

### **BAB III**

#### **TAFAKKUR DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN**

##### **A. Keutamaan Tafakkur dalam kehidupan**

Allah SWT. menyuruh untuk bertafakkur (berpikir) dan tadabbur (memahami) kitab-Nya yang mulia pada tempat-tempat yang tidak terhitung dan Dia memuji kepada orang-orang yang berpikir.

Dikisahkan dari Muhammad bin Wasi' bahwa seorang `laki-laki dari penduduk Bashrah naik kendaraan ke tempat Ummi Dzarr setelah kematian Abi Dzarr, lalu ia bertanya kepadanya tentang ibadah Abi Dzarr. Maka Ummi Dzarr menjawab: "Siangnya semuanya adalah disudut rumah dengan berpikir."

Dari Hasan, ia berkata: "Berpikir sesaat itu lebih baik daripada mengerjakan shalat malam."

Dari Al-Fudhail, ia berkata: "Berpikir adalah cermin yang memperlihatkan kepadamu kebaikan-kebaikanmu dan kejelekan - kejelekanmu."

Ditanyakan kepada Ibrahim: "Sesungguhnya kamu melamakan berpikir." maka Ibrahim menjawab: "Berpikir adalah otak akal."<sup>1</sup>

Abu Sulaiman berkata: "Berpikir tentang dunia adalah hijab (tabir) dari akhirat dan siksaan bagi penduduk negeri. Dan pikiran tentang akhirat dapat mewariskan hikmah dan dapat menghidupkan hati."

Hatim berkata: "Dari mengambil ibarat dapat menambah ilmu dan dari Dzikir dapat menambah kecintaan dan dari Tafakkur dapat

---

<sup>1</sup> Imam Ghazali, *Terjemah Ihya' Ulumiddin Jilid IX*, (Semarang: Asy Syifa', 2003), p. 234

menambah takut.”<sup>2</sup>

Al Junaid berkata: “Paling mulianya majlis dan paling tinggimya adalah duduk beserta berpikir pada lapangan tauhid, menghirup dengan udara ma’rifat, minum dengan gelas kecintaan dari lautan kasih sayang dan memandang dengan bagus sangkaan kepada Allah Azza wa Zalla.”<sup>3</sup>

Perlu diketahui bahwa berpikir merupakan kunci cahaya-cahaya ilahiah, landasan matahati (*bashirah*) di dalam memperoleh ilmu-ilmu agama, jaring ilmu-ilmu dan pemburu hakikat-hakikat. Terkait hal ini, Al-Faqih menjelaskan: “Jika seseorang menghendaki keutamaan tafakkur, maka berpikirlah 5 perkara<sup>4</sup>, yaitu:

1. Memikirkan bukti (tanda) kekuasaan Allah SWT.
2. Memikirkan nikmat pemberian-Nya.
3. Memikirkan Pahala yang Dia Janjikan.
4. Memikirkan hukuman atau siksa-Nya
5. Memikirkan hal-hal yang di ridhai dan di marahi oleh Allah SWT.<sup>5</sup>

Jika seseorang (manusia) memikirkan 5 perkara tersebut di atas, maka termasuk manusia-manusia yang disebut dalam hadits Nabi Saw. “Berpikir sesaat, adalah lebih utama daripada ibadah setahun”.<sup>6</sup>

Yang dimaksud nikmat pemberian-Nya, yaitu: Nikmat lahiriyah dan batiniyah, seperti tangan, kaki dan gerakannya, kecantikan atau ketampanan mereka, mulut dan lain-lain. Maka dengan memikirkan

---

<sup>2</sup> Imam Ghazāli, *Terjemah Ihya’ Ulūmidin....*, p. 237

<sup>3</sup> Imam Ghazāli, *Terjemah Ihya’ Ulūmidin....*, p. 238

<sup>5</sup> Al Faqih Abu Laits Samarqandi, “Tanbihul Ghofilin” *Pembangun Jiwa dan Moral Umat*, (Surabaya: Mutiara Ilmu, 2009), p. 661.

<sup>6</sup> Al Faqih Abu Laits Samarqandi. *Tanbihul Ghofilin....*, p. 662

nikmat-nikmat tersebut seseorang menjadi (timbul) berperasaan cinta kepada Allah SWT.

