

Sabar dan Optimisme dalam Tinjauan Hadis

Suriyati¹*, Muhammad Zulkarnain Mubhar², Siar Ni'mah³

¹Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai

^{2,3} Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam, Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai

Abstract

The patience and the optimism are attitudes that must be possessed by a Muslim. However, there are still many who have not implemented it. Both of these attitudes are important to understand well, especially to understand with the hadith of the Prophet. This is because whatever people do must refer to the main guidance, the Qur'an and the hadith of the Prophet. This research is a library research with the thematic approach of hadith. Thematic hadith in this study is mean the themes of the patience and the optimism as the main topics, then conduct a search on the hadiths related to the two. The collection of hadith data related to the patience and the optimism was obtained using the al-maktabah asy-syamilah application. The hadith data found were then analyzed by content analysis. The results of this research on the patience and the optimism are as follows: 1) the discovery of the hadiths about the patience and the optimism in the mu'tabar hadith books, 2) the meaning of the patient and optimism hadith, and 3) understanding the patience and optimism hadith accompanied by its development. These three points are the findings in this study.

Keywords: *Patience, Optimism, Hadith*

Intisari

Sabar dan optimisme merupakan sikap yang harus dimiliki oleh seorang muslim. Namun demikian masih banyak yang belum menerapkannya. Kedua sikap ini penting untuk dipahami dengan baik khususnya menjadikan hadis nabi saw. sebagai landasannya. Demikian karena apapun yang umatnya lakukan haruslah merujuk kepada tuntunan yang utama, yakni Al-Qur'an dan hadis Nabi. Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan dengan pendekatan tematik hadis. Tematik hadis dalam penelitian ini yakni menjadikan tema sabar dan optimisme sebagai topik utama, selanjutnya dilakukan penelusuran hadis terkait keduanya. Pengumpulan data hadis terkait dengan sabar dan optimisme didapatkan dengan menggunakan aplikasi al-maktabah asy-syamilah. Data hadis yang ditemukan kemudian dianalisis dengan analisis isi (content analysis). Adapun hasil penelitian tentang sabar dan optimisme ini adalah sebagai berikut: 1) ditemukannya hadis-hadis tentang sabar dan optimisme pada kitab hadis mu'tabar, 2) pemaknaan tentang hadis sabar dan optimisme, serta 3) pemahaman hadis sabar dan optimisme disertai dengan pengembangannya. Ketiga poin ini menjadi temuan dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Sabar, Optimisme, Hadis

Pendahuluan

Al-Qur'an dan sunnah adalah sumber hukum Islam. Rasulullah Saw. telah menjelaskan segala apa yang diturunkan kepadanya berupa Al-Qur'an dan sunnah Nabi untuk kebaikan umat manusia dan sebagai pegangan bagi kehidupan dunia dan akhirat (Rahman, 1995). Islam memerintahkan setiap perkara yang membawa kebaikan bagi setiap muslim pada badan, akal, agama, harta, kesehatan, maupun lainnya (Aziz, 2003). Kehidupan manusia tidak terlepas dari tekanan. Mengacu pada ajaran Islam, tekanan dapat berupa ujian atau cobaan yang datangnya dari Allah Swt. yang harus dihadapi dengan sabar Islam dan optimis juga mengajarkan bahwa cobaan sebagai alat untuk perkembangan diri menuju kearah yang lebih baik. Segala sesuatu itu ada dan akan terjadi sesuai dengan ketentuan qadha' dan

qadarnya. Ini merupakan keyakinan orang-orang Islam dan para pengikut setia Rasulullah Saw. yakni, keyakinan mereka bahwa segala sesuatu di dunia ini tidak akan pernah ada dan terjadi tanpa sepengetahuan, izin, dan ketentuan Allah Swt. (Al-Qarni, 2016).

Kemajuan IPTEK dengan segala ragamnya ternyata tidak berhasil mengangkat harkat kehidupan manusia secara hakiki, yang terjadi justru sebaliknya, banyak terjadi kegelisahan- kegelisan dan tidak bermaknanya kehidupan serta hampunya nilai spiritual (Sholeh, 2008). Apalagi sekarang meningkatnya angka depresi sehingga orang memutuskan untuk mengakhiri hidupnya, melanda seluruh dunia, tanpa membedakan letak negara. Penyakit ini menyerang siapa saja, tidak peduli ia kaya dan miskin. Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyimpulkan bunuh diri telah menjadi masalah besar bagi kesehatan masyarakat di negara maju dan menjadi masalah yang terus meningkat jumlahnya di negara berpenghasilan rendah dan sedang. Hampir satu juta orang meninggal setiap tahunnya akibat bunuh diri. Ini berarti kurang lebih setiap 40 detik jatuh korban bunuh diri.

Sumber utama kasus bunuh diri ini tidaklah lain adalah depresi, tidak menerima kenyataan hidup, mudah stres, dan tekanan ekonomi. Padahal Allah Swt. memberikan segala sesuatu kepada hambanya adalah baik, walaupun menurut kacamata manusia ia membencinya. Karena belum tentu yang dibenci manusia itu buruk baginya dan sebaliknya yang disukai manusia belum tentu baik baginya. Diiringi dengan keikhlasan menerima kenyataan hidup akan lebih baik dari pada memilih bunuh diri, Allah melarang manusia bersikap putus asa, dalam QS. Ali-‘Imrân/3: 139. Putus asa adalah sikap tercela dan dibenci Allah Swt. memberikan cobaan sesuai dengan kemampuan manusia. Realitas di lingkungan masyarakat, di sekolah, di rumah, bahkan individu masing-masing banyak terpengaruh dengan perkataan yang bernada pesimis, mudah mengeluh, tidak sabar, dan menganggap semua yang terjadi semua ini adalah bentuk kesialan. Padahal melalui ucapan yang bernada mengeluh adalah awal dari pesimisme. Betapa pentingnya ucapan yang baik sehingga mempengaruhi orang lain untuk selalu berkata baik dan berpikiran positif.

