

Cara Mendiagnosa Penyakit Ujub dan Takabur

Ulfa Dj. Nurkamiden

Institut Agama Islam Negeri Sultan Amai Gorontalo

Abstrak

Setiap zaman memiliki penyakit dan masalah tersendiri, bahkan sepanjang zaman juga memiliki penyakit dan masalah tersendiri. seorang hamba Allah yang berhasil adalah yang bisa mengobati penyakit-penyakit yang bersarang didalam tubuhnya, seperti ujub dan takabur. baik penyakit-penyakit yang bersifat kontemporer ataupun penyakit-penyakit sepanjang zaman. Itulah tanda kesuksesan dalam penyucian jiwa. Menurut Al-Junjani ujub adalah anggapan seseorang terhadap ketinggian dirinya, padahal ia tidak berhak untuk anggapan itu. Ujub merupakan cela dan perasaan yang sangat buruk. Diantara perangai atau karakter yang dapat kita ketahui dari seseorang yang telah terserang virus ujub adalah karakter mereka yang selalu memandang diri dan usahanya dalam setiap ibadah yang dilaksanakan, sehingga matanya penuh dengan hiasan amalnya dan hatinya merasakan keunggulan dirinya. Aa'Gim (KH. Abdullah Gymnastiar) mengajak untuk bisa melakukan 5 S (Senyum, Salam, Sapa, Sopan, dan Santun) dengan dipadu 3 M (melalui diri sendiri, mulai dari hal yang kecil, dan mulai dari sekarang). Jika sifat-sifat baik diwujudkan dalam kebiasaan sikap dan kehidupan sehari-hari, niscaya yang muncul adalah tampilan kepribadian yang baik dan simpatik, yang akan menyenangkan siapa pun. Takabur adalah berbangga diri dan cenderung memandang diri berada diatas orang lain. Menurut al-Muhasibi takabur merupakan penyakit jiwa yang paling besar, dan dirinya akan menimbulkan berbagai petaka. Oleh karena itu, sifat takabur cepat mendatangkan kemarahan dan siksa dari Allah SWT. Semua penyakit hati berdampak pada langkah dan tindak perbuatan manusia. Semua itu penyebabnya adalah tidak adanya hati yang sehat dan bersih.

Kata Kunci: Ujub, Takabur

A. Pendahuluan

Hati (Raja) pengatur stabilitas (*The Central Emotion*) bagi seluruh anggota tubuh manusia bukanlah semata hati jasmani berupa segumpal daging, yang berbentuk bulat memanjang, berisikan rongga-rongga, dan mengandung darah hitam, melainkan sesuatu yang sangat abstrak. Ia termasuk ihwal ruhiyah yang susah ditembus oleh kekuatan indrawi. Dia adalah: "Jisim yang sangat halus, terletak didalam hati yang berupa daging, seperti halnya menempelnya sifat pada benda yang disifatinya". Dialah yang dikatakan oleh Rasulullah sebagai penentu baik dan buruknya aktivitas jasmani.

Setiap zaman memiliki penyakit dan masalah tersendiri, bahkan sepanjang zaman juga memiliki penyakit dan masalah tersendiri. seorang hamba Allah yang berhasil adalah yang bisa mengobati

penyakit-penyakit yang bersarang didalam tubuhnya, baik penyakit-penyakit kontemporer ataupun penyakit-penyakit sepanjang zaman. Itulah tanda kesuksesan dalam penyucian jiwa.

Anda dapat menyaksikan sendiri bahwa zaman kita adalah zaman ketika kekusyuan sangat sedikit tetapi cinta dunia dan takut mati sangat menguasai jiwa. Jika seorang hamba tidak dapat menghilangkan penyakit itu, maka sumbangsih pembaharuan sangat sedikit. Ia harus memiliki kemampuan untuk menghilangkan penyakit seperti itu.

Seorang pun tidak dapat mengetahui substansi hati. Karena itu, setiap mu'min wajib meyakini keagungan dibalik ciptaan Tuhan ini dengan mengucapkan "Subhanallah! Betapa maha sempurnanya ciptaan Allah atas manusia"! Betapa karena

hati manusia yang paling tinggi diatas makhluk-mahluk lainnya.

Untuk menjaga kesempurnaan dan keseimbangan hati agar tetap dalam tuntunan syar'i, dibutuhkan bagi seorang hamba untuk benar-benar memelihara dan menjaga kondisi hati agar tetap pada jalan yang benar, tidak akan mudah dimasuki oleh penyakit-penyakit yang bisa berdampak pada hati seseorang.

Maka sholat merupakan salah satu sarana penyucian jiwa dan wujud tertinggi penghambaan dan kesyukuran, shalat sendiri sebenarnya merupakan tujuan. Jadi, shalat merupakan sarana dan tujuan. Shalat yang dilakukan secara sempurna menjadi tanda bahwa jiwa dan hati tersucikan. Dengan demikian, pelaksanaan shalat secara sempurna merupakan sarana, tujuan dan dampak.