Allah SWT. telah mengistimewakan manusia dari segenap makhluk dengan menganugerahkan akal pikiran kepadanya. Itulah sebabnya Islam memberikan penghargaan yang tinggi terhadap akal. Hal ini antara lain tercermin dari berbagai hadits Rasulullah Saw.<sup>7</sup>

Diriwayatkan bahwa seorang laki-laki pernah mendatangi Rasulullah Saw. dan berkata, “Wahai Rasulullah Saw., berilah saya nasihat.” Beliau menjawab, “Jangan marah!” setelah berlalu dari sisi Rasulullah, laki-laki itu kemudian berkata, “Ketika saya memikirkan dengan saksama penyebab Rasulullah saw. memberi saya nasihat seperti itu, saya akhirnya menyadari bahwa di dalam amarah ternyata terkandung segala bentuk keburukan.” (HR. Ahmād)<sup>8</sup>

Tafakkur tidak hanya menjadikan kita khusyuk dan konsentrasi dalam menjalankan ibadah kepada Allah SWT. tapi, berimplikasi positif terhadap psikologi kita. Tafakkur yang dilakukan secara konsisten ternyata memberikan efek psikologis yang mendorong timbulnya pikiran dan perilaku positif.<sup>9</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika psikologis anggota tarekat Qodariyah-Nasqabandiyah dalam bertafakur mampu memperkuat keimanan mereka kepada Allah Swt. dalam bertafakkur, mereka melakukan perenungan secara reflektif maupun kontemplatif tentang segala hal, yang meliputi segala fenomena alam semesta

---

<sup>7</sup> Saad Riyadh, *Jiwa dalam Bimbingan Rasulullah*, (Depok: Gema Insani, 2007), p. 209

<sup>8</sup> Riyadh, *Jiwa dalam Bimbingan...*, p. 211

<sup>9</sup> Ahmad Zainal Abidin, *Ajaibnya Tafakkur dan Tasyakkur untuk Percepatan Rezeki*, (Jogjakarta: Safirah, 2014), p. 35

maupun kehidupan pribadi. Hal ini dilakukan dalam rangka menemukan hikmah yang memperkuat keimanan mereka kepada Allah Swt.<sup>10</sup>

Seseorang yang menggunakan akal untuk berpikir dan menegakkan keadilan bagi diri dan orang lain adalah termasuk hikmah. Seseorang yang mempunyai hikmah akan diberi keistimewaan oleh Allah SWT. dibanding manusia lain yang tidak menggunakan akal.

Salah satu pangkal kebaikan adalah Tafakkur. Ketika seseorang bertafakkur, maka akan membuahkan pengetahuan. Pengetahuan itu akan mengubah pemahaman dan suasana hati, yang kemudian berimplikasi terhadap kehendak dan perbuatan yang baik pula. Tafakkur akhirnya menjadi salah satu kunci dari perbuatan dan tindakan seseorang. Jika seseorang dalam hidupnya tidak pernah bertafakkur, pengetahuannya tidak berkembang, maka itu juga tercermin dalam tindakannya.<sup>11</sup>

## **B. Proses Tafakkur terhadap Keperkasaan Allah SWT.**

Yang dimaksud Keperkasaan Allah, diantaranya yaitu: “Kekuasaan Allah dalam menciptakan langit-bumi, terbit-terbenamnya matahari, pergantian siang dan malam, dan kejadian manusia itu sendiri. Maka dengan memikirkan bukti-bukti tersebut orang semakin bertambah makrifat dan meyakinkan-Nya.

Jika direnungkan semesta alam ini dengan sepenuh pemikiran, ia akan kau dapati bagaikan sebuah bangunan rumah yang di dalamnya sudah tersedia segala kebutuhan yang diperlukan. Langit terbentang

---

<sup>10</sup> Abidin, *Ajaibnya Tafakkur...*, p. 36

<sup>11</sup> Ahmad Zainal Abidin, *Ajaibnya Tafakkur dan Tasyakkur Untuk Percepatan Rezeki*, (Jogjakarta: Safirah, 2014), p. 64

laksana atap. Bumi tergelar laksana tikar. Bintang-bintang terpasang laksana lampu-lampu dan gemerlap berlian yang tersimpan bagai *zajkha'ir*. Semua serba tersedia dan siap pakai. Manusia laksana pemilik rumah yang serba ada. Segala macam tumbuhan diperuntukkan dan didedikasikan untuk kebutuhan manusia dan segala jenis hewan dicipta untuk memenuhi segala kepentingannya.<sup>12</sup> Allah berfirman:

