

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Definisi Muhasabah

Kehidupan modern yang penuh distraksi dan kecenderungan materialistik, muhasabah menjadi semakin relevan sebagai sarana untuk menjaga keseimbangan spiritual. Praktik ini termasuk dalam *tazkiyatun-nafs*.¹ Melalui muhasabah dan pengawasan diri, seseorang diajak mengenali kesalahan moral dan memperkuat kedekatan dengan Allah SWT. Dengan demikian, muhasabah memainkan peran penting dalam membentuk pribadi yang sadar, jujur, dan bertanggung jawab secara spiritual dan etis. Untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai konsep ini, diperlukan penelusuran makna secara konseptual, baik dari segi etimologis maupun terminologis.

¹ *Tazkiyatun-nafs* merupakan proses spiritual yang bertujuan menyucikan dan membina jiwa dari penyakit batin melalui pelaksanaan ibadah dan amal saleh. Lihat di Muhammad Yunan Harahap, Rustam Ependi, *Tazkiyatun-nafs dalam Membentuk Akhlakul Karimah*, (Yogyakarta: PT. Green Pustaka Indonesia, 2023), Hal. 10.

1. Secara Etimologis

Kata muhasabah dalam kamus *Al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur'ān* berasal dari akar kata *ḥasaba* – *yuhāsibu*, yang berarti bilangan atau bisa disebut juga dengan menghitung.² Berdasarkan Kamus Arab-Indonesia, istilah muhasabah berasal dari bahasa Arab yang berarti “perhitungan”.³ Istilah ini merujuk pada proses evaluasi diri secara sadar terhadap segala amal perbuatan, niat, serta kondisi hati seseorang, atau bisa disebut dengan istilah introspeksi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, introspeksi berarti proses meninjau dan mengevaluasi diri sendiri sebagai bentuk mawas diri.⁴

Kajian ilmiah juga memberikan penjelasan terkait konsep tersebut, khususnya dalam bidang psikologi, introspeksi dipahami sebagai suatu proses di mana individu secara sadar mengamati, mengevaluasi, dan

² Ar-Raghib Al-Ashfahani, *Al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur'ān*, terj. Ahmad Zaini Dahlan (Depok: Pustaka Khazānah Fawā'id), Hal. 498.

³ Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, (Jakarta: PT. Maḥmūd Yūnus wa Dhurriyyah, 2010), Hal. 102.

⁴ Sugiyono, Yeyen Maryani, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), Hal. 562.

merefleksikan pikiran, perasaan, serta pengalaman internal yang mereka alami.⁵ Pada dasarnya, introspeksi ini juga merupakan upaya reflektif yang dilakukan oleh orang-orang saleh dalam rangka meraih keselamatan dan kebahagiaan akhirat, yaitu surga yang dijanjikan oleh Allah SWT.⁶

2. Secara Terminologis

Pendekatan muhasabah ini juga melibatkan penguraian pandangan para ulama dan cendekiawan muslim yang telah mengkaji konsep muhasabah secara mendalam, sehingga pembahasan dapat disusun secara lebih terarah dan sistematis. Tokoh-tokoh penting dalam khazanah keilmuan Islam pun telah memberikan kontribusi berharga dalam merumuskan dan mengembangkan konsep muhasabah, baik dari segi teoritis maupun aplikatif. Pandangan-pandangan mereka menjadi landasan penting dalam memahami muhasabah

⁵ Zainudin, *Konsep Filosofis dan Mistis Dalam Memahami Cabang Pengetahuan Tentang Ketuhanan*, (Indramayu, PT. Adab Indonesia, 2025), Hal. 101-102.

⁶ Ibn al-Qayyim al-Jawzīyah, *Membersihkan Hati Dari Gangguan Setan*, terj. Bahauddin, Muslim Muslih, (Jakarta: Gema Insani, 2002), Hal. 97.

sebagai sarana introspeksi diri yang mendalam dalam kehidupan spiritual umat Islam.

Abdullah Safei dalam bukunya banyak mengutip pandangan para ulama terkait konsep muhasabah ini, adapun ulama yang beliau kutip pendapatnya seperti Al-Mishry yang memandang muhasabah sebagai bentuk introspeksi diri yang dilakukan secara sadar dengan tujuan untuk memotivasi akal dan jiwa agar senantiasa berada dalam koridor ketentuan Allah SWT. Beliau menekankan bahwa praktik ini dilandasi oleh kesadaran bahwa Allah Maha Mengetahui segala lintasan pikiran dan perbuatan manusia. Sementara itu, Al-Muhasibi, seorang tokoh sufi terkemuka, menyoroti pentingnya peran akal dalam muhasabah. Baginya, muhasabah adalah proses mengarahkan akal agar dapat secara konsisten melaksanakan amal-amal yang diridhai oleh Allah, serta menjaga diri dari godaan perbuatan yang tercela. Ia menekankan pentingnya kehati-hatian dan kesadaran intelektual dalam setiap tindakan. Adapun Ibn Qayyim al-

Jawzīyah menekankan muhasabah sebagai pertimbangan personal yang harus dilakukan sebelum seseorang bertindak. Menurutnya, muhasabah adalah fondasi utama dalam membangun ketaatan kepada Allah SWT. Dengan muhasabah, seseorang dapat menghindari perbuatan dosa dan pada akhirnya mencapai ketenangan batin yang hakiki.⁷

Esensi muhasabah terletak pada sikap reflektif yang ditandai dengan ketidakpuasan terhadap capaian amal kebaikan yang telah dilakukan. Individu senantiasa mengevaluasi diri dengan menyadari adanya kekurangan dalam pelaksanaan ketaatan, serta merasa bahwa ibadah yang dilakukan belum mencerminkan kemuliaan dan keagungan Allah SWT. secara proporsional.⁸

Uraian dari definisi etimologis dan terminologis tersebut menunjukkan, Muhasabah adalah proses berpikir secara sadar untuk menilai apa yang seseorang lakukan,

⁷Abdullah Safei, *Al-Qur'an Menjelaskan Gagasan Atomic Habits*, (Jakarta: Publica Indonesia Utama), Hal. 196

⁸ Sanerya Hendrawan, *Spiritual Management* (Bandung: Mizan, 2009), Hal. 41-42

pikirkan, dan rasakan. Ini bukan sekadar mengingat kejadian, tapi lebih kepada mengamati diri sendiri secara jujur melihat kembali tindakan, mempertimbangkan alasan di baliknya, dan mengenali kondisi batin yang menyertainya. Beberapa pemikir klasik yang telah diuraikan tersebut menyebutkan muhasabah sebagai cara untuk mengenali pola-pola yang membentuk perilaku seseorang. Mereka menekankan bahwa muhasabah bukan hanya soal benar atau salah, tetapi tentang sejauh mana seseorang memahami dirinya sendiri secara utuh.