B. Pembahasan

1. Ujub

a. Pengertian Ujub

Ujub dalam bahasa arab yang pengertiannya secara umum adalah membanggakan diri sendiri merasa heran terhadap diri sendiri sebab adanya satu dan lain hal.

Menurut Al-Junjani ujub adalah anggapan seseorang terhadap ketinggian dirinya, padahal ia tidak berhak untuk anggapan itu. Ujub merupakan cela dan perasaan yang sangat buruk. Hati manusia yang ujub, disaat ia merasa ujub adalah buta sehingga ia melihat dirinya sebagai orang yang selamat padahal ia adalah celaka, ia melihat dirinya sebagai orang yang benar padahal ia adalah salah. Orang yang ujub selalu meremehkan atas perbuatan dosa yang dilakukan dan selalu melupakan dosa yang telah diperbuatnya, bahkan hatinya buta sehingga melihat perbuatan dosa yang dilakukan sebagai perbuatan bukan dosa dan selalu memperbanyak perbuatan dosa itu. Orang yang ujub selalu mengecilkan perasaan takutnya kepada Allah SWT dan

memperbesar rasa kesombongan kepada-Nya¹.

Al-Muhasibi menerangkan bahwa ujub adalah sikap memuji diri sendiri atas perbuatan yang telah dilakukannya, kemudian dia melupakan bahwa hal tersebut (keberhasilan menyelesaikan pekerjaan) adalah karunia Allah SWT.

Berkaitan dengan sifat ujub tersebut, Syeikh Bisyr bin Al-Harits Al-Hafi mengungkapkan bahwa ujub adalah ketika engkau mengagung-agungkan amalanmu, sedangkan amalan orang lain engkau pandang sebelah mata. Boleh dikata, sisi inilah yang paling krusial dan paling kelihatan dari sekian banyak fenomena ujub yang ada.

Rasulullah saw. Bersabda

إذا رايت مطاعا وهوى متبعا ودنيا مؤثرة واعجاب كل ذي رأي
برايه فعليك نفسك

“Apabila kamu berjumpa dengan seseorang yang memperturutkan sifat pelit, mengumbar hawa nafsu, mengutamakan dunia, dan selalu membanggakan pendapatnya sendiri, maka selamatkan dirimu” (at-Tirmidji)²

Apabila kita terjangkit penyakit ini, maka kita akan sulit bergaul dalam keorganisasian atau bekerja sama dengan orang lain. Rasulullah memberikan nasehat bagi orang terjangkit penyakit ini untuk selalu berjamaah, tolong menolong, dan bekerja sama dalam kebaikan. Dengan demikian kita ketahui bahwa penyakit ujub, pelit, cinta dunia, dan mengikuti hawa nafsu merupakan penyakit yang berbahaya dalam

¹An-Najar, Amin, *Ilmu Jiwa Dalam Tsawuf*, Penerjemah Hasan Pustaka Azzam, Cet II, Jakarta, 2001, h. 166.

²Ramadan, Muhammad, *Quantum Ikhlas*, Penerjemah Alek Mahya Shofa, Abyan, Solo, 2009, h. 40-41.

kehidupan manusia secara umum dan umat Islam secara khusus.³

Ibnu Mas'ud r.a mengatakan:

الهلاك في اثنين: القنوط والعجب

Artinya: *kehancuran manusia terletak pada dua hal, yakni sikap pesimis dan ujub*

b. Mendiagnosa Penyakit Ujub

Diantara perangai atau karakter yang dapat kita ketahui dari seseorang yang telah terserang virus ujub adalah karakter mereka yang selalu memandang diri dan usahanya dalam setiap ibadah yang dilaksanakan, sehingga matanya penuh dengan hiasan amalnya dan hatinya merasakan keunggulan dirinya. Tidak sampai disitu, ia pun merasa dirinya semakin bersinar dengan ibadah dan ketaatannya. Ia akan memandang lebih dan lebih untuk memandang ketakjuban atas dirinya, sehingga membuat dirinya berpaling dari sikap ikhlas kepada Allah SWT. Tidak terasa sifat ujub telah mencengkram lubuk sanubarinya, amalan demi amalan ia publikasikan. Karena sikap itulah, amalnya menjadi sirna dan hangus.

Di hadapan Allah, orang yang memiliki sifat ujub melupakan bahwa apa yang ia peroleh baik dari segi ibadah yang telah dilakukannya, sehingga ia tidak memiliki kesungguhan untuk bertobat. Lebih jauh lagi, ia lupa bahwa apa yang telah diperoleh baik dari segi ibadah, kekayaan, maupun kesuksesan merupakan nikmat dari Allah. Ia meyakini bahwa apa yang telah diperoleh dan lakukan merupakan usaha diri sendiri. Orang seperti ini juga tidak takut azab dan kemurkaan Allah karena ia meyakini bahwa ia telah mendapat kedudukan mulia disisinya.

