

PENYAKIT ROHANI DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Siti Nur Fadlilah

Universitas Negeri Jakarta

ABSTRACT

This article explains what called spiritual disease in the Holy Quran perspective. There are many spiritual diseases that called in Holy Quran, and they often happened in the self of most people. Therefore, this article will talk about spiritual diseases and everything that related to them, such as definition of spiritual disease, the factors that cause them, the kind of spiritual diseases, what the effect and how to solve spiritual disease. Some writings in this article will be supported by Al-Quran verses and Hadits. This article hopefully will make us aware and more carefully with all of spiritual diseases that very dangerous and can damage our life.

PENDAHULUAN

Saat ini, manusia telah menyadari bahwa segala macam penyakit, apapun namanya dan bagaimanapun kecilnya adalah membahayakan bagi dirinya, bahkan juga mungkin kehidupannya. Oleh karena itu, mereka selalu berusaha untuk menjaga sebisa mungkin kesehatan mereka agar tidak terkena penyakit. Tetapi sayangnya, hal tersebut hanya terbatas pada kesehatan jasmani saja. Sedangkan jika menyangkut soal kesehatan rohani, kebanyakan manusia cenderung mengabaikannya. Jika kita mengamati, semua orang yang ada di dunia ini lebih memperhatikan jasmani mereka dibandingkan rohani. Contohnya ketika beberapa saat yang lalu seluruh dunia dikagetkan dengan wabah penyakit flu babi, maka negara-negara yang terserang wabah flu babi tersebut, dibuat sibuk dengan pemusnahan hewan babi yang terjangkit penyakit, mengisolasi para penderita dengan menempatkan mereka di ruang perawatan khusus dalam rumah sakit, mengadakan penelitian dan lain-lainnya.

Sedangkan terhadap penyakit rohani, karena tersembunyi di dalam hati maka banyak orang yang tidak memperhatikannya. Padahal sebenarnya, penyakit yang menyerang rohani kita lebih berbahaya dibandingkan penyakit jasmani. Bahkan penyakit rohani bisa menjadi sumber dari penyakit-penyakit jasmani tertentu. Oleh karena itu, seharusnya masalah ini dijadikan sebagai masalah yang paling pokok dan penting bagi umat manusia. Tetapi kenyataannya malah sebaliknya, kebanyakan manusia malah tidak menghiraukannya dan hanya menganggapnya sebagai masalah yang sepele.

Selain itu, saat ini kebanyakan orang juga tidak menyadari sepenuhnya tentang kemunculan penyakit-penyakit rohani di dalam diri mereka sendiri sehingga yang terjadi adalah penyakit rohani tersebut dengan mudah masuk ke dalam diri mereka dan merusak sistem kehidupan manusia itu sendiri. Padahal jika kita mau menyadarinya, maka kita akan mampu untuk menghindari dan

menjauhkan penyakit-penyakit rohani tersebut dari diri kita. Namun sayangnya, manusia pada saat ini cenderung bersikap materialistis. Mereka lebih tertarik untuk memperhatikan hal-hal yang bersifat materi dan keduniawian daripada hal-hal yang bersifat ukhrawi, sehingga yang terjadi adalah penyakit-penyakit rohani semakin tertanam kuat di dalam diri mereka dan pada akhirnya terjadi pendangkalan kualitas hidup.¹ Saat ini, hal tersebut banyak terjadi di kalangan umat Islam. Melihat kenyataan ini, penulis merasa tertarik untuk membahas mengenai penyakit rohani dan segala hal yang berhubungan dengannya.

METODOLOGI

Tulisan ini adalah sebuah kajian pustaka, di mana penulis menggunakan data *printed materials* dan *digital materials*. *Printed materials* yakni berbentuk buku-buku yang penulis jadikan sebagai referensi utama. Sedangkan *digital materials*, yakni penulis menggunakan software digital seperti Al-Qur'an digital. Karena pada era sekarang ini, penggunaan digital materials tidak dapat dihindari lagi dan dalam penulisan ini, hal tersebut sangat membantu penulis dalam membuat tulisan ini. Secara teknis, tulisan ini menggunakan metode deskriptif-kualitatif, di mana penulis hanya menggambarkan mengenai penyakit-penyakit rohani dan segala hal yang berhubungan dengannya, sesuai dengan dalil-dalil yang ada di dalam Al-Qur'an dan Hadits.

