

Buletin

al-Rasikh

MEDIA DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

No. 880 Tahun XV/9

Edisi 25 Jumadil Akhir 1446 H / 27 Desember 2024 M

MENUTUP AKHIR TAHUN DENGAN PENUH CINTA : PERJALANAN MENEMUKAN KEBAHAGIAAN



Disusun Oleh :

Nizar Sadat*

- Edisi 25 Jumadil Awal 1446 H / 27 Desember 2024 M

Bismillâhi wal hamdulillâhi wash shalâtu was salâmu 'alâ rasûlillâh,

Sahabat pembaca yang semoga dalam lindungan Allah ﷻ. Disebutkan dalam riwayat dari Habib bin 'Ubaid, dari Miqdam ibnu Ma'dy Kariba –dan Habib menjumpai Miqdam ibnu Ma'di Kariba-, ia berkata, Nabi ﷺ bersabda,

إِذَا أَحَبَّ أَحَدُكُمْ أَخَاهُ فَلْيُعَلِّمَهُ أَنَّهُ أَحَبُّهُ

“Jika salah seorang di antara kalian mencintai saudaranya hendaklah dia memberitahu saudaranya itu bahwa dia mencintainya.” (HR. Bukhari, Adabul Mufrod no. 421/542).¹

Saat ini, momentum akhir tahun adalah saat yang tepat untuk mengevaluasi kebahagiaan dan cinta dalam hidup. Manusia bukan seperti hari, pekan, bulan maupun tahun yang terus berubah dan akan terus berubah untuk dapat dicintai. Melainkan cukup menjadi diri sendiri dengan segala kebaikan yang ada dalam dirinya.

Lantas bagaimana untuk menutup akhir tahun dengan penuh cinta?

Cinta bukan hanya tentang pasangan, antara laki-laki dan Perempuan. Erich Fromm Ahli Psikologi dan Filsafat dalam bukunya *“The Art of Loving”*, mengatakan bahwa cinta bukan hanya sekedar emosi atau perasaan spontan, tetapi sebuah keterampilan yang harus dipelajari dan dilatih.² Maka dari itu, melewati momen satu tahun kebelakang adalah bagian yang penting, dengan begitu kita dapat mensyukuri dan tidak menyesali momen-momen yang sudah berlalu satu tahun belakang.



Banyak pelajaran yang bisa diambil dari satu tahun kebelakang, pelajaran yang sudah berlalu dihiasi dengan penuh suka dan duka. Terkadang kebahagiaan tidak selalu ditemukan setelah melewati hal yang besar, akan tetapi melalui hal-hal yang kecil kebahagiaan akan muncul jika manusia senantiasa bersyukur. Maka

- Edisi 25 Jumadil Awal 1446 H / 27 Desember 2024 M

dari itu, ada beberapa hal yang perlu dilakukan untuk menutup akhir tahun dengan cinta dan menemukan kebahagiaan sehingga dapat menjalani tahun yang akan datang dengan penuh cinta dan bahagia.

Mensyukuri Pencapaian dan Pelajaran yang Didapat



Menutup tahun dengan bersyukur dan bahagia sudah seharusnya dilakukan oleh manusia, karena kebahagiaan terkadang datang dari hal yang kecil bahkan luput dari pandangan manusia. Allah ﷻ berfirman,

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

“(Ingatlah ketika tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya azab-Ku benar-benar sangat keras.” (Q.S. Ibrahim [14]:7).³

Mulailah dari mensyukuri pencapaian yang kecil. Dari An Nu'man bin Basyir, Nabi ﷺ bersabda,

مَنْ لَمْ يَشْكُرِ الْقَلِيلَ لَمْ يَشْكُرِ الْكَثِيرَ

“Barang siapa yang tidak mensyukuri yang sedikit, maka ia tidak akan mampu mensyukuri sesuatu yang banyak.” (HR. Ahmad, 4/278)⁴. Hadits ini benar sekali. Bagaimana mungkin seseorang dapat mensyukuri rizki yang banyak, rezeki yang sedikit dan tetap terus Allah beri sulit untuk disyukuri? Bagaimana mau disyukuri? Sadar akan nikmat tersebut saja mungkin tidak terbetik dalam hati.⁵

Jadilah Manusia Pemaaf

Dari Abu Hurairah رضي الله عنه bahwa Rasulullah ﷺ bersabda,

وَمَا رَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ، إِلَّا عِزًّا، وَمَا تَوَاضَعَ أَحَدٌ لِلَّهِ إِلَّا رَفَعَهُ اللَّهُ

- Edisi 25 Jumadil Awal 1446 H / 27 Desember 2024 M

“Dan tidaklah Allah menambah bagi seorang hamba dengan pemberian maafnya (kepada saudaranya) kecuali kemuliaan (di dunia dan akhirat), serta tidaklah seseorang merendahkan diri karena Allah kecuali Dia akan meninggikan (derajat)nya (di dunia dan akhirat)”. (HR Muslim no. 2588)

Setiap manusia di dunia ini pasti pernah merasakan sakit hati atau terluka, baik melalui perbuatan maupun perkataan dari orang lain. Perasaan sakit hati itu adalah yang meninggalkan beban emosional, seperti mudah marah, dendam, rasa bersalah, dan kesedihan. Jika dibiarkan terus menerus maka hal ini akan menghalangi manusia akan bersyukur, merasakan cinta, dan kebahagiaan. Maka dari itu, hadits diatas sudah memberikan pelajaran bahwa dengan menjadi manusia yang pemaaf maka hadiahnya adalah kemuliaan baik di dunia maupun di akhirat.

