



**KAJIAN TEMATIK ATAS SIFAT BERTELUH KESAH  
PERSPEKTIF QUR'ANI**

**SKRIPSI**

**Diajukan Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Agama (S.Ag)**

**Oleh:**

**Ki.ayatun Nisa Nautir Harahap  
NIM. 1910500027**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR  
FAKULTAS SYARIAH DAN ILMU HUKUM  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SHEKH ALI HASAN AHMAD RABBANI MULIADI  
PADJANGSIMPUNAN**

**2023**



**KAJIAN TEMATIK ATAS SIFAT BERKELUH KESAH  
PERSPEKTIF QUR'ANI**

**SKRIPSI**

Diajukan Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Agama (S.Ag)

Oleh:

**KIFAYATUN NISA NAUTIR HARAHAP  
NIM. 1910500027**

PEMBIMBING I

**Hasiah, M.Ag**  
NIP. 19780323 20081 016

PEMBIMBING II

**Desri Ari Enghariano, M.A**  
NIP. 19881222 201903 1 007

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR  
FAKULTAS SYARIAH DAN ILMU HUKUM  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY  
PADANGSIDIMPUAN**

**2023**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS SYARIAH DAN ILMU HUKUM  
Jln. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang 22733 Tlp (0634) 22080, Fax (0634) 24022  
Website: <http://fasih.uinsyahada.ac.id> email: [fasih@uinsyahada.ac.id](mailto:fasih@uinsyahada.ac.id)

---

Hal : Skripsi  
A.n Kifayatun Nisa Nautir Harahap

Padangsidimpuan, Juni 2023  
Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum  
UIN SYAHADA Padangsidimpuan  
Di-  
Padangsidimpuan

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi Kifayatun Nisa Nautir Harahap berjudul “Kajian Tematik Atas Sifat Berkeluh Kesah Perspektif Qur’ani”. Maka kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam bidang Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir pada Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudari tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggungjawabkan skripsinya ini.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

PEMBIMBING I

Hasiah, M.Ag  
NIP. 19780323 200801 2 016

PEMBIMBING II

Desri Ari Enghariano, M.A  
NIP. 19881222 201903 1 007

## SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kifayatun Nisa Nautir Harahap  
NIM : 1910500027  
Fakultas : Syariah dan Ilmu Hukum  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Judul Skripsi : Kajian Tematik Atas Sifat Berkeluh Kesah Perspektif Qur'ani

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang peneliti serahkan ini adalah benar-benar merupakan hasil karya peneliti sendiri. Sepengetahuan peneliti tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain dalam skripsi saya ini kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Pernyataan ini peneliti buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, maka peneliti bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Pasal 19 ayat 4 Kode Etik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Padangsidempuan, 12 Juni 2023



**Kifayatun Nisa Nautir Harahap**  
NIM. 1910500027

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kifayatun Nisa Nautir Harahap  
NIM : 1910500027  
Fakultas : Syariah dan Ilmu Hukum  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi peneliti menyetujui untuk memberikan kepada pihak Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan Hak Bebas Royalti Noneklusif atas karya ilmiah peneliti yang berjudul **“Kajian Tematik Atas Sifat Berkeluh Kesah Perspektif Qur’ani”**, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini pihak Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan karya ilmiah peneliti selama tetap mencantumkan nama peneliti sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini peneliti buat dengan sebenarnya

Padangsidempuan, 12 Juni 2023



  
Kifayatun Nisa Nautir Harahap  
NIM. 1910500027



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS SYARIAH DAN ILMU HUKUM  
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Kota Padang Sidempuan 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximili (0634) 24022  
Website : <https://fasih.uinsyahada.ac.id> Email : [fasih@uinsyahada.ac.id](mailto:fasih@uinsyahada.ac.id)

DEWAN PENGUJI  
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : Kifayatun Nisa Nautir Harahap  
Nim : 1910500027  
Judul Skripsi : Kajian Tematik Atas Sifat Berkeluh Kesah Perspektif Qur'ani

Ketua

Dr. H. Fatahuddin Aziz Siregar, M.Ag  
NIP. 19731128 200112 1 001

Sekretaris

Hasiah, M.Ag  
NIP.19780323 200801 2 016

Anggota

Dr. H. Fatahuddin Aziz Siregar, M.Ag  
NIP. 19731128 200112 1 001

Hasiah, M.Ag  
NIP.19780323 200801 2 016

Desri Ari Enghariano, M.A  
NIP. 19881222 201903 1 007

Dahliati Simanjuntak, M.A  
NIDN. 2003118801

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah

Di : Padangsidempuan  
Hari/Tanggal : Rabu, 05 Juli 2023  
Pukul : 09.00 s/d 12.30  
Hasil/ Nilai : 85,25 (A)  
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) : 3.64 (Tiga Koma Enam Puluh Empat)  
Predikat : **Pujian**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS SYARIAH DAN ILMU HUKUM  
Jln. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang 22733 Tlp (0634) 22080, Fax (0634) 24022  
Website: <http://fasih.uinsyahada.ac.id> email: [fasih@uinsyahada.ac.id](mailto:fasih@uinsyahada.ac.id)

**SURAT PENGESAHAN DEKAN**

Nomor: 1269 /Un.28/D.I/PP.00.22/07/2023

Nama : Kifayatun Nisa Nautir Harahap  
NIM : 1910500027  
Fakultas/Prodi : Syariah dan Ilmu Hukum/Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Judul Skripsi : Kajian Tematik Atas Sifat Berkeluh Kesah Perspektif Qur'ani

Dengan ini menyatakan telah dapat diterima  
untuk memenuhi sebagian persyaratan  
dalam memperoleh elar Sarjana Agama (S.Ag)

Padangsidimpuan, 29 Juli 2023  
Dekan Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum

Dr. H. Fatahuddin Aziz Siregar, M. Ag  
NIP. 19731128 200112 1 001

## ABSTRAK

**Nama** : Kifayatun Nisa Nautir Harahap  
**NIM** : 1910500027  
**Program Studi** : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
**Judul Skripsi** : Kajian Tematik Atas Sifat Berkeluh Kesah Perspektif Qur'ani

Keluh kesah merupakan sifat yang tercela yang mengotori hati manusia. Sifat ini cenderung atas ketidakpuasannya dalam menjalin proses kehidupan. Keluh kesah bisa timbul karena pengaruh dunia yang penuh dengan ujian dan cobaan. Padahal ujian, musibah, cobaan dan segala permasalahan manusia pada dasarnya adalah ketentuan Allah SWT. Akan tetapi sebagian manusia tidak menyadari akan hal ini. Apabila ingin mengharapkan kebaikan dunia dan akhirat. Maka yang harus dilakukan adalah selalu berbuat baik. Serta selalu mengembalikan segala urusan kepada Allah SWT disamping usaha yang diperbuat. Melihat realitas kehidupan manusia dipenuhi dengan suasana dan keadaan yang silih berganti. Ada kedamaian dan kekhawatiran, ada kesuburan dan kelaparan, ada kesusahan dan kebahagiaan.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana narasi berkeluh kesah dalam pandangan al-Qur'an, faktor dan solusi mengatasi keluh kesah dalam al-Qur'an. Tujuan penelitian ini mengetahui narasi berkeluh kesah dalam al-Qur'an, kemudian mengetahui apa faktor dan solusi keluh kesah dalam al-Qur'an. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library reseach*) dengan menggunakan penelitian pendekatan kualitatif, yaitu pendekatan yang dilakukan dengan mengumpulkan, jurnal, website dan buku-buku yang berkaitan dengan pembahasan. Sumber data primer dalam peneltian ini yaitu al-Qur'an dan Tafsir yang bercorak *adabi ijtimai*. Sumber data sekunder dalam penelitian ini yaitu jurnal, wibsite, buku dan karya ilmiah yang berkaitan dengan permasalahan penelitian penulis.

Hasil penelitian ini adalah berkeluh kesah dalam al-Qur'an perasaan yang menimpa jiwa seseorang apabila kehilangan sesuatu yang dicintainya. keluh kesah juga merupakan penyakit hati yang dapat merusak diri jika terlalu mengikuti hawa nafsu. Semua keluhan yang dialami manusia akan terasa ringan apabila dibarengi dengan keimanan, kesabaran dan ketakwaan. Serta mengembalikan segala urusan kepada Allah SWT.

**Kata kunci:** *Tematik, Berkeluh Kesah, Al-Qur'an.*



## KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah kita panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan waktu dan kesehatan kepada penulis untuk melakukan penelitian dan menuangkannya ke dalam skripsi. Sholawat beserta salam kepada Nabi Muhammad Saw. Yang telah menuntun umatnya dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang benderang seperti saat sekarang.

Skripsi yang berjudul **“Kajian Tematik Atas Sifat Bekeluh Kesah Perspektif Qur’ani”** ini disusun untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.

Penulis sadar betul penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan-kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna, serta banyak hambatan yang dihadapi penulis yang diakibatkan keterbatasan ilmu pengetahuan. Namun berkat bimbingan dan saran-saran pembimbing akhirnya skripsi ini mampu diselesaikan. Dengan selesainya penulisan skripsi ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. H. Muhammad Darwis Dasopang, M.Ag sebagai Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, Bapak Erawadi, M.Ag, selaku Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Dr. Anhar, M.A, selaku Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan keuangan, dan Bapak Dr. Ikhwanuddin Harahap, M.Ag, selaku Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.
2. Bapak Dr. H. Fatahuddin Aziz Siregar, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, dan Bapak Dr. Ahmatnijar, M.Ag, selaku Wakil Dekan Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.

3. Ibu Dra. Asnah, M.A selaku Penasihat Akademik yang telah memberikan dorongan kepada penulis untuk menyelesaikan Studi di Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
4. Bapak Desri Ari Enghariano, M.A, sebagai ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
5. Ibu Hasiah, M.Ag, selaku pembimbing I dan Bapak Desri Ari Enghariano, M.A, selaku pembimbing II yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Para Dosen di lingkungan Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang telah membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan Skripsi ini.
7. Bapak Yusri Fahmi, M.Hum, selaku kepala perpustakaan dan seluruh pegawai perpustakaan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Adary Padangsidempuan yang telah membantu penulisan dalam menyediakan buku-buku yang berkaitan dengan pembahasan penelitian ini.
8. Ucapan terimakasih yang paling Istimewa kepada Ayahanda Barmawi Harahap, S.Ag dan Ibunda Titin Kunaesih tercinta yang telah mengasuh, mendidik, dan membimbing serta berkontribusi banyak kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan sampai ke Perguruan Tinggi.
9. Kepada Saudara/i Robiah aladawiyah Harahap, S.Pd., Nadia Rizky Azmi Harahap, M.Pd., Malik Fajar Assobari Harahap, Abdurrahman Assudaisi Harahap, Faizul Azmi Arrifki Harahap, yang telah memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Rekan-rekan dan adek-adek mahasiswa/i Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Nim 19, 20, 21, Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahamd Addary Padangsidempuan terkhususnya sahabat seperjuangan sekaligus motivator yang tercinta dan selalu setia: (Nim 19 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir).

11. Kepada motivator, teman, sahabatku yang tersayang: (Aminatul Imama Harahap, Neylani Ifrohi Harahap, Nur Laila Siregar, Nurdiati Hasibuan, Lenni Susanti Harahap, dan Muhammad Pardomuan Nasution). Yang selalu memberikan motivasi, dukungan, semangat, dan bantuan doa kepada peneliti agar tidak putus asa dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Semoga Allah Subahana Wa Ta'ala memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak luput dari kekhilafan dan kekeliruan. Untuk itu, penulis mohon maaf atas kekhilafan dan kekeliruan yang terdapat dalam skripsi ini, baik dari segi teknis maupun isinya. Oleh sebab itu, penulis mohonkan kritik yang konstruktif demi sempurnanya skripsi ini.

Padangsidempuan, April 2023

Penulis

**Kifayatun Nisa Nautir Harahap**  
**NIM. 1910500027**

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

### 1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda dan sebagian lain dilambangkan dengan Latin.

Huruf Arab	Nama Huruf Latin	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ħa	ħ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	kadan ha
د	Dal	D	De
ذ	zal	z	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	šad	š	S (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	Koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	..’..	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab seperti vocal bahasa Indonesia, terdiri dari vocal tunggal atau monoftong dan vocal rangkap atau diftong.

- a. Vokal Tunggal adalah vocal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
— /	fathah	A	A
— /	Kasrah	I	I
— ُ	ḍommah	U	U

- b. Vokal Rangkap adalah vocal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan	Nama
...ي	fathah dan ya	Ai	a dan i
و.....	fathah dan wau	Au	a dan u

- c. Maddah adalah vocal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
...ا.....	fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis atas
...ى	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di bawah
و...'	ḍommah dan wau	ū	u dan garis di atas

## 3. Ta Marbutah

Transliterasi untuk Ta Marbutah ada dua.

- a. Ta Marbutah hidup yaitu Ta Marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan ḍommah, transliterasinya adalah /t/.

- b. Ta Marbutah mati yaitu Ta Marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/.

Kalau pada suatu kata yang akhir katanya Ta Marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al, serta bacaan kedua kata itu terpisah maka Ta Marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

#### **4. Syaddah (Tasydid)**

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid. Dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

#### **5. Kata Sandang**

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu: ال . Namun dalam tulisan transliterasinya kata sandang itu dibedakan antara kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiah* dengan kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariah*.

- a. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiah adalah kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung diikuti kata sandang itu.
- b. Kata sandang yang diikuti huruf qamariah adalah kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan didepan dan sesuai dengan bunyinya.

## **6. Hamzah**

Dinyatakan di depan Daftar Transliterasi Arab-Latin bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof. Namun, itu hanya terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu diletakkan diawal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

## **7. Penulisan Kata**

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim*, maupun huruf ditulis terpisah. Bagi kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab yang sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut bisa dilakukan dengan dua cara: bisa dipisah perkata dan bisa pula dirangkaikan.

## **8. Huruf Kapital**

Meskipun dalam sistem kata sandang yang diikuti huruf tulisan Arab huruf capital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf capital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya huruf capital digunakan untuk menuliskan huruf awal, nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu dilalui oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf capital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Penggunaan huruf awal capital untuk Allah hanya berlaku dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf capital tidak dipergunakan.

## 9. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu keresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

Sumber: Tim Puslitbang Lektur Keagamaan. *Pedoman Transliterasi Arab-Latin*. Cetakan Kelima. 2003. Jakarta: Proyek Pengkajian dan Pengembangan Lektur Pendidikan Agama.



