

Metode Tadabbur Qur'an Dalam Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan

Ullyya Romatika

Rumah Tahfidz Puri Tasnim

Jalan Raya Karangnangka, Rt 1 Rw 4 Kedungbanteng, Banyumas, Jawa Tengah
Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah 53152

ullyyauull@gmail.com

Abstrak:

There are many factors that distance the Qur'an from humans, distance humans from the Qur'an. Cak Nun and Cak Fuad introduced a new concept in understanding the Qur'an called the tadabbur method. In the spirit of tadabbur, the Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan was published which contains various tadabbur content in it. The purpose of this study is to reveal the tadabbur method in the Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan and its application in QS. Al-Fatihah considering its very important position. This research uses qualitative methods, and includes library research. The results of this study reveal the tadabbur method used in the Mushaf Tadabbur Maiyah Padangmbulan the assumptions that need to be built are that the Qur'an is *Hudanlinnas*, the Qur'an was revealed to me, the way it works is free with the condition that the output is better, strengthens faith and morality. , the provisions are *Basmalah* and *Istigfar*.

Keywords : Al-Qur'an, Tadabbur Method

Abstrak:

Ada banyak faktor yang menjauhkan Al-Qur'an dengan manusia, menjauhkan manusia dari Al-Qur'an. Cak Nun dan Cak Fuad memperkenalkan sebuah konsep baru dalam memahami Al-Qur'an bernama metode tadabbur. Dengan semangat tadabbur tersebut diterbitkanlah Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan yang termuat berbagai konten tadabbur di dalamnya. Tujuan penelitian ini untuk mengungkapkan metode tadabbur dalam Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan dan penerapannya di dalam QS. Al-Fatihah mengingat posisinya yang begitu penting. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dan termasuk *library research*. Hasil penelitian ini, mengungkapkan metode tadabbur yang digunakan dalam Mushaf Tadabbur Maiyah Padangmbulan asumsi yang perlu dibangun adalah Al-Qur'an merupakan *Hudanlinnas*, Al-Qur'an diturunkan untuk saya, cara kerjanya bebas dengan syarat outputnya menambah baik, memperkuat iman dan akhlaqul karimah, bekalnya adalah *Basmalah* dan *Istigfar*.

Kata Kunci : Al-Qur'an, Metode Tadabbur

A. PENDAHULUAN

Al-Qur'an diturunkan oleh Allah sebagai *hudan linnas*, oleh karena itu Al-Qur'an selalu mendorong manusia untuk melakukan pengamatan dan penelitian. Namun dalam perkembangannya menurut Cak Nun banyak faktor yang malah menjauhkan Al-Qur'an dengan manusia, menjauhkan manusia dari Al-Qur'an. Diantaranya bahwa apabila hendak menafsirkan Al-Qur'an maka seseorang harus memahami banyak ilmu, diantaranya ilmu Bahasa Arab, asbabun nuzul, nasikh Mansukh, ilmu fikih, dan lain sebagainya, Peringatan tersebut betul dan dapat dipahami kebenaran maksudnya, namun diantara akibatnya adalah kaum muslimin menjadi takut dan berkecil hati mendekati Al-Qur'an, Al-Qur'an menjadi sesuatu yang mewah dan elit sehingga sukar menemukan *hudan linnas*, Al-Qur'an menjadi seperti gunung besar dengan ketinggian dan terjal, sehingga umat muslim merasa tidak sanggup mendakinya bahkan sudah merasa Lelah hanya dengan melihat ketinggian gunung tersebut. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021)

Dalam konteks memahami Al-Qur'an atau menemukan pesan-pesan universalnya, Cak Nun menggunakan ayat-ayat Al-Qur'an untuk membaca keadaan, peristiwa dan fenomena-fenomena yang terjadi. Proses Panjang menafsirkan Al-Qur'an dan menjadikannya metode membaca kehidupan telah mengantarkan kepada satu konsep bernama tadabbur. Yakni, pendekatan yang lebih menekankan pentingnya Al-Qur'an sebagai kalam Allah untuk menyentuh hati manusia, mengajaknya senantiasa merenung, dan output yang diutamakan adalah *akhlaqul karimah*, motivasi berbuat baik, pembangunan akhlak, dan transformasi diri dari setiap orang yang melakukan tadabbur terhadap Al-Qur'an. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021, p. 4)

