

MAKNA SABAR DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Seli Septina

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: selyseptina1@gmail.com

Nur Aisah

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: aisyahtanjung243@gamil.com

Ali Akbar

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: aliakbarusmanhpai@gmail.com

Abstrak

Kesabaran merupakan salah satu nilai utama yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan merupakan fondasi penting dalam pembentukan karakter seorang mukmin. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis makna kesabaran dari perspektif Al-Qur'an dengan mengeksplorasi ayat-ayat yang membahas konsep kesabaran, baik dalam konteks menghadapi cobaan, ketaatan kepada Allah, maupun dalam menghindari dosa. Metode yang digunakan adalah pendekatan tafsir tematik (maudhu'i) dengan menghimpun dan mengkaji ayat-ayat terkait kesabaran secara komprehensif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesabaran dalam Al-Qur'an tidak hanya berarti menahan diri dari keluhan, tetapi juga mengandung unsur keteguhan, keikhlasan, dan konsistensi dalam menjalankan perintah Allah. Selain itu, kesabaran juga merupakan kunci utama untuk meraih kesuksesan hidup di dunia dan kebahagiaan di akhirat. Dengan demikian, konsep kesabaran dalam Al-Qur'an memiliki dimensi spiritual, moral, dan sosial yang luas, serta relevan untuk diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan manusia modern.

Kata Kunci: Sabar, Al-Qur'an, Tafsir Tematik, Akhlak, Keimanan.

Abstrack

Patience is one of the main values taught in the Quran and is an important foundation in developing a believer's character. This study aims to analyze the meaning of patience from a Quranic perspective by exploring verses that discuss the concept of patience, both in the context of facing trials, obedience to God, and avoiding sin. The method used is a thematic interpretation (maudhu'i) approach by compiling and comprehensively reviewing verses related to patience. The results show that patience in the Quran does not only mean refraining from complaining, but also contains elements of steadfastness, sincerity, and consistency in carrying out God's commands. Furthermore, patience is also the main key to achieving success in this world and happiness in the afterlife. Thus, the concept of patience in the Quran has broad spiritual, moral, and social dimensions and is relevant for application in various aspects of modern human life.

Keywords: Patience, Quran, Thematic Interpretation, Morals, Faith.

PENDAHULUAN

Putus asa merupakan salah satu bukti jauhnya seseorang kepada keyakinan terhadap takdir Allah Subhanahu wa Ta'ala. Memandang segala sesuatu dengan kaca mata negatif segala suatu permasalahan akan mengurangi nilai seseorang dalam berusaha. Dalam Upaya melawan itu semua, maka dibutuhkannya rasa optimisme pada setiap individu. Optimisme sendiri menurut KBBI memiliki arti keyakinan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menguntungkan. Sedangkan subjek dari optimisme adalah orang yang optimis. Dalam Islam, optimisme berarti yakin atau berbaik sangka kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala atas pertolongan dan ampunan Allah. Dimana akar dari rasa optimisme adalah iman yang mana akan menumbuhkan sikap optimis dan menghilangkan rasa putus asa, terutama pada pertolongan dan ampunan Allah (Sari, 2019).

Lahir dari rasa optimisme, sikap sabar muncul setelah seseorang berjuang maksimal dengan sikap optimis. Sabar memiliki beragam arti, salah satunya adalah menahan diri dan mengendalikan jiwa (Rismawati, 2023). Dalam Islam, sabar memiliki beragam konsep, antara lain: sabar dalam menghadapi musibah, sabar dalam ketaatan beribadah, sabar dalam menahan hawa nafsu, dan sabar dalam jalan dakwah (Miskahuddin, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan tafsir tematik (maudhūṭ). Pendekatan ini dipilih karena bertujuan untuk mengkaji makna sabar secara mendalam berdasarkan ayat-ayat yang tersebar dalam Al-Qur'an. Melalui metode tafsir tematik, peneliti mengumpulkan seluruh ayat yang berkaitan dengan konsep sabar, kemudian menganalisisnya dengan memperhatikan konteks, sebab turunnya ayat (asbāb al-nuzūl), serta pendapat para mufasir klasik dan kontemporer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sabar

Sabar dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki pengertian, yaitu tahan menghadapi cobaan (tidak lekas marah, tidak lekas putus asa, tidak lekas patah hati, tenang, tidak tergesa-gesa, dan tidak terburu nafsu (Hafiz et al., 2015). Sedangkan dalam kajian literatur Barat, konsep sabar berkaitan dengan patient yang berarti pasien yang mengalami sakit (baik fisik maupun psikologis). Dalam literatur Barat, kata sabar tidak disebutkan secara murni, akan tetapi lebih kepada kesabaran. Patience disebutkan dalam berbagai artikel dengan

konteks yang berbeda-beda, antara lain pendidikan, agama, spiritualitas, wisdom, dan konteks kesehatan (Yusuf, 2018). Menurut konsep dalam literatur psikologi barat, sabar dapat dikategorikan menjadi beberapa macam, antara lain:

- a. Self-control atau kontrol diri adalah kemampuan individu dalam memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang tidak penting atau penting, dan untuk memilih suatu tindakan yang diyakininya.
- b. Resiliensi atau ketabahan adalah kemampuan individu untuk adaptasi atau bangkit kembali dari keterpurukan yang terjadi dalam perkembangannya.
- c. Persistence atau kegigihan adalah kemampuan individu untuk bertahan dan merupakan karakter yang dibutuhkan untuk mencapai suatu tujuan yang panjang.
- d. Acceptance atau penerimaan adalah kemampuan individu dalam menerima keadaan dirinya.

Al-Quran

Al-Qur'an merupakan kitab suci umat Islam yang diturunkan oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala melalui Rasulullah Shalallahu 'Alaihi wa Sallam berupa wahyu (Daulay, 2015). Menurut bahasa, al-Qur'an merupakan bentuk Masdar dari qara'a yang berarti bacaan. Sedangkan secara istilah, al-Qur'an adalah kalam Allah yang menjadi mukjizat yang diturunkan kepada Nabi Muhammad Shalallahu 'Alaihi wa Sallam dengan lafadz dan maknanya melalui perantara malaikat Jibril 'Alaihi Salam yang tertulis dalam mushaf atau kitab, kemudian disampaikan secara mutawatir. Dimana isi al-Qur'an terdiri oleh berbagai surah yang dimulai dari QS. al-Fatihah dan diakhiri dengan QS. an-Nas (Yanggo, 2016).

Al-Qur'an diturunkan dengan memiliki fungsi dan kedudukan yang sungguh mulia dan menjadi pedoman tertinggi bagi kaum muslimin. Hal tersebut karena al-Qur'an diturunkan untuk menyempurnakan ajaran-ajaran pada kitab sebelumnya, Taurat, Zabur, dan Injil, serta meluruskan penyimpangan-penyimpangan yang terjadi pada kaum-kaum yang sebelumnya. Sehingga kitab al-Qur'an mendapat kedudukan yang paling mulia dibanding dengan kitab-kitab yang lainnya (Yanggo, 2016). Al-Qur'an mencakup mengenai seluruh wahyu yang disampaikan kepada Rasulullah Shalallahu 'Alaihi wa Sallam yang berupa petunjuk, perbaikan, pendidikan, budi pekerti, dan undang-undang. Terdapat tiga pokok utama yang dikandung dalam al-Qur'an, yaitu ajaran keimanan, ajaran akhlak, dan ajaran hukum yang berkaitan dengan pergaulan hidup masyarakat di dunia. Berdasarkan pada hal itu, wajib pada kaum muslimin menjadikan al-Qur'an sebagai pedoman dalam hidupnya.

Sabar dalam perspektif Al Qur'an

Secara bahasa صبر، "ر،ب" dapat berarti tabah hati, menahan, mencegah atau menanggung. Sedangkan secara istilah sabar berarti mencegah dalam kesempitan, memelihara diri dari kehendak akal dan syara" dan dari hal yang menuntut untuk memeliharanya, bisa diartikan pula sabar adalah menahan diri (nafsu) dari keluh kesah, meninggalkan keluhan atau pengaduan pada selain Allah (Jaya et al., 2021). Adapun menurut beberapa ulama" sabar adalah

- 1) As Sayyid Al-Jurjani dalam kitabnya "At-Ta'rifat. Sabar adalah menahan diri untuk tidak mengeluh karena musibah atau derita yang menimpanya, kecuali hanya kepada Allah Swt.
- 2) Abdul Qodir Isa dalam kitabnya "Haqa'iq an al-Tashawuf" mengutip Dzunnun Al-Mishri memberikan penjelasan bahwa sabar adalah menjauhi perbuatan-perbuatan yang menyalahi perintah Allah Swt, tenang ketika tertimpa musibah atau masalah dan menunjukkan rasa kaya diri ketika dalam kondisi fakir.
- 3) Abdul Mustaqim. Sabar adalah sifat yang aktif, bukan pasif, sabar juga merupakan sifat yang positif sehingga kata sabar harus digunakan untuk konteks yang positif..