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI</b>	
<b>SURAT PERTANYAAN PERSETUJUAN PUBLIKSI</b>	
<b>BERITA ACARA UJIAN MUNAQASYAH</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN DEKAN</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah .....	6
C. Batasan Istilah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Kegunaan Penelitian.....	9
G. Penelitian Terdahulu .....	9
H. Sistematika Penulisan.....	12
<b>BAB II BERKELUH KESAH DALAM AL-QUR'AN.....</b>	<b>13</b>
A. Pengertian Berkeluh Kesah Dalam Al-Qur'an.....	13
B. Penyebab Manusia Berkeluh Kesah.....	16
1. Kurang sabar .....	16
2. Tidak menerima realita yang ada .....	18
3. Sempit memandang masalah.....	19
4. Jauh dari Allah .....	20
C. Bahaya Berkeluh Kesah .....	21
1. Melemahkan iman.....	21
2. Merusak jiwa dan pikiran.....	22
3. Menumbuhkan sikap iri dan dengki.....	26
4. Mendekatkan diri kepada kesyirikan .....	28
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Sumber Data.....	31
C. Teknik Pengumpulan Data .....	32
D. Teknik Pengecekan Keabsahan Data .....	32
E. Teknik Analisis Data.....	33

<b>BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS .....</b>	<b>34</b>
A. Narasi Berkeluh Kesah dalam Al-Qur'an .....	34
B. Faktor dan solusi Mengatasi Keluh Kesah dalam Al-Qur'an .....	43
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>64</b>
A. Kesimpulan .....	64
B. Saran.....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sifat keluh kesah sebagai gambaran isi hati yang lebih cenderung ketidakpuasan dalam menjalin proses kehidupan ini. Sifat keluh kesah merupakan suatu penyakit yang sangat berbahaya baik bagi rohani maupun secara psikologi. Penyakit ini bisa timbul karena pengaruh dunia yang penuh dengan ujian dan cobaan. Adapun ketika manusia berkeluh kesah tidak boleh sampai melampaui batas. Yang mana keluh kesah dalam jiwa manusia adalah hal yang wajar kerana sifat ini pada mulanya digerakkan oleh iblis dan setan, sama sekali tidak boleh diikuti dan berlarut dalam sifat ini. Seperti orang yang mendapat ujian kemudian sampai membuatnya berkeluh kesah. Akan tetapi ketika itu juga ia ingat kepada Allah dan langsung beristigfar lalu memohon agar diberi kekuatan dalam menghadapi ujian yang sedang dialami. Sebaliknya jika manusia sedang diuji dengan ujian yang menurutnya berat. Kemudian terus menerus membuatnya berlarut dalam keadaan itu, sampai ia berfikiran bahwa keberuntungan jauh darinya. Memang pada dasarnya manusia itu memiliki sifat berkeluh kesah, yang mana apabila mendapatkan ujian atau cobaan dalam bentuk keburukan atau kesulitan, misalnya seperti musibah, kesulitan atau masalah kehidupan yang lainnya maka manusia akan mudah

berkeluh kesah.<sup>1</sup> Akan tetapi hal seperti itu sama sekali tidak boleh berlarut diikuti. Yang mana berkeluh kesah akan selalu menggambarkan ketidakpuasannya atas apa yang telah diberikan oleh Allah SWT terhadapnya.

Manusia diciptakan dalam keadaan yang suka dan mudah untuk berkeluh kesah. Jika ada halangan atau rintangan yang tengah menimpa hidupnya, maka dengan mudah ia akan berkeluh kesah. Dengan keadaan yang dialaminya tersebut ia akan ingat kepada Allah, kemudian ia akan mendatangi rumah-Nya dan berdoa khusyuk di dalamnya. Dalam seduan tangisnya ia meminta pertolongan Allah agar permasalahan yang sedang menyimpannya dipermudah oleh Allah SWT.

Melihat realitas kehidupan manusia dipenuhi dengan suasana dan keadaan yang silih berganti. Ada kedamaian dan kekhawatiran, ada kesuburan dan kelaparan, ada kesusahan dan kebahagiaan. Contohnya saja peneliti sendiri ketika diberi ujian atau musibah. Penulis cenderung berkeluh kesah atas apa yang terjadi. Penulis berfikir kesulitan yang dihadapi takkan berakhir, penulis hanya terdiam dan meratapi nasib tanpa meminta pertolongan kepada Allah dengan apa yang terjadi. Padahal semua itu diciptakan oleh Allah SWT untuk menguji manusia dan menunjukkan bahwa Allah tidaklah bersifat mengekang. Melainkan memberikan kebebasan kepada manusia untuk memilih mana yang terbaik bagi kehidupannya. Contoh lainnya dalam dunia dagang yang mana pada

---

<sup>1</sup> Lisna Ekawati, dkk, *Konsep Pendidikan Akhlak Dalam Al-Qur'an Surah Al-Ma'arij Ayat 19-35 (Kajian Tafsir Al-Maraghi)*, Vol. 1. No. 1, 2019, hlm. 48-49.

faktanya kebanyakan dari pedagang pasti pernah berkeluh kesah. Contohnya pedagang kaki lima yang diusir oleh pihak berwajib (Satpol PP) yang mana ketika pengusiran berlangsung para pedagang tidak bisa lagi berjualan dan beraktivitas seperti biasanya, kemudian menyebabkan penghasilannya berkurang. Pada saat inilah para pedagang banyak mengeluh dan meratapi nasibnya, karena ia harus memikirkan bagaimana perekonomiannya bisa pulih kembali. Karena pedagang tersebut memikirkan agar bisa memberi nafkah dan makan keluarganya.

Apabila manusia mengharapkan kebaikan di dunia dan akhirat. Maka yang harus dilakukan adalah selalu berbuat baik, tunduk, bermoral, bermartabat dan patuh terhadap ketetapan yang telah Allah SWT tetapkan. Serta selalu mengembalikan segala urusannya disamping usaha yang diperbuatnya. Namun jika sebaliknya maka kehancuran, kesulitan, cobaan dan ujian tuhan akan ia hadapi dengan keluh kesah.

Musibah, ujian, cobaan dan segala permasalahan manusia pada dasarnya adalah segala bentuk ketentuan Allah SWT. Namun terkadang sebagian dari manusia merasa diri mereka adalah orang yang paling menderita dan tidak beruntung ketika memperoleh cobaan dari Allah SWT. Mereka menganggap hidupnya sangat jauh dari karunia Allah SWT. Sehingga mereka menjalani hidupnya dengan berkeluh kesah. Seolah-olah masa depan telah menjelma menjadi kabut pekat. Padahal Allah SWT telah menjanjikan bahwa Dia tidak akan menguji suatu hamba-Nya diluar

batas kemampuannya. Ayat al-Qur'an yang berbicara tentang keluh kesah terdapat dalam QS. Al-Ma'arij [70]: 19-22 sebagai berikut:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ  
مُنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾

*“Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat”.*<sup>2</sup>

Ayat ini dapat dipahami bahwa secara harfiah manusia cenderung berkeluh kesah. Mereka memiliki perangai buruk berupa kurang sabar dan banyak mengeluh dan meratapi nasib. Sehingga terkadang mereka mengutuk keadaan yang diliputi kesedihan yang berkepanjangan. Mereka lupa masih ada Allah bersamanya. Yang mana dalam QS. Al-Baqarah [02]: 286:

... لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ...

*“...Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya...”*

Ayat ini dapat dijadikan hikmah bahwa setiap musibah dan kesulitan-kesulitan yang sedang kita hadapi tidak akan selamanya begitu saja. Hanya saja ketika Allah menguji suatu hambanya, Dia ingin melihat seberapa besar kesabaran dan keikhlasan hambanya terhadap musibah

---

<sup>2</sup> Kementerian Agama, *Ar-Rahim Al-Qur'an Dan Terjemahan* (Bandung: CV. Mikhray Khazana Ilmu, 2014), hlm. 569.

yang tengah dihadapinya. Karna Allah tidak akan memberikan sebuah masalah diluar batas kemampuan hambanya. Rasulallah SAW bersabda :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنَ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا. وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ

*“Dari Abu Hurairah Radhiyallahu anhu dia berkata: Rasulallah Shallahu ‘alaihi wasallam bersabda: mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada mukmin yang lemah. Namun, keduanya tetap memiliki kebaikan. Bersemangatlah atas hal-hal yang bermanfaat bagimu. Minta tolonglah pada Allah, jangan engkau lemah. Jika engkau tertimpa suatu musibah, maka jangan engkau katakan: seandainya aku lakukan demikian dan demikian. Akan tetapi hendaklah kau katakan: ini sudah jadi takdir Allah. Setiap apa yang telah Dia kehendaki pasti terjadi. Karena perkataan law (seandainya) dapat membuka pintu setan”.*<sup>3</sup>

Dapat dipahami bahwasanya hadis di atas menjelaskan tentang akhlak mulia. Seseorang yang berusaha melakukan kebaikan didasari dengan keimanan. Namun jika ternyata terjadi sesuatu yang buruk maka diserahkan kepada Allah SWT. Apabila tidak maka seseorang yang mengalami keburukan tersebut akan merasakan penyesalan. Akhirnya menyalahkan orang-orang di sekitarnya, yang dianggap menjadi penyebab keburukan yang dialaminya. Sehingga ia mulai menyesali apa yang terjadi dan *suuzan* dengan Allah SWT. Hendaklah ia tetap berusaha untuk berprasangka baik, apa yang Allah berikan baginya itu adalah yang terbaik.

---

<sup>3</sup> Abu Husain Muslim bin Al-Hajj, *Shahih Muslim* (Arab Saudi: Darul Mugni, 1998), hlm. 1432.

Problem dalam penelitian ini termasuk dalam masalah psikologi. Karena sifat berkeluh kesah adalah situasi kejiwaan seseorang. Dalam artian sifat ini tidak dapat mengendalikan emosi atas apa yang terjadi. konteks masalah ini lebih sering dibahas dalam corak Tafsir *adabi ijtima'i*. berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik membahas permasalahan ini lebih lanjut dengan format judul: **Kajian Tematik Atas Sifat Berkeluh Kesah Perspektif Qur'ani.**

## **B. Fokus Masalah**

Adapun fokus masalah dalam penelitian ini adalah mengenai keluh kesah dalam al-Qur'an yaitu membahas keluh kesah manusia berdasarkan ayat-ayat al-Qur'an, penyebab manusia berkeluh kesah, bahaya dari keluh kesah, dan solusi mengatasi keluh kesah dalam al-Qur'an.

## **C. Batasan Istilah**

Demi memudahkan pemahaman tentang judul skripsi ini agar tidak menimbulkan kekeliruan dan kesalahpahaman. Maka perlu diuraikan secara singkat istilah-istilah yang terdapat dalam judul skripsi ini. Adapun istilah-istilah yang perlu dijelaskan adalah.

1. Kajian tematik terdiri dari dua kata yaitu kajian dan tematik. Kajian dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah pelajaran. Sedangkan dalam Bahasa Arab kajian diambil dari kata مذاكرة-ذاكر yang berarti musyawarah, belajar tanpa guru.<sup>4</sup> Tematik dalam Kamus Besar

---

<sup>4</sup> Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia* (Ciputat: PT. Mahmud Yunus Wa Dzuriyyah, 2007), hlm. 136.



Bahasa Indonesia (KBBI) adalah bersangkutan dengan tema. Sedangkan dalam Bahasa Arab tematik diambil dari kata موضوع yang artinya yang diletakkan.<sup>5</sup> Kajian tematik adalah pembahasan yang berdasarkan pokok-pokok masalah.<sup>6</sup>

2. Sifat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah rupa dan keadaan yang tampak pada suatu benda juga tanda lahiriah. Sedangkan dalam Bahasa Arab sifat diambil dari kata خليقة yang artinya makhluk, watak, sifat dan tabiat.<sup>7</sup> Sifat adalah suatu kata yang digunakan untuk mengungkap keadaan atau objek, baik itu manusia, hewan, tumbuhan, serta barang atau benda.<sup>8</sup>
3. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Berkeluh kesah terdiri dari dua kata yaitu berkeluh dan kesah. Berkeluh adalah mengeluh. Sedangkan kesah adalah melahirkan perasaan susah dengan menganduh dan menarik nafas. Dalam Bahasa Arab berkeluh kesah diambil dari kata هلع-يهلع yang artinya berkeluh kesah, gelisah.<sup>9</sup> Berkeluh kesah adalah ungkapan rasa ketidakpuasan terhadap apa yang telah didapatkan atau suatu perbuatan yang menyatakan keadaan susah karena

---

<sup>5</sup> Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, hlm. 503.

<sup>6</sup> Muhammad Ali, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Modern* (Jakarta: Pustaka Amani, 2006), hlm. 10.

<sup>7</sup> Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir Kamus Arab Indonesia* (Surabaya: Pustaka Progressif, 1984), hlm. 364.

<sup>8</sup> Muhammad Jamaluddin Alqaimi Addimasyqi, *Bimbingan Untuk Mencapai Tingkat Mu'min* (Bandung: CV Diponegoro, 2003), hlm. 980.

<sup>9</sup> Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir Kamus Arab Indonesia*, hlm. 1513.

penderitaan, kesakitan, kekecewaan dan kurang sabar disertai dengan ketamakan yang luar biasa yang dialami oleh seseorang.<sup>10</sup>

4. Perspektif dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah cara melukiskan suatu benda pada permukaan yang mendarat sebagaimana yang terlihat oleh mata dengan tiga dimensi yaitu panjang, lebar, dan tingginya. Sedangkan dalam Bahasa Arab perspektif diambil dari kata نظر-نظرا-منظرا-منظرة yang artinya melihat.<sup>11</sup> Perspektif adalah cara pandang terhadap sebuah masalah dengan menggunakan sudut pandang tertentu dalam melihat suatu fenomena.<sup>12</sup>
5. Al-Qur'an ialah kalam yang menjadi mukjizat yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW dengan lafazh dan maknanya dengan perantaraan malaikat Jibril AS yang tertulis di dalam mushhaf yang disampaikan secara mutawatir, mulai dengan QS. Al-Fatihah (1) diakhiri dengan QS An-Nas (114).<sup>13</sup>

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, ada beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi dalam peneliti ialah:

1. Bagaimana narasi berkeluh kesah dalam al-Qur'an!
2. Apa faktor dan solusi mengatasi keluh kesah dalam al-Qur'an!

---

<sup>10</sup> Safwan Amin, *Pengantar Psikologi Umum* (Banda Aceh: Yayasan Pena, 2009), hlm. 118.

<sup>11</sup> Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir Kamus Arab Indonesia*, hlm. 1443.

<sup>12</sup> Asep Mulyana dan Rikky Gita Hilmawan, *Komunikasi Keperawatan* (Tasikmalaya: Langgam Pustaka, 2021), hlm. 66.

<sup>13</sup> Anhar Ansory, *Pengantar Ulumul Qur'an*, Cetakan 1 (Yogyakarta: Lembaga Pengembangan Studi Islam, 2012), hlm. 11.

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan fokus masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui konsep keluh kesah dalam al-Qur'an
2. Mengetahui faktor dan solusi keluh kesah dalam al-Qur'an

### **F. Kegunaan Penelitian**

1. Untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang sifat keluh kesah manusia bagi penulis dan pembaca.
2. Sebagai bahan perbandingan bagi peneliti lain.
3. Untuk melengkapi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana Agama (S.Ag) di Fakultas Syari'ah dan Ilmu Hukum Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir di Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.

### **G. Penelitian Terdahulu**

Berdasarkan penelusuran yang penulis lakukan terhadap hasil-hasil penelitian sebelumnya. Penulis tidak menemukan judul yang sama dengan karya penulis. Namun ada beberapa penelitian yang berkaitan dengan tulisan peneliti, diantaranya:

Skripsi Aina Noor Habibah yang berjudul "*Karakteristik Sifat Manusia Menurut Penafsiran Sayyid Qutb dan Hamka*". Dalam skripsinya dijelaskan bahwa manusia bersifat berkeluh kesah. Kecuali orang-orang yang melaksanakan shalat, membayar zakat, mempercayai, hari akhir, takut kepada adzab Tuhan, menjaga kemaluan, memelihara amanat,

memberikan kesaksian dengan jujur. Kemudian ia juga menjelaskan tentang pendapat Sayyid Qutb dan Hamka tentang keluhan kesah.<sup>14</sup>

Skripsi Robi'ah Afifah yang berjudul "*Dampak Psikologis Keluh Kesah Dalam Al-Qur'an*". Skripsinya menjelaskan tentang kebiasaan manusia berkeluh kesah dalam pandangan al-Qur'an menurut para mufassir. Bahwa berkeluh kesah memang sering terjadi pada manusia seperti yang dijelaskan dalam Q.S. al-Ma'rij ayat 19-21, hud ayat 9-11, Ibrahim 21, dan al-Fushilat ayat 49 ini disebabkan karena berkeluh kesah merupakan sifat dasar yang dimiliki manusia.