STRUKTUR MANUSIA

Seperti yang sudah kita ketahui, bahwa manusia terdiri dari dua bagian (unsur), yaitu jasmani dan rohani:

JASMANI

Jasmani adalah bagian yang kasar, yang dapat dilihat secara kasat mata. Secara jasmani, manusia diciptakan dari tanah, seperti yang telah diungkapkan di dalam Al-Qur'an: "*Yang membuat segala sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya dan yang memulai penciptaan manusia dari tanah*". (As-Sajadah: 7).

Al-Qur'an menerangkan bahwa manusia berasal dari tanah dengan mempergunakan bermacam-macam istilah, seperti : *turob*, *thien*, dan *shal-shal*. Hal ini dapat diartikan bahwa jasad manusia diciptakan Allah dari bermacam-macam unsur kimiawi yang terdapat di dalam tanah. Dan secara biologis, manusia berasal dari air mani (sperma) dari pihak laki-laki dan telur (ovum) dari pihak perempuan. Sebenarnya air mani atau ovum itu berasal dari tanah juga. Tumbuh-tumbuhan mengisap sari pati tanah, kemudian tumbuh-tumbuhan tersebut ada yang dimakan oleh hewan. Dan manusia memakan tumbuh-tumbuhan dan hewan tersebut. Sehingga sari pati makanan yang dimakan oleh manusia menjadi air mani dan ovum. Jadi, pada hakikatnya, air mani dan ovum berasal dari tanah juga.² Setelah air mani dan ovum tersebut bertemu di dalam rahim sang ibu, lalu mereka berproses menjadi segumpal darah dan segumpal darah itu berubah lagi menjadi tulang belulang dan pada akhirnya menjadi jasmani seorang manusia.

Hal ini telah dijelaskan di dalam Al-Qur'an: "Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim)". Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta Yang Paling Baik". (Al-Mu'minun: 12-14).

ROHANI

Roh atau rohani adalah suatu zat yang memiliki sifat yang tersendiri dan berbeda dengan benda-benda yang lain. Ia adalah jisim nuraniah (semacam nur atau cahaya) yang sangat tinggi kedudukannya dan hidup di dalam diri manusia. Ia dapat berpisah dan meninggalkan jasmani atau tubuh kasar. Kepada tubuh, ia memberikan kesan kehidupan dan segala hal yang berhubungan dengan adanya kehidupan, selama tubuh dapat menerima roh tersebut untuk berdiam di dalamnya.

Berbeda dengan jasmani, istilah rohani adalah sebutan bagi keseluruhan yang ada pada bagian batin manusia, ia tidak dapat terlihat oleh mata. Rohani adalah bagian yang halus, yang dirahasiakan Allah SWT tentang hakikatnya. Allah telah berfirman: "*Mereka akan bertanya kepada engkau (Muhammad) dari hal roh. Katakanlah, soal roh itu adalah urusan Tuhanku*". (QS. Al-Isra: 85).

Oleh karena itu, Sayyid Sabiq dalam bukunya *Aqidah Islamiyah* mengatakan bahwa manusia tidak akan pernah dapat mengetahui sifat, keadaan dan unsur pokok roh untuk selama-lamanya. Yang dapat diketahui oleh manusia dari roh itu adalah bahwasanya manusia dapat mengetahui, berpikir, mencintai, membenci, dan berkehendak.³ Sedangkan menurut para psikolog, manusia hanya dapat mengetahui gejala-gejala dari roh saja, bukan hakikat dari roh. Sehingga atas dasar itulah, disusun ilmu psikologi atau ilmu tentang jiwa manusia. Al-Qur'an menggunakan beberapa istilah untuk menerangkan tentang rohani yaitu:

Roh, seperti yang terdapat dalam surat Al-Isra ayat 85.

1. Qalbu, seperti yang terdapat dalam surat Al-A'raf ayat 179: "Bagi mereka ada hati tetapi tidak dapat mengerti dengannya".
2. Nafs, seperti yang terdapat dalam surat As-Sajadah ayat 13: "Dan jika Kami kehendaki, tentulah tiap-tiap jiwa Kami beri petunjuknya".
3. Af-idah, seperti yang terdapat dalam surat Ibrahim ayat 37: "*Maka jadikanlah hati manusia condong kepada mereka*".
4. Akal, pada umumnya kata akal dalam Al-Qur'an mengandung pengertian berpikir, seperti yang terdapat dalam surat Ar-Rum ayat 28: "*Demikianlah Kami terangkan ayat-ayat bagi kaum yang mau berpikir*".

