

## KEGELISAHAN DOSA DALAM PERSPEKTIF HADIS

A. Darussalam

Program Studi Ilmu Hadis

Fakultas Ushuluddin, Filsafat dan Politik UIN Alauddin

### **Abstrak:**

Kegelisahan merupakan konstruksi psikologis yang sudah mulai mendapat perhatian para sarjana di bidang psikologi. Teori-teori yang ada dan kerangka kerja konseptual mengenai kegelisahan terutama merujuk pada para sarjana barat. Namun, teori dan kerangka kerja konseptual yang diusulkan oleh para sarjana Barat tidak cocok untuk digunakan sebagai tolok ukur dalam kehidupan seorang Muslim. Dengan demikian, tujuan artikel ini adalah untuk menganalisis konsep kegelisahan khususnya yang disebabkan karena dosa berdasarkan perspektif hadis menggunakan metode analisis konten (*content analysis*) dengan mengidentifikasi hadis dan pendapat para ulama yang relevan dan terkait. Studi ini menemukan bahwa perbuatan kebaikan (sesuatu yang berpahala), akan membawa kepada ketenangan jiwa, akibat rahmat yang dicurahkan kepadanya. Begitupun sebaliknya, jika seseorang berbuat keburukan (dosa), maka ketenangan jiwanya akan terganggu, membawa kepada kegelisahan, karena mengingkari sifat naluriannya (fitrah) .

**Kata Kunci:** Hadis, Psikologi, Islam, Dosa.

### **A. Latar Belakang**

Manusia merupakan makhluk yang selain memiliki fisik, pancaindra, dan akal pikiran, juga memiliki fitrah, hati nurani, dan spiritualitas. Keadaan fisik, pancaindra, dan akal pada hakikatnya merupakan kendaraan yang mengikuti keinginan hati nurani dan spiritual. Jika keadaan hati nurani dan spiritualnya positif, maka sesuatu yang akan dilakukan oleh fisik dan pancaindra, serta yang dikeluarkan oleh akal pikiran juga positif dan demikian seterusnya.<sup>1</sup>

Namun demikian, manusia lahir di dunia dilengkapi oleh segala kelebihan dan kekurangan. Tidak dipungkiri, manusia hadir dan tercipta sebagai individu yang unik, masing-masing membawa corak yang berbeda dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Pengaruh lingkungan erat kaitannya dengan moral setiap individu. Namun moral juga memiliki hubungan yang erat dengan keyakinan.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Abuddin Nata, *Psikologi Pendidikan Islam* (Cet. I; Depok: Rajagrafindo Persada, 2018), h. 1.

<sup>2</sup>Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan* (Cet. II; Jakarta: Kencana, 2012), h. 404.

Keyakinan yang dimaksud ialah berupa keyakinan dalam menganut agama. Manusia dilengkapi dengan kecerdasan, namun tidak ada artinya jika tidak diseimbangkan dengan agama.<sup>3</sup> Hal ini disebabkan agama adalah suatu wadah untuk membawa kepada ketenangan jiwa dan batin seseorang. Dosa-dosa yang disebabkan karena melanggar norma agama akan membawa kepada kegelisahan. Berdasarkan penjelasan pada latar belakang di atas, penulis mencoba menggali ontologi dari dosa; bagaimana penjelasan Islam (teks hadis) yang terkait tentang dosa membuat jiwa gelisah. Penulis menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan analisis konten (*content analysis*), dengan cara mencari hadis-hadis yang berkaitan dengan “kegelisahan karena dosa” dari kitab hadis Kutub al-Sittah dan mengumpulkan argumen yang terkait dengan tema bahasan sehingga dapat melahirkan kesimpulan yang komprehensif.

## **B. Ilmu Jiwa (Psikologi) dan Studi Islam**

Manusia adalah makhluk ciptaan Allah swt. yang paling sempurna dibanding dengan makhluk yang lainnya, karena telah diberi akal pikiran. Sejak tumbuh dan timbulnya kesadaran dalam diri manusia, ia telah merenungkan tentang arti hidup dan keberadaan hidup di dunia.

Dalam kehidupan sehari-hari, banyak hal yang ditemukan terkait istilah yang sering menggambarkan sikap jiwa seseorang. Dalam studi agama, teori psikologi digunakan untuk menjelaskan gejala-gejala lahiriah orang beragama, di mana hubungan antara perilaku dan yang tampak dengan keyakinan keagamaan seseorang muslim. Misalnya sikap bersedekah kepada fakir miskin, beriman serta bertakwa kepada Allah swt., sikap tolong-menolong sesama individu dengan individu atau individu dengan masyarakat dan sikap hormat-menghormati sesama muslim. Semua gejala tersebut termasuk dalam kejiwaan yang berhubungan dengan agama.<sup>4</sup> Dengan adanya gejala tersebut, maka psikologi Islami merupakan salah-satu solusi untuk mengetahui ihwal yang terjadi pada diri atau kejiwaan seseorang yang berhubungan dengan agama.

Psikologi Islam merupakan studi Islam yang terkait perilaku jiwa manusia, sehingga ia dapat secara sadar membentuk kualitas (diri) yang lebih baik dan memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat. Sifat definisi tersebut mengandung tiga elemen utama: Pertama, psikologi Islam adalah salah satu studi kajian ke-Islaman. Psikologi Islam memiliki posisi yang serupa dengan disiplin ilmu Islam lainnya, seperti ekonomi Islam, politik Islam, sosiologi Islam, dan lain sebagainya. Penggunaan kata "Islam" memiliki gaya, perspektif, pola pikir, paradigma atau aliran tersendiri. Artinya,

---

<sup>3</sup>Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, h. 404.