Kemudian skripsinya juga menjelaskan tentang pendapat mufassir bahwa secara tegas Allah tidak menyukai orang yang berkeluh kesah serta berputus asa. Manusia yang suka berkeluh kesah berarti tidak menyukai ketetapan Allah dan tidak bersyukur. Kemudian menjadikannya orang yang pesimis dan beranggapan bahwa tidak ada lagi jalan yang dapat ditempuh. Padahal apabila bersyukur dan menerima setiap keadaan pasti semua masalah akan terselesaikan. Tetapi orang yang mengeluh tidak memiliki rasa syukur. Namun jika konteks mengeluh berupa mengadukan kegelisahan hati dengan berdoa kepada Allah maka itu diperbolehkan.<sup>15</sup>

Skripsi Wenny Syawatul Hasanah yang berjudul "*Tabiat Manusia Dan Terapinya Dalam Al-Qur'an*". Dalam skripsinya menjelaskan kajian surah Al-Ma'arij ayat 19-34 dalam surat tersebut menjelaskan kebiasaan

---

<sup>14</sup> Aina Noor Habibah, Nim 02531161, "Karakteristik Sifat Manusia Menurut Penafsiran Sayyid Qutb Dan Hamka" (Yogyakarta: Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga, 2008), hlm 59.

<sup>15</sup> Robia'ah Afifah, Nim 11730223098 "Tabiat Manusia Dan Terapinya Dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik Surah Al-Ma'arij Ayat 19-34)" (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021), hlm. 69.

manusia yaitu tabiat-tabiat manusia berkeluh kesah apabila ditimpa kesusahan. Berkeluh kesah disini dapat diekpresikan dalam banyak bentuk seperti berkeluh kesah dalam kesedihan yang berlarut-larut dan stres berlebihan. Orang yang berkeluh kesah juga orang yang tidak merasakan ketenangan di dalam hidupnya karena hati dan jiwanya jauh dari Allah.

Kemudian sifat kikir manusia yaitu apabila ia mendapatkan kebaikan dalam bentuk kebaikan harta. Menjadikan ia kikir atas harta-hartanya. Menganggap segala yang ia dapatkan dalam kehidupan adalah hasil kerja ia sendiri tanpa ada bantuan Allah SWT. Skripsinya juga menjelaskan terapi yang dapat mengobati tabiat-tabiat buruk manusia yaitu, seperti Mengerjakan shalat terus menerus, membayar zakat, mempercayai hari pembalasan dan takut kepada adzab Allah.<sup>16</sup>

Perbedaan skripsi ini dengan skripsi di atas adalah penelitian ini membahas bagaimana seseorang yang berkeluh kesah dalam al-Qur'an. Melalui kajian tematik yakni dengan mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan keluh kesah. Kemudian menafsirkannya melalui penafsiran yang bercorak *adabi ijtima'i*. Serta memaparkan faktor dan solusi mengatasi keluh kesah dalam al-Qur'an. Sedangkan penelitian terdahulu menjelaskan kebiasaan manusia berkeluh kesah dalam pandangan al-Qur'an melalui penjelasan tokoh-tokoh tafsir.

---

<sup>16</sup> Wenny Syawatul Hasanah, Nim 11732203012 “Dampak Psikologis Keluh Kesah Dalam Al-Qur'an” (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021), hlm. 60.

## **H. Sistematika Pembahasan**

Adapun sistematika pembahasan ini adalah:

Bab pertama, adalah pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, fokus masalah, batasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, penelitian terdahulu yang relevan, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, adalah mengenai tinjauan umum tentang berkeluh kesah dalam al-Qur'an yaitu yang berisi tentang pengertian berkeluh kesah dalam al-Qur'an, penyebab manusia berkeluh kesah, dan bahaya berkeluh kesah.

Bab ketiga, adalah metode penelitian yang terdiri dari jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengecekan keabsahan data, dan teknik analisis data.

Bab keempat, adalah membahas tentang bagaimana narasi berkeluh kesah dalam al-Qur'an, faktor dan solusi mengatasi keluh kesah dalam al-Qur'an.

Bab kelima, adalah penutup yang merupakan bagian akhir dari penelitian dan saran-saran yang berkaitan dengan penelitian.

## BAB II

### BERKELUH KESAH DALAM AL-QUR'AN

#### A. Pengertian Berkeluh Kesah Dalam Al-Quran

Berkeluh kesah berasal dari kata keluh dan kesah yaitu merupakan kata sifat dari Bahasa Indonesia. Berkeluh berarti mengeluh atas apa yang terjadi. Sedangkan kesah adalah suara yang diungkapkan karena perasaan gelisah, kesal, tidak senang, dan ketidakpuasan atas apa yang diperoleh.<sup>17</sup> Jadi berkeluh kesah adalah ungkapan rasa ketidakpuasan atas apa yang telah didapatkan atau suasana yang menyatakan susah, sedih karna penderitaan, kesakitan, kekecewaan, dan sebagainya yang sedang dialami oleh seseorang.

Dalam Bahasa Arab berkeluh kesah disebut dengan هلع merupakan masdar dari kata هلع-يهلع-هلعاً yang berarti gelisah dan ketakutan bisa juga diartikan sedih dan berkeluh kesah.<sup>18</sup> *Al-halu'* secara bahasa yang berarti sangat kikir dan sangat buruk lagi sangat keji keglisahannya. Demikian juga pendapat Qatadah dan mujahid lainnya.<sup>19</sup> *Halu'a Yahla'u Fahuwa halu'an* kata ini guna untuk menunjukkan makna sering gelisah. Abu Ubaidah juga berpendapat bahwa kata *Al-Halu'* adalah orang yang jika mendapatkan kebaikan maka dia tidak akan bersyukur, dan jika dia

---

<sup>17</sup> Wahyu Untara, *Kamus Bahasa Indonesia Lengkap Dan Praktis* (Yogyakarta: Indonesiatara, 2013), hlm. 11.

<sup>18</sup> Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, hlm. 486.

<sup>19</sup> Muhammad bin Ahmad bin Ahmad Abi Bakr 'Abdullah Tafsir Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi, Terjemahan. Muhyidin Masridha* (Jakarta: Pustaka Azam, 2008), hlm. 245.

mendapat kesusahan dia tidak akan bersabar.<sup>20</sup> Sementara sifat ini timbul dikarenakan adanya sifat emosi pada diri seseorang. Emosi dalam hal ini yaitu tidak terkendalinya amarah seseorang dalam menghindari dan menyelesaikan masalah atau musibah yang tengah dihadapi. Berbicara mengenai *halu'an* ada tiga bentuk manusia ketika berkeluh kesah, yaitu:

1. Orang yang mendapat cobaan kecil tetapi keluhannya besar. Lebih besar dari kenyataan. Contoh seseorang yang kehilangan buku pelajaran ketika ingin belajar. Dalam keadaan penting dan sangat membutuhkan barang tersebut, kemudian pada saat itu juga ia lupa meletakkan barang tersebut dimana. Sehingga ia gampang panik, terkadang tanpa sadar keluarlah kata-kata keluhan. Padahal jika bersikap tenang dan tidak terburu-buru, pastilah barang tersebut mudah untuk ditemukan. Akan tetapi karna sikap paniknya membuat ia hampir menyerah dan tak percaya diri lagi bahwa bisa keluar dari masalahnya.<sup>21</sup>
2. Seorang yang mendapat cobaan besar tetapi selalu mengeluh dengan apa yang terjadi. Seperti inilah orang yang tidak pernah dapat menerima keadaan yang tengah dialaminya dengan sabar dan ikhlas. Karena yang dilakukan hanya terus mengeluh jika ada masalah yang sedang dihadapi. Seperti seseorang yang tidak pernah ditimpa sesuatu yang buruk. Sementara ia merasa tidak pernah melakukan hal yang

---

<sup>20</sup> Achmad Warson Munawwir dan Muhammad Fairus, *Kamus Munawwir Versi Indonesia-Arab* (Surabaya: Pustaka Progressif, 2007), hlm. 13.

<sup>21</sup> Arum Faiza, dkk, *Stop Menjadi Manusia Mainstream* (Jakarta: PT Alexander Koputindo, 2021), hlm. 66.



buruk. Contohnya ia tidak pernah menyakiti seseorang selama hidupnya. Tetapi pada suatu waktu ia disakiti orang lain dengan kata-kata yang kejam. Kemudian ia mengeluh dan menganggap apa yang terjadi padanya tidak adil.<sup>22</sup>

Alangkah lebih baik jika bersabar sebagaimana kesabaran yang meyakinkan akan datangnya kemudahan setelah kesusahan. Seberapa besar pun masalah yang tengah dihadapi tetaplah bersabar. Karna jalan keluar datang bersama kesulitan dan setiap kesulitan itu pasti ada kemudahan.<sup>23</sup> Caranya yaitu dengan selalu berdoa dan meminta pertolongan dari setiap kesulitan yang datang.

3. Seseorang yang mendapat cobaan besar atau kecil ia menerima apa adanya. Tidak mengeluh atas apa yang tengah dihadapinya apalagi menyampaikan kepada orang lain.<sup>24</sup> Sifat yang terakhir ini adalah yang semestinya dimiliki setiap orang. Karna dengan adanya sifat ini akan menjadikan sosok yang ikhlas, sabar, dan tabah dengan segala ketentuan yang Allah berikan. Sehingga selalu bersyukur dengan ketetapan Allah.

Dari beberapa cobaan dan ujian di atas penyebab orang berkeluh kesah tidak hanya disebabkan oleh keadaan yang sulit saja. Akan tetapi masalah kecilpun terkadang menyebabkan orang mengeluarkan keluhannya.

---

<sup>22</sup> A.K, *Ya Allah Tolong Aku* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010), hlm. 36.

<sup>23</sup> Aidh Al-Qarni, *La Tahzan* (Jakarta: Qisthi Press, 2004), hlm. 39.

<sup>24</sup> Sulaiman Tripa, *Berhenti Mengeluh* (Banda Aceh: Bandar Publishing, 2019), hlm. 149.

## B. Penyebab Manusia Berkeluh Kesah

Keluh kesah biasanya timbul dari keadaan jiwa yang rapuh, tidak percaya diri, berputus asa, dan tidak adanya kesabaran dalam menghadapi masalah. Serta kurang bersyukur atas apa yang tengah dialaminya. Manusia yang suka berkeluh kesah biasanya tidak bersemangat, tidak memiliki tujuan yang jelas, dan selalu iri dengan kelebihan orang lain.<sup>25</sup>

Adapun penyebab manusia sering mengeluh atau berkeluh kesah karna perkara dunia. Sebab mereka merasa menderita atas kepedihan yang dialami. Kesenangan yang diselingi dengan kesedihan dan ketentraman yang ada selalu diselingi dengan penderitaan. Sifat ini merupakan ketidaksabaran saat menjalin kesulitan, sering mencemooh keadaan, dan mengumpat situasi.<sup>26</sup> Berikut beberapa faktor yang menyebabkan manusia suka berkeluh kesah:

### 1. Kurang sabar

Sabar secara etimologi berasal dari bahasa Arab صبر - يصبر yang berarti bersabar, tabah, hati, berani.<sup>27</sup> Sedangkan dalam bahasa Indonesia sabar berarti tahan menghadapi cobaan, tabah, tenang, tidak tergesa-gesa, dan tidak terburu-buru.<sup>28</sup> Pada nyatanya dunia ini merupakan tempat ujian. Setiap orang pasti pernah mengalami berbagai ujian.

---

<sup>25</sup> Khalilurrahman El-Mahani, *Semua Perempuan Calon Penghuni Surga* (Jakarta: Kawah Media, 2015), hlm. 78.

<sup>26</sup> Ahmad Muzakir, *Sapu Jagat Keberuntungan* (Jakarta: PT Alexander Koputindo, 2018), hlm. 148.

<sup>27</sup> Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, hlm. 211.

<sup>28</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), hlm. 763.

Kesulitan dan musibah bentuknya bermacam-macam antara lain berupa kematian, sakit, bahkan menimpa harta benda. Kemudian dalam menghadapi semua itu haruslah dengan kesabaran.<sup>29</sup> Dalam al-Qur'an mengajarkan setiap orang harus sabar ketika menerima cobaan terdalem QS. Al-Baqarah [02]: 155-157:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ  
وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا  
إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ ﴿١٥٦﴾ أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ  
وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

*“Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun. Mereka Itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka Itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.*

Ayat ini menjelaskan apabila ditimpa ujian, seharusnya manusia bersabar, bertahan, dan tidak menjadi lemah semangat. Sehingga keyakinan kepada Allah SWT bertambah mantap dan tetap dapat melaksanakan segala kewajiban. Kesabaran ini harus dipertahankan dalam segala hal. Oleh karena itu, kaum Muslim sepakat bahwa kesabaran adalah wajib hukumnya. Baik dalam melaksanakan kewajiban maupun meninggalkan yang haram.

<sup>29</sup> Riswandi, Dkk, *Kilas Cerita, Harap Dan Doa Di Balik Wabah* (Yogyakarta: Mirra Buana Media, 2021), hlm. 53.

Termasuk kesabaran untuk tidak berputus asa atas musibah yang menimpanya, dan kesabaran untuk tidak mengikuti hawa nafsu yang dilarang Allah SWT.<sup>30</sup>

2. Tidak menerima realita yang ada

Ketika manusia diberikan sebuah cobaan, akan tetapi tidak semua manusia mau menerima keadaan yang sedang mereka rasakan. Jika manusia itu mau menerima keadaan yang dialami maka tidak akan ada kata keluhan yang keluar dari mulutnya. Tapi pada faktanya kebanyakan manusia tidak mau menerima kenyataan yang ada pada dirinya. Sehingga mereka mengeluarkan kata-kata keluhan tanpa mereka sadari.

Setiap individu pasti akan diuji dan mengalami musibah. Namun musibah tidak boleh dipandang atau diartikan sebagai murka atau kemarahan Allah. Demikian pula sebaliknya terhadap nikmat Allah. Tidak bisa diartikan sebagai jalan untuk mendapatkan keridhaan Allah. Dalam hal ini musibah terbagi menjadi tiga, yaitu:<sup>31</sup>

- a) Musibah sebagai ujian yakni dalam hal ini musibah yang menimpa orang-orang beriman untuk menguji keimanan mereka serta ketakwaan kepada Allah SWT.
- b) Musibah sebagai peringatan. Musibah ini menimpa bagi orang-orang yang lalai, melalui peringatn ini mereka kembali ke jalan yang semestinya. Dengan mereka ditimpa suatu musibah, mereka

---

<sup>30</sup> Ibn Taimiyyah, *Gerak-Gerik Qalbu* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2005), hlm. 53.

<sup>31</sup> Ibn al-Qayyim Al-Jauziyyah, *Jangan Menyerah Ada Hikmah Di Balik Musibah, Terjemahan Inayatur Rasyidah* (Jakarta: Qisthi Press, 2012), hlm 74-75.

akan sadar serta sabar. Musibah tersebut dapat menjadi sarana mereka dalam menghapus kesalahan dan menghapus dosa.

- c) Musibah sebagai azab, dalam hal ini musibah yang menimpa seseorang yang durhaka. Seperti kafir, musibah yang mereka alami merupakan siksaan yang didahulukan di dunia. Kemudian di akhirat akan mendapatkan azab yang pedih lagi.
- d) Musibah akan mendatangkan hikmah dan kebaikan jika manusia menyikapi dengan baik. Akan tetapi jika manusia salah menyikapi musibah. Maka musibah yang menimpanya akan memperpanjang penderitaannya dan ia akan mengeluh sepanjang waktu bahkan mereka berputus asa.