B. Macam-macam dan Tujuan Muhasabah

1. Macam-macam Muhasabah

Praktik muhasabah memiliki variasi bentuk pelaksanaan yang ditinjau dari aspek waktu dan orientasi tujuannya. Ragam muhasabah ini menunjukkan bagaimana introspeksi diri bisa menjadi bagian dari rutinitas hidup yang terstruktur. Oleh karena itu, pembahasan berikut akan menguraikan jenis-jenis muhasabah yang lazim diterapkan dalam kehidupan

sehari-hari, sebagai bagian dari upaya dalam pengendalian dan perbaikan diri.

Gambaran mengenai pentingnya perencanaan amal di awal hari dan evaluasi diri di penghujungnya secara jelas diungkapkan oleh Ibnul Qudamah dalam karyanya *Minhāj al-Qāshidīn*. Dalam kitab tersebut, beliau menyampaikan bahwa seseorang sepatutnya mengawali harinya dengan menetapkan niat serta komitmen terhadap amal yang akan dilakukan, lalu menutup harinya dengan melakukan evaluasi atas diri sendiri.⁹ Pesan tersebut senada dengan pendapat Ibnul Qayyim al-Jauziyah, yaitu menekankan macam-macam pelaksanaan muhasabah secara komprehensif pada dua titik waktu utama, yaitu: muhasabah sebelum beramal dan muhasabah sesudah beramal.

a. Muhasabah Sebelum Beramal

⁹Ibnu Qudamah al-Maqdisy, *Minhāj al-Qāshidīn*, terj Ridwan Jami' Ridwan, (Kairo: Pustaka As Sunnah, 1994), Hal. 656

Jenis muhasabah yang pertama dilakukan pada tahap awal munculnya keinginan atau dorongan untuk melakukan suatu perbuatan. Dalam salah satu karya tulisnya, Ibnul Qayyim rahimahullah mengutip pendapat Hasan al-Bashri rahimahullah yang menyatakan: *“Semoga Allah merahmati seorang hamba yang berhenti kepada keinginannya. Jika itu karena Allah SWT. maka dia akan melanjutkannya dan jika karena yang lainnya maka dia akan mundur”*¹⁰

Dengan kata lain, inti tersebut adalah menumbuhkan sikap ikhlas dalam diri seseorang dan membiasakan kehati-hatian dalam mengambil tindakan, sehingga setiap langkah yang diambil benar-benar bersumber dari niat yang murni karena Allah SWT, bukan karena dorongan hawa nafsu yang dapat membawa kepada perbuatan dosa.

Ibn Taymiyyah mengatakan bahwa sebagaimana para ulama menjelaskan ungkapan Hasan al-Bashri

¹⁰ Ibn Taymiyyah, *Majmū‘ Fatāwā Ibn Taymiyyah: Ensiklopedia Ibnul Qayyim*, terj Firdaus Sanusi, Splohin, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2014), Hal. 151

tersebut memberikan kerangka refleksi diri berbentuk pertanyaan pada diri sendiri sebelum melakukan amal perbuatan, membagi menjadi empat macam yaitu :

Pertama, apakah perbuatan yang akan dilakukannya berada dalam lingkup kemampuannya atau tidak?

Kedua, Apakah melakukan lebih baik daripada meninggalkannya? *Ketiga*, Apakah niatnya dalam melakukan perbuatan tersebut semata-mata karena Allah SWT atau tidak? *Terakhir*, Apa saja sarana yang dapat membantunya untuk merealisasikan perbuatan tersebut?¹¹

Setelah disebutkan empat bentuk pertanyaan reflektif berdasarkan penjelasan sebagian ulama terhadap ungkapan Hasan al-Bashri sebagaimana dikutip oleh Ibn Taymiyyah, berikut ini akan diuraikan penjelasan masing-masing poin untuk memperjelas

¹¹ Ibn al-Qayyim al-Jawzīyah, *Mawaridul Aman Al-Muntaqa min Ighatsatul Lahfan fi Mashayidisy Syait: Managemen Qalbu: Melumpuhkan Senjata Syetan*, terj Ainul Haris Umar Arifin Thayib, (Jakarta: Darul Falah, 2005), Hal. 118.

maksud serta urgensi dari setiap pertimbangan dalam praktik muhasabah sebelum melakukan suatu amal.

1) *Apakah perbuatan yang akan dilakukannya berada dalam lingkup kemampuannya atau tidak ?*

Dalam muhasabah, individu perlu menilai apakah tindakannya sesuai dengan kapasitas dirinya sebagai hamba Allah SWT. Kesadaran akan keterbatasan manusia yang lemah dan bergantung pada pertolongan Allah menjadikan pertanyaan ini sangat penting.¹² Karena Islam datang dengan penuh kelembutan dan kemudahan, tidak memberikan beban melebihi kemampuan pemeluknya.¹³ Maka agar tindakan tersebut proporsional dan tidak memberatkan, diperlukan persiapan yang matang baik secara spiritual

¹² Kesadaran ini merujuk pada pemahaman bahwa manusia sebagai hamba Allah SWT. pada hakikatnya memiliki sifat dasar yang lemah, terbatas, dan tidak memiliki kemandirian mutlak, sehingga secara esensial memerlukan pertolongan serta bergantung sepenuhnya kepada Allah SWT. Lihat di Armawati Arbi, *Komunikasi Intrapribadi: Integrasi Komunikasi Spritual, Komunikasi Islam, dan Komunikasi Lingkungan*, (Jakarta: Kencana, 2019), Hal. 150.

¹³ Fahmi Ahmad Jawwas, *Formulasi Metode Tafsir Ahkam: Studi Kasus Tentang Perubahan Hukum di Masa Pandemi*, (Jakarta: Publica Indonesia Utama, 2023), Hal. 209.

maupun kemampuan diri sebagai bekal menjalankan perintah Allah sesuai kemampuan.

2) *Apakah melakukan lebih baik daripada meninggalkannya ?*

Peneliti menilai bahwa dalam muhasabah, sikap hati-hati menjadi elemen penting dalam menilai setiap tindakan. Seorang mukmin tidak serta-merta melakukan suatu perbuatan tanpa mempertimbangkan akibatnya.

Sikap berhati-hati dalam bertindak mencerminkan kedalaman iman, karena seorang yang beriman akan menimbang apakah suatu perbuatan lebih baik dilakukan atau justru ditinggalkan dengan mempertimbangkan apakah hal tersebut membawa pahala dan manfaat, atau sebaliknya, mendatangkan dosa dan kerugian.¹⁴

Dengan demikian, muhasabah ini menjaga agar

¹⁴ Muhammad Hafizh, *Keinginan dan Harapan dalam Al-Qur'an: Thematic Study: The Interpretation Of Lafaz Al-Tama'*, (Semarang: CV. Green Publisher Indonesia, 2023), Hal. 37.

amal yang dipilih benar-benar membawa kebaikan secara lahir dan bathin.

