

ENERGI TAUBAT DALAM PERSPEKTIF ALQURAN DAN AS-SUNNAH

Sulidar

*Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UINSU) Medan
Jalan Willem Iskandar Pasar V Medan Estate, 20221*

e-mail: ahmad.suid@yahoo.co.id

Abstrak

Taubat adalah salah satu terminologi yang banyak disebutkan dalam Alquran dan as-Sunnah. Jika kata itu banyak disebutkan dalam Alquran dan as-Sunnah, itu maknanya bahwa kata itu sangat penting untuk diperhatikan lalu diamalkan dalam kehidupan. Dalam Alquran, pada umumnya Allah swt akan memberikan nikmat dan karunia-Nya setelah Dia memberikan ampunan kepada hamba-Nya. Oleh karena itu pentingnya taubat agar diberikan karunia oleh Allah swt, berupa kesuksesan hidup baik di dunia maupun di akhirat. Orang Mukmin yang baik dan arif, bukan orang yang tidak pernah berbuat dosa dan kemaksiatan, tetapi manakalah berbuat dosa dan kemaksiatan cepat-cepat menya darinya lalu bertaubat. Dengan taubat, maka Allah swt berjanji akan memberikan kepada hamba-Nya keberuntungan dan kesuksesan, bahkan bahagia, baik di dunia maupun di akhirat. Jika manusia benar-benar menyadari bahwa taubat adalah jalan tol kesuksesan di dunia dan di akhirat, maka bersungguh-sungguhlah dalam bertaubat kepada Allah swt.

Kata kunci: Energi, Taubat, Alquran dan as-Sunnah.

Abstract

Repentance is one of the many terminologies mentioned in the Qur'an and as-Sunnah. If the word is mentioned a lot in the Qur'an and as-Sunnah, it means that the word is very important to pay attention to and then practice in life. In the Qur'an, in general, Allah SWT will give His favors and gifts after He gives forgiveness to His servants. Therefore, the importance of repentance is to be given a gift by Allah

SWT, in the form of success in life both in this world and in the hereafter. A believer who is good and wise, is not someone who has never committed sins and disobedience, but whoever commits sins and disobedience quickly learns from them and repents. With repentance, Allah swt promises to give His servants luck and success, even happiness, both in this world and in the hereafter. If humans really realize that repentance is the highway to success in this world and in the hereafter, then be serious about repenting to Allah swt.

خلاصة

التوبة من المصطلحات العديدة التي وردت في القرآن والسنة. إذا ورد ذكر الكلمة كثيرا في القرآن والسنة، فهذا يعني أن الكلمة مهمة جدا للاهتمام بها ثم ممارستها في الحياة. في القرآن، بشكل عام، سيعطي الله سبحانه وتعالى حسنة وعطاياها بعد أن يغفر لعباده. لذلك، فإن أهمية التوبة هي أن يعطيها الله سبحانه وتعالى، في شكل نجاح في الحياة في كل من الدنيا والآخرة. فالمؤمن الصالح والحكيم ليس من لم يرتكب المعاصي والعصيان قط، بل من ارتكب المعاصي والعصيان سرعان ما يتعلم منها ويتوب. مع التوبة، يعد الله سبحانه وتعالى أن يعطي عباده التوفيق والنجاح، بل والسعادة، في الدنيا والآخرة. إذا أدرك الإنسان حقا أن التوبة هي طريق النجاح في الدنيا والآخرة، فكن جادا في التوبة إلى الله سبحانه وتعالى.

Pendahuluan

Taubat adalah salah satu terminologi yang banyak disebutkan dalam Alquran dan as-Sunnah. Jika kata itu banyak disebutkan dalam Alquran dan as-Sunnah, itu maknanya bahwa kata itu sangat penting untuk diperhatikan lalu diamalkan dalam kehidupan. Dalam Alquran, pada umumnya Allah swt akan memberikan nikmat dan karunia-Nya setelah Dia memberikan ampunan kepada hamba-Nya. Oleh karena itu pentingnya taubat agar diberikan karunia oleh Allah swt, berupa kesuksesan hidup baik di dunia maupun di akhirat.

Pengertian Taubat

Kata Taubat berasal dari akar kata (تَابَ-يَتُوبُ-تَوْبًا/تَوْبَةً/مَتَابًا), artinya bertaubat; bermaksud berjanji; menyesal; bersumpah untuk

tidak melakukan lagi (misalnya dosa atau kejahatan yang pernah dilakukan).¹ Dalam bahasa Indonesia disebut taubat, Kamus Besar Bahasa Indonesia mengartikannya: 1) sadar dan menyesali akan dosa (perbuatan yang salah atau jahat) dan berniat akan memperbaiki tingkah laku dan perbuatan; 2) kembali kepada agama (jalan, hal) yang benar; 3) merasa tidak sanggup lagi; 4) menyatakan rasa heran, kesal, atau sebal; dan 5) jera (tidak akan berbuat lagi).² Jika dikatakan Ia bertaubat berarti Ia kembali kepada jalan yang benar. Dalam pengertian istilah ajaran Islam, taubat adalah kembali dari sesuatu yang dicela oleh syara' menuju kepada sesuatu yang dipuji olehnya.