وَإِذْ أَنْتُمْ أَجْنَةٌ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ فَلَا تُزَكُّوْا

أَنْفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى ﴿٣٢﴾

.....janganlah kamu mengatakan dirimu suci. dialah yang paling mengetahui tentang orang yang bertakwa.(an-Najm: 32)

Ibnu Juraij berkata, "Apabila kamu telah mengerjakan perbuatan baik janganlah kamu katakan telah mengerjakannya"

Para Salaf shalih tidak bangga dan bergantung (merasa aman) dengan amal ibadah yang telah mereka lakukan. Mereka merasa bahwa diri mereka layak mendapat siksa neraka kerana perbuatan baik mereka mengandung lebih banyak keburukan daripada kebaikan.

Dalam sebuah riwayat disebutkan bahwa Nabi Isa a.s. berkata, "Betapa banyak lampu yang padam ditiup angin. Dan betapa banyak ibadah yang hancur dirusak *ujub* (berbangga diri)." (asy-Sya'roni: 2006, 144)⁴

Inilah contoh kehancuran yang disebabkan oleh sifat ujub kehancuran yang paling besar adalah ia merasa dirinya telah sukses, hingga tidak mau lagi berusaha. Ia merasa dirinya sudah cukup, sehingga tidak mau mencari lagi. Setelah itu, ia akan merasa jenuh dan bosan, lebih dari itu, ia juga akan merasa malas dan putus asa atau bahkan berhenti sama sekali dari amal dan nyaris apatis karena merasa dirinya sudah cukup banyak amal.

Sebagai pakar penyakit jiwa, Al-Muhasibi mengatakan jika dirimu mendapatkan pujian dan penyucian maka janganlah lantas menjadi ujub, karena bila engkau menjadi ujub sangat merugikan dan mudharat bagi agama dan jika engkau telah merasa senang dengan pujian itu, maka segera hilang kan perasaan tersebut dan alihkanlah perasaan senang itu menjadi senang dengan ilmu pengetahuan karena betapa

³ Hawwa, Said, *Tazkiyatun Nafs*, penerjemah Tim Kuwais: (Abdul Amin, Rusyadi, Musdar), Pena Pundi Aksara, Jakarta, 2010, h. 231.

⁴ Abdul Wahab asy-Syakroni, *Terapi Spritual*, penerjemah E Kusdian, Pustaka hidayah, Bandung, 2006,h.144.

bahayanya perasaan ujub terhadap agama. (Najar: 2001, 166)⁵

c. Hakikat Sifat Ujub

Hakikat sifat ujub adalah, kesombongan batin atas kesempurnaan ilmu atau amal yang digambarkannya melalui lisan maupun perbuatan (tindakan). Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah berkata: ” *orang yang bersikap ujub pada hakekatnya ia tak melakukan firman-firman Allah, dan barangsiapa yang melaksanakan firman Allah maka ia telah keluar dari sifat ujub.*”

Firman Allah

لَا تَمُنُّنَ دَسْتَكَبْرُهُ

Dan janganlah kamu memberi (dengan maksud) memperoleh (balasan) yang lebih banyak.(al-Mudatsir: 6) (al-Gajali: 2009, 329)⁶

d. Faktor Yang Mempengaruhi Timbulnya Sifat Ujub

1. Faktor keturunan dan lingkungan

Faktor keturunan adalah faktor yang dibawa sejak masih dalam rahim ibunya, berwujud benih, bibit, gen atau sering juga disebut kemampuan-kemampuan dasar atau potensi. Dia akan menyerap kebiasaan-kebiasaan keduanya atau salah satunya baik yang positif maupun yang negatif. adapun faktor lingkungan memberikan pengaruh sangat besar bagi diri seseorang. (al-Banjari: 2008, 27)⁷

2. Sanjungan dan pujian yang berlebihan

Sanjungan berlebihan tanpa memperhatikan etika agama, sebagian orang yang berlebih-lebihan dalam memuji sehingga seringkali membuat yang dipuji lupa diri.

3. Bergaul dengan orang yang terkena penyakit ujub

Dalam pergaulan sehari-hari kita harus berhati-hati dalam memilih teman, karena pada umumnya seseorang akan melatahi perbuatan temannya. Nabi saw bersabda “perumpamaan teman yang shalih dan teman yang jahat adalah seperti orang yang berteman dengan penjual minyak wangi dan pandai besi.”(HR. Al-Bukhari dan Muslim)

4. Kufur nikmat dan lupa kepada Allah SWT

Begitu banyak nikmat yang diterima seseorang hamba, tetapi ia lupa kepada Allah SWT yang telah memberinya nikmat itu. Sehingga hal itu menggiringnya kepada penyakit ujub, dia membanggakan dirinya yang tidak pantas dibanggakan.

5. Menangani suatu pekerjaan sebelum matang dalam menguasainya dan belum terbina dengan sempurna.

Sekarang ini banyak ditemui orang-orang yang berlagak pintar. Seperti kata pepatah “sudah dipetik sebelum matang”. Berapa banyak orang yang menjadi korban dalam hal ini, dan itu termasuk perbuatan yang sia-sia. Adalagi orang yang mengaku seorang ulama padahal ia tidak memiliki ilmu yang cukup. Lalu ia berkomentar tentang banyak permasalahan, yang terkadang ia sendiri tidak faham tentang itu.

