

BAB III

RIWAYAT HIDUP KOMARUDIN HIDAYAT DAN KEMATIAN PERSPEKTIF KOMARUDIN HIDAYAT

A. Biografi Komarudin Hidayat

1. Riwayat Hidup Komarudin Hidayat

Komarudin Hidayat dilahirkan pada tanggal 18 Oktober 1953 di Magelang, Jawa Tengah. Ayahnya adalah seorang tentara berpangkat prajurit, sedangkan ibunya telah meninggal dunia ketika Komarudin berusia 9 tahun. Komarudin tinggal di desa Muntilan dengan latar belakang ekonomi rendah. Komarudin Hidayat memprioritaskan hidupnya untuk mendapatkan pendidikan terbaik walaupun dalam keadaan ekonomi yang rendah. Komarudin Hidayat menempuh pendidikan di Pondok Pesantren Modern di Pabelan dan Pondok Pesantren Al-Iman (1971).¹

Ketika menjalani pendidikan di Pondok Pesanteren, Komarudin membayangkan bahwa fase pendidikan di kampus atau menjadi mahasiswa adalah kehidupan yang menyenangkan. Hal itu tidak lepas dari pemandangan beberapamahasiswa yang ada di Yogyakarta dan Magelang, kebetulan juga jarak Pondok dengan Kota tidak terlalu jauh. Komarudin juga sering melihat beberapa mahasiswa yang datang untuk berdiskusi dengan Kiainya di Pondok. Komarudin juga sering melihat Taruna Akademi ABRI yang sering berkunjung ke

¹<https://tirto.id/m/komarudin-hidayat-di>, diakses pada tanggal 19 Juni 2023.

Pondoknya. Baginya menjadi seorang Taruna adalah sebuah kebanggaan dan terlihat intelek dan gagah dihadapannya.²

Komarudin Hidayat memiliki motivasi yang tinggi dalam menimba ilmu sejak dari kecil. Melalui tekadnya, Komarudin berbekal nama teman aktivisnya yang ada di Ciputat, hingga akhirnya Komarudin memutuskan untuk hijrah ke Jakarta. Sesampainya di Jakarta, Komarudin mengikuti tes yang diselenggarakan oleh IAIN (kini telah berganti nama menjadi UIN) Syarif Hidayatullah Jakarta. Keikutsertaan Komarudin tidak lepas dari biaya tes seleksi yang murah dan terjangkau. Komarudin mengambil jurusan Ilmu Perbandingan Agama di IAIN Syarif Hidayatullah.

Cita-cita yang diidamkan oleh Komarudin sejak menjadi santri akhirnya tercapai yaitu menjadi salah seorang mahasiswa perguruan tinggi yang merupakan bukti cinta Komarudin terhadap ilmu pengetahuan. Komarudin sangat bergairah dalam menjalani kehidupan mahasiswanya, bahkan baginya kuliah sambil bekerja tidak menjadi masalah. Komarudin melihat peluang di kompleks MABAD Ciputat yang membutuhkan guru privat matematika dan agama. Pagi hari dihabiskan Komarudin dengan belajar di Kampus, sorenya dihabiskan untuk mengajar privat agama dan mengikuti bakti sosial yang ada di kompleks MABAD.

Berkat keseriusannya, karirnya berkembang dan Komarudin lebih dikenal di kompleks tersebut sebagai Pelaksana Tugas Ruukun Kampung (RK) yang bertugas mengurus KTP dan mengurus berbagai kepanitiaan acara sosial. Hal ini di luar ekspektasi Komarudin yang membayangkan bahwa untuk menopang

²<https://nationalgeographic.grid.id/read/131748057/siapakah-komaruddin-hidayat-santri-sederhana-asal-muntilan-yang-ditunjuk-sebagai-rektor-uuii>. Diakses pada tanggal 20 September 2023.

kehidupan di Jakarta harus menjadi buruh harian atau karyawan di sebuah perusahaan. Dalam menempuh pendidikan di Jakarta, Komarudin aktif dalam berbagai kegiatan organisasi. Komarudin Hidayat pernah menjadi anggota HMI (Himpunan Mahasiswa Islam). Aktivitas oraganisasinya membawanya kepada perkenalan salah satu senior kampusnya yang sudah bekerja di majalah swasta sebagai wartawan yaitu majalah *Panji Masyarakat* yang dinaungi oleh Buya Hamka. Komarudin akhirnya tertarik untuk ikut belajar dan bekerja sebagai wartawan. Berkat pengalaman juranlistiknya, Komarudin lebih mudah membuat kesimpulan dari berbagai dosen ketika kuliah berlangsung. Koomarudin bekerja sebagai wartawan selama 4 tahun seiring menjalani proses meraih gelar starata satu pada tahun 1978 hingga tahun 1982. Setelah itu Komarudin melanjutkan studi magister dan doktoralnya di Middle East Technical University (METU), Ankara, Turki dengan mendaftar di Fakultas Sosial Jurusan Filsafat.³

Setelah menamatkan kuliahnya pada tahun 1990, Komaudin diminta Nurkholis Madjid dan Utomo Dnajaya untuk bergabung di Yayasan Paramadina dan menjabat sebagai Direktur Eksekutif hingga dipercaya menjadi Ketua Yayasan. Reputasi public sebagai intelek muslim yang disandangnya dalam keahlian dan ilmu agama yang mumpuni membuat Komarudin sibuk memenuhi undangan ceramah serta acara-acara di televisi maupun radio pada saat itu. sebagai akademisi Komarudin menjadi dosen di IAIN Jakarta (1990), dosn di Pascasarjana di IAIN Jakarta (1990), dan dosen di Sekolah Tinggi Filsafat Driyakarya (1993), Guru Besar Filsafat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (2001-

³Nur Ali Hamid, *Konsep Kebahagiaan Perspektif Komaruddin Hidayat* (Skripsi: Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah, 2020), 19.

sekarang), Direktur Program Pascasarjana UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (2005-2007), Direktur Yayasan Paramadina (1996-2000), Dosen Universitas Gadjah Mada (2003), Komarudin Juga menjadi Rektor UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dalam 2 periode (2006-2010) dan (2010-2015). Sekarang Komarudin menjabat sebagai Rektor di Universitas Internasional Islam Indonesia (UIII) periode 2019-2024.⁴

2. Perjalanan Intelektual Komarudin Hidayat

Komarudin Hidayat tumbuh dari lingkungan pesantren sejak memasuki masa remaja. Hal tersebut membentuk intelektualitasnya terhadap penguasaan ilmu-ilmu agama Islam sehingga Komarudin menjadi tokoh besar Islam Nusantara. Filsafat dan mistisisme adalah dua hal yang harus dikuasai oleh akademisi dalam pemikiran Islam. Komarudin Hidayat menyandang Guru Besar dalam bidang Filsafat Islam dan juga dikenal sebagai cendekiawan muslim di Indonesia. Ilmunya yang mendalam tentang filsafat Islam menjadikannya dekat dengan kajian mistisisme Islam yang merupakan kajian tradisi di IAIN.

