



**INSTITUT AGAMA ISLAM  
PANGERAN DIPONEGORO NGANJUK**  
<http://ejournal.iaipd-nganjuk.ac.id>

## PSIKOLOGI AL-QUR'AN

<sup>1</sup>**Bowo Cahyono**

bowoc7@gmail.com

Pascasarjana Institut Agama Islam Pangeran Diponegoro Nganjuk

<sup>2</sup>**Sri Lestari**

srilestari579@gmail.com

Pascasarjana Institut Agama Islam Pangeran Diponegoro Nganjuk

<p><b>Info Artikel</b>                  Submit : 20 Januari 2021                  Revisi : 4 Februari 2021                  Diterima : 22 Maret 2021                  Publis : 30 Maret 2021</p>	<p style="text-align: center;"><b>Abstrak</b></p> <p>Al-Qur'an adalah kitab pedoman umat Islam. Di dalamnya terdapat ayat-ayat yang memberikan kode untuk ditelusuri lebih lanjut dari sudut pandang ilmu pengetahuan. Salah satunya adalah psikologi. Jenis penelitian ini adalah kualitatif-<i>library research</i> dengan pendekatan psikologi. Kesimpulan artikel ini adalah surah al-A'raf [7]:34 menggambarkan psikologis manusia senantiasa menghindari kematian; Surah Yūnus [10]:12 menggambarkan psikologis manusia manusia mengalami kesulitan, mereka akan mendekat kepada Tuhan. Sedangkan pada saat mereka dalam keadaan lapang, mereka lupa saat-saat sulit itu. Surah Yūsuf [12]:63 menggambarkan psikologis manusia bahwa pada saat mereka mengharapkan sesuatu dari orang lain, mereka akan <i>sok</i> akrab kepadanya. Sedangkan kondisi sebaliknya dijelaskan di dalam surah Yūsuf [12]:81, yaitu pada saat orang lain itu terkena musibah, ia <i>sok</i> tidak kenal; Psikologis orang yang cinta dijelaskan di dalam surah Ṭāhā [20]:17-18 yang menggambarkan sosok Mūsa yang ingin berlama-lama munajat dengan Allah. Surah al-Aḥzāb [33]:10 menggambarkan kondisi psikologis orang yang dikepung musuh yaitu hati mereka menyesak ke tenggorokan. Sedangkan surah 'Abasa [80]:38-42 menggambarkan psikis orang yang mendapatkan kebahagiaan dan mendapatkan kesedihan.</p>
<p><b>Kata kunci</b></p>	<p><i>psikologi, al-Qur'an</i></p>

## Latar Belakang

Al-Qur'an adalah kitab pedoman umat Islam, baik pedoman ibadah maupun pedoman hidup lainnya. Ayat-ayatnya singkat dan padat makna, oleh karena itu dibutuhkan pemahaman yang komprehensif di dalam menguraikan ayat-ayat tersebut. Butuh berbagai perangkat dan disiplin ilmu untuk memahami kandungan ayatnya, salah satunya adalah psikologi. Psikologi adalah ilmu yang membahas tentang mental, baik normal maupun tidak normal dan pengaruhnya terhadap perilaku.<sup>1</sup>

Kondisi orang yang sedang gelisah dengan kondisi orang yang sedang cemas dengan kondisi orang yang sedang bahagia itu berbeda. Kondisi orang yang mengharapkan orang lain dengan keadaan orang yang tidak membutuhkan orang lain juga berbeda. Kondisi orang yang cinta kepada orang lain juga berbeda dengan kondisi orang yang biasa-biasa saja tanpa ada rasa cinta. Semua itu adalah naluriah manusia yang digambarkan oleh al-Qur'an dengan kode-kode tertentu supaya dipahami dan dicermati agar ayat-ayatnya benar-benar dapat digunakan untuk membaca kondisi psikologis seseorang.

## Pendekatan-pendekatan dalam Psikologi

Rita L. Atkinson membagi pendekatan dalam psikologi menjadi lima bagian. Pertama, pendekatan neurobiologi. Pendekatan neurobiologi adalah studi tentang manusia yang berusaha menghubungkan antara perilaku individu dengan hal-hal yang terjadi dalam tubuh, terutama dalam otak dan sistem syaraf. Kedua, pendekatan behaviorisme. Cara kerja pendekatan ini adalah dengan mengamati perilaku manusia, kegiatan-kegiatan organisme dan bukan mengamati bagian dalam tubuh. Contoh dari pendekatan ini seperti mencermati ekspresi orang yang bahagia, sedih dan yang lain. Ketiga, pendekatan kognitif. Pendekatan ini mengacu pada proses mental, persepsi, ingatan serta pengolahan informasi yang memungkinkan seseorang mampu memecahkan masalah, memperoleh pengetahuan, dan merencanakan masa depannya sebaik mungkin. Keempat, pendekatan psikoanalitik adalah perilaku yang tidak kita sadari, misalnya rasa takut, cemas, salah bicara, dan sebagainya. Kelima, pendekatan fenomenologis. Pendekatan fenomenologis adalah pendekatan yang