Di dalam Al-Qur'an, Allah Swt beberapa kali mengingatkan pentingnya tadabbur. Antara lain dalam firman-Nya yang berbunyi :

كُتِبَ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكًا لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُوا الْأَلْبَابِ

Artinya:

“Kitab (Al-Qur'an) yang kami turunkan kepadamu penuh berkah agar mereka menghayati ayat-ayatnya dan agar orang-orang yang berakal sehat mendapat pelajaran.” (QS. Shad:29)(Munawir, 1997)

Dengan semangat memahami Al-Qur'an menggunakan metode tadabbur maka dibuatlah Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padhangmbulan, dimana di dalam Mushaf tersebut Cak Nun dan Cak Fuad menuliskan tadabbur terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang telah dipilih. Jika dilihat dari tren mushaf yang berkembang, mayoritas penerbit menambahkan konten tafsir yang ringkas dan asbabun nuzul namun Mushaf yang diluncurkan oleh Cak Nun dan Cak Fuad tergolong unik karena Mushaf tersebut berbeda dengan Mushaf yang lain yakni menambahkan tadabbur terhadap ayat-ayat yang dipilih.

Di dalam Mushaf ini terdapat berbagai tadabbur ayat-ayat Al-Qur'an, namun penulis akan memfokuskan pada penelitian terhadap tadabbur Qur'an surat Al-Fatihah. Hal ini karena terdapat banyak sekali keistimewaan yang terdapat dalam QS. Al-Fatihah. Diantaranya; Pertama, QS. Al-Fatihah dinamai dengan *Ummul Qur'an*, yang mana di dalamnya terkandung sari pati Al-Qur'an (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021, p. 13) Kedua, Surat Al-Fatihah menjadi surat yang diturunkan kepada nabi Muhammad SAW secara lengkap. Ketiga, surat Al-Fatihah menjadi syarat sahnya shalat. Keempat, Mulai dari awal ayat sampai akhir ayat surat Al-Fatihah mengajarkan tentang pokok ajaran Islam. Surat Al-Fatihah merupakan salah satu rukun shalat, yang mana setiap muslim membacanya sebanyak 17 kali dalam shalat wajib, ditambah dengan shalat sunnah lainnya dan yang juga surat Al-Fatihah yang digunakan diberbagai kegiatan untuk bermacam-macam keperluan. (Wardani & Nashori, 2021) Maka sangat penting bukan hanya sekedar hafal surat Al-Fatihah akan tetapi juga memahami, merenungkan dan menghayati isi kandungan yang terdapat di dalamnya.

Adapun setelah penulis melakukan telaah pustaka, penulis menemukan beberapa literatur yang memiliki keterkaitan dengan tema yang akan penulis lakukan diantaranya skripsi yang ditulis oleh Nur Faizah yang meneliti surat al-Fatihah dalam Bingkai Pembacaan Mohammed Arkoun” yang menjelaskan fakta sejarah tentang bahasa Al-Qur'an dan kandungannya, untuk mengetahui *hidden message* yang terdapat dalam surat Al-Fatihah. (Faizah, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Rohmatun Khomsah dengan judul “Konsep Do'a dalam Surat Al-Fatihah (Studi Analisis Tafsir Al-Misbah Karya Quraish Shihab)” yang meneliti terkait konsep do'a di dalam QS. Al-Fatihah, (Rohmatun, 2019), dan juga penelitian yang dilakukan oleh Veronica Tifani terkait nilai

karakter religious dalam buku Kiai Hologram Karya Emha Ainun Nadjib”(Veonica, 2020). Dari beberapa penelitian terdahulu penulis tidak mendapatkan penelitian yang memiliki keterkaitan baik secara langsung maupun tidak langsung tentang metode tadabbur yang terdapat di dalam Mushaf Al-Qur’an Tadabbur Maiyah Padangmbulan, dengan demikian maka penelitian yang penulis lakukan masih tergolong baru dan belum sama sekali dilakukan.