Menurut Imam an-Nawawi terdapat 4 (empat) syarat taubat: (1) menyesali dosa yang diperbuat, (2) menghentikan atau meninggalkan maksiyat yang dilakukannya, dan (3) berniat tidak akan kembali mengulangi perbuatan maksiyat tersebut untuk selamanya, serta diiringi dengan berbuat baik (4) jika ada dosa berkaitan dengan manusia, maka meminta ridanya (misalnya menyakiti atau menzaliminya), atau jika berupa harta benda, maka mengembalikan barang atau harta yang dicurinya. Kata taubat beserta derivasinya dalam Alquran disebutkan 87 kali.

Keistimewaan Taubat dalam Alquran

Dalam Alquran, jika Allah swt ingin memberikan karunia atau nikmat kepada hamba-Nya, maka Dia memberikan ampunan atau menghapus dosa-dosa hamba-Nya terlebih dahulu. Ini maknanya hamba-Nya harus memohon ampun atau bertaubat kepada Allah swt. Dengan taubat itu lah Allah swt akan mengampuni dosa-dosa hamba-Nya setelah itu akan diberikan karunia atau nikmat baik di dunia maupun di akhirat.

¹ A.W. Munawwir, *Kamus al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, Edisi Kedua (Surabaya: Pustaka Progressif, 1997), h. 140.

² Departemen Pendidikan dan Nasional RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Edisi Keempat (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), h. 1475.

1. Dihapus dosanya dan dimasukkan ke surga.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُم جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, bertaubatlah kepada Allah dengan taubat yang semurni-murninya, mudah-mudahan Tuhan kamu akan menghapus kesalahan-kesalahanmu dan memasukkan kamu ke dalam surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai.* “. Q.S.at-Tahrim/66:8.

يَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَيُدْخِلَكُم جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ وَمَسَاكِنَ طَيِّبَةً فِي جَنَّاتِ عَدْنٍ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ

Artinya: *Niscaya Allah akan mengampuni dosa-dosamu dan memasukkanmu ke dalam jannah yang mengalir di bawahnya sungai-sungai; dan (memasukkan kamu) ke tempat tinggal yang baik di dalam jannah ‘Adn. Itulah keberuntungan yang besar.* Q.S.ash-Shaf [61]: 11.

2. Taubat meraih keberuntungan/kesuksesan hidup.

...وتوبوا إلى الله جميعاً أيه المؤمنون لعلكم تفلحون

Artinya: ... *Dan bertaubatlah kamu sekalian kepada Allah, Hai orang-orang yang beriman supaya kamu beruntung.* Q.S. an-Nur [24]: 31:

Perhatikan ayat di atas, taubat sangat berhubun dengan kesuksesan, itulah janji Allah swt. Taubat dalam pengertian senantiasa memperbaiki diri. Mengoreksi dan memperbaiki segala kekurangan, kesalahan, dan dosa yang dilakukannya.

3. Orang taubat diberikan balasan yang besar

إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا وَاعْتَصَمُوا بِاللَّهِ وَأَخْلَصُوا دِينَهُمْ لِلَّهِ فَأُولَٰئِكَ مَعَ الْمُؤْمِنِينَ وَسَوْفَ يُؤْتِي اللَّهُ الْمُؤْمِنِينَ أَجْرًا عَظِيمًا

Artinya: *Kecuali orang-orang yang taubat dan mengadakan perbaikan dan berpegang teguh pada (agama) Allah dan tulus*

ikhlas (mengerjakan) agama mereka karena Allah. Maka mereka itu adalah bersama-sama orang yang beriman dan kelak Allah akan memberikan kepada orang-orang yang beriman balasan/ imbalan (pahala) yang besar/agung. (Q.S. an-Nisa' [4]:146).

4. Orang taubat akan diberikan kenikmatan yang terus-menerus sampai ia menemui ajalnya (kematian)

وَأَنْ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعًا حَسَنًا إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى وَيُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ وَإِنْ تَوَلَّوْا فَإِنِّي أَخَافُ عَلَيْكُمْ عَذَابَ يَوْمٍ كَبِيرٍ

Artinya: Dan hendaklah kamu meminta ampun kepada Tuhan mu dan bertaubat kepada-Nya. (jika kamu mengerjakan yang demikian), niscaya Dia akan memberi kenikmatan yang baik (terus menerus) kepadamu sampai kepada waktu yang telah ditentukan dan Dia akan memberikan kepada tiap-tiap orang yang mempunyai keutamaan (balasan) keutamaannya. Jika kamu berpaling, Maka Sesungguhnya aku takut kamu akan ditimpa siksa hari kiamat. (Q.S. Hud [11] :3).

