

Buletin

al-Rasikh

MEDIA DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

No. 684 Tahun XIII/6

Edisi 19 Dzulhijjah 1447 H / 5 Juni 2026 M

TANDA-TANDA DITERIMANYA TAUBAT



Disusun Oleh :

Ali Muthahari*

- Edisi 19 Dzulhijjah 1447 H / 5 Juni 2026 M

Bismillâhi wal hamdulillâhi wash shalâtu was salâmu 'alâ rasûlillâh,

Pernahkah kita merasa sudah bertaubat dengan sungguh-sungguh, tetapi di dalam hati masih muncul pertanyaan kecil yang terus mengganggu, apakah Allah benar-benar sudah menerima taubat kita? Perasaan seperti ini sering datang justru ketika kita mulai berubah menjadi lebih baik. Kita mulai menjaga salat, lebih hati-hati dalam bersikap, dan mencoba menjauhi hal-hal yang dulu sering dilakukan. Namun, di balik perubahan itu, tetap ada kegelisahan yang membuat kita ragu terhadap diri sendiri.

Jika durenungkan lebih dalam, kegelisahan ini sebenarnya bukan sesuatu yang buruk. Ia muncul karena hati masih hidup dan masih punya rasa takut kehilangan rahmat Allah. Di saat yang sama, ada juga kerinduan untuk benar-benar kembali dan diterima sepenuhnya oleh-Nya. Karena itu, memahami bagaimana sebenarnya taubat bekerja dan bagaimana tanda-tandanya menjadi penting, supaya kita tidak hanya berhenti pada penyesalan, tetapi juga punya keyakinan dalam perjalanan memperbaiki diri.



Hakikat Taubat dalam Islam

Untuk sampai pada pemahaman yang lebih tenang, kita perlu mulai dari dasar terlebih dahulu. Taubat secara sederhana berarti kembali. Maksudnya adalah kembali dari jalan yang salah menuju jalan yang diridhai Allah ﷻ.¹ Namun, makna ini tidak berhenti pada sekadar kata. Taubat adalah proses yang terjadi di dalam hati, yaitu sebuah perubahan arah hidup yang pelan-pelan membentuk cara kita berpikir dan bertindak.

Karena itu, taubat bukan hanya soal merasa bersalah lalu selesai. Ia adalah langkah yang terus berjalan, membersihkan hati dari kebiasaan buruk, dan menggantinya dengan kesadaran baru. Allah ﷻ sendiri memberikan harapan yang sangat besar bagi hamba-Nya yang ingin kembali. Dalam Al-Qur'an disebutkan bahwa Allah ﷻ menerima

taubat dan memaafkan kesalahan.² Bahkan bagi mereka yang merasa dosanya sudah terlalu banyak, Allah ﷻ tetap mengingatkan agar tidak putus asa dari rahmat-Nya.³



Syarat-Syarat Taubat yang Benar Menurut Ulama

Setelah memahami maknanya, langkah berikutnya adalah melihat bagaimana taubat yang benar itu dilakukan. Para ulama menjelaskan bahwa taubat tidak cukup hanya dengan ucapan, tetapi harus disertai dengan beberapa hal yang saling berkaitan, yaitu:

1. Ikhlas karena Allâh ﷻ, bukan karena manusia.
2. Menyesali serta merasa sedih atas dosa yang pernah dilakukan.
3. Berhenti dari dosa dan meninggalkannya sepenuhnya, bukan sekadar dikurangi atau ditunda.
4. Bertekad kuat untuk tidak mengulangi di masa depan.
5. Dilakukan pada waktu masih diterimanya taubat, serta jika berkaitan dengan hak orang lain, harus diselesaikan atau dikembalikan.⁴

Tanda-Tanda Diterimanya Taubat

Lalu muncul pertanyaan yang sering dirasakan: bagaimana kita tahu bahwa taubat kita diterima? Pertanyaan ini sangat wajar, bahkan menunjukkan adanya perhatian dan kesungguhan hati dalam memperbaiki diri. Sebab, tidak ada seorang pun yang bisa memastikan secara langsung apakah taubatnya telah diterima, karena itu adalah perkara ghaib yang hanya diketahui oleh Allâh ﷻ.

Namun para ulama menjelaskan bahwa tanda-tandanya bisa dilihat dari perubahan yang terjadi dalam diri kita. Berikut beberapa tanda diterimanya taubat:

1. Berubahnya perasaan terhadap dosa. Dulu terasa biasa atau bahkan menikmati kesalahan yang dilakukan, kini hati merasa

- Edisi 19 Dzulhijjah 1447 H / 5 Juni 2026 M

sempit dan tidak nyaman ketika mendekatinya, bahkan sekadar melihat atau mendengar sudah mengganggu hati.

2. Munculnya kepekaan hati. Hati menjadi lebih peka terhadap maksiat dan lebih mudah tersentuh oleh kebaikan, sebagai tanda hidupnya iman. Perubahan ini biasanya terjadi secara alami, bukan karena dipaksa.⁵
3. Lebih ringan dalam beribadah. Ibadah terasa lebih ringan untuk melakukan kebaikan;⁶ shalat lebih terjaga, membaca Al-Qur'an lebih dekat, serta amal kebaikan dilakukan tanpa terasa berat.
4. Konsistensi dalam kebaikan. Perubahan mungkin tidak langsung besar, tetapi berjalan perlahan dan terus-menerus (istiqamah). Dari konsistensi inilah terlihat bahwa hati sedang bergerak ke arah yang benar.
5. Perubahan lingkungan dan pergaulan.⁷ Mulai nyaman bersama orang-orang saleh dan lingkungan yang baik, serta merasa tidak betah di lingkungan yang menjauhkan dari ketaatan.
6. Kecenderungan hati kepada kebaikan.⁸ Ada dorongan alami untuk menjauhi sebab-sebab dosa dan mendekati hal-hal yang membawa kepada ketaatan. Tanpa disadari, hati seperti diarahkan untuk menjauh dari hal-hal yang dapat mengembalikan kepada kesalahan yang lama.

Penutup

Pada akhirnya, pertanyaan tentang apakah taubat kita sudah diterima tidak selalu harus dijawab dengan kepastian yang mutlak. Yang lebih penting adalah melihat ke dalam diri kita sendiri dan memperhatikan perubahan yang sedang terjadi. Ketika dosa mulai terasa berat, ketika kebaikan mulai terasa ringan, dan ketika hati semakin dekat dengan Allah, itu semua adalah tanda yang patut disyukuri. Namun, jika kita masih merasa belum sepenuhnya berubah, hal itu tidak berarti



- Edisi 19 Dzulhijjah 1447 H / 5 Juni 2026 M

bahwa taubat kita gagal. Bisa jadi kita masih berada dalam proses yang membutuhkan waktu dan kesabaran. Yang terpenting adalah tetap melangkah dan tidak kembali ke arah yang sama.



Taubat pada hakikatnya bukan sekadar kembali, tetapi juga menjaga diri agar tetap berada di jalan yang benar setelah kembali. Selama kita terus memohon ampunan kepada Allâh, pintu ampunan dan rahmat-Nya akan senantiasa terbuka.

Allâh ﷻ berfirman:

وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا

“Dan barangsiapa yang mengerjakan kejahatan dan menganiaya dirinya, kemudian ia mohon ampun kepada Allâh, niscaya ia mendapati Allâh Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.” (QS An-Nisa [4]: 110). *Wa Allâhu a’la*

Maraji' :

* Mahasiwa Prodi Pendidikan Agama Islam FIAI dan PP UII

¹ 'Abd al-Karīm ibn Hawāzin al-Qushayrī, *al-Risālah al-Qushayriyyah*, taḥqīq 'Abd al-Ḥalīm Maḥmūd dan Maḥmūd ibn al-Sharīf (Kairo: Dār al-Ma'ārif, tanpa tahun), juz 1, hlm. 207.

² Al-Qur'an, QS. Asy-Syūrā [42]: 25.

³ Al-Qur'an, QS. Az-Zumar [39]: 53.

⁴ Muḥammad ibn Šālih ibn Muḥammad al-'Utsaimīn. *Syarḥ Riyāḍ al-Šāliḥīn*. Riyadh: Dār al-Waṭan li al-Nasyr. 1426 H. Juz 1. h. 85.

⁵ Aḥmad ibn Sulaymān Ayyūb dkk. *Mawsū'ah Maḥāsīn al-Islām wa Radd Syubuhāt al-Li'ām*. Riyadh: Dār 'Ilāf al-Duwalīyyah li al-Nasyr wa al-Tawzī'. 1436 H/2015 M. Juz 2. h. 212.

⁶ Abū Ḥāmid Muḥammad ibn Muḥammad al-Ghazālī. *Minḥāj al-Ābidīn ilā Jannat Rabb al-Ālamīn*. Beirut: Mu'assasah al-Risālah. 1989. h. 71.

⁷ Al-Sayyid Kāzīm al-Ḥusaynī al-Ḥā'irī. *Tazkiyat al-Nafs min Manzūr al-Tsaqalayn* (7). Al-Tawbah wa al-Inābah (3). <https://www.alhaeri.org/pages/lib.php>. Diakses pada 17 April 2026.

⁸ Ibid.

Mutiara Hikmah

Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda:

مَنْ تَوَضَّأَ فَأَحْسَنَ وُضُوءَهُ ثُمَّ قَامَ فَصَلَّى رَكَعَتَيْنِ أَوْ أَرْبَعًا شَكَ أَحَدَ الرُّوَاةِ (يُحْسِنُ فِيهِمَا الذِّكْرَ وَالْحُشُوعَ
ثُمَّ اسْتَعْفَرَ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ ، عَفَرَ لَهُ ،

“Barangsiapa berwudu dengan baik kemudian mengerjakan salat dua rakaat atau empat rakaat (perawi hadis ragu terhadap redaksi – komentar ini bukan bagian lafaz hadis) dengan memperbagus zikir dan khusyu, kemudian meminta ampunan kepada Allah, maka Allah akan mengampuninya.” (HR. Ahmad no. 26998)