B. MENGENAL MUSHAF AL-QUR’AN TADABBUR MAIYAH PADANGMBULAN

Mushaf Al-Qur’an Tadabbur Maiyah Padangmbulan ditulis oleh 2 tokoh intelektual muslim Indonesia dengan kiprah cukup signifikan dalam berbagai bidang keislaman, yakni Ahmad Fuad Effeandy dan Muhammad Ainun Nadjib merupakan kakak beradik dari pasangan Muhammad Latief dan Chalimah. Ahmad Fuad Effendy kerap disapa Cak Fuad dikalangan masyarakat dan keluarganya. Cak Fuad merupakan salah satu anggota dari 9 Majelis Umamana (*Member of Trustees*) di King Abdul Aziz *Internasional Center of Arabic Language* yang merupakan lembaga tertinggi dalam menjaga bahasa Arab di dunia, berpusat di Riyad, Arab Saudia. Cak Fuad dipercaya sebagai *member of the board of trustess* (anggota dewan pengawas).(Triraharjo, 2020)

Adapun karya-karya yang beliau miliki diantaranya Metodologi pengajaran Bahasa Arab: pendekatan, metode, teknik, *Tarikh al-Lughah al-‘Arobiyah Fi Indunisiya*, Puisi Arab Kontemporer, *Al- Qiro’ah al-Muwassa’ah*, Terjemah *Mukhtarul Ahadis*, Psikologi Al-Qur’an, Mushaf Al-Qur’an Tadabbur Maiyah Padangmbulan, Maiyah didalam Al-Qur’an : Kajian Tafsir Tematik, lalu yang menjadi magnum opusnya bertajuk Sudahkah Kita Mengenal Al-Qur’an. Sedangkan Muhammad Ainun Nadjib yang kerap disapa dengan Cak Nun dikenal sebagai seniman, budayawan, pekerja sosial, penyair bahkan kiai. Beliau salah satu penulis produktif yang memiliki kecenderungan berpikir kuat dengan bernafaskan Al-Qur’an. Hal tersebut bisa dilihat dari bagaimana Cak Nun sering menggunakan lafadz-lafadz ataupun ungkapan Al-Qur’an didalam berbagai tulisannya. Sebagai salah satu contoh ayat 22-23 Qur’an Surat Al-Hasyr Cak Nun menggunakannya untuk memotret bagaimana sebaiknya sebuah kepemimpinan itu dibangun. Berbagai karya Cak Nun dilandasi akan kesadaran terhadap keagamaannya,

yakni kesadaran dalam keagamaan yang kemudian direfleksikan untuk memahami terhadap dunia luar, misalnya cara Cak Nun dalam memandang problematika kemiskinan, keadilan, kekuasaan, masalah masyarakat, penindasan. (Faen, 2020, pp. 42–43)

Emha Ainun Nadjib merupakan seorang budayawan yang memahami Alquran dengan metode dan cara yang berbeda, yaitu dengan menerapkan metode tadabur Alquran. Pemahamannya terhadap Alquran kemudian difungsikan sebagai cara pandang memahami realitas kehidupan. Maiyah telah melahirkan berbagai simpul Maiyah sebagai respon dari antusiasme para jamaah. Padangmbulan Jombang Jawa Timur menjadi forum tertua yang berlangsung sejak 1992 telah meneguhkan diri sebagai suatu majlis ilmu yang berupaya mencari ilmu berangkat dari Al-Qur'an, menjadikan Al-Qur'an sebagai pendekatan untuk membaca peristiwa kehidupan. Cak Fuad dan Cak Nun sebagai guru dalam forum tersebut selalu membaca ayat-ayat Al-Qur'an didepan jamaah kemudian keduanya menguraikan makna yang dikandung ayat tersebut. Cak Fuad dengan khazanah ilmu tafsir para ulama klasik maupun kontemporer, sedangkan Cak Nun menafsirkan ayat yang dikaji menghubungkannya dengan realitas kehidupan maupun sebaliknya melihat realitas kehidupan dengan ayat-ayat Al-Qur'an. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021, p. 3)