Jadi, menurut Al-Qur'an rohani manusia itu mengandung roh, akal, nafsu dan hati. Roh adalah alat penimbang, nafsu adalah alat pendorong dan hati adalah alat pemutus.⁴

DEFINISI PENYAKIT ROHANI

Kita mengenal tiga macam penyakit, yaitu penyakit hati (rohani), penyakit jiwa, dan penyakit fisik (jasmani). Membedakan penyakit fisik dengan penyakit jiwa lebih mudah daripada membedakan penyakit jiwa dengan penyakit hati. Walaupun demikian, ketiganya memiliki persamaan. Apa pun yang dikenai oleh ketiga penyakit itu, ia tidak akan mampu untuk menjalankan fungsinya dengan baik. Tubuh kita disebut berpenyakit apabila ada bagian tubuh yang tidak dapat menjalankan fungsinya dengan benar.

Jika rohani kita telah berpenyakit, maka cahaya kebenaran akan terhambat masuk ke dalam hati. Tanda-tanda rohani kita telah berpenyakit adalah ketika kita tidak lagi merasakan sakitnya bermaksiat dan tidak lagi mampu membedakan antara kebaikan dan kejahatan, kebenaran dianggap kebathilan dan kebathilan dianggap kebenaran.⁵ Allah telah menjelaskan secara tegas di dalam Al-Qur'an bahwa rohani manusia itu memiliki penyakit. Salah satunya yaitu diungkapkan di dalam surat Al-Baqarah ayat 10: *"Di dalam hati (rohani) mereka ada penyakit, kemudian Allah menambahkan penyakitnya. Dan bagi mereka siksa yang pedih disebabkan mereka berdusta"*.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa di dalam rohani manusia terdapat penyakit jiwa, seperti dendam dan iri hati. Penyakit-penyakit seperti itu terdapat di dalam diri orang-orang munafik. Oleh karena itu, mereka memusuhi Allah dan Rasul-Nya, menipu dengan sikap pura-pura palsu dan berusaha mencelakai Rasulullah SAW dan umatnya. Kemudian penyakit itu bertambah setelah mereka melihat kemenangan-kemenangan Rasulullah SAW.⁶

Banyak para ahli yang memberikan definisi tentang penyakit rohani. Dalam buku *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mu'min*, Dr. Hamzah Ya'cub memberikan definisi tentang penyakit rohani sebagai berikut:

1. Penyakit rohani ialah sifat buruk dan merusak dalam batin manusia yang mengganggu kebahagiaan.
2. Penyakit rohani ialah sikap mental yang buruk, merusak dan merintangai pribadi memperoleh keridhaan Allah.
3. Penyakit rohani ialah sifat dan sikap dalam hati yang tidak diridhai Allah, sifat dan sikap mental yang cenderung mendorong pribadi melakukan perbuatan buruk dan merusak.⁷

Kemudian penyakit hati (rohani) juga dapat digambarkan sebagai suatu kebodohan dan keragu-raguan terhadap kebenaran ajaran Islam, pengingkaran kemaksiatan atau penolakan terhadap ketentuan Allah SWT dan belenggu yang memasung kemerdekaan hakiki. Sedangkan Imam Ghazali menjelaskan bahwa budi pekerti yang buruk itu adalah penyakit hati, penyakit yang dapat menghilangkan kehidupan abadi.

Dari beberapa pendapat di atas, secara singkat kita dapat mengambil kesimpulan bahwa penyakit rohani adalah adanya sikap dan sifat yang buruk di dalam rohani seorang manusia, yang mendorongnya untuk melakukan hal-hal yang buruk, merusak, dan dapat mengganggu kebahagiaan serta mencegahnya untuk mendapatkan keridhoan Allah SWT.

Dan Allah juga telah menyatakan di dalam Al-Qur'an bahwa di dalam rohani manusia memang ada sifat dan sikap yang seperti itu. Di antaranya yaitu di dalam beberapa surat berikut ini:

1. "Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir". (Al-Ma'arij: 19).
2. "Dan sesungguhnya Kami telah mengulang-ulangi bagi manusia dalam Al-Quran ini bermacam-macam perumpamaan. Dan manusia adalah makhluk yang paling banyak membantah". (Al-Kahfi: 54).

Dari ayat-ayat tersebut, kita dapat menarik kesimpulan bahwa di dalam diri manusia itu memang sudah ada bibit penyakitnya, Allah memberikan beberapa sifat yang memang menjadi sifat dasar atau sifat naluriah manusia tetapi Allah tidak menyukai jika bibit ini berkembang sehingga kita sebagai manusia, harus dapat mengantisipasi agar bibit penyakit yang ada di rohani kita tidak berkembang dan menyebarluas di dalam diri kita.

PENYEBAB PENYAKIT ROHANI

Pada dasarnya, Islam mengajarkan bahwa manusia itu adalah makhluk yang terbaik dan termulia seperti yang telah diungkapkan dalam Al-Qur'an: "*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*". (At-Tin: 4).