3) *Apakah niatnya dalam melakukan perbuatan tersebut semata-mata karena Allah atau tidak ?*

Niat yang tidak tulus berpotensi merusak amal, integritas spiritual, bahkan menggugurkan nilai pahala. Sebaliknya, niat yang benar dan ikhlas karena Allah SWT akan mengarahkan amal pada jalan yang lurus, memperkuat dimensi spiritual, serta membuka peluang diterimanya amal di sisi-Nya.¹⁵

Peneliti menilai bahwa pertanyaan ini merupakan elemen sentral dalam kerangka refleksi muhasabah, karena evaluasi terhadap niat menjadi landasan utama dalam mengukur kemurnian iman dan keikhlasan seorang hamba. Melalui muhasabah, individu didorong untuk meninjau

¹⁵ Yusuf Al-Qaradhawi, *Fī al-Ṭarīq ilā Allāh: An-Niyyah wa al-Ikhlās, Fī al-Ṭarīq ilā Allāh: At-Tawakkal Serahkan Hidupmu Hanya Pada Allah: Niat, Ikhlas dan Tawakkal*, terj. Kathur Suhardi, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2023), Hal. 155.

kembali motivasi paling mendasar dari setiap amal yang dilakukan, apakah semata-mata dilandasi keinginan untuk meraih keridhaan Allah SWT atau justru diselimuti oleh ambisi terhadap pengakuan, kepentingan pribadi, dan tujuan-tujuan duniawi.

4) *Apa saja sarana yang dapat membantu merealisasikan perbuatan tersebut ?*

Peneliti menilai bahwa dalam perspektif spiritual, sarana untuk merealisasikan suatu perbuatan tidak semata-mata merujuk pada aspek teknis seperti alat atau strategi yang digunakan, melainkan juga mencakup dimensi batiniah berupa kesungguhan hati dan sikap tawakal kepada Allah SWT. Dengan kata lain, kesiapan spiritual dan ketergantungan kepada Tuhan menjadi komponen esensial dalam mendukung keberhasilan suatu tindakan.

Sebab, salah satu penyebab utama seseorang gagal bertahan dalam menghadapi tantangan

adalah lemahnya tekad yang tertanam dalam dirinya. Tekad yang kuat merupakan pondasi awal yang penting untuk menghadapi rintangan, namun dalam konteks keimanan, kekuatan tekad manusia memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, agar jiwa benar-benar kokoh, diperlukan keterlibatan Allah SWT sebagai sumber kekuatan yang hakiki.¹⁶

Dalam hal ini, bentuk konkret dari upaya spiritual tersebut adalah *isti'anah billah*, yakni memohon pertolongan kepada Allah. Maka, pengokohan tekad yang disertai dengan permohonan pertolongan kepada-Nya menjadi sarana utama dalam merealisasikan suatu perbuatan secara utuh.

Peneliti memandang keempat pertanyaan reflektif tersebut sebagai landasan penting dalam proses muhasabah sebelum beramal. Pertanyaan-pertanyaan ini membantu individu menilai kesiapan diri secara fisik, emosional, dan spiritual,

¹⁶ Muhammad Faris. A, *Bermakna Tanpa Kata*, (Indramayu: PT. Adab Indonesia, 2025), Hal. 4.

memastikan amal membawa manfaat bagi keimanan, dilandasi niat yang tulus karena Allah, serta dilakukan dengan sarana yang sesuai syariat dan disertai tawakkal. Dengan demikian, keempatnya berperan sebagai instrumen yang saling melengkapi untuk menjamin kualitas dan keutuhan amal yang dilakukan.

b. Muhasabah Setelah Beramal

Menurut Ibnul Jauziyah, jenis muhasabah yang dilakukan setelah selesainya amal terbagi menjadi tiga bentuk yaitu: *Pertama*, muhasabah terhadap ketaatan, yang difokuskan pada pengenalan kekurangan dalam menunaikan hak-hak Allah. Ia menjelaskan bahwa seseorang bisa saja melaksanakan amal ketaatan, namun tidak secara sempurna dalam memenuhi tuntutan yang seharusnya. *Kedua*, dilakukan dengan menilai suatu perbuatan yang telah dikerjakan, namun

sejatinya lebih utama jika ditinggalkan.¹⁷ Dalam hal ini, individu merefleksikan bahwa amal tersebut, meskipun tampak baik, tidak memberikan manfaat yang signifikan atau bahkan berpotensi mengurangi nilai dirinya. Oleh karena itu, melalui muhasabah ini, seseorang diarahkan untuk lebih selektif dalam memilih amal, dengan mempertimbangkan apakah meninggalkannya justru membawa maslahat yang lebih besar. *Ketiga*, Setiap individu perlu mengintrospeksi dirinya, termasuk dalam hal-hal mubah dan rutinitas harian, dengan menilai orientasi niat di balik perbuatannya. Jika dilakukan karena Allah dan demi akhirat, maka hal itu akan bernilai dan membawa keberuntungan. Namun, jika semata-mata demi kepentingan duniawi yang fana, perbuatan tersebut

¹⁷ Ibn al-Qayyim al-Jawzīyah, *Mawārid al-Amān al-Muntaqā min Ighāṣat al-Lahfān fī Mashāyid al-Shayṭ: Managemen Qalbu: Melumpuhkan Senjata Syetan*, terj Ainul Haris Umar Arifin Thayib (Jakarta: Darul Falah, 2005), Hal. 119.

berpotensi mendatangkan kerugian dan menghalangi keberhasilan hakiki.¹⁸

Dapat peneliti simpulkan, bahwa pelaksanaan muhasabah merupakan suatu proses refleksi diri yang dilaksanakan sebelum dan sesudah melakukan suatu tindakan, guna memastikan bahwa setiap perbuatan didasarkan pada pertimbangan yang rasional serta niat yang ikhlas. Pada tahap pra amal, individu menunda pelaksanaan tindakan untuk mengevaluasi manfaat dan maslahat yang mungkin diperoleh dari perbuatan tersebut. Sedangkan pada tahap pasca amal, muhasabah berfungsi untuk menilai kesempurnaan pelaksanaan ketaatan, mempertimbangkan relevansi dan manfaat amal yang telah dilakukan, serta mengkaji motivasi di balik perbuatan tersebut agar bernilai positif di hadapan Allah dan tidak semata-mata didorong oleh kepentingan duniawi.

¹⁸ Ibn al-Qayyim al-Jawzīyah, *Mawārid al-Amān al-Muntaqā min Ighāṣat al-Lahfān fī Mashāyid al-Shayṭ: Managemen Qalbu: Melumpuhkan Senjata Syetan*, terj Ainul Haris Umar Arifin Thayib (Jakarta: Darul Falah, 2005), Hal. 120.

