

IKHTIAR MERAWAT KEWARASAN: SEIMBANG DUNIA & AKHIRAT



Disusun Oleh :

Ridho Frihastama*

- Edisi 11 Jumadil Awal 1446 H / 13 Desember 2024 M

Bismillâhi wal hamdulillâhi wash shalâtu was salâmu 'alâ rasûlillâh,

Keseimbangan dalam hidup adalah kunci untuk meraih kebahagiaan yang sejati. Dunia yang penuh dengan godaan dan tantangan sering kali membuat manusia terjebak dalam kesibukan yang berlebihan, baik dalam mengejar kesuksesan duniawi maupun terlarut dalam pencarian spiritual yang berlebihan. Padahal, Islam mengajarkan umatnya untuk menjaga keseimbangan antara kehidupan dunia dan akhirat. Tidak berlebihan dalam mengejar dunia, namun juga tidak melupakan tanggung jawab kita terhadap kehidupan akhirat. Inilah yang disebut sebagai ikhtiar merawat kewarasan seimbang dunia dan akhirat.

Kewarasan dalam kehidupan sangat penting bagi setiap individu. Secara fisik, kewarasan merujuk pada kondisi tubuh yang sehat, bebas dari penyakit dan cacat yang mengganggu aktivitas. Namun, kewarasan yang lebih penting lagi adalah kewarasan mental dan spiritual. Kewarasan mental berhubungan dengan kemampuan



seseorang untuk berpikir dengan jernih, mengelola emosi, serta membuat keputusan yang baik dan bijaksana. Sementara kewarasan spiritual berkaitan dengan hubungan seseorang dengan Tuhan, serta pemahaman tentang tujuan hidup yang lebih tinggi.

Dalam konteks kehidupan sehari-hari, kewarasan sangat dipengaruhi oleh keseimbangan antara kehidupan dunia dan akhirat. Seseorang yang hanya fokus pada dunia tanpa memperhatikan aspek spiritualnya cenderung terjebak dalam keserakahan, stres, dan keputusasaan. Sebaliknya, seseorang yang terlalu fokus pada akhirat tanpa memperhatikan kewajibannya di dunia bisa mengalami kesulitan dalam menjalani hidup, bahkan terkadang mengabaikan hak-hak dirinya atau orang lain.

Islam Mengajarkan Keseimbangan

Islam adalah agama yang sangat menekankan pentingnya keseimbangan dalam hidup. Dalam Al-Qur'an, Allah ﷻ berfirman dalam Al-Qur'an,

وَأْتِنِغ فِيمَا ءَاتَنكَ اَللهُ اَلدَّارَ اَلْءَاخِرَةَ ؕ وَلَا تَنَسَ نَصِيبَكَ مِّنَ اَلدُّنْيَا

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi.” (QS. Al-Qashash [28]: 77).

Ayat ini mengajarkan kita untuk tidak melupakan dunia dalam upaya kita meraih kebahagiaan akhirat. Kita harus berusaha sebaik mungkin dalam dunia untuk mempersiapkan kehidupan akhirat yang lebih baik. Dunia bukanlah tempat yang harus ditinggalkan



sepenuhnya, tetapi dunia adalah ladang bagi amal kita yang akan dipanen di akhirat. Sehingga kita harus mengelola keduanya dengan baik agar tidak ada yang terabaikan.

Merawat Kewarasan Duniawi

Kewarasan duniawi membutuhkan pengelolaan yang bijaksana terhadap waktu, energi, dan sumber daya yang ada. Dalam Islam, usaha untuk mencari nafkah dan memenuhi kebutuhan hidup adalah hal yang dianjurkan, asalkan dilakukan dengan cara yang halal dan tidak melupakan syariat agama. Pada firman Allah ﷻ surah Al-Qashash ayat 77, menggambarkan betapa pentingnya kita berikhtiar untuk meraih kehidupan yang baik di dunia, dengan mencari rizki yang halal, bekerja keras, dan tetap menjaga prinsip-prinsip moral yang diajarkan dalam Islam. Kewarasan duniawi ini dapat terjaga dengan menghindari sikap serakah, menyimpan harta dengan cara yang baik, serta tidak terjebak dalam keinginan dunia yang tiada habisnya.¹

Islam mengajarkan kita untuk bekerja dengan tekun dan penuh dedikasi, tetapi juga mengingatkan kita agar tidak terjebak dalam keserakahan dan cinta dunia yang berlebihan. Salah satu cara untuk menjaga keseimbangan duniawi adalah dengan berinfak dan

bersedekah. Harta yang kita miliki bukan hanya untuk kepentingan pribadi, tetapi juga untuk membantu sesama.

Merawat Kewarasan Akhirat

Merawat kewarasan akhirat tidak dapat dipisahkan dari kewarasan dunia. Seorang Muslim yang ingin meraih kebahagiaan di akhirat harus menjaga hubungan baik dengan Allah ﷻ, melakukan ibadah dengan tekun, dan berusaha menambah ilmu agama. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an dan Hadis, ibadah bukan hanya untuk menenangkan hati, tetapi juga untuk menjadi bekal kita di akhirat kelak.