<sup>4</sup>Novita Rahmi, “Manusia dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam”, *Dewantara* 11. (2016): h. 207.

psikologi dibangun berpola atau memiliki pola pikir yang berlaku pada tradisi ilmiah dalam Islam, sehingga dapat membentuk alirannya sendiri yang berbeda dengan psikologi pada umumnya (konvensional). Tentu hal tersebut tidak terlepas dari sifat jiwa itu sendiri, cara mempelajari jiwa dan tujuan mempelajari jiwa dalam Islam. Melalui kerangka kerja ini, ia akan menciptakan beberapa bagian psikologi dalam Islam, seperti psikologi agama Islam, psikologi perkembangan Islam, psikologi sosial Islam dan sebagainya.<sup>5</sup>

Kedua, Psikologi Islam membahas aspek dan perilaku kejiwaan manusia. Aspek kejiwaan dalam Islam dalam bentuk *al-Ruh*, *al-Qalb*, *al-Aql* dan *al-Fitrah*. Masing-masing aspek ini memiliki keberadaan, kedinamisan, proses, fungsi dan perilaku yang perlu didalami melalui Al-Qur'an, al-sunah serta dari khazanah pemikiran Islam. Psikologi Islam tidak hanya menekankan perilaku kejiwaan, tetapi juga apa hakikat jiwa yang sebenarnya. Sebagai sebuah organisasi permanen, jiwa manusia adalah potensi aktualisasi dalam perilaku yang sangat tergantung pada upayanya (ikhtiar). Dari sini nampak bahwa ilmu psikologi Islam mengakui keberadaan kesadaran serta kebebasan manusia agar menciptakan, berpikir, berniat dan berperilaku secara sadar, meskipun kebebasan tetap berada di koridor sunah Allah.<sup>6</sup>

Ketiga, psikologi Islam mempunyai tujuan, yakni merangsang kesadaran (diri) untuk dapat membentuk kualitas yang lebih sempurna dari sebelumnya, mendapatkan kebahagiaan hidup, baik di dunia dan akhirat. Manusia saat dilahirkan dalam kondisi tidak mengetahui apa-apa, lalu tumbuh dan berkembang untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik dari sebelumnya. Psikologi Islam adalah salah satu disiplin ilmu yang dapat membantu dalam memahami ekspresi diri, aktualisasi diri, konsep diri, citra diri, realisasi diri, kesadaran diri, harga diri, kontrol diri dan evaluasi diri baik untuk diri sendiri dan lainnya. Jika di dalam pemahaman diri ada penyimpangan dalam perilaku, psikologi Islam mencoba menawarkan berbagai konsep dengan nuansa ilahi, sehingga dapat mengarahkan kualitas hidup yang lebih baik, yang pada gilirannya dapat menikmati kebahagiaan hidup di segala usia. Dengan demikian, mempelajari psikologi Islam dapat memiliki implikasi untuk membuat diri Anda dan orang lain bahagia, tidak menambah masalah baru seperti hidup dalam kesendirian, kegersangan dan kecemasan.

Psikologi Islam umumnya, telah mendapat persetujuan dari umat Islam. Adapun, jika orang lain bisa mengusulkan pemikiran psikologis melalui pola pikir (pendapat) mereka sendiri, dan mengklaim validitas dan objektivitasnya, maka

---

<sup>5</sup>Fitriana, "Pengertian, Dasar dan Ruang Lingkup Psikologi Islam", diakses pada: 21-September-2019, 23:03

<sup>6</sup> *Ibid.*

mengapa kita tidak melakukan hal yang sama, yakni mempromosikan pemikiran psikologi Islam, yang berdasarkan pola pemikiran Islam.<sup>7</sup>

### C. Pengertian Dosa

Istilah dosa dalam Islam memiliki beberapa penamaan yang berbeda dan dosa (pada pengertian umum) tidak sesederhana definisi dosa itu sendiri, itu dapat dianggap sebagai dosa (nama tertentu) setelah seseorang melakukan tindakan dengan hukum-hukum yang melekat tertentu, demikian dalam pengampunan dalam dosa itu. Jadi dalam Islam ada beberapa nama yang bermakna “dosa”, diantaranya; ; *al-Itsm*, *adz-Dzanb*, *al-Khathiah*, *asy-Syar*, *al-Hints*, *adz-Dzanb*, *as-Sayyiah*, *al-Ma'shiyah*, *al-Jurm*, *al-haram*, *al-Fisq*, *al-fasad*, *al-Fujur*, *al-Munkar*, *al-Fahisyah*, *al-Khabt*, *al-Lamama*, *al-Wizr wats-tsiqal*. Penamaan tersebut memiliki arti yang berbeda, hukum yang berbeda dan cara pengampunan yang berbeda. Dengan nama yang berbeda, menunjukkan banyak jenis perilaku manusia yang berbeda dari tindakan yang dilanggar.<sup>8</sup>