Proses Panjang dalam menafsirkan Al-Qur'an dan menjadikannya sebagai metode membaca kehidupan telah mengantarkan kepada satu konsep yang bernama tadabbur. Yakni sebuah pendekatan yang lebih menekankan pentingnya Al-Qur'an sebagai kalam Allah untuk menyentuh hati manusia, mengajaknya senantiasa merenung, dan output yang diutamakan adalah akhlaqul karimah, motivasi berbuat baik dan pembangunan akhlak. Jamaah Maiyah sangatlah heterogen, sebgaiian besar awam terhadap ilmu-ilmu keagamaan, oleh karenanya kajian Al-Qur'an diarahkan kepada tadabbur karena dinilai sesuai dengan kebutuhan. Jamaah tidaklah membutuhkan kajian ilmiah akan tetapi kajian imaniah amaliah. Jamaah tidaklah memerlukan pemahaman Al-Qur'an secara melebar ataupun mendalam akan tetapi cukup memahami makna ayat secara umum kemudian melakukan perenungan, penghayatan lalu mengamalkannya dalam kehidupan nyata. Oleh karena pilihan ayat-ayatnya pun disesuaikan dengan

kebutuhan untuk pembangunan jiwa dan kehidupan. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021)

Terbitnya Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan ini didorong oleh semangat tadabbur itu sendiri. Harapannya jamaah Maiyah khususnya, semakin terdorong untuk mencintai Al-Qur'an dan mentadabburinya. Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan terbit pada 7 juli 2021, terbitnya Mushaf ini menegaskan bahwa di dalam kebersamaan hamba dengan Allah SWT, Rasulullah SAW dan dengan sesama makhluk Allah, dipandu oleh Al-Qur'an, hal tersebut dapat diperoleh jika seseorang tersebut dekat dengan Al-Qur'an, mau mentadabburi Al-Qur'an dan berkebersamaan dengan Al-Qur'an sehingga Allah SWT berkenan menurunkan hidayah-Nya dan juga rahmat-Nya. (CakNun.com, 2021b) Adapun tujuan dibuatnya Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan juga diutarakan oleh Cak Nun :

Tujuan dibuatnya Mushaf adalah menciptakan suasana di hati dan pikiran pembaca agar dia lebih punya keberanian untuk dekat ataupun memiliki gairah dengan Qur'an, *dadi koncoan* (jadi berteman) karo Qur'an, kekancan karo Qur'an, sampeyan koncoan karo kucing mosok koncoan karo Qur'an gak iso, jadi intinya mendorong orang siapa tahu Gusti Allah mengijabahi arek-arek sing moco, itu iso lewih cedak karo Al-Qur'an, koncoan karo Al-Qur'an tidak harus kata dan Bahasa, meskipun bagus kalau pakai kata dan Bahasa, kan banyak akrab yang tidak tau nama tapi bisa berteman dan kerjasama sangat bagus.(CakNun.com, 2021b)

Dengan ini sama-sama mengupayakan bersama agar umat Islam lebih dekat dengan Al-Qur'an karena selama ini ada sejumlah hal-hal yang membuat ataupun menjauhkan mereka dari Al-Qur'an, dan menjauhkan Al-Qur'an dari mereka. Sebagaimana ungkapan Cak Nun dalam Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan :

Apalagi Sebagian ulama menyatakan proses menafsirkan Al-Qur'an tidak serta merta menggunakan logika otak-atik saja, ataupun melihat terjemahan namun didasarkan pada ilmu yang mumpuni, ada banyak ilmu yang harus dikuasai sebelum melakukan proses penafsiran. Juga pernyataan "Beberapa kelompok atau aktivis agama kerap kali menggunakan penalaran sendiri untuk menafsirkan dalil-dalil agama, khususnya Al-Qur'an. Ketika mengetahui satu dua ayat Al-Qur'an dan mengetahui artinya sering kali kelompok-kelompok ini dengan mudahnya menempatkan pemahaman sendiri dalam teks Al-Qur'an tersebut.(Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021, p. 9)