### 3. Sempit memandang masalah

Seseorang yang suka mengeluh terkadang merasa sudah tidak mampu dalam menghadapi suatu masalah yang tengah dialaminya. Sehingga ia merasa menyerah dan tak mampu dengan masalah yang sedang ia rasakan. Dalam masalah seperti ini biasanya dirasakan oleh orang yang pemikirannya terlalu sempit dalam menghadapi suatu masalah.

Apapun kesulitan yang sedang dihadapi, percayalah bahwa Allah tidak pernah berniat jahat. Allah tidak pernah ingin memperburuk hidupmu. Justru dengan ujian yang Allah datangkan,

Dia ingin menjadikanmu orang yang kuat dan tidak lemah.<sup>32</sup> Namun dalam menghadapi suatu masalah seseorang dituntut untuk berfikir secara luas. Misalnya ketika seorang pedagang memiliki usaha yang sangat lancar, suatu ketika ia mengalami kebangkrutan. Pada situasi seperti ini tidak boleh langsung berputus asa dan tidak berdaya hingga putus semangat. Jika seseorang mau berusaha maka pertolongan Allah akan datang bersama dengan orang yang sabar dan ikhlas menerima segala kesulitan yang ada.

#### 4. Jauh dari Allah

Ketika manusia jauh dari Allah maka ia akan merasakan kekosongan dalam jiwanya. Hati yang galau atau kosong tentu gampang untuk terjerumus kedalam hal-hal yang negatif. Terkadang apa yang diinginkan oleh seorang manusia belum tentu semuanya bisa tercapai. Sebab apa yang dibutuhkannya belum tentu Allah memberikan semuanya dengan mudah. Namun dibalik itu semua, usaha yang ia lakukan adalah caranya untuk menjalani takdirnya.<sup>33</sup>

Misal jika seseorang yang sedang berusaha untuk naik jabatan, namun yang didapatkannya tidak sesuai dengan yang diinginkan. Sehingga menjadikannya mudah mengeluh dengan keadaan yang tengah dialaminya. Dengan kebiasaan yang suka mengeluh membuatnya menjadi seseorang yang tidak bersyukur dengan apa yang Allah tetapkan. Maka dari itu hindarilah sikap seperti ini.

---

58. <sup>32</sup> Murnisetya, *Tenaglah Masih Ada Allah*, cetakan (Jakarta: Gema Insani, 2020), hlm.

<sup>33</sup> Nurun Nisa, *Wanita Dambaan Setiap Muslim* (Jakarta: Saufa, 2013), hlm. 155.

### C. Bahaya Berkeluh Kesah

Keluh kesah memang sifat yang ada pada diri manusia, akan tetapi tidak diperbolehkan berlarut mengeluh jika tengah menghadapi suatu musibah. Karena akan membahayakan bagi dirinya sendiri. Berikut beberapa bahaya dari keluh kesah:

#### 1. Melemahkan iman

Kebiasaan berkeluh kesah hanya akan melemahkan iman. Karena itulah, terdapat larangan dalam islam untuk berkeluh kesah. Ketika sedang ditimpa ujian, pada dasarnya tidak ada satupun manusia di bumi ini yang terbebas dari suatu musibah. Setiap orang akan memperoleh ujiannya masing-masing berupa musibah.<sup>34</sup> sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Al-Mulk [67]: 2:

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ۗ وَهُوَ الْعَزِيزُ

الْغَفُورُ ﴿٦٧﴾

*“yang menjadikan mati dan hidup, supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya. dan Dia Maha Perkasa lagi Maha Pengampun”.*

Terkait ayat ini Ahmad Musthafa al-Maraghi menjelaskan bahwasanya Allah lah yang telah menentukan kematian dan menentukan kehidupan. Serta menjadikan bagi masing-masing dari keduanya itu waktu-waktu yang tidak diketahui kecuali oleh Dia sendiri. Untuk memperlakukan kamu dengan perlakuan yang

---

<sup>34</sup> Eko Gunawan, *Ubah Derita Jadi Bahagia*, Cetakan pertama (Jakarta: Laksana, 2019), hlm. 51.

ditujukan kepada orang yang hendak diuji keadaanya. Dan melihat siapakah di antara kamu yang mengikhlaskan amalnya. Sehingga dia akan membalasmu tentang hal itu menurut perbedaan martabat dan perbuatanmu, baik perbuatan itu perbuatan hati maupun perbuatan anggota badan. Karena hanya Allah yang Maha Kuat lagi Maha Keras pembalasan-Nya terhadap orang yang mendurhakai. Dia maha pengampun terhadap orang yang kembali kepada-Nya, yaitu dengan cara bertaubat dan melepaskan diri dari dosa-dosa.<sup>35</sup>

Dapat difahami kandungan ayat diatas, sesungguhnya keluh kesah tanda lemahnya hati, jiwa, dan iman. Seseorang yang terbiasa berkeluh kesah akan menyikapi permasalahan sebagai sesuatu yang tidak mungkin bisa diselesaikan. Ia lebih nyaman meratapi permasalahan daripada bangkit dan mencari jalan keluar. Padahal mengeluh hanya menjadikan ia tidak akan memperoleh gantinya, kecuali kesia-siaan belaka.<sup>36</sup>

## 2. Merusak jiwa dan pikiran

Keluh kesah merupakan penyakit pikiran dan jiwa seseorang. Apabila penyakit tersebut dibiarkan, maka penyakit tersebut akan dapat merusak hasil pola berpikir yang positif.<sup>37</sup> Berkeluh kesah juga hanya akan menjadikan jiwa rapuh dan putus asa. Dalam hal ini

---

<sup>35</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Terjemah Tafsir Al-Maraghi* (Semarang: PT Karya Toha Putra, 1986), hlm. 9-10.

<sup>36</sup> Riri Atmajaya, *Menjadi Pemenang Saat Diuji Allah* (Jakarta: Qultum Media, 2010), hlm. 65-67.

<sup>37</sup> Mohammad Nasrullah, *27 Point Sukses* (Jawa Timur: CV. Beta Aksara, 2018), hlm. 53.



berputus asa termasuk sifat orang yang mudah menyerah. Karna merasa tidak mampu mengatasi berbagai macam kesulitan dan musibah yang dihadapi. Secara tegas Allah SWT melarang hamba-Nya berputus asa. Dalam QS. Yusuf [12]: 87:

يَبْنِي أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيَسُوا مِنْ  
 رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْيَسُ مِنَ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾

*“Hai anak-anakku, Pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”.*

Terkait ayat ini Ahmad Musthafa al-Maraghi menjelaskan bahwasanya tentang Nabi Yusuf yang pada waktu itu berada di kota Mesir dan diangkat menjadi raja yang sebelumnya pernah dianiaya oleh saudara-saudaranya sendiri karena iri dengan dimasukkan dalam sumur hingga pada akhirnya ditolong seorang pedagang dan di bawa ke Mesir.

Pada ayat ini juga larangan untuk berputus asa dalam meraih kemudahan atau kelapangan yang diberikan serta kebaikan yang Allah berikan pada diri seorang hamba ketika berada di dalam kesusahan yaitu dari segala sesuatu yang dapat menentramkan jiwa dan mententramkan hati.<sup>38</sup>

---

<sup>38</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 54.

Berikut beberapa wujud putus asa yang dilarang dalam ajaran agama Islam:<sup>39</sup>

a) Putus asa dalam urusan dunia

Putus asa dalam urusan dunia banyak disebutkan oleh Allah SWT. dalam al-Qur'an, diantaranya dalam QS. Fussilat [41]: 49:

لَا يَسْمَعُ الْإِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيُوسِسُ قَنُوطٌ



*“Manusia tidak jemu memohon kebaikan, jika mereka ditimpa malapetaka Dia menjadi putus asa lagi putus harapan”.*

Dan dalam QS. Al-Isra [17]: 83:

وَكَمْ أَهْلَكْنَا مِنَ الْقُرُونِ مِنْ بَعْدِ نُوحٍ وَكَفَىٰ بِرَبِّكَ بِذُنُوبِ

عِبَادِهِ خَبِيرًا بَصِيرًا

*“Dan apabila Kami berikan kesenangan kepada manusia niscaya berpalinglah dia; dan membelakang dengan sikap yang sombong; dan apabila Dia ditimpa kesusahan niscaya Dia berputus asa”.*

b) Putus asa dalam urusan harta

Tidak sedikit muslim yang mudah untuk berputus asa ketika diberi ujian. Misalnya kekurangan harta benda yang menjadikan hatinya menjadi sempit dan jiwanya rapuh. Perlahan

<sup>39</sup> Zen Abdurrahman, *Ya Allah Kok Hidupku Susah Sekali* (Jogjakarta: Diva Press, 2014), hlm. 56-62.

imannya akan memudar. Hal-hal semacam ini tidak dibenarkan dalam Islam.

Putus asa karena merasakan kekurangan harta benda, termasuk bagian dari putus asa terhadap rahmat Allah SWT. sebagaimana firman-Nya dalam QS. Huud [11]: 6)

وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا  
وَمُسْتَوْدَعَهَا كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ ﴿٦﴾

*“Dan tidak ada suatu binatang melata pun di bumi melainkan Allah-lah yang memberi rezkinya, dan Dia mengetahui tempat berdiam binatang itu dan tempat penyimpanannya. Semuanya tertulis dalam kitab yang nyata (Lauh Mahfuzh).*

Allah SWT telah memberikan jaminan kepada setiap hamba-Nya berkenaan dengan rezeki masing-masing. Hanya orang-orang yang telah dibuatkan mata hatinya oleh harta benda, yang menafikan hal itu.

c) Putus asa di kala sakit

Terkadang kebanyakan manusia putus asa ketika ditimpah musibah berupa sakit. Sementara tidak ada penyakit yang tidak ada obatnya. Dan Allah-lah yang akan menyembuhkan setiap penyakit. Dalam QS. Asy-Syu'ara [26]: 79-80:

الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ ﴿٧٩﴾ وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ ﴿٨٠﴾  
وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨١﴾

*“Dan Tuhanku, yang Dia memberi Makan dan minum kepadaKu. Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan Aku”*

### 3. Menumbuhkan sikap iri dan dengki

Apabila sifat berkeluh kesah terus dipelihara dapat menjadi racun bagi jiwa dan pikiran. Yang kemudian berdampak pada hati. Orang-orang yang terbiasa berkeluh kesah beranggapan bahwa hidup mereka selalu dipenuhi penderitaan, musibah, dan ketidakberuntungan.<sup>40</sup> Pada dasarnya sifat seperti ini dikarnakan kurang bersyukur hingga menimbulkan perasaan serba kurang. Tanpa sadar mereka mulai menilai rendah pada diri sendiri.

Misal orang yang iri kepada tetangganya yang serba ada, hingga ia sering mengeluhkan nasibnya sendiri yang tidak kunjung membaik selayaknya seperti sang tetangga. Yang mana sang tetangga mampu membeli perabotan di rumahnya. Sedang ia tidak dapat membeli perabotan baru. Kemudian dalam hal ini ia iri dan mengeluh karena perabotan di rumahnya jelek-jelek.<sup>41</sup>

Secara perlahan penyakit iri hati dan dengki mulai bersarang dihati. Sifat iri dan dengki merupakan penyakit hati yang keberadaanya menjadi penghancur bagi diri sendiri sekaligus orang lain. Allah SWT menjelaskan dalam QS. An-Nisa [4]: 32:

---

<sup>40</sup> Zen Abdurrahman, *Ya Allah Kok Hidupku Susah Sekali*, hlm. 64.

<sup>41</sup> Putri Sawwal, *Jangan Mengeluh Jadilah Tangguh* (Yogyakarta: Laksana, 2017), hlm.

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا  
 أَكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا أَكْتَسَبْنَ وَسَأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ ۗ إِنَّ  
 اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا ﴿١١٠﴾

*“Dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang dikaruniakan Allah kepada sebahagian kamu lebih banyak dari sebahagian yang lain. (karena) bagi orang laki-laki ada bahagian dari pada apa yang mereka usahakan, dan bagi Para wanita (pun) ada bahagian dari apa yang mereka usahakan, dan mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui segala sesuatu”.*

Terkait ayat ini Ahmad Musthafa al-Maraghi menjelaskan Allah telah membebani kaum lelaki dan kaum dengan berbagai pekerjaan. Kaum lelaki mengerjakan perkara-perkara yang khusus untuk mereka, dan mereka memperoleh bagian khusus dari pekerjaan itu tanpa disertai kaum wanita. Kaum wanita mengerjakan berbagai pekerjaan yang diperuntukkan bagi mereka. Dan mereka memperoleh bagian khusus dari pekerjaan itu tanpa disertai oleh kaum lelaki. Masing-masing keduanya tidak boleh iri terhadap apa yang telah dikhususkan bagi yang lainnya.

Hendaknya masing-masing memohon pertolongan dan kekuatan kepada Rabbnya dalam melaksanakan pekerjaan yang dibebankan kepadanya. Dan jangan iri terhadap apa yang dibebankan kepada pihak lain. Termasuk kedalam larangan ini adalah iri hati terhadap segala perkara yang sifatnya *khiliqiyyah* (ciptaan), seperti akal dan keindahan. Dan janganlah kalian mengangan-angan bagian

orang lain. Dan jangan pula iri hati terhadap orang-orang yang diberi kelebihan atas kalian. Kemudian mohonlah kepada Allah agar dia memberikan karunia dan nikmat-Nya. Karena perbendaharaan-perbendaharaan-Nya penuh dan tidak akan pernah habis. Demikianlah Allah melebihkan sebagian manusia atau sebagian yang lain sesuai dengan tingkatan kesiapan mereka. Dan perbedaan kesanggupan mereka di dalam menggeluti kehidupan. Selagi orang-orang yang bekerja memohon tambahan kepada-Nya, maka Dia akan tetap menurunkan kemurahan dan karunia-Nya kepada mereka. Dengan demikian mereka menjadi lebih dibanding orang-orang yang malas.<sup>42</sup>

#### 4. Mendekatkan diri kepada kesyirikan

Manusia memiliki dua kecenderungan. Pertama, mengimani yang konkret atau nyata. Yakni dapat ditangkap oleh indra, baik penglihatan, pendengaran, penciuman, atau sentuhan. Kedua, mengimani yang gaib. Yakni yang tidak dapat tertangkap oleh indra. Akan tetapi apabila iman kepada yang gaib tidak dijaga dengan kemantapan hati melalui berdzikir kepada Allah SWT. Dan bertaqarrub kepada-Nya dengan amal shalih, maka secara perlahan akan memudar.