Menurut bahasa, *itsm* menurut bahasa adalah melakukan tindakan yang tidak dihalalkan<sup>9</sup>. *Dzamb* sesuatu yang mengikuti, segala perbuatan yang menyalahi aturan Allah dan RasulNya akan mendapatkan balasan di dunia dan akhirat<sup>10</sup>. *Khatiah*, bermakna kesalahan, yaitu sesuatu perbuatan yang menyalahi perintah Allah dan RasulNya, dan terkadang bermakna dosa besar<sup>11</sup>. *Fisq*, artinya keluarnya biji kurma dari kulitnya, orang yang melampaui batas hukum-hukum Allah<sup>12</sup>, *Ishyan*, keluar dari ketaatan, menyalahi perintahnya.<sup>13</sup>

Istilah al-Qur'an untuk kata dosa juga banyak digunakan seperti lafaz *khati'ah*, *zanbun*, *ismun*, *fisq*, *isyan*, *'utwun* dan *fasad* dan kata-kata ini digunakan oleh Al-Qur'an untuk mengekspresikan sikap dan tindakan manusia yang melanggar moral dan hukum Allah. Meskipun Al-Qur'an menyebutkan kata-kata ini dalam istilah yang berbeda, pada prinsipnya tidak ada perbedaan, umumnya maknanya hampir sama.<sup>14</sup> Oleh karena itu dapat disimpulkan, bahwa dosa adalah tindakan yang melanggar

---

<sup>7</sup> *Ibid*.

<sup>8</sup> Halimi Zuhdy *Derai Dosa, Derasnya Ampunan Sang Penguasa Semesta: Membincang Dosa dan Pengampunan dalam Perspektif Islam*. Dosa dan Pengampunan: Pergulatan Manusia dengan Allah. (Widyasana, Malang, 2016). hs. 1-2

<sup>9</sup> Muhammad bin Mukrim bin Ali Abu Fadl Ibnu Mandzur. *Lisan Arab*. (Dar Shadir. Bairut: 114 H). h. 74. Dalam Halimi Zuhdy *Derai Dosa, Derasnya Ampunan Sang Penguasa Semesta*. h. 2.

<sup>10</sup> Ibnu Mandzur,... h. 244. Dalam Halimi Zuhdy, *Derai Dosa, Derasnya Ampunan Sang Penguasa Semesta*.... h. 2.

<sup>11</sup> As-Shihah. *As-Shihah Fi Lughah*. (t.tp: Dun Sanah, 1987). h. 47.

<sup>12</sup> Halimi Zuhdy, *Derai Dosa, Derasnya Ampunan Sang Penguasa Semesta*.... h. 2..

<sup>13</sup> Ibnu Mandzur,... h. 47. Dalam Halimi Zuhdy, *Derai Dosa, Derasnya Ampunan Sang Penguasa Semesta*.... h. 2.

<sup>14</sup> Yahya Jaya. *Peran Dan Maaf dalam Kesehatan Mental*. (YPI Ruhama. Jakarta, 1989), h. 30.

perintah Allah dan Rasul-Nya, yang telah ditetapkan untuk ditaati, dan pelakunya akan diberikan sanksi (*uqubat*) baik ketika di dunia dan juga di akhirat.

#### D. Hadis tentang Dosa Membuat Jiwa Gelisah

حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ حَاتِمٍ بْنُ مَيْمُونٍ، حَدَّثَنَا ابْنُ مَهْدِيٍّ، عَنْ مُعَاوِيَةَ بْنِ صَالِحٍ، عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ جُبَيْرٍ  
بْنِ نُفَيْرٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنِ النَّوَاسِ بْنِ سَمْعَانَ الْأَنْصَارِيِّ، قَالَ: سَأَلْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، عَنِ  
الْبِرِّ وَالْإِيمِ فَقَالَ: الْبِرُّ حُسْنُ الْخُلُقِ، وَالْإِيمُ مَا حَاكَ فِي صَدْرِكَ، وَكَرِهْتَ أَنْ يَطَّلِعَ عَلَيْهِ النَّاسُ<sup>15</sup>

Artinya:

Menceritakan kepadaku Muḥammad bin Ḥatīm bin Maimūn, menceritakan kepada kami Ibn Mahdī, dari Mu’āwiyah bin Ṣāliḥ, dari ‘Abd al-Raḥmān bin Jubair bin Nufair, dari bapaknya, dari al-Nawās bin Sim’ān al-Anṣārī berkata: saya bertanya kepada Rasulullah saw. tentang kebajikan dan dosa, maka beliau bersabda: kebaikan adalah akhlak yang mulia, sedangkan dosa adalah sesuatu yang menggelisahkan jiwa, dan dosa tersebut akan terlihat buruk ditengah-tengah manusia. (HR. Muslim)

#### *Syarah Mufradāt*

##### 1. الْبِرُّ

Kata *al-birr* (البر) berasal dari akar kata *barra* (بر)- *yabarru* (ير).<sup>16</sup> Menurut Ibnu Fāris, kata ini memiliki empat arti dasar, (1) -الصدق -benar dan jujur-, (2) -حكاية صوت -ihwal pembicaraan, cerita-, (3) -خلاف البحر -lawan kata dari lautan-, dan (4) -نبث -tumbuhan-.<sup>17</sup> Sementara itu, al-Aṣḥānī menyebutkan bahwa kata *al-barr* (البر) yang berarti daratan merupakan lawa kata dari *al-baḥr* (البحر). *al-baḥr* (البحر) dalam konteks ini dimaknai dengan “keluasan” karena peluang untuk berbuat keburukan lebih besar dibandingkan kebajikan, atau *al-birr* (البر).