---

<sup>1</sup> Tim Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), 1144.

memusatkan perhatian pada pengalaman subyektif seseorang mengenai dunia dan penafsiran berbagai fenomena yang dia alami.<sup>2</sup>

### Psikologi al-Qur'an

Dalam artikel ini penulis akan membahas psikologi al-Qur'an yang tersebar di beberapa surah dan beberapa ayat. Kata kunci yang dijadikan objek kajian dalam persoalan ini tidak jauh dari definisi psikologi itu sendiri, yaitu kejiwaan seseorang ketika mengalami sesuatu, baik suka maupun duka. Susunan pembahasan yang diuraikan di dalam ayat ini menggunakan runtutan ayat sesuai dengan runtutan penyusunan al-Qur'an (*tartīb muṣṣaf*). Dalam artikel ini akan membahas tentang makna psikologis yang terkandung di dalam urah al-A'raf [7] ayat 34, Yūnus [10]:12, Yūsuf [12]:63, 81; Ṭāhā [20]:17-18 dan al-Aḥzāb [33]:10. Berikut adalah penggalan makna psikologi dari beberapa ayat tersebut.

Pertama, psikologis manusia dalam menyikapi kematian. Di dalam surah al-A'raf [7] ayat 34 Allah berfirman:


  
 Jurnal Ilmiah Spiritualis (JIS)
   
 وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ ﴿٣٤﴾

Dan setiap umat mempunyai ajal. Apabila ajalnya tiba, mereka tidak dapat meminta penundaan atau percepatan sesaat pun.<sup>3</sup>

Susunan ayat ini sangat menarik jika dikaitkan dengan psikologi. Redaksi ayat *lā yasta'khirūn* (tidak dapat diundur) justru didahulukan daripada redaksi ayat *lā yastaqdimūn* (tidak dapat dimajukan). Pemilihan diksi *lā yasta'khirūn* tersebut didahulukan bukan tanpa maksud. Al-Qur'an ingin menggambarkan bahwa umumnya manusia itu tidak mau mati. Atau jika ia mati, ia ingin selalu diundur. Karena keinginan manusia yang selalu ingin diundur kematiannya itulah pemilihan redaksi *lā yasta'khirūn* ini didahulukan.

Sebaliknya, jarang sekali orang yang ingin ajal kematiannya dimajukan. Atau jika ada, kejiwaan tersebut bersifat tidak normal dan bukan sifat alamiah manusia. Karena

<sup>2</sup>Rita L. Atkinson dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I*, terj. Nurjannah Taufiq (Jakarta: Ikapi, 1997), 7-15.

<sup>3</sup>Departemen Agama Republik Indonesia, *al-Qur'an dan Terjemahnya* (Surabaya: Pustaka Assalam, 2010), 207.

minimnya orang yang memohon atau mengharapkan matinya didekatkan, maka al-Qur'an juga meng-akhirkan redaksi ini sebagai gambaran psikologis mereka. Kematian adalah perkara yang mengerikan dan memilukan bagi setiap manusia. Oleh karena itu, di berbagai belahan dunia, kata 'mati' selalu diperhalus. Di Jawa ada istilah *sampun mboten wonten* (sudah tidak ada/mati). Di Indonesia ada istilah *kembali kebaribaan ilahi* (mati); *menghembuskan nafas terakhir* (mati) dan berbagai istilah lainnya.

Pada intinya, kematian adalah sesuatu yang tidak diharapkan kehadirannya meskipun hal tersebut pasti akan terjadi entah kapan waktunya. Karena itu dalam ranah sosial, sangat sering ucapan 'semoga panjang umur, sehat selalu' dan sebagainya sebagai salah satu representasi dari psikologis manusia yang ingin selalu dijauhkan dari kematian dan diberi panjang umur. Hampir tidak ada orang yang berharap 'semoga dirinya cepat mati'.