As-Sunnah berbicara tentang Taubat

حَدَّثَنِي عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْلَمَةَ بْنِ قَعْنَبٍ الْقَعْنَبِيُّ حَدَّثَنَا الْمُغْبِرَةُ يَعْنِي ابْنَ عَبْدِ الرَّحْمَنِ الْحَزَامِيِّ عَنْ أَبِي الزِّنَادِ عَنِ الْأَعْرَجِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اللَّهُ أَشَدُّ فَرَحًا بِتُوبَةِ أَحَدِكُمْ مِنْ أَحَدِكُمْ بِضَالَّتِهِ إِذَا وَجَدَهَا.

Artinya: Telah menceritakan kepadaku 'Abdullah bin Maslamah bin Qa'nab Al-Qa'nabi telah menceritakan kepada kami Al-Mu ghirah bin 'Abdurrahman Al-Hizami dari Abu Az-Zinad da ri Al-A'raj dari Abu Hurairah dia berkata; "Rasul saw. ber sabda: 'Allah swt sangat gembira menerima taubat seseorang kamu, melebihi kegembiraan seseorang yang menemukan kembali barangnya yang hilang." H.R. Muslim. no. 4928.

Allah SWT Menerima Taubat Hamba-Nya Selama Nyawanya Belum Sampai ke Tenggorokan

حَدَّثَنَا إِبْرَاهِيمُ بْنُ يَعْقُوبَ حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عِيَّاشٍ الْمُحْصِي حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ ثَابِتِ بْنِ ثَوْبَانَ عَنْ أَبِيهِ عَنْ مَكْحُولٍ عَنْ جَبْرِ بْنِ نَفِيرٍ عَنْ ابْنِ عُمَرَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِنَّ اللَّهَ يَقْبَلُ تُوبَةَ الْعَبْدِ مَا لَمْ يَغْرَسْ.

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Ibrahim bin Ya'qub telah menceritakan kepada kami Ali bin 'Ayyasy Al-Himshi telah menceritakan kepada kami Abdurrahman bin Tsabit bin Tsauban dari ayahnya dari Makhul dari Jubair bin Nu fair dari Ibnu Umar dari Nabi saw., beliau bersabda: "Sesungguhnya Allah menerima taubat seorang hamba sela ma nyawanya belum sampai ke tenggorokan." H.R.at-Tirmizi.No.3460.

Allah SWT Senantiasa Menerima Taubat Hamba-Nya Kapan Saja Waktunya Ia Bertaubat

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ عَنْ عَمْرِو بْنِ مَرْة قَالَ سَمِعْتُ أَبَا عبيدَةَ يُحَدِّثُ عَنْ أَبِي مُوسَى عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يَبْسُطُ يَدَهُ بِاللَّيْلِ لِيَتُوبَ مَسِيءُ النَّهَارِ وَيَبْسُطُ يَدَهُ بِالنَّهَارِ لِيَتُوبَ مَسِيءُ اللَّيْلِ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا.

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Al Mutsanna telah menceritakan kepada kami Muham mad bin Ja'far telah menceritakan kepada kami Syu' bah dari 'Amru bin Murras dia berkata; aku mendengar Abu 'Ubai dah bercerita dari Abu Musa dari Nabi saw. beliau bersabda: "Allah swt akan senantiasa membuka lebar-lebar ta ngan-Nya pada malam hari untuk menerima taubat orang yang berbuat dosa pada siang hari dan Allah senantiasa akan membuka tangan-Nya pada siang hari untuk mene rima taubat orang yang berbuat dosa pada malam hari, dan yang demikian terus berlaku hingga matahari terbit dari barat (hari kiamat)." H.R. Muslim, No. 4954.

Manusia Tidak Akan Pernah Puas atas Apa yang Dimilikinya, Namun Jika Ia Bertaubat dengan Sungguh-sungguh, Allah Tetap Menerima Taubatnya

حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ حَدَّثَنَا إِبْرَاهِيمُ بْنُ سَعْدٍ عَنْ صَالِحٍ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ قَالَ أَخْبَرَنِي أَنَسُ بْنُ مَالِكٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَوْ أَنَّ لَابْنَ آدَمَ وَاوْدِيًّا مِنْ ذَهَبٍ أَحَبَّ أَنْ يَكُونَ لَهُ وَاوْدِيَانِ وَلَنْ يَمَلَأَهُ إِلَّا التُّرَابُ وَيَتُوبُ اللَّهُ عَلَى مَنْ تَابَ.