<sup>15</sup>Muslim bin al-Ḥajjāj Abū al-Ḥasan al-Qusyairī al-Naisābūrī, *Ṣaḥīḥ Muslim*, Juz IV (t.c; Beirut: Dār Iḥyā’ al-Turās al-‘Arabī, t.th), h. 1980.

<sup>16</sup>M. Quraish Shihab, ed., *Ensiklopedia al-Qur’an: Kajian Kosa Kata*, Juz I (Cet. I; Jakarta: Lentera Hati, 2007), h. 145

<sup>17</sup>Abū al-Ḥusain Aḥmad bin Fāris bin Zakariyya, *Mu’jam Maqāyīs al-Lughah*, Juz I (t.c; t.tp: Dār al-Fikr, 1979 M/ 1399 H), h. 177.

Selanjutnya, disebutkan bahwa apabila *al-barr* (البر) dilakukan kepada Allah maka berarti “pahala”, sedangkan apabila dilakukan kepada manusia berarti “ketaatan”. Oleh karena itu, al-Aṣḥānī menyebutkan bahwa makna *al-birr* (البر) mencakup dua aspek. *Pertama*, pekerjaan hati dengan niat yang suci, dan *kedua*, pekerjaan anggota badan.<sup>18</sup> Jadi, sesuatu disebut dengan *al-birr* (البر) apabila telah memenuhi dua aspek di atas.

## 2. حُسْنُ

Kata *ḥusn* (حُسْن) merupakan bentuk *maṣḍar* dari kata *ḥasuna* (حُسْن)<sup>19</sup> yang berarti kebaikan, antonim dari kata *al-qibḥ* (القيح)<sup>20</sup> yang berarti keburukan. Menurut al-Aṣḥānī, kata *ḥasuna* (حُسْن) merupakan ungkapan terhadap hal yang indah yang disukai. Sesuatu yang dikatakan baik atau indah, ada tiga macam: sesuatu yang dianggap baik oleh akal, sesuatu yang dianggap baik oleh hawa nafsu dan sesuatu yang dianggap baik oleh panca indra.<sup>21</sup>

Kata *ḥusn* (حُسْن) sendiri secara umum bermakna sesuatu hal yang baik dan indah, baik yang nampak maupun yang tidak nampak, sehingga dapat membuat sesuatu dapat menerima, tertarik, dan berkeinginan atasnya.<sup>22</sup> Terdapat perbedaan antara kata *ḥusn* (حُسْن), *ḥasanah* (حَسَنَة) dan *ḥusnā* (حُسْنَى). Kata *ḥusn* (حُسْن) dapat diucapkan pada benda dan juga suatu peristiwa. Begitu pula dengan kata *ḥasanah* (حَسَنَة), apabila kata ini diposisikan sebagai kata sifat. Sedangkan apabila diposisikan sebagai kata benda, maka kata ini hanya digunakan dalam peristiwa. Adapun kata *ḥusnā* (حُسْنَى), ia hanya dapat digunakan pada peristiwa, tidak bisa digunakan sebagai kata benda.

Kata *ḥusn* (حُسْن), dikalangan masyarakat umum sering digunakan untuk sesuatu yang dianggap baik oleh mata lahir (بصر). Hal ini sebagaimana penggunaanya dalam al-Qurʾān yang kebanyakan digunakan untuk mengungkapkan sesuatu yang dianggap baik.<sup>23</sup>

---

<sup>18</sup>Abū al-Qāsim al-Ḥusain bin Muḥammad al-Rāgib al-Aṣḥānī, *al-Mufradāt fī Garīb al-Qurʾān*, Juz I, h. 144.

<sup>19</sup>Aḥmad Mukhtār ‘Abdu al-Ḥamīd ‘Umar, *Muʿjam al-Lughah al-‘Arabīyah al-Muʿāṣarah*, Juz I (Cet. I; t.tp: ‘Ālim al-Kutub, 2008M/ 1429 H), h. 498.

<sup>20</sup>Abū al-Ḥusain Aḥmad bin Fāris bin Zakarīya, *Muʿjam Maqāyīs al-Lughah*, Juz II, h. 57.

<sup>21</sup>Abū al-Qāsim al-Ḥusain bin Muḥammad al-Rāgib al-Aṣḥānī, *al-Mufradāt fī Garīb al-Qurʾān*, Juz I, h. 235.

<sup>22</sup>Aḥmad Mukhtār ‘Abdu al-Ḥamīd ‘Umar, *Muʿjam al-Lughah al-‘Arabīyah al-Muʿāṣarah*, Juz I, h. 498.

<sup>23</sup>Abū al-Qāsim al-Ḥusain bin Muḥammad al-Rāgib al-Aṣḥānī, *al-Mufradāt fī Garīb al-Qurʾān*, Juz I, h. 236.

### 3. الإثم

Kata *is̥m* (الإثم) merupakan bentuk *maṣḍar* dari akar kata *as̥ima* (أثم)- *ya'samu* (يأثم)<sup>24</sup> yang berarti sesuatu yang terlambat atau tertunda.<sup>25</sup> Perbuatan yang dapat menyebabkan ditundanya pahala disebut dengan *is̥m* (الإثم).