Kemudian manusia dengan keimanan yang rapuh itu, berbondong-bondong mendatangi dukun dan para normal untuk menyelesaikan masalahnya. Karena dalam hal itu mereka beranggapan

---

<sup>42</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 35-36.

bahwa dukun maupun para normal bisa memberikan solusi bagi kesulitan atau musibah yang sedang mereka hadapi. Cara-cara semacam itu ditemukan sebagai salah satu cara untuk mencari jalan pintas menuju penyelesaian masalah . pada faktanya hal semacam ini tidak hanya terjadi dalam masyarakat awam, tetapi juga orang-orang berpendidikan dan para pejabat.<sup>43</sup>

Dalam pandangan agama Islam perilaku semacam ini sudah jelas-jelas termasuk salah satu perilaku syirik yang harus dihindari. Satu-satunya tempat bersandar bagi seorang muslim adalah Allah SWT. sebagaimana dalam QS. Ath-Thalaq [65]: 2:

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ تَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ﴿٦٥﴾

*“Barangsiapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar”.*

Dalam ayat diatas Allah SWT menegaskan bahwa, Dia akan memberikan jalan keluar kepada orang yang bertakwa. Tentu saja sikap takwa sangat jauh dari perbuatan syirik, misalnya mendatangi paranormal. Karena sungguh para dukun dan paranormal itu bekerja sama dengan jin dan setan dalam menjalankan praktik perdukunan mereka. Hal ini ditegaskan dalam QS. Al-Jin [72]: 6:

وَأَنَّهُ كَانَ رِجَالٌ مِّنَ الْإِنسِ يَعُوذُونَ بِرِجَالٍ مِّنَ الْجِنِّ فَزَادُوهُمْ رَهَقًا




---

<sup>43</sup> Zen Abdurrahman, *Ya Allah Kok Hidupku Susah Sekali*, hlm. 66-67.

*“Dan bahwasanya ada beberapa orang laki-laki di antara manusia meminta perlindungan kepada beberapa laki-laki di antara jin, maka jin-jin itu menambah bagi mereka dosa dan kesalahan”.*

Dalam ayat ini menjelaskan bahwa mempercayai dukun dan paranormal. Merupakan tindakan yang sangat merugikan diri sendiri baik di dunia maupun akhirat. Di dunia orang yang mempercayai paranormal akan merugi karena telah menghabiskan waktu, tenaga, dan biaya dengan sia-sia. Sementara di akhirat ia akan menerima kerugian yang amat besar.



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

Secara umum metode penelitian dimengerti sebagai suatu kegiatan ilmiah secara bertahap dimulai dengan penentuan topik, pengumpulan data, serta menganalisis data hingga diperoleh suatu pemahaman dan pengertian atas topik tertentu atau dapat didefinisikan sebagai suatu kegiatan ilmiah yang terencana, terstruktur, sistematis, dan memiliki tujuan tertentu baik praktis maupun teoritis.<sup>44</sup>

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kepustakaan (*library reseach*), yaitu penelitian yang menggunakan data. Kemudian untuk mendapatkan informasi dengan menempatkan fasilitas yang ada dipergustakaan, seperti buku-buku yang berkaitan dengan pembahasan yang dibahas dalam skripsi ini.<sup>45</sup> Berdasarkan penelitian analisis data, peneliti menggunakan penelitian pendekatan kualitatif, yakni pendekatan yang dilakukan dengan meneliti buku-buku yang berkaitan dengan pembahasan. Penulis gunakan dengan cara membaca, menelaah buku-buku dan artikel yang berkaitan dengan tema penelitian.

#### B. Sumber Data

Terdapat dua jenis data yang digunakan dalam penelitian ini yang dibutuhkan oleh peneliti, yakni:

---

<sup>44</sup> J.R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif; Jenis, Karakter, Dan Keunggulannya* (Jakarta: Grasindo, 2010), hlm. 2-5.

<sup>45</sup> Sasa Sunarsa, *Penelusuran Kualitas Dan Kuantitas Sanad Qira'at Sab'* (Wonosobo: Mangku Bumi Media, 2020), hlm. 23.

- a. Sumber data primer adalah data yang penulis kumpulkan secara langsung. Data primernya di ambil dari Tafsir yang bercorak *adabi ijtima'i* dengan judul Tafsir al-Maraghi.
- b. Sumber data skunder, merupakan data yang dikumpulkan dari sumber-sumber tercetak yang mendukung. Data tersebut dikumpulkan melalui buku-buku, jurnal, dan website. Buku yang menjadi data skunder adalah *Jangan Menyerah Ada Hikmah Di Balik Musibah, Gerak-Gerik Qalbu, Tenanglah Masih Ada Allah, Harap dan Doa Di Balik Wabah, dan Berhenti Mengeluh.*

### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data.<sup>46</sup> Penggunaan teknik dan alat pengumpulan data yang tepat memungkinkan diperolehnya data yang objektif.<sup>47</sup> Adapun pengumpulan datanya adalah pengumpulan primer dan sekunder, yakni tafsir-tafsir yang bercorak *adabi ijtima'i* dan buku-buku yang berkaitan dengan pembahasan.

### D. Teknik Pengecekan Keabsahan Data

Penyusun menyelami pemikiran tokoh tafsir yang corak penafirannya bercorak *adabi ijtima'i* mengenai ayat-ayat tentang berkeluh kesah. Selanjutnya untuk memperoleh hasil interprestasi yang tepat

---

<sup>46</sup> Triyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Yogyakarta: Indonesiatera, 2013), hlm. 157.

<sup>47</sup> Nurul Zuriah, *Metodologi Penelitian Sosial Dan Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), hlm. 171.

tentang penafsiran ayat-ayat tentang keluh kesah dalam tafsir yang bercorak *adabi ijtami'i* maka dibutuhkan banyak kitab-kitab tafsir.

#### **E. Teknik Analisis Data**

Instrumen dan analisis data dipergunakan kualitatif. Setelah data terkumpul maka dilaksanakan pengolahan dan analisis data dengan teknik berikut:

- a. Editing data yaitu menyusun redaksi data menjadi suatu susunan kalimat yang sistematis.
- b. Redaksi data yaitu memeriksa kelengkapan data untuk mencari yang masih kurang dan mengesampingkan yang tidak relevan.
- c. Deskripsi data yaitu menguraikan data secara sistematis secara induktif dan deduktif sesuai dengan sistematika pembahasan.
- d. Penarikan kesimpulan yaitu merangkum uraian data ke dalam pengertian secara singkat dan padat.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS

#### A. Narasi Berkeluh Kesah Dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an adalah firman Allah SWT yang paling mulia diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW untuk petunjuk dan pedoman bagi manusia ke arah tujuan yang lebih baik dan jalan yang lurus. Dalam upaya menjalankan kehidupan yang didasarkan oleh keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT, guna untuk mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>48</sup> Al-Qur'an juga sebagai obat terbaik yang dihadirkan oleh Allah SWT ke muka bumi bagi umatnya yakni manusia. Ayat-ayat al-Qur'an sebagai obat tidak perlu diragukan, apabila meragukan al-Qur'an itu sama dengan meragukan Allah SWT. Al-Qur'an adalah obat yang istimewa bagi kegundahan hati, keputusasaan, kesedihan, dan kecemasan. Barangsiapa membaca al-Qur'an, niscaya ia akan merasakan ketenangan dari berbagai keadaan yang menghantui hatinya.<sup>49</sup>

Al-Qur'an menyebutkan bahwa manusia merupakan makhluk yang sering berkeluh kesah, apabila mereka di timpah suatu musibah mereka akan cenderung berkeluh kesah, dan apabila mereka diberikan suatu kebaikan mereka akan kikir dan sombong atas apa yang telah dimilikinya. Akan tetapi hal seperti itu bisa dihindari bagi orang-orang yang beriman dan melaksanakan sholat. Sebagaimana yang terdapat dalam QS. Al-

---

<sup>48</sup> Shodikin Alfian, *Kesempurnaan Membaca Al-Qur'an* (Surabaya: Apollo, 2004), hlm. 39.

<sup>49</sup> Mustamir Pedak, *Mukjizat Terapi Qur'an Untuk Hidup Sukses* (Jakarta: Wahyumedia, 2009), hlm. 39.

Ma'arij ayat 19-22:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ  
مُنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾

*“Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat”*

Al-Maraghi menjelaskan bahwa sesungguhnya manusia itu dijadikan bersifat keluh kesah, sehingga kurang sabar dan sangat tamak. Apabila dia miskin atau sakit, dia kan mulai mengadu dan keluh kesah. Apabila dia menjadi kaya atau sehat serta selamat, dia akan enggan berbuat baik dan bakhil dengan hartanya. Itu semua disebabkan kesibukan manusia dengan kebiasaannya yang bersifat jasmaniyah dan duniawi, padahal seharusnya dia disibukkan dengan bekal akhirat. Sehingga apabila dia sakit atau menjadi miskin. Dia menjadi rida dengan apa yang diberikan kepadanya, karena dia percaya bahwa Allah akan menolongnya. Kemudian apabila manusia mendapatkan harta dan kesehatan, hendaklah ia mempergunakannya untuk mencari kebahagiaan akhirat.

Adapun pengecualian dari keadaan tersebut adalah orang-orang yang dipelihara dan ditunjuki Allah sehingga mereka sebab-sebab kebaikan itu. Maka mereka itulah orang-orang yang memelihara shalatnya pada tepat waktu dan tidak menyibukkan dirinya dengan kesibukan yang lain.<sup>50</sup> Ada beberapa term-term keluh kesah dalam al-Qur'an yaitu:

---

<sup>50</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 125.

1. Berkeluh kesah dalam term “*Hazana*” (حزن)

QS. Ali Imran [03]: 139

...وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا...

“...janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati...”

Potongan ayat di atas turun berkaitan dengan kondisi kaum muslimin kala itu. Dimana umat Islam harus menerima kenyataan pahit berupa kekalahan dalam perang Uhud yang membuat mereka banyak menderita dan terluka sampai ada yang mati syahid. Potongan ayat di atas juga mengingatkan kepada orang-orang beriman. Harus bangga karena umat terbaik yang diabadikan di dalam al-Qur’an. Sehingga harus bersemangat dalam menjalankan syariat Islam yang telah diajarkan untuk menjadikan diri lebih bermakna dan bermanfaat. Allah mengajarkan kaum muslimin bahwa dalam hidup di dunia ini berlaku hukum alam tidak ada yang kekal, semua pasti Allah pergilirkan. Yakni ada kemenangan ada pula kekalahan, sebagaimana ada bahagia dan ada sedih, ada tawa dan ada juga tangis. Berusaha memantaskan diri dan bulatkan tekad untuk terus berjuang di jalan Allah SWT.<sup>51</sup>

Setiap apa yang dialami umat Islam pada perang Uhud tidak perlu menjadikannya untuk berputus asa. Katrena itu janganlah lemah

---

<sup>51</sup> Ulmi Miakolis, *Melangkah Lebih Maju* (Jakarta: Guepedia, 2022), hlm. 106.

ketika menghadapi musuh-musuh Allah. Kuatkan jasmani dan jangan bersedih atas apa yang sedang dialami. Kuatkanlah keimananmu karena derajatmu lebih tinggi disisi Allah. Apabila di dunia kamu memperjuangkan agama Allah, akan mendapatkan surga Allah.<sup>52</sup>

Adapun tujuan ayat di atas menjelaskan bahwa apabila kehilangan sesuatu yang dicintai baik itu orang atau kerabat terdekat, maupun barang yang dicintai. Alangkah baiknya untuk tidak lemah dan berlarut dalam kesedihan ketika menghadapi ujian seperti itu meskipun itu ujian yang dirasa berat untuk dilalui.

## 2. Berkeluh kesah dalam term “*khauf*” (خوف)

### a. QS. Al-Qasash [28]: 7

... فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي ...<sup>ط</sup>

“...Maka jatuhkanlah Dia ke sungai (Nil). dan janganlah kamu khawatir dan janganlah (pula) bersedih hati...”

Al-Qur'an menjelaskan bahwa potongan ayat di atas gambaran situasi yang mencemaskan seorang ibu yang akan melahirkan anaknya yaitu Musa. Ayat di atas juga memberitahukan tentang Ibu Musa ketika ia merasa bersedih, tentang keberadaan anaknya dari Fir'aun yang hendak membunuh anaknya tersebut. Kemudian Ibu Musa pun melepaskan anaknya ke sungai Nil. Pada saat itu, ia merasa khawatir melihat gelombang air yang akan membinasakan anaknya. Akan tetapi, Ibu Musa merasa yakin

<sup>52</sup> Izzan, dkk, *Tafsir Pendidikan* (Jakarta: Pustaka Aufa Media, 2012), hlm. 163.

dengan apa yang dilakukannya. Kemudian Allah memberi ilham kepada Ibu Musa agar tidak terlalu khawatir dan cemas. Karena Allah akan menjaga dan mengembalikan Musa ke pangkuannya.<sup>53</sup>

Adapun tujuan ayat di atas menjelaskan bahwa jangan terlalu mengkhawatirkan sesuatu hal yang menurutmu buruk. Karena belum tentu perbuatan yang kamu lakukan buruk menurutmu dimata Allah itu adalah yang terbaik. Bisa jadi yang hal buruk yang kamu lakukan itu adalah solusi untuk mengatasi segala permasalahan yang tengah dighadapi. Dan setelah kamu melakukannya jangan pula kamu terlalu bersedih yakni teralalu meratapi akan hal yang telah diperbuat. Yakinlah bahwa disetiap hal yang baik menurut Allah akan ada hikmah yang akan Allah berikan.

b. QS. Al-Baqarah [02]: 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ  
وَالْأَنْفُسِ وَالْثَّمَرَاتِ ...<sup>٥٣</sup>

*“Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan...”*

Dapat dipahami bahwa ayat di atas menjelaskan setiap manusia akan diuji oleh Allah SWT. seperti orang-orang kafir ketika menyatakan peperangan kepada orang mukmin. Kemudian

---

<sup>53</sup> Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf* (Jakarta: Qisthi Press, 2005), hlm. 302.



ujian lainnya adalah sedikit kelaparan karena kepungan dari musuh. Begitu juga dengan berkurangnya harta. Allah juga menguji manusia dengan hilangnya jiwa, seperti kematian seseorang. Setelah manusia menerima cobaan. Allah SWT menjanjikan berita gembira bagi orang-orang mukmin yang sabar dalam menghadapi cobaan. Karena cobaan yang datang akan menyadarkan kekhilafannya dan kembali kepada ajaran Allah SWT. Kemudian bagi manusia yang sombong, cobaan yang datang akan membuatnya menjadi semakin berpaling dari Allah. Sebab ia akan merasa menjadi orang yang paling menderita. Kemudian ia akan berputus asa.<sup>54</sup>

Adapun tujuan ayat di atas adalah bertujuan untuk memperingati orang-orang yang beriman adanya ujian-ujian dalam hidup dan musibah yang datang silih berganti adalah hal yang wajar saja terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Dan janganlah pernah merasa takut akan kelaparan sampai-sampai kekurangan makanan. Sungguh dibalik semua itu akan ada hikmah bagi orang-orang yang bersabar dalam menjalaninya.

### 3. Berkeluh kesah dalam term “syahiqun” (شهيق)

QS. Hud [11]: 106

فَأَمَّا الَّذِينَ شَقُّوا فِي النَّارِ هُمْ فِيهَا زَفِيرٌ وَشَهِيقٌ ﴿١٠٦﴾

“Adapun orang-orang yang celaka, maka (tempatny) di dalam

---

<sup>54</sup> Lasa Hs, *Surga Ikhlis Luruskan Hati Raih Kebahagiaan Sejati* (Yogyakarta: Jogja Great, 2009), hlm. 13.

*neraka, di dalamnya mereka mengeluarkan dan menarik nafas (dengan merintih)”*.

Ayat di atas menjelaskan bahwa Allah SWT menerangkan orang-orang yang termasuk golongan orang yang celaka. Karena pada waktu mereka di dunia telah merusak akidahnya. Kemudian mengikuti orang-orang yang perbuatannya sesat. Sehingga pudar dan padamlah cahaya imannya sampai bergelimang dosa sepanjang masa. Mereka itu akan dimasukkan ke dalam neraka. Kemudian akan merasakan azab yang pedih, seperti halnya seekor himar yang mengeluarkan dan memasukkan nafasnya yang disertai rintihan dan teriakan yang amat keras. Kemudian apabila hidupnya sengsara, janganlah menyalahkan orang lain. Sejatinya kebahagiaan atau kesengsaraan, datangnya dari diri sendiri.<sup>55</sup>

Adapun tujuan ayat di atas hendaklah untuk tidak melakukan hal-hal yang membuat celaka dan membuat iman terus menurun akibat kesalahan yang salah dalam beramal. Dan janganlah terlalu merintih dengan tangis sampai tersedu-sedu (tangis yang bergetar hebat dalam dada) atas apa yang telah diperbuat. Karena balasan yang Allah berikan, semua adalah balasan dari apa yang telah diperbuat selama di dunia.