Artinya: Telah menceritakan kepada kami 'Abdul 'Aziz bin 'Ab dillah, Telah menceritakan kepada kami Ibrahim bin Sa'ad

dari Salih dari Iibn Syihab berkata dia telah meng kha barkan kepadaku Anas bin Malik bahwasannya Rasul saw bersabda: “Seandainya seorang anak Adam (manusia) me miliki satu lembah emas, tentu ia akan menginginkan me miliki dua lembah, dan sama sekali tidak akan memenuhi mulutnya (merasa puas) selain tanah (yaitu setelah mati) dan Allah menerima taubat orang-orang yang bertaubat. H.R. al-Bukhari No. 5959.

Rasul Istighfar 100 Kali dalam Sehari

حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ بْنُ حَرْبٍ وَمُسَدَّدٌ قَالَا حَدَّثَنَا حَمَادٌ عَنْ ثَابِتٍ عَنْ أَبِي بُرْدَةَ عَنِ الْأَعْرَابِيِّ الْمَزْنِيِّ قَالَ مُسَدَّدٌ فِي حَدِيثِهِ وَكَانَتْ لَهُ صُحْبَةٌ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّهُ لِيَعَانُ عَلَى قَلْبِي وَإِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ فِي كُلِّ يَوْمٍ مِائَةَ مَرَّةٍ.

Artinya: Telah menceritakan kepada Kami Sulaiman bin Harb serta Musaddad mereka berkata; telah menceritakan kepada Kami Hammad dari Sabit dari Abu Burdah dari Al-Aghar Al-Muzani, Musaddad yang pernah me nyertai Nabi saw. dalam hadisinya mengatakan; Rasul saw. bersabda: “Se sesungguhnya hatiku pernah tertutup dan aku beristighfar ke pada Allah dalam sehari sebanyak seratus kali.” H.R. Abu Dawud No. 1294.

Dianjurkan untuk membaca Sayyidul Istighfar:

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ أَبُوؤُكَ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُؤُكَ لَكَ بِذُنُوبِي فَاعْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.

Dasarnya

حَدَّثَنَا أَبُو مَعْمَرٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَارِثِ حَدَّثَنَا الْحُسَيْنُ حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ بَرِيدَةَ قَالَ حَدَّثَنِي بَشِيرُ بْنُ كَعْبِ الْعَدَوِيِّ قَالَ حَدَّثَنِي شَدَادُ بْنُ أَوْسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ سَيِّدِ الْأَسْتَغْفَارِ أَنْ تَقُولَ اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ أَبُوؤُكَ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُؤُكَ لَكَ بِذُنُوبِي فَاعْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ قَالَ وَمَنْ قَالَهَا مِنَ النَّهَارِ مَوْقِفًا بِهَا فَمَاتَ مِنْ يَوْمِهِ قَبْلَ أَنْ يَمْسِيَ فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ وَمَنْ قَالَهَا مِنَ اللَّيْلِ وَهُوَ مَوْقِفٌ بِهَا فَمَاتَ قَبْلَ أَنْ يَصْبِحَ فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ.

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Abu Ma'mar telah menceritakan kepada kami Abdul Warits telah menceritakan kepada kami Al-Husain telah menceritakan kepada kami Abdullah bin Buraidah dia berkata; telah menceritakan ke padaku Busyair bin Ka'b Al-'Adawi dia berkata; telah menceritakan kepadaku Syaddad bin Aus ra. dari Nabi saw.; "Sesungguhnya istighfar yang paling baik adalah; kamu mengucapkan: (Ya Allah, Engkau adalah Tuhanku, tidak ada Tuhan yang berhak diibadahi selain Engkau. Engkau telah menciptakanku dan aku adalah hamba-Mu. Aku menepati perjanjian-Mu dan janji-Mu sesuai dengan kemampuanku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan perbuatanku, aku mengakui dosaku kepada-Mu dan aku akui nikmat-Mu kepadaku, maka ampunilah aku. Sebab tidak ada yang dapat mengampuni dosa selain-Mu)" "Beliau bersabda: 'Jika ia mengucapkan di waktu siang dengan penuh keyakinan lalu meninggal pada hari itu sebelum waktu sore, maka ia termasuk dari penghuni surga. Dan jika ia membacanya diwaktu malam dengan penuh keyakinan lalu meninggal sebelum masuk waktu pagi, maka ia termasuk dari penghuni surga.' H.R. al-Bukhari No. 5831.