Kedua, gambaran psikologis orang yang selalu mendekati diri kepada Allah pada saat mereka memiliki maksud atau tujuan tertentu. Di dalam surah Yūnus [10] ayat 12:

وَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنبَيْهِ أَوْ قَاعِدًا أَوْ قَائِمًا فَلَمَّا كَشَفْنَا عَنْهُ ضُرَّهُ مَرَّ كَأَن لَّمْ يَدْعُنَا إِلَى ضُرِّ مَسَّهُ كَذَلِكَ زُيِّنَ لِلْمُسْرِفِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١٢﴾

Dan apabila manusia ditimpa mara bahaya dia berdo'a kepada Kami dalam keadaan berbaring, duduk atau berdiri, tetapi setelah Kami hilangkan mara bahaya itu daripadanya, dia (kembali) melalui (jalannya yang sesat), seolah-olah dia (manusia tersebut) tidak pernah berdo'a kepada Kami untuk (menghilangkan) mara bahaya yang telah menyimpannya. Begitulah orang-orang yang melampaui batas itu memandang baik apa yang selalu mereka kerjakan.

Ayat ini menggunakan redaksi *insān* yang menggambarkan psikologis manusia secara umum. Pada saat mereka terkena mara bahaya, umumnya mereka akan mendekat kepada Tuhan sesuai dengan apa yang mereka yakini. Orang-orang Jawa akan melafalkan *lā ilaha illā Allāh* pada saat ada gempa bumi. Mereka juga akan mengumandangkan adzan pada saat angin kencang. Pada saat kemarau panjang, mereka juga akan melaksanakan shalat *istisqā'* (shalat untuk meminta hujan) atau hajat-hajat mereka secara umum.

Secara pribadi, mereka menggunakan pendekatan-pendekatan kepada Allah dengan cara yang berbeda-beda. Ada orang yang gemar melakukan shalat hajat supaya hajatnya

dikabulkan oleh Allah. Ada orang yang gemar membaca shalawat supaya harapannya juga dikabulkan oleh Allah. Ada orang yang selalu berdzikir dengan kalimat tayibah supaya maksud dan tujuannya berhasil. Ada orang yang mengandalkan puasa supaya tidak ada jarak antara dirinya dengan Allah. Semua itu tidak lain dilakukan oleh manusia ketika mereka mengharapkan sesuatu dari Allah.

Ayat ini menggambarkan hal demikian dengan contoh yang sedikit berbeda. Pada saat manusia dilanda musibah, baik itu bencana alam atau penyakit yang menimpa dirinya, maka ia cepat-cepat mendekati diri kepada Allah.<sup>4</sup> Bisa jadi hal ini dilakukan karena takut mati atau memang kalau diberi kesempatan untuk hidup, mereka bisa berbenah diri. Contoh pendekatan yang dilakukan oleh manusia digambarkan dengan ‘dalam keadaan berbaring, duduk maupun berdiri’. Penggunaan redaksi tersebut memiliki isyarat tersendiri.

Makna ayat tersebut adalah ‘selalu melakukan perintah-perintah Tuhan dalam segala kondisi’. Bisa jadi, pada saat mereka sudah tidak bisa berbuat apa-apa hanya bisa tidur berbaring, pada saat itu pula mereka berusaha sekuat tenaga supaya ingat Allah dan mengamalkan apapun amal ibadah yang bisa dilakukan. Bisa jadi, pada saat mereka duduk, mereka akan menggunakan untuk memegang tasbeih dan memperbanyak dzikir supaya mara bahaya yang sedang mereka rasakan segera berakhir.

Bisa jadi pula, pada saat mereka berdiri, mereka akan menggunakan dzikir, membaca ayat atau doa-doa tertentu supaya bahaya itu hilang darinya. Amalan itu bisa mereka praktikkan pada saat berjalan atau menempuh perjalanan ke suatu daerah. Pada intinya, ketika mereka berhadapan dengan mara bahaya di jalan, mereka akan menggunakan kekuatan teologis ‘selalu mendekat kepada Tuhan’ dengan berbagai cara supaya mara baya tersebut hilang.

Orang yang sedang naik pesawat akan selalu membaca dzikir pada saat ada pengumuman bahwa pesawat cuaca dalam keadaan tidak bersahabat atau pesawat dalam kondisi tidak stabil. Orang yang naik kapal laut juga akan berdoa sebisa mungkin agar badai yang menerjang mereka segera berakhir dan diberi keselamatan. Orang yang berada di jalan

---

<sup>4</sup> Abū al-Fidā’ Ismā’il bin ‘Umar bin Kathīr, *Tafsīr al-Qur’ān al-Azīm* (Kairo: Dār Taybah, 1999), QS. Yūnus [10]:12.

raya juga begitu, mereka berharap selamat tanpa ada suatu halangan apapun baik saat di jalan maupun sudah di rumah. Saat mereka tergenang banjir, terhempas angin kencang atau gunung meletus, pasti mereka akan melakukan 'pdkt' kepada Tuhan supaya semua itu lekas berakhir.