2. Tujuan Muhasabah

Walaupun muhasabah telah menjadi topik yang sering dibahas, penjelasan mengenai tujuannya tetap penting untuk dikaji secara lebih mendalam. Pemaparan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih terarah serta menjadi landasan dalam mengimplementasikan muhasabah secara tepat dalam kehidupan seorang muslim. Oleh karena itu, peneliti mengutip pendapat Jamaluddin El-Banjary yang menguraikan beberapa tujuan dari muhasabah dari bukunya, ada tujuh macam tujuan dari muhasabah ini, yaitu: *Pertama*, mengenal kelebihan dan kekurangan sendiri, *kedua*, memperoleh ganjaran pahala dari Allah SWT. *ketiga*, menjauhkan dari akhlak tercela, *keempat*, menemukan rasa tentram dan ketenangan hidup, *kelima*, mendapatkan kemuliaan di dunia dan akhirat, *keenam*,

meraih kecintaan dan keridhaan dari Allah SWT. *ketujuh*, memperoleh ganjaran surga.¹⁹

Setelah menguraikan tujuh macam tujuan muhasabah menurut Jamaluddin El-Banjary, berikut ini akan dijelaskan secara lebih rinci masing-masing poin tersebut guna memperjelas makna dan implikasinya dalam kehidupan seorang muslim.

a. Mengenal kelebihan dan kekurangan sendiri

Pemahaman terhadap diri sendiri, termasuk menyadari kelebihan dan kekurangan, menjadi langkah penting dalam membentuk rasa percaya diri. Ketika seseorang memahami potensi yang dimilikinya, ia akan lebih mudah mengembangkannya. Sebaliknya, dengan mengenali kelemahan, ia dapat menghindari kegagalan yang sama di masa depan dan memperbaiki diri secara

¹⁹ Jamaluddin El-Banjary, *Authentic Happiness : 25 kunci kebahagiaan sejati dengan pendekatan sufistik*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2021), Hal. 186. Lihat juga di. Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, *Thibbil Qulub: Klinik Penyakit Hati, terj Fib Bawaan Arif Topan*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2018), Hal. 70.

lebih efektif. Kesadaran diri inilah yang kemudian mendorong perubahan positif dalam kehidupan.²⁰

b. Memperoleh ganjaran pahala dari Allah SWT.

Dalam melakukan muhasabah, seseorang berusaha mengarahkan seluruh aktivitas hidupnya sesuai dengan tuntunan Allah SWT. Dengan demikian, setiap perbuatan yang dilakukan tidak hanya menjadi refleksi diri, tetapi juga bernilai ibadah yang mendatangkan pahala serta membawa manfaat dan keberkahan dalam kehidupannya.²¹

c. Menjauhkan dari akhlak tercela

Dengan rutin melakukan muhasabah terhadap setiap ucapan, perilaku, dan tindakan, seseorang akan termotivasi untuk menjaga keselarasan dengan tuntunan Allah SWT.²² Kebiasaan inilah berperan sebagai mekanisme pengendalian diri yang efektif,

²⁰ Hana Makmun, *Life Skill Personal Self Awareness*, (Yogyakarta: Budi Utama, 2017), Hal. 43.

²¹ Muhammad Basyrul Muvid, *Tasawuf Kontemporer*, (Jakarta: Amzah, 2020), Hal. 133

²² M. Abdul Mujieb, Ahmad Ismail, Syafi'ah, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta: Mizan Publika, 2009), Hal. 132.

sehingga membantu mencegah individu dari melakukan perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai moral dan agama.

d. Menemukan rasa tentram dan ketenangan hidup

Muhasabah secara esensial merupakan bagian dari amal kebajikan. Ahmad Kamaluddin mengemukakan bahwa dalam doktrin Islam, perbuatan baik didefinisikan sebagai segala bentuk amal yang diridhai oleh Allah SWT. Keridhaan ilahi ini, apabila tercapai, akan melahirkan ketenangan jiwa dan kebahagiaan batin bagi pelakunya. Oleh karena itu, menurut ajaran Al-Qur'an, muhasabah dipandang sebagai amalan yang patut dilakukan secara konsisten, karena termasuk dalam kategori perbuatan yang mendatangkan ridha Allah SWT.²³

e. Mendapatkan kemuliaan di dunia dan akhirat

²³ Ahmad Kamaluddin, *Kontribusi Regulasi Emosi Qur'ani Dalam Membentuk Perilaku Positif*, (Surabaya, Cipta Media Nusantara, 2022), Hal. 244

Akhlak memiliki dua tujuan utama, yaitu mewujudkan kebahagiaan di dunia maupun di akhirat,²⁴ yang dapat dicapai melalui muhasabah sebagai proses refleksi diri yang penting. Melalui muhasabah, seseorang dapat membersihkan diri dari sifat-sifat negatif dan meningkatkan kualitas akhlaknya, sehingga memperoleh kemuliaan di dunia berupa kehormatan, kedamaian, dan keberkahan hidup. Selain itu, muhasabah juga mempersiapkan individu untuk meraih kemuliaan hakiki di akhirat, seperti ampunan, rahmat, dan derajat yang mulia di sisi Allah. Oleh karena itu, muhasabah berfungsi sebagai mekanisme utama dalam pencapaian kemuliaan sejati, yakni dunia dan akhirat.

f. Meraih kecintaan dan keridhaan Allah SWT.

Setiap titik tujuan dalam hidup yang ingin dituju pasti memiliki cara dan tahap untuk mencapainya.

²⁴ Ahmad Sahnan, "Konsep Akhlak dalam Islam dan Kontribusinya Terhadap Konseptualisasi Pendidikan Dasar Islam", *Ar-Riyah: Jurnal Pendidikan Dasar*, Vol 2, No 2, (2018), Hal 101

Muhasabah mendorong seseorang untuk menyadari dan memperbaiki kesalahan yang berujung pada dosa. Melalui proses ini, seseorang akan semakin mendekatkan diri kepada Allah SWT. Kedekatan tersebut menjadi jalan untuk meraih ridha dan cinta-Nya, yang merupakan tujuan utama dari muhasabah.²⁵

g. Memperoleh ganjaran surga

Tujuan akhir dari muhasabah adalah memperoleh bentuk balasan tertinggi atas usaha seorang hamba pada kesadaran diri, perbaikan akhlak, dan kedekatan dengan Allah SWT. dengan mengenali kekurangan, menghindari dosa, dan meraih pahala serta ridha-Nya, seseorang dipersiapkan untuk kehidupan abadi. Semua proses ini bermuara pada tujuan utama dari muhasabah, yaitu mendapatkan ganjaran surga sebagai balasan atas usaha memperbaiki diri di dunia.

Peneliti menyimpulkan bahwa muhasabah atau introspeksi diri merupakan praktik penting dalam Islam

²⁵ Muhammad Amri, "Perspektif Kaum Sufi Tentang Cinta Tuhan" *Jurnal Al Hikmah*, Vol XIV, No 1, (2013), Hal. 149.

sebagai sarana evaluasi diri untuk mengenali kelebihan dan kekurangan. Melalui muhasabah, seseorang dapat mengembangkan potensi diri serta memperbaiki kekurangan agar tidak mengulangi kesalahan. Kesadaran diri yang lahir dari muhasabah menjadi landasan perubahan positif, dan jika dilakukan dengan niat yang benar sesuai tuntunan Allah SWT, muhasabah bernilai ibadah. Hal ini mendatangkan pahala, keberkahan, dan memperkuat hubungan dengan Allah, serta menjadi jalan meraih ridha-Nya dan kedudukan mulia di akhirat.