Ayat tersebut secara tegas menyatakan bahwa manusia pada dasarnya adalah baik dan mulia, terutama dari segi rohaninya karena hakikat dari diri seorang manusia adalah rohaninya. Sesuatu yang baik dan mulia tentu akan mempunyai sifat dan sikap yang baik dan mulia pula.

Oleh karena itu, pada hakikatnya rohani manusia adalah sehat, sehingga jika rohani yang sehat dan baik itu berubah menjadi sakit dan buruk, maka tentu ada hal-hal yang menjadikannya seperti itu. Karena tiap sesuatu

baru akan terjadi kalau ada penyebabnya, tanpa sebab tidak mungkin sesuatu akan terjadi. Hal ini sudah merupakan hukum alam (sunnatullaah) yang tetap. Maka begitu pula halnya dengan penyakit rohani. Penyakit rohani tidak akan timbul tanpa sebab. Penyebab dari penyakit jasmani ialah virus dan bakteri. Sedangkan penyebab dari penyakit rohani antara lain yaitu:

1. Nafsu

Nafsu (syahwat) adalah keinginan yang timbul dari jiwa hewani yang sering bertentangan dengan hukum suci (fitrah kebenaran).⁸ Akal dan hawa nafsu adalah dua hal yang bertentangan dalam diri manusia. Akal selalu menimbang antara yang baik dan yang buruk, sedangkan nafsu selalu memilih hal-hal yang buruk. Hawa nafsu lebih suka kepada hal-hal yang enak pada awalnya, tetapi akibatnya tidak baik.⁹

Jika dianalogikan seperti pohon, maka apabila hawa nafsu telah bercabang dan banyak rantingnya, maka segala pikiran kita akan tertarik kepada hal-hal yang buruk.¹⁰ Tetapi sebenarnya tidak semua nafsu itu tercela. Ada nafsu yang dinamai nafsu muthmainnah dan nafsu lawwamah. Nafsu muthmainnah yaitu nafsu yang tenteram, yang sudah tunduk kepada aturan Allah dengan tenang. Sedangkan nafsu lawwamah adalah nafsu yang sudah sadar dan mampu melihat kekurangan-kekurangan diri sendiri, dengan kesadaran itu ia terdorong untuk meninggalkan perbuatan-perbuatan rendah dan selalu berupaya melakukan sesuatu yang mengantarkan kebahagiaan yang bernilai tinggi.

Sedangkan nafsu yang tercela adalah nafsu amarah. Nafsu amarah inilah yang menjadi

penyebab penyakit rohani, karena nafsu amarah selalu mendorong manusia untuk melakukan hal-hal yang jahat. Nafsu amarah juga dapat menumbuhkan sifat dan sikap yang buruk di dalam diri manusia. Allah SWT telah berfirman: *"Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyurub kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang"*. (Yusuf: 53).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa nafsu yang sudah dirahmati oleh Allah tidak akan mendorong manusia untuk melakukan hal-hal buruk, yang tidak diridhoi Allah SWT. Jadi, sudah jelas bahwa nafsu yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit rohani hanyalah nafsu amarah saja.

2. Setan

Setan adalah makhluk yang diciptakan oleh Allah dari api. Ia mempunyai tugas untuk menggoda manusia sehingga manusia jatuh ke dalam keingkaran dan kesesatan. Tetapi meskipun setan diciptakan untuk tujuan tertentu, kebanyakan manusia mudah tertipu olehnya. Seperti halnya nafsu, setan juga bisa menjadi penyebab penyakit rohani karena seperti yang telah diuraikan di atas bahwa setan selalu mendorong manusia untuk melakukan kejahatan. Ia selalu berupaya agar manusia mau mengikuti bujuk rayunya.¹¹

Hati manusia menurut fitrahnya bersedia untuk menerima pengaruh yang baik dan buruk menurut pertimbangan yang sama. Hanya saja terkadang manusia lebih mengikuti godaan setan dan nafsunya sehingga yang banyak terjadi adalah mereka lebih memilih untuk menerima pengaruh yang buruk daripada yang baik. Jika manusia mengikuti hawa nafsunya,

maka setan akan berkuasa atasnya dan timbullah penyakit rohani sehingga mendorong manusia untuk melakukan kejahatan. Tetapi apabila manusia menentang hawa nafsunya dan tidak mau dikuasai oleh godaan setan, maka akan timbul baginya perbuatan yang baik.

Dari penjelasan di atas, maka jelaslah bahwa setan dan nafsu memiliki kaitan yang erat. Apabila setan sudah menguasai nafsu manusia, maka hal tersebut akan menimbulkan penyakit rohani pada manusia.