6. Jahil dan mengabaikan hakikat diri (lupa daratan)

Sekiranya seorang insan benar-benar merenungi dirinya, asal muasal penciptaannya sampai tumbuh menjadi manusia yang sempurna, niscaya dia tidak akan terkena penyakit ujub.

7. Berbangga-bangga dengan nasab dan keturunan

Seorang insan terkadang memandang mulia dirinya karena darah biru mengalir ditubuhnya. Ia menganggap dirinya lebih utama dari si fulan dan fulan. Ia tidak mau mendatangi si fulan sekalipun berkepentingan. Dan tidak mau mendengarkan ucapan si fulan. Ini merupakan penyebab penyakit ujub.

8. Berlebih-lebihan dalam memuliakan dan menghormati

⁵ An-Najar, Amin, *Ilmu Jiwa Dalam Tsawuf*, Penerjemah Hasan Pustaka Azzam, Cet II, Jakarta, 2001, h.166.

⁶ Al-Gojali, Imam, *Ringkasan Ihya'Ulumuddin*, Penerjemah Abdul Rosyad Siddik, AKBAR Media Aksara, Jakarta, 2009, h.329.

⁷ Al-Banjari, Rachamad Ramadhana, *Membaca Kepribadian Muslim Seperti Membaca Al-Qur'an*, DIVA Press, Jogjakarta, 2008, h.27.

Rasulullah saw melarang para sahabat untuk berdiri menyambut beliau. Dalam sebuah Hadits riwayat Abu Dawud, Rasulullah saw bersabda "barang siapa yang suka agar orang-orang berdiri menyambutnya, maka bersiaplah dia untuk menempati tempatnya di neraka." (HR. At-Tirmidzi, beliau katakan hadits ini hasan)

9. Lengah dari akibat yang ditimbulkan oleh penyakit ujub

Sekiranya seorang insan menyadari bahwa ia hanya menuai dosa dari penyakit ujub yang menjangkiti dirinya dan menyadari bahwa ujub itu adalah sebuah pelanggaran, sedikitpun ia tidak akan kuasa bersikap ujub. Apalagi jika ia merenungi sabda Rasulullah saw: "sesungguhnya seluruh orang yang sombong akan dikumpulkan pada hari kiamat bagaikan semut yang diinjak-injak manusia." (<http://www.dadangkadarusman.com>)⁸

10. Batasan-Batasan Sifat Ujub

Ketahuiilah bahwa sifat ujub bermuara dari merasa dirinya sempurna, seperti ujubnya orang alim yang merasa dirinya telah mencapai kesempurnaan dalam ilmu, perbuatan dan akhlak. Adapun batasan-batasan ujub diantaranya:

- a. Ia takut kehilangan apa yang diperolehnya. Ini tidak dikategorikan penyakit ujub.
- b. Dia tidak takut kehilangan apa yang telah diperoleh. Ia bergembira dengan apa yang telah didapat dengan keyakinan bahwa semua itu kenikmatan dari Allah, bukan semata-mata upaya darinya. Ini tidak dikategorikan sebagai ujub.
- c. Keadaan ketiga adalah ia tidak takut kehilangan apa yang telah diperoleh. Dia meyakini apa yang didapat semata-mata atas usahanya sendiri, bukan pemberian dari Allah. ini dikategorikan sebagai ujub. Sekiranya ia menyandarkan segala

kenikmatan kepada Allah, maka hilanglah sifat ujub darinya.

11. Pembagian Penyakit Ujub Dan Terapi Pengobatannya

"ujub atas parasnya yang cantik atau ganteng, tubuhnya yang indah, kekuatannya, keindahan suaranya, dan semua hal yang berkaitan dengan tubuhnya".

Orang yang meyakini bahwa segala kelebihan dan keindahan dalam tubuhnya merupakan hasil usahanya sendiri. Ia melupakan bahwa semua itu merupakan nikmat dari Allah dan diapun mampu menghilangkan semua itu dengan sekejab. Terapi pengobatannya yang dapat dia lakukan adalah dengan merenungi bahwa ia tercipta dari suatu yang hina (air mani) dan berahir dengan tulang belulang. Wajah yang cantik dan tubuh yang indah akan hancur ketika ia dimasukkan kedalam kubur. Oleh karena itu ujub dibagi menjadi:

a. **Ujub atas kepintaran dan kecerdasannya.**

Terapi pengobatannya adalah dengan bersyukur kepada Allah yang telah memberikan akal yang cemerlang. Selain itu, ia juga harus merenungi apabila otaknya terkena sedikit saja penyakit, maka ia tidak akan mampu lagi untuk berfikir, justru mungkin orang akan menggagapnya gila, kesurupan, atau segala macam bentuk yang membuat orang menertawakannya. Terapi berikutnya adalah dengan menimbulkan rasa takut apabila ia ujub atas kecerdasannya dan tidak bersyukur, maka Allah akan menghilangkan kecerdasan dari otaknya. Meyakini bahwa ilmu yang diberikan Allah kepadanya hanyalah sedikit, merasa bahwa apa yang ia tidak tahu tentang ilmu yang telah diketahui oleh orang lain, lebih banyak dari apa yang ia tahu, apalagi kalau dibanding dengan ilmu Allah yang sangat luas.

