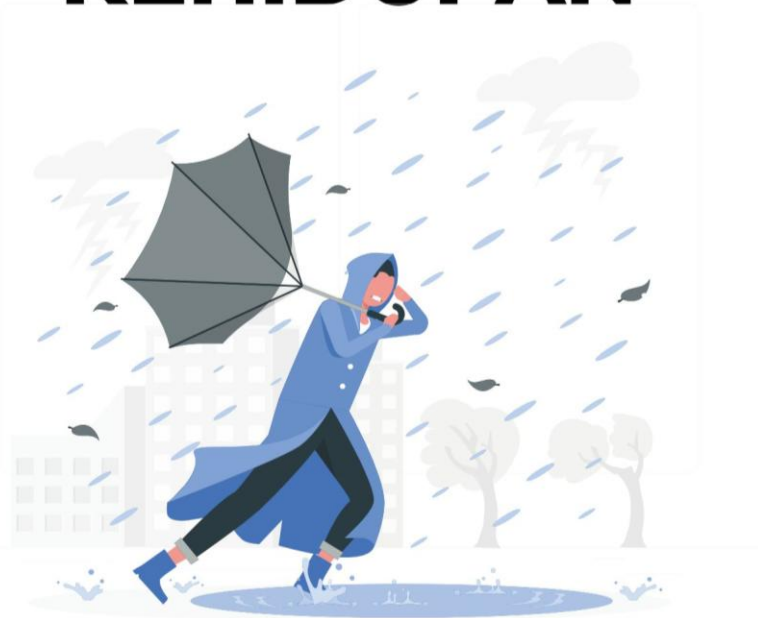


MENGASAH KESABARAN DI TENGAH UJIAN KEHIDUPAN



Disusun Oleh :

Raden Miftakhurozak Budi Nugraha*

- Edisi 7 Ramadhan 1446 H / 7 Maret 2025 M

Bismillâhi wal hamdulillâhi wash shalâtu was salâmu 'alâ rasûlillâh,

Pembaca Al-Rasikh yang berbahagia, seperti yang kita ketahui, bahwa dinamika dan problematika kehidupan sudah pasti dialami oleh setiap makhluk hidup, terlebih lagi kita sebagai manusia. Allâh ﷻ pasti akan menguji setiap hamba-Nya dengan berbagai problematika.

Allâh ﷻ berfirman,

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ

“Apakah kalian mengira bahwa kalian akan masuk ke dalam surga, padahal belum datang kepada kalian (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kalian?” (QS. Al-Baqarah [2]: 214).

Ujian dari Allâh ﷻ berlaku untuk setiap hamba-Nya yang dapat berupa rasa takut, rasa lapar, kekurangan harta, berkurangnya jiwa, dan kekurangan buah-buahan¹. Keimanan, ketakwaan, dan kesabaran yang kokoh sangat dibutuhkan untuk menghadapi ujian yang selalu menerpa kita. Oleh karena itu, sebagai hamba yang beriman, kita harus selalu baik sangka kepada Allâh ﷻ dalam kondisi apapun. Kita juga harus yakin bahwa setiap ujian yang datang pasti ada solusi dan memiliki hikmah yang bisa dipetik².



Sebagai hamba Allâh ﷻ, kita telah diberikan solusi dalam menghadapi berbagai ujian yang datang. Salah satu modal utama yang harus dimiliki oleh orang mukmin adalah rasa sabar dan syukur. Sabar berasal dari kata *“al-shabru,”* yang artinya adalah kemampuan untuk mengendalikan diri dari godaan dan nikmat, baik yang menyedihkan maupun yang menyenangkan. Terkadang kita salah memersepsikan antara sabar dengan pasrah, padahal dua kata tersebut memiliki definisi yang berbeda. Sabar melibatkan usaha aktif dan rasa tawakkal kepada Allâh ﷻ setelah berusaha dengan maksimal, sedangkan pasrah diartikan sebagai sikap menyerahkan semua urusan kepada Allâh ﷻ tanpa melalui usaha maksimal.