Dibekali disiplin ilmu filsafat dan mistisisme Islam inilah jiwa seorang Komarudin bergairah sebagai seorang ahli analisis dalam bidang sosial keagamaan. Pendapatnya tentang kehadiran agama dengan kandungan nilai-nilai kehidupan dan norma-norma yang berfungsi sebagai penyelamat seseorang dalam menjalani kehidupan di dunia maupun kehidupan setelah kematian. Komarudin Hidayat memberikan arti dan tujuan hidup berdasarkan iman. Kekuatan agama selalu memberikan makna dan harapan bagi seseorang yang sedang dihadapkan dengan

⁴Komaruddin Hidayat, *Berdamai Dengan Kematian* (Jakarta: Penerbit Hikmah, 2009), 225-226.

misteri kehidupan yang terkadang tidak dapat diterima lewat nalar. Hal inilah yang selalu menopang kekuatan agama untuk selalu eksis di sepanjang zaman.⁵

Minat Komarudin Hidayat terhadap ilmu tasawuf tidak hanya persinggahan saja, sebab tasawuf adalah bagian dari mistisisme Islam yang menjadi fokus akademisinya. Komarudin menjadi analis handal dalam bidang sosial keagamaan tidak terlepas dari bekal ilmu mistisisme Islam dan tasawuf yang dikuasainya. Corak tasawuf Komarudin adalah tasawuf yang digandengkan dengan gagasan transformasi sosial.⁶ Baginya tasawuf mengajarkan untuk tidak terlalu ambisius dalam mengejar dunia yang sifatnya hanya sementara. Sikap *qana'ah* dan menjadi pribadi yang selalu bersyukur adalah jalan tasawuf Komarudin untuk menjalani kehidupan agar lebih damai dan nyaman.⁷

Pandangannya tentang tasawuf memiliki cakupan yang luas. Komarudin pernah menulis artikel di Harian Kompas edisi 11 Januari 2005 dengan judul “Kosmosentrisme Religius”, yang membahas tentang gejala alam raya dengan perspektif sufistik. Dalam artikel tersebut, Komarudin menekankan untuk menjaga dan memperlakukan alam raya ini sebagai himpunan nama Tuhan. Dalam banyak kesempatan, Komarudin juga sangat jelas menampilkan pandangan kesufiannya. Menurutnya ada banyak cara untuk meningkatkan kesucian jiwa manusia sehingga manusia kembali kepada fitrahnya, yaitu selalu rindu mendekat kepada Tuhan. Salah satu caranya adalah dengan membangun

⁵Nur Ali Hamid, “Konsep Kebahagiaan Perspektif Komaruddin Hidayat”, 24-25.

⁶<https://paramadina.wordpress.com/2007/03/10/prof-dr-komaruddin-hidayat/> . Diakses pada Tanggal 20 September 2023.

⁷Arwin Yusrudzal Nasution, “Analisis Isi Buku Psikologi Kematian Karya Komaruddin Hidayat,” 2007, 47.

pola hidup yang mengorientasikan diri pada aspek rohani dan melepaskan pandangan keduniawian, dalam tradisi tasawuf dikenal dengan sikap zuhud.

Islam secara teoritis amat kaya dengan dimensi sufisme, yang barangkali merupakan paket yang dapat disumbangkan kepada masyarakat modern yang terkepong oleh hegemoni perbedaan. Tasawuf memiliki daya pikat karena tasawuf mewakili suatu dimensi (esoteris) dalam agama. Tasawuf menjanjikan pengalaman keruhanian manusia yang selalu rindu untuk dekat kepada Tuhan. Dalam ilmu tasawuf, hal tersebut disebut *mukasyafah*, yaitu tersingkapnya jarak antara Tuhan dengan hamba-Nya. Tuhan bersifat ruhani, maka untuk bertemu Tuhan haruslah memakai pakaian ruhani, manusia tidak akan bertemu dengan Tuhannya apabila masih memakai pakaian materi.⁸

3. Karya-Karya Komarudin Hidayat

Komarudin Hidayat merupakan seorang penulis yang terkenal, hak tersebut karena Komarudin menjadikan kegiatan menulis adalah suatu hobi dan kebiasaan. Komarudin aktif menulis dalam berbagai media massa yaitu *Harian Kompas*, *Seputar Indonesia* dan *Republika*. Komarudin juga pernah bergelut sebagai dewan redaksi majalah *Ulumul Qur'an* (1991), dewan redaksi jurnal *Studi Islamika* (1994), dewan editor dalam *Encyclopedia of Islamic World* (1995). Berikut karya-karya Komarudin Hidayat⁹:

- a. *Masa Depan Agama* (1995)
- b. *Memahami Bahasa Agama* (1996)
- c. *Tragedi Raja Midas* (1998)

⁸Nasution, "Analisis Isi Buku Psikologi Kematian Karya Komaruddin Hidayat,"

⁹<https://tirto.id/m/komarudin-hidayat-di>, diakses pada tanggal 19 Juni 2023.

- d. *Tuhan Begitu Dekat* (2000)
- e. *Wahyu di Langit Wahyu di Bumi* (2002)
- f. *Menafsirkan Kehendak Tuhan* (2003)
- g. *Psikologi Kematian* (2005)
- h. *Berdamai Dengan Kematian* (2009)
- i. *Spiritual Side of Gold* (2010)
- j. *250 Wisdom, Membuka Mata Mengungkap Makna* (2010)
- k. *Agama Punya Seribu Nyawa* (2012)
- l. *Life's Journey: Hidup Produktif dan Bermakna* (2013)
- m. *Path of Life: Menanam Kebajikan dalam Setiap Langkah* (2014)
- n. *Psikologi Kebahagiaan* (2015)
- o. *Penjara-Penjara Kehidupan* (2015)
- p. *Iman yang Menyejarah* (2018)
- q. *Agama untuk Peradaban* (2019).¹⁰

Inilah beberapa karya Komarudin Hidayat yang membuktikan bahwa Komarudin sangat produktif dalam menulis tentang tema-tema kehidupan dan agama. Komarudin juga menyukai tema-tema tulisan yang membahas tentang kehidupan dan kematian.

B. Kematian Menurut Komarudin Hidayat

1. Cara Mempersiapkan Kematian

Komarudin Hidayat memandang kematian sebagai sesuatu yang paling dekat, yang paling setia dan yang paling sabar menunggu dan menghadang di

¹⁰<https://paramadina.wordpress.com/2007/03/10/prof-dr-komaruddin-hidayat/>. Diakses pada Tanggal 20 September 2023.

kemudian hari. Komarudin memaparkan prefensi tentang kematian, bahwa hidupnya selalu dipengaruhi oleh pikirannya tentang kematian.¹¹ Jika manusia lain menganggap kematian adalah sebuah ancaman yang menakutkan, maka manusia cenderung untuk melupakan tentang kematian dan membenamkan tema kematian sedalam-dalamnya kepada kehidupan duniawi dan segala kenikmatannya. Suka atau tidak suka, kematian pasti menghampiri dan tidak ada yang dapat mengelak.