b. **Ujub atas garis keturunan (nasab).** *Seperti ujub karena keturunan Bani Hasyim atau keturunan kaum Quraisy, sehingga mereka menganggap dengan kemuliaan kakek-neneknya membuat dosa. Cara pengobatannya dengan melihat perbuatan dirinya sendiri, yaitu jika perbuatan berbeda dan bahkan bertentangan dengan perbuatan kakek-neneknya maka ujub*

⁸Sukur, Amin, Tasawuf kontemporer, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2003 (<http://www.dadangkadarusman.com>)

الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ

يَعْلَمُونَ

“Dan orang-orang yang apabila telah mengerjakan perbuatan kotor/keji atau menganiyaya ddiri sendiri (zhalim), hendaklah ia ingat Allah dan mohon ampun terhadap dosa-dosa mereka dan siapa lagi yang dapat mengampuni dosa selain dari pada Allah? Dan mereka tidak meneruskan perbuatan dosanya itu, sebab mereka mengerti”(QS. Ali-Imran: 135) (Syukur: 2009, 45)⁹

C. Takabur

1. Pengertian Takabur

Takabur adalah berbangga diri dan cenderung memandang diri berada diatas orang lain. Allah SWT berfirman”*sesungguhnya orang-orang yang takabur tentang penyembahan pada-Ku, niscaya akan aku masukkan ke dalam neraka Jahannam kekal didalamnya.*”(Ghafir ayat 60)(Al-qarni: 2002, 54)

Takabur bisa diartikan dengan sikap dan sifat menolak kebenaran (*al-Kibr batharu al-haqq*), ia menjadi salah satu sifat yang menyebabkan kejelekan dan keburukan seseorang. sifat dan sikap ini bisa menjadikan seseorang tertutup (*terhijab*) hatinya dari cahaya Allah.

Kekaguman pada diri sendiri bisa berakibat timbulnya sikap sombong dan angkuh terhadap orang lain dan merendahkan serta meremehkan mereka dalam pergaulan. Dalam al-Qur’an banyak terdapat ayat-ayat yang mencela ketakaburan orang-orang musyrik dan munafik serta keengganannya mereka untuk menerima kebenaran karena rasa angkuh yang mereka miliki.

Penyebab sifat dan sikap ini adalah merasa dirinya mempunyai kelebihan, baik dalam bidang keilmuan, kekayaan, keparasaan (rupa yang cantik, ganteng), kekuatan,

kedudukan, dan sebagainya. (Syukur: 2003, 200)¹⁰

Menurut al-Muhasibi takabur merupakan penyakit jiwa yang paling besar, dan dirinya akan menimbulkan berbagai petaka. Oleh karena itu, sifat takabur cepat mendatangkan kemarahan dan siksa dari Allah SWT. (Najar: 2001, 159)

2. Sebab Timbulnya Penyakit Takabur

a. Sebab pertama: ilmu

Sifat takabur merupakan penyakit yang sangat cepat menjangkit para ulama. Mereka merasa kemuliaan ilmu, keindahan ilmu, dan kesempurnaan ilmu sehingga ia merasa dirinya mulia, sempurna, dan menganggap rendah orang lain. Ia menganggap orang lain bodoh. Ia ingin agar orang lain memulai mengucapkan salam kepadanya dan apabila ada salah seorang yang mengucapkan salam, berdiri memberikan hormat, menjawab panggilannya, maka ia merasa ini merupakan bukti dan rasa terimakasih kepadanya atas pengajaran yang telah diberikan.

b. Sebab kedua: Amal dan Ibadah

Orang yang mempunyai sikap takabur berbeda dengan mereka yang beribadah semata-mata karena Allah, mereka yang tidak menganggap dirinya mulia, ibadah yang dilakukan merupakan cara bagi-nya yang hina untuk mendekatkan diri kepada Allah yang Mahamulia. Sebaliknya, orang yang beribadah dan menimbulkan rasa mulia atas dirinya dan merendahkan orang lain, sesungguhnya ia tidak mendekatkan dirinya kepada Allah dan pantas bagi Allah untuk menyepelkan ibadah yang ia lakukan.

c. Sebab Ketiga: Garis Keturunan (Nasab)

Seorang yang memiliki nasab bagus (darah biru) akan menganggap rendah orang yang memiliki nasab dibawahnya, walaupun orang itu lebih tinggi ilmunya dan lebih baik amal perbuatannya. Terkadang, sebagian orang menganggap orang yang tidak memiliki garis keturunan seperti dia adalah budak atau orang-orang rendahan dan menghalangi

⁹ Ibid,h.45.