- Edisi 7 Ramadhan 1446 H / 7 Maret 2025 M

Perasaan sabar dimiliki oleh setiap orang, namun kapasitas kesabaran setiap orang berbeda-beda. Oleh karena itu, salah satu tujuan Allâh ﷻ memberikan ujian kepada kita adalah untuk menguji kesabaran dan rasa syukur kita. Semakin tinggi tingkat kesabaran, maka semakin tinggi pula tingkat ujian yang diberikan. Sabar memiliki tiga tingkatan, yaitu sabar dalam menerima musibah, sabar dalam menjalankan perintah Allâh ﷻ, dan sabar dalam menjauhi kemaksiatan³. Islam mengajarkan bahwa sabar adalah salah satu sifat yang sangat dianjurkan.

Dalam Al-Qur'an, Allâh ﷻ berfirman,

وَأَصْبِرُوا ۖ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Dan bersabarlah, sesungguhnya Allâh ﷻ beserta orang-orang yang sabar.” (QS. Al-Anfal [8]: 46)⁴.



Bentuk Cinta Terhadap Hamba

Jika seorang mukmin bisa bersabar atas ujian yang diberikan, ia akan berpeluang mendapatkan balasan pahala yang besar. Allâh ﷻ berjanji akan memberi ganjaran yang tak terhingga bagi orang yang bersabar. Selain itu, kita harus yakin bahwa ujian yang datang merupakan bentuk cinta Allâh ﷻ kepada kita.

Diriwayatkan dari Anas ibn Malik رضي الله عنه dari Rasûlullâh ﷺ bersabda,

إِنَّ عِظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلَاءِ وَإِنَّ اللَّهَ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السُّخْطُ

“Sesungguhnya besarnya pahala itu sesuai dengan besarnya cobaan. Dan sesungguhnya apabila Allah mencintai sebuah kaum niscaya Allah akan memberikan cobaan kepada mereka. Maka barangsiapa yang ridha (dengan ketetapan Allah –pent), maka Allah akan ridha kepadanya. Dan barangsiapa yang tidak ridha, maka Allahpun tidak

- Edisi 7 Ramadhan 1446 H / 7 Maret 2025 M

akan ridha kepadanya.” (HR. At-Turmudzi, no. 2320 dan Ibnu Majah, no. 4021 dengan sanad yang hasan).⁵

Jika seseorang telah dicintai Allâh ﷻ, ia akan merasa tenang, damai, segala kebutuhannya akan terpenuhi, mendapatkan pertolongan-Nya saat di akhirat, dan semua permohonan baiknya akan dikabulkan.

Sebagai Pengingat Kehidupan Akhirat

Allâh ﷻ berfirman,

أَلَدَىٰ خَلْقِ الْمَوْتِ وَالْحَيَاةِ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا

“Yang menciptakan mati dan hidup untuk menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya.” (QS. Al-Mulk [67]: 2).

Meyakini bahwa ujian yang datang merupakan salah satu bentuk pengingat bagi kita bahwa dunia itu hanya sementara, dan akhirat adalah kehidupan abadi. Cobaan dalam hidup merupakan bagian dari takdir Allâh ﷻ. Setiap cobaan pasti membawa hikmah yang berharga untuk meningkatkan keimanan dan mendekatkan diri kepada Allâh ﷻ, serta membersihkan jiwa kita dari dosa-dosa. Oleh karena itu, sebagai seorang mukmin, kita senantiasa harus selalu bersyukur dan bersabar dalam setiap ujian hidup.