Ketiga, psikologis orang yang mengrapkan sesuatu dari orang lain, maka orang lain tersebut akan dianggap sebagai teman. Tetapi sebaliknya, orang lain yang sedang terkena masalah, maka ia akan pura-pura tidak kenal atau menjauh meskipun orang lain itu adalah saudara sendiri. Hal ini dijelaskan oleh Allah di dalam surah Yūsuf [12] ayat 63 dan 81 sebagai berikut:

فَلَمَّا رَجَعُوا إِلَىٰ أَبِيهِمْ قَالُوا يَا أَبَانَا مُنِعَ مِنَّا الْكَيْلُ فَأَرْسِلْ مَعَنَا آخَانًا نَّكَتَلُ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ



Maka tatkala mereka telah kembali kepada ayah mereka (Ya'qūb) mereka berkata, "Wahai ayah kami, kami tidak akan mendapat sukatan (gandum) lagi, (jika tidak membawa saudara kami), sebab itu biarkanlah saudara kami pergi bersama-sama kami supaya kami mendapat sukatan, dan Sesungguhnya kami benar-benar akan menjaganya".

Konteks ayat ini membicarakan tentang nabi Yūsuf dan keluarganya. Yūsuf adalah seorang anak yang sangat tampan dan membuat para saudara-saudaranya iri. Akhirnya para saudaranya itu berkonspirasi untuk memasukkan Yūsuf ke dalam sumur. Rencana itu benar-benar mereka lakukan. Kamudian Yūsuf bisa diselamatkan orang dari sumur itu dan dijual kepada kerajaan Mesir. Pada akhir cerita di sana ia mengalami kejadian tidak mengenakkan, yaitu dituduh akan memperkosa istri raja. Ia dipenjara dan pada akhirnya bisa keluar karena ia bisa menafsirkan mimpi raja. Raja bermimpi melihat tujuh ekor sapi yang gemuk yang dimakan oleh tujuh ekor sapi yang kurus dan tujuh gandum hijau serta tujuh gandum kering.

Mimpi itu ditafsirkan oleh Yūsuf bahwa nantinya akan terjadi tujuh tahun musim panen dan tujuh tahun lagi musim paceklik. Pada saat musim panen itu, maka kerajaan harus menghemat pengeluaran konsumsi supaya bisa dibuat bekal bertahan hidup pada musim paceklik. Akhirnya mimpi itu jadi kenyataan dan Yūsuf dikeluarkan dari penjara

serta diberi jabatan tinggi sebagai sekretaris negara. Ayat di atas menceritakan lanjutan musim paceklik tersebut di mana setiap orang harus antri untuk mendapatkan ‘sembako’ dari kerajaan.

Yūsuf yang sudah sukses di kerajaan, penampilannya tentu sudah berubah dan membuat para saudara-saudaranya tidak kenal dengannya. Suatu hari, para saudara Yūsuf itu pergi ke kerajaan untuk mengambil ‘sembako’. Yūsuf mengetahui mereka dan pada akhirnya di dalam karung tempat gandum itu oleh Yūsuf diisi dengan bandul timbangan. Sebelum keluar kerajaan, mereka diperiksa dan pada akhirnya kedapatan bandul timbangan tersebut di dalam karungnya sehingga mereka dituduh mencuri. Mereka kesulitan beralasan akan hal itu karena barang bukti telah ada. Pada akhirnya mereka akan dihukum bahwa pada giliran berikutnya, mereka tidak diperkenankan mengambil sembako lagi kecuali dengan satu syarat, yaitu membawa ayah dan saudaranya Yūsuf yang bernama Benyamin ke istana.

Pada saat saudara Yūsuf itu memohon kepada ayahnya, mereka menggunakan redaksi yang bernada psikologis-politis. Al-Qur’an menggunakan redaksi *akhānā* (saudara kami), padahal mereka saudara se ayah saja, karena ibunya berbeda. Meskipun demikian mereka menggunakan redaksi *akhānā* itu sebagai suatu harapan besar supaya Benyamin benar-benar mau dan diizinkan oleh ayahnya. Orang modern akan mengatakan bahwa tindakan yang dilakukan itu ‘*sok kenal sok dekat*’ padahal aslinya mereka sering berseteru dan ada upaya-upaya pembunuhan seperti yang telah dilakukan pada Yūsuf.