3. Karena rohani tidak diberi makan

Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwasanya manusia memiliki dua unsur, yakni jasmani dan rohani. Rohani merupakan urusan Allah sehingga hanya Dia lah yang mengetahui tentangnya. Karena rohani berasal dari Allah, maka makanannya juga haruslah berasal dari Allah juga. Penyakit rohani bisa muncul di dalam diri manusia karena manusia tersebut tidak mengetahui cara memberi makan rohaninya.¹² Padahal sama seperti jasmani (tubuh), rohani juga membutuhkan makanan. Hanya saja makanan antara jasmani dan rohani berbeda. Al-Qur'an menyatakan bahwa makanan rohani adalah *"Mau'idzlah Tuhan"*. Hal ini dinyatakan dalam surat Yunus ayat 57 yang berbunyi: *"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman"*.

Yang dimaksud penyakit-penyakit yang ada di dada adalah semua penyakit yang ada di dalam rohani manusia. Oleh karena itu, cara memberi makan rohani adalah dengan senantiasa mengikuti apa yang telah diajarkan

oleh Allah dan Nabi-Nya seperti shalat, puasa, zakat dan sebagainya.

4. Karena pengaruh lingkungan

Pada dasarnya, manusia merupakan makhluk yang baik dan mulia, tetapi salah satu faktor yang menyebabkan manusia menjadi jahat dan buruk perangnya adalah karena pengaruh lingkungan. Begitu juga halnya dengan rohani, pada dasarnya rohani manusia itu baik dan sehat. Adanya penyakit rohani dalam diri manusia adalah karena pengaruh lingkungannya yang buruk. Bisa jadi, penyakit rohani itu muncul karena seseorang bergaul dengan temannya yang tidak baik sehingga mendorong dia untuk bersikap yang tidak baik pula.

MACAM-MACAM PENYAKIT ROHANI

Ada banyak sekali macam-macam penyakit rohani dan bisa jadi salah satu dari penyakit rohani tersebut ada di dalam diri kita. Tetapi pada tulisan ini, hanya akan dibahas mengenai lima penyakit rohani yang dimiliki oleh kebanyakan manusia pada saat ini. Kelima penyakit rohani tersebut adalah sebagai berikut:

1. Takabbur (sombong)

Sombong adalah kecenderungan pribadi jiwa yang selalu merasa lebih baik dan lebih tinggi dari pada orang lain dan cenderung merendahkan orang lain.¹³ Karenanya, orang yang sombong itu seringkali menolak kebenaran, apalagi bila kebenaran itu datang dari orang yang kedudukannya lebih rendah dari dirinya.

Sedangkan menurut M. Izuddin Taufiq (dalam *Psikologi Islam*), sombong adalah perasaan menipu seseorang dengan merasa

bahwa ialah yang lebih berkuasa dan disertai keinginan untuk meremehkan orang lain. Pada dasarnya sombong adalah emosi internal. Abu Hamid Al-Ghazali membagi sombong ke dalam dua kategori, yakni bathiniyah (sombong yang diciptakan oleh seseorang dalam dirinya) dan lahiriyah (sombong yang disertai dengan perilaku fisik). Sifat sombong itu dapat terjadi karena faktor materi, pangkat, keturunan, kecantikan, ketampanan, kecerdasan, kebaikan, dan faktor ibadah.

Allah sangat tidak menyukai orang-orang yang sombong. Dalam Al-Qur'an disebutkan: "Dan janganlah kamu berjalan di muka bumi ini dengan sombong, karena sesungguhnya kamu sekali-kali tidak dapat menembus bumi dan sekali-kali kamu tidak akan sampai setinggi gunung". (Al-Isra: 37).

2. Riya

Riya adalah memperlihatkan amal kebaikan karena ingin dipuji oleh orang lain, bukan karena ikhlas mengharap keridhoan dari Allah SWT. Nabi Muhammad SAW mengungkapkan bahwa riya termasuk perbuatan syirik, sebagaimana sabdanya: "Sesuatu yang amat aku takuti yang akan menimpa kamu adalah syirik kecil. Dan Nabi ditanya daripadanya, maka beliau menjawab: yaitu riya". (HR. Ahmad).