Berbagi Cinta kepada Orang lain

Cara paling sederhana membawa kebahagiaan dalam hidup adalah dengan berbagi cinta kepada orang lain, berbagi cinta dalam hal ini bukan tentang hubungan romantis, akan tetapi tentang kasih sayang, hubungan baik dengan orang lain, dan berbagi kebaikan kepada orang lain.



Dari Abu Hamzah Anas bin Malik رضي الله عنه, pembantu Rasulullah ﷺ, dari Nabi ﷺ bersabda,

لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ

“Salah seorang di antara kalian tidaklah beriman (dengan iman sempurna) sampai ia mencintai saudaranya sebagaimana ia mencintai dirinya sendiri.” (HR. Bukhari, no. 13 dan Muslim, no. 45).⁶

Berbagi cinta kepada orang lain memiliki dua manfaat, yaitu membuat diri sendiri bahagia dan membuat orang lain bahagia juga. Selain menjadi orang yang beriman seperti sabda Nabi Muhammad ﷺ

dalam hadits di atas, berbagi cinta juga dapat meningkatkan kebahagiaan, membentuk hubungan yang lebih baik, mengurangi stress, dan menjadi sumber inspirasi untuk orang lain.



Menetapkan Niat dan Harapan Baru

Kegagalan bukanlah akhir dari segalanya dan setiap awal yang baru selalu memberikan kesempatan untuk bisa merefleksikan masa lalu dan merancang yang akan datang. Menetapkan niat dan harapan untuk tahun baru yang akan datang bukan tentang resolusi saja tetapi tentang niat bagaimana manusia bisa menyelaraskan diri dengan tujuan kedepan.

Dari Amirul Mukminin, Abu Hafsh ‘Umar bin Al-Khattab رضي الله عنه, ia berkata bahwa ia mendengar Rasulullah ﷺ bersabda,

إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَىٰ

“Sesungguhnya setiap amalan tergantung pada niatnya. Setiap orang akan mendapatkan apa yang ia niatkan.” (HR. Bukhari, no. 1 dan Muslim, no. 1907) ⁷.

Sesuai dengan hadits diatas, maka dengan niat yang jelas dan harapan yang kuat maka akan tercipta hidup yang lebih bermakna dan lebih bahagia. Menetapkan niat dan harapan baru adalah cara untuk menciptakan kehidupan yang lebih bermakna yang dilengkapi dengan cinta dan kebahagiaan.

Menutup akhir tahun ini dengan penuh cinta dan harapan baru di tahun yang akan untuk menemukan kebahagiaan berarti dapat mensyukuri pelajaran dan capaian yang sudah didapat, mampu menjadi manusia yang pemaaf, berbagi cinta kepada manusia lain, dan menetapkan niat dan harapan baru. Cinta yang sejati dimulai dari diri

- Edisi 25 Jumadil Awal 1446 H / 27 Desember 2024 M

sendiri dan kebahagiaan harus ada untuk menemani setiap langkah yang akan berlalu. *Wa Allâhu a'lam.*

Maraji' :

* Mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam UII angkatan 2021.

¹ HR. Bukhari, dalam Adabul Mufrod no. 421/542, *shahih* kata Syaikh Al Albani. Disebutkan dalam Muhammad Abduh Tuasikal. "Aku Mencintaimu Karena Allah" <https://rumaysho.com/6319-aku-mencintaimu-karena-allah.html>. Diakses pada 3 Desember 2024.

² Berliana Intan Maharani. "Kisah Abu Qilabah, Sahabat Nabi yang Selalu Bersyukur dan Sabar" <https://www.detik.com/hikmah/kisah/d-6689231/kisah-abu-qilabah-sahabat-nabi-yang-selalu-bersyukur-dan-sabar/>. Diakses pada 26 April 2023.

³ Fromm E. *The Art Of Loving*. Gramedia Pustaka. 2020.

⁴ Syaikh Al Albani mengatakan bahwa hadits ini *hasan* sebagaimana dalam As Silsilah Ash Shohihah no. 667.

⁵ Muhammad Abduh Tuasikal. "Bersyukur Dengan yang Sedikit" <https://rumaysho.com/1975-bersyukur-dengan-yang-sedikit.html>. Diakses pada 3 Desember 2024.

⁶ Adiba A Soebachman. *Pesan-Pesan Cinta Jalaludin Rumi*. Araska; 2024.

⁷ Iman Al Bukhari dalam Shahih-nya, *kitab Al Iman, Bab Min Al Iman An Yuhibba Liakhihi Ma Yuhibbu Linafsihi*, no. 13. Imam Muslim dalam Shahih-nya, *kitab Al Iman, Bab Al Dalil 'Ala Ana Min Khishal Al Iman An Yuhibba Liakhihi Al Muslim Ma Yuhibbu Linafsihi Min Al Khair*, no. 45.

Mutiara Hikmah

Rasulullah ﷺ bersabda, Allah ﷻ berfirman,

أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي

Aku sesuai dengan persangkaan hamba pada-Ku"

(Muttafaqun 'alaih)