

Menata Jiwa Menuju Nafs Al-Muthmainnah

Azhari Akmal Tarigan

Staf Pengajar pada FEBI IAIN.SU

Demi Jiwa dan Perkembangannya, Maka Allah telah mengilhamkan pada Jiwa potensi Fujur dan Optensi Taqwa. Sungguh Berbahagialah orang yang Membersihkannya dan Merugilah orang yang Menutupinya (Q.S Asy-Syam: 7-10). Jiwa yang dalam bahasa Alquran disebut dengan *nafs* menjadi salah satu objek sumpah Allah SWT seperti yang terdapat pada surah Asy-Syam. Pada ayat-ayat sebelumnya Allah bersumpah kepada matahari, bulan, malam, siang, langit dan bumi. Setelah enam objek sumpah tersebut yang kesemuanya bertautan dengan semesta, barulah Allah bersumpah kepada jiwa manusia. Mengapa demikian? Sebuah pertanyaan yang hemat saya menarik untuk didiskusikan.

Jika analisis, berbeda dengan jiwa, unsur-unsur semesta atau benda yang di alam raya ini semuanya berada dalam gengaman Allah SWT. Sunnatullah yang mengaturnya lebih pasti. Benda-benda tersebut tidak memiliki kebebasan dalam berkehendak. Tidak juga memiliki pilihan. Matahari yang wajib terbit di Timur dan terbenam di Barat adalah bagian dari "tugas kealaman" yang harus dijalannya dengan penuh ketundukan dan kepatuhan. Demikian juga dengan bulan, malam, siang, langit, bumi dari benda semesta lainnya. Atas dasar itulah, Alquran juga menyebut sikap tunduk dan patuh tersebut sebagai Islamnya semesta. Sikap berislam yang tanpa ada pilihan.

Konsekuensinya, benda-benda semesta tersebut tidak akan diminta pertanggungjawaban oleh Allah SWT. Andaikan sengatan matahari yang demikian panasnya menimbulkan sesuatu yang tidak mengenakkan manusia, matahari tidak akan diminta bertanggungjawab. Air yang turun dari langit yang menenggelamkan rumah dan seluruh harta benda manusia, bahkan sampai menyerat manusia yang membawa kepada kematiannya tidak akan pernah diminta pertanggungjawaban oleh Allah SWT. Gunung yang meletus, memakan korban jiwa dan menyengsarakan manusia juga tidak harus bertanggungjawab kepada Allah SWT. Sebabnya mereka melakukannya bukan karena pilihan sadar dan bebasnya. Semuanya berada dalam sunnatullah Allah yang pasti dan tidak berubah-ubah.

Berbeda halnya dengan jiwa manusia, jiwa manusia dianu-

gerahkan ilham yang membuatnya bisa menentukan pilihan. Maka kami ilhamkan kepada manusia (potensi) fujur dan taqwa. Ilham oleh mufassir dimaknakan, *al-'ilmu bila ta'lim* (ilmu yang diperoleh tanpa harus dipelajari). Pengetahuan universal manusia yang bersumber dari ilham menghantarkannya kepada kemampuan untuk mengetahui kebaikan-kebaikan universal dan keburukan-keburukan universal. Kata fujur diterjemahkan dengan keburukan atau hal-hal yang merugikan manusia. Sedangkan kata taqwa difafsirkan segala hal yang membawanya berada dalam kepatuhan kepada Allah. Melakukan kebaikan-kebaikan dan hal-hal yang membahagiakan. Oleh sebab itu, taqwa juga disebut dengan *al-abrar* (kebaikan dan kebajikan).

Manusia sesungguhnya berada pada dua pilihan tersebut. Akankah mengembangkan jiwanya ke arah taqwa atau setidaknya hal-hal yang mendekatkan dirinya kepada taqwaan. Ataukah manusia mengarahkan - sadar atau tidak- jiwanya kepada hal-hal yang fujur. Pilihan bebas ada pada diri manusia. Sungguh apa yang terjadi pada perkembangan jiwa kita hari ini, terlepas apakah kita melakukannya dengan sadar atau tidak, adalah hasil dari pilihan bebas tersebut. Jika kita hari ini cenderung jadi orang baik, itu adalah pilihan yang tetapkan orang tua kita dalam menata perkembangan jiwa anaknya. Kita diarahkan untuk dekat bahkan mencintai agama ini. Melaksanakan ajaran ajaran-ajaran Allah dan menghiasi diri dengan akhlak al-karimah. Sebaliknya jika ada anak-anak yang memiliki kecenderungan tidak baik, nakal bahkan melakukan hal-hal yang mere-sahkan masyarakat, itu juga bagian dari pilihan orang tuanya. Hal yang patut disyukuri adalah, Allah tidak membiarkan kita menggunakan pilihan bebas itu tanpa ada panduan yang jelas dan tegas. Pilihan bebas itu sesungguhnya konsekuensi dari pengetahuan kita yang utuh dan komprehensif tentang keduanya - fujur dan taqwa- dengan segala akibatnya, di dunia dan di akhirat.