Kata atau perkataan, tidak hanya memiliki suatu arti atau makna, melainkan juga sering membangkitkan kekuatan tertentu atau malah sebaliknya. Kekuatan kata-kata (*the power of words*) kerap digunakan untuk memotivasi, baik memotivasi diri sendiri maupun orang lain (Muhammad, 2011). Demikian digambarkan dalam sebuah hadis bahwa optimisme adalah merupakan kalimat yang baik untuk diungkapkan. Hadis tersebut betapa dahsyatnya perkataan yang penuh harapan dan motivasi dapat membangkitkan kepercayaan diri dan selalu *positive thinking*. Lain halnya, dengan orang yang pesimis akan mengeluarkan kata-kata yang tidak baik dan selalu mengeluh. Berdasarkan sabda Nabi Saw. yang

terbaik adalah bersikap optimis. Sikap optimis sangat membantu dalam menghadapi kesulitan atau permasalahan, misalnya orang tidak percaya diri dalam menggapai cita-cita, mencela dirinya sendiri atau menganggap dirinya sial, menyalahkan orang lain, tidak menerima kegagalan, stres, sedih, kecewa dan depresi. Akhirnya ia mengalami keputusasaan dalam hidupnya. Dari permasalahan itu maka setiap manusia harus percaya diri dan optimis. Islam adalah agama yang sesuai dengan fitrah manusia. Islam adalah agama yang mengangkat derajat dan martabat manusia. Islam adalah agama yang sangat peduli terhadap ilmu pengetahuan.

Kunci dalam menyikapi segala problem yang mendera setiap jiwa, hati dan pikiran. Harmonisasi hati dan pikiran merupakan sumber kebahagiaan pikiran yang jernih bagaikan mata air yang mengalir deras dan membawa manusia kepada derajat yang lebih mulia, jiwa yang optimis dan harapan-harapan positif merupakan dua unsure yang mampu menciptakan pemikiran yang harmonis.

Metode

Penelitian tentang hadis sabar dan optimisme dalam kajian ini menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan tematik hadis. Pendekatan tematik hadis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah peneliti menetapkan satu topik yakni sabar dan optimisme kemudian topik ini dikaji dengan menelusuri hadis-hadis yang berkaitan. Karena itu, pengumpulan hadis terkait dilakukan dengan menggunakan aplikasi al-maktabah asy-syamilah. Dalam prosesnya, metode yang dilakukan adalah dengan metode takhrij hadis (Ervana, 2022). Setelah data hadis terkumpul, kemudian dilakukan analisis isi untuk mendapatkan sebuah kesimpulan yang komprehensif.

Hasil dan Pembahasan

1. Hadis-hadis tentang Sabar dan Optimisme

Berdasarkan hasil penelusuran terhadap hadis-hadis tentang kesabaran dan optimisme, berikut diklasifikasikan dalam tiga sub tema, yaitu:

a. Kesabaran seorang yang beriman

حَدَّثَنَا هَدَّابُ بْنُ خَالِدٍ الْأَزْدِيُّ وَشَيْبَانُ بْنُ فَرُّوخَ جَمِيعًا عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ الْمُغِيرَةِ وَاللَّفْظُ لِشَيْبَانَ حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ حَدَّثَنَا ثَابِتٌ عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Telah menceritakan kepada kami [Haddab bin Khalid Al Azdi] dan [Syaiban bin Farrukh] semuanya dari [Sulaiman bin Al Mughirah] dan teksnya meriwayatkan milik Syaiban, telah menceritakan kepada kami [Sulaiman] telah menceritakan kepada kami [Tsabit] dari [Abdurrahman bin Abu Laila] dari [Shuhaib] berkata: Rasulullah Saw. bersabda: "perkara orang mu'min mengagumkan, sesungguhnya semua perihalnya baik dan itu tidak dimiliki seorang pun selain orang mu'min, bila tertimpa kesenangan, ia bersyukur dan syukur itu baik baginya dan bila tertimpa musibah, ia bersabar dan sabar itu baik baginya (Muslim, 1993a).

حَدَّثَنَا عَفَّانٌ مِنْ كِتَابِهِ حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ حَدَّثَنَا ثَابِتٌ عَنْ ابْنِ أَبِي لَيْلَى عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَجِبْتُ لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَ الْمُؤْمِنِ كُلَّهُ لَهُ خَيْرٌ لَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ وَكَانَ خَيْرًا وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ وَكَانَ خَيْرًا

Telah menceritakan kepada kami ['Affan] dari kitabnya; Telah menceritakan kepada kami [Sulaiman] Telah menceritakan kepada kami [Tsabit] dari [Ibnu Abu Laila] dari [Shuhaib] ia berkata; Rasulullah Saw. bersabda: "Saya terkagum akan perkara seorang mukmin. Sesungguhnya seluruh perkara orang mukmin itu adalah baik baginya, dan keadaan itu tidak ada pada seorang pun kecuali pada orang mukmin. Jika ia mendapatkan kemudahan, maka ia bersyukur, dan hal itu adalah kebaikan baginya. Dan jika ia tertimpa kesempitan, maka ia akan bersabar, dan hal itu juga merupakan kebaikan baginya (Ahmad, 1969).

b. Kesabaran adalah Sebaik-baik Karunia Allah

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُوسُفَ أَخْبَرَنَا مَالِكٌ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَزِيدَ اللَّيْثِيِّ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ إِنَّ نَاسًا مِنَ الْأَنْصَارِ سَأَلُوا رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَعْطَاهُمْ ثُمَّ سَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ ثُمَّ سَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ حَتَّى نَفَدَ مَا عِنْدَهُ فَقَالَ مَا يَكُونُ عِنْدِي مِنْ خَيْرٍ فَلَنْ أَدْخِرَهُ عَنْكُمْ وَمَنْ يَسْتَغْفِرْ يُعْفِهِ اللَّهُ وَمَنْ يَسْتَعِنْ يُعْنِهِ اللَّهُ وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصَيِّرْهُ اللَّهُ وَمَا أُعْطِيَ أَحَدٌ عَطَاءً خَيْرًا وَأَوْسَعَ مِنَ الصَّبْرِ

Telah menceritakan kepada kami ['Abdullah bin Yusuf] telah mengabarkan kepada kami [Malik] dari [Ibnu Syihab] dari ['Atha' bin Yazid Al Laitsiy] dari [Abu Sa'id Al Khudriy radliallahu 'anhu] bahwa ada beberapa orang dari kalangan Anshar meminta (pemberian shodaqah) kepada Rasulullah Shallallahu'alaihiwasallam, maka Beliau memberi. Kemudian mereka meminta kembali, lalu Beliau memberi. Kemudian mereka meminta kembali lalu Beliau memberi lagi hingga habis apa yang ada pada Beliau. Kemudian Beliau bersabda: "Apa-apa yang ada padaku dari kebaikan (harta) sekali-kali tidaklah aku akan menyembunyikannya dari kalian semua. Namun barangsiapa yang menahan (menjaga diri dari meminta-minta), maka Allah akan menjaganya dan barangsiapa yang meminta kecukupan maka Allah akan mencukupkannya dan barangsiapa yang mensabar-sabarkan dirinya maka Allah akan memberinya kesabaran. Dan tidak ada suatu pemberian yang diberikan kepada seseorang

yang lebih baik dan lebih luas daripada (diberikan) kesabaran" (Al-Bukhari, 1986).