Dalam buku *Al-Islam*, Prof. Hasbi As-Shidiqy membagi orang-orang yang riya ke dalam beberapa macam¹⁴, yaitu:

1. Riya dalam soal kepercayaan
2. Riya dalam soal ibadah
3. Riya dalam soal amalan sunnah
4. Riya dalam sikap

3. Hasad (Iri hati)

Sayyid Quthb menjelaskan hasad adalah reaksi psikologis terhadap nikmat Allah atas sebagian hamba-Nya disertai harapan keraihbannya (dari tangan orang tersebut), baik si penghasut menindaklanjuti reaksi ini dengan upaya riil untuk menghilangkan nikmat tersebut ataupun hanya sebatas reaksi psikologis saja. Orang yang iri hati tidak bisa menikmati kehidupan yang normal karena hatinya tidak pernah bisa tenang sebelum melihat orang lain mengalami kesulitan. Dia melakukan berbagai hal untuk memuaskan rasa iri hatinya.

Bila ia gagal, ia akan jatuh kepada frustrasi. Imam Ali berkata, *"Tidak ada orang zalim yang menzalimi orang lain sambil sekaligus menzalimi dirinya sendiri, selain orang yang dengki"*. Nabi Muhammad juga menyatakan bahwa rasa iri hati itu dapat menghapuskan semua pahala dari amal kebaikan yang telah dikerjakan oleh seseorang, sebagaimana sabdanya: *"Jauhkanlah dirimu dari iri hati, karena sesungguhnya iri hati itu memakan kebaikan-kebaikan sebagaimana api memakan kayu bakar"*. (HR. Abu Daud).

4. Bakhil (kikir)

Bakhil (kikir) adalah rasa enggan untuk memberikan sebagian harta kepada orang lain yang membutuhkan. Bakhil adalah penyakit hati yang bersumber dari keinginan yang egois. Keinginan untuk menyenangkan diri secara berlebihan akan melahirkan kebakhilan. Penyakit bakhil berpengaruh langsung pada gangguan fisik. Orang yang bakhil akan selalu merasa cemas dan gelisah, takut hartanya berkurang ataupun hilang sehingga hal yang demikian berpengaruh juga kepada kesehatan jasmaninya.

Sifat kikir banyak sekali disinggung di dalam Al-Qur'an dan Hadits, terutama dalam bentuk celaan terhadapnya. Hal ini menunjukkan bahwa Islam melarang umatnya untuk memiliki sifat kikir. Dalam Al-Qur'an disebutkan: *"Dan barangsiapa yang dipelihara dari kekikiran dirinya, mereka itulah orang-orang yang beruntung"*. (Al-Hasyr: 9).

5. Korupsi

Korupsi memiliki pengertian yang sama dengan mencuri, yakni mengambil hak orang lain dengan cara yang tidak benar dan tidak sah. Oleh karena itu, korupsi sangat dilarang, baik oleh agama maupun negara karena korupsi merupakan tindakan yang sangat merugikan, bukan hanya bagi diri sendiri, tetapi juga bagi rakyat dan negara. Walaupun korupsi jelas-jelas merupakan penyakit rohani yang sangat berbahaya, tetapi saat ini korupsi justru sudah menjadi sebuah fenomena yang melanda negara kita. Korupsi sudah menjadi sebuah trend di kalangan para penguasa atau pejabat tinggi negara, padahal perbuatan ini sangat dicela dalam Islam. Jika seseorang melakukan tindakan korupsi, maka hukuman baginya adalah dipotong tangannya karena korupsi sama saja seperti mencuri hak rakyat. Di dalam Al-Qur'an dijelaskan: *"Laki-laki yang mencuri dan perempuan yang mencuri, potonglah tangan keduanya (sebagai) pembalasan bagi apa yang mereka kerjakan dan sebagai siksaan dari Allah. Dan Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana"*. (Al-Maidah: 38).

AKIBAT PENYAKIT ROHANI

Penyakit rohani memiliki akibat yang lebih serius dibandingkan penyakit jasmani. Di antara akibat-akibat dari penyakit rohani yaitu sebagai berikut:

1. Mengganggu ketenangan. Orang yang memiliki penyakit rohani tidak akan mampu untuk menikmati ketenangan hidupnya dan bahkan penyakit rohani juga dapat meruntuhkan kebahagiaan hidup seseorang.
2. Penyakit rohani dapat menyebabkan seseorang menjadi jauh dengan Tuhannya. Karena penyakit rohani seperti iri, sombong, dan kikir merupakan perbuatan tercela yang sangat tidak disukai oleh Allah.
3. Melumpuhkan daya kerja. Orang yang mempunyai penyakit rohani tidak dapat bekerja secara produktif dan bermutu. Ia tidak dapat mencetak amal-amal kebajikan sebagaimana yang dilakukan oleh orang-orang yang sehat rohaninya.
4. Merusak jasmani. Kini sudah dibuktikan bahwa banyak penyakit jasmani yang disebabkan oleh sakitnya rohani.
5. Penyakit rohani dapat membuahakan penyakit sosial yang dapat merusak tatanan hidup bermasyarakat karena penyakit rohani bukan hanya saja merugikan diri sendiri tetapi juga dapat mengganggu dan merugikan kehidupan orang lain. Selain itu, penyakit rohani juga dapat membuat amalan-amalan menjadi sia-sia, bahkan merusak seluruh perbuatan manusia serta melahirkan kekerasan dan kekejian diantara sesama. Hal ini telah dijelaskan di dalam sebuah hadits: *"Ketahuilah bahwa di dalam jasmani manusia ada segumpal darah. Jika baik segumpal darah itu, maka akan baik pula jismaninya. Sebaliknya, jika rusak, maka akan rusak pula jismaninya. Segumpal darah itu adalah Hati"*. (HR Bukhari dan Muslim).