أَوَلَمْ يَنْظُرُوا فِي مَلَكُوتِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَيْءٍ وَأَنْ عَسَى أَنْ يَكُونَ قَدِ اقْتَرَبَ أَجْلُهُمْ فَبِأَيِّ حَدِيثٍ بَعْدَهُ يُؤْمِنُونَ ﴿١٨٥﴾

Artinya: “*dan Apakah mereka tidak memperhatikan kerajaan langit dan bumi dan segala sesuatu yang diciptakan Allah, dan kemungkinan telah dekatnya kebinasaan mereka? Maka kepada berita manakah lagi mereka akan beriman sesudah Al Qur'an itu?*” (QS. Al-A'raf [7]: 185)

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩٠﴾

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ

النَّارِ ﴿١٩١﴾

Artinya: “*(yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan Kami, Tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha suci Engkau,*

<sup>12</sup> Imam Al-Ghazali, *Rasa'il Al-Ghazali 26 Karya Monumental Imam Ghazali*, (Jakarta: Diadit Media, 2008), p.5

*Maka peliharalah Kami dari siksa neraka. Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal” (QS. Ali ‘Imrān [3]: 190-191)*

Dari Nash kedua kita mengetahui bahwa kesempurnaan akal tidak akan tercapai kecuali dengan pertemuan zikir dan pikir manusia. Apabila kita telah mengetahui bahwa kesempurnaan hati merupakan kesempurnaan manusia, maka kita mengetahui pula kedudukan pikir dalam penyucian jiwa.<sup>13</sup>

Jika menelaah dan mengamati alam semesta ini dengan segenap potensi akal, maka akan menemukan bahwa alam ini tak ubahnya seperti rumah yang dibangun dengan segala perlengkapannya.<sup>14</sup>

Selain dari adanya penciptaan Alam semesta ini, kekuasaan Allah terlihat dari menciptakan akal bagi manusia. Manusia diberi akal oleh Allah untuk diolah dan dimaksimalkan kemampuannya. Karena akal merupakan aspek terunggul manusia yang membedakannya dengan makhluk yang lainnya.<sup>15</sup>

Betapa bertaburan di dalam Al-Qur’ān ayat-ayat yang mempertanyakan seberapa mampu kita menggunakan akal pikiran dalam mentafakkuri akan keperkasaan dan kekuasaan Allah SWT.<sup>16</sup>

Sidik jari tanda kebesaran Allah yang tampak setelah seibu tahun. Ketika para ahli tafsir larut dalam polemik seputar jawaban sebuah

<sup>13</sup> Sa’id Hawwa, *Kajian Penyucian Jiwa Tazkiyatun Nafs Intisari Ihya Ulumuddin*, (Jakarta: Pena Pndi Aksara, 2010), p. 113

<sup>14</sup> Al-Ghazali, *Sapaan Alam Tafakkur Al-Ghazali atas Fenomena Alam*, (Jakarta: Iman dan Hikmah, 2003), p. 5

<sup>15</sup> Abdullah Gymnastiar, *Aku Bisa! Manajemen Qolbu untuk Melejitkan Potensi*, (Bandung, Khas MQ, 2005), p. 86

<sup>16</sup> Gymnastiar, *Aku Bisa!...*, p. 87

pertanyaan rumit, “sebenarnya manakah yang lebih hebat: penciptaan tulang atau pembentukan sidik jari?”.

Ternyata ilmu pengetahuan menunjukkan sebuah fenomena yang mencengangkan yang menyatakan bahwa sidik jari seseorang tidak mungkin sama persis dengan sidik jari yang lain yang pernah hidup sejak zaman Nabi Adam hingga hari kiamat. Bayangkan, peluang munculnya dua sidik jari yang benar-benar sama adalah 1:17 miliar. Oleh karena itu, semua orang pasti akan mengakui betapa hebatnya kandungan firman Allah yang berbunyi, “(bahkan) Kami mampu menyusun (kembali) jari-jemarinya dengan sempurna,” (QS. Al-Qiyāmah [75]:4).<sup>17</sup>

### C. Proses Tafakkur terhadap Sifat dan Perbuatan Manusia

Perbuatan manusia terbentuk karena adanya dorongan tertentu. Yang mendorong manusia melakukan perbuatan adalah sebagai berikut<sup>18</sup>.