Dalam perkembangannya, kata ini kemudian diartikan dengan dosa. Diartikan dengan dosa karena perbuatan-perbuatan yang buruk, yang dapat terhambatnya pahala, merupakan perbuatan yang tercela sehingga dapat menjerumuskan kepada dosa.<sup>26</sup>

### 4. صدر

Kata *ṣadr* (صدر) merupakan bentuk tunggal dari kata *suḍūr* (صدور) yang terambil kata *ṣadara* (صدر)- *yaṣḍuru* (يصدّر)<sup>27</sup> yang berarti bagian atas atau depan dari segala sesuatu. Apa yang ada dibagian depan manusia disebut dengan *ṣadr* (صدر), sehingga dada disebut demikian.

Namun demikian, secara umum kata *ṣadr* (صدر) tidak dimaknai dengan dada secara fisik.<sup>28</sup> Hal ini sebagaimana penggunaannya dalam QS. Ṭahā/20: 25.

قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي

Terjemahnya:

Berkata (Musa), “Ya Tuhanku, lapangkanlah untukku dadaku.”<sup>29</sup>

Dengan demikian, yang dimaksud dengan *ṣadr* (صدر) –dada-, bukanlah sesuatu yang berbentuk materi, tetapi sesuatu dibalik itu. Penggunaan redaksi seperti ini dikenal dalam bahasa Arab dengan istilah *majāz mursal*.<sup>30</sup>

## E. Syarah Hadits: Dosa Membuat Jiwa Gelisah

Setiap manusia memiliki naluri untuk mengerjakan nilai-nilai yang positif. Jadi, pada dasarnya setiap manusia memiliki identitas kemuliaan. Oleh karena itu, apabila

---

<sup>24</sup>Aḥmad Mukhtār ‘Abdu al-Ḥamīd ‘Umar, *Mu’jam al-Lughah al-‘Arabīyah al-Mu’āṣarah*, Juz I, h. 63.

<sup>25</sup>Abū al-Ḥusain Aḥmad bin Fāris bin Zakarīya, *Mu’jam Maqāyīs al-Lughah*, Juz I, h. 60.

<sup>26</sup>Abū al-Qāsim al-Ḥusain bin Muḥammad al-Rāgib al-Aṣḥānī, *al-Mufradāt fī Garīb al-Qur’ān*, Juz I, h. 63.

<sup>27</sup>Aḥmad Mukhtār ‘Abdu al-Ḥamīd ‘Umar, *Mu’jam al-Lughah al-‘Arabīyah al-Mu’āṣarah*, Juz II, h. 1277.

<sup>28</sup>M. Quraish Shihab, ed., *Ensiklopedia al-Qur’an: Kajian Kosa Kata*, Juz III, h. 907.

<sup>29</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Mahir Al-Qur’an dan Terjemah Tajwid Warna*, h. 313.

<sup>30</sup>M. Quraish Shihab, ed., *Ensiklopedia al-Qur’an: Kajian Kosa Kata*, Juz III, h. 907.

manusia melakukan perbuatan yang tidak berdasarkan nilai-nilai positif, maka manusia tersebut mengingkari identitasnya sendiri. Manusia yang tidak bertindak positif itulah yang akan membawa kepada kegelisahan jiwa karena mengingkari sifat naluriannya.<sup>31</sup>

Di dalam agama Islam, perbuatan yang membawa kepada nilai-nilai negatif disebut dengan dosa. Dosa tersebutlah yang membuat jiwa seseorang menjadi gelisah. Nabi saw. bersabda.

حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ حَاتِمٍ بْنُ مَيْمُونٍ، حَدَّثَنَا ابْنُ مَهْدِيٍّ، عَنْ مُعَاوِيَةَ بْنِ صَالِحٍ، عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ جُبَيْرِ بْنِ نُفَيْرٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنِ النَّوَاسِ بْنِ سَمْعَانَ الْأَنْصَارِيِّ، قَالَ: سَأَلْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، عَنِ الْبِرِّ وَالْإِثْمِ فَقَالَ: الْبِرُّ حُسْنُ الْخُلُقِ، وَالْإِثْمُ مَا حَاكَ فِي صَدْرِكَ، وَكَرِهْتَ أَنْ يَطَّلَعَ عَلَيْهِ النَّاسُ<sup>32</sup>

Artinya:

Menceritakan kepadaku Muḥammad bin Ḥatim bin Maimūn, menceritakan kepada kami Ibn Mahdī, dari Mu'āwiyah bin Ṣāliḥ, dari 'Abd al-Raḥmān bin Jubair bin Nufair, dari bapaknya, dari al-Nawās bin Sim'ān al-Anṣārī berkata: saya bertanya kepada Rasulullah saw. tentang kebajikan dan dosa, maka beliau bersabda: kebaikan adalah akhlak yang mulia, sedangkan dosa adalah sesuatu yang menggelisahkan jiwa, dan dosa tersebut akan terlihat buruk ditengah-tengah manusia. (HR. Muslim)

Sebelum membahas lebih lanjut, perlu diuraikan bahwa manusia pada dasarnya diberikan dua potensi, yaitu potensi akal dan hati. Manusia hendaknya menggunakan dua potensi tersebut secara seimbangan. Akal bertujuan untuk merenungkan, sedangkan hati bertujuan untuk membenarkan suatu tindakan. Apabila keduanya saling bertentangan dalam suatu tindakan, maka hendaknya manusia tidak mengambil tindakan tersebut karena dapat mengakibatkan keburukan.