Oleh sebab itu, Allah katakan pada ayat lanjutannya, *qad aflaha man zakkaha. Wa qad khaba man dassaha*. Sungguh bahagialah orang yang *zakkaha*. Kata *zakkaha* yang menjadi akar kata zakat, bermakna dua; *al-tathir* (bersih) dan *al-nama'* (tumbuh). Berbahagialah orang yang selalu membersihkan jiwanya

Perkembangan jiwa sesungguhnya tidak dapat dibiarkan begitu saja. Berjalan secara alamiah tanpa usaha bahkan rekayasa.

dari sifat-sifat dan kecenderungan negatif. Sifat-sifat yang mengotori jiwanya yang diciptakan dalam keadaan fitrah (bersih, hanif dan cenderung kepada kebenaran). Bukan hanya membersihkan tetapi juga menumbuhkannya. Menyuburkannya dengan menyirami jiwa dengan al-akhlak al-mahmudah. Jiwa yang dibalut dengan al-fadhilah (keutamaan-keutamaan) yang melampaui *al-hasanah* atau *al-khairat*. Itulah jiwa yang memperturutkan bisikan-bisikan taqwa dan *abrar* yang sejak awal sudah didesain Allah dalam kondisi fitrah.

Kebalikan dari semua itu adalah, kerugian bagi orang yang menutupi suara jiwanya. Suara jiwa sesuai dengan desain fitrah, yang mendorong manusia untuk dekat kepada Allah dan melakukan kebaikan-kebaikan. Bisikan kebenaran dan kebaikan itu tidak saja ditolaknya juga ditutupinya. Suara kebenaran itu menjadi tidak nyaring kedengarannya. Suara kebaikan itu tidak mempunyai ruang untuk diterjemahkan dalam perilaku nyata. Sekuat tenaga, ia tutupi semuanya. Ia tolak bisikan qalbu bahkan fuadnya, ningga pada akhirnya ia pun mengingkarinya. Pada saat ia menolak suara kebenaran dan kebaikan itu, pada saat itulah ia menolak kehadiran Allah SWT.

Dari penjelasan di atas, jiwa manusia itu sesungguhnya berkembang. Sayangnya hal ini terkadang sulit diketahui. Tidak bisa dibaca secara jelas. Terkadang samar-samar. Perkembangannya hanya bisa dirasakan. Berbeda halnya dengan perkembangan fisik manusia yang mudah sekali dilihat. Bahkan bisa dibaca dalam tahapan atau priode tertentu. Berapa lama kita berada di dalam kandungan. Menjadi bayi yang lemah, lalu menjelma menjadi batita, balita, anak-anak, remaja, pemuda, dewasa lalu menua dan akhirnya mati. Bagaimana dengan perkembangan jiwa. Bisakah perkembangan itu kita tuangkan dalam babakan-babakan sejarah kehidupan manusia. dalam bentuknya yang sederhana, bagaimana kita bisa memahami ungkapan, "orang

tua yang seperti anak-anak" juga "anak-anak yang sikapnya seperti orang yang sudah dewasa".

Satu hal yang ingin dipertegas ayat di atas adalah, perkembangan jiwa sesungguhnya tidak dapat dibiarkan begitu saja. Berjalan secara alamiah tanpa usaha bahkan rekayasa. Menjadi orang yang damai, tenteram dan bahagia tidak bisa diserahkan pada waktu. Kita hanya menunggu kapan kebahagiaan itu muncul dan menjadi bagian dari diri kita. Menjadi orang yang tidak mudah marah, juga tidak dapat dipasrahkan pada kepada keadaan. Harus ada upaya yang hemat saya bukan sekedar upaya. Upaya keras dan bersungguh-sungguh dalam menata jiwa.