Menurut Muhammad Ainun Nadjib jika manusia ingin mencapai hidup selamat dunia akhirat harus memahami ilmu tafsir (misalnya mengetahui Bahasa Arab, asbab nuzul, ilmu ushul fiqh, ilmu qiro'ah, ilmu tauhid, nasikh Mansukh serta hadits-hadits nabi) maka jumlahnya paling banyak hanya 2-3 % dari yang ada sekarang. Tafsir mempersyaratkan kepandaian dan juga keluasan ilmu pengetahuan, sedangkan tadabbur memprioritaskan output iman dan akhlak pelaku tadabbur. Tafsir memastikan bahwa pelakunya adalah orang yang unggul intelektualnya sedangkan tadabbur mempersyaratkan pelakunya agar menjadi manusia yang lebih kuat imannya, setia taqwanya, sabar dan tahan tawakalnya. Menurut Muhammad Ainun Nadjib bahwa karena kekuasaan Allah maka Al-Qur'an mestinya tidak hanya dipahami oleh rasio, akal dan orang-orang yang unggul intelektualnya, namun juga oleh jiwa-jiwa yang selalu menyucikan dirinya, memiliki hati yang ikhlas dan terbuka, bahkan oleh setiap sel dan juga mengalirnya darah di tubuh hamba-hamba Allah. Cak Nun mengatakan bahwa manusia patut bersyukur karena Allah menganugerahkan petunjuk untuk mentadabburi Al-Qur'an (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021)

Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan merupakan mushaf Al-Qur'an yang berisi lengkap 30 juz disertai dengan narasi tadabbur di dalamnya. Penulisan dan pemberian harokat mushaf ini sesuai dengan Riwayat Imam Abu Amru Hafs ibn Sulaiman bin Mughirah Al-Asadi Al-Kufi. Mushaf tersebut diterbitkan oleh Yayasan Maiyah Al-Manhal Malang dan Forum Pelayanan Al-Qur'an pada tahun 2021. Mushaf cetakan pertama ini dapat diidentifikasi kondisi fisiknya yakni jika dimulai dari cover berwarna hijau tua hard cover dengan dimensi bertuliskan nama mushaf (Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan), dimulai dengan lembar cover sebelah kiri, setelah dibuka lembar pertama tertulis *asmaul husna*, lembar selanjutnya terdapat nama-nama panitia penerbitan, kata pengantar dari penerbit, lembar selanjutnya terdapat tanda tashih dari Kementerian Agama Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan dan Pendidikan dan Pelatihan Lajnah Pentashihan Al-Qur'an, lembar selanjutnya terdapat tulisan arab QS. Shod ayat 29 :

كُنْتُ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكًا لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ

Artinya :

“Kitab Al-Qur’an yang kami turunkan kepadamu penuh berkah agar mereka menghayati ayat-ayatnya dan agar orang-orang yang berakal sehat mendapat pelajaran”(QS.Shod : 29)(Al-Qur’an Hafalan Dan Terjemah Al-’Aliy, 2018)

Lembar selanjutnya terdapat tulisan *basmalah*, kemudian dilanjutkan dengan QS. Al-Fatihah - QS. An-Nas, 30 Juz lengkap, lembar selanjutnya terdapat do’a khotmil Qur’an, daftar surat Al-Qur’an, pengenalan mushaf standar Indonesia, pedoman transliterasi, istilah tanda, tanda-tanda waqf, kemudian narasi tadabbur. Adapun narasi tadabbur terbagi menjadi 2 bagian, bagian pertama ditulis oleh Ahmad Fuad Effendy dan Muhammad Ainun Nadjib, sedangkan bagian kedua ditulis oleh Muhammad Ainun Nadjib saja.