Taubatnya Seorang Pembunuh Hingga 100 Orang

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى وَحَمْدُ بْنُ بَشَّارٍ وَاللَّفْظُ لِابْنِ الْمُثَنَّى قَالَا حَدَّثَنَا مُعَاذُ بْنُ هِشَامٍ حَدَّثَنِي أَبِي عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَبِي الصَّدِيقِ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ أَنَّ نَبِيَّ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ كَانَ فِيمَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ رَجُلٌ قَتَلَ تِسْعَةً وَتِسْعِينَ نَفْسًا فَسَأَلَ عَنْ أَعْلَمِ أَهْلِ الْأَرْضِ فُدِّلَ عَلَى رَاهِبٍ فَأَتَاهُ فَقَالَ إِنَّهُ قَتَلَ تِسْعَةً وَتِسْعِينَ نَفْسًا فَهَلْ لَهُ مِنْ تَوْبَةٍ فَقَالَ لَا فَقَتَلَهُ فَكَلَّمَ بِهِ مِائَةً ثُمَّ سَأَلَ عَنْ أَعْلَمِ أَهْلِ الْأَرْضِ فُدِّلَ عَلَى رَجُلٍ عَلَيْهِ فَقَالَ إِنَّهُ قَتَلَ مِائَةَ نَفْسٍ فَهَلْ لَهُ مِنْ تَوْبَةٍ فَقَالَ نَعَمْ وَمَنْ يَحُولُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ التَّوْبَةِ انْطَلِقْ إِلَى أَرْضٍ كَذَا وَكَذَا فَإِنَّ بِهَا أَنْاسًا يَعْبُدُونَ اللَّهَ فَاعْبُدِ اللَّهَ مَعَهُمْ وَلَا تَرْجِعْ إِلَى أَرْضِكَ فَإِنَّهَا أَرْضٌ سَوْءٌ فَانْطَلِقْ حَتَّى إِذَا نَصَفَ الطَّرِيقَ أَتَاهُ الْمَوْتُ فَاخْتَصَمَتْ فِيهِ مَلَائِكَةُ الرَّحْمَةِ وَمَلَائِكَةُ الْعَذَابِ فَقَالَتْ مَلَائِكَةُ الرَّحْمَةِ جَاءَ تَائِبًا مُقْبِلًا بِقَلْبِهِ إِلَى اللَّهِ وَقَالَتْ مَلَائِكَةُ الْعَذَابِ إِنَّهُ لَمْ يَعْمَلْ خَيْرًا قَطُّ فَأَتَاهُمْ مَلَكٌ فِي صُورَةِ آدَمِ فَجَعَلُوهُ بَيْنَهُمْ فَقَالَ قَيْسُوا مَا بَيْنَ الْأَرْضَيْنِ فِإِلَى آيْتِهِمَا كَانَ آدَمُ فِيهِمْ لَهُ فِقَاسُوهُ فَوَجَدُوهُ آدَمِيًّا

إِلَى الْأَرْضِ الَّتِي أَرَادَ فَبَضَّتْهُ مَلَائِكَةُ الرَّحْمَةِ قَالَ قَتَادَةُ فَقَالَ الْحَسَنُ ذُكِرَ لَنَا أَنَّهُ لَمَّا أَتَاهُ الْمَوْتُ نَأَى بِصَدْرِهِ.

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Al-Mu sanna dan Muhammad bin Basysyar -dan lafal ini miliki Ibnul Mutsanna- mereka berdua berkata; telah mencerita kan kepada kami Mu'az bin Hisyam telah menceritakan kepadaku bapakku dari Qatadah dari Abu As-Siddiq dari Abu Sa'id Al Khudri bahwasanya Nabi saw. telah bersab da: "Pada jaman dahulu ada seorang laki-laki yang telah membunuh sembilan puluh sembilan orang. Kemudian orang tersebut mencari orang alim yang banyak ilmunya. Lalu ditunjukkan kepada seorang rahib dan ia pun langsung mendatanginya. Kepada rahib tersebut ia berterus terang bahwasannya ia telah membunuh sembilan puluh sembi lan orang dan apakah taubatnya itu akan diterima? Ternyata ta rahib itu malahan menjawab; 'Tidak. Taubatmu tidak akan diterima.' Akhirnya laki-laki itu langsung membunuh sang rahib hingga genaplah kini seratus orang yang telah dibunuhnya. Kemudian laki-laki itu mencari orang lain lagi yang paling banyak ilmunya. Lalu ditunjukkan kepada nya seorang alim yang mempunyai ilmu yang banyak. Kepada orang alim tersebut, laki-laki itu berkata; 'Saya telah membunuh seratus orang dan apakah taubat saya akan diterima? 'Orang alim itu menjawab; 'Ya. Tidak ada peng halang antara taubatmu dan dirimu. Pergilah ke daerah ini dan itu, karena di sana banyak orang yang beribadah kepada Allah swt. Setelah itu, beribadahlah kamu kepada Allah bersama mereka dan janganlah kamu kembali ke daerahmu, karena daerahmu itu termasuk lingkungan yang buruk.' Maka berangkatlah laki-laki itu ke daerah yang telah ditunjukkan tersebut. Di tengah perjalanan menuju ke sana laki-laki itu meninggal dunia. Lalu malaikat Rahmat dan Azab saling berbantahan. Malai kat Rahmat berkata; 'Orang laki-laki ini telah berniat pergi ke suatu wilayah untuk bertaubat dan beribadah kepada Allah dengan sepenuh hati.' Malaikat Azab membantah; 'Tetapi, bu kankah ia belum berbuat baik sama sekali.' Akhirnya da tanglah seorang malaikat yang berwujud manusia mene mui kedua malaikat yang sedang berbantahan itu. Maka keduanya meminta keputusan kepada malaikat yang ber wujud manusia dengan cara yang terbaik.