Namun jika keduanya bertentangan dan tetap harus mengambil suatu tindakan, maka hendaknya mengikuti potensi hati. Hal ini dikarenakan potensi hati dianggap sebagai sumber kebenaran yang hakiki yang oleh ajaran Islam, ia disebut dengan iman. Oleh sebab itu, apabila seseorang hendak terhindar dari dosa maka segala tindakannya harus berdasarkan pembenaran hati (iman).<sup>33</sup> Orang yang tidak bertindak berdasarkan hatinya dikecam oleh al-Qur'an, Allah swt. berfirman dalam QS. al-A'rāf/7: 179.

---

<sup>31</sup>Muhammad Taqi Ja'fari, *Mengenal Tasawuf Positif*, terj. Ali Yahya (Cet. I; Jakarta: Nur al-Huda, 2011), h. 19.

<sup>32</sup>Muslim bin al-Ḥajjāj Abū al-Ḥasan al-Qusyairī al-Naisābūrī, *Ṣaḥīḥ Muslim*, Juz IV, h. 1980.

<sup>33</sup>Abuddin Nata, *Psikologi Pendidikan Islam*, h.182.



...هَمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا...

Terjemahannya:

“...mereka mempunyai hati tetapi tidak dipergunakannya...”<sup>34</sup>

Dosa dapat dilakukan oleh seseorang karena disebabkan hilangnya pancaran iman dari dalam hatinya. Jika pancaran iman seseorang hilang dari dalam hatinya kemudian digantikan dengan kezaliman, maka kezaliman tersebut akan mengantarnya untuk melakukan kezaliman yang lain.<sup>35</sup> Keadaan seperti ini juga digambarkan oleh hadis Nabi saw.

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ، قَالَ: حَدَّثَنَا اللَّيْثُ، عَنْ ابْنِ عَجَلَانَ، عَنِ الْقَعْقَاعِ بْنِ حَكِيمٍ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِنَّ الْعَبْدَ إِذَا أَخْطَأَ خَطِيئَةً نُكِتَتْ فِي قَلْبِهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءٌ، فَإِذَا هُوَ نَزَعَ وَاسْتَغْفَرَ وَتَابَ سُقِلَ قَلْبُهُ، وَإِنْ عَادَ زِيدَ فِيهَا حَتَّى تَعْلُوَ قَلْبُهُ<sup>36</sup>

Artinya:

Menceritakan kepada kami Qutaibah, dia berkata: menceritakan kepada kami al-Laiṣ, dari Ibn ‘Ajlān, dari al-Qa’qā’ bin Ḥakīm, dari Abī Ṣāliḥ, dari Abū Hurairah, dari Rasulullah saw. bersabda: jika seorang hamba berbuat satu kesalahan maka pada hatinya akan tercatat satu titik hitam. Jika dia bertobat maka titik tersebut akan dihapus. Namun jika dia mengulangnya maka titik tersebut bertambah lagi hingga menutupi hatinya. (HR. Tirmizi)

Adapun Imam al-Nawawi menjelaskan bahwa yang menyebabkan seseorang gelisah terhadap dosanya, ialah karena dosa tersebut akan membuat seseorang terus menerus dalam keadaan takut dan ragu.<sup>37</sup> Pada prinsipnya, kegelisahan terjadi pada seseorang yang berbuat dosa, karena sebenarnya seseorang tersebut mengetahui bahwa perbuatannya tersebut salah. Pengetahuan tersebut diperoleh dari nalurinya sendiri. Namun, ia tetap mengingkari nalurinya.<sup>38</sup>

Allah swt. berfirman.

<sup>34</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Mahir Al-Qur’an dan Terjemah Tajwid Warna*, h. 174.

<sup>35</sup>Muḥammad bin Muḥammad bin Maḥmūd Abū Maṣṣūr al-Maturīdī, *Ta’wīlāt Ahl Sunnah*, Juz X (Cet. I; Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyah, 2005 M/ 1426 H), h. 458-459.

<sup>36</sup>Muḥammad bin ‘Isā bin Saurah bin Mūsā bin al-Dahāk al-Tirmuḏī, *al-Jāmi’ al-Kabīr*, Juz V (t.c; Beirut: Dār al-Garb al-Islāmī, 1998 M), h. 291.

<sup>37</sup>Abū Zakariyā Maḥyū al-Dīn Yahyā al-Nawawī, *al-Manḥāj Syarḥ Ṣaḥīḥ Muslim bin al-Hajjāj*, Juz XVI (Cet. II; Beirut: Dār Iḥyā’ al-Turās al-‘Arabī, 1392 H), h. 111.

<sup>38</sup>Nāṣir al-Dīn Abū Sa’īd ‘Abdullāh bin ‘Umar al-Baiḍāwī, *Anwār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta’wīl*, Juz V (Cet. I; Beirut: Dār Iḥyā’ al-Turās al-‘Arabī, 1418), h. 295.

كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ

Terjemahannya:

Sekali-kali tidak (demikian), sebenarnya apa yang selalu mereka usahakan itu menutupi hati mereka.<sup>39</sup> (QS. al-Muṭaffifin/83: 14)

Adapun agar tidak terjerumus dalam keadaan takut dan ragu yang disebabkan karena dosa, perlu adanya pencegahan dan penghindaran.<sup>40</sup> Salah satu solusi yang ditawarkan oleh hadis demi pencegahan tersebut ialah meninggalkan sesuatu yang meragukan.