METODE PENGOBATAN PENYAKIT ROHANI

Di dalam sebuah hadits riwayat Muslim disebutkan bahwa *"Tiap-tiap penyakit itu ada obatnya"*, begitu pula dengan penyakit rohani. Ada beberapa metode yang dapat dilakukan untuk mengobati penyakit rohani, di antaranya yaitu:

1. Sadar dan bermuhasabah (introspeksi diri). Sadar yaitu mengerti dan menghayati. Apabila kita sudah mengerti, maka kita tidak akan mau mengerjakan yang buruk. Dengan demikian untuk penyembuhan penyakit rohani, pengertian dan penghayatan kepada yang baik harus diperbanyak. Salah satu caranya adalah dengan shalat. Seperti yang telah kita ketahui bahwa shalat dapat menjauhkan kita dari perbuatan yang keji dan munkar. Sehingga ketika seseorang melakukan shalat dengan khushyuh dan penuh penghayatan kepada Allah, maka orang tersebut akan semakin dekat dengan Allah dan ia akan dijauhkan dari segala macam penyakit rohani dan perbuatan buruk. Allah SWT. berfirman: *"Sesungguhnya orang-orang yang bertaqwa itu, apabila mengenai mereka gangguan setan, mereka ingat dan mereka sadar"*. (Al-A'raf: 201).

Selain itu, kita juga harus selalu bermuhasabah atau melakukan evaluasi diri. Setelah kita selesai melakukan suatu perbuatan, hendaknya kita langsung mengintrospeksi diri kita sendiri agar kita mengetahui perbuatan apa saja yang telah kita lakukan, baik yang berkaitan dengan

diri sendiri ataupun orang lain. Di dalam sebuah hadits disebutkan: *"Orang yang pintar ialah orang yang selalu mengoreksi dirinya dan beramal untuk bekal sesudah mati dan orang yang lemah ialah orang yang selalu menuruti hawa nafsunya dan berangan-angan terhadap Allah"*. (H.R. At-Tirmidzi).

2. Selalu waspada atau mawas diri terhadap penyakit rohani. Mawas diri adalah selalu memandang diri sendiri dalam setiap gerak-geriknya, baik gerak-gerik jasmani ataupun gerak-gerik batin.¹⁵
3. Taubat. Semua manusia pasti pernah mengalami penyakit rohani karena manusia adalah makhluk yang lemah dan mudah terpengaruh. Oleh karena itu, ketika penyakit rohani itu menyerang kita, maka hendaknya kita segera bertaubat kepada Allah dengan sebaik-baiknya taubat.
4. Memperbaiki iman dan memperbanyak amal shaleh. Orang yang selalu memperbaiki imannya dan melakukan amal shaleh, ia pasti akan dijauhkan oleh Allah dari penyakit rohani. Selain itu, dengan memperbanyak iman dan amal saleh akan membuat rohani kita menjadi sehat. Di dalam Al-Qur'an dijelaskan: *"Orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik"*. (Ar-Ra'du: 29).

5. Menghiasi diri dengan budi pekerti yang baik. Seperti yang telah dijelaskan di atas, bahwasanya penyakit rohani akan menimbulkan perilaku yang buruk sehingga obat untuk menyembuhkannya adalah dengan mengembalikan perilaku buruk tersebut kepada perilaku yang baik sehingga hal tersebut akan menyetatkan rohani.