Komarudin Hidayat dalam bukunya yang berjudul "*Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*" cenderung lebih mengedepankan kebermaknaan hidup untuk menghadapi kematian dengan rasa optimis.¹² Hal ini bisa dilihat dari susunan awal buku yang berisi; *everyday is my birthday, anak kandung buaya, sabda bahasa dan budaya*, yang mana pembahasannya memberikan kesan bahwa kematian adalah hal yang tidak perlu ditakuti. Komarudin juga mengingatkan bahwa kematian yang indah dapat diraih dan terjadi apabila manusia meninggal dalam keadaan ridha dengan ketetapan Allah SWT dan senang dalam beriman dan beramal shaleh.¹³

Kehidupan dan kematian dipandang dalam satu garis lurus yang tidak terputus karena kematian tidak berarti berhentinya kehidupan. Melainkan perpindahan waktu dan perpindahan alam saja bagi manusia. Kematian merupakan tahap metamorphosis menuju penyempurnaan dan peningkatan kualitas hidup yang lebih tinggi.¹⁴ Kehidupan diibaratkan sebagai estafet, yaitu estafet antar

¹¹Komarudin Hidayat. *Berdamai Dengan Kematian*. Xiii.

¹²Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, xx

¹³Mega Herdania. "Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian". *Jurnal Studi Insania*. Vol 01. No 02 (2013). 126.

¹⁴Komarudin Hidayat. *Berdamai Dengan Kematian* (Jakarta. Penerbit Hikmah: 2009). xiii.

generasi yang berkesinambungan secara turun-menurun. Secara metafisis kehidupan dan kematian adalah suatu tahapan estafet supaya semakin dekat dengan Tuhan Yang Maha Esa.

Komarudin berpendapat bahwa setelah kehidupan berakhir, maka manusia akan merasakan kehidupan yang lebih hakiki dan sejati. Hal ini digambarkan seperti orang yang sedang bermimpi panjang, kemudian terbangun dari mimpi tersebut. Kematian jasad adalah awal keterjagaan manusia dari mimpi yang panjang. Komarudin mengutip sabda Nabi Muhammad Saw¹⁵:

“Sesungguhnya dalam kehidupan manusia itu sedang tertidur, barulah ketika mati ia terjaga”

Komarudin juga berpendapat bahwa setiap pagi adalah hari kelahiran dan sebaliknya saat malam tiba adalah malam kematian. Maksudnya ialah bahwa setiap malam ketika manusia tertidur lelap, maka manusia mengalami kematian sesaat hingga diizinkan bangun kembali.

Komarudin memandang kehidupan sebagai tradisi “pergi dan pulang”. Semuanya dalam keadaan transisi, bergerak maju dari detik, menit, jam, hari hingga tahun yang berganti dan berujung pada titik akhir yang merupakan batas absolut untuk mengakhiri jalan atau rute dunia ini, kemudian beralih ke alam lain. Hal inilah yang disebut perpulangan manusia menuju kampung akhirat. Semua penghuni bumi ini sedang berjalan di atas lorong waktu yang tak kenal mundur. Perjalanan terus berlangsung hingga tiba waktu pembalasan atas amal masing-masing.¹⁶

¹⁵Komarudin Hidayat. *Berdamai Dengan Kematian* (Jakarta. Penerbit Hikmah: 2009). xvii

¹⁶Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*

Hidup adalah festival dengan peran masing-masing yang sudah ditetapkan, festival untuk memperbanyak amal-amal kebaikan, festival mempersiapkan bekal sebanyak-banyaknya untuk kehidupan akhirat kelak. Festival sudah pasti akan berakhir, karena Sutradara dari festival kehidupan sudah menetapkannya. Hidup mempunyai batasan dan tak pernah abadi. Komarudin mengingatkan pembacanya, untuk tidak larut dan terlena ketika sedang gembira. Komarudin mengingatkan bahwa hidup adalah ladang untuk berbuat baik.¹⁷

Airport merupakan ilustrasi kehidupan dunia. Semua manusia menunggu di ruang tunggu untuk menunggu jadwal *take off* masing-masing. Semuanya menaiki pesawat yang sama dengan tujuan perjalanannya ialah melewati batas dunia. Perjalanan dunia yang mendekati jam dan tanggal terbang menuju perjalanan akhirat, manusia mesti masuk melewati *mortality gate* yang *boarding pass*nya ada di catatan Izrail. Komarudin mengingatkan jadwal kematian yang pasti mesti disambut dengan kesiapan dan penuh antusias kegembiraan untuk memperkaya batin kita saat menghadapi kematian.¹⁸

Waktu berjalan melaju untuk mendekati terminal akhir kehidupan, panggung festival kehidupan akan berakhir. Apabila kehidupan menjadi awal perjalanan, maka kematian adalah batas akhir kehidupan di dunia. Agama Islam dengan tegas mengatakan bahwa bagi orang mukmin, kematian adalah proses metamorphosis menuju penyempurnaan dan peningkatan kualitas hidup yang lebih tinggi. Tidak ada satupun manusia yang pernah bisa mengelak dari gerbang kematian.

¹⁷Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*

¹⁸Komarudin Hidayat. *Berdamai Dengan Kematian*. (Jakarta. Penerbit Hikmah: 2009).

Sekilas secara eksplisit kematian menurut Komarudin Hidayat yang penulis rangkum dari berbagai pendapat yang Komarudin paparkan dari paragraf-paragraf sebelumnya ialah proses menuju kehidupan yang baru, bahkan disebut Komarudin sebagai kehidupan yang sejati.¹⁹ Kehidupan yang kekal dan kehidupan di dunia ini hanyalah mimpi bagi manusia, manusia akan terjaga saat kematian telah tiba dan menyadari bahwa kehidupan yang dilalui selama di dunia hanyalah mimpi. Kematian adalah hal yang paling dekat dan yang paling pasti bagi manusia yang menjalani kehidupan. Komarudin juga menambahkan bahwa kematian adalah perpulangan kepada kehidupan yang sejati di sisi Tuhan Yang Maha Esa.²⁰

Kematian adalah anugerah dari Tuhan, dan Tuhan tidak mencitakan kematian untuk menakuti manusia. Komarudin berpendapat bahwa apabila kematian dianggap suatu hal yang menakutkan, maka kematian tiba dengan lebih menyakitkan. Komarudin berpesan untuk memandang kematian dengan kedamaian serta optimisme. Kematian seyogyanya menjadi motivasi untuk menjadi seseorang yang produktif dalam hal kebaikan. Kematian diciptakan untuk mendorong manusia untuk memperbanyak deposit amal shalih selama berada di dunia. Manusia akan merugi apabila ingkar kepada Allah swt saat di dunia.²¹

2. Menemukan Makna Hidup

Komarudin memberikan refleksi bahwa keoptimisan dalam menghadapi kematian adalah dengan memaknai kehidupan. Dengan memaknai kehidupan

¹⁹Komarudin Hidayat. *Berdamai Dengan Kematian*, xiii.

