalam penelitian ini lebih dominan membahas mengenai konsep kebagiaan dengan kata *falâh*. Sedangkan ketenangan jiwa lebih cenderung menggunakan kata *sakînah* dan *ithmi'nân*.

Dari beberapa penelitian terdahulu di atas, penulis merasa keempatnya dapat mendukung penelitian yang akan dilakukan, namun dari penelitian tersebut masih terdapat indikasi untuk dikembangkan kembali dengan merujuk kepada sumber referensi baru dan menyusun ulang konsep tersebut dalam kerangka pemikiran seputar ketenangan jiwa yang lebih utuh, sehingga dalam hal ini akan diperoleh konsep ketenangan jiwa yang lebih menarik dan berbeda dari penelitian sebelumnya. Penelitian ini merujuk kepada pemikiran HAMKA dalam *Tafsir al-Azhar*. Karena masih belum ditemukan yang secara khusus yang membahas tentang konsep ketenangan jiwa menurut HAMKA dalam *Tafsir al-Azhar*.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pustaka (*library research*) yaitu penelitian dengan cara mencari dan menghimpun data-data terkait ketenangan jiwa yang bersumber dari jurnal, buku, artikel, dan sumber-sumber literatur lainnya yang relevan dengan pembahasan penelitian.

2. Metode Penelitian

Bentuk penelitian yang dilakukan adalah kualitatif, yaitu dengan mendeskripsikan dan menganalisis beberapa informasi yang berkaitan dengan

ketenangan jiwa. Pendekatan deskriptif-analisis juga digunakan untuk memaparkan perspektif HAMKA dalam *Tafsir al-Azhar* terkait ayat-ayat tentang ketenangan jiwa.

3. Sumber Data

a. Data primer adalah referensi sentral atau utama yang digunakan dalam penelitian yaitu Al-Qur'an dan kitab *Tafsir al-Azhar* karya HAMKA. Untuk menentukan data primer ini, penulis menentukan ayat-ayatnya menggunakan term *ithmi'nân* dan *sakînah* dalam Al-Qur'an dengan menggunakan kitab *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfâz Al-Qur'an al-Karim*. Ayat-ayat yang memuat kata *sakînah* dan *ithmi'nân* di dalam Al-Qur'an ditemukan cukup banyak. Namun karena fokus kajian ini membahas tentang pemikiran HAMKA dalam *Tafsir al-Azhar*, sehingga yang digunakan hanya sembilan ayat yang di dalam penafsirannya memuat makna ketenangan jiwa. Di antaranya surah al-Baqarah/2: 248, at-Taubah/9: 26 dan 40, dan al-Fath/48: 4 dan 18, al-Baqarah/2: 260, al-Ra'd/13: 28, dan al-Fajr/89: 27.

b. Data sekunder merupakan referensi yang memperolehnya dari sumber lain yang dapat menunjang pembahasan. Sumber sekunder meliputi buku asli dan buku dalam bentuk PDF, arsip, artikel atau jurnal dengan tema yang berkaitan dengan HAMKA dan sesuai dengan pembahasan penelitian.

4. Teknik Pengumpulan Data

Mengingat bahwa penelitian ini adalah penelitian tafsir tematik, maka agar diperoleh hasil yang objektif, penyusun melakukan langkah-langkah penelitian sebagai berikut:

a. Menentukan topik masalah (dalam hal ini tema seputar ketenangan)

- b. Menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan tema ketenangan jiwa dari kitab *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfâz Al-Qur'an al-Karim*.
- c. Menentukan ayat-ayat untuk penelitian dengan membuktikan secara langsung dari kitab *Tafsir al-Azhar*.
- d. Menyusun ayat-ayat sesuai dengan urutan di mushaf
- e. Menganalisis tafsir masing-masing ayat dengan menggunakan kitab *Tafsir al-Azhar*.
- f. Menuliskan hasil analisis tafsir yang berkaitan dengan tema ketenangan jiwa.

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif analisis. Metode ini menguraikan analisis makna hasil penelitian secara luas, sistematis dan cermat untuk mendapatkan penelitian yang objektif mengungkapkan makna ketenangan jiwa.

Untuk mengungkap konsep ketenangan jiwa menurut HAMKA, penulis menggunakan analisis ontologis, epistemologi, dan aksiologis. Pertanyaan yang berhubungan dengan obyek apa yang dikaji atau hakikat dari pengetahuan disebut ontologi, bagaimana cara mengetahui pengetahuan tersebut (epistemologi), dan apa fungsi pengetahuan tersebut (aksiologi).¹² Apabila dikaitkan dengan konsep ketenangan jiwa, maka ontologi mengkaji tentang hakikat dari ketenangan jiwa,

¹²Muhammad Kristiawan, *Filsafat pendidikan: The choice is yours*, (Yogyakarta: Valia Pustaka, 2016), 141.

epistemologi tentang bagaimana cara mencapai ketenangan jiwa, dan kajian aksiologi membahas terkait apa fungsi positif dan negatif dari ketenangan jiwa.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan merupakan kerangka inti dari proposal ini. Adapun susunan kerangka penulisannya yaitu:

Bab I mencakup pendahuluan, terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi istilah, penelitian terdahulu, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II membahas gambaran umum tentang pengertian ketenangan jiwa, ketenangan jiwa menurut psikologi, ketenangan jiwa menurut ilmu tasawuf, ketenangan jiwa menurut Al-Qur'an dan faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa.

Bab III mendeskripsikan terkait biografi HAMKA dan karya-karya beliau. Selanjutnya akan dibahas tentang bagaimana latar belakang penulisan, karakteristik, metode, corak, dan sistematika *Tafsir al-Azhar*.

Bab IV berisi pembahasan inti tentang penafsiran HAMKA terhadap ayat-ayat terkait konsep ketenangan jiwa serta kekhasan dari penjelasan konsep ketenangan jiwa menurut HAMKA dalam *Tafsir al-Azhar*.

Bab V memuat kesimpulan dari hasil penelitian dan merupakan jawaban singkat dari hasil rumusan masalah, serta diiringi dengan saran yang diperlukan.