¹⁰Ibid,h.200.

dirinya untuk selalu membanggakan diri dan menyebut-nyebut kemuliaan nenek moyangnya. Ini merupakan tabiat yang selalu dimiliki orang yang memiliki garis keturunan mulia, walaupun dia orang saleh dan pintar, kecuali apabila ia menyadari bahwa amal perbuatannya yang menjadi ia mulia dan terhindar dari siksa neraka.

d. *Sebab Keempat: Kecantikan*

Hal ini lebih banyak dialami kaum wanita dan orang yang selalu sombong atas kecantikannya. Mereka akan senang meremehkan, menjelekkan, dan menyebarkan keburukan orang lain. Sebagaimana diriwayatkan ketika datang seorang wanita menemui Nabi, dan Siti Aisyah berkata kepada beliau "wanita itu pendek," dengan mengisyaratkan dengan tangannya. Lalu beliau berkata, "kamu telah menggunjingnya" (ghibah).

e. *Sebab kelima: Harta.*

Hal ini dialami oleh orang kaya sombong dengan kekayaannya, pedagang yang sombong dengan perniagaannya, tuan tanah yang sombong dengan tanahnya, atau seseorang sombong atas pakaian, kendaraan dan binatang peliharaannya.

f. *Sebab Keenam: Kekuatan*

Sebab ini meliputi kekuatan, kedigdayaan, dan kesombongan terhadap orang-orang yang lemah.

g. *Sebab Ketujuh: Pengikut, Pendukung, Murid, Anak, keluarga*

Kesombongan ini dimiliki oleh para penguasa yang memiliki banyak pasukan dan pendukung, begitu juga para ulama yang memiliki banyak murid dan pengikut.

Secara umum kesombongan atas segala kenikmatan yang ia yakini telah mencapai kesempurnaan walaupun sebenarnya masih jauh dari tingkat kesempurnaan (Hawwa: 2010, 252-256)¹¹

Menurut al-Muhasibi, takabur itu timbul dari sifat ujub, dengki, hasud, riya, dan sumber dari ketakaburan adalah kebodohan seseorang tentang derajat dirinya. Jika seorang hamba

tidak mengenal derajat dirinya, dia bersifat takabur. Jika seorang hamba telah merasa besar dan perasaan ini terdapat dalam hatinya, maka ia akan merasa sombong dan buta serta merasa bangga diri. Jika sikap ini berkelanjutan didalam dirinya, ia akan menjadi orang yang memiliki perasaan tinggi diri, dan merasa sebagai orang istimewa.

Bentuk ketakaburan yang paling jelas adalah ketakaburan didalam melakukan ibadah kepada Allah SWT, dan ketakaburan semacam ini menurut al-Muhasibi dibagi menjadi dua bagian: *pertama*, seorang yang melakukan ibadah kepada Allah SWT, dan mempunyai perasaan bahwa dirinya adalah orang yang paling baik dalam melakukannya, dan melihat kepada orang-orang selainya dengan pandangan penghinaan. *Kedua*, adalah orang yang menolak kebenaran, padahal dirinya tahu bahwa yang ditolaknya memang merupakan sesuatu yang benar. Macam-Macam Takabur

1. Takabur kepada Allah.
 2. Takabur kepada Rasul Allah.
 3. Takabur kepada sesama hamba Allah
3. Hakikat Takabur

Sifat takabur dapat dikatakan perangai di dalam jiwa yang menunjukkan kepuasan, kesenangan dan kecenderungan kepada tingkatan (martabat) di atas orang lain. Jadi, selain menyangkut orang pertama, (yang menyombongkan diri), sifat ini juga melibatkan orang kedua (yang dibohongi). Disinilah letak perbedaannya dengan sifat ujub yang tidak memerlukan orang lain sebagai objek. Bahkan, andaikata di dunia ini tidak ada orang, kecuali satu orang saja, kita dapat membayangkan bahwa ia sangat mungkin bersifat ujub. Tetapi, tidak demikian dengan sifat takabur. Kita tidak mungkin membayangkan terjadinya takabur tanpa keberadaan orang lain. Jadi, hakikat takabur itu baru terwujud bila seseorang mendapat tiga keyakinan di dalam dirinya. diantaranya

- a. Ia melihat dirinya memiliki martabat
- b. Ia melihat pada diri orang lain juga memiliki martabat

¹¹ *Opcit.*,h.252-256.

- c. Bila ia menganggap martabatnya lebih tinggi dari pada orang lain.

Apabila tiga keyakinan di atas terdapat pada diri seseorang, berarti di dalam dirinya, telah tertanam sifat sombong. Hatinya akan menjadi takabur. Karena hal itulah, dihatinya timbul rasa gengsi, rasa berwibawa, juga kesenangan dan kecenderungan kepada yang diyakininya sebagai sesuatu yang besar. Kewibawaan, perasaan besar, kecenderungan kepada hal yang diyakini itulah perangsang sifat takabur. Orang yang takabur hanya memanfaatkan orang lain buat kepentingan dirinya (Rakhmat: 1995, 220)¹²

4. Batasan-Batasan Takabur

Tuhan telah menciptakan manusia dengan sesempurna-sempurnanya penciptaan. Ketika kita meyakini kesempurnaan diciptakan Tuhan atas diri kita, maka kita tahu didalam diri kita sudah Tuhan 'letakkan' apa yang menjadi kebutuhan kita untuk menjalani hidup. Jadi ketika kita berhadapan dengan apapun, kita selalu yakin menjalaninya dengan baik, tugas kita hanya berupaya menggunakan anugrah Tuhan itu sebaik-baiknya.