²⁰Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 55.

²¹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 67.

diharapkan dapat memberikan motivasi untuk mengisi hari-hari dengan kegiatan-kegiatan yang bernilai kebaikan. Dimulai dengan memaknai kelahiran sebagai pembawa amanah dari Tuhan untuk menjadi *khalifah* di muka bumi. Perjalanan hidup manusia di dunia memiliki tujuan yaitu untuk beribadah dan menghamba kepada Tuhan yang menciptakan. Kehidupan di dunia adalah untuk mempersiapkan bekal yang akan dibawa setelah perjalanan di dunia dilewati.

Allah swt. memfasilitasi manusia kenikmatan hidup di dunia yang sifatnya sementara. Tidak ada kepemilikan abadi di dunia ini, sejatinya semua yang ada di dunia ini adalah milik Allah swt. Komarudin Hidayat berpendapat bahwa kepemilikan yang ada di dunia ini hanyalah fasilitas instrumental yang dipinjamkan oleh Allah swt. yang harus difungsikan menjadi sesuatu yang lebih maknawi. Kenikmatan duniawi semisal harta, jabatan, atau intelektual, seyogyanya dimanfaatkan untuk menumbuhkan kebajikan untuk semesta seauai amanah-Nya.²² Memaknai umur yang panjang haruslah dengan tingkat produktivitas yang idealnya memiliki kemakmuran dalam hal harta, ilmu dan amal.²³

Konsep umur panjang berkaitan dengan produktivitas, maka seorang manusia dituntut untuk bekerja secara efektif dan cerdas untuk meraih keseimbangan kemakmuran. Kemudian berlanjut dengan memaknai keabadian, menjunnya seseorang kepada keabadian haruslah melewati fase kematian. Ketika keabadian dikaitkan dengan kehidupan dunia, maka keabadian termasuk dalam momentum yang tidak terikat oleh ruang dan waktu, melainkan merasa menyatu

²²Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 125

²³Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 90

dengan yang absolut. Dari momentum tersebut kesadaran bermula untuk memahami dan menghayati makna keabadian. Dalam menjalani kehidupan di dunia, penghayatan harus dilakukan setiap saat dan dalam segala aktivitas sehingga seseorang dapat memasuki zona Tuhan Yang Maha Suci.²⁴

Komarudin mengutip pendapat al-Ghazali yang berbunyi sebagai berikut:

“Aktivitas manusia yang tidak dibersamai dengan aktivitas keilahan bagaikan orang yang berjalan dalam lorong yang gelap, sebaliknya apabila orang sekedar percaya Tuhan tanpa menimbulkan sifat-sifat agung Tuhan dalam dirinya bagaikan seorang iblis”.

Kematian merupakan pintu gerbang untuk memasuki kehidupan baru yang diibaratkan sebagai kebahagiaan sejati. Kalau diibaratkan sebagai anak yang sekolah, kematian merupakan arwah dari orang-orang yang hidupnya penuh kesholehan untuk dinaikkan kelasnya.²⁵

Komarudin Hidayat menyebutkan bahwa jika manusia secara intens menghayati dan memberi makna pada kehidupan yang dijalannya, maka setiap hari adalah hari kelahiran dan juga hari kematian.²⁶ Maksudnya ialah momen ketika bangun dari tidur kita ialah hari kelahiran dan momen ketika kita tidur, dimana saat tidur kita tidak sadar dan tidak mampu menguasai diri kita. Oleh karena itu, setiap harinya manusia patut melakukan pesta tasyakuran dan doa pertobatan kepada Allah swt.

Membayangkan makna kematian bukan berarti sebuah kepasifan, justru dengan adanya kematian manusia menjalani kehidupan dengan serius dan bermanfaat, mengingat hanya diberikan fasilitas yang sementara dan umur yang

²⁴Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 99

²⁵Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 115.

²⁶Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 3.

tidak sampai 1000 tahun.²⁷ Quraish Shihab menjelaskan bahwa kematian dalam kehidupan beragama mempunyai peran yang besar dalam menetapkan keyakinan sehingga menumbuhkan semangat pengabdian, seperti beribadah dan lain sebagainya. Karena tanpa kematian, manusia tidak akan pernah berpikir tentang apa yang terjadi setelah kematian, dan tidak akan mempersiapkan diri dalam menghadapinya.²⁸

Diibaratkan seseorang mengikuti lomba lari, maka akan semakin berpacu adanya batas waktu untuk mencapai garis finis yang melegakan. Dalam pandangan Komaruddin Hidayat, keyakinan dan ketidakyakinan manusia bahwa setiap saat kita bisa dijemput kematian memiliki pengaruh besar dalam kehidupan seseorang. Begitu pula dengan keyakinan adanya kehidupan setelah kematian. Dengan harapan memperoleh kebahagiaan di akhirat, misalnya, raja-raja Mesir membangun Piramida dengan pucuknya runcing dan menjulang ke langit agar memudahkan perjalanan arwahnya menuju surga.²⁹

Komarudin Hidayat menyebutkan bahwa bagi kalangan sufi, kematian diperumpamakan sebagai pintu gerbang untuk menapaki taman kehidupan baru yang lebih indah, setapak lebih dekat dengan singgasana Tuhan.³⁰ Maksudnya ialah bahwa dengan adanya kematian, kehidupan adalah sarana untuk menuju keabadian dan momen kembali kepada asal-muasal jiwa manusia. hidup bagaikan

²⁷Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 29.

²⁸M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'I atas Berbagai persoalan Ummat*, (Bandung; Mizan, 2006), 71.

²⁹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 29.