حَدَّثَنَا أَبُو مُوسَى الْأَنْصَارِيُّ، قَالَ: حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ إِدْرِيسَ، قَالَ: حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، عَنْ بُرَيْدِ بْنِ أَبِي مَرْيَمَ، عَنْ أَبِي الْحَوَّاءِ السَّعْدِيِّ، قَالَ: قُلْتُ لِلْحَسَنِ بْنِ عَلِيٍّ: مَا حَفِظْتَ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ؟ قَالَ: حَفِظْتُ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: دَعْ مَا يَرِيبُكَ إِلَى مَا لَا يَرِيبُكَ<sup>41</sup>

Artinya:

Menceritakan kepada kami Abū Mūsā al-Anṣārī, dia berkata: menceritakan kepada kami ‘Abdullāh bin Idrīs, dia berkata: menceritakan kepada kami Syu’bah, dari Buraid bin Abī Maryam, dari Abī al-Ḥawrā’, dia berkata: Aku berkata kepada Ḥasan: Apa yang kamu hafal dari Rasulullah saw.?, dia (Ḥasan) berkata: Saya telah menghafal dari Rasulullah saw: Tinggalkanlah apa yang meragukan bagimu kepada apa yang tidak meragukan bagimu. (HR. al-Tirmizi)

## F. Dampak Dosa Terhadap Kepribadian Seseorang

Kegelisahan jiwa seseorang sangat berkaitan dengan emosional. Menurut James dan Lange, emosi itu timbul karena pengaruh perubahan jasmani atau pengaruh kegiatan individu seseorang. Oleh karena itu, jika seseorang bertindak kepada sesuatu yang benar maka akan membawa kepada emosi yang positif sehingga tercipta ketenangan jiwa. Begitupun sebaliknya, jika seseorang bertindak kepada sesuatu yang buruk, maka akan membawa kepada emosi negatif sehingga tercipta kegelisahan jiwa.<sup>42</sup> Adapun menurut John B. Waston, bahwa tiga pola dasar emosi ialah takut

<sup>39</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Mahir Al-Qur’an dan Terjemah Tajwid Warna*, h. 588.

<sup>40</sup>Abū ‘Abdillāh Muḥammad Syamsu al-Dīn al-Qurṭubī, *Tafsīr al-Qurṭubī*, Juz XIX (Cet. II; Kairo: Dār al-Kutub al-Miṣriyah, 1964 M/ 1384 H), h. 259.

<sup>41</sup>Muḥammad bin ‘Isā bin Saurah bin Mūsā bin al-Dahāk al-Tirmuḏī, *al-Jāmi’ al-Kabīr*, Juz IV, h. 249.

<sup>42</sup><https://www.verywellmind.com/what-is-the-james-lange-theory-of-emotion-2795305>, diakses pada 21 November 2019.

(*fear*), marah (*anger*), dan cinta (*love*). Pola takut dan marah bisa timbul karena pengaruh stimulus negatif, sedangkan cinta dipengaruhi oleh stimulus positif.<sup>43</sup>

Teori-teori yang dikemukakan oleh pakar psikologi di atas, sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh dalil-dalil teologis. Jika seseorang berbuat kebaikan (sesuatu yang berpahala), maka akan membawa kepada ketenangan jiwa, akibat rahmat yang dicurahkan kepadanya. Begitupun sebaliknya, jika seseorang berbuat keburukan (dosa), maka ketenangan jiwanya akan terganggu akibat murka Allah swt. yang diberikan kepadanya.

Menurut Abu Abdillah Muhammad (1997) dalam kitab *al-jawab al-kafi liman saala an dawa kafi*, dosa-dosa itu akan mengakibatkan; Maksiat merupakan sebab dihinakannya seorang hamba oleh Rabbnya. Bila seorang hamba terus menerus berbuat dosa, pada akhirnya ia akan meremehkan dosa tersebut dan menganggapnya kecil. Ini merupakan tanda kebinasaan seorang hamba, perbuatan dosanya akan berakibat pada orang lain, dan sekitarnya, bila dosa telah menumpuk, hati pun akan tertutup dan mati, dosa akan merusak akal, karena akal adalah cahaya, dan dosa akan memadamkan cahaya, hilangnya rasa malu, yang merupakan kebaikan, menghilangkan kenikmatan, dan akan selalu merasakan kesengsaraan, tertutupnya seseorang dari mendapatkan ilmu yang benar, ketakutan yang luar biasa, keresahan hati, tidak menemukan keindahan hidup, dan merasa malu ketika dosanya dilihat oleh orang lain.<sup>44</sup>

## G. Penutup

Setiap manusia memiliki naluri untuk mengerjakan nilai-nilai yang positif. Jadi, pada dasarnya setiap manusia memiliki identitas kemuliaan yang telah sesuai yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadis. Oleh karena itu, apabila manusia melakukan perbuatan yang tidak berdasarkan nilai-nilai positif, maka manusia tersebut mengingkari identitasnya sendiri (fitrah). Manusia yang tidak bertindak positif (melakukan dosa) itulah yang akan membawa kepada kegelisahan jiwa karena mengingkari sifat naluriannya.

Imam al-Nawawi menjelaskan bahwa yang menyebabkan seseorang gelisah terhadap dosanya, ialah karena dosa tersebut akan membuat seseorang terus menerus dalam keadaan takut dan ragu. Pada prinsipnya, kegelisahan terjadi pada seseorang yang berbuat dosa, karena sebenarnya seseorang tersebut mengetahui bahwa perbuatannya tersebut salah. Pengetahuan tersebut diperoleh dari nalurinya sendiri. Namun, ia tetap mengingkari nalurinya. Adapun agar tidak terjerumus dalam keadaan

---

<sup>43</sup>Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, h. 191.