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ عَنْ مَالِكٍ بْنِ أَنَسٍ فِيمَا قُرِئَ عَلَيْهِ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَزِيدَ اللَّيْثِيِّ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ أَنَّ نَاسًا مِنَ الْأَنْصَارِ سَأَلُوا رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَعْطَاهُمْ ثُمَّ سَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ حَتَّى إِذَا نَفَدَ مَا عِنْدَهُ قَالَ مَا يَكُنْ عِنْدِي مِنْ خَيْرٍ فَلَنْ أَدَّخِرَهُ عَنْكُمْ وَمَنْ يَسْتَغْفِرْ يُعْفِّهِ اللَّهُ وَمَنْ يَسْتَغْنِ يُغْنِهِ اللَّهُ وَمَنْ يَصْرِبْ يُصْرِبْهُ اللَّهُ وَمَا أُعْطِيَ أَحَدٌ مِنْ عَطَاءٍ خَيْرٌ وَأَوْسَعُ مِنَ الصَّبْرِ حَدَّثَنَا عَبْدُ

بْنُ حُمَيْدٍ أَخْبَرَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ أَخْبَرَنَا مَعْمَرٌ عَنْ الزُّهْرِيِّ بِهَذَا الْإِسْنَادِ نَحْوَهُ

Telah menceritakan kepada kami [Qutaibah bin Sa'id] dari [Malik bin Anas] - sebagaimana yang telah dibacakan kepadanya- dari [Ibnu Syihab] dari ['Atha' bin Yazid Al Laitsi] dari [Abu Sa'id Al Khudri] berkata; Beberapa orang dari kalangan kaum Anshar sering meminta-minta sedekah kepada Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam dan mereka selalu diberi. Sehingga pada suatu ketika Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam kehabisan apa yang mereka minta. Maka beliau pun bersabda: "Selama sesuatu yang baik masih ada padaku, sekali-kali tidaklah akan kusembunyikan terhadapmu. Tetapi, siapa yang bersikap 'iffah (memelihara diri dari meminta-minta) maka Allah akan memeliharanya pula. Dan siapa yang merasa cukup dengan apa yang ada, Allah akan mencukupinya pula. Dan siapa yang sabar, Allah akan menambah kesabarannya. Tidak ada suatu pemberian yang diberikan kepada seseorang, yang lebih baik dan lebih melapangkan dada daripada kesabaran." Telah menceritakan kepada kami [Abdu bin Humaid] telah mengabarkan kepada kami [Abdurrazaq] telah mengabarkan kepada kami [Ma'mar] dari [Az Zuhri] dengan isnad ini, semisalnya (Muslim, 1993).

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْلَمَةَ عَنْ مَالِكٍ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَزِيدَ اللَّيْثِيِّ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ أَنَّ نَاسًا مِنَ الْأَنْصَارِ سَأَلُوا رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَعْطَاهُمْ ثُمَّ سَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ حَتَّى إِذَا نَفَدَ مَا عِنْدَهُ قَالَ مَا يَكُونُ عِنْدِي مِنْ خَيْرٍ فَلَنْ أَدَّخِرَهُ عَنْكُمْ وَمَنْ يَسْتَغْفِرْ يُعْفِّهِ اللَّهُ وَمَنْ يَسْتَغْنِ يُغْنِهِ اللَّهُ وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصْرِبْهُ اللَّهُ وَمَا أُعْطِيَ اللَّهُ أَحَدًا مِنْ عَطَاءٍ أَوْسَعُ مِنَ الصَّبْرِ

Telah menceritakan kepada Kami [Abdullah bin Maslamah] dari [Malik] dari [Ibnu Syihab] dari ['Atha' bin Yazid Al Laitsi] dari [Abu Sa'id Al Khudri] bahwa beberapa orang Anshar meminta kepada Rasulullah, lalu beliau memberi mereka. Kemudian mereka meminta lagi kepadanya, lalu beliau memberi mereka hingga habis apa yang beliau miliki. Beliau bersabda: "Kebaikan (harta) yang ada padaku tidak akan aku simpan dari kalian. Dan barang siapa yang menjaga kehormatan dirinya maka Allah Azza wa Jalla akan menjaga kehormatannya, dan barang siapa yang bersabar maka Allah akan

menjadikannya bersabar. Tidaklah seseorang diberi suatu pemberian yang lebih baik dan lebih luas daripada kesabaran (Daud, 1981).

حَدَّثَنَا الْأَنْصَارِيُّ حَدَّثَنَا مَعْنُ حَدَّثَنَا مَالِكُ بْنُ أَنَسٍ عَنِ الزُّهْرِيِّ عَنْ عَطَاءٍ بْنِ يَزِيدَ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ أَنَّ نَاسًا مِنَ الْأَنْصَارِ سَأَلُوا النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَعْطَاهُمْ ثُمَّ سَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ ثُمَّ قَالَ مَا يَكُونُ عِنْدِي مِنْ خَيْرٍ فَلَنْ أَذْخِرَهُ عَنْكُمْ وَمَنْ يَسْتَعْنِ يُغْنِهِ اللَّهُ وَمَنْ يَسْتَغْفِرْ يُعَفِّهِ اللَّهُ وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصَيِّرْهُ اللَّهُ وَمَا أُعْطِيَ أَحَدٌ شَيْئًا هُوَ خَيْرٌ وَأَوْسَعُ مِنَ الصَّبْرِ قَالَ أَبُو عِيسَى وَفِي الْبَابِ عَنْ أَنَسٍ وَهَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ وَقَدْ رَوَى عَنْ مَالِكٍ هَذَا الْحَدِيثُ فَلَنْ أَذْخِرَهُ عَنْكُمْ وَالْمَعْنَى فِيهِ وَاحِدٌ يَقُولُ لَنْ أَحْبِسَهُ عَنْكُمْ