³⁰Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 28.

pohn keabadian yang selalu tumbuh. Dalam kaitan ini, konsep surge dan neraka dipahami sebagai proses penyempurnaan dan berlakunya hukum sebab-akibat secara absolut dari apa yang diperbuat seseorang di masa lalu.³¹

3. Menyelesaikan Tanggung Jawab di Dunia

Islam secara tegas mengajarkan bahwa tiada seorang pun yang bisa menemani dan menolong perjalanan arwah kecuali akumulasi amal kebaikan kita sendiri. Kenikmatan dan gemerlap kehidupan duniawi akan ditinggalkan dan tidak ada bekal yang berharga bagi kelanjutan perjalanan hidup manusia kecuali amal kebaikan yang telah terekam dalam disket rohani yang nantinya akan di-*print out* di akhirat. Bagi mereka yang fokus dengan tujuan akhirat, mereka akan melakukan segala upaya untuk mengumpulkan bekal sehingga membuat bangga karena membawa bekal yang banyak. Sedangkan mereka yang terlena akan indahnya tempat persinggahan akan hanyut dan lupa untuk mencari bekal, dan ketika terompet kapal berbunyi barulah tergopoh-gopoh dan bingung mencari bekal pulang.³²

Komarudin menyebutkan bahwa senang bersilaturahmi antar saudara dan tetangga dalam tradisi orang-orang yang memiliki usia lanjut adalah hal yang menarik.³³ Orang-orang yang berusia lanjut sering saling maaf memaafkan ketika bertemu dengan maksud agar ketika pulang ke negeri akhirat tidak ada utang-piutang moral maupun material. Tradisi ini sangat disenangi Tuhan dan Rasul-

³¹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 27.

³²Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 98.

³³Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 98.

Nya. Secara psikologis saling memaafkan itu sehat dan menyehatkan. Orang yang memberikan maaf adalah yang mendapatkan keuntungan yang besar, karena dengan memaafkan seseorang maka beban berkurang, luka dalam jiwa membaik. Sebaliknya apabila dendam dan benci yang dipelihara di dalam hati, maka akan membuat seseorang gelisah dan gundah dalam kehidupannya.

Dalam rangka mempersiapkan dan menyelesaikan tanggung jawab di dunia, maka dendam dan kebencian seyogyanya dibuang jauh-jauh, agar tidak menjadi penyakit hati yang dibawa oleh jiwa. Hal ini juga sama dengan utang-utang material yang pernah seseorang lakukan dalam lingkungan bermasyarakat. Seperti berhutang beberapa uang tunai dari teman satu sekolah ataupun uang tunggakan kreditan yang belum dibayar, sepatutnya dilunasi sebelum kematian tiba. Komarudin Hidayat menjelaskan bahwa hal-hal yang dianggap kecil bisa menjadi penghalang yang besar.³⁴

Ibarat kita memasukkan anak kunci untuk membuka pintu, ketika lubang kunci terhalangi oleh kerikil kecil atau serpihan kayu maka akibatnya fatal yang menyebabkan anak kunci tersebut tidak akan mampu membuka pintu tersebut.³⁵ Utang yang tak dilunasi akan menjadi penghalang bagi perjalanan ruhani di akhirat kelak. Banyak dari hadis Nabi saw yang menjelaskan bahwa penyebab siksa kubur kelak salah satunya adalah utang yang tidak dilunasi.

Oleh karena itu, Islam mengajarkan untuk saling bersilaturahmi dan memaafkan agar tidak ada lagi hutang-piutang di antara mereka yang tersimpan

³⁴Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 115.

³⁵Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 115.

hingga ke liang kubur. Jika ada utang uang misalkan, ada baiknya dikatakan terus terang untuk direlakan jika tidak sanggup membayarnya. Misalnya, dengan ucapan: “Maafkan saya, bila mungkin masih punya utang karena lupa atau kelalaian saya, baik yang disengaja atau tidak sengaja, mohon diikhhlaskan.”³⁶

Komarudin berpendapat bahwa sakit sebelum kematian tiba adalah momen yang menyimpan banyak hikmah dan pelajaran. Komarudin mengibaratkan bahwa sakit adalah sebuah persiapan dan momen untuk saling memaafkan dan berterima aksiah kepada sesama anggota keluarga sebelum berangkat ke negeri akhirat.³⁷ Di saat seseorang sakit dan sudah memiliki insting akan datangnya kematian, Rasulullah saw mengajarkan agar senantiasa berprasangka baik pada Tuhan. Apapun yang terjadi, termasuk sakit yang menimpanya, hendaknya disikapi sebagai anugerah Tuhan agar seseorang semakin khusuk dan benar-benar pasrah kepada-Nya.

Kalau kita mau menggali peristiwa-peristiwa yang terjadi pada beberapa orang, mungkin kita akan banyak mendapati kisah-kisah inspiratif sarat makna yang mengisahkan bahwa sakitnya seseorang dapat membawa keberkahan. Banyak orang yang baru menyadari pada saat sakit bahwa sinar matahari yang dirasakannya pada pagi hari adalah sesuatu hal yang menyenangkan, padahal matahari selalu bersinar sebelum dan sesudah sakit itu datang. Banyak juga yang menyadari bahwa para pembantu dan karyawannya adlah orang-orang yang setia menemaninya dan banya membantunya. Itulah yang disebut Komarudin sebagai

³⁶Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 110.

³⁷Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 118.

“*Blessing in Disguise*” ekualiven dengan ungkapan “hikmah di balik musibah”.³⁸

Tidak mudah menemukan anugerah di balik musibah. Namun jika cukup serius dilakukan, maka akan ditemukan suatu parcel kasih sayang Ilahi di balik sebuah musibah.

4. Mengubah Ketakutan Destruktif Menjadi Ketakutan Konstruktif terhadap Kematian

Komarudin Hidayat melalui bukunya tentang kematian yang berjudul “*Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*” yang terbit pada tahun 2006 dengan bahasa Indonesia dan bukunya yang lain, yang berjudul “*Berdamai dengan Kematian*”, memberikan terapi ketakutan terhadap kematian yang bersifat laten dan destruktif bagi banyak manusia yang ada di dunia. Komarudin berpendapat bahwa ketakutan terhadap kematian harusnya bersifat konstruktif, maksudnya ialah ketakutan akan kematian itu haruslah menimbulkan optimisme dan peninggalan-peninggalan yang baik, seperti menjadi sosok yang produktif dan bermanfaat ketika hidup.³⁹

Menurut Komaruddin Hidayat, keengganan manusia untuk menjemput kematiannya disebabkan dua hal: Pertama, manusia terlanjur dimanjakan dengan aneka kenikmatan duniawi yang telah dipeluknya erat-erat; Kedua, sifat kematian yang misterius. Kematian ditakuti karena manusia tidak tahu pasti apa yang akan

³⁸Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 88.

³⁹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 115.

terjadi setelah kematian itu.⁴⁰ Kematian dengan demikian menjadi misteri kehidupan yang mendebarkan, bahkan menakutkan.