Pendapat ketiga ulama diatas sejalan dengan ayat Al-Quran Q.S Al-Baqarah: 177:

لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسْكِينِ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالصَّرَاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ

Artinya: Kebajikan itu bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan ke barat, tetapi kebajikan itu ialah (kebajikan) orang yang beriman kepada Allah, hari akhir, malaikat-malaikat, kitab-kitab, dan nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabat, anak yatim, orang-orang miskin, orang-orang yang dalam perjalanan (musafir), peminta-minta, dan untuk memerdekakan hamba sahaya, yang melaksanakan salat dan menunaikan zakat, orang-orang yang menepati janji apabila berjanji, dan orang yang sabar dalam kemelaratan, penderitaan dan pada masa peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar, dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa

Sabar Dalam al-Qur'an dan Hadits

Secara etimologi, sabar merupakan serapan dari bahasa Arab, yaitu shabara. Pengertian dari shabara memiliki beragam arti, antara lain sabar atau tabah hati, menahan

atau mencegah, memaksa, mewajibkan, dan menanggung. Sedangkan secara terminologi, sabar juga memiliki beragam arti menurut para ulama, karena adanya perbedaan pandangan mengenai sabar oleh para ulama. Salah satu pengertian sabar secara istilah menurut Dzu al-Nun, sabar adalah menghindarkan diri dari pertentangan, tenang ketika ditimpa musibah, dan menampakkan diri berkecukupan ketika mengalami kefakiran. Selain itu menurut as-Sayyid al-Jurjani dalam kitab at-Ta'rif, sabar dapat berarti menahan diri tidak mengeluh karena musibah atau derita yang menimpanya, kecuali hanya kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala (Mubhar & Ni'mah, 2022).

Term-Term Mengenai Sabar

1. Iffah (عَفْوَ)

Kata iffah dapat diartikan sebagai sampainya keadaan jiwa yang telah menahan atau mengalahkan nafsu, mencegah atau menahan segala sesuatu yang tidak halal atau tidak baik, menyingkalkan hawa nafsu yang hina, dan mensucikan jiwa dan raga. Dalam al Qur'an kata iffah disebutkan empat kali dengan berbagai maknanya, seperti dalam QS. An Nisa': 6 (menahan diri/sabar dari memakan harta anak yatim); QS. an-Nur: 33 (menahan diri/sabar dalam menjaga kesucian diri); QS. an-Nur: 60 (menahan diri/sabar dalam memelihara kehormatan); dan QS. al-Baqarah: 273 (menahan diri/sabar dari meminta minta pada orang lain)

عَرَفْتُمْ بِسِيمَاهُمْ لَا لُأَغْنِيَاءَ مِنَ التَّعَفُّفِ تَلْفُقَرَاءَ الَّذِينَ أَحْصَرُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ لَا يَسْتَطِيعُونَ ضَرْبًا فِي الْأَرْضِ يَحْسَبُهُمُ الْجَاهِ
يَسْأَلُونَ النَّاسَ إِلْحَاقًا وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ

Artinya : Apa pun yang kamu infakkan) diperuntukkan bagi orang-orang fakir yang terhalang (usahanya karena jihad) di jalan Allah dan mereka tidak dapat berusaha di bumi. Orang yang tidak mengetahuinya mengira bahwa mereka adalah orang-orang kaya karena mereka memelihara diri dari mengemis. Engkau (Nabi Muhammad) mengenal mereka dari ciri-cirinya (karena) mereka tidak meminta secara paksa kepada orang lain. Kebaikan apa pun yang kamu infakkan, sesungguhnya Allah Mahatahu tentang itu.

2. Hilm (حِلْم)

Kata hilm dapat diartikan sebagai memelihara diri dari tabiat terhadap bangkitnya amarah. Dalam al-Qur'an hilm disebutkan sebanyak 21 kali, antara lain: QS. an-Nur: 58 dan 59:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَأْذِنَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهْرِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَافُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾

Artinya : Wahai orang-orang yang beriman, hendaklah hamba sahaya (laki laki dan perempuan) yang kamu miliki dan orang-orang yang belum balig (dewasa) di antara kamu meminta izin kepada kamu tiga kali, yaitu sebelum salat Subuh, ketika kamu menanggalkan pakaian (luar)-mu di tengah hari, dan setelah salat Isya. (Itu adalah) tiga (waktu yang biasanya) aurat (terbuka) bagi kamu. Tidak ada dosa bagimu dan tidak (pula) bagi mereka selain dari (tiga waktu) itu. (Mereka) sering keluar masuk menemuimu. Sebagian kamu (memang sering keluar masuk) atas sebagian yang lain. Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat kepadamu. Allah Maha Mengetahui lagi Mahabijaksana.