Jika dilihat dari cover sebelah kiri, dimulai dengan asmaul husna, lembar selanjutnya tertulis Mushaf Al-Qur’an Tadabbur Maiyah Padangmbulan, lembar selanjutnya halaman 2 terdapat susunan panitia penerbitan, kata pengantar dari panitia penerbitan Mushaf Al-Qur’an Tadabbur Maiyah Padangmbulan, Pengantar Tadabbur Maiyah Padangmbulan disertai poin-point penjelasan terkait antara tafsir dan takwil, antara tafsir dan tadabbur, alasan mengapa mushaf tersebut diarahkan kepada tadabbur, Al-Qur’an kitab utama umat manusia, kemudian masuk kepada tadabbur bagian pertama dari halaman 13-117 yang dituliskan oleh Ahmad Fuad Effendy dan Muhammad Ainun Nadjib adapun surat-surat yang ditulis pada tadabbur bagian pertama ini adalah QS. Al-Fatihah : 1-7, QS. Al-Baqoroh : 1-4, QS. Al-Baqoroh : 6-9, QS. Al-Baqoroh: 23, QS. Al-Baqoroh :26, QS. Al-Baqoroh: 30, QS. Al-Baqoroh: 60, QS. Al-Baqoroh: 83, QS. Al-Baqoroh: 120, QS. Al-Baqoroh: 183, QS. Al-Baqoroh: 185-186, QS. Al-Baqoroh : 216, QS. Al-Baqoroh: 237, QS. Ali-Imran: 104, QS. Ali-Imran: 133, QS. Ibrahim : 24-27, QS. Al-Qasas: 56, QS. Al-Qasas: 77, QS. Al-Hujurat: 6, QS. Al-Hujurat: 10, QS. Al-Hasyr: 18, QS. At-Talaq: 3, QS. Nur: 10-12, QS. Al-Insyirah: 1-8.

Tadabbur bagian dua ditulis oleh Muhammad Ainun Nadjib, mengambil ayat Qur’an sebagai rujukan kemudian dari ayat tersebut memberikan inspirasi terhadap penamaan ataupun judul-judul dari tadabbur yang beliau tulis di daftar isi. Adapun tadabbur bagian ke 2 dimulai dari halaman 121-238 dengan judul-judul yang menarik yakni Allah Menantang (QS.Al-Baqoroh :23 dan Al-Hijr :9), Al-Mujahir wal Mukibat (QS.Al-Baqarah : 149), Kursi dan Lautan (QS.Al-Baqarah : 255), Diri Pengetahuan dan

Diri Tujuan (QS.Al-Baqarah: 286), Agamamu Agamamu Agamaku Agamaku (QS.Ali-‘Imran: 19), Apakah Agama itu Cinta (QS.Ali-‘Imran : 31 dan Al-Kahfi :110), Merintis dan Belajar Masuk Neraka (Al-Maidah : 8), Karakter Sosial Ideal Kaum Muslimin (QS.Al-Maidah: 54), Bahasa Al-Qur’an Tidak Sama dengan Bahasa Arab (QS.Yusuf : 2), Diperjalankan oleh Allah (Al-Isra’: 1), Majma’al Bahrain (QS.Al-Kahfi : 67 dan QS.Al-Kahfi : 75), Kepergok oleh Kekuasaan Allah (QS.Al-Mu’minun : 115-118), Himbuan Kepada para Ahli Tafsir (QS.Al-Isra’: 85), Hak Tidak Asasi Manusia (QSAs-Syu’ara : 29), Waspada dan Hati-hati Terhadap Kemudlaratan (QS.As-Syu’ara’: 45), Yang Ulama (QS.Fatir: 28), Bolehkah Manusia Membenci (QS.Al-Hujurat :7), Wacana dan Hikmah Kepemimpinan (QS.Al-Hasyr: 22-24), Selimut Tidur dan Selimut Zaman (QS.Al-Muzammil : 1-5 dan QS.Al-Muddassir : 1-7), Mati *Muthmainnah* dan Mati *Dhalalah* (QS.Al-Fajr:27:30) Melemparkan Bumi ke Matahari (QS.Al-‘Alaq :1-5), Jaminan dari Lapar dan Takut (QS.Quraisy:3-4), Nur dan Nar, Cahaya dan Api (QS.Al-Baqarah : 17), Hidup Sejati Tanpa Mati (QS.Ad-Dukhan :56), dan yang terakhir adalah *Nurun ‘ala Nur, Zulmun ‘ala Zulm* (QS.An-Nur : 35)

C. METODE TADABBUR DALAM MUSHAF AL-QUR’AN TADABBUR MAIYAH PADANGMBULAN

Dalam pandangan Cak Nun Al-Qur’an merupakan himpunan wahyu Allah SWT yang merupakan himpunan informasi lengkap yang disediakan oleh pencipta manusia agar mengetahui jalan dan mengerti cara berjalan menuju kebutuhan hakikinya, Al-Qur’an merupakan *hudan linnas*. Cak Nun mengatakan :