#### 4. Berkeluh kesah alam term “*lau*” (لَوْ)

QS. Ali Imran [03]: 168

---

<sup>55</sup> Hassan Syamsi Pasha, *Menuju Bahagia* (Jakarta: Qisthi Press, 2006), hlm. 9.

الَّذِينَ قَالُوا لِإِخْوَانِهِمْ وَقَعَدُوا لَوْ أَطَاعُونَا مَا قُتِلُوا ...

*“orang-orang yang mengatakan kepada saudara-saudaranya dan mereka tidak turut pergi berperang: "sekiranya mereka mengikuti kita”.*

Ayat di atas menjelaskan orang-orang yang tidak ikut dalam perang Uhud yang telah terbunuh. Mereka dari golongan muslim maupun golongan orang munafik lainnya yang tidak ikut berperang. Kemudian mereka mengatakan kepada saudaranya yang ikut berperang dengan perkataan “sekiranya mereka (saudaranya) tidak turut pergi berperang dan mengikutinya. Pastilah mereka tidak akan terbunuh dalam peperangan tersebut. Seolah-olah mereka beranggapan bahwa mereka mampu menapik kematian. Padahal Allah lah yang telah mengatur dan menentukan segala apa aja yang ada di dunia ini. Ayat di atas juga merupakan larangan untuk mengucapkan kata seandainya atau andaikata. Ucapan demikian termasuk sifat-sifat orang munafik.<sup>56</sup>

Adapun hikmah dari ayat di atas alangkah baiknya mengatakan perkataan belasungkawa terhadap kematian atau musibah yang dialami orang lain. Kemudian dengan tidak menyalahkan keadaan dan berkata dengan perkataan andai-andai yang hanya mengikuti hawa nafsu. Karena sesungguhnya orang yang suka berandai-andai dan selalu menyesali kejadian yang telah berlalu itu sama saja ia

---

<sup>56</sup> Muhammad bin Abdul Wahab, *Kitab Tauhid* (Yogyakarta: Gunawan Tri Atmaja, 2007), hlm, 233.

mengikuti bisikan setan. Semua keadaan yang terjadi telah di atur oleh Allah dengan sebaik-baiknya. Sebagai hamba tidak patut untuk terlalu menyesalinya, karena sebaik-baik sang pencipta Dialah Allah SWT.

5. Berkeluh kesah dalam term “*yaiasu*” (يائيس)

QS. Yusuf [12]: 87

...إِنَّهُ لَا يَأْتِسُّ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾

“...*Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir*”.

Kandungan ayat di atas mengisahkan kepiluan Nabi Yakub As. Memendam kerinduan yang mendalam kepada putranya Yusuf As. Beliau menyuruh putra-putranya untuk mencari Nabi Yusuf As. Pada saat itu Yakub memperingatkan kepada anak-anaknya untuk senantiasa tidak berputus asa dari rahmat Allah SWT. Karena sifat putus asa hanya dimiliki oleh orang kafir. kemudian Allah melarang orang-orang yang berputus asa dalam melakukan segala hal yang ingin dicapai.<sup>57</sup>

Adapun tujuan ayat di atas adalah menyampaikan kepada orang-orang yang beriman. Apabila datangnya ujian pada saat itu mereka tidak mendapatkan apa yang di inginkan dan tidak mendapat apa-apa dari yang mereka perbuat. Sehingga mereka merasa kurang beruntung. Hingga membuat dirinya putus asa sampai menyakiti

---

<sup>57</sup> Nur Ahmad Fauzi, *Merajut Asa Di Tengah Ketidak Mungkin* (Jakarta: Guepedia, 2020), hlm. 172.

dirinya sendiri. Sungguh perbuatan yang seperti itu ialah termasuk kedalam kaum kafir.

## B. Faktor dan Solusi Mengatasi Keluh Kesah Dalam Al-Qur'an

Dalam al-Qur'an memang dijelaskan bahwa manusia itu suka berkeluh kesah dan selalu berada dalam kegelisihan, apabila sedang ditimpah suatu musibah. Akan tetapi ketika berkeluh kesah tidak diperbolehkan terlalu lama berada dalam keadaan seperti itu. Banyak kriteria dan alasan mengapa seorang berkeluh kesah serta solusinya dalam al-Qur'an.<sup>58</sup>

### 1. Merasa Frustasi dan lemah ketika diuji

Sebagian dari manusia ketika masalah yang dialaminya semakin besar, maka semakin tertekanlah jiwanya. Karena permasalahan yang dihadapinya semakin bertambah. Saat inilah manusia akan frustasi dan lemah. Tenaga jiwa yang terkuras membuatnya tertunduk lesu di pinggir rumah sambil merenungi yang terjadi. Kemudian al-Qur'an menjawab dalam QS. Ali Imran [03]: 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

*“janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.*

Ayat ini berkaitan dengan kekalahan umat Islam pada perang Uhud. sebagai motivasi bagi umat Islam umumnya. Dalam

---

<sup>58</sup> Agoes Noer Che, *Manusia Mengeluh Al-Qur'an Menjawab* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2018), hlm. 1.

membangkitkan semangat juang hamba-hamba-Nya, agar senantiasa berani dan tangguh menghadapi musuh dan kesusahan yang menimpanya. Dari ayat di atas juga al-Qur'an ingin memberi peringatan kepada manusia agar tidak bersikap lemah dan bersedih hati ketika menjalin kehidupan di dunia. Ketika musibah, ujian dan cobaan datang silih berganti cukup Allah sebagai tempat mengadu dan bersedu tangis. Bentengilah setiap masalah yang terjadi dengan keimanan dan kesabaran yang tangguh.<sup>59</sup>

Dalam pandangan Tafsir al-Maraghi bahwasanya ayat di atas kekalahan dalam berperang. Terkadang waktu kemenangan berada di pihak yang batil, begitu juga sebaliknya sewaktu-waktu kekalahan juga akan berpihak kepada kebaikan karena itu semua adalah sunnatullah. Sesungguhnya kemenangan hanyalah milik orang-orang yang mengetahui dan mau memelihara sebab-sebab keberhasilan dengan sebaik-baiknya seperti kesempatan dan membuat persiapan serta menyusun segala kekuatan yang ada untuk menghadapi apa yang akan datang dikemudian hari. Kemudian Allah melarang orang yang selalu merasa susah terhadap apa yang telah lewat, karena hal tersebut akan mengakibatkan seseorang kehilangan semangatnya. Sebaliknya Allah tidak melarang hubungan seseorang dengan apa yang dicintainya, yaitu harta, kekayaan, teman yang dapat memulihkan kekuatan

---

<sup>59</sup> Nur Ahmad Fauzi, *Merajut Asa Di Tengah Ketidak Mungkinan*, hlm. 154.

semangatnya.<sup>60</sup>

Adapun tujuan ayat di atas adalah jika seseorang beriman. Maka ia tidak akan pernah merasa sedih dan rugi terhadap apa saja yang menyimpannya di dunia ini. Apabila kemenangan dan kesenangan yang datang padanya maka akan dijadikan sebagai semangat untuk selalu ingat Allah dan bersyukur. Sebaliknya jika kekalahan yang menghampirinya dijadikan sebagai bahan untuk merenung dan sabar dalam menghadapinya.

Berdasarkan QS. Ali Imran 139 ayat di atas pemaparan solusinya yaitu dengan keimanan. Mengenai ayat tersebut Quraish Sihab mengatakan janganlah bersedih hati, karena kehilangan sesuatu yang disayangi akan menuju surga dan luka yang sedang dialami digantikan dengan ampunan dari Allah. Jika semuanya dibarengi dengan keimanan yang kuat dan mantap.<sup>61</sup> Keimanan disini maksudnya akidahnya lebih tinggi dan hanya menyembah kepada Allah saja. Seorang yang beriman akan ditinggikan derajatnya dan tidak akan merasa sedih karena semua itu adalah sunnatullah yang ditimpakan kepada siapa saja yang Allah kehendaki. Kemudian orang yang berusaha keras dalam melewati ujian akan mendapat balasan kebaikan.

## 2. Ketika ujian datang merasa menjadi yang paling menderita

Hidup adalah ujian, namun terkadang seseorang merasa mengalami kehidupan yang dijalannya amatlah berat. Ujian dan

---

<sup>60</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 134.

<sup>61</sup> Quraish Sihab, *Tafsir Al-Misbah Juz II* (Jakarta: Lentara Hati, 2002), hlm. 227.

cobaan datang silih berganti tiada henti. Sehingga ia merasa bahwa selalu dalam masa sulit dan tak pernah bertemu dengan kebahagiaan. Kadangkala memang untuk tumbuh menjadi baik haruslah sering merasakan kesakitan dan kesusahan terlebih dahulu. Menjadi orang yang selalu merasa menderita dapat merusak diri, karena pada saat itu timbullah fikiran-fikiran negatif yang hanya akan membawa kedalam masalah yang semakin berat. Padahal sebenarnya pada penderitaan yang dialami itu cara Allah untuk mendidik setiap makhluknya untuk bersabar atas apa yang terjadi. Karna Allah sedang menyiapkan sesuatu yang besar untuk hamba-Nya yang sedang mengalami penderitaan hidup.<sup>62</sup> Kemudian al-Qur'an menjawab dalam QS. At-Taubah [09]: 129:

فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ  
 الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

*"Jika mereka berpaling (dari keimanan), maka katakanlah: "cukuplah Allah bagiku; tidak ada Tuhan selain Dia. hanya kepada-Nya aku bertawakkal dan Dia adalah Tuhan yang memiliki 'Arsy yang agung".*

Isi kandungan at-Taubah ayat 129 menjelaskan bahwa Allah SWT adalah satu-satunya sebagai penolong. Hanya kepadanya menyerahkan segala urusan, sungguh Allah akan menolong setiap kesulitan-kesulitan yang dialami. Kemudian hanya kepadanya bertawakkal dengan cara menyerahkan segalanya disamping

---

<sup>62</sup> Deniada Fanun, *Menghancurkan Fikiran-Fikiran Negatif Dan Menjadi Pribadi Positif Bahagia* (Yogyakarta: Araska, 2020), hlm. 85.



usaha yang diperbuat. Karena Dialah yang mengatur dan melindungi segala sesuatunya.<sup>63</sup>

Pandangan Tafsir al-Maraghi tentang ayat di atas bahwa jika seseorang berpaling dan tak mau beriman kepada Allah, termasuk melaksanakan ajaran yang dibawa (Muhammad SAW). Maka katakanlah kepada dirimu "*hasbiyallah*" (cukuplah Allah bagiku). Karena Allah lah yang menolong setiap hambanya, dan mencukupi terhadapmu dari orang-orang yang berpaling dengan segala akibatnya. Yakni permusuhan dan orang-orang yang mencegah orang lain dari jalan Allah. Karena kamu sudah menyampaikan wahyu Allah tanpa melalaikannya. Kemudian tidak ada yang berhak disembah selain Allah, untuk memanjatkan doa memohon pertolongan hanya kepada-Nya. Dan Allah sajalah maha mencukupi dan maha penolong. Bertawakkallah semata karena Allah serta menyerahkan segala urusan disamping usaha yang diperbuat. Karena Allah adalah sebaik-baik tempat meminta dan memohon pertolongan.<sup>64</sup>

Adapun tujuan ayat di atas menjelaskan pelajaran kepada manusia untuk tidak ragu dan khawatir dalam menjalankan tugas dan kewajiban agama yang telah Allah tentukan. Meski banyak orang yang tidak mau menerima kebenaran akan adanya Islam. Dimana saat banyaknya orang berlomba-lomba dalam kemegahan dan kemewahan harta. Cukupkanlah dirimu hanya bergantung kepada Allah, maka

---

<sup>63</sup> Daen Naja, *Hidup Bersama Rasulullah Shallallahu 'Alaih Wasallam* (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2020), hlm. 518.

<sup>64</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 100.

engkau akan mampu melalui ujian kesengsaraan dan kelimpahan dengan baik.

Berdasarkan QS. At-Taubah ayat 129 di atas pemaparan solusinya yaitu cukuplah Allah penolong bagimu agar tidak ragu, waswas dan khawatir dalam menjalankan tugas dan kewajiban agama, meski banyak orang tidak menerima kebenaran Islam. Disaat banyaknya orang berlomba-lomba dalam kemegahan dan kemewahan harta serta berlomba dalam banyaknya keturunan. Cukuplah dengan mensyukuri apa yang telah Allah berikan dan cukuplah Allah sebagai kepunyaanmu. Bertawakkallah kepada-Nya karena itu merupakan kunci kemenangan dalam menghadapi segala kesulitan dan benteng yang kuat dalam menghadapi musuh. Sungguh orang-orang yang bertawakkal akan beruntung.

### 3. Ketika Merasa Tidak Mendapatkan Apa Yang Diinginkan

Meraih apa yang diimpikan dan diinginkan tidaklah mudah, memang haruslah dengan kerja keras dan berusaha untuk mencapainya. Orang yang bekerja keras dengan semangat yang tinggi, kemungkinan besar mendapatkan hasil yang maksimal dibanding dengan orang yang usahanya biasa-biasa saja. Bukan berarti tidak bisa dicapai oleh orang yang usahanya biasa-biasa saja, akan tetapi keinginan besar bisa dicapai oleh siapa saja. Orang yang sudah berusaha keras, andai pun tidak mendapatkan apa yang diinginkan bukan berarti jadi masalah.

Karena proseslah yang lebih penting.<sup>65</sup>

Terkadang sebagian manusia menganggap bahwa sesuatu yang tampak memberatkan dan tidak menyenangkan dianggap sebagai masalah, akan tetapi mampu membawamu untuk mendekati diri kepada Allah SWT. Karena sejatinya masalah itu adalah anugrah bagi setiap orang. Sebab dengan adanya masalah akan semakin mengenal Allah, dikarnakan tujuan dari hal yang menyenangkan yang Allah timpakan kepada hamba-Nya adalah untuk mengujinya, apakah dengan ujian itu ia kembali kepada Allah atau malah mengeluh atas apa yang terjadi. Sebaliknya sesuatu yang dianggap menyenangkan dan baik, malah membuat jauh dari Allah, dalam hal ini sejatinya anugrah akan menjadi masalah bagi setiap orang. Sebab dengan anugerah itu semakin membuat jauh dari Allah.<sup>66</sup> Kemudian al-Qur'an menjawab dalam QS. Al-Baqarah [02]: 216:

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا

تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾

*“Diwajibkan atas kamu berperang, padahal berperang itu adalah sesuatu yang kamu benci. boleh Jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui”.*

<sup>65</sup> Sulaiman Tripa, *Berhenti Mengeluh*, hlm. 131.

<sup>66</sup> Yusrina Sri, *Ada Yang Salah Dengan Hidupku* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2021), hlm. 60.