Sarana Menghapus Dosa dan Membersihkan Jiwa

Ujian dan cobaan yang Allâh ﷻ berikan bisa dalam bentuk apapun, misalnya ujian dalam bentuk musibah yang tentunya tidak kita inginkan. Segala bentuk musibah yang kita alami dapat menjadi sarana untuk menghapus dosa-dosa dan membersihkan jiwa bagi kita yang mau bersabar. Ketika kita menghadapi musibah, kuncinya adalah sabar. Dengan sabar, kita bisa membuat hati lebih tenang, menerima takdir dengan lapang dada, dan mengajarkan kita untuk tetap teguh serta tidak berputus asa dari pertolongan Allâh ﷻ.



- Edisi 7 Ramadhan 1446 H / 7 Maret 2025 M

Allâh ﷻ berfirman,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Wahai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan salat sebagai penolongmu. Sesungguhnya Allâh ﷻ bersama orang-orang yang sabar.” (QS. Al-Baqarah [2]: 153).⁶



Musibah yang menimpa kita sering kali membuat kita merenung dan melakukan introspeksi diri. Kita menjadi lebih sering melakukan muhasabah, tadabbur diri, berdzikir kepada Allâh ﷻ, dan taqarrub (pendekatan diri kepada Allâh ﷻ). Kita melakukan evaluasi terhadap diri sendiri, lalu mengubah perilaku yang dahulu menjadi pribadi yang lebih baik. Begitulah cara Allâh ﷻ untuk menghapus dosa dan membersihkan jiwa kita melalui ujian dan cobaan yang menimpa kita.

Marilah kita melatih kesabaran yang kita miliki sembari bertawakkal dan meminta tolong kepada Allâh ﷻ. Setiap ujian yang datang pasti ada solusi yang telah disediakan oleh Allâh ﷻ. Kita hanya perlu bersabar dan berikhtiar untuk mendapatkan solusi tersebut. Jika belum mendapatkan solusinya, minimal kita bisa mendapatkan ketenangan.

Maraji' :

* Tenaga Kependidikan di Direktorat Layanan Akademik Universitas Islam Indonesia

¹ Ahmad. "Lima Macam Ujian dan Bala' Manusia". <https://hidayatullah.com/kajian/oase-iman/2022/06/17/231845/lima-macam-ujian-dan-bala-manusia.html>. Diakses 16 Februari 2025.

² Syamsul Arifin. "Khutbah Jumat: Hakikat Cobaan atau Ujian di Dunia".

<https://jombang.nu.or.id/khutbah/khutbah-jumat-hakikat-cobaan-atau-ujian-di-dunia-EMapm>. Diakses 17 Februari 2025.

³ Mahbib Khoiron. "3 Tingkatan Sabar dalam Pandangan Syekh Ibnu Abid Dunya".

<https://nu.or.id/tasawuf-akhlak/3-tingkatan-sabar-dalam-pandangan-syekh-ibnu-abid-dunya-w8kpZ>. Diakses 18 Februari 2025

⁴ Arif Muhammad Nurwijaya, S.Pd. "Kesabaran yang Terbatas?". <https://muslim.or.id/81860-kesabaran-yang-terbatas.html>. Diakses 20 Februari 2025.

⁵ Ustadz Mahful Safarudin, Lc. "Cobaan dan Ujian adalah Bukti Cinta – Seri 40 Hadits Tentang Musibah dan Cobaan (4/40)". <https://pesantrenalirsyad.org/cobaan-dan-ujian-adalah-bukti-cinta-seri-40-hadits-tentang-musibah-dan-cobaan-4-40/>. Diakses 20 Februari 2025.

⁶ dr. Adika Mianoki. Sp.S. "Jadikanlah Sabar dan Shalat Sebagai Penolongmu".

<https://muslim.or.id/60368-jadikanlah-sabar-dan-shalat-sebagai-penolongmu.html>. Diakses 20 Februari 2025.

Mutiara Hikmah

Allah ﷻ berfirman,

أَمْ يَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ هُوَ يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ

"Tidaklah mereka mengetahui, bahwasanya Allah menerima taubat dari hamba-hamba-Nya?"

(Al Baqarah[9] : 104)