Bagi kaum eksistensialis, kematian adalah suatu derita dan musuh bebuyutan yang terlalu tangguh untuk dikalahkan. Prestasi akal budi manusia yang telah melahirkan peradaban iptek supercanggih tetap tidak akan pernah mampu menelusuri jejak malaikat maut. Anehnya, tidak sedikit manusia justru merasa enggan mati dan berusaha ekstra memperpanjang sisa hidupnya. Keengganan dan 'pemberontakan' umat manusia atas kematian telah melahirkan dua mazhab psikologi kematian: Pertama, mazhab religius, yaitu mereka yang menjadikan agama sebagai rujukan bahwa keabadian setelah kematian itu betul-betul ada dan untuk memperoleh kebahagiaan yang abadi, orang religius menjadikan kehidupan akhirat sebagai target tertinggi.⁴¹

Bagi penganut mazhab religius, mengejar kenikmatan hidup duniawi dan memperoleh *self-glory* hanya akan menghambat meraih kesuksesan hidup di akhirat. Misalnya penguasa, jangan hanya mabuk kekuasaan dan uang, tapi kesejahteraan rakyatnya harus diperhatikan agar kenyamanan hidup setelah kematian bukan sebatas impian. Kedua, mazhab sekuler yang tidak peduli dan tidak yakin adanya kehidupan setelah kematian. Kelompok itu dibedakan dua. Pertama, meskipun mereka tidak peduli kehidupan akhirat, kelompok ini berusaha mengukir namanya dalam lintasan sejarah, seperti demi popularitas, orang kaya rela membantu yang miskin. Kedua, mereka yang memang pemuja hidup

⁴⁰Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 120.

⁴¹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 97.

hedonistis yang sama sekali tidak peduli dengan pengadilan dan penilaian sejarah.⁴²

Jika dianalisa dalam bukunya “*Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*” dan bukunya yang lain, yang berjudul “*Berdamai dengan Kematian*”, Komarudin Hidayat memberikan beberapa terapi untuk mengubah ketakutan yang destruktif terhadap kematian menjadi ketakutan yang konstruktif, dalam artian ketakutan tersebut mampu mengubah perilaku menjadi lebih baik lagi. Ada empat metode untuk mengubah rasa takut terhadap kematian kepada rasa optimis yaitu, *pertama* Mendekatkan diri kepada Allah swt, *kedua* menambah wawasan tentang kematian, *ketiga* melepaskan diri dari kepemilikan duniawi, *keempat* pencarian makna.⁴³ Penulis menguraikan empat metode tersebut:

a) Mendekatkan Diri Kepada Allah swt.

Inilah cara pertama dan utama untuk mengubah rasa takut yang destruktif menjadi rasa optimis, dengan cara ini mampu memberikan ketenangan pada seseorang. Mendekatkan diri kepada Allah swt berarti memperbanyak ibadah dan banyak melakukan kebaikan. Dalam banyak literatur tasawuf dapat ditemukan banyak cara untuk mendekatkan diri kepada Allah melalui dimensi spiritualitas.

Komarudin Hidayat juga sangat menekankan untuk meniru para sufi dalam mendekatkan diri kepada Allah. Komarudin Hidayat menjelaskan bahwa para sufi lebih senang dan lebih mencintai menatap atau berdekat-dekat kepada Allah Yang

⁴²Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 80.

⁴³Mega Herdania. “Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian”. *Jurnal Studi Insania*. 123

Maha Pengasih, cinta merupakan tema dan jalan pendekatan yang paling disenangi oleh para sufi.⁴⁴

Untuk mendekati diri kepada Allah swt, maka langkah pertama ialah mencintai Allah Yang Maha Indah. Dengan kecintaan inilah timbul keinginan untuk selalu dekat dan mentaati perintahnya. Dalam ilmu tasawuf diajarkan untuk selalu memperbanyak shalat dan zikir, ini merupakan salah satu cara yang ditempuh seorang mukmin untuk mendekati diri kepada Tuhannya. Dalam ritual shalat, doa-doa yang diucapkan dijadikan sarana komunikasi kepada Tuhan Yang Maha Esa.⁴⁵

Bacaan shalat merupakan doa-doa yang menunjukkan bahwa manusia itu lemah, kecil dan tidak punya kuasa atas apapun. Sehingga manusia memerlukan kekuatan yang lebih besar sebagai tempat berlindung, sedangkan zikir dilakukan untuk memberikan keyakinan terhadap Tuhan dengan cara menyebut nama Tuhan secara berulang-ulang. Dengan dua cara inilah seseorang dapat mendekati diri kepada Tuhan, mencintainya dan memperbanyak ibadah kepada-Nya.⁴⁶

b) Menambah Wawasan Tentang Kematian

Pada pembahasan sebelumnya telah dijelaskan alasan mengapa seseorang takut terhadap kematian, salah satunya ialah mereka belum tahu atau tidak tahu apa yang terjadi setelah kematian, namun hal itu dapat dimaklumi, karena

⁴⁴Mega Herdania. "Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian". *Jurnal Studi Insania*. 123

⁴⁵Mega Herdania. "Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian". *Jurnal Studi Insania*. 123-124

⁴⁶Mega Herdania. "Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian". *Jurnal Studi Insania*. 124.

informasi yang didengar memang sering menjelaskan dari sisi yang menyakitkannya saja. Banyak yang tidak menjelaskan tentang definisi kematian dari sisi yang menyenangkan.

Dengan mengetahui secara spesifik mengenai kematian, diharapkan seseorang dapat memahami bahwa kematian bukanlah hal yang harus ditakuti, karena mau tidak mau kematian merupakan sesuatu yang tak terelakkan dan pasti. Bahkan jika kita mau menengok, bagi kaum sufi kematian ialah suatu momen yang sangat dinanti-nantikan karena kematian adalah jalan untuk dapat bertemu dengan Tuhan.⁴⁷

Menambah wawasan tentang kematian dapat meneguhkan iman dan menyikapi kematian dengan damai. Ketika fisik sudah lemah dan sakit berat yang menandakan dekatnya seseorang dengan kematian, kekuatan iman, nalar kritis, dan keteduhan hati akan sangat meringankan penderitaan seseorang. Keluarga juga teman dekat yang menunggunya bahkan memperoleh pembelajaran yang sangat berharga dalam menghadapi kematian dengan damai.⁴⁸ Singkatnya ialah bahwa Komarudin menjelaskan bahwa berdamai dengan kematian salah satunya adalah dengan cara menambah wawasan tentang kematian yang dapat meneguhkan iman serta meneduhkan hati ketika menyambutnya.

c) Mampu Melepaskan Diri dari Kepemilikan Duniawi

Dari sudut pandang agama semua yang kita miliki hanyalah berfungsi sebagai fasilitas instrumental untuk sesuatu yang lebih maknawi. Dalam

⁴⁷Mega Herdania. "Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian". *Jurnal Studi Insania*. 124

⁴⁸Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 60.

terminologi agama, iman haruslah teraktualisasikan ke dalam amal shaleh. Jadi ketika memiliki fasilitas instrumental, sejak dari harta, jabatan bahkan ilmu, kalau tidak membuahkan amal kebajikan kepada umat manusia sebagai aktualisasi rasa syukur dan pengabdian kepada Tuhan, maka sesungguhnya kita telah tertipu oleh pandangan hidup yang berskala pendek atau duniawi.⁴⁹