Menjadi orang yang bahagia sama maknanya mengusahakan segala macam hal yang membuat jiwanya tenang dan damai. Ia akan melakukan usaha yang bisa jadi memakan waktu yang cukup panjang. Ia akan selalu mendekatkan dirinya kepada sang pencipta dengan banyak melakukan ibadah-ibadah individu dan sosial. Sebelumnya tentu saja ia membersihkan jiwanya dari segala hal yang mengotorinya dan menghiasinya dengan sifat mulia. Dusta digantinya untuk bersikap jujur. Marah digantinya dengan bersikap lembut dalam tutur kata dan perilaku. Kikir digantinya dengan selalu rajin bersedekah. Dengki digantinya dengan sifat selalu menoleng dan membesarkan orang lain, dan seterusnya.

Pendek kata, jiwa kita sejatinya harus dikondisikan menjadi *nafs al-muthmainnah*. Melampaui *nafs al-bahimiyah* dan *nafs al-lawwamah*. *Al-muthmainnah* adalah jiwa yang selalu damai, tenang dan bahagia. Dalam bahasa Al-Qur'an, *nafs al-muthmainnah* diindikasikan dengan sikapnya yang selalu positif, tidak dihindangi ketakutan dan kesedihan (*wala kahufun walaihim walahum yahanuri*). Tidak kalah pentingnya ia juga memiliki sikap *al-istihdar* yaitu merasakan kehadiran Allah dalam segala aktivitasnya. Merekalah orang yang hidup dengan selalu mengorientasikan dirinya kepada Allah SWT.

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : KORAN/MAJALAH

Judul Artikel : Menata Jiwa Menuju Nafs Al-Muthmainnah
 (Koran/Majalah) WASPADA

Penulis : Dr. H. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag

Kenaikan Pangkat : Dari Pembina (IV/a) Ke Pembina Tk. I (IV/b)

Identitas Koran/Majalah : a. Nama : WASPADA
 Koran/Majalah
 b. Nomor/Volume : -
 c. Edisi (bulan/tahun) : Jum'at/21 Februari 2014
 d. Penerbit : Waspada
 e. Jumlah Halaman : 1

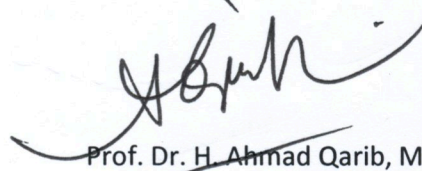
Kategori Publikasi karya : Hasil Penelitian pada Koran Waspada
 Ilmiah Koran/Majalah (beri
 v pada kategori yang tepat)

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang Dinilai		Nilai Maksimal Koran/Majalah 1 <input checked="" type="checkbox"/>	Nilai Akhir Yang Diperoleh
a.	Kelengkapan unsur isi artikel (10%)	0,1	0,1
b.	Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	0,3	0,3
c.	Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi (30%)	0,3	0,3
d.	Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	0,3	0,3
Total = (100%)		1	1

Medan, 23 Februari 2015

Reviewer I,



Prof. Dr. H. Ahmad Qarib, MA
 NIP. 19580414 198703 1 002

Unit Kerja: Fakultas Syari'ah
 IAIN Sumatera Utara Medan

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : KORAN/MAJALAH

Judul Artikel : Menata Jiwa Menuju Nafs Al-Muthmainnah
 (Koran/Majalah) WASPADA

Penulis : Dr. H. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag

Kenaikan Pangkat : Dari Pembina (IV/a) Ke Pembina Tk. I (IV/b)

Identitas Koran/Majalah : a. Nama : WASPADA
 Koran/Majalah
 b. Nomor/Volume : -
 c. Edisi (bulan/tahun) : Jum'at/21 Februari 2014
 d. Penerbit : Waspada
 e. Jumlah Halaman : 1

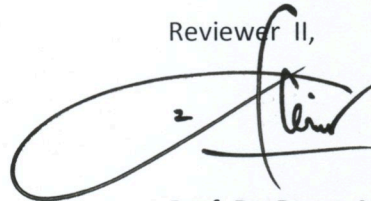
Kategori Publikasi karya : Hasil Penelitian pada Koran Waspada
 Ilmiah Koran/Majalah (beri
 v pada kategori yang tepat)

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang Dinilai		Nilai Maksimal Koran/Majalah 1 <input checked="" type="checkbox"/>	Nilai Akhir Yang Diperoleh
a.	Kelengkapan unsur isi artikel (10%)	0,1	0,1
b.	Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	0,3	0,2
c.	Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi (30%)	0,3	0,2
d.	Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	0,3	0,3
Total = (100%)		1	0,8

Medan, 2/4 2015

Reviewer II,



Prof. Dr. Pagar, M.Ag
 NIP. 19581231 198803 1 016

Unit Kerja: Fakultas Syari'ah
 IAIN Sumatera Utara Medan