Dengan memohon maaf kepada siapa pun saja, kita menemukan, menurut Allah Swt, Al-Qur’an bukanlah *hudan lil’ulama* melainkan *hudan linnas*, bukanlah petunjuk untuk para ulama, kaum intelektual, golongan terpelajar, *scholars* dan *ulul albab*, *ulun nuha*, maupun *ulul absar*, melainkan bagi semua manusia tanpa terkecuali. Harmoninya adalah fakta wahyu bahwa Rasulullah Muhammad SAW diutus tidak untuk menjadi *rahmatanlil mufassirin* namun untuk alam semesta dan isinya. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021, p. 8)

Adapun metode memahami Al-Qur’an yang digunakan dalam Mushaf Al-Qur’an Tadabbur Maiyah Padangmbulan adalah metode Tadabbur. Secara etimologis, kata tadabbur dalam kamus Al-Munawwir berasal dari kata *دبر* yang memiliki bentuk

jamak اِدْبَار *adbara* yang memiliki arti akhir atau belakang. (Munawir, 1997, p. 384) . Secara terminologis tadabbur Al-Qur'an adalah merenungkan ayat yang telah dipahami maknanya secara umum, untuk menjadikannya sebagai pelajaran bagi dirinya. Tadabbur juga berarti memahami pesan pokok satu ayat, kemudian menghubungkannya dengan apa yang telah dilakukan dan apa yang harus dilakukan setelah memahami ayat tersebut. Makna lain dari tadabbur adalah menemukan pesan yang bersifat implisit di balik pesan eksplisit dari satu ayat atau rangkaian ayat. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021, p. 6)

Cak Fuad menambahkan terkait makna tadabbur itu, bahwa untuk melakukan tadabbur maka pembaca harus paham dulu ayat yang akan ditadabburi ;

Paham itu bisa jadi seseorang itu paham bahasa arab atau paham karena membaca terjemahan Al-Qur'an, karena terjemahan itu sendiri sudah memberikan makna meskipun tidak utuh, dari pemahaman yang sederhana saja. Kemudian ada dua macam tadabbur yakni melihat apa yang tersirat dibalik yang tersurat, tentu syarat yang kedua ini tidak boleh terlalu menyimpang dari makna bahasa, makna bahasa tersebut dijadikan landasan, jadi tadabbur juga tetap ada landasan tafsirnya, namun jelas bahwa tadabbur memiliki syarat outputnya adalah menambah iman, akhlaknya menjadi lebih baik, memahami yang tersirat itu juga tergantung kepada kemampuan setiap orang dalam berimajinasi, jadi sangat mungkin terjadi perbedaan dalam memaknai ayat Al-Qur'an. Tergantung kecenderungan setiap orang, dalam hal ini diperbolehkan untuk berimajinasi, juga memahami konteks ayat itu turun dan memahami dalam kontek kehidupan sekarang selagi tidak keluar dari aqidah , tidak mengurangi keimanan, dan tidak menurunkan *rahmatan lil'alam*, jadi wilayah tadabbur itu adalah menikmati kemungkinan-kemungkinan yang sangat luas, diluar tafsir yang dikaitkan dengan pengalaman pribadi dengan persyaratan harus menjadi lebih kuat imannya. (CakNun.com, 2021a)

Kedua, orang yang tadabbur itu melakukan perenungan-perenungan ataupun intropeksi diri. Orang yang melakukan tadabbur kemudian bertanya kepada diri sendiri "Apa yang saya lakukan dengan ayat ini?" "*What Next?*" misalkan ada ayat seperti berikut;

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

Artinya:

"Orang-orang yang beriman itu sesungguhnya bersaudara, sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah terhadap Allah,

supaya kamu mendapat rahmat.”(QS.Al-Hujurat:10)(Al-Qur’an Hafalan Dan Terjemah Al-’Aliy, 2018)

Setelah membaca ayat itu maka melakukan perenungan, ataupun intropeksi diri dengan bertanya kepada diri sendiri, “*Apakah selama ini saya sudah sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh ayat ini?*”. Artinya setelah melakukan tadabbur maka menghubungkan ayat yang sudah ditadabburi dengan apa yang sudah dilakukan. (CakNun.com, 2021a)