Dengan melepaskan jeratan nafsu duniawi, maka hidup terasa lebih nyaman dan damai. Sehingga ketika kematian tiba, timbul perasaan rindu bertemu dengan Tuhan Maha Pemilik segala sesuatu. Komarudin menjelaskan bahwa dengan melepaskan belenggu duniawi dari dalam diri kita, maka Izrail pun kita sambut dengan salam “*Assalamualaikum wahai Izrail*”. Itulah salam yang akan membawa kedamaian saat kematian mendatangi seseorang.⁵⁰

Berbahagialah bagi mereka yang selalu sadar bahwa semua ini adalah anugerah dan amanah untuk disyukuri dan difungsikan untuk memperbanyak amal kebajikan. Sebab batas kepemilikan yang dipinjamkan oleh Tuhan ialah ketika kematian tiba dan pada saat itulah semua atribut yang dikenakan manusia kembali kepada pemilik aslinya yaitu Allah swt.⁵¹ Komarudin menjelaskan bahwa untuk melatih hal itu perlu kesiapan mental dengan menyadari bahwa atribut yang dikaruniakan Tuhan untuk manusia baik berupa harta, jabatan ataupun ilmu, semuanya hanyalah titipan dan amanah yang harus digunakan sebaik mungkin dan dapat membawa manfaat bagi sesama.

⁴⁹Mega Herdania. “Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian”. *Jurnal Studi Insania*. 124

⁵⁰Mega Herdania. “Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian”. *Jurnal Studi Insania*. 125

⁵¹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 36.

d) Pencarian Makna

Pemaknaan hidup sangat erat kaitannya dengan penghayatan agama yang dimiliki seseorang. Semakin dalam penghayatan agama yang ia miliki, maka semakin dalam juga pemaknaan hidup yang seseorang terapkan dalam hidupnya. Komarudin Hidayat menegaskan bahwa hidup dapat menjadi bermakna apabila diberi makna, namun hanya sebatas kehidupan dunia saja.⁵²

Kebanyakan masalah masyarakat modern saat ini adalah keringnya makna dalam kehidupan. Dalam pandangan hedonisme, hidup menjadi bermakna selama memberikan kenyamanan dan kenikmatan. Pandangan kaum hedonis ini hanya memberikan harga dan makna hidup sebatas pada capaian nikmat fisik yang jelas tidak sejalan dengan ajaran agama. Berdekatan dengan pandangan hedonism adalah paham nihilism yang menyatakan manusia tak ubahnyadengan makhluk lain seperti hewan, tumbuhan dan benda lainnya yang berakhir ketika sudah meninggal.

Dengan memaknai kehidupan, maka kehidupan terasa enteng dalam menjalani kehidupan. Selain itu juga semangat hidup akan bertambah karena merasa bahwa hidupnya benar-benar bernilai. Ada beberapa hal yang harus dimaknai dalam hidup ini, berdasarkan gagasan Komarudin Hidayat dalam dua bukunya yaitu "*Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*" dan bukunya yang lain, yang berjudul "*Berdamai dengan Kematian*", yaitu:

⁵²Mega Herdania. "Konsep Komarudin Hidayat Tentang Terapi Ketakutan Terhadap Kematian". *Jurnal Studi Insania*. 125.

- 1) Memaknai Kelahiran
 - 2) Memaknai Kepemilikan
 - 3) Memaknai Umur yang Panjang
 - 4) Memaknai Keabadian
 - 5) Memaknai Kematian.
- e) Berkunjung ke Rumah Allah Swt

Bagi setiap muslim, ibadah haji yaitu berkunjung ke *Baitullah* merupakan kewajiban dan idaman dalam hidupnya, terutama yang secara ekonomi dirasakan sangat mahal. Pergi berhaji sesungguhnya merupakan langkah pulang menuju rumah Allah karena kita semua dari-Nya dan akan kembali kepada-Nya. Maka melakukan ibadah haji bisa dikatakan sebagai perjalanan pulang ke kampung ruhani.⁵³ Kalau pergi berhaji saja begitu antusias dan bergairah, mestinya ketika meninggal akan jauh lebih bergairah karena kembali ke tempat asal-muasal yaitu ke hadirat ilahi.

Serangkaian ibadah umrah dan haji sesungguhnya merupakan latihan mental agar ketika suatu saat kita berpisah dari dunia, hati dan pikiran sudah siap menerimanya. Komarudin menyebutkan bahwa kalau dicermati lebih dalam rangkaian aktivitas yang ada di dalam ibadah haji memiliki banyak makna tentang “upacara” kematian egoisme manusia.⁵⁴ Dimulai dari niat dalam hati, ibadah haji secara lahiriah diawali dengan meninggalkan pakaian sehari-hari, lalu diganti dengan menggunakan pakaian ihram, yaitu kain putih yang amat sederhana.

⁵³Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 121.

⁵⁴Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 122.

Secara psikologis, pakaian keseharian kita merupakan refleksi kelakuan serta simbol status sosial. Ketika menghadap Tuhan pakaian artifisial ini kita lepaskan karena akan mengurangi rasa kedekatan dan kepasrahan kita dengan Tuhan.⁵⁵ Dalam kehidupan ini, mudah sekali orang-orang mengidentikkan jati dirinya dengan pakaian, status sosial, dan profesi yang disandangnya. Terlebih lagi jika status yang disandangnya itu dianggap bergengsi dan mendatangkan banyak keuntungan materi. Oleh karena itu, ketika berhajimenghadap Allah, seorang muslim dibimbing agar melepaskan semua identitas dan kebanggan duniawi.⁵⁶

Ibadah haji tidak berbeda dengan kematian yang akan manusia alami. Semua status sosial, pakaian serta jabatan yang ada didunia akan ditinggalkan dan akan kembali kepada asal-muasal penciptaan. Kalau pergi haji saja bergairah dan begitu antusias, mestinya ketika meninggal akan jauh lebih bergairah. Karena kemabali ke tempat asal-muasal kita. Bukankah perjalanan pulang, entah pulang dari kantor, sekolah, belanja atau jalan-jalan selalu merupakan yang menggairahkan dan dinanti-nantikan? ⁵⁷

f) Membebaskan Jiwa dari Materi

Jiwa dan badan terdiri dari dua dunia yang berbeda, jiwa berasal dari dunia metafisik, bersifat imaterial, tidak berbentuk komposisi, mengandung daya mengetahui yang bergerak dan kekal. Sedangkan badan merupakan substansi yang

⁵⁵Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 121.

⁵⁶Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 122.