#### 1. Persepsi

- a. Jalaludin Rakhmat (1998:51) mengatakan bahwa persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa, atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan.
- b. Menurut Ruch (1967:300), *persepsi* adalah suatu proses tentang petunjuk-petunjuk indrawi (*sensory*) dan pengalaman masa lampau yang relevan diorganisasikan

---

<sup>17</sup> Taufiq ‘ulwan, *Ketika Allah memperlihatkan Kuasa-Nya*, (Jakarta: Al-Mahira, 2009), p. 270

<sup>18</sup> Beni Ahmad Saebani dan K.H. Abdul Hamid, *Ilmu Akhlak*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), p. 263.

untuk memberikan kepada kita gambaran yang terstruktur dan bermakna pada suatu situasi tertentu. Dengan pandangan Ruch tersebut, persepsi mengandung arti yang sama dengan proses sistem berpikir yang membutuhkan pengalaman-pengalaman dan pengetahuan verbalistik yang dijadikan rujukan persepsional seseorang.

Dengan pengertian tersebut, dapat ditarik pemahaman bahwa terbentuknya perbuatan manusia didorong oleh adanya pemahaman tentang sesuatu yang akan diperbuatnya. Oleh karena itu, tingkah laku manusia berkaitan dengan pola pikir dan pola rasa manusia. Jika persepsinya tentang perbuatan yang dilakukan diterima oleh akal dan hatinya, akhlaknya akan terbentuk dengan jelas sesuai kapasitas pemikirannya.

Dalam kehidupan profesional, akhlak dan perbuatan manusia yang dibentuk oleh persepsinya tentang objek yang dimaksudkan adalah perbuatan yang sesuai dengan keterampilan atau kecakapannya. Pengetahuan sangat penting dalam mendukung akhlaknya sehingga bentuk-bentuk akhlaknya mengikuti kehendak naluri dan kecerdasannya, tanpa ada campur tangan pihak luar.

## 2. Belajar

Belajar bisa didefinisikan sebagai perubahan yang relatif permanen pada perilaku yang disebabkan oleh berbagai bentuk pendidikan dan pelatihan. Belajar juga merupakan proses saling menukar dan mengisi pengalaman dan ilmu pengetahuan secara teratur dan berkesinambungan.

Perbuatan manusia ada yang baik dan ada yang tidak baik. Kadang-kadang di suatu tempat, perbuatan itu dianggap salah atau buruk. Hati manusia memiliki perasaan dan dapat mengenal, perbuatan itu baik atau buruk dan benar atau salah.<sup>19</sup>

Sesungguhnya jika kita dikehendaki Allah terhadap kebaikan, maka kita akan dapat mengetahui kekurangan-kekurangan diri sendiri. Barang siapa yang dapat membangkitkan energi qalburnya dan menembus aib serta kekurangannya, dia tidak akan merasa khawatir mengenai kelemahan-kelemahan dirinya itu.

Jika kita mengetahui kelemahan-kelemahan diri, tentu akan berusaha untuk mengobatinya. Orang yang mengetahui kekurangan diri tetapi tidak terdorong untuk memperbaikinya, berarti qalburnya lemah.<sup>20</sup>

Semakin orang memiliki kekuatan energi qolbu ia akan semakin berakal. Semakin berakal, bertambah tinggi tingkatannya. Orang semacam ini sedikit kemungkinan ujubnya. namun ia lebih besar kecurigaannya terhadap diri sendiri. Tapi golongan orang tersebut tidaklah banyak.

Begitu pula orang yang dijadikan sahabat sejati dan tulus memberikan nasihat, tidaklah banyak. Yang banyak di zaman ini ialah teman-temamn penjilat, yang dalam bahasa arabnya disebut *mudahanah*.

Orang-orang disekitar kita banyak yang memiliki sifat dengki dan punya tujuan tertentu. Jika dimintai nasihat tentang aib kita, ia bukan dikatakan aib. Sedangkan yang bukan aib dibalik sebagai aib.