Pada penghujung ayat ini saudara-saudara Yūsuf tersebut menambahkan redaksi *wa innā labū lahāfiẓūn* (dan sesungguhnya kami benar-benar akan menjaganya). Ungkapan tersebut mereka sampaikan kepada Ya‘qūb karena dulu mereka pernah mengkhianati ayahnya saat menceburkan Yūsuf ke sumur. Meskipun Ya‘qūb tidak terlau percaya dengan ungkapan ‘*sok kenal sok dekat*’ ini, namun ia tetap memberikan izin kepada Benyamin untuk di bersama-sama ke istana.

Kembali kepada kisah ayat di atas, setelah nabi Yūsuf melakukan ‘tuduhan pencurian bandul timbangan kepada saudaranya yang ke istana itu –orang yang dulu

menceburkan dia ke sumur –<sup>2</sup>. Kemudian nabi Yūsuf memerintahkan mereka supaya pulang ke Kan‘an<sup>5</sup> dan menghadap orang tuanya. Allah berfirman:

أَرْجِعُونَا إِلَىٰ أَبِيكُمْ فَقُولُوا يَا أَبَانَا إِنَّ ابْنَكَ سَرَقَ وَمَا شَهِدْنَا إِلَّا بِمَا عَلَّمَنَا وَمَا كُنَّا لِلْغَيْبِ  
حَافِظِينَ ﴿١٠١﴾

Kembalilah kepada ayahmu dan Katakanlah, "Wahai ayah kami! Sesungguhnya anakmu telah mencuri, dan Kami hanya menyaksikan apa yang Kami ketahui, dan sekali-kali Kami tidak dapat menjaga (mengetahui) barang yang ghaib.

Mereka akhirnya pulang dari Mesir ke Kan‘an dan mengatakan seperti apa yang diperintahkan oleh Yūsuf kepada mereka. Mereka berkata, ‘Wahai ayahku, sesungguhnya anamu mencuri’. Redaksi yang penulis cetak miring ini sesungguhnya bisa diganti ‘*sesungguhnya saudaraku mencuri*’ bukan ‘*sesungguhnya anakmu mencuri*’. Penggunaan redaksi tersebut menandakan bahwa pencurian adalah perbuatan dosa dan orang yang mencuri disebut dengan tersangka. Nama mereka cemar di mata masyarakat maupun orang-orang dekat. Para saudara Yūsuf yang merasa terganggu dengan ‘ulah’ sebagian saudaranya yang ‘mencuri’ bandul itu merasa ‘cuci tangan’ supaya mereka dianggap tidak kenal dan berlepas diri.

Pada akhirnya, nabi Yūsuf beserta keluarganya berkumpul kembali dan penglihatan ayahnya yang sempat hilang akibat menangi kepergian Yūsuf kembali lagi karena kebahagiaan yang tidak terhingga atas keselamatan dan perjumpaannya dengan anak kesayangan, Yūsuf. Perlakuan buruk yang dilakukan oleh saudara-saudara tiri Yūsuf itu tidak ia balas dengan keburukan. Jika perbuatan buruk dibalas dengan keburukan, maka mereka sama-sama buruk. Jika keburukan dibalas dengan kebaikan, maka di situlah perbedaan orang baik dan orang buruk.

Kajian psikologis yang dapat ditarik dari kisah di atas adalah ketika mereka punya maksud atau tujuan tertentu kepada seseorang, maka mereka akan menjadikan orang yang dimaksud ‘seakan-akan kenal dan dekat’. Ketika ada seseorang sukses, mejadi presiden,

<sup>5</sup> Ismā‘il Ḥaqqī bin Muṣṭafā al-Istanbulī, *Tafsīr Rūḥ al-Bayān* (Kairo: Dār Iḥyā’ al-Turāth al-‘Arabī, 1998), vol. 4, 187.

menteri atau jabatan lainnya, orang-orang dekat atau orang-orang jauh yang hanya mengenal sekilas sebelumnya pasti akan mengatakan *'sok kenal, sok dekat'*. Mereka akan mengatakan *'cab kae koncoku ngopi'* meskipun seumur hidupnya hanya ngopi sekali. *'Cab kae kakak kelasku'* meskipun kakak kelas berjarak sepuluh tahun. *'Cab kae sak deso karo aku'* padahal di desa itu ada sepuluh dusun yang berbeda-beda. Semua klaim itu tidak lain agar dia dianggap sebagai orang dekat.