⁵⁷Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 120.

berasal dari dunia metafisik, bersifat materi, berbentuk komposisi tidak mengandung daya-daya dan tidak kekal. Jiwa merupakan sub sistem jiwa (*nafs*) yang di dalamnya terdiri dari ruh, akal, dan kalbu yang semua itu merupakan daya-daya penggerak dan dapat memengaruhi gerak badan. Hubungan antara jiwa, badan dan gerak tingkah laku manusia mempunyai dua hubungan wujud dan aktivitas.⁵⁸

Komarudin Hidayat menjelaskan bahwa untuk melepaskan diri dari ketergantungan materi perlu memahami konsep keabadian, karena segala materi yang ada di dunia bersifat sementara dan fluktuatif. Konsep keabadian yang dimaksud adalah penghayatan seseorang dalam menjalani setiap pekerjaan. Keabadian berkaitan dengan kekhayusan dalam menjalani setiap pekerjaan, hingga seseorang merasa memasuki zona Tuhan yang Maha Abadi.⁵⁹ Contoh sederhana ialah ketika masa kanak-kanak asyik bermain hingga lupa waktu atau orang yang sedang mabuk cinta hingga lupa bahwa dunia bukan milik mereka saja.

Jiwa yang terjebak dalam belenggu materi tidak akan bisa menjadi jiwa yang tenang. Karena pada dasarnya jiwa yang tenang dan esensi jiwa itu sendiri memiliki fitrah yaitu tunduk kepada Tuhan. Karena semenjak dalam kandungan sebelum ruh masuk kepada raga atau jasad, jiwa atau ruh sudah melakukan perjanjian primordial dengan Tuhan yaitu untuk selalu taat dan patuh kepada Tuhan tanpa menduakannya. Maka jiwa manusia harus dibebaskan dan

⁵⁸<https://www.nu.or.id/pustaka/konsep-jiwa-dalam-pandangan-al-ghazali-d93iD>, diakses pada tanggal 06 November 2023.

⁵⁹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 40.

dikembalikan kepada fitrahnya yaitu bersujud dan patuh kepada Tuhan Allah swt. Komarudin Hidayat menjelaskan bahwa raga yang sudah terikat dan terlalu nyaman dengan materi diibaratkan seperti “keberatan bagasi”, sehingga ketika waktunya berpulang akan susah menerima kenyataan.⁶⁰

5. Kematian yang Indah

Kematian itu menyakitkan. Kematian itu menyedihkan. Terasa menyakitkan bagi orang yang sakaratul maut. Menyedihkan bagi kerabat yang ditinggalkan. Meski menyakitkan kita berharap kiranya kematian kita menjadi akhir kehidupan yang indah “*husnul khatimah*”. Husnul khatimah adalah akhir kehidupan yang baik. Seperti apakah itu? Yaitu sebelum meninggal seorang hamba diberi taufiq untuk menjauhi semua yang dapat menyebabkan kemurkaan Allah ta’ala. Dia bertobat dari dosa dan maksiat. Bersemangat melakukan ketaatan dan perbuatan baik, hingga akhirnya ia meninggal dalam kondisi demikian.

Hadits sahih dari Anas bin Malik menyebutkan Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda:

إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدِهِ خَيْرًا اسْتَعْمَلَهُ، قَالُوا: كَيْفَ يَسْتَعْمَلُهُ؟ قَالَ: يُؤَقِّقُهُ لِعَمَلٍ صَالِحٍ قَبْلَ مَوْتِهِ.

“Apabila Allah menginginkan kebaikan bagi hamba-Nya, maka Ia akan mempekerjakannya. Para sahabat bertanya, ‘Bagaimana Allah mempekerjakannya?’ Beliau bersabda, ‘Allah akan memberi taufik untuk berbuat kebaikan sebelum kematiannya.

Jika dianalisa dalam bukunya “*Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*” dan bukunya yang lain, yang berjudul “*Berdamai dengan Kematian*”, Komarudin Hidayat memberikan beberapa kisah kematian yang indah

⁶⁰Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 16.

dan damai. Seperti kisah dosen dan tetangga Komarudin yang disebutnya dengan nama pak Muallimi. Pak Muallimi berusia 71 tahun dan mengidap penyakit jantung, suatu hari ketika beliau sedang melayat tetangganya yang sudah meninggal, beliau berfirasat bahwa sebentar lagi beliau akan menyusul.

Ternyata betul adanya, sampai di rumah penyakit jantungnya kambuh dan Dokter menyarankan untuk dibawa ke Rumah Sakit. Pak muallimi menolak dan lebih memilih tinggal di rumah dengan ditemani keluarga sambil dibacakan ayat-ayat al-Qur'an. Tak berapa lama kemudian beliau berdo'a agar mendapatkan husnul khotimah, setelah itu beliau pun meninggal dengan tenang, bagaikan pulang mudik ke kampung Ilahi.⁶¹ Itulah salah satu kematian yang indah yang dikisahkan oleh Komnarudin Hidayat.

Kematian yang indah juga dialami oleh almarhum Cak Nur (Nurcholis Madjid) yang terkena liver dan sempat dilakukan transplantasi di China. Cak Nur meninggal pada usianya yang ke-66. Hal yang mengesankan bagi Komarudin ialah Cak Nur tidak pernah mengeluh sedikitpun mesti penyakitnya sangat berat. Pikirannya teap jernih dan hal yang sering diomongkan adalah persoalan bangsa dan pendidikan umat Islam yang maish terkebelakang. Cak Nur sangat suka diperdengarkan lantunan ayat-ayat suci al-Qur'an, sambil sesekali beliau mengoreksi apabila ada bacaan yang tidak sesuai tajwidnya.⁶²

Sampai sebelum ajal tiba, Cak Nur berkata bahwa almarhum Pak Zarkasyi, Kiainya di Gontor menemuinya. Cak Nur selalu mengenang dan memujinya

⁶¹Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 56.

⁶²Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*, 57.

sebagai pendidik yang hebat. Beberapa jam sebelum ajal Cak Nur berkata, “Saya pesan pada anak saya dan teman-teman lain agar mendalami bahasa Arab dengan baik sehingga mempermudah mendalami al-Qur’an” ujarnya pelan, tetapi serius.⁶³ Tak lama setelah itu kematian menjemputnya. Kisah dari Cak Nur tadi memberikan hikmah kepada kita bahwa dengan kekuatan iman, nalar kritis dan keteduhan hati kematian seakan dianggap sebagai momen yang tenang dan damai.

Komarudin Hidayat menyarankan para pembacanya untuk belajar dari pohon pisang. Meski ditebang batangnya tetap berusaha tumbuh lagi, dan pohon pisang baru rela mati setelah berbuah, buahnya dipersembahkan untuk makhluk lain, entah hewan ataupun manusia. Jika pohon pisang saja tidak mau mati tanpa memberikan kebaikan bagi yang lain, mestinya manusia yang dianugerahi fasilitas dan karunia hidup yang sedemikian rupa sudah sepantasnya meninggal dengan damai seraya mewariskan rahmat dan kebajikan bagi yang ditinggalkan.⁶⁴

57. ⁶³Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*,

58. ⁶⁴ Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*,