Orang tersebut berkata; 'Ukurlah jarak yang terdekat dengan orang yang meninggal dunia ini dari tempat berangkatnya hingga ke tempat tujuannya. Mana yang terdekat, maka itulah kepu tusannya.' Ternyata dari hasil pengukuran mereka itu terbukti bahwa orang laki-laki tersebut meninggal dunia lebih dekat ke tempat tujuannya. Dengan demikian orang tersebut berada dalam genggaman malaikat Rahmat.' *Qa tadah* berkata; 'Al-Hasan berkata; 'Seseorang telah berkata pada kami bahwasanya laki-laki itu meninggal dunia da lam kondisi jatuh terlungkup.' H.R. Muslim No. 4967.

Rasul Menyuruh Kaum Wanita Banyak Istighfar

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ يَا مَعْشَرَ النِّسَاءِ تَصَدَّقْنَ وَأَكْثِرْنَ الْإِسْتِغْفَارَ فَإِنِّي رَأَيْتُكَنَّ أَكْثَرَ أَهْلِ النَّارِ فَقَالَتْ امْرَأَةٌ مِنْهُنَّ جَزَلَةٌ وَمَا لَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ أَكْثَرَ أَهْلِ النَّارِ قَالَ تَكْثِرْنَ اللَّعْنَ وَتَكْفُرْنَ الْعَشِيرَ وَمَا رَأَيْتُ مِنْ نَاقِصَاتِ عَقْلِ وَدِينٍ أَغْلَبَ لِذِي لَبٍّ مِنْكُمْ قَالَتْ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا نُقْصَانُ الْعَقْلِ وَالدِّينِ قَالَ أَمَّا نُقْصَانُ الْعَقْلِ فَشَهَادَةُ امْرَأَتَيْنِ تَعْدُلُ شَهَادَةَ رَجُلٍ فَهَذَا نُقْصَانُ الْعَقْلِ وَتَمَكُّتُ اللَّيَالِي مَا تُصَلِّي وَتُفْطِرُ فِي رَمَضَانَ فَهَذَا نُقْصَانُ الدِّينِ.

Artinya: Dari Abdullah bin Umar dari Rasul saw., bahwa beliau ber sabda: "Wahai kaum wanita! Bersedekahlah kamu dan per banyakkkanlah istighfar. Karena, aku melihat kaum wanita lah paling banyak menjadi penghuni Neraka." Seorang wa nita yang pintar di antara mereka bertanya, "Wahai Rasu lullah, kenapa kaum wanita yang paling banyak menjadi penghuni Neraka? "Rasul saw. bersabda: "Kalian banyak me ngutuk dan meng ingkari (pemberian nikmat dari) suami. Aku tidak melihat mereka yang kekurangan akal dan agama yang lebih menguasai pemilik akal, daripada golongan kamu." Wanita itu bertanya lagi, "Wahai Rasulullah! Apa kah maksud ke kurangan akal dan agama itu?" Rasul saw. menjawab: "Maksud kekurangan akal ialah persaksian dua orang wanita sama dengan persaksian seorang lelaki. Ini lah yang dikatakan kekurangan akal. Begitu juga kaum wa nita tidak mengerjakan salat pada malam-malam yang dila luinya kemudian berbuka pada bulan Ramadhan (karena ha id). Ma ka inilah yang dikatakan kekurangan agama." H.R. Muslim No. 114.