Allah ﷻ berfirman dalam Al-Qur'an,

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمُوتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ

“Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertakwa.” (QS. Ali Imran [3]: 133)

Ayat ini menunjukkan bahwa untuk meraih kebahagiaan di akhirat, kita harus mempersiapkan diri dengan amal shalih. Ibadah seperti shalat, puasa, zakat, dan haji merupakan kewajiban yang tidak bisa ditinggalkan begitu saja. Namun, tidak hanya itu, sikap sabar, ikhlas, dan tawakal juga menjadi bagian dari kewarasan spiritual yang harus dijaga.



Selain itu, kita juga harus menjauhi sifat-sifat yang bisa merusak kewarasan akhirat, seperti riya, ujub (bangga diri), dan tidak ikhlas dalam beramal. Semua amal yang dilakukan semata-mata karena Allah ﷻ akan membawa manfaat di dunia dan akhirat.

Mencapai Keseimbangan: Ikhtiar dan Tawakal

Mencapai keseimbangan antara dunia dan akhirat membutuhkan ikhtiar yang sungguh-sungguh. Namun, ikhtiar ini tidak akan lengkap tanpa tawakal kepada Allah. Tawakal adalah sikap menyerahkan hasil akhir hanya kepada Allah setelah berusaha dengan maksimal.² Dengan tawakal, kita menyadari bahwa segala sesuatu yang kita capai di dunia dan akhirat adalah atas izin dan kehendak-Nya.

- Edisi 11 Jumadil Awal 1446 H / 13 Desember 2024 M

Dari Umar bin Al-Khatthab رضي الله عنه, dari Nabi ﷺ, beliau bersabda,

لَوْ أَنَّكُمْ تَوَكَّلْتُمْ عَلَى اللَّهِ حَقَّ تَوَكُّلِهِ لَرَزَقَكُمْ كَمَا يَرْزُقُ الطَّيْرَ ، تَغْدُو خِمَاصًا ، وَتَرُوحُ بِطَانًا.

“Seandainya kalian benar-benar bertawakal kepada Allah, sungguh Allah akan memberikan kalian rezeki sebagaimana burung mendapatkan rezeki. Burung tersebut pergi di waktu pagi dalam keadaan lapar dan kembali di waktu sore dalam keadaan kenyang.” (HR. Ahmad, 1:30; Tirmidzi, no. 2344; Ibnu Majah, no. 4164; dan Ibnu Hibban, no. 402).³

Tawakal bukan berarti kita tidak berusaha, tetapi meyakini bahwa segala yang kita usahakan adalah bagian dari takdir Allah, dan kita pasrahkan segala urusan kepada-Nya.

Merawat kewarasan dunia dan akhirat adalah tanggung jawab setiap Muslim. Dalam kehidupan yang serba cepat ini, kita sering kali terjebak dalam godaan duniawi atau bahkan terlalu terpaku pada urusan akhirat. Padahal, Islam mengajarkan kita untuk menjaga keseimbangan antara keduanya. Dengan bekerja keras di dunia, menjalani ibadah dengan penuh keikhlasan, serta bertawakal kepada Allah, kita dapat meraih kebahagiaan dunia dan akhirat. Semoga kita senantiasa diberi kekuatan untuk menjaga kewarasan dalam setiap aspek kehidupan kita. *Aamiin.*



Maraji’:

* Alumni Pendidikan Agama Islam FIAI UII Th 2015

¹ Muhammad Abduh Tuasikal. “*Jangan Lupakan Nasib Kalian di Dunia*”

<https://rumaysho.com/3335-jangan-lupakan-nasib-kalian-di-dunia.html>. Diakses pada 3 Desember 2024.

² Zulfian. “*Mengenal Konsep Tawakal Ibnu ‘Athailah Al-Sakandari*” dalam jurnal *Pemikiran Islam*, Vol.1, No.1, Tahun 2021. H 74-88.

³ HR. Ahmad, 1:30; Tirmidzi, no. 2344; Ibnu Majah, no. 4164; dan Ibnu Hibban, no. 402. Tirmidzi mengatakan bahwa hadits ini hasan sahih. Syaikh Syu’aib Al-Arnauth mengatakan bahwa sanad hadits ini kuat dan perawinya tsiqqah, terpercaya, termasuk perawi shahihain, selain ‘Abdullah bin Hubairah yang merupakan perawi Imam Muslim.



Mutiara Hikmah

Rasulullah ﷺ bersabda,

اتَّقُوا الظُّلْمَ. فَإِنَّ الظُّلْمَ ظُلُمَاتٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

“Jauhilah kezaliman karena kezaliman adalah kegelapan pada hari kiamat.” (HR. Bukhari, no. 2447, Muslim, no. 2578).