PENUTUP

Saat ini, krisis yang melanda kehidupan umat manusia sebenarnya dikarenakan rohani mereka yang sakit, karena rohaninya tidak diberi makan dan dibiarkan begitu saja sehingga menjadi budak hawa nafsu. Mereka cenderung mengabaikan kesehatan rohaninya, sehingga yang terjadi adalah timbul penyakit rohani yang dapat merusak seluruh aspek kehidupan dan mengganggu kebahagiaan hidup diri sendiri dan juga orang banyak. Oleh karena itu, jika manusia ingin hidupnya tenang dan bahagia, maka ia harus memperhatikan kesehatan rohaninya, di samping kesehatan jasmaninya. Penyakit rohani lebih berbahaya dibandingkan penyakit jasmani. Jika jasmani kita yang sakit, maka tentunya kita dapat berobat ke dokter tetapi jika rohani kita yang sakit, maka tidak ada seorang dokter pun yang dapat mengobatinya selain diri kita sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Hasyimi, As Sayyid Ahmad, *Tarjamah Mukhtarul Abadits*, (Bandung: PT. Al-Ma'arif, 1994).

Anshori, Anwar, *Menggapai Hati Yang Bersih*, (Jakarta: BR Universal, 2005).

Artikel Al-Risalah An-Nidaa' Siri 1, *Penyucian Jiwa*, Biro Akademik dan Dakwah Persatuan Pendidikan Islam DPLI Universiti Malaya 2009, 6 Februari 2009.

As-Shiddieqy, Hasbi, *Al-Islam I*, (Yogyakarta: Bulan Bintang, 1970).

Dahlan, Zaini, *Al-Quran dan Tafsir Jilid II: Juz 4,5,6*, (Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Wakaf (Universitas Islam Indonesia), 1995).

Gulen, Fethullah, *Memadukan Akal dan Kalbu dalam Beriman*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002).

Madjid, Nurcholish, dkk, *Membangun Masyarakat Madani Melalui Khutbah dan Ceramah*, (Jakarta: Nuansa Madani, 1999).

Malik, Abdul, *Falsafah Hidup*, (Jakarta: PT. Jajamurni, 1970).

Sabiq, Sayid, *Aqidah Islam*, (Bandung: Diponegoro, 1974).

Yakub, Ismail, *Terjemahan Ihya 'Ulumuddin: Imam Ghazali*, (Semarang: C.V. Faizan, 1979).

Zaini, Syahminan, *Penyakit Rohani dan Pengobatannya*, (Surabaya: Al-Ikhlash, 1984).

ENDNOTES

¹Nurcholis Majid dkk, *Membangun Masyarakat Madani Melalui Khutbah dan Ceramah*, (Jakarta: Nuansa Madani, 1999), hal. 250.

²Syahminan Zaini, *Penyakit Rohani dan Pengobatannya*, (Surabaya: Al-Ikhlash, 1984), hal. 13.

³ Sayid Sabiq, *Aqidah Islam*, (Bandung: Diponegoro, 1974), hal. 364.

⁴Syahminan Zaini, *Penyakit Rohani dan Pengobatannya*, (Surabaya: Al-Ikhlash, 1984), hal. 19.

⁵Anwar Anshori, *Menggapai Hati Yang Bersih*, (Jakarta: BR Universal, 2005), hal. 68.

⁶ Zaini Dahlan, *Al-Quran dan Tafsir Jilid II: Juz 4,5,6*, (Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Wakaf (Universitas Islam Indonesia), 1995), hal. 64.

⁷ Artikel Al-Risalah An-Nidaa' Siri 1, *Penyucian Jiwa*, Biro Akademik dan Dakwah Persatuan Pendidikan Islam DPLI Universiti Malaya 2009, 6 Februari 2009.

⁸Anwar Anshori, *Menggapai Hati Yang Bersih*, (Jakarta: BR Universal, 2005), hal. 28.

⁹Abdu Malikl, *Falsafah Hidup*, (Jakarta: PT. Jajamurni, 1970), hal. 64.

¹⁰ Ismail Yakub, *Terjemahan Ihya 'Ulumuddin: Imam Ghazali*, (Semarang: C.V. Faizan, 1979), hal. 563.

¹¹Fethullah Gulen, *Memadukan Akal dan Kalbu dalam Beriman*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002), hal. 125.

¹²Syahminan Zaini, *Penyakit Rohani dan Pengobatannya*, (Surabaya: Al-Ikhlash, 1984), hal. 47.

¹³ Hasbi As-Shiddieqy, *Al-Islam I*, (Yogyakarta: Bulan Bintang, 1970), hal. 504-505.

¹⁴ Hasbi As-Shiddieqy, *Al-Islam I*, (Yogyakarta: Bulan Bintang, 1970), hal. 413-414.

¹⁵Syahminan Zaini, *Penyakit Rohani dan Pengobatannya*, (Surabaya: Al-Ikhlash, 1984), hal. 134

Penyakit Rohani dalam Perspektif Al-Qur'an
