

Ahad, 18 Jumadil Akhir 1445 H/31 Desember 2023

Muhasabah Diri di Akhir Tahun

Oleh: Taryudi, Lc., M.Ag.

1. Muhasabah atau mengoreksi diri sendiri itu perintah Baginda Nabi saw. Muhasabah sebaiknya dilanjutkan dengan melakukan perbuatan baik di dunia ini yang ditujukan untuk meraih kebahagiaan di kehidupan akhirat nanti. Orang yang bisa mengoreksi dirinya sendiri, lalu dari koreksi itu ia tergerak untuk melakukan amal saleh, Nabi saw menyebutnya sebagai *al-kayyis* yaitu manusia yang berakal.

الْكَيِّسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ ، وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ ، وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتْبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَنَّى عَلَى اللَّهِ

Dari Syaddad bin Aus r.a., Nabi saw bersabda, “Orang yang berakal adalah yang mengoreksi dirinya dan bersedia beramal sebagai bekal setelah mati. Dan, orang yang lemah adalah yang mengikuti hawa nafsunya dan mengharapkan berbagai angan-angan kepada Allah.” (HR at-Tirmidzi).

Untuk memuhasabah diri sejatinya tidaklah harus menunggu akhir tahun. Muhasabah sebaiknya dilakukan secara rutin dan terus menerus. Jika seseorang sedang berada di akhir tahun, perintah muhasabah seperti yang ada di dalam Hadis Nabi di atas, dapat dipedomani. Dengan cara, menilik apa yang telah dilakukan selama satu tahun, jika ada kekurangannya, maka ia berusaha untuk memperbaikinya di tahun berikutnya.

2. Muhasabah diri itu hubungannya dengan kalbu (hati). Kalbu akan selalu dalam keadaan baik-baik saja, jika seseorang rutin melakukan muhasabah. Sebaliknya, kalbu akan menjadi tidak baik kondisinya, jika muhasabah itu diabaikan. Kesimpulan ini disampaikan oleh Ibn al-Qayyim al-Jauziyyah (w. 751 H) dalam tafsirnya.

أَنَّ صَلَاحَ الْقَلْبِ بِمُحَاسَبَةِ النَّفْسِ، وَفَسَادَهُ بِإِهْمَالِهَا وَالْإِسْتِزْسَالِ مَعَهَا.

Terjemahannya: “Sesungguhnya baiknya (sehatnya) hati itu timbul karena muhasabah jiwa (mau mengoreksi diri). Dan, buruknya hati itu timbul karena mengabaikan dan tidak peduli pada muhasabah jiwa.”

Muhasabah sangat penting bagi kalbu, sebab dengan cara ini akan diketahui aibnya sendiri oleh dirinya sendiri, jadi bukan diketahui lewat oleh orang lain. Setelah aib itu diketahui, munculkanlah perasaan benci atas aib-aib itu. Ibn al-Qayyim menilai inilah yang disebut sebagai manfaat dari muhasabah jiwa.

وَفِي مُحَاسَبَةِ النَّفْسِ عِدَّةٌ مَصَالِحَ مِنْهَا: الْإِطْلَافُ عَلَى غُيُوبِهَا، وَمَنْ لَمْ يُطْلَغْ عَلَى عَيْبِ نَفْسِهِ لَمْ يُمَكِّنْهُ إِزَالَتُهُ، فَإِذَا اطَّلَعَ عَلَى عَيْبِهَا مَقَّنَهَا فِي ذَاتِ اللَّهِ تَعَالَى

Terjemahannya: “Muhasabah jiwa memiliki beberapa manfaat, antara lain: terlihat oleh dirinya aib-aibnya. Siapa yang tidak bisa melihat aib dirinya, ia tidak akan bisa menghapusnya. Maka, jika ia telah melihat aibnya sendiri, bencilah aib itu karena Allah Ta’ala.” []