Ketika memiliki sifat seperti itu, tiba-tiba saja kita kehilangan hasrat untuk takabur. Karena saya dan anda juga mereka, semua orang-orang telah diciptakan Tuhan dengan sempurna. Sehingga, masing-masing kita memiliki kesempurnaan dalam defenisi Tuhan. Maka, tidak ada ruang untuk mengagungkan diri sendiri sambil menistakan orang lain. Sebaliknya kita saling mengisi dan berfokus untuk berkarya dengan kelebihan masing-masing yang kita miliki.

5. Terapi Penyembuhan Takabur

Takabur termasuk di antara sifat-sifat yang sangat mencelakakan dan sulit untuk dihindari. Hukum pemberantasannya adalah fardhu 'ain bagi setiap individu.

Al-mawardi dengan tegas menganjurkan untuk menjauhi sifat takabur, karena ia akan mereduksikan makna keutamaan melalui berbagai perbuatan yang hina. Setiap orang yang dikuasai sifat ini, maka orang itu tidak akan memiliki kemampuan untuk menasehati orang lain, dan ia tidak pantas menjadi pendidik, karena kemampuannya terukur hanya sebatas mengaku memiliki kemampuan itu. Sifat ini akan mengaplikasikan kebencian, karena ia tidak memperdulikan unsur persahabatan (Syukur:2004, 269)¹³ Adapun cara penyembuhan penyakit ini adalah:

- Memahami bahaya sifat ini, terutama bahayanya diakhirat kelak.
- Melatih diri kita perlahan untuk bersikap tawadhu, baik kepada Allah maupun kepada sesama mahluk.
- Merasakan hakikat kekurangan diri dan kelebihan yang ada pada orang lain jika sewaktu-waktu datang sifat takabur.
- Menyadari kehilafan kita dengan mengucapkan *Subhanallah*. Hanya Allah yang maha sempurna dalam zat, sifat, dan ekerjaan-Nya. Dialah yang pantas dengan atribut kesombongan.
- Beristigfar atas kekhilapan tersebut (Al-Qorni: 2002, 56)¹⁴

Untuk mengobati hati diperlukan terapi yang intens. Terapi itu biasanya bersifat lebih keras, dan membutuhkan kemauan seseorang yang hendak diobati untuk sembuh. Sama halnya dengan orang yang kecanduan narkoba, untuk sembuh diperlukan waktu dan keinginan yang kuat dari si penderita. Oleh

¹²Al-Banjari, Rachamad Ramadhana, *Membaca Kepribadian Muslim Seperti Membaca Al-Qur'an*, DIVA Press, Jogjakarta, 2008,h.220

¹³ Opcit,h.269.

¹⁴ Al-Qorni, Uwes, *Penyakit Hati*, PT Remaja Rosdakarya, Cet VIII, Bandung, 2002.

karenanya, lebih baik mencegah dari pada mengobati.

Penyakit hati jika hanya bersifat fisik, tidak akan terlalu mempengaruhi kehidupan orang lain. Ia hanya akan menggerogoti fisik orang yang bersangkutan hingga ia meninggal dunia. Berbeda jika penyakit psikis, ia tidak hanya akan menggerogoti seseorang tetapi jauh pada pengrusakan jiwa dan hati orang lain pula. Jika sampai demikian, maka hancurlah dunia dan isinya ini. Oleh sebab itu, penjagaan hati, harus betul-betul dilakukan sesegera mungkin (Syukur: 2009, 6)¹⁵

Semua penyakit hati berdampak pada langkah dan tindak perbuatan manusia. Semua itu penyebabnya adalah tidak adanya hati yang sehat dan bersih. Seandainya ia memiliki hati yang sehat dan baik, niscaya hatinya akan menjadi penunjuk arahnya, dia akan selamat dari bujuk rayu setan, menolak untuk tunduk kepada hawa nafsunya, dan pada saat yang bersamaan dia mengarahkan langkahnya untuk menempuh perjalanan hidup manusia yang diterangi oleh Syari'at Allah SWT

D. Analisis

Pembuahan dalam rahim atau pencampuran sperma dan ovum merupakan awal terbentuknya eksistensi insan yang akan dipersiapkan lahir ke bumi secara azali. Ini merupakan perjanjian manusia dengan Tuhannya untuk melaksanakan kewajibannya sebagai makhluk untuk menghamba kepada-Nya.