Telah menceritakan kepada kami [Al Anshari], telah menceritakan kepada kami [Ma'n], telah menceritakan kepada kami [Malik bin Anas] dari [Az Zuhri] dari [Atha' bin Yazid] dari [Abu Sa'id] bahwasanya; Sekelompok orang dari kalangan Anshar meminta sesuatu kepada Rasulullah Saw., maka beliau pun memberikannya kepada mereka. Kemudian mereka meminta lagi, dan beliau memperkenalkan permintaan mereka lalu bersabda: "Jika aku memiliki sesuatu yang baik, maka aku tidak akan menyembunyikannya dan menahannya dari kalian. Barangsiapa yang merasa cukup, maka Allah akan memberinya kecukupan. Dan siapa yang bersikap iffah (menjaga kehormatan harga diri), maka Allah akan memuliakannya. Dan barangsiapa yang berusaha untuk selalu sabar, maka Allah akan memberinya kesabaran. Dan tidaklah seseorang diberi sesuatu yang lebih baik dan lapang daripada kesabaran." Abu Isa berkata; Hadis semakna juga diriwayatkan dari Anas. Dan Hadis ini adalah Hasan Shahih. Dan telah diriwayatkan pula dari Malik dengan redaksi: "FALAN ADKHARAHU 'ANKUM" namun maknanya adalah sama, ia menjelaskan, "Aku tidak akan menahannya dari kalian (At-Tirmidzi, 1994).

أَخْبَرَنَا قُتَيْبَةُ عَنْ مَالِكٍ عَنْ ابْنِ شَهَابٍ عَنْ عَطَاءٍ بْنِ يَزِيدَ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ أَنَّ نَاسًا مِنَ الْأَنْصَارِ سَأَلُوا رَسُولَ اللَّهِ فَأَعْطَاهُمْ ثُمَّ سَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ حَتَّى إِذَا نَفَدَ مَا عِنْدَهُ قَالَ مَا يَكُونُ عِنْدِي مِنْ خَيْرٍ فَلَنْ أَذْخِرَهُ عَنْكُمْ وَمَنْ يَسْتَغْفِرْ يُعَفِّهِ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصَيِّرْهُ اللَّهُ وَمَا أُعْطِيَ أَحَدٌ عَطَاءً هُوَ خَيْرٌ وَأَوْسَعُ مِنَ الصَّبْرِ

Telah mengabarkan kepada kami [Qutaibah] dari [Malik] dari [Ibnu Syihab] dari [Atha' bin Yazid] dari [Abu Sa'id Al Khudri], terdapat beberapa orang dari Anshar meminta kepada Rasulullah, lalu beliau memberi mereka. Kemudian mereka meminta lagi kepadanya, dan beliau memberi mereka hingga habis yang beliau miliki. Beliau bersabda: "Aku tidak lagi memiliki sesuatu yang baik, aku tidak menyimpannya. Barang siapa yang menjaga kehormatan dirinya, Allah Azza wa Jalla menjaga kehormatannya, dan barang siapa yang bersabar, Allah akan menjadikannya bersabar. Tidaklah seseorang diberi suatu pemberian yang lebih baik dan lebih luas daripada kesabaran (An-Nasa'i, 1964).

حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ أَخْبَرَنَا مَعْمَرٌ عَنْ الزُّهْرِيِّ عَنْ عَطَاءٍ بْنِ يَزِيدَ اللَّيْثِيِّ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ قَالَ جَاءَ نَاسٌ مِنَ الْأَنْصَارِ فَسَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ قَالَ فَجَعَلَ لَا يَسْأَلُهُ أَحَدٌ مِنْهُمْ إِلَّا أَعْطَاهُ حَتَّى نَفَدَ مَا عِنْدَهُ فَقَالَ لَهُمْ حِينَ أَنْفَقَ كُلَّ شَيْءٍ بِيَدِهِ وَمَا يَكُونُ عِنْدَنَا مِنْ خَيْرٍ فَلَنْ نَدَّخِرَهُ عَنْكُمْ وَإِنَّهُ مَنْ يَسْتَغْفِرْ يُعَفِّهِ اللَّهُ وَمَنْ يَسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصْبِرْهُ اللَّهُ وَلَنْ تُغْلِبُوا عَطَاءَ خَيْرٍ أَوْسَعَ مِنَ الصَّبْرِ حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ بْنُ عِيسَى قَالَ سَمِعْتُ مَالِكَ بْنَ أَنَسٍ عَنِ الزُّهْرِيِّ عَنْ عَطَاءٍ بْنِ يَزِيدَ اللَّيْثِيِّ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ فَذَكَرَ مِثْلَ مَعْنَاهُ

Telah menceritakan kepada kami [Abdurrazzaq] berkata, telah mengabarkan kepada kami [Ma'mar] dari [Az Zuhri] dari ['Atho` bin Zaid Al Laitsi] dari [Abu Sa'id Al Khudri], ia berkata; "Beberapa orang dari kaum Anshar datang kepada Nabi dan meminta (sedekah), lalu beliau memberikan kepada mereka." Abu Sa'id berkata; "Dan tidak seorang pun yang meminta kepadanya kecuali pasti beliau memberinya, hingga habislah apa yang ada pada beliau. Maka ketika apa yang ada pada beliau telah habis karena diinfaqkan, beliau bersabda: "Jika kami memiliki kebaikan, maka kami tidak akan menyimpannya dari kalian semua, namun barangsiapa merasa cukup maka Allah akan mencukupkan baginya, barangsiapa merasa (berusaha) kaya maka Allah akan mengayakannya, dan barangsiapa berusaha sabar maka Allah akan menjadikannya sabar. Dan sungguh, tidaklah kalian diberi suatu kebaikan yang lebih lapang dari kesabaran." Telah menceritakan kepada kami [Ishaq bin Isa] berkata; aku mendengar [Malik bin Anas] dari [Az Zuhri] dari ['Atho` bin Yazid Al Laitsi] dari [Abu Sa'id Al Khudri], lalu ia menyebutkan sebagaimana makna hadis diatas (Ahmad, 1969)

c. Optimisme itu adalah Kata-kata yang Baik

حَدَّثَنَا أَبُو الْيَمَانِ أَخْبَرَنَا شُعَيْبٌ عَنْ الزُّهْرِيِّ قَالَ أَخْبَرَنِي عُبَيْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُتْبَةَ أَنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ لَا طَيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْقَالُ قَالُوا وَمَا الْقَالُ قَالَ الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ

Telah menceritakan kepada kami [Abu Al Yaman] telah mengabarkan kepada kami [Syu'aib] dari [Az Zuhri] dia berkata; telah mengabarkan kepadaku [Ubaidullah bin Abdullah bin 'Utbah] bahwa [Abu Hurairah] berkata; saya mendengar Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Tidak ada thiyarah (menganggap sial pada sesuatu sehingga tidak jadi beramal) dan yang baik adalah Alfa'lu." Para sahabat bertanya; "wahai Rasulullah apakah Al fa'lu itu?" beliau menjawab: "Yaitu kalimat baik yang di dengar oleh salah satu dari kalian." (Al-Bukhari, 1986).