---

<sup>19</sup> A. Mustofa, *Akhlak Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), p. 53

<sup>20</sup> Imam al-Ghazali, *Membangkitkan Energi Qalbu*, (Mitra Press, 2008), p.

Jika dimintai saran atas kekurangan kita, mereka mengatakan kita telah sempurna. Jawaban seperti itu karena ada tujuan. Mereka mencari muka dan takut jika kita meninggalkannya. Atau karena kedengkiannya, sehingga nasihat itu tidak disampaikan sejujur-jujurnya agar kita menjadi celaka.<sup>21</sup>

Salah satu hal yang menjadi sumber perbuatan dalam diri manusia adalah pemikiran. Pemikiran yang benar akan melahirkan perbuatan yang baik dan benar, sementara pemikiran yang salah akan melahirkan perbuatan yang kotor dan menyimpang. Imam Ali bin Abi Thalib berkata, “Barangsiapa yang berpikir tentang maksiat, maka pemikirannya itu akan menyeretnya ke arah perbuatan maksiat.” Maksudnya, berpikir untuk melakukan dosa akan mencemari niat dan hati manusia, dan hal ini akan menjadikannya mendekati perbuatan dosa, sehingga suatu saat nanti dia akan keluar dari lingkup ketaatan pada Allah SWT.<sup>22</sup>

Manusia yang memiliki kebiasaan sifat dan berbuat kurang baik bisa diubah dan diperbaiki karena jiwa manusia diciptakan sempurna atau lebih tepatnya dalam proses menjadi sempurna. Oleh karena itu, ia selalu terbuka dan mampu menerima usaha pembaruan serta perbaikan.

Al-Ghazali menambahkan, perbaikan harus dilakukan melalui pendidikan dan pembinaan pada sikap dan perilaku konstruktif. Pembiasaan tersebut dilakukan melalui metode berbalik. Sebagai contoh, sifat bodoh harus diubah dengan semangat menuntut ilmu, kikir diganti dengan dermawan, sombong diganti dengan rendah hati, dan

---

<sup>21</sup> Al-Ghazālī, *Membangkitkan Energi...*, p. 313

<sup>22</sup> Muhsin Qira'ati, *Mencegah Diri dari Berbuat Dosa*, (Jakarta: Lentera, 2005), p. 57

rakus diganti dengan puasa. Proses pembiasaan itu tentu saja tidak bisa dilakukan secara instan, tetapi membutuhkan waktu, perjuangan, dan kesabaran yang tinggi.<sup>23</sup>

Hal tersebut harus direnungi oleh setiap hamba. Merenungi sifat-sifat yang mencelakakan yang bertempat di hati. Di antara sifat-sifat mencelakakan itu adalah dominasi syahwat, kikir, sombong, ujub, riya, hasud, buruk sangka, lalai, iri, tidak sabar, panik dan sifat-sifat lainnya yang mencelakakan. Lalu ia membersihkan hatinya dari sifat-sifat tersebut. Jika ia mengira hatinya telah bersih dari sifat-sifat tersebut, ia mesti memikirkan cara untuk mengujinya dan membuktikan kebenarannya. Karena, nafsu selalu mengaku-ngaku dan berbohong.<sup>24</sup> Jika hamba sudah mendapati dirinya bersih dari sifat-sifat mencelakakan, pujilah Allah atas lenyapnya sifat-sifat tersebut dari dirinya. Dan jika hamba mendapati dirinya masih dilekati sifat-sifat tersebut, ia mesti berusaha untuk menghapusnya dari diri, dengan segala cara.<sup>25</sup>

---

<sup>23</sup> Ahmad Ilyas Ismail, *Ya Allah Berilah Aku Kesuksesan*, (Bogor: Belanoor, 201), p. 99

<sup>24</sup> Syekh Yahya ibn Hamzah al-Yamani, “Kitab Tashfiyat al-Qulub min Daran al-Awzar wa al-Dzunub”, Penerjemah: Maman Abdurrahman Assegaf, *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs*, (Jakarta: Zaman, 2012), p. 503

<sup>25</sup> Al-Yamani, *Pelatihan Lengkap...*, p. 504