Tahapan ini yang dilalui oleh seorang insan ketika ruhnya sudah bersatu dengan jasad, dengan membawa potensi-potensi yang diberikan Allah sebagai wujud kesempurnaan diciptakannya manusia. Terkadang ada manusia yang salah menggunakan potensi yang dimilikinya. Ini dipengaruhi oleh berbagai faktor antaranya faktor internal dan faktor

eksternal. Dan perwujudannya ada yang menjadi baik dan ada yang menjadi buruk.

Ketika manusia tidak dapat mengendalikan dirinya dari pengaruh keburukan, secara tidak langsung dia sudah mengarahkan potensi dirinya kepada keburukan. Dengan demikian penulis menganalisa pengaruh ini dari dua aliran sebagai berikut

Dalam dunia psikolog menurut kaum nativis yang dipelopori oleh Scopenhauer berpendapat bahwa faktor internal atau pembawaan yang lebih kuat dari pada faktor yang datang dari luar atau eksternal. Menurut aliran empirisme bahwa jiwa anak sejak lahir masih bersih seperti tabularasa (kotak kosong) dan baru dapat berisi bila menerima sesuatu dari luar.

Penulis dapat menarik kesimpulan dari dua pendapat ini bahwa ketika manusia tidak bisa mengendalikan dirinya maka ini tentunya dipengaruhi oleh salah satu faktor baik internal maupun eksternal atau kedua-duanya. Ini lah kemudian menurut penulis menjadi pemicu terjadinya penyakit hati seperti ujub, takabur, dengki dan lain sebagainya.

E. Kesimpulan

Hati yang berpenyakit merupakan satu ungkapan yang sangat menakutkan buat setiap insan, setiap manusia diberikan potensi dan sangat dimungkinkan untuk terkena penyakit hati. Dengan berbagai macam perangai orang yang menimbulkan bersarangnya penyakit hati dalam diri seseorang.

Diri manusia sering menerima serangan dari berbagai penyakit hati yang mengakibatkan akhlak manusia menjadi buruk, sering manusia merasa bahwa dirinya lebih sempurna, lebih gagah, lebih cerdas yang kesemuanya menimbulkan sifat membangga-banggakan apa yang dimilikinya. Ini semua tidak sesuai dengan apa yang digariskan oleh Allah SWT dan dicontohkan oleh Rasulullah SAW. Orang yang terkena penyakit yang demikian menjadi malas

¹⁵ Opcit,h.6.

beribadah, gemar bermaksiat, dan menjadi hamba dari hawa nafsu.

Oleh karena itu diperlukan penyucian jiwa dari berbagai macam penyakit hati, dan merupakan suatu keharusan. Sebagaimana yang Allah serukan didalam al-Qur'an, dan itu menjadi satu kewajiban yang harus dilaksanakan oleh seorang hamba untuk mensucikan jiwanya dari penyakit hati.

Memfungsikan hati sebagai sentral dalam setiap diri manusia, karena sesungguhnya Islam memposisikan hati sebagai filter dari keputusan yang dihasilkan oleh pikiran manusia, menciptakan hati yang tetap sehat, suci, dan bersih. Sehingga melalui itu manusia diharapkan dapat menggapai kebahagiaan hidup dan mendapatkan kehidupan yang sejati.

Daftar Pustaka

Al-Qu'an dan Terjemahan, Departemen Agama RI, Jakarta, Jaya Sakti Surabaya, 1989

An-Najar, Amin, *Ilmu Jiwa Dalam Tsawuf*, Penerjemah Hasan Pustaka Azzam, Cet II, Jakarta, 2001

Al-Gojali, Imam, *Ringkasan Ihya'Ulumuddin*, Penerjemah Abdul Rosyad Siddik, AKBAR Media Aksara, Jakarta, 2009

Al-Banjari, Rachamad Ramadhana, *Membaca Kepribadian Muslim Seperti Membaca Al-Qur'an*, DIVA Press, Jogjakarta, 2008

Abdul Wahab asy-Syakroni, *Terapi Spritual*, penerjemah E Kusdian, Pustaka hidayah, Bandung, 2006

Al-Qorni, Uwes, *Penyakit Hati*, PT Remaja Rosdakarya, Cet VIII, Bandung, 2002

Hawwa, Said, *Tazkiyatun Nafs*, penerjemah Tim Kuwais: (Abdul Amin, Rusyadi, Musdar), Pena Pundi Aksara, Jakarta, 2010

Nuh, Muhammad, *Menaklukkan 7 Penyakit Hati*, Penerjemah Husen

Zaenal Mutaqin, Al-Bayan, Cet III, Bandung 2006

Rahmat, Jalaludin, *Membuka Tirai Kegaiban, Renungan-renungan Sufistik*, Mizan, Cet II, Bandung, 1995

Ramadan, Muhammad, *Quantum Ikhlas*, Penerjemah Alek Mahya Shofa, Abyan, Solo, 2009

Syukur, Suparman, *Etika Religius*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2004

Syukur, Amin, *Terapi Hati (Dalam Seni menata Hati)*, PT Pustaka Rizki, Semarang, 2002

....., *Tasawuf kontemporer*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2003

(<http://www.dadangkadarusman.com>)