Ayat di atas memiliki makna tentang indahnya sebuah keridhaan. Orang yang ridha berarti ia memiliki keimanan yang kuat. Ridha dengan ketetapan yang Allah berikan akan mendapat tempat mulia di sisi Allah. Seseorang yang ridha akan lebih siap dalam menghadapi berbagai ujian yang datang. Pada dasarnya setiap masalah yang sedang dialami, belum tentu sesulit yang dibayangkan. Hanya saja terkadang sebagian orang mempersulit keadaannya. Seperti terlalu lama memikirkannya, tanpa berusaha mencari solusi. Jangan membebani diri dengan berbagai masalah. Terkadang tanpa disadari masalah takkan pernah usai, ia akan bergilir seiring berjalannya waktu. Apabila hari ini sudah melewati masalah, maka bersiaplah dengan masalah selanjutnya. Kemudian persiapkan diri dengan baik dan jangan sampai berputus asa.<sup>67</sup>

Kemudian al-Maraghi memberikan pandangan bahwa ayat di atas juga mewajibkan untuk memerangi orang kafir secara fardhu kifayah. Dalam artian apabila sebagian kaum muslimin telah melakukannya. Maka cukuplah dengan hal itu bagi mereka dan tidak harus semua melakukannya. Kecuali apabila musuh telah memasuki Negara Islam dan berusaha untuk menundukkannya. Maka hukumnya menjad fardhu 'ain (kewajiban setiap orang). Firman Allah *wahuwa kurhun lakum* artinya kamu merasa berat sekali sebab peperangan adalah sesuatu yang paling tidak disenangi. Karena pada peperangan

---

<sup>67</sup> Sulaiman, *Ubah Masalah Jadi Berkah* (Sukabumi: CV Jejak, 2019), hlm. 77.

memerlukan pengorbanan harta maupun jiwa.

Adapun perbuatan yang tidak disukai oleh manusia secara ikhlas, tetapi dilakukan juga. Karena mengharapkan manfaat di kemudian hari. Demikian pula terdapat banyak hal yang secara naluriah dianggap nikmat, tetapi tidak dilaksanakan. Dikarenakan takut merasakan sakit dan tertimpa bahaya apabila melakukan hal tersebut. Dalam jihad ada kesamaan dengan masalah tersebut. Apabila meninggalkan jihad memang dapat terhindar dari kematian dan bahaya. Tetapi meninggalkan jihad juga mengundang bahaya dan kerusakan. Yakni orang-orang kafir akan berhasil menguasai negara-negara Islam. Harta mereka akan dikuasainya sampai wanita-wanita mereka pun akan diperlakukan dengan semena-mena.<sup>68</sup>

Adapun tujuan ayat di atas adalah meskipun sesuatu pekerjaan itu bukan yang disukai, jika karena melakukan itu mendapatkan sesuatu yang baik maka lakukanlah. Karena belum tentu pekerjaan yang buruk menurut pandangan mata manusia akan tetapi mendapatkan hasil yang baik disisi Allah. Oleh karena itu manusia wajib melakukan apa yang diperintahkan oleh Allah SWT dengan mengharap keridhaan-Nya..

Berdasarkan QS. Al-Baqarah ayat 216 di atas pemaparan solusinya yaitu perbuatan yang dibenci oleh manusia, karena ada kesulitan. Namun perbuatan buruk yang disenangi manusia atas dasar

---

<sup>68</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 230-232.

kemudahan dan kenikmatan yang ternyata buruk. Ayat ini juga mengingatkan manusia bahwa Allah lebih mengetahui akibat dari segala sesuatu. Seseorang tidak akan pernah mengetahui bahwa sesuatu yang dibenci kadang datang bersamaan dengan hal yang dicintai dan dibenci. Setiap apa yang ada di balik hal-hal yang dicintai dan dibenci, hanya Allah yang tahu. Sebab tak ada seorang pun yang akan mengetahui apa yang terjadi hari esok.

#### 4. Ketika Ujian Datang Silih Berganti dan Bingung Harus Berbuat Apa

Sering kali saat mendapat musibah, sebagian orang merasa bahwa ia adalah orang termalang di dunia. Seketika keluarlah kata keluh kesah seolah apa yang menyimpannya adalah sesuatu yang sangat buruk. Kemudian ia akan merasa kecewa, sedih, dan seolah dunia mau kiamat. Semua yang dialaminya seolah-olah tidak ada jalan keluarnya sampai ia bingung dan tidak tau harus berbuat apa.<sup>69</sup>

Hidup memang terus berjalan hanya tinggal menjalani sesuai dengan rencana yang Allah berikan. mau tidak mau, siap tidak siap harus dijalani apa saja yang tengah dihadapi. Keluhan-keluhan yang tengah dirasakan semua makhluk haruslah disandarkan kepada Allah SWT. Karena sesungguhnya dia adalah sang pencipta dan yang maha membolak-balikkan hati.<sup>70</sup> Kemudian al-Qur'an menjawab dalam QS. Al- Baqarah[02]: 286:

---

<sup>69</sup> Andi Sri Suriati Amal, *Role Juggling Perempuan Sebagai Muslimah, Ibu, Dan Istri* (Jakarta: PT Gramedia, 2013), hlm. 32.

<sup>70</sup> Sinar Nur Arbiah Hikmah, *Bimbang, Bingung, Entah Mau Bagaimana* (Jakarta: Guepedia, 2017), hlm. 68.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ...

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya...”*

Maksud ayat di atas adalah setiap kesulitan yang menimpa seseorang tidak akan pernah diluar batas kemampuannya. Allah memberikan suatu ujian kepada hamba-Nya. Karena Allah yakin seseorang tersebut mampu untuk melaluinya. Apabila setiap masalah dan ujian yang tengah dihadapi diterima dengan kesabaran. Maka Allah memberikan pahala dan ganjaran atas apa yang telah diperbuatnya. Allah juga memberikan siksa terhadap kejahatan yang dilakukan. Kemudian dalam melakukan hal apapun manusia diminta pertanggung jawaban oleh Allah. Maka manusia harus mengerjakan sesuatu yang diperbolehkan dan menjauhi apa-apa yang dilarangnya.<sup>71</sup>

Kemudian Ahmad Musthafa al-Maraghi berpandangan bahwasanya Allah tidak akan menguji seseorang diluar batas kemampuannya. Ada ayat yang maknanya sama dengan ayat atas:

...يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ...

*“...Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu...”*

---

<sup>71</sup> Moch. Cholid Wardi, *Potret Ibadah Para Pekerja* (Surabaya: CV. Jakad Media Publishing, 2020), hlm. 24.

Ayat ini jelas mengandung berita baik dikemudian hari apabila kaum Mu'min menerima tugas-tugas dari Allah agar dilaksanakan dan ditaati. Ayat ini juga merupakan sentuhan rahmat dan karunia dari Allah. Karena hanya Dia yang membebani mereka dengan hal-hal yang mudah dilaksanakan, tetapi sulit bagi mereka melaksankannya.

Fitrahnya manusia ialah senang kepada kebaikan yakni apabila ia melakukan kejahatan adalah dalam keadaan terpaksa atau terdesak. Karena kebaikan itu sudah menjadi naluri manusia yang telah tertanam dalam jiwanya. Maka ketika mengerjakannya pun tidak akan ada kata keterpaksaan ataupun keberatan. Misalnya beribadah kepada Allah SWT yaitu sebagai tanda syukur kepada-Nya. Karena itu adalah merupakan perbuatan baik. Sedangkan perbuatan buruk, maka dalam hal itu akan melibatkan jiwa manusia kepada sesuatu yang bukan fitrah dan wataknya. Tentu perbuatan ini dibenci dan dipandang hina.<sup>72</sup>

Adapun tujuan ayat di atas bahwasanya seseorang akan menerima pahala dari kebaikan yang dilakukannya. Dan ia pun akan menerima siksaan sebagai balasan dari kejahatan yang telah dilakukannya. Jadi setiap kejadian yang Allah timpakan kepada hambanya haruslah diterima dengan lapang hati. Karena setiap ujian pasti ada hikmahnya. Dan Allah juga tidak akan memberikan suatu musibah atau kaadaan yang buruk kepada hambanya melainkan sesuai dengan kesanggupannya.

---

<sup>72</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 147-148.



Berdasarkan QS. Al-Baqarah ayat 286 di atas pemaparan solusinya yaitu penegasan terhadap manusia bahwa seseorang akan mendapat pahala atau kebajikan dari apa yang diusahakannya. Seberat apapun ujian yang sedang menimpa, sebesar itulah kekuatan yang ada dalam dirimu. Karena Allah telah mengatur dan menakar berat ringannya setiap ujian yang Allah timpakan kepada seorang hamba. Beban yang lebih tidak akan Allah berikan kepada orang-orang yang lemah. Lemah disini maksudnya lemah keimanannya. Allah juga akan memberikan ujian sebesar kemampuan untuk menjingjing dan menyelesaikannya.

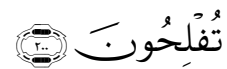
#### 5. Ketika Ujian dan Musibah yang Berat Menimpa

Hidup memang penuh dengan ujian yang silih berganti. Ketika musibah atau ujian menimpa seseorang, Walaupun kadarnya berbeda satu dengan yang lainnya. Tergantung sejauh mana keimanan seseorang, sehingga itu akan berbanding lurus. Di waktu iman naik maka cobaan yang datang pun akan semakin berat. Demikian juga sebaliknya, semakin menurun keimanan seseorang maka cobaannya pun akan berkurang. Dan inilah yang menjadi proses menguji kesabaran, dan seberapa besar keimanan seseorang dalam menghadapi ujian yang dihadapinya.<sup>73</sup> Kemudian al-Qur'an menjawab dalam QS. Ali Imran [03]: 200:

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ

---

<sup>73</sup> Ummu Ahya, *Narasi Cinta Di Balik Ujian-Nya* (Jakarta: Puspa Swara, 2020), hlm. 52.



*“Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung”.*

Ayat di atas menjelaskan perintah kepada orang-orang yang beriman untuk bersabar. Yaitu sabar dalam menghadapi musibah, sabar dalam menjauhi maksiat dan sabar melakukan ketaatan terhadap perintah Allah. Dalam ayat ini dijelaskan manusia harus menguatkan kesabarannya terhadap apa yang dihadapinya. Kemudian kesabaran yang diiringi dengan segala ikhtiar, mencari cara untuk keluar. Setelah selesai dengan satu cobaan, bukan berarti masalah lain tidak akan muncul. Allah ingin meningkatkan keimanan seorang hamba, supaya mempersiapkan diri apabila sewaktu-waktu Allah memberikan cobaan lain. kemudian Allah juga menyuruh manusia untuk selalu bertawakkal kepada-Nya.<sup>74</sup>

Kemudian Ahmad Musthafa al-Maraghi berpandangan bahwa ayat di atas menjelaskan kepada manusia untuk bersabar dalam menghadapi berbagai kekerasan dan kesengsaraan hidup di dunia seperti penyakit, kemiskinan, dan perasaan takut. *Wa shabiru* maksudnya bertahanlah dalam menghadapi hal-hal yang tidak kalian sukai yang datang dari orang-orang selain dirimu. Dalam hal ini yaitu dikategorikan seperti orang-orang yang menahan derita akibat disakiti

---

<sup>74</sup> Muhammad Sholikhin, *The Power Of Sabar* (Surakarta: Tiga Serangkai, 2009), hlm. 22.

oleh keluarga dan tetangga. Kemudian tidak mau membalas dendam terhadap orang yang pernah menyakitinya. Kata *at-Taqwa* maksudnya mampu menahan diri dari hal-hal yang membuat Allah murka dan marah. Yakni segala ketentuan yang Allah berikan haruslah dibarengi dengan sabar dan bertawakkal kepada Allah.<sup>75</sup>

Adapun tujuan ayat di atas adalah perintah kepada orang-orang yang beriman untuk bersabar dalam menjalani hidup di dunia. Bersabar terhadap kenikmatan-kenikmatan sesaat dan terlaknat. Karena musuh yang paling berat adalah diri sendiri. Yang mana dalam diri manusia terdapat musuh yaitu hawa nafsu yang akan mendorong manusia untuk menyukai hal-hal yang sifatnya kesenangan saja tanpa memikirkan perbuatan itu terlarang atau tidak. Kemudian membuat manusia terlena tanpa memperdulikan akhirat.

Berdasarkan QS. Ali Imran ayat 200 di atas pemaparan solusinya yaitu bersabar dalam menjalani hidup di dunia ini. Karena sabar merupakan senjata untuk menaklukkan hawa nafsu untuk senantiasa bersabar dalam menjalankan agamanya. Dengan kesabaran yang dikuatkan, seseorang tidak akan lupa diri saat bahagia, tidak merasa putus asa saat kesusahan, tidak putus harap saat ditimpa ujian.

Kemudian selalu bertawakkal kepada Allah SWT dengan semua keadaan yang dialami. Sungguh orang-orang yang bertawakkal akan memperoleh keberuntungan.

---

<sup>75</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 305.

## 6. ketika Selalu Merasa Serba Kekurangan

Manusia hidup di dunia pada dasarnya tidak pernah merasa cukup dengan apa yang dimilikinya. Misal ketika seorang anak baru pulang sekolah. Tentu sang anak akan merasa lapar dan ingin makan. Tanpa berusah payah lagi memasak karena sudah dimasakkan oleh ibunya, sang anak tinggal makan saja. Namun, karena masakan ibunya kurang enak dan kurang cocok dengan selernya kemudian ia mengeluh bahkan marah-marah. Padahal perlu disadari pentingnya untuk bersyukur, karena masih banyak orang yang diluar yang untuk makan saja dia masih kebingungan.<sup>76</sup>

Memang begitulah manusia ketika ia diberi sesuatu, ia menginginkan yang lebih lagi. Dan semakin manusia sanggup mendapatkan sesuatu yang diinginkannya. Maka semakin tinggi pula keinginannya yang lain. Manusia tidak pernah merasa cukup. Manusia selalu merasa kekurangan terhadap apa yang telah didapatnya. Kemudian al-Qur'an menjawab dalam QS. Ibrahim [14]: 7:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ<sup>ط</sup> وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

*“Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan, sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka Sesungguhnya azab-Ku sangat pedih”.*

Dalam ayat ini Allah SWT kembali mengingatkan hamba-Nya

<sup>76</sup> Ahfa Waid, *Maaf Tuhan Saya Khilaf* (Jakarta: Diva Press, 2020), hlm. 39.

untuk senantiasa mensyukuri segala nikmat yang telah dilimpahkan-Nya. Maka dalam keadaan seperti ini Allah akan menambah kembali nikmat dari apa yang telah diberikan sebelumnya. Sebaliknya bagi orang-orang yang mengingkari dan tidak mau mensyukuri nikmat yang Allah berikan. Allah akan menimpakan azab yang sangat pedih.<sup>77</sup>

Dalam kehidupan sehari-hari saja dapat dilihat bahwa orang yang dermawan yang mau menginfakkan hartanya untuk menolong orang dan kepentingan umum. Umumnya tidak akan pernah jatuh miskin atau pun sengsara. Karena rezeky yang dimiliki selalu di infakkan atau diberikan kepada yang membutuhkan. Allah akan ganti dengan yang lebih. Baik itu dari segi harta maupun kebahagiaan serta kedamaian dalam hidupnya. Sebaliknya jika orang yang kaya berlimpah harta, akan tetapi kikir dan suka menggunakan kekayaannya untuk hal yang tidak diridhai oleh Allah SWT. seperti judi, riba, dan mmenghamburkan uang diluar kebutuhan. Maka kekayaan yang dimilikinya tidak akan pernah kekal, bahkan akan semakin berkurang.

Ahmad Musthafa al-Maraghi berpandangan bahwa ayat di atas memeberitahukan dalam hidup manusia harus selalu bersabar dan bersyukur. Terdapat keesaan dan kekuasaan Allah terhadap setiap orang yang selalu bersabar ketika menghadapi cobaan dan ujian serta selalu bersyukur dalam menerima karunia dan pemberian dari Allah. Kemudian ayat diatas juga memberitahukan kepada manusia apabila

---

<sup>77</sup> Asrifin An Nakhrawie, *Keutamaan Dan Rahasia Tawakkal* (Surabaya: Pustaka Media, 2020), hlm. 50.

mereka pandai bersyukur atas nikmat yang Allah berikan, niscaya akan Allah tambahkan nikmat itu. Akan tetapi apabila manusia mengingkari nikmat yang diberikan, maka akan ada balasan atas apa yang telah diperbuatnya.<sup>78</sup>

Adapun tujuan ayat di atas adalah Allah mengingatkan kembali kepada hamba-Nya untuk senantiasa bersyukur atas segala nikmat yang telah dilimpahkan. Karena jika tidak bersyukur dengan keadaan yang dialaminya maka akan ada balasan apabila ia mengingkari atau kufur terhadap nikmat yang Allah berikan.

Berdasarkan QS. Ibrahim ayat 7 di atas pemaparan solusinya yaitu untuk senantiasa bersyukur atas segala nikmat yang telah dilimpahkan Allah SWT. Bersyukur disini sebagai ungkapan terimakasih baik itu bersyukur dengan hati, lisan, dan perbuatan. Semisal seperti bersyukur kepada Allah atas rezeki yang Allah limpahkan dan bersyukur atas nikmat kesehatan. Setiap keadaan yang tengah dihadapi semestinya harus selalu mensyukurinya. Allah akan menambah nikmat yang lebih dari apa yang telah kamu dapatkan.

#### 7. Perasaan Benci Bila Bertemu Dengan Kesulitan

Inilah yang menjadi sifat dasar manusia, hanya menginginkan kenikmatan saja, sementara yang susah selalu dianggap jadi masalah. Apabila melihat orang meraih kesuksesan. Sementara perjuangan ketika ingin mencapai kesulitan selalu diabaikan. Ingin sukses tetapi tidak

---

<sup>78</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 293.

mau gagal. Ingin banyak uang namun tidak mau melewati masa-masa sulit dalam bekerja. Manusia selalu menginginkan sesuatu dari dorongan hawa nafsunya. Hingga selalu menganggap setiap yang susah masalah dan setiap kesulitan yang datang mereka akan mengeluh. Kemudian al-Qur'an menjawab dalam QS. Al-Insyirah [94]: 5-7:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ



*“Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”.*

Dalam ayat ini Allah SWT menegaskan bahwa manusia akan diuji semasa hidupnya. Namun dibalik ujian yang diberikan oleh Allah, manusia harus yakin pasti ada hikmah dibalik semuanya. Ayat diatas juga menjelaskan kenikmatan didunia maupun diakhirat bukan datang secara tiba-tiba, semua itu Allah berikan semata-mata hanya ingin menguji kesabaran hamba-Nya dalam menerima ujian dan cobaan yang tengah dihadapinya. Karena setiap kesulitan pasti akan ada kemudahan. Apabila telah selesai dari suatu urusan, tetaplah bekerja keras untuk yang lain.<sup>79</sup>

Kemudian Ahmad Musthafa al-Maraghi berpandangan bahwa sesungguhnya dalam setiap kesempitan atau kesulitan ada jalan

---

<sup>79</sup> Imas Mulyasari, *21 Kata Pengungah Jiwa* (Sumatra Barat: CV. Wonderland Family Publisher, 2021), hlm. 159.

keluarnya. Meski sekalipun menggunakan sarana yang tidak memadai. Seseorang bisa meraih apa yang menjadi dambaan hatinya jika dibarengi dengan kesabaran dan tawakkal kepada Tuhannya. Dan demikianlah sikap Muhammad SAW sebelum dan sesudah masa kenabiannya apabila dihimpit kesempitan oleh perlakuan kaumnya. Tetapi hal seperti itu tidak pernah menggoyahkan tekad beliau dan tidak pula mengendorkan semangatnya. Bersabar atas permusuhan dan tetap melaksanakan dakwahnya serta bertawakkal kepada tuhannya. Karena mengharapkan pahala dengan rela menghadapi segala masalah demi membela agama Allah.

Jika seseorang telah memiliki tekad yang bulat serta upaya yang sungguh-sungguh untuk keluar dari kesulitan. Maka menghadapi segala kesulitan dengan bersabar, niscaya akan memperoleh kemenangan. Kemudian jika kamu telah selesai melakukan suatu pekerjaan, maka berusahalah kamu untuk melakukan pekerjaan selanjutnya. Sungguh dalam kesabaran ada kenikmatan yang menyenangkan dan melapangkan dada.<sup>80</sup>

Adapun tujuan ayat di atas adalah menjelaskan bahwa tidak ada kesulitan yang tidak bisa diselesaikan. Jika jiwa seseorang bersemangat keluar dari permasalahan dan memecahkannya dengan akal pikiran serta bertawakkal sepenuhnya kepada Allah SWT. Pastilah semuanya akan bisa diselesaikan sekalipun berbagai godaan, hambatan

---

<sup>80</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 335-336.



dan rintangan datang silih berganti. Namun pada akhirnya akan berhasil meraih kemenangan atas kesabarannya dalam menghadapi suatu permasalahan.

Berdasarkan QS. Al-Insyirah ayat 5-7 di atas pemaparan solusinya yaitu mengingatkan manusia agar tidak terlalu khawatir bila sedang ditimpa suatu musibah dan tidak boleh berputus asa terhadap kesulitan yang datang. Karena setelah kesulitan akan datang kemudahan atau bersama kesulitan ada kemudahan. Setiap kesulitan yang dialami manusia pasti ada jalan keluarnya. Kemudian ayat di atas juga peringatan bagi manusia agar tidak terpaku pada satu situasi saja. Manusia harus giat dalam berusaha, karena rahmat Allah tidak akan ada habisnya. Oleh karena itu jika menemukan kesulitan dalam setiap usaha dan kerja. Maka carilah kemudahan dari kesulitan yang akan membawa kepada kesuksesan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian sebelumnya penulis berkesimpulan:

1. Keluh kesah yang dimaksud al-Qur'an yaitu perasaan sedih yang disebabkan cobaan dan ujian yang datang silih berganti, perasaan takut sampai mengkhawatirkan segala sesuatunya tanpa henti sambil merintih atas apa yang terjadi. Berkeluh kesah merupakan ungkapan rasa ketidakpuasan atas apa yang telah didapatkan atau suasana yang menyatakan susah, sedih karna penderitaan, kesakitan, kekecewaan, dan sebagainya yang sedang dialami. sifat ini pada mulanya digerakkan oleh iblis dan setan, sama sekali tidak boleh berlarut diikuti. Adapun penyebab keluh kesah adalah kurangnya rasa sabar, tidak mau menerima realita yang ada, dan terlalu sempit dalam memandang suatu masalah. Kemudian bahaya dari keluh kesah adalah melemahkan iman, merusak jiwa dan pikiran, menumbuhkan sikap iri dan dengki, serta mendekatkan diri kepada kesyirikan.
2. Faktor yang menyebabkan seseorang berkeluh kesah adalah kurangnya keimanan, kesabaran dan ketakwaannya dalam menghadapi cobaan dan ujian yang diberikan Allah SWT. Kemudian solusi mengatasi keluh dalam al-Qur'an yaitu dengan memantapkan keimanan, kesabaran dan ketakwaan kepada Allah SWT.

**B. Saran**

1. Supaya manusia lebih memperkuat keimanannya.
2. Supaya manusia sabar dan ikhlas dalam menghadapi ujian dan cobaan.
3. Supaya manusia bertawakkal kepada Allah, dengan mengembalikan segala urusan disamping usaha yang diperbuatnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Qadir Isa. *Hakekat Tasawuf*. Jakarta: Qisthi Press, 2005.
- Abu Husain Muslim bin Al-Hajj. *Shahih Muslim*. Arab Saudi: Darul Mugni, 1998.
- Achmad Warson Munawwir dan Muhammad Fairus. *Kamus Munawwir Versi Indonesia-Arab*. Surabaya: Pustaka Progressif, 2007.
- Agoes Noer Che. *Manusia Mengeluh Al-Qur'an Menjawab*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2018.
- Ahfa Waid. *Maaf Tuhan Saya Khilaf*. Jakarta: Diva Press, 2020.
- Ahmad Mustafa Al-Maraghi. *Tafsir Al-Maraghi*. Semarang: PT Karya Toha Putra, 1986.
- . *Tafsir Al-Maraghi*. Semarang: PT Karya Toha Putra, 1987.
- Ahmad Muzakir. *Sapu Jagat Keberuntungan*. Jakarta: PT Alexander Koputindo, 2018.
- Ahmad Warson Munawwir. *Al-Munawwir Kamus Arab Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progressif, 1984.
- Aidh Al-Qarni. *La Tahzan*. Jakarta: Qisthi Press, 2004.
- Aina Noor Habibah. “Karakteristik Sifat Manusia Menurut Penafsiran Sayyid Qutb Dan Hamka.” Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga, 2008.
- A.K. Ya Allah Tolong Aku. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010.
- Andi Sri Suriati Amal. *Role Juggling Perempuan Sebagai Musslimah, Ibu, Dan Istri*. Jakarta: PT Gramedia, 2013.
- Anhar Ansory. *Pengantar Ulumul Qur'an*. Cetakan 1. Yogyakarta: Lembaga Pengembangan Studi Islam, 2012.

- Arum Faiza, Dkk. *Stop Menjadi Manusia Mainstream*. Jakarta: PT Alexander Koputindo, 2021.
- Asrifin An Nakhrawie. *Keutamaan Dan Rahasia Tawakkal*. Surabaya: Pustaka Media, 2020.
- Asep Mulyana dan Rikky Gita Hilmawan. *Komunikasi Keperawatan*. Tasikmalaya: Langgam Pustaka, 2021.
- Daen Naja. *Hidup Bersama Rasulullah Shallallahu 'Alaih Wasallam*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2020.
- Deniada Fanun. *Menghancurkan Fikiran-Fikiran Negatif Dan Menjadi Pribadi Positif Bahagia*. Yogyakarta: Araska, 2020.
- Depdikbud. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1990.
- Eko Gunawan. *Ubah Derita Jadi Bahagia*. Cetakan pertama. Jakarta: Laksana, 2019.
- Hassan Syamsi Pasha. *Menuju Bahagia*. Jakarta: Qisthi Press, 2006.
- Ibn al-Qayyim Al-qayyim Al-Jauziyyah. *Jangan Menyerah Ada Hikmah Di Balik Musibah, Terjemahan Inayat Rasyidah*. Jakarta: Qisthi Press, 2012.
- Ibn Taimiyyah. *Gerak-Gerik Qalbu*. Bandung: Pustaka Hidayah, 2005.
- Imas Mulyasari. *21 Kata Pengungah Jiwa*. Sumatra Barat: CV. Wonderland Family Publisher, 2021.
- Izzan, Dkk. *Tafsir Pendidikan*. Jakarta: Pustaka AuFa Media, 2012.
- J.R. Raco. *Metode Penelitian Kualitatif; Jenis, Karakter, Dan Keunggulannya*. Jakarta: Grasindo, 2010.
- Kementrian Agama. *Ar-Rahim Al-Qur'an Dan Terjemahan*. Bandung: CV.

- Mikhraj Khazana Ilmu, 2014.
- Khalilurahman El-Mahani. *Semua Perempuan Calon Penghuni Surga*. Jakarta: Kawah Media, 2013.
- Lasa Hs. *Surga Ikhlas Luruskan Hati Raih Kebahagiaan Sejati*. Yogyakarta: Jogja Great, 2009.
- Lisna Ekawati, Dkk. “Konsep Pendidikan Akhlak Dalam Al-Qur’an Surah Al-Ma’arij Ayat 19-35 (Kajian Tafsir Al-Maraghi)” Vol. 6 (2019).
- Moch. Cholid Wardi. *Potret Ibadah Para Pekerja*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing, 2020.
- Mohammad Nasrullah. *27 Point Sukses*. Jawa Timur: CV. Beta Aksara, 2018.
- Muhammad Ali. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Modern*. Jakarta: Pustaka Amani, 2006.
- Muhammad Jamaluddin Alqaimi Addimasyqi. *Bimbingan Untuk Mencapai Tingkat Mu’min*. Bandung: CV Diponegoro, 2003.
- Muhammad bin Ahmad bin Ahmad Abi Bakr ’Abdullah Tafsir Al-Qurthubi. *Tafsir Al-Qurthubi, Terjemahan. Muhyidin Masridha*. Jakarta: Pustaka Azam, 2008.
- Muhammad bin Abdul Wahab. *Kitab Tauhid*. Yogyakarta: Gunawan Tri Atmaja, 2007.
- Muhammad Solikhin. *The Power Of Sabar*. Surakarta: Tiga Serangkai, 2009.
- Murnisetya. *Tenaglah Masih Ada Allah*. Cetatakan. Jakarta: Gema Insani, 2020.
- Mustamir Pedak. *Mukjizat Terapi Qur’an Untuk Hidup Sukses*. Jakarta: Wahyumedia, 2009.

- Nur Ahmad Fauzi. *Merajut Asa Di Tengah Ketidak Mungkinan*. Jakarta: Guepedia, 2020.
- Nurul Zuriah. *Metodologi Penelitian Sosial Dan Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara, 2007.
- Nisa Nurun. *Wanita Dambaan Setiap Muslim*. Jakarta: Saufa, 2013.
- Putri Sawwal. *Jangan Mengeluh Jadilah Tangguh*. Yogyakarta: Laksana, 2017.
- Quraish Sihab. *Tafsir Al-Misbah Juz II*. Jakarta: Lentara Hati, 2002.
- Riri Atmajaya. *Menjadi Pemenang Saat Diuji Allah*. Jakarta: Qultum Media, 2010.
- Riswandi, Dkk. *Kilas Cerita, Harap Dan Doa Di Balik Wabah*. Yogyakarta: Mirra Buana Media, 2021.
- Robia'ah Afifah. "Tabiat Manusia Dan Terapinya Dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik Surah Al-Ma'arij Ayat 19-34)." Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021.
- Safwan Amin. *Pengantar Psikologi Umum*. Banda Aceh: Yayasan Pena, 2009.
- Sasa Sunarsa. *Penelusuran Kualitas Dan Kuantitas Sanad Qira'at Sab'*. Wonosobo: Mangku Bumi Media, 2020.
- Shodikin Alfian. *Kesempurnaan Membaca Al-Qur'an*. Surabaya: Apollo, 2004.
- Sinar Nur Arbiah Hikmah. *Bimbang, Bingung, Entah Mau Bagaimana*. Jakarta: Guepedia, 2017.
- Sulaiman. *Ubah Masalah Jadi Berkah*. Sukabumi: CV Jejak, 2019.
- Sulaiman Tripa. *Berhenti Mengeluh*. Banda Aceh: Bandar Publishing, 2019.
- Triyono. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Ombak, 2013.

- Ummu Ahya. *Narasi Cinta Di Balik Ujian-Nya*. Jakarta: Puspa Swara, 2020.
- Ulmi Miakolis. *Melangkah Lebih Maju*. Jakarta: Guepedia, 2022.
- Wahyu Utara. *Kamus Bahasa Indonesia Lengkap Dan Praktis*. Yogyakarta: Indonesiatara, 2013.
- Wenny Syawatul Hasanah. "Dampak Psikologis Keluh Kesah Dalam Al-Qur'an." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021.
- Yusrina Sri. *Ada Yang Salah Dengan Hidupku*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2021.
- Zen Abdurrahman. *Ya Allah Kok Hidupku Susah Sekali*. Yogyakarta: Diva Press, 2014.