حَدَّثَنَا عَبْدُ بْنُ حُمَيْدٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ أَخْبَرَنَا مَعْمَرٌ عَنْ الزُّهْرِيِّ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُتْبَةَ أَنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ لَا طَيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْقَالُ قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْقَالُ

قَالَ الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ وَ حَدَّثَنِي عَبْدُ الْمَلِكِ بْنُ شُعَيْبٍ بْنُ اللَّيْثِ حَدَّثَنِي أَبِي عَنْ جَدِّي حَدَّثَنِي عُقَيْلُ بْنُ خَالِدٍ ح وَ حَدَّثَنِيهِ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ الدَّارِمِيُّ أَخْبَرَنَا أَبُو الْيَمَانِ أَخْبَرَنَا شُعَيْبٌ كِلَاهُمَا عَنْ الزُّهْرِيِّ بِهَذَا الْإِسْنَادِ مِثْلُهُ وَفِي حَدِيثِ عُقَيْلٍ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَمَنْ يَقُلْ سَمِعْتُ وَفِي حَدِيثِ شُعَيْبٍ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَمَا قَالَ مَعْمَرٌ

Telah menceritakan kepada kami 'Abd bin Humaid; Telah menceritakan kepada kami 'Abdur Razaq; Telah mengabarkan kepada kami Ma'mar dari Az Zuhri dari 'Ubaidullah bin 'Abdillah bin 'Utbah bahwa Abu Hurairah berkata; Aku mendengar Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Tidak ada pengaruh jahat karena burung. Dan yang paling baik adalah Al Fa'l. Lalu beliau ditanya; 'Apa itu Al Fa'l, Ya Rasulullah?' Jawab beliau; 'Kalimah shalihah (baik) yang di dengar oleh salah seorang di antara kalian.' Telah menceritakan kepadaku Abdul Malik bin Syu'aib bin Laits Telah menceritakan kepadaku Bapakku dari Kakekku, Telah menceritakan kepadaku Uqail bin Khalid Demikian juga diriwayatkan dari jalur lainnya, dan Telah menceritakannya kepadaku Abdullah bin Abdurrahman Ad Darimi Telah mengabarkan kepada kami Abu Al Yaman Telah mengabarkan kepada kami Syu'aib keduanya dari Az Zuhri melalui jalur ini dengan hadis yang serupa. Dan di dalam Hadis 'Uqail dari Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam, namun dia tidak menyebutkan 'Aku mendengar dari.' Dan di dalam Hadis Syu'aib dia berkata; 'Aku mendengar Nabi shallallahu 'alaihi wasallam' sebagaimana Hadis Ma'mar (Muslim, 1993b).

حَدَّثَنَا مُسْلِمُ بْنُ أَبِرَاهِيمَ حَدَّثَنَا هِشَامٌ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسٍ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَا عَدْوَى وَلَا طِيْرَةَ وَيُعْجِبُنِي الْقَوْلُ الصَّالِحُ وَالْقَوْلُ الصَّالِحُ الْكَلِمَةُ الْحَسَنَةُ

Telah menceritakan kepada kami Muslim bin Ibrahim, telah menceritakan kepada kami Hisyam, dari Qatadah, dari Anas, bahwa Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Tidak ada 'Adwa dan tidak ada thiyarah, aku tertarik dengan Al fa'l (optimisme) yang baik, dan optimisme yang baik adalah perkataan yang baik (Daud, 1981).

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي عَدِيٍّ عَنْ هِشَامِ الدَّسْتَوَائِيِّ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَا عَدْوَى وَلَا طِيْرَةَ وَأَحَبُّ الْقَوْلِ قَالُوا يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْقَوْلُ قَالَ الْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ قَالَ أَبُو عِيْسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ

Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Basyayar berkata, telah menceritakan kepada kami Ibnu Abu Adi, dari Hisyam Ad Dastuwa'i, dari Qatadah, dari Anas, bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Tidak ada Adwa (keyakinan bahwa penyakit bisa menular, bukan karena takdir dari Allah) atau Thiyarah (rasa pesimis), tetapi aku menyukai sikap optimis." Para sahabat bertanya, "Wahai Rasulullah, apa itu optimis?" beliau menjawab: "Kalimat yang baik." Abu Isa berkata, "Hadis ini derajatnya hasan shahih (At-Tirmidzi, 1994).

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا يَزِيدُ بْنُ هَارُونَ أَنَّ أَبَانَا شُعْبَةَ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسٍ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا عَدْوَى وَلَا طِيْرَةَ وَأُحِبُّ الْقَالَ الصَّالِحَ

Telah menceritakan kepada kami Abu Bakar bin Abu Syaibah, telah menceritakan kepada kami Yazid bin Harun, telah memberitakan kepada kami Syu'bah, dari Qatadah, dari Anas, dia berkata, "Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: ""Tidak ada 'Adwa dan Thiyarah, namun yang aku sukai adalah ucapan yang bagus" (Majah, 2015).

حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ عَنْ مَعْمَرٍ عَنِ الزُّهْرِيِّ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُتْبَةَ أَنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ لَا طِيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْقَالَ قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْقَالَ قَالَ الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ حَدَّثَنَا عَفَّانُ حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَاحِدِ بْنُ زِيَادٍ حَدَّثَنَا مَعْمَرٌ عَنِ الزُّهْرِيِّ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا طِيْرَةَ وَخَيْرُهَا الْقَالَ فَذَكَرَ مِثْلَهُ

Telah menceritakan kepada kami [Abdurrazzaq] dari [Ma'mar] dari [Az Zuhri] dari [Ubaidillah bin Abdullah bin 'Utbah] bahwa [Abu Hurairah] berkata: saya mendengar Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Tidak ada thiyaroh (tahayul, beranggapan sial karena melihat burung atau yang lainnya) tapi yang baik itu adalah Alfa'lu (rasa optimis)." Dikatakan kepada beliau; "wahai Rasulullah apa itu Al fa'lu?" maka beliau shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Yaitu kalimah yang baik yang salah satu dari kalian mendengarnya." Telah berbicara kepadaku [Affan], telah berbicara kepadaku [Abdul Wahid bin Ziyad] telah berbicara kepadaku [Ma'mar] dari [Az Zuhri] dari [Humaid bin Abdurrahman] dari [Abi Hurairah], dia berkata: Rasulullah Saw. bersabda: "Tidak ada thiyaroh dan yang baik adalah Al fa'lu (rasa optimis)." maka ia menyebutkan seperti hadis yang di atas (Ahmad, 1969).

2. Hakikat Sabar dan Optimisme

a. Sabar

Asal usul kata “sabar” ialah *al-man'u* (menahan) dan *al-habsu* (mencegah). Jadi sabar secara singkat ialah menahan jiwa dari cemas, lisan dari mengeluh dan organ tubuh dari memampar pipi. Orang sabar ialah orang yang menggabungkan dirinya dan menghimpun dari keluh kesah dan cemas (Fadli, 1999).

Sabar berasal dari bahasa Arab dengan berbagai bentuknya *sabara*, *yusbiru*, *sabran*, yang berarti bersabar, tabah berani atas sesuatu, atau *sabirun* atau *asabir*, *sabur*, yang berarti yang sabar yang tabah hati. Dalam Bahasa Indonesia, sabar berarti “tahan menghadapi cobaan, tabah, tenang, tidak terburu-buru, tidak tergesa-gesa sabar berasal dari tiga komponen huruf, yaitu *al-sad*, *al-ba'*, dan *al-ra'*. Pada dasarnya, sebuah kata yang tersusun dari ketiga huruf tersebut memiliki tiga

kandungan makna, yaitu, pemenjaraan (*al-habs*), puncak sesuatu (*a'ali al-syai'*), salah satu jenis batu, yang kuat dan kasar permukaannya (Yunus, 1973). Dengan makna pertama tersebut, dapat mengindikasikan bahwa sabar merupakan sebuah pemenjaraan hawa nafsu yang mendorong manusia untuk berbuat negatif. Dengan makna kedua tersebut, dapat mengindikasikan bahwa ketika seseorang bersabar maka ia dapat mencapai puncak dan akhir dari tujuannya, yaitu selamat di dunia dan akhirat, dan ia merupakan manusia yang tinggi kemuliannya. Dengan makna ketiga, dapat mengindikasikan bahwa sabar membuat seseorang kuat dan tegar menghadapi berbagai cobaan dan masalah kehidupan dengan sikap optimis dan berusaha mencari solusinya.

Di sisi lain, Abu Bakr al-Bagdadi berkata bahwa sabar adalah keteguhan dalam sesuatu (Hatim, 2006). Sedangkan lawan kata dari *sabr* adalah *jaz'*, keluh-kesah (Qardhawi, 1989). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, sabar dan derivasinya diartikan sebagai 1) tahan menghadapi cobaan (tidak lekas marah, tidak lekas putus asa, tidak lekas patah hati), 2) tabah: hidup ini dihadapinya, 3) tenang; tidak tergesa-gesa; 4) tidak terburu nafsu; 5) bersikap tenang (tentang pikiran, perasaan) 5) menenangkan dan menenangkan perasaan (pikiran dsb); 6) menenteramkan hati (Kemendikbudristek, 2022).

Secara sepintas, sabar dalam pembendaharaan kata bahasa Arab dan Indonesia sama dari aspek ketahanan dan sikap tenang menghadapi cobaan akan tetapi dalam pembendaharaan kata bahasa Arab lebih dalam yaitu sikap menundukkan hawa nafsu agar senantiasa konsisten dalam melakukan kebaikan dan meninggalkan kemaksiatan. Hal tersebut belum cukup karena definisi sabar semakin berkembang, walaupun secara substantif sama menurut ulama dan cendekiawan muslim tertentu. Oleh karena itu, dibutuhkan terminologi sabar berdasarkan pandangan perbagai cendekiawan muslim.

Terminologi sabar Cendekiawan muslim sepakat bahwa sabar merupakan refleksi ketahanan spritual. Akan tetapi, mereka berbeda tentang definisi utuh sabar khususnya yang berkaitan tentang teknis, pengembangan, cara, dan lain-lain. Adapun terminologi sabar berdasarkan perbagai pandangan cendekiawan muslim di antaranya sebagai berikut:

- 1) Fakhr al-Din al-Razi berkata bahwa sabar adalah membawa jiwa untuk meninggalkan sifat keluh-kesah, jika seseorang dapat mengendalikan diri dan amarahnya maka ia disebut orang yang sabar (Ar-Razi, 1420).
- 2) Zu al-Nun al-Misri sebagaimana yang dikutip oleh al-Qurtubii bahwa sabar adalah meminta pertolongan kepada Allah swt (Al-Qurthubhi, 1385).
- 3) Abu Hayyan berkata bahwa sabar adalah memenjarakan jiwa dari hal-hal yang dibenci oleh Allah swt (Hayyan, 1420).
- 4) Ibrahim al-Biq'a'i berkomentar bahwa sabar adalah kebaikan setiap kebaikan (Al-Biq'a'i, 1995).
- 5) Al-Qusyairi, sebagaimana dikutip oleh Syams al-Din al-Syurbini berpandangan bahwa sabar adalah berpegang teguh terhadap hukum-hukum Allah swt (al-Syurbini, 1285).

Demikianlah, pengertian sabar dari aspek etimologi dan terminologi para cendekiawan muslim. Sedangkan sabar menurut pandangan hadis, bahwa Nabi SAW bersabda, Sabar itu ketika pertama kali mendapat musibah, hadis ini menjelaskan bahwa kesabaran yang sempurna itu adalah kesabaran saat pertama kali mendapat musibah karena bisa dikatakan kesabaran pertama kali adalah kesabaran yang paling berat diterima.

b. Optimisme

Optimisme dalam bahasa Inggris *optimism* (harapan baik), optimistik yang artinya berharap baik (Echols, J. M., & Shadily, 1995). Dalam kamus bahasa Arab, optimisme sering disebut *al-tafa'ul*. Makna *al-tafa'ul* sebagai "*dhiddu al-tasyaa'um*" (lawan dari pesimis). Optimis lawan dari pesimis, seperti dalam bahasa Indonesia. Dalam kamus al-Munawwir, kata *al-tafâul* diartikan sebagai pengharapan nasib baik (Munawwir, 1973).

Optimisme adalah orang yang selalu berpengharapan atau berpandangan baik dalam menghadapi segala hal. Menurut Segerestrom, optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif adalah berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Lopez dan Snyder berpendapat optimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala

sesuatu akan berjalan menuju kearah kebaikan (Risnawita, R., & Ghufroon, 2010). Jadi, optimisme ialah keyakinan yang ada dalam diri seseorang bahwa segala hal yang terjadi adalah baik, selalu berharap, berpikir positif, dan tindakan yang positif.

Dilihat dari konteks historis hadis tentang bentuk optimisme ialah perkataan Ali bin Abi Thalib yang penuh harapan dan keoptimisan dalam perang Khaibar. Optimisme tidak hanya dipahami dalam peperangan saja, melainkan bisa optimisme dalam segala hal. Hadis-hadis tentang landasan dan bentuk optimisme ini membawa kesuksesan dalam menjalankan kehidupan, kesuksesan itu berbagai macam, sukses karir, cinta, kuliah, dan lainnya. Orang yang memiliki sikap optimis akan membawa dirinya kepada kesehatan jasmani dan rohani. Optimisme dalam bentuk ucapan ini sangat penting, karena akan menimbulkan berpikir positif dan perbuatan positif. Optimis dalam bentuk ucapan merupakan simbol dari optimis dalam bentuk perbuatan, optimis dalam ucapan saja sangat dianjurkan apalagi dalam bentuk perbuatan. Allah melarang manusia untuk berputus asa, karena sikap pesimis adalah akhlak tercela. Kata-kata penuh harapan tidak hanya mempengaruhi pemikiran orang lain melainkan diri sendiri. Ucapan yang buruk akan berdampak pada kesehatan tubuh, sebaliknya dengan ucapan baik diiringi dengan positive thinking serta perbuatan yang positif akan luar biasa manfaatnya yakni mendapatkan kekebalan tubuh, hati menjadi tenang dan ikhlas dalam menerima kenyataan hidup. Ucapan yang baik yang membangkitkan gairah hidup yang dikenal dengan kata-kata motivasi ini sejalan dengan para motivator yang selalu mengucapkan kalimat hasanah dalam acara televisi, seminar-seminar, dan dalam bentuk karya tulis.

3. Pemahaman Hadis Sabar dan Makna Pengembangannya

Pemahaman hadis tentang sabar ialah selalu bersyukur dan bersabar karena menganggap semua kejadian dialaminya adalah baik, sesuai dengan pengertian dan pendapat tentang hakikat sabar, yaitu menahan dan mencegah merupakan hubungan yang sangat mempengaruhi manusia menuju kesuksesan.

Di dalam hadis Nabi Muhammad saw, sabar terdiri dari tiga macam, yaitu; sabar menjalankan ketaatan, sabar menjauhi kemaksiatan, dan sabar menghadapi cobaan. Sebagai seorang hamba tentunya kita sangat butuh terhadap sifat sabar ini, karena

dengan sifat tersebut ibadah kita akan semakin sempurna. Tidaklah kita dapat istiqomah dalam ketaatan kecuali dengan sabar, tidaklah kita selalu dalam kebenaran kecuali dengan sabar menjauhi kemaksiatan, tidaklah kita tetap dalam keimanan kecuali dengan sabar menghadapi takdir. Kemudian dikaitkan dengan ayat al-Qur'an tentang kesabaran bagi orang beriman sebagaimana dijelaskan QS, al-baqarah/2: 153. Di dalam ayat ini, dikhususkan tentang pembahasan sabar dan shalat, sebab sabar merupakan amal batin yang terberat. Sabar adalah factor mental yang paling kuat pengaruhnya terhadap jiwa.

Dari berbagai ayat-ayat yang berkenaan dengan ayat-ayat sabar sebagaimana yang disebutkan dalam al-Qur'an dan hadis menganjurkan untuk bersabar dengan konteks yang berbeda-beda misalnya dalam QS, al-Baqarah/2: 45. Dalam tafsir jalalain menjelaskan ayat bahwa untuk meminta pertolongan dalam menghadapi kesulitan harus dengan jalan bersabar atau menahan diri dari hal-hal yang tidak baik melalui shalat. Pada ayat ini untuk menyatakan bagaimana pentingnya shalat itu sebagaimana hadis disebutkan bahwa jika nabi saw hatinya risau disebabkan sesuatu masalah maka beliau melakukan shalat.

Menurut Quraish Shihab menafsirkan ayat tersebut diatas sebagai langkah meraih khushyuk, ia mengurai dalam menghadapi hidup ini kesabaran dan shalat merupakan dua hal yang amat mutlak guna meraih sukses dan keduanya pun tidak mudah dikerjakan kecuali bagi yang khushyuk (Shihab, 2006). Sabar bukanlah bentuk tindakan dalam menghadapi suatu hal, tapi sabar adalah bahan bakar untuk melakukan suatu tindakan. Tindakan apapun jika dengan bahan bakar sabar akan berkualitas dan bermakna. Sabar tidak ada batasnya tapi manusia yang membatasi untuk bersabar karena pahalapun tidak ada batasnya untuk manusia.

4. Pemahaman Hadis Optimisme dan Makna Pengembangannya

Berdasarkan sabda Nabi saw. yang terbaik adalah bersikap optimis. Sikap optimis sangat membantu dalam menghadapi kesulitan atau permasalahan, misalnya orang tidak percaya diri dalam menggapai cita-cita, mencela dirinya sendiri atau menganggap dirinya sial, menyalahkan orang lain, tidak menerima kegagalan, stres, sedih, kecewa dan depresi. Akhirnya ia mengalami keputusasaan dalam hidupnya. Dari permasalahan itu maka setiap manusia harus percaya diri dan optimis. Islam adalah agama yang sesuai dengan fitrah manusia. Islam adalah agama yang mengangkat derajat dan martabat manusia. Islam adalah agama yang sangat

peduli terhadap ilmu pengetahuan. Optimisme ialah tidak berarti kepercayaan diri berlebihan, bukan pula kepasraahan jiwa. Namun berbentuk semangat yang bersemayam didalam diri untuk senantiasa berusaha dan berupaya ketika kesulitan menimpa. Disamping itu dalam konteks seorang muslim, optimisme merupakan pemicu agar bersungguh-sungguh dalam melaksanakan suatu pekerjaan walaupun baru saja menyelesaikan pekerjaan yang lainnya. Tiada kekosongan setelah satu bidang terpenuhi. Rasulullah saw mengajak umatnya agar terus menerus bekerja dan berusaha tanpa menggantungkan diri kepada orang lain (Fathani, 2008).