Adapun langkah-langkah untuk mentadabburi ayat-ayat Al-Qur’an adalah :

1. Berasumsi bahwa Al-Qur’an itu *Hudan linnas* bukanlah *hudanli’ulama* maka setiap orang dijamin Allah bisa mengambil petunjuk dari Al-Qur’an. Dalam hal ini sebagaimana yang dikatakan oleh Cak Nun ;

Al-Qur’an adalah *hudanlinnas*, petunjuk ataupun hidayah bagi semua manusia. Jika Al-Qur’an itu *hudanlinnas* maka Allah kan bertanggungjawab semua manusia kan dibukakan akses mendapat hidayah dalam Al-Qur’an. Dadi kan Gak mek wong pinter-pinter tok, gak mek mufasir-mufasir tok, gak mek sarjana tok, sopo wae, masio mek kuli pasar, masio mek tukang ojek gak masalah, kabeh termasuk dalam lingkup *hudanlinnas*.(CakNun.com, 2021b)

2. Beranggapan bahwa Al-Qur’an itu diturunkan untuk saya, hal ini didasarkan oleh statement Cak Nun :

Tadabbur lebih kepada proses intropeksi diri, dengan diberi kemungkinan untuk menghayati ayat Al-Qur’an sepanjang itu memperbaiki dirinya, karena kecenderungan Sebagian kita kan kalau ada *muslimun*, itu saya kalau ada *dholimun* itu orang lain, kafirun pastis sana-sana, kalau *mukminun* itu kita. Jadi kesadarannya bahwa “Oh Qur’an itu untuk saya, itu kalau tadabbur, jadi saya jelek atau baik itu saya sudah ada lalu lintasnya dalam Qur’an” atau kalau lebih ekstrim “Al-Qur’an diwahyukan untuk saya, melalui Rasulullah SAW, kalau *ndak* untuk saya, terus untuk siapa, untuk semua umat manusia, termasuk saya berarti, jadi saya tidak akan menuduh siapa-siapa karena semua kritik dalam Al-Qur’an itu adalah untuk saya, kalau saran baik itu untuk saya, kalau jangan berbuat buruk untuk saya, jadi saya tidak menuduh siapa-siapa saya kira itu merupakan satu kesadaran tadabbur karena selama ini menggunakan agama untuk menyalahkan orang.” (CakNun.com, 2021b)

3. Cara kerjanya bebas dengan syarat outputnya menambah baik, memperkuat keimanan, akidahnya lebih mantap, akhalaknya lebih mulia, menambah kedekatan dengan Allah sebagaimana yang diungkapkan oleh Cak Fuad ;

Semua orang boleh melakukan tadabbur namun apakah tadabbur itu membuat tambah yakin atau malah membuat ragu, kalau setelah tadabbur malah membuat ragu akan kebenaran Al-Qur'an sudah maka kita berhenti, berarti kita sudah *ngoyo woro* itu tadabburnya, jadi ukurannya adalah apakah itu memperkuat iman saya atau tidak. Diperbolehkan untuk berimajinasi, juga memahami konteks ayat itu turun dan memahami dalam kontek kehidupan sekarang selagi tidak keluar dari aqidah , tidak mengurangi keimanan, dan tidak menurunkan *rahmatanlil'alam*, jadi wilayah tadabbur itu adalah menikmati kemungkinan-kemungkinan yang sangat luas, diluar tafsir yang dikaitkan dengan pengalaman pribadi dengan persyaratan harus menjadi lebih kuat imannya. (CakNun.com, 2021a)

Senada dengan apa yang diungkapkan oleh Cak Nun ;

Tadabbur itu menurut saya adalah ikatan utama dari pergaulan manusia bersahabat dengan Al-Qur'an meskipun jalannya *nafsi-nafsi*, Apapun yang keluar dari hidup, meskipun engkau hanya mencintai Qur'an, ngurok-ngurokke tok, seneng delok wong nderes, neng masjid enek suara nderes kene melok seneng, utowo ndelok wong dodol tuku onok Qur'anne, ngono tok wis cukup untuk tadabbur seng penting outputnya engkau imannya tambah tinggi, akidahmu lebih mantep, akