

**TABIAT BURUK MANUSIA DALAM SURAT AL-MA'ARIJ
(Studi Analisis Tafsir Al-Munir Perspektif Wahbah az-Zuhaili)**

Faiqotun Najah

Prodi IAT Fakultas ushuluddin Institut Agama Islam Bani Fattah Jombang

Faiqotunnajah99@gmail.com

Abstract

Complaints are a form of expression of a person's dissatisfaction and discomfort, namely a manifestation of feelings when the heart feels that it is not willing to accept the fate that has happened, because hopes and reality are not in harmony. In the current era full of progress, social media makes it easy for people to complain and be stingy because they are often exposed to the phenomenon of social comparison, namely a phenomenon where people compare themselves with other people, which influences how they evaluate themselves, which in turn makes people often complain about their situation. This research uses a descriptive-analytical method with a qualitative research model and library research type. By using the *tahlili* method in analyzing the verses used, namely Q.S. Al-Ma'arij. In this research, the primary sources used are tafsir books from the classical to the modern era. The results of this research show that one of the bad habits of humans is that they like to complain. These complaints are the result of sad emotions that overflow due to a person's inability to contain them because there is no faith in their heart. Other factors that influence people to often complain and be stingy are not wanting to accept reality, not being able to get what they want, having a narrow perspective, being far from Allah and being negligent in praying. Things that can prevent humans from the habit of complaining and stinginess are by doing the things recommended in Surah Al-Ma'arij verses 22-35, namely praying at all times, paying zakat and giving alms, believing in the day of judgment, being afraid to the punishment of Allah SWT, maintaining honor, guarding the trust entrusted to him, giving testimony honestly and fairly and maintaining prayers well.

Abstrak

Keluh kesah ialah bentuk ekspresi rasa tidak puas dan tidak nyaman seseorang, yakni manifestasi perasaan ketika hati merasa tidak ikhlas menerima takdir yang terjadi, karena harapan dan kenyataan tidak selaras. Di era sekarang yang penuh kemajuan, media sosial menjadikan manusia gampang untuk mengeluh dan kikir karena sering terkena fenomena *social comparison* yakni fenomena dimana manusia membandingkan dirinya dengan orang lain sampai mempengaruhi bagaimana dia menilai dirinya yang nantinya menjadikan manusia sering mengeluhkan keadaannya. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif-analitis dengan model penelitian kualitatif dan jenis penelitian kepustakaan (library research). Dengan menggunakan metode *tahlili* dalam menganalisis ayat yang digunakan yakni Q.S. Al-Ma'arij. Dalam penelitian ini sumber primer yang digunakan adalah kitab-

kitab tafsir dari era klasik hingga modern. Hasil penelitian ini menunjukkan salah satu tabiat buruk manusia adalah suka berkeluh kesah, keluh kesah tersebut merupakan hasil dari emosi sedih yang meluap karena ketidakmampuan seseorang untuk menahannya sebab tidak ada keimanan dalam hatinya. Faktor lain yang mempengaruhi manusia sering mengeluh dan kikir adalah tidak mau menerima kenyataan, tidak mampu mendapatkan sesuatu yang diinginkan, mempunyai sudut pandang yang sempit, jauh dari Allah dan lalai dalam melakukan shalat. Hal-hal yang dapat menghindarkan manusia dari tabiat keluh kesah dan kikir adalah dengan melakukan hal yang dianjurkan dalam surat Al-Ma'arij ayat 22-35 yakni mengerjakan shalat pada setiap waktu, menunaikan zakat dan mengeluarkan sedekah, beriman kepada adanya hari pembalasan, takut kepada azab Allah swt, memelihara kehormatan, menjaga amanat yang dipercayakan kepadanya, memberikan kesaksian dengan jujur dan adil dan memelihara shalat dengan baik.

Kata kunci : Tabiat, Buruk, Manusia

PENDAHULUAN

Di era yang canggih ini, pesatnya kemajuan teknologi membawa manfaat besar bagi kemajuan manusia, itu semua dibuat agar memudahkan hidup manusia dalam segala aspek. Kemajuan tersebut sangatlah memberikan banyak kemudahan bagi manusia.¹ Bersamaan pesatnya perkembangan dunia teknologi dan jauhnya manusia dari pengetahuan syariat-syariat agama Islam muncullah banyak problem, baik problem pribadi, sosial, ekonomi dan problem yang lain.²

Media sosial menawarkan banyak keunggulan yang memudahkan, seperti mempermudah mengakses info dan berkomunikasi, namun menurut suatu penelitian menunjukkan bahwa media sosial juga membawa dampak negatif yakni menimbulkan problema psikologis yang berupa sering berkeluh kesah sebab rasa ketidakpuasan fisik³ dikarenakan dalam bermedia sosial manusia sering kali terkena fenomena *social comparison*, dimana manusia membandingkan dirinya dengan orang lain sampai mempengaruhi bagaimana dia menilai dirinya. Kecenderungan membandingkan tersebut memberi dampak sering merasa iri dan kurang dengan apa yang dimilikinya yang selanjutnya membentuk pribadi yang gemar berkeluh kesah⁴

¹<https://bpsdmd.ntbprov.go.id/wp-content/uploads/2018/05/Teknologi-dan-aktivitas-dalam-kehidupan-manusia.pdf>

² Safwan Amin, *Pengantar Psikologi Umum* (Banda Aceh: Yayasan Pena, 2009). Hlm 118.

³ Saidatur Rohmatun Nisa', "Hubungan Social Comparison Dengan Body Dissatisfaction Pada Pengguna Instagram Dewasa Awal Di Kota Malang, Skripsi Fakultas Psikologi ." (Universitas Islam Negri Maulana Malik Ibrahim, 2021).

⁴ Clara Moningka and Annisa Windi Soewastika, "Fenomena Social Comparison Di Media Sosial" (Universitas Pembangunan Jaya, 2022).

Keluh kesah ialah bentuk ekspresi rasa tidak puas dan tidak nyaman seseorang, yakni manifestasi perasaan ketika hati merasa tidak ikhlas menerima takdir yang terjadi, karena harapan dan kenyataan tidak selaras, baik itu berupa materi maupun non materi.⁵ Seseorang yang mengeluh dipenuhi rasa kecewa karena apa yang diinginkan tidak terwujud.

Di dalam surat al-Ma'arij dijelaskan bahwa manusia memiliki tabiat buruk suka mengeluh dan kikir beserta petunjuk untuk menghindari perilaku negatif tersebut, surat ini menyoroti berbagai sifat buruk manusia yang dapat mempengaruhi hubungan sosial, moralitas dan spiritual individu.

Dalam kitab Tafsir al-Munir dipaparkan bahwa manusia mempunyai watak gelisah dan mengeluh yakni sifat rakus terhadap sesuatu, tidak sabar menghadapi cobaan dan kurang mensyukuri nikmat atau anugrah yang telah diberikan. Ini diartikan bahwa ketika manusia sedang fakir, atau kesulitan, dia sangat gelisah, dan banyak mengeluh.⁶

Jurnal ini berisi pandangan Wahbah az-Zuhaili tentang tabiat buruk manusia dalam surat al-Ma'arij beserta solusi dalam mengatasi tabiat buruk manusia tersebut. Harapannya dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang bagaimana Al-Qur'an menyediakan pedoman dan petunjuk bagi manusia dalam memperbaiki perilaku dan moralitas mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keluh kesah merupakan gabungan dua suku kata yakni keluh dan kesah, keluh merupakan terlahirnya perasaan susah karena menderita sesuatu yang sakit atau berat, sedangkan kesah adalah segala ungkapan yang muncul sebab adanya kesusahan.⁷ Maka makna keluh kesah adalah segala ungkapan yang muncul dari perasaan susah sebab kesakitan, penderitaan dan sebagainya.

Kowalski mendeskripsikan keluh kesah sebagai ungkapan dari ketidakpuasan seseorang baik mengalami sendiri atau tidak, dengan tujuan melampiaskan emosi atau karena ingin mencapai tujuan tertentu. Natalia mengatakan bahwa keluh kesah adalah

⁵ Muhtadi, *Sifat keluh kesah dalam Tafsir al-Azhar kajian Surat Al-Ma'arij ayat 19-22*, Skripsi Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020.

⁶ Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, (Jakarta: Gema Insani, 2013), jilid 15, hl m. 126-128

⁷ Tim Penyusun, *Kamus Bahasa Indonesia* (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), 676.

luapan kekecewaan seseorang sebab keadaan yang tidak sesuai dengan harapan, seperti ketika mendapat kesusahan, kesakitan atau yang lainnya. Menurut Karel K. Himawan, keluh kesah merupakan ekspresi seseorang atas rasa tidak puas terhadap kejadian yang dialami, yang mana ekspresi tersebut perlu disalurkan dengan memperhatikan kontekstual⁸ dan proposional.⁹

Seorang psikologi di Universitas Multimedia Nusantara Fiona berpendapat bahwa keluh kesah merupakan sesuatu yang dikeluarkan ketika seseorang yang merasa tidak nyaman kepada seseorang yang dianggap bisa membantu meringankan beban pikiran dalam menjalani rutinitas sehari-hari.¹⁰

Dalam karangannya yang berjudul "60 penyakit hati", Uwes Al-Qarni berkata bahwa keluh kesah adalah ketidaksanggupan seseorang dalam menerima musibah atau bencana yang menimpa, lalu menampakkannya baik melalui perbuatan, ucapan maupun keluh kesah.¹¹

Tjiptadinata Effendi mengatakan bahwa keluh kesah mengindikasikan miskinnya rasa percaya diri karena termasuk bentuk ekspresi putus asa. Keluh kesah dapat menurunkan rasa syukur pada seseorang dan menghiraukan semua karunia yang telah diberikan oleh Allah. Keluh kesah juga bentuk ekspresi dari rasa ingin dikasiani, orang yang gemar mengeluh tanpa sadar ia telah menanamkan benih-benih pikiran negatif, maka apapun yang di tanam ia akan tumbuh sesuai dengan apa yang di tanam.¹²

Dikutip dari pendapat Quraisy Syihab bahwasannya karakter keluh kesah merupakan ciri kepribadian seseorang yang rapuh yakni tidak memiliki pendirian yang kuat terlebih saat mendapat ujian. Karakter ini juga termasuk karakter negatif orang kafir dan munafiq karena ciri karakter orang yang beriman adalah bersyukur ketika mendapat nikmat dan bersabar ketika mendapat musibah.¹³

⁸ Memperhatikan waktu, tempat, media perantara dan lawan bicara.

⁹ Tidak berlebihan dan tidak berlarut-larut tenggelam dalam keluh kesah apalagi sampai hilang control diri.

¹⁰ Michelle Atalya, *Perancangan Buku Berilustrasi tentang Aturan Mengeluh*, Skripsi Jurusan Desain Komunikasi Visual Universitas Multimedia Nusantara, 2020.

¹¹ Juli Andriyani, *Strategi Coping Stress dalam Mengatasi Problema Psikologis*, Jurnal at-Taujih 2, No 2 (2019). Hal 9.

¹² Tjiptadinata Effendi, *TRANSFORMASI DIRI Dalam Mengarungi Samudra Kehidupan* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2007).

¹³ Quraisy Syihab, *Tafsir Misbah*, volume 7 (jakarta: Lentera Hati, 2000), 64.

Dalam Bahasa Arab keluh kesah disebut هلو عا yang diambil dari kata kerja هلع-يهلع yang bermakna sedih, gelisah dan berleleluh kesah.¹⁴ Hala' juga berarti *al-Harashu* atau kikir, *qillatu sabr* atau tidak sabar, *al-jaza'* atau gelisah¹⁵

Menurut Imam Qurthubi makna dari halu'an adalah sering gelisah.¹⁶ Sedangkan menurut Abu Ubaidillah kata *Al-Halu'* bermakna seseorang yang ketika mendapat kebaikan dia tidak bersyukur dan jika tertimpa keburukan dia tidak sabar.¹⁷ Sedangkan menurut pendapat Sa'lab bahwa *Al-Halu'* yaitu seseorang yang ketika tertimpa keburukan ia menampakkan kesedihan yang mendalam, namun ketika mendapat kebaikan dia pelit dan tidak mau membantu sesama.¹⁸ Dalam kajian psikologi Qur'ani, *al-Hala'* termasuk emosi negative manusia, karena berupa kegelisahan hidup yang manifestasinya berupa tidak tahan terhadap segala bentuk kesulitan hidup dan cobaan.¹⁹

Jika ditinjau dari sisi i'rab, amil dari lafadz (إذا) yang pertama adalah kata هلو عا sedangkan amil (إذا) yang kedua adalah lafadz منوع. Kata هلو عا adalah hal dari dhomir lafadz خلق dan ini dinamakan *hal muqaddaroh* sebab keluh kesah hanya terjadi setelah dia diciptakan bukan saat diciptakan. Kata جزوعا dan منوعا adalah khabarnya *kaana* yang muqaddar (dikira-kirakan) dan taqdirnya adalah lafadz يكون جزوعا dan يكون منوعا. Sedangkan dari sisi balaghah, ayat إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا adalah termasuk susunan kalimat muqabalah.²⁰

(هلو عا) Penggalan lafadz ini dijelaskan oleh Wahbah bahwa manusia diciptakan mempunyai sifat dasar *halu'* yang bermakna cepat sedih, cepat gelisah, kurang sabar dan sangat rakus. Syekh Wahabah mengutip pendapat Az-Zamakhsyari bahwa lafadz ini mempunyai makna cepat resah ketika tertimpa musibah dan cepat menolak ketika mendapat kebaikan. *al-halu'* juga bisa diartikan keadaan tidak tenang, selalu cemas, takut dan kurang dan sangat kikir dan sangat buruk serta sangat keji kegelisahannya.²¹

¹⁴ Achmad Warson Munawwir, dan Muhammad Fairus, *Kamus al-Munawwir Versi Indonesia Arab*, (Surabaya: Pustaka Progressif, 2007), hlm 1513.

¹⁵ Ibn Mandhur, *Lisan Al-'Arabiyy* (Mesir: Dar al-Hadits, 2003), 116.

¹⁶ Muhammad bin Ahmad bin Ahmad Abi Bakr 'Abdullah al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, Terjemah Muhyiddin masridha, (Jakarta: Pustaka Azam, 2008), hlm 245.

¹⁷ Ahmad Warson Munawwir dan Muhammad Fairus, *Loc. Cit.*, hlm 1513.

¹⁸ Abu abdillah Muhammad Al-Qurthubi, *Al-Jami' Li Ahkam Al-Qur'an* (Beirut: Muassasah al-Risalah, 2006), 236.

¹⁹ Prof. Dr. H. Mahyuddin Barni, *Emosi Manusia Dalam Al-Qur'an (Perspektif Pendidikan)* (Banjarmasin: Antasari Press Banjarmasin, 2014), 55–56.

²⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *Al-Tafsir Al-Munir Fi Al-Aqidah Wa Al-Syari'ah*, jilid 15 (Beirut: Dar Al-fikr, 1991), 128.

²¹ Az-Zuhaili, 129.

(جزوعا) Bermakna orang yang cepat resah, yakni seseorang yang sangat putus asa dan patah semangat. Lafadz الجزع sendiri berarti kesedihan yang memalingkan orang dari tugas-tugasnya. Lafadz ini juga bisa diartikan tidak dapat mengendalikan diri, gelisah, menyesali nasib, dan menyalahkan orang lain atau juga gusar dan mengeluh, hatinya hancur karena rasa takut yang tinggi dan putus asa dari mendapatkan kebaikan. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa jazu'a bukan sekedar keluh kesah atau sedih atas yang telah terjadi melainkan putus asa dan patah semangat sampai melalaikan tugas kewajibannya.

(منوعا) lafadz ini mempunyai arti banyak dan berlebihan dalam menolak. ada juga yang memaknai menahan, bakhil dan banyak menolak, tidak mau menolong orang, dan lupa akan kesusahan yang pernah menimpanya. Jadi seseorang yang banyak menolak termasuk ciri dari orang yang cepat mengeluh karena ketika mendapat kebaikan seperti kelapangan, kekuatan, kesehatan dia akan banyak menolak dan kikir.²²

Sifat dasar gelisah dan berkeluh kesah adalah sangat rakus, kurang sabar dalam menghadapi cobaan dan tidak mensyukuri nikmat, ini ditafsirkan bahwa manusia ketika terkena kefakiran, kebutuhan, atau kesulitan dia sangat resah, sedih dan banyak mengadu, jika dia mendapat kebaikan seperti kekayaan, kelapangan, kedudukan, kekuatan, kesehatan dan kenikmatan-kenikmatan yang lain, dia banyak menolak, menahan dan bakhil terhadap yang lain.²³

Diriwayatkan oleh Imam Ahmad dan Abu Dawud dari Abu Hurairah RA berkata Rasulullah SAW bersabda “Sejelek-jeleknya apa yang ada pada laki-laki adalah kebakhilan yang menahan semua pemberian dan ketakutan yang mencabut hati.” Sesungguhnya manusia diberi sifat-sifat tercela kecuali orang-orang yang mendapatkan taufik yakni seseorang yang diberi petunjuk untuk melakukan kebaikan oleh Allah, mereka diantaranya orang-orang yang menjalankan sholat secara isi qomah dan menjaga kefardhuan sholat, tidak sekalipun meninggalkan sholat dengan alasan apapun, melakukan kesunnahan-kesunnahan sholat, menjaga amanah, mengeluarkan zakat, mengimani hari akhir, menjaga kehormatan, adil dalam bersaksi, mereka semua tidak mempunyai sifat-sifat suka berkeluh

²² Az-Zuhaili, 129.

²³ Az-Zuhaili, 130.

kesah, resah dan menahan untuk memberi karena keimanan lah yang menjadikan mereka hanya mempunyai perangai-perangai yang baik dan diridhoi.²⁴

Hikmah dari ayat tersebut adalah semua manusia tercipta dengan tabiat-tabiat tertentu, dasarnya dari sifat *al-Hulu'* adalah semangat dan keluh kesah yang terlalu besar. Dapat juga bermakna orang yang tidak sabar mendapatkan kebaikan atau keburukan sampai dia melakukan hal hal yang tidak sebaiknya dilakukan, dia ketika mendapat kebaikan tidak bersyukur dan ketika mendapat kesulitan tidak bersabar.²⁵

Dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwasannya manusia memiliki sifat, karakter atau tabiat khusus, karakter tersebut yang akan membedakan manusia dengan makhluk-makhluk Allah yang lain seperti malaikat dan iblis, karena manusia dilengkapi akal, nafsu, tabiat dan hikmah. Dalam pembahasan tersebut dijelaskan beberapa tabiat baik dan buruk manusia. Tabiat tersebut adalah pekerja keras, lemah, cepat putus asa, suka berharap, senang berasumsi kepada tuhan, terpuruk, senang berdebat, memiliki fisik yang proposal, lupa daratan jika merasa cukup, dholim, ceroboh, saling memusuhi, mudah putus asa, suka berkeluh kesah, kikir, bodoh, tergesa-gesa, dan bersikap ingkar, semua tabiat ini menggambarkan bagaimana karakteristik manusia pada umumnya.

Manusia diberi sifat dasar berkeluh kesah yaitu kurang sabar sehingga ketika mendapat cobaan dan ketika diberi kenikmatan dia tidak bersyukur. Maknanya, manusia akan dipenuhi perasaan resah, sangat sedih dan banyak mengadu ketika sedang tertimpa kefakiran, kebutuhan, atau kesulitan lainnya. Sebaliknya, manusia akan banyak menolak, menahan dan bakhil terhadap sesama ketika sedang diberi anugrah seperti kelapangan, kekayaan, Kesehatan dan anugrah lainnya.

Bibit munculnya sifat keluh kesah manusia adalah emosi sedih, dan faktor yang menjadikan manusia bersedih juga beragam diantaranya: kesulitan, kekurangan, kegagalan, kematian dan sebagainya. Selaras dengan apa yang dikatakan Carl dan James, Wahbah az-Zuhaili juga berpendapat bahwa terjadinya keluh kesah dipicu oleh perubahan situasi atau keadaan yang tidak sesuai dengan yang diharapkan. Keadaan yang tidak diharapkan tersebut menjadikan emosi seseorang tersulut dan menjadikannya mudah untuk mengeluh atas apa yang dirasa, seperti mengeluh ketika cuaca panas, mengeluh karena jalanan macet, atau karena pekerjaan yang menumpuk.

²⁴ Az-Zuhaili, 131.

²⁵ Az-Zuhaili, 133-34.

Orang yang senantiasa berkeluh kesah adalah bukti bahwa dia tidak menerima dan merasa pesimis akan kenyataan yang ada, dan dia tidak mengimani bahwa semua yang telah digariskan oleh Allah adalah yang terbaik. Padahal ketika seseorang menerima dan bersyukur atas semua yang telah ditakdirkan, Allah sendiri lah yang akan menolong dan memberi jalan semua yang keadaan yang dikeluhkan.

Respon seseorang ketika mendapatkan suatu cobaan sangatlah beragam, dalam hal ini faktor personal atau individu sangat berpengaruh, maknanya bisa jadi sesuatu yang dianggap masalah oleh seseorang tapi tidak dianggap masalah oleh seseorang yang lain. Seseorang yang beriman akan tidak mudah bersedih karena selalu optimis dalam menjalani hidup dan sesungguhnya keimanan akan selalu memotivasi untuk ikhtiar dan pasrah pada Allah. Bahkan kepribadian orang yang beriman dan tidak beriman sangatlah berbeda, orang yang beriman akan senantiasa mengingat Allah dan lapang dalam menerima segala takdir, berbeda dengan orang yang dalam hatinya tidak ada keimanan, hidupnya akan hampa dan mudah terpengaruh dengan hal negatif. Sejatinya, keimanan lah yang menjadikan seseorang tidak mudah mengeluh pada keadaan karena dia percaya Allah Maha Baik dan semua yang terjadi itu semata untuk kebaikan dirinya.

Tidak mau menerima kenyataan dan tidak mampu mendapatkan sesuatu yang diharapkan menjadi salah satu penyebab manusia berkeluh kesah karena dalam dirinya tidak ada kehendak untuk memahami keadaan, dia hanya ingin hidup sesuai keinginan dan harapannya. Ketika realita yang ada berbeda, dia akan menyalahkan keadaan dan mengeluh. Orang dengan karakter seperti ini sulit untuk maju karena dalam memahami sebuah proses pun dia tidak mampu.

Diantara faktor yang menjadikan seseorang suka berkeluh kesah adalah mempunyai sudut pandang yang sempit dalam memandang masalah, ini sejalan dengan tafsiran Wahbah yang mengatakan bahwa ciri orang yang suka mengeluh adalah putus asa dan patah semangat ketika mendapat masalah atau kesusahan. Ini semua karena orang yang mempunyai sudut pandang yang sempit cenderung putus asa, pesimis, tidak semangat dan mudah menyerah sebelum berusaha. Berbeda dengan orang yang memiliki sudut pandang yang luas, dia akan semangat, optimis dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi masalah, dia mencoba segala cara karena yakin akan ada jalan keluar dalam setiap masalah yang dia hadapi.

Pada surat al-Ma'arij ayat 19 dijelaskan bahwa manusia mempunyai karakter cepat gelisah, kemudian karakter tersebut dijelaskan pada ayat selanjutnya “ketika diberi kesusahan dia mengeluh dan ketika diberi kesenangan dia kikir”, dari keterangan tersebut dapat difahami bahwa sebenarnya karakter tersebut tidaklah negatif karena itu sebuah naluri alamiah manusia untuk memperoleh sebuah kesempurnaan dan kebahagiaan dalam hidupnya. Menjadi negatif, jika karakter tersebut terkena hal yang buruk dan manusia tersebut tidak bisa menyeimbangkannya, juga ketika karakter tersebut terkena hal yang baik dan manusia tersebut tidak bisa menyeimbangkannya pula. Jadi, karakter tersebut akan menjadi negatif jika dalam menggunakan apa yang telah diberi Allah baik cobaan atau nikmat itu di selain jalannya Allah.

Setiap sesuatu yang dianggap baik oleh kita belum tentu dianggap baik oleh Allah, dan sebaliknya setiap sesuatu yang dianggap buruk oleh kita belum tentu buruk oleh Allah, dan semua yang telah diberi oleh Allah baik itu sifat baik ataupun buruk pasti ada manfaatnya, karena sebagaimana sifat baik dapat menjadikan manusia sebagai teladan, sifat buruk pun juga membawa pelajaran bagi orang-orang yang berfikir.

Semua tabiat manusia yang telah dijelaskan dalam surat al-Ma'arij dapat dihindari dengan melakukan beberapa hal diantaranya: pertama, mengerjakan sholat. Kriteria sholat yang dapat mencegah manusia dari sifat suka mengeluh adalah sholat yang dilaksanakan secara terus menerus. Sholat dengan kriteria seperti itulah yang dapat menghindarkan manusia dari sifat suka berkeluh kesah karena dengan melanggengkan sholat, keimanan seseorang akan bertambah kuat dan kegelisahan dalam hidup akan hilang. Kedua, mengeluarkan zakat dan shodaqoh. Ketika seseorang ingat bahwa segala kenikmatan yang dimiliki adalah pemberian Allah maka akan menggunakannya sesuai dengan apa yang diperintahkan Allah dan akan ikhlas mengeluarkan hartanya untuk zakat dan shodaqoh karena orang tersebut meyakini ada hak orang lain dalam hartanya. Dengan melakukan zakat dan shodaqah akan menjauhkan karakter kikir yang terdapat dalam surat al-Ma'arij.

Selanjutnya mengimani adanya hari akhir. Dengan mempercayai adanya hari akhir seseorang akan sungguh-sungguh dalam mempersiapkan bekal kehidupan di akhirat. Orang tersebut meyakini bahwa kehidupan di dunia hanyalah sementara, maka semua kesusahan dan cobaan yang ada di dunia akan dihadapi dengan sabar tanpa berkeluh kesah, dan dia tidak akan kikir dalam membantu orang lain yang sedang menderita. Keempat adalah takut akan adzab Allah. Orang yang demikian akan berusaha sebaik mungkin memperbaiki

ketakwaannya agar dijauhkan dari adzab Allah. Dan orang yang beriman, mendirikan sholat dengan baik, mengeluarkan zakat dan beriman adanya hari akhir hatinya akan tenang dan tidak gelisah.

Hal yang dapat menghindarkan manusia dari tabiat buruk selanjutnya adalah menjaga kehormatan dengan tidak melakukan zina dan hal lain yang dilarang Allah. Seseorang yang melakukan zina, homo, lesbi dan sebagainya termasuk orang yang melewati batas dan hidupnya akan dipenuhi kerusuhan. Hubungan yang bersifat halal seperti hubungan suami - istri dan budak-budak miliknya adalah hubungan yang diridhoi Allah dan setiap yang diridhoi Allah pasti membawa ketenangan dalam hidup.

Didalam jiwa manusia yang selalu menjaga amanah terdapat ketenangan dan sebaliknya jiwa orang yang ingkar janji akan senantiasa risau dan gelisah. Amanah disini bermakna perjanjian seorang hamba baik terhadap tuhanNya, dirinya sendiri atau orang lain untuk menjaga sesuatu. Contoh amanah kita kepada Allah adalah beriman kepadaNya, menunaikan sholat, zakat, haji dan sebagainya.

Seseorang yang tidak terkena penyakit keluh kesah adalah orang yang jujur dan adil dalam memberi kesaksian. Hidupnya seorang pembohong tidak akan tenang karena selalu memikirkan banyak cara untuk membuat kesaksian yang berlawanan dengan kenyataan yang ada dan hatinya akan dipenuhi oleh kotoran-kotoran kemunafikan.

Hal lain yang dapat mengobati tabiat keluh kesah adalah memelihara sholat dengan baik, yakni seseorang yang menjaga syarat, rukun, kesunahan sholat dan selalu tepat waktu dalam melaksanakannya. Dengan melaksanakan beberapa hal diatas, seseorang akan terhindar dari tabiat kikir, gelisah dan keluh kesah dan Allah akan memberi sifat tenang, sabar, kelapangan hati dan dermawan terhadap sesama.

Pelajaran yang dapat diambil dari penjelasan tabiat manusia dalam surat surat al-Ma'arij adalah harus menjauhi kedua tabiat tersebut karena tidak membawa keuntungan sama sekali, bahkan membawa petaka bagi pemiliknya. Dan menggantinya dengan beberapa sifat baik seperti suka memberi, merasa cukup dengan apa yang diberi oleh Allah, selalu bersyukur dalam keadaan apapun, dan murah hati.

KESIMPULAN

Di dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa manusia diciptakan dengan beberapa tabiat yang melekat yakni tabiat baik dan tabiat buruk. Diantaranya adalah tabiat suka berkeluh

kesah. Dalam Tafsir al-Munir dijelaskan bahwa ciri-ciri orang suka berkeluh kesah adalah ketika mendapat kesusahan dia akan mengeluh dan ketika mendapat kebaikan dia akan kikir. Seseorang yang tidak beriman akan mudah sekali mengeluh karena dia tidak percaya pada Allah dan seluruh takdir yang telah digariskan merupakan yang terbaik. Keluh kesah tersebut boleh jika konteksnya mengadu kepada Allah karena sebagai hamba yang lemah sudah sewajarnya mengadu dan meminta akan jalan hidup yang lebih baik.

Adapun hikmah yang dapat diambil dan diamalkan adalah senantiasa melakukan ibadah-ibadah yang dapat meningkatkan keimanan kita seperti melanggengakan sholat dengan khusyu', mengeluarkan zakat dan mengimani adanya hari pembalasan. Jika ibadah-ibadah tersebut dilakukan maka keimanan tersebut akan meningkat dan menjadikan seseorang tidak mudah mengeluh atas semua keadaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qurthubi, Abu abdillah Muhammad. *Al-Jami' Li Ahkam Al-Qur'an*. Beirut: Muassasah al-Risalah, 2006.
- Amin, Safwan. *Pengantar Psikologi Umum*. Banda Aceh: Yayasan Pena, 2009.
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Al-Tafsir Al-Munir Fi Al-Aqidah Wa Al-Syari'ah*. Jilid 15. Beirut: Dar Al-fikr, 1991.
- Barni, Prof. Dr. H. Mahyuddin. *Emosi Manusia Dalam Al-Qur'an (Perspektif Pendidikan)*. Banjarmasin: Antasari Press Banjarmasin, 2014.
- Effendi, Tjiptadinata. *TRANSFORMASI DIRI Dalam Mengarungi Samudra Kehidupan*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2007.
- Mandhur, Ibn. *Lisan Al-'Arabiyy*. Mesir: Dar al-Hadits, 2003.
- Moningka, Clara, and Annisa Windi Soewastika. “, Fenomena Social Comparison Di Media Sosial.” Universitas Pembangunan Jaya, 2022.
- Nisa', Saidatur Rohmatun. “Hubungan Social Comparison Dengan Body Dissatisfaction Pada Pengguna Instagram Dewasa Awal Di Kota Malang, Skripsi Fakultas Psikologi .” Universitas Islam Negri Maulana Malik Ibrahim, 2021.
- Penyusun, Tim. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa, 2008.
- Syihab, Quraisy. *Tafsir Misbah*. Volume 7. jakarta: Lentera Hati, 2000.