Berdasarkan hadis nabi saw. bahwa beliau menyukai optimisme, kuat seorang mukmin dan positive thinking adalah karakter mukmin yang tangguh. Rasulullah saw adalah memerintahkan kepada umat muslim untuk selalu optimisme dalam menjalankan kehidupan didunia ini dan selalu husnuzhon karena akan berdampak kepada kesehatan rohani dan jasmani, seseorang yang memiliki sikap optimisme dan positive thinking akan mempengaruhi keetbalan tubuh. Petapa agungnya ilmu dan pengajaran yang dibawa oleh islam dan petapa indahny ayat-ayat al-Qur'an, sebagaimana sabda nabi Muhammad saw bahwa beliau selalu menunjukkan sikap optimis dan memberikan berita gembira berupa rahmat dari Allah swt dan beliau tidak pernah merasa sedih atas berbagai urusan dunia, karena beliau selalu mengamalkan firman-firman Allah swt.

Simpulan

Berdasarkan dari hasil pembahasan tentang sabar dalam perspektif hadis sebagaimana telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa kesabaran bukan berarti lemah, dan pasrah atau menerima apa adanya, tetapi ia merupakan perjuangan yang menggambarkan kekuatan jiwa pelakunya (mengendalikan) keinginan hawa nafsu sehingga urgensi kesabaran bagi setiap muslim terletak pada situasi dan kondisi apapun yang dihadapi dengan kata lain, kesabaran dibutuhkan ketika menghadapi kesulitan atau malapetaka, tetapi kesabaran pula yang dibutuhkan ketika menghadapi kesuksesan dan kebahagiaan. Kata sabar memiliki aspek yang erat dengan iman, takwa, dan amal shaleh dalam hal ini justru iman dan sabar mengandung nilai optimisme di dalam menghadapi kesulitan dan problematika kehidupan adalah mereka yang bertakwa dan orang yang termasuk dalam kategori takwa adalah mereka yang aktif dalam melakukan amal shaleh.

Landasan dan bentuk optimisme ini menggambarkan karakter orang-orang yang beriman, menjadi bukti keimanan umat muslim melalui keteguhan, keyakinan, perprasangka baik, syukur dan sabar. Optimisme dalam bentuk ucapan ini sangat penting, karena akan menimbulkan berpikir positif dan perbuatan positif. Optimisme dalam bentuk ucapan merupakan simbol dari optimisme dalam bentuk perbuatan, optimisme dalam bentuk ucapan sangat dianjurkan apalagi dalam bentuk perbuatan, Allah melarang kita untuk berputus asa, karena sikap pesimis adalah akhlak tercela. Kata-kata penuh harapan tidak hanya mempengaruhi pemikiran orang lain melainkan diri sendiri. Ucapan yang buruk akan berdampak pada kesehatan tubuh, sebaliknya dengan ucapan yang baik diiringi dengan positive thinking serta perbuatan yang positif akan luar biasa manfaatnya yakni mendapatkan kekebalan tubuh, hati menjadi tenang dan ikhlas dalam menerima kenyataan hidup. Ucapan yang baik akan membangkitkan gairah hidup yang dikenal dengan kata-kata motivasi ini sejalan dengan kata-kata motivator yang selalu mengucapkan kata-kata baik dan bijak.

Daftar Pustaka

- Ahmad, I. (1969). *Musnad Ahmad*.
Al-Biqā'i, I. (1995). *Nazm al-Durar fi Tanasub al-Ayat wa al-Suwar*. Dar al-Kitab al-Islami.
Al-Bukhari, I. (1986). *Sahih Al-Bukhari*.
Al-Qarni, A. (2016). *La-Tahzan: Jangan Bersedih*. Qisthi Press.
Al-Qurthubhi. (1385). *Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an*. Dar al-Kutub al-Misriyyah.
al-Syarbini, S. al-D. (1285). *Al-Siraj al-Munir*. Maktabah Bulaq.
An-Nasa'i, I. (1964). *Sunan An-Nasa'i*. Urdu Movies.
Ar-Razi, F. (1420). *Mafatih al-Gaib*. Dar Ihya at-Turats al-'Arabiyy.
At-Tirmidzi, I. (1994). *Sunan at-Tirmidzi*. Dar al-Fikri.
Aziz, A. (2003). *Ensiklopedi Adab Islam Menurut Al-Quran Dan As-Sunnah*. Pustaka Imam Syafi'i.
Daud, A. (1981). *Sunan Abu Daud*. Dar al-Kutub al-Ilmiyyat.
Echols, J. M., & Shadily, H. (1995). *Kamus inggris indonesia*. Gramedia.
Ervana, S. (2022). Pemahaman Kekerasan Terhadap Anak Perspektif Hadits Nabi Riwayat Sunan Abu Daud dalam Kitab Al-Shalat. *Jurnal Penelitian Agama* -, 23(1), 81–94. <https://doi.org/10.24090/JPA.V22I1.2022.PP81-94>
Fadli. (1999). *Sabar Perisai Seorang Mukmin*. Pustaka Azzam.
Fathani, A. H. (2008). *Ensiklopedi hikmah: memetik buah kehidupan di kebun hikmah*. Darul Hikmah.
Hatim, I. A. (2006). *Tafsir Ibn Abi Hatim*. <http://www.shamela.ws>.
Hayyan, A. (1420). *Al-Bahr al-Muhith*. Dar al-Fikr.

- Kemendikbudristek. (2022). *KBBI*. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>
- Majah, I. (2015). *Sunan Ibnu Majah*.
- Muhammad, S. (2011). *Rahasia di Balik Rahasia*. Cakrawala Publishing.
- Munawwir, A. W. (1973). *Kamus Arab-Indonesia*.
- Muslim. (1993a). *Sahih Muslim*. Dar el-Fikr.
- Muslim, I. (1993b). *Sahih Muslim*. Dar el-Fikr.
- Qardhawi, Y. (1989). *Al-sabr fi al-Qur'an*.
- Rahman, Z. (1995). *Kajian Sunnah Nabi SAW sebagai Sumber Hukum Islam*. Pedoman Ilmu Jaya.
- Risnawita, R., & Ghufroon, M. N. (2010). *Teori-teori psikologi*. ar-Ruzz.
- Shihab, Q. (2006). *Menabur Pesan Ilahi: Al-Qur'an dan Dinamika Kehidupan Masyarakat*. Lentera Hati.
- Sholeh, M. (2008). *Bertobat Sambil Berobat, Rahasia Ibadah Untuk Mencegah dan Menyembuhkan Berbagai Penyakit*. Penerbit Hikmah.
- Yunus, M. (1973). *Kamus Arab-Indonesia*. Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsis al Qur'an.