<sup>44</sup> Abu Abdullah bin Abi Bakr Muhammad, *Al-Jawab al-Kafi liman saala an al-dawa' alsyafi*. (t.tp: Darul Ma'rifah, 1997). h. 124-192.

takut dan ragu yang disebabkan karena dosa, perlu adanya pencegahan dan penghindaran. Salah satu solusi yang ditawarkan oleh hadis demi pencegahan tersebut ialah meninggalkan sesuatu yang meragukan.

Jika seseorang berbuat kebaikan (sesuatu yang berpahala), maka akan membawa kepada ketenangan jiwa, akibat rahmat yang dicurahkan kepadanya. Begitupun sebaliknya, jika seseorang berbuat keburukan (dosa), maka ketenangan jiwanya akan terganggu akibat murka Allah swt. yang diberikan kepadanya.

## H. Daftar Pustaka

Al-Qur'ān al-Karīm

al-Aṣḥānī, Abū al-Qāsim al-Ḥusain bin Muḥammad al-Rāgib. *al-Mufradāt fī Garīb al-Qur'ān*. Cet. I; Beirut: Dār al-Qalam, 1412 H.

al-Baiḍāwī, Nāṣr al-Dīn Abū Sa'īd 'Abdullāh bin 'Umar. *Anwār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta'wīl*. Cet. I; Beirut: Dār Iḥyā' al-Turās al-'Arabī, 1418.

Ibnu Mandzur, Muhammad bin Mukrim bin Ali Abu Fadl (1414 H). *Lisan Arab*. Dar Shadir. Bairut.

Jaya, Yahya. *Peran Dan Maaf dalam Kesehatan Mental*. (YPI Ruhama. Jakarta, 1989.

Ja'fari, Muhammad Taqi. *Mengenal Tasawuf Positif*. Terj. Ali Yahya. Cet. I; Jakarta: Nur al-Huda, 2011.

Jahja, Yudrik. *Psikologi Perkembangan*. Cet. II; Jakarta: Kencana, 2012.

Kementerian Agama Republik Indonesia. *Al-Mahir Al-Qur'an dan Terjemah Tajwid Warna*. t.c; Sukoharjo: Penerbit Madina Qur'an, 2016.

al-Maturīdī, Muḥammad bin Muḥammad bin Maḥmūd Abū Maṣṣūr. *Ta'wīlāt Ahl Sunnah*. Cet. I; Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyah, 2005 M/ 1426 H.

Muhammad, Abu Abdullah bin Abi Bakr, *Al-Jawab al-Kafī liman saala an al-dawa' alsyafi*. t.tp: Darul Ma'rifah, 1997.

Muslim, al-Ḥajjāj Abū al-Ḥasan al-Qusyairī al-Naisābūrī. *Ṣaḥīḥ Muslim*. t.c; Beirut: Dār Iḥyā' al-Turās al-'Arabī, t.th.

Nata, Abuddin. *Psikologi Pendidikan Islam*. Cet. I; Depok: Rajagrafindo Persada, 2018.

al-Nawawī Abū Zakariyā Maḥyū al-Dīn Yaḥyā . *al-Manḥāj Syarḥ Ṣaḥīḥ Muslim bin al-Hajjāj*. Cet. II; Beirut: Dār Iḥyā' al-Turās al-'Arabī, 1392 H.

al-Qurṭubī, Abū 'Abdillāh Muḥammad Syamsu al-Dīn. *Tafsīr al-Qurṭubī*. Cet. II; Kairo: Dār al-Kutub al-Miṣriyah, 1964 M/ 1384 H.

Rahmi, Novita, "Manusia dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam", Dewantara 11. 2016.

- Shihab, M. Quraish, ed.. *Ensiklopedia al-Qur'an: Kajian Kosa Kata*. Cet. I; Jakarta Lentera Hati, 2007.
- As-Shihah. *As-Shihah Fi Lughah*. t.tp: Dun Sanah, 1987.
- al-Tirmuẓī, Muḥammad bin 'Isā bin Saurah bin Mūsā bin al-Dahāk. *al-Jāmi' al-Kabīr*. t.c; Beirūt: Dār al-Garb al-Islāmī, 1998 M.
- 'Umar, Aḥmad Mukhtār 'Abdu al-Ḥamīd. *Mu'jam al-Lughah al-'Arabīyah al-Mu'aṣarh*. Cet. I; t.tp: 'Ālim al-Kutub, 2008M/ 1429 H.
- Zakarīya, Abū al-Ḥusain Aḥmad bin Fāris. *Mu'jam Maqāyīs al-Lughah*. t.c; t.tp: Dār al-Fikr, 1979 M/ 1399 H.
- Zuhdy , Halimi. *Deraī Dosa, Derasnya Ampunan Sang Penguasa Semesta: Membincang Dosa dan Pengampunan dalam Perspektif Islam*. Dosa dan Pengampunan: Pergulatan Manusia dengan Allah. Malang: Widyasana, 2016.

#### Website

- Fitriana, "Pengertian, Dasar dan Ruang Lingkup Psikologi Islam", diakses pada: 21-November-2019.
- <https://www.verywellmind.com/what-is-the-james-lange-theory-of-emotion-2795305>, diakses pada 21 November 2019.