C. Konsekuensi Meninggalkan Muhasabah

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, muhasabah merupakan salah satu elemen penting dalam pembentukan karakter dan penguatan dimensi spiritual seseorang. Meskipun memiliki peran yang signifikan, tidak semua individu menjadikan muhasabah sebagai bagian dari rutinitas harian atau kebutuhan batiniah yang perlu dipenuhi secara konsisten. Ketika praktik ini mulai terabaikan, dapat muncul berbagai dampak yang memengaruhi cara berpikir, perilaku,

serta kondisi psikologis seseorang secara keseluruhan. Oleh karena itu, untuk memperkuat kesadaran akan urgensi muhasabah, perlu dilakukan telaah lebih lanjut terhadap berbagai konsekuensi yang mungkin timbul akibat pengabaian terhadap praktik ini. Beberapa dampak tersebut adalah sebagai berikut:

1. Menutup mata dari berbagai akibat

Meninggalkan muhasabah dapat mengakibatkan seseorang tidak menyadari kesalahan dan dosa yang telah diperbuat. Tanpa refleksi diri, individu cenderung mengabaikan dampak buruk dari perbuatannya, baik terhadap diri sendiri, keluarga, maupun lingkungan sekitar.²⁶ Lebih jauh, hilangnya kesadaran untuk mengevaluasi diri juga dapat menyebabkan seseorang tidak lagi merasa bersalah, meskipun telah banyak melakukan pelanggaran moral maupun spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa muhasabah berperan penting dalam

²⁶ Ibn al-Qayyim al-Jawzīyah, *Tibb al-Qulūb: Klinik Penyakit Hati*, terj. Fib Bawaan Arif Topan, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2018), Hal. 66.

menjaga kesadaran etis dan tanggung jawab spiritual seorang muslim.

2. Larut dalam keadaan

Efek negatif berikutnya dari ketidakmampuan melakukan muhasabah adalah seseorang akan terlarut dalam kondisi yang dialaminya, sehingga ia dikendalikan oleh keadaan tersebut, bukan oleh Tuhan sebagai pemilik dan pengatur segala keadaan.²⁷ Peneliti melihat, individu yang terlarut dalam kondisi ini cenderung kehilangan kesadaran diri ketika berada dalam masa kegembiraan dan mudah putus asa saat menghadapi kesulitan.

3. Mengandalkan Ampunan Allah

Meninggalkan muhasabah dan hanya mengandalkan ampunan Allah tanpa disertai taubat yang sungguh-sungguh dapat berdampak negatif terhadap perkembangan spiritual individu. Ketidakterlibatan dalam evaluasi diri menyebabkan stagnasi dalam perbaikan pribadi, sehingga kesalahan yang sama berpotensi

²⁷ Ahmad Yani, *Be Excellent: Menjadi Pribadi Terpuji*, (Depok: Al-Qalam, 2007), Hal. 207.

berulang.²⁸ Hal ini dapat menurunkan kualitas iman dan ketakwaan seseorang. Oleh karena itu, muhasabah merupakan langkah penting dalam proses taubat yang tulus, sebagai wujud tanggung jawab pribadi dalam memperbaiki diri sekaligus upaya untuk meraih ampunan Allah secara efektif.

Dalam hal ini Peneliti menegaskan, bahwa muhasabah memiliki peran penting dalam menjaga kesadaran moral dan spiritual seseorang. Melalui analisis terhadap aspek negatif dalam meninggalkan muhasabah ini, dijelaskan bahwa mengabaikan muhasabah dapat membuat seseorang tidak menyadari kesalahan yang telah dilakukan, mudah terbawa oleh keadaan, dan hanya mengandalkan ampunan Allah tanpa usaha untuk berubah. Kondisi ini berpotensi menghambat proses perbaikan diri dan menurunkan kualitas keimanan. Oleh karena itu, muhasabah dipandang sangat

²⁸ Ibn al-Qayyim al-Jawzīyah, *Thibb al-Qulub, Tombo Ati: Cerdas Mengobati Hati Sendiri*, terj. Muhammad Babul Ulum, Edi Henri M, (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2005), Hal. 103.

penting dalam membentuk tanggung jawab individual serta mendorong perkembangan spritual yang lebih positif.

D. Term Muhasabah dalam Al-Qur'an

Berikut adalah beberapa derivasi dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan turunan asal kata dari حسب yang dirujuk dari kitab *Mu'jam al-Mufahraz li Alfāz al-Qur'ān* yang terdapat dalam 39 derivasi kata pada 108 ayat berbeda dan tersebar dalam 39 surah.²⁹ Karena terdapat beragam variasi redaksi kata, peneliti menyajikannya dalam bentuk tabel sebagai berikut:

No	Redaksi Kata	Jumlah Surah	Nama Surah
1	حَسِبَ	5	QS. Al-Kahf (18): 102, QS. al-‘Ankabūt (29): 2, QS. al-‘Ankabūt (29): 4, QS. Al-Jasiyah (45): 21, QS. Muḥammad (47): 29
2	حَسِبْتَ	1	QS. Al-Kahf (18): 9
3	حَسِبْتُمْ	4	QS. Al-Baqarah (2): 214, QS. Ali’Imran (3): 142, QS. Al-Taubah (9): 16, QS. al-Mu’minūn (23): 115.
4	حَسِبْتُهُ	1	QS. Al-Naml (27): 44
5	حَسَابُهُمْ	1	QS. Al-Anbiya (21): 1

²⁹ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li alfaz Al-Qur'an*, (Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1364 H), Hal. 200.

6	حَسِبُوا	1	QS. Al-Maidah (5): 71
7	تَحْسَبُ	1	QS. Al-Furqan (25) : 44
8	تَحْسِبَنَّ	5	QS. Ali'Imran (3): 169, QS. Ali'Imran (3): 188, QS. Ibrahim (14): 42, QS. Ibrahim (14): 47, QS. Al-Nur (24): 57.
9	تَحْسِبَهُمْ	1	QS. Ali'Imran (3): 188
10	تَحْسِبُهَا	1	QS. Al-Naml (27): 88
11	تَحْسِبُهُمْ	2	QS. Al-Kahf (18): 18, QS. al-Hashr(24): 14
12	تَحْسِبُونَهُ	1	QS. Al-Nur (24): 15
13	تَحْسِبُوهُ	2	QS. Ali'Imran (3): 78, QS. Al-Nur (24): 11
14	يَحْسَبُ	5	QS. al-Qiyamah (75): 3, QS. al-Qiyamah (75): 36, QS. Al-Balad (90): 5, QS. Al-Balad (90): 7, QS. AlHumazah (104): 3.
15	يَحْسِبَنَّ	3	QS. Ali'Imran (3): 178, QS. Ali'Imran (3): 180, QS. Al-Anfal (8): 59.
16	يَحْسِبُهُ	1	QS. Al-Nur (24): 39
17	يَحْسِبُهُمْ	1	QS. Al-Baqarah (2): 273
18	يَحْسِبُونَ	8	QS. Al-A'raf (7): 30, QS. Al-Kahf (18): 104, QS. al-Mu'minun (23): 55, QS. Al-Ahzab (33): 20, QS. Al-Zukhruf (43): 37, QS. Al-Zukhruf (43): 80, QS. Al-Mujadalah (58): 18, QS. Al-Munafiqun (63): 4.
19	فَحَاسِبْنَهَا	1	QS. Al-Talaq (65): 8
20	يُحَاسِبُكُمْ	1	QS. Al-Baqarah (2): 284
21	يُحَاسِبُ	1	QS. al-Inshiqāq (84): 8
22	يَحْتَسِبُ	1	QS. Al-Talaq (65): 3
23	يَحْتَسِبُوا	1	QS. al-Hashr(59): 2

24	يَحْتَسِبُونَ	1	QS. Al-Zumar (39): 47
25	حَسْبِكَ	2	QS. Al-Anfal (8): 62, QS. Al-Anfal (8): 64.
26	حَسْبُنَا	3	QS. Ali'Imran (3): 173, QS. Al-Maidah (5): 104, QS. Al-Taubah (9): 59.
27	حَسْبُهُ	2	QS. Al-Baqarah (2): 206, QS. Al-Talaq (65): 3
28	حَسْبَهُمْ	2	QS. Al-Taubah (9): 68, QS. Al-Mujadalah (58): 8.
29	حَسْبِيَ	2	QS. Al-Taubah (9): 129, QS. Al-Zumar (39): 38.
30	الْحَسْبُ لِي	2	QS. Al-An'am (6): 62, QS. Al-Anbiya' (21): 47.
31	حِسَابِ	25	QS. Al-Baqarah (2): 202, QS. Al-Baqarah (2): 212, QS. Ali'Imran (3): 19, QS. Ali'Imran (3): 28, QS. Ali'Imran (3): 38, QS. Ali'Imran (3): 199, QS. Al-Maidah (5): 4, QS. Yunus (10): 5, QS. Al-Ra'd (13): 18, QS. Al-Ra'd (13): 21, QS. Al-Ra'd (13): 40, QS. Al-Ra'd (13): 41, QS. Ibrahim (14): 41, QS. Ibrahim (14): 51, QS. Al-Isra' (17): 12, QS. Al-Nur (24): 38, QS. Al-Nur (24): 39, QS. Sad (38): 16, QS. Sad (38): 26, QS. Sad (38): 39, QS. Sad (38): 53, QS. Al-Zumar (39): 10, QS. Gafir (40): 17, QS. Gafir (40): 27, QS. Gafir (40): 40
32	حِسَابًا	4	QS. Al-Talaq (65): 8, QS. Al-Naba' (78): 27, QS. Al-Naba' (78): 36, QS. al-

			Inshiqāq (84): 8.
33	حِسَابُكَ	1	QS. Al-An'am (6): 52
34	حِسَابُهُ	2	QS. al-Mu'minūn (23): 117, QS. Al-Nur (24): 39.
35	حِسَابِهِمْ	4	QS. Al-An'am (6): 52, QS. Al-An'am (6): 69, QS. Al-Syu'ara (26): 113, QS. Al-Gasyiyah (88): 26.
36	حِسَابِيَّةَ	2	QS. Al-Haqqah (69): 20, QS. Al-Haqqah (69): 26.
37	حَسِيبًا	4	QS. Al-Nisa' (4): 6, QS. Al-Nisa' (4): 86, QS. Al-Isra' (17): 14, QS. Al-Ahzab (33): 39.
38	حُسْبَانٍ	1	QS. Ar-Rahman (55): 5
39	حُسْبَانًا	2	QS. Al-An'am (6): 96, QS. Al-Kahf (18): 40.

Peneliti menganalisis bahwasanya ternyata tidak seluruh ayat tersebut secara eksplisit membahas tentang perhitungan amal perbuatan atau berkaitan dengan muhasabah yang berasal dari turunan kata *حسب*. Oleh karena itu peneliti akan menguraikan makna-makna dari term *حسب* tersebut sebagai berikut:

Pertama, term *حسب* yang bermakna mengira, menganggap, atau menyangka terdapat dalam 41 ayat dalam

18 surah yang berbeda.³⁰ Dalam hal ini peneliti melihat makna tersebut menggambarkan persepsi atau prasangka manusia terhadap sesuatu hal. Contohnya dalam QS. Al-Baqarah (2) : 214 :

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخِلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسْتَهْزِئِينَ
وَالضَّرَاءُ وَرُلُّوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصْرُ اللَّهِ أَلَا إِنَّ نَصْرَ
اللَّهِ قَرِيبٌ

Artinya: “Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan, dan diguncang (dengan berbagai cobaan) sehingga Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya berkata, “Kapankah datang pertolongan Allah? ”Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.”

Kedua, term **حسب** yang bermakna hitung digunakan dalam 52 ayat yang tersebar di 22 surah,³¹ makna ini merujuk pada proses perhitungan, seperti perhitungan amal pada hari kiamat. Contohnya :

ثُمَّ رُدُّوا إِلَى اللَّهِ مَوْلَاهُمُ الْحَقُّ أَلَا لَهُ الْحُكْمُ وَهُوَ أَسْرَعُ الْحُسَيْنِ

Artinya: “Kemudian mereka (hamba-hamba Allah) dikembalikan kepada Allah, Penguasa mereka yang sebenarnya. Ketahuilah bahwa segala hukum (pada hari itu)

³⁰ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li al-faz Al-Qur'an*, (Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1364 H), Hal. 200.

³¹ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li al-faz Al-Qur'an*, (Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1364 H), Hal. 200.

hanya milik-Nya, Dialah pembuat perhitungan yang paling cepat”.

Ketiga, term *حسب* yang bermakna cukup, dalam Al-Qur'an kata ini muncul sebanyak 12 ayat dalam 9 surah, sering menunjukan sifat Allah sebagai Dzat yang Maha mencukupi, contohnya:

وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَنْ يَتَّوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ۚ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

Artinya: “Dan menganugerahkan kepadanya rezeki dari arah yang tidak dia duga. Siapa yang bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)-nya. Sesungguhnya Allahlah yang menuntaskan urusan-Nya. Sungguh, Allah telah membuat ketentuan bagi setiap sesuatu”.

Keempat, term *حسب* yang bermakna tanggung jawab, terdapat 2 kali dalam 1 surah,³² contohnya:

وَلَا تَطْرُدِ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ مَا عَلَيْكَ مِنْ حِسَابِهِمْ مِنْ شَيْءٍ وَمَا مِنْ حِسَابِكَ عَلَيْهِمْ مِنْ شَيْءٍ فَتَطْرُدَهُمْ فَتَكُونَ مِنَ الظَّالِمِينَ

Artinya: “Janganlah engkau (Nabi Muhammad) mengusir orang-orang yang menyeru Tuhannya pada pagi dan petang hari, sedangkan mereka mengharap keridaan-Nya. Engkau tidak memikul tanggung jawab sedikit pun terhadap perbuatan mereka dan mereka (pun) tidak memikul tanggung jawab sedikit pun terhadap perbuatanmu, sehingga engkau

³² Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li al-faz Al-Qur'an*, (Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1364 H), Hal. 200.

(tidak berhak) mengusir mereka. (Jika dilakukan,) engkau termasuk orang-orang yang zalim”.

Kelima, term حسب yang bermakna petir, dalam hal ini hanya terdapat pada QS. Al-Kahf (18) : 40 yaitu:

فَعَسَىٰ رَبِّي أَن يُؤْتِيَنِي خَيْرًا مِّنْ جَنَّتِكَ وَيُرْسِلَ عَلَيْهَا حُسْبَانًا مِّنَ السَّمَاءِ فَتُصْبِحَ صَعِيدًا زَلَقًا

Artinya: “Mudah-mudahan Tuhanku akan memberikan kepadaku (kebun) yang lebih baik daripada kebunmu (ini) dan mengirimkan petir dari langit ke kebunmu sehingga (kebun itu) menjadi tanah yang licin”

E. Sinonimitas Term حسب

Dalam studi leksikal bahasa Arab, banyak ditemukan term yang memiliki kesamaan makna namun berbeda dalam konteks penggunaan, nuansa semantik dan tingkat kepastian maknawi. Fenomena sinonimitas ini tidak hanya mencerminkan kekayaan kosakata bahasa Arab, tetapi juga menunjukkan kerumitan dalam memahami makna yang tersirat di balik penggunaan suatu kata.³³

³³ Aulawi, Alfani, and Akmaliah Akmaliah. "Makna Leksikal dan Makna Gramatikal dalam Bahasa Arab." *MUHIBBUL ARABIYAH: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab* 5.1 (2025). Hal. 27.

Salah satu contohnya dapat dilihat dalam penggunaan kata *زعم* dan *ظن*. keduanya sering diterjemahkan sebagai “menyangka ”atau “mengira”. Berikut kami uraikan pemahaman terkait dengan 2 term tersebut:

1. Term *زعم*

Secara etimologis, kata *زعم* mengandung makna dasar seperti menduga, mengira, mengklaim, atau beranggapan.³⁴ Kata ini mencerminkan suatu pernyataan atau anggapan yang sering kali tidak disertai dengan bukti yang kuat dan dalam banyak konteks, mengandung unsur ketidakpastian atau keraguan terhadap kebenarannya.

Berdasarkan penelusuran dalam *Mu'jam al-Mufahras li Alfāz al-Qur'ān al-Karīm*, term *زعم* dan berbagai bentuk derivasinya tercatat muncul dalam 7 bentuk derivasi yang tersebar di dalam 10 surat dan disebutkan dalam total 19 ayat.³⁵

³⁴ A. Thoha Husein Al-Mujahid, A. Atha'illah Fathoni Al-Khalil, *Kamus Al-Wafi Indonesia-Arab*, (Jakarta: Gema Insani, 2016), Hal. 619

³⁵ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li alfaẓ Al-Qur'an*, (Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1364 H), Hal. 330.

Salah satu contoh ayat dari term زَعَم yang makna ayatnya itu bisa dikategorikan dengan term dalam muhasabah, yaitu dalam QS. at-Taghābun (64) : 7

زَعَمَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنْ لَنْ يُبْعَثُوا قُلْ بَلَىٰ وَرَبِّي لَتُبْعَثُنَّ ثُمَّ لَتُنَبَّؤُنَّ بِمَا عَمِلْتُمْ وَذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ

Artinya: “Orang-orang yang kufur mengira bahwa sesungguhnya mereka tidak akan dibangkitkan. Katakanlah (Nabi Muhammad), “Tidak demikian. Demi Tuhanku, kamu pasti akan dibangkitkan, kemudian pasti akan diberitakan apa yang telah kamu kerjakan. ”Yang demikian itu mudah bagi Allah.”

2. Term ظن

Secara etimologis, kata ظن yang memiliki makna dasar seperti mengira, menduga, atau menyangka.³⁶ Kata ini digunakan untuk menggambarkan suatu bentuk keyakinan yang belum mencapai tingkat kepastian, sehingga cenderung bersifat subjektif dan belum terverifikasi kebenarannya secara mutlak.

Kata ظن tercatat dalam al-Mu‘jam al-Mufahras li-Alfāz al-Qur’ān muncul sebanyak 7 kali yang tersebar

³⁶ A. Thoha Husein Al-Mujahid, A. Atha'llah Fathoni Al-Khalil, *Kamus Al-Wafi Indonesia-Arab*, (Jakarta: Gema Insani, 2016), Hal. 963

dalam 7 surah yang berbeda.³⁷ Setiap kemunculannya membawa makna yang bervariasi sesuai dengan konteks ayat, namun secara umum tetap berkaitan dengan makna dasar seperti menduga, mengira, atau menyangka.

Salah satu contoh ayat yang memiliki relevansi dengan konsep muhasabah terdapat dalam QS. al-Inshiqāq (84) : 14 yaitu :

إِنَّهُ ظَنَّ أَنْ لَنْ يَحُورَ

Artinya: “Sesungguhnya dia mengira bahwa dia tidak akan kembali (kepada Tuhannya)”.

F. Ayat-Ayat Muhasabah Dalam Al-Qur'an

Dalam menganalisis ayat-ayat yang berkaitan dengan konsep muhasabah, peneliti memfokuskan kajian pada ayat-ayat yang mengandung kata dari akar **حَسَبَ**, karena term muhasabah berasal dari akar tersebut. Ayat-ayat ini dianggap paling relevan dalam menggambarkan makna muhasabah sebagai proses evaluasi dan introspeksi diri.

Namun, peneliti juga melihat adanya kesamaan makna antara term tersebut dengan term lain dalam al-Qur'an,

³⁷ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li al-faz Al-Qur'an*, (Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1364 H), Hal. 439.

seperti ظَن dan زَعَم. Kedua term ini memiliki arti yang berkaitan dengan penilaian atau dugaan, yang secara makna masih sejalan dengan konsep muhasabah. Oleh karena itu, ayat-ayat yang memuat kedua term tersebut juga akan dianalisis.

Sebagai tambahan, peneliti menyertakan beberapa ayat lain yang meskipun tidak berasal dari ketiga term di atas, tetap memiliki kaitan erat dengan nilai-nilai muhasabah, baik dari sisi makna maupun konteksnya.

Beberapa ayat yang menyiratkan muhasabah secara tidak langsung, salah satunya ayat yang cukup masyhur yang mengandung makna muhasabah terdapat dalam QS. al-Hashr(59): 18.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Maha Mengetahui terhadap apa yang kamu kerjakan”.³⁸

³⁸ Al-Qur'an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 548

Adapun salah satu ayat yang menjelaskan muhasabah sesuai dengan asal katanya, terdapat dalam Q.S. Al-‘Ankabut (29): 2.

أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ

Artinya: “Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan (hanya dengan) berkata, ‘Kami telah beriman, ’ sedangkan mereka tidak diuji”.³⁹

Dalam penelitian ini, peneliti secara selektif dalam pemilihan ayat yang mengandung makna muhasabah dan akan membatasi pada 11 ayat al-Qur’an yang tersebar dalam 10 surah yang berbeda. Dari jumlah tersebut, sebanyak 7 ayat secara eksplisit merupakan turunan dari *term* yang tercantum dalam tabel, menunjukkan keterkaitan langsung antara ayat dan konsep yang dibahas. Sementara itu, 2 ayat lainnya berasal dari *term* زَعَمَ dan ظن , serta 2 ayat lainnya tidak secara eksplisit berasal dari ketiga *term* tersebut namun tetap relevan secara implisit dan mendukung analisis peneliti.

Pemilihan ayat dilakukan dengan mempertimbangkan keragaman konteks surah serta keberagaman makna yang

³⁹ Al-Qur’an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 396

dikandung oleh *term* kunci. Penyusunan ini bertujuan untuk menunjukkan hubungan antara ayat-ayat al-Qur'an dan konsep yang sedang dikaji, baik secara eksplisit maupun secara implisit. Berikut ayat-ayatnya :

1. QS. Al-Baqarah (2) : 214

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخِلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّنَّهُمْ الْبَاسَاءُ وَالضَّرَآءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرُ اللَّهَ أَلاَ إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

Artinya: “Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan, dan diguncang (dengan berbagai cobaan) sehingga Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya berkata, ‘Kapankah datang pertolongan Allah? ’Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.”⁴⁰

2. QS. Āli ‘Imrān (3): 135

وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ

Artinya: “Demikian (juga) orang-orang yang apabila mengerjakan perbuatan keji atau menzalimi diri sendiri mereka (segera) mengingat Allah lalu memohon ampunan atas dosa-dosanya. Siapa (lagi) yang dapat mengampuni dosa-dosa selain Allah? Mereka pun tidak meneruskan apa yang mereka kerjakan (perbuatan dosa itu) sedangkan mereka mengetahui(-nya)”⁴¹.

⁴⁰ Al-Qur'an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 33

⁴¹ Al-Qur'an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 67

3. QS. Al-Ma'idah (5) : 71

وَحَسِبُوا أَلَّا تَكُونَ فِتْنَةٌ فَعَمُوا وَصَمُوا ثُمَّ تَابَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ ثُمَّ عَمُوا وَصَمُوا كَثِيرٌ
مِّنْهُمْ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِمَا يَعْمَلُونَ

Artinya: “Mereka mengira bahwa tidak akan terjadi fitnah (azab akibat dosa-dosa mereka). Oleh karena itu, mereka menjadi buta dan tuli. Setelah itu Allah menerima tobat mereka, kemudian banyak di antara mereka buta dan tuli (lagi). Allah Maha Melihat apa yang mereka kerjakan”.⁴²

4. QS. Al-A'raf (7) : 201

إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang bertakwa, jika mereka dibayang-bayangi pikiran jahat (berbuat dosa) dari setan, mereka pun segera ingat (kepada Allah). Maka, seketika itu juga mereka melihat (kesalahan-kesalahannya)”.⁴³

5. QS. al-Mu'minūn (23) : 115

أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ

Artinya: “Apakah kamu mengira bahwa Kami menciptakan kamu main-main (tanpa ada maksud) dan kamu tidak akan dikembalikan kepada Kami?”.⁴⁴

6. a) QS. al-'Ankabūt (29) : 2

أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ

⁴² Al-Qur'an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 120

⁴³ Al-Qur'an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 176

⁴⁴ Al-Qur'an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 349

Artinya: “Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan (hanya dengan) berkata, ‘Kami telah beriman, ’sedangkan mereka tidak diuji?’”.⁴⁵

b) QS. al-‘Ankabūt (29) : 4

أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ أَنْ يَسْفُتُونَا سَاءَ مَا يَحْكُمُونَ

Artinya: “Ataukah orang-orang yang mengerjakan kejahatan itu mengira bahwa mereka akan luput dari (azab) Kami? (Alangkah) buruk apa yang mereka tetapkan itu!”⁴⁶

7. QS. al-Hashr(59) : 18

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍّ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat). Bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Teliti terhadap apa yang kamu kerjakan”.⁴⁷

8. QS. at-Taghābun (64) : 7

زَعَمَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنْ لَنْ يُبْعَثُوا قُلْ بَلَىٰ وَرَبِّي لَتُبْعَثُنَّ ثُمَّ لَتُنَبَّؤُنَّ بِمَا عَمِلْتُمْ وَذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ

Artinya: “Orang-orang yang kufur mengira bahwa sesungguhnya mereka tidak akan dibangkitkan.

⁴⁵ Al-Qur’an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 396

⁴⁶ Al-Qur’an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 396

⁴⁷ Al-Qur’an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 548

Katakanlah (Nabi Muhammad), “Tidak demikian. Demi Tuhanku, kamu pasti akan dibangkitkan, kemudian pasti akan diberitakan apa yang telah kamu kerjakan. ”Yang demikian itu mudah bagi Allah.”

9. QS. al-Qiyāmah (75) : 36

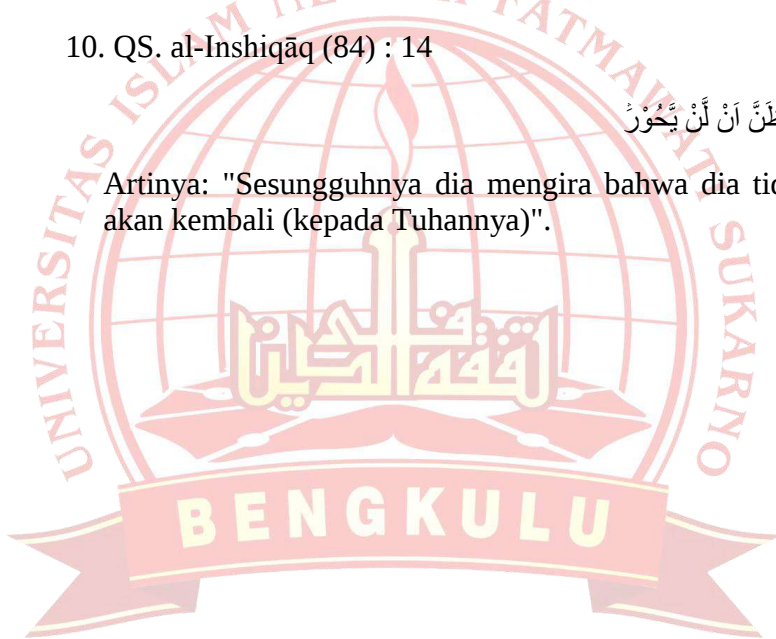
أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى

Artinya: “Apakah manusia mengira akan dibiarkan begitu saja (tanpa pertanggungjawaban)?”.⁴⁸

10. QS. al-Inshiqāq (84) : 14

إِنَّهُ ظَنَّ أَنْ لَنْ يَخُورَ

Artinya: "Sesungguhnya dia mengira bahwa dia tidak akan kembali (kepada Tuhannya)".



⁴⁸ Al-Qur'an Kemenag, *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2022), Hal. 578