SOP (Standart Operating Procedure) Agar Taubat Menjadi Energi

1. Beragama Islam.

Taubat diterima hanya bila seorang Muslim. Jika orang kafir atau non-Muslim, maka taubatnya adalah dengan memeluk agama Islam. Perhatikan ayat berikut:

وَلَيْسَتِ التَّوْبَةُ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ حَتَّىٰ إِذَا حَضَرَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ إِنِّي تُبْتُ
الآنَ وَلَا الَّذِينَ يَمُوتُونَ وَهُمْ كُفَّارٌ أُولَٰئِكَ أَعْتَدْنَا لَهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا

Artinya: Dan tidaklah taubat itu diterima Allah dari orang-orang yang mengerjakan kejahatan (yang) hingga apabila datang ajal kepada seseorang di antara mereka, (barulah) ia mengatakan "Sesungguhnya saya bertaubat sekarang". Dan tidak (pula diterima taubat) orang-orang yang mati sedang mereka di dalam kekafiran. Bagi orang-orang itu telah Kami sediakan siksa yang pedih. Q.S. An-Nisaa [4]: 18.

2. Dilakukan dengan Ikhlah.

Taubat diterima secara syari'at, jika didasari dengan keikhlasan. Adapun taubat karena riya` atau tujuan duniawi, tidak dikatakan sebagai taubat syar'i.

إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا وَاعْتَصَمُوا بِاللَّهِ وَأَخْلَصُوا دِينَهُمْ لِلَّهِ فَأُولَٰئِكَ مَعَ الْمُؤْمِنِينَ
وَسَوْفَ يُؤْتِي اللَّهُ الْمُؤْمِنِينَ أَجْرًا عَظِيمًا

Artinya: Kecuali orang-orang yang taubat dan mengadakan perbaikan dan berpegang teguh pada (agama) Allah dan tulus ikhlas (mengerjakan) agama mereka karena Allah. Maka mereka itu adalah bersama-sama orang yang beriman dan kelak Allah akan memberikan kepada orang-orang yang beriman pahala yang besar. Q.S. An-Nisaa [4]: 146.

3. Menyadari dan mengakui dosanya.

Taubat tidak sah, kecuali setelah menyadari perbuatan dosa tersebut dan mengakui kesalahannya, serta berharap selamat dari akibat buruk perbuatan tersebut.

4. Taubat harus diiringi dengan penyesalan.

Taubat hanya dapat diterima dengan menyadari dan dengan penyesalan yang mendalam. Rasul saw. bersabda:

النَّدَمُ تَوْبَةٌ رَوَاهُ ابْنُ مَاجَهَ

Artinya: *Penyesalan adalah taubat.* (H.R. Ibn Majah No. 4252. Dan HR. Ahmad No. 3568.

5. Dengan sadar meninggalkan kemaksiatan dan mengembalikan hak-hak yang telah diambil kepada pemiliknya.

Bagi yang bertaubat wajib meninggalkan kemaksiatannya dan mengembalikan setiap hak kepada pemiliknya, jika berupa harta atau yang sejenisnya. Kalau berupa tuduhan fitnah atau yang sejenisnya, maka dengan cara meminta maaf. Apabila berupa ghibah (menggunjing), maka dengan cara memohon dihalalkan (ditoleransi) selama permohonan tersebut tidak menimbulkan pengaruh buruk yang lain. Bila ternyata berimplikasi buruk, maka cukuplah dengan mendoakannya untuk meraih kebaikan.

6. Batas masa bertaubat sebelum nafas berada di kerongkongan (sakaratul maut) dan sebelum matahari terbit di arah barat. Rasul saw. telah menjelaskan:

إِنَّ اللَّهَ يَقْبَلُ تَوْبَةَ الْعَبْدِ مَا لَمْ يَغْرُبْ. رَوَاهُ التِّرْمِذِيُّ

Artinya: *Sesungguhnya Allah menerima taubat seorang hamba sebelum nafasnya berada di kerongkongan.* H.R. at-Tirmizi No. 3537.

الْهِجْرَةُ لَا تَنْقَطِعُ حَتَّى تَنْقَطِعَ التَّوْبَةُ وَلَا تَنْقَطِعَ التَّوْبَةُ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا.
رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ وَأَحْمَدُ

Artinya: *Hijrah tidak terputus sampai terhentinya (masa untuk) taubat, dan taubat tidak terputus sampai matahari terbit dari sebelah barat.*

7. Dilakukan secara Istiqamah setelah bertaubat.

Allah swt. berfirman.

فَاسْتَقِمُّ كَمَا أُمِرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Maka tetaplah kamu pada jalan yang benar, sebagaimana diperintahkan kepadamu dan (juga) orang yang telah taubat beserta kamu dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Dia Maha Melihat apa yang kamu kerjakan. (Q.S. Hud [11]: 112).

8. Taubat harus diiringi dengan perbuatan yang baik.

Allah swt. berfirman.

وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ أَنَّهُ
مِنْ عَمَلٍ مِنْكُمْ سُوءًا بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابَ مِنْ بَعْدِهِ وَأَصْلَحَ فَإنَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: Apabila orang-orang yang beriman kepada ayat-ayat Kami itu datang kepadamu, maka katakanlah “Salaamun-alaikum. Rabb-mu telah menetapkan atas diriNya kasih sayang, (yaitu) bahwasanya barang siapa yang berbuat kejahatan di antara kamu lantaran kejahilan, kemudian ia bertaubat setelah mengerjakannya dan mengadakan perbaikan, maka sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (Q.S. Al-An’am [6]: 54).

9. Senantiasa beristighfar, Mohon Ampun kepada Allah.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَصُوحًا

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, bertaubatlah kepada Allah dengan taubat yang semurni-murninya. (Q.S. At-Tahrim [66]: 8).

Sabda Rasul saw.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ فَإِنِّي أَتُوبُ إِلَى اللَّهِ فِي الْيَوْمِ مِائَةَ مَرَّةٍ. رَوَاهُ مُسْلِمٌ

Artinya: Wahai, kaum mukminin. Bertaubatlah kepada Allah, karena saya juga bertaubat kepada Allah sehari seratus kali. H.R. Muslim 17/24.

Penutup

Berdasarkan uraian di atas, maka dapatlah diambil pelajaran bahwa perilaku taubat itu sangat signifikan dalam kehidupan sehari-hari. Orang-orang yang senantiasa bertaubat, menyadari bahwa dirinya banyak melakukan dosa lalu senantiasa beristighfar kepada Allah, itu maknanya telah menyadari betapa lemahnya manusia yang mudah tergoda oleh syaitan untuk berbuat dosa dan kemaksiatan. Selanjutnya sebagai hamba harus meyakini bahwa rahmat Allah swt itu adalah sangat luas, karunia-Nya tidak terbatas, dan Allah swt adalah Maha Penerima taubat, Maha Pengasih dan Penyayang, sehingga hambanya tidak boleh berputus asa atas rahmat-Nya. Bahkan Allah berjanji kepada orang yang bertaubat keberuntungan dan kesuksesan, baik di dunia maupun di akhirat.

Orang Mukmin yang baik dan arif, bukan orang yang tidak pernah berbuat dosa dan kemaksiatan, tetapi manakalah berbuat dosa dan kemaksiatan cepat-cepat menya darinya lalu bertaubat. Dengan taubat, maka Allah swt berjanji akan memberikan kepada hamba-Nya keberuntungan dan kesuksesan, bahkan bahagia, baik di dunia maupun di akhirat. Jika manusia benar-benar menyadari bahwa taubat adalah jalan tol kesuksesan di dunia dan di akhirat, maka bersungguh-sungguhlah dalam bertaubat kepada Allah swt. Taubat tidak memiliki energi atau kekuatan dalam kehidupan, jika tidak mengikuti SOP atau kriteria dalam melaksanakan taubat.

DAFTAR BACAAN

Alquran dan Terjemahnya, Departemen Agama RI.

A.W. Munawwir, *Kamus al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, Edisi Kedua, Surabaya: Pustaka Progressif, 1997.

Departemen Pendidikan dan Nasional RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Edisi Keempat, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008.

al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Beirut: Dar al-Fikr, 1401 H/1981 M.

Muhammad Fuad Abd. Al-Baqi, *Mu'jam al-Mufahras li Alfaz al-Quran al-Karim*, Beirut: Dar al-Fijkr, 1980.

Muslim, *Sahih Muslim*, Beirut: Dar al-Fikr, 414 H/1993 M.

Abu Dawud, *Sunan Abi Dawud*, Beirut: Dar al-Fikr, 1416 H/ 1995 H.

Imam At-Tirmizi, *Sunan At-Tirmizi*, Beirut: Dar al-Fikr, 1417 H/1996 H.

Imam An-Nasa'i, *Sunan An-Nasa'i*, Beirut: Dar al-Fikr, 1413 H/1992 H.

Imam Ibn Majah, *Sunan Ibn Majah*, Beirut: Dar al-Fikr, 1415 H/1994 H.

Imam Malik, *Muwatta'*, Beirut: Dar al-Fikr, 1409H/ 1989 M.

Imam Ahmad, *Musnad Ahmad ibn Hanbal*, Kairo: Dar as-Sunnah: 1416 H/1996 M.

Mausu'ah as-Sunnah asy-Syarif al-Kutub as-Sittah, Dar as-Salam lin-Nasyr wa at-Tuzi', al-Mamlakah al-'Arabiyah as-Su'udiyah, Riyad, 2000.