Sedangkan hal sebaliknya juga terjadi manakala orang lain itu mendapatkan musibah atau nama yang tercemar. Pada saat ada seorang dukun cabul yang viral di desa A, maka ada lain yang ingin menanyakan perkembangan kasus itu kepada seseorang yang berpenduduk di desa A tersebut. Saat di tanya, orang tersebut akan menjawab, *'iya, benar saya juga desa A, tapi desa A itu luas dan ada sepuluh dusun, dia berbeda dengan dusun saya'*. Itulah redaksi 'yang akan dipilih' oleh seseorang untuk mengungkapkan kejiwaannya pada saat orang yang dibicarakan terkena kasus itu dinaggap orang dekatnya. Lebih jauh dari itu, meskipun terkadang orang yang melakukan pencemaran nama baik itu adalah keluarganya, tidak jarang keluarga tersebut tidak mengakuinya sebagai keluarga. Tujuannya tidak lain adalah 'cuci tangan' karena tidak mau disangkut-pautkan atau menanggung malu.

Keempat, psikologis orang yang sedang cinta digambarkan oleh Allah di dalam surah Ṭāhā [20] ayat 17-18:

وَمَا تِلْكَ بِيَمِينِكَ يَا مُوسَىٰ ﴿١٧﴾ قَالَ هِيَ عَصَايَ أَتَوَكَّأُ عَلَيْهَا وَأَهُشُّ بِهَا عَلَىٰ غَنَمِي وَلِيَ فِيهَا مَآرِبُ أُخْرَىٰ ﴿١٨﴾

Apakah itu yang di tangan kananmu, wahai Mūsa? berkata (Musa), "Ini adalah tongkatku, aku dapat bertumpu padanya, dan aku pukul (daun) dengannya untuk kambingku, dan bagiku ada lagi keperluan yang lain padanya".

Jika seseorang mencermati pola pertanyaan yang disampaikan oleh Allah kepada Mūsa, maka sesungguhnya tidak membutuhkan jawaban yang panjang. Pertanyaan tersebut sesungguhnya sudah cukup apabila dijawab dengan satu kata, 'tongkat' tanpa menyebutkan manfaat manfaatnya. Pesan yang dapat diambil dari jawaban nabi Mūsa tersebut

menandakan bahwa nabi Mūsa tidak ingin munajat dia dengan Allah cepat berakhir. Ia ingin berlama-lama dalam munajat itu.

Jika seseorang yang cinta kepada orang lain, maka dia akan merasa nyaman dengan orang yang dia cintai. Ia tidak ingin waktu itu cepat berlalu dan selalu ingin bersama dengan orang yang dia cintai. Inilah yang terjadi pada nabi Mūsa. Kecintaan dia kepada Allah terlihat dari perkataan dia yang diperpanjang meskipun bisa dijawab dengan singkat.

Kelima, gambaran psikologis orang yang ketakutan diisyaratkan oleh al-Qur'an di dalam surah al-Aḥzāb [33] ayat 10:

إِذْ جَاءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ  
بِاللَّهِ الظُّنُونًا ﴿١٠﴾

(yaitu) ketika mereka datang kepadamu dari atas dan dari bawahmu, dan ketika tidak tetap lagi penglihatan(mu) dan hatimu naik menyesak sampai ke tenggorokan dan kamu menyangka terhadap Allah dengan bermacam-macam prasangka.

Konteks ayat ini menjelaskan tentang perang Aḥzāb atau perang Khandaq. Dikatakan Aḥzāb karena pada saat itu pasukan musuh beraliansi dengan beberapa kubu seperti Quraish, Bani Sulaym, Ghaṭafān, Bani Kinānah, Bani Murrāh, Fazarah, Asja', Bani Asad; Yahudi Bani Qurayzah.<sup>6</sup> Semua aliansi tersebut mengepung Madinah. Mereka ada yang di atas gunung dan ada pula yang di dataran tanah yang lebih rendah dari Madinah. Pasukan aliansi yang mengepung dari berbagai lini inilah yang digambarkan oleh al-Qur'an di dalam ayat tersebut.

Sedangkan jika disebut dengan perang Khandaq (parit) karena pada saat itu nabi Muḥammad mendapatkan usulan dari Salmān al-Farīsī<sup>7</sup> untuk menggali parit mengelilingi kota Madinah supaya pasukan musuh tersebut tidak bisa masuk. Seandainya mereka tetap nekat masuk, maka kaum muslimin dengan mudah memukul mereka dari atasnya sebab mereka pasti terperosok ke dalam parit jika memaksakan diri. Ukuran parit itu rata-rata

<sup>6</sup> Nāṣir al-Dīn Abū Sa'īd 'Abdullāh bin 'Umar bin Muḥammad al-Shayraẓī al-Bayḍawī, *Tafsīr al-Bayḍawī* (Beirut: Dār al-Fikr, 2001), vol. 4, 366.