3. Qana'ah (قنعة)

Kata qana'ah dapat diartikan sebagai rela atau menerima apa yang diberikan dan yang telah ditetapkan oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala. Dalam buku at-Thariqu ila Allah disebutkan juga, qana'ah ialah rela menerima meskipun sedikit. Dalam al-Qur'an kata qana'ah disebut dua kali dalam surah Ibrahim ayat 43 dan al-Hajj ayat 36. Salah satu bunyi ayat yang mengandung kata qana'ah ialah pada surah al-Hajj ayat 36:

وَالْبَدَنَ جَعَلْنَاهَا لَكُمْ مِنْ شَعَائِرِ اللَّهِ لَكُمْ فِيهَا حَيْرٌ فَإِذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهَا صَوَافَّ فَإِذَا وَجَبَتْ جُنُوبُهَا فَكُلُوا مِنْهَا وَأَطِعُوا الْقَانِعَ وَالْمُعْتَرَّ كَذَلِكَ سَخَّرْنَاهَا لَكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٣٦﴾

Artinya : Unta-unta itu Kami jadikan untukmu sebagai bagian dari syiar agama Allah. Bagimu terdapat kebaikan padanya. Maka, sebutlah nama Allah (ketika kamu akan menyembelihnya, sedangkan unta itu) dalam keadaan berdiri (dan kaki-kaki telah terikat). Lalu, apabila telah rebah (mati), makanlah sebagiannya dan berilah makan orang yang merasa cukup dengan apa yang ada padanya (tidak meminta-minta) dan orang yang meminta-minta. Demikianlah Kami telah menundukkannya (unta-unta itu) untukmu agar kamu bersyukur

4. Zuhud

Zuhud secara bahasa berarti tidak senang. Sedangkan secara istilah, menurut as-Syaikh Abul Qosim al-Junaidy al-Baghdadi, zuhud berarti menganggap remeh dunia dan menghapus pengaruh-pengaruh dunia dari hati. Dalam al-Qur'an zuhud disebutkan dalam surah(Yusuf ayat 20)

Artinya : Mereka menjualnya (Yusuf) dengan harga murah, (yaitu) beberapa dirham saja sebab mereka tidak tertarik kepadanya

KESIMPULAN

Kesimpulannya, sabar dalam perspektif Al-Qur'an merupakan salah satu nilai moral dan spiritual yang sangat luhur dan memiliki kedudukan penting dalam kehidupan seorang Muslim. Al-Qur'an menegaskan bahwa sabar bukan sekadar menahan diri dari kesedihan atau amarah, tetapi juga mencakup keteguhan hati dalam menghadapi ujian, ketekunan dalam ketaatan kepada Allah, serta ketabahan dalam menjauhi larangan-Nya. Sabar menjadi kunci keberhasilan dan pertolongan dari Allah, sebagaimana disebutkan dalam banyak ayat, seperti dalam QS. Al-Baqarah [2]: 153 yang menyatakan bahwa Allah bersama orang-orang yang sabar. Selain itu, sabar juga menjadi jalan menuju derajat yang tinggi, penghapus dosa, dan tanda keimanan yang sejati. Dengan demikian, sabar dalam pandangan Al-Qur'an bukanlah sikap pasif, melainkan kekuatan batin yang aktif untuk tetap istiqamah dan berusaha dalam kebaikan meskipun menghadapi kesulitan hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Daulay, M. R. (2015). Studi Pendekatan Alquran. *Thariqah Ilmiah: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan & Bahasa Arab*, 1(01), 17–25.
- Hafiz, S. El, Mundzir, I., Rozi, F., & Pratiwi, L. (2015). Pergeseran Makna Sabar Dalam Bahasa Indonesia. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 1 (1), 4(1), 33–38.
- Jaya, A., Abubakar, A., & Khalid, R. (2021). Manajemen Sabar Menghadapi Musibah Dalam Perspektif Al Qur'an. *Jurnal Mirai Management*, 6(3), 72–81.
- Miskahuddin, M. (2020). Konsep Sabar Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah: Media Kajian Al-Qur'an Dan Al-Hadits Multi Perspektif*, 17(2), 196–207.
- Mubhar, M. Z., & Ni'mah, S. (2022). Sabar Dan Optimisme Dalam Tinjauan Hadis. *Jurnal Penelitian Agama*, 23(2), 197–212.
- Rismawati, A. (2023). Optimis Dan Sabar Dalam Al-Qur'an Dan Hadits: Kajian Tafsir Tematik. *Muta'allim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 94–110.
- Sari, N. (2019). *Pandangan Al-Qur'an Tentang Optimisme*. UIN Raden Intan Lampung.

- Yanggo, H. T. (2016). Al-Qur'an Sebagai Mukjizat Terbesar. *MISYKAT: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Quran Hadits Syari'ah Dan Tarbiyah*, 1(2), 1–26.
- Yusuf, M. (2018). Sabar Dalam Perspektif Islam Dan Barat. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 4(2), 233–245.