<sup>7</sup> Abū al-Qāsim Maḥmūd bin 'Umar al-Zamakhsharī, *al-Kashshāf 'an Ḥaqā'iq Ghawāmiḍ al-Tanzīl wa 'Uyūn al-Aqāwīl fī Wujūh al-Ta'wīl* (Beirut: Dār al-Kutub al-'Arabi, t. th), vol. 3, 526.

sedalam 3.34 meter, lebar 4.63 meter dan panjang 5.544 meter. Dengan ukuran sepanjang itu, akhirnya aliansi musuh tidak dapat memasuki Madinah.<sup>8</sup>

Meskipun mereka tidak bisa menerobos parit itu, atau jika memaksakan diri akan terperosok ke dalam, maka mereka memblokade kaum muslimin di tempat mereka berada. Pengepungan ini cukup lama dan membuat sebagian orang frustrasi dan menyangsikan kemenangan apa yang telah dijanjikan oleh Allah kepada umat Islam. Perasaan umat Islam saat itu campur aduk. Hal ini disebabkan oleh beberapa hal: Pertama, jalan masuk mereka telah diblokade oleh lawan sehingga mereka tidak leluasa membawa barang keluar masuk Madinah.

Kedua, jumlah aliansi musuh yang begitu besar membuat nyali umat Islam menciut. Posisi musuh yang berada di atas gunung maupun di bawah dataran Madinah, membuat mereka menjadi tambah takut, apalagi persenjataan musuh jauh lebih lengkap daripada persenjataan umat Islam. Ketiga, cuaca pada saat itu sangat ekstrim. Badai kencang dan angin dingin yang menembus tulang-tulang serta memporak-porandakan kemah-kemah dan barang-barang yang mereka bawa membuat mereka putus asa dan pada akhirnya kembali ke Mekah dalam kondisi tidak membawa hasil apapun, bahkan sebagian dari mereka sudah ada yang terbunuh.

Jadi, redaksi ayat yang menjelaskan tentang *'hati mereka menyesak sampai ke tenggorokan'* adalah gambaran tentang situasi yang sangat mencekam<sup>9</sup> seakan-akan hati menyesak ketenggorokan. Kata *al-ḥanājir* adalah bentuk jamak dari kata *ḥanjarah* yang memiliki arti ujung tenggorokan yang menjadi tempat masuk makanan, minuman dan pernafasan.<sup>10</sup> Ilustrasinya adalah paru-paru yang membengkak karena kaget dan takut, seakan-akan membuat jantung tersentak ke atas hingga ujung tenggorokan.

<sup>8</sup> Muhammad Husein Haekal, *Sejarah Muhammad*, terj. Ali Audah (Jakarta: Literan AntarNusa, 2013), 350-351.

<sup>9</sup> Abū Ḥafs 'Umar bin 'Ali Ibn 'Ādil al-Dimasqī, *Tafsīr al-Lubāb li Ibnī 'Ādil* (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyah, 1997), vol. 1, 4115.

<sup>10</sup> Wahbah bin Muṣṭafā al-Zuḥayfī, *Al-Tafsīr al-Munīr fī al-'Aqīdah wa al-Sharī'ah wa al-Manhaj* (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyah, 2016), vol. 9, 258.

Keenam, psikologis seseorang yang dapat dilihat dari ekspresi wajah pada saat orang tersebut mengalami sesuatu. Di dalam surah ‘Abasa [80] ayat 38-42 Allah berfirman:

وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ ۖ ضَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ ۖ وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيَّهَا غَبْرَةٌ ۖ تَرَهَقَهَا قَتْرَةٌ ۖ أُولَٰئِكَ هُمُ الْكٰفِرَةُ الْفٰجِرَةُ ۖ

Banyak wajah pada hari itu berseri-seri, tertawa dan bergembira ria. Dan banyak (pula) wajah pada hari itu tertutup debu, dan ditutup lagi oleh kegelapan, mereka itulah orang-orang kafir lagi durhaka.

Ekspresi wajah orang yang bahagia dengan ekspresi wajah orang yang bersedih atau ketakutan sangat jauh berbeda. Dalam kehidupan nyata, perbedaan itu tampak mencolok dan mudah ditebak oleh orang lain apakah si A ini sedang sedih atau sedang susah. Di akhirat kelak, wajah orang-orang beriman dan bertakwa akan tampak berseri-seri karena mereka akan mendapatkan balasan surga yang telah diidam-idamkan selama di dunia. Mereka sekuat tenaga mentaati perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya.

Begitu juga sebaliknya, bagi orang-orang kafir, mereka akan mendapatkan balasan atas keingkaran mereka kepada Allah. Mereka akan menerima siksa panasnya api neraka dalam keadaan hidup dan sadar, tanpa mati tanpa pingsan. Allah membalas tuntas keburukan-keburukan mereka selama di dunia. Tanda-tanda siksaan neraka itu sudah diberikan oleh Allah semenjak masih di alam kubur. Dengan datangnya hari kiamat, ‘uang muka’ yang selama ini mereka bayar di dalam kubur akan sepenuhnya dilunasi di dalam neraka. Tampaknya balasan Allah di depan mata itu, membuat wajah orang-orang kafir berdebu, kusut tak berdaya sebagai efek dari psikis orang yang takut dan khawatir.

## Kesimpulan

Artikel ini menyimpulkan bahwa dalam surah al-A'raf [7]:34 menggambarkan psikologis manusia senantiasa menghindari kematian; Surah Yūnus [10]:12 menggambarkan psikologis manusia saat mengalami kesulitan, mereka akan mendekat kepada Tuhan. Sedangkan pada saat mereka dalam keadaan lapang, mereka lupa saat-saat sulit itu. Surah Yūsuf [12]:63 menggambarkan psikologis manusia bahwa pada saat mereka mengharapkan sesuatu dari orang lain, mereka akan *soke* akrab kepadanya. Sedangkan kondisi sebaliknya dijelaskan di dalam surah Yūsuf [12]:81, yaitu pada saat orang lain itu terkena musibah, ia *soke* tidak kenal; Psikologis orang yang cinta dijelaskan di dalam surah Ṭāhā [20]:17-18 yaitu menggambarkan sosok Mūsa yang ingin berlama-lama munajat dengan Allah. Surah al-Aḥzāb [33]:10 menggambarkan kondisi psikologis orang yang dikepung musuh yaitu hati mereka menyesak ke tenggorokan karena takut dan situasinya mencekam. Sedangkan surah 'Abasa [80]:38-42 menggambarkan psikis orang yang mendapatkan kebahagiaan dan mendapatkan kesedihan. Dari sekian banyak contoh tersebut, pendekatan psikologis di dalam artikel ini lebih condong kepada pendekatan behaviorisme dan psikoanalitik.

Jurnal Ilmiah Spiritualis (IIS)  
Jurnal Pemikiran Islam dan Tasawuf

## DAFTAR PUSTAKA

- Bayḍawī (al), Nāṣir al-Dīn Abū Saʿīd ʿAbdullāh bin ʿUmar bin Muḥammad al-Shayrazī. *Tafsīr al-Bayḍawī*. Beirut: Dār al-Fikr, 2001.
- Departemen Agama Republik Indonesia, *al-Qurʿan dan Terjemahnya*. Surabaya: Pustaka Assalam, 2010.
- Haekal, Muhammad Husein. *Sejarah Mubammad*, terj. Ali Audah. Jakarta: Literan AntarNusa, 2013.
- Ibnu ʿĀdil al-Dimasqī, Abū Ḥafs ʿUmar bin ʿAli. *Tafsīr al-Lubāb li Ibni ʿĀdil*. Beirut: Dār al-Kutub al-ʿIlmiyah, 1997.
- Ibnu Kathīr, Abū al-Fidāʾ Ismāʿīl bin ʿUmar. *Tafsīr al-Qurʿān al-Aẓīm*. Kairo: Dār Taybah, 1999.
- Ismāʿīl Ḥaqqi bin Muṣṭafā al-Istanbuli, *Tafsīr Rūḥ al-Bayān*. Kairo: Dār Iḥyāʾ al-Turāth al-ʿArabī, 1998.
- Rita L. Atkinson dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I*, terj. Nurjannah Taufiq. Jakarta: Ikapi, 1997.
- Tim Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2008.
- Zamakhzharī (al), Abū al-Qāsim Maḥmūd bin ʿUmar. *al-Kashshāf ʿan Ḥaqāʾiq Ghawāmiḍ al-Tanzīl wa ʿUyūn al-Aqāwīl fī Wujūh al-Taʾwīl*. Beirut: Dār al-Kutub al-ʿArabī, t. th.
- Zuḥaylī (al), Wahbah bin Muṣṭafā. *Al-Tafsīr al-Munīr fī al-ʿAqīdah wa al-Sharīʿah wa al-Manhaj*. Beirut: Dār al-Kutub al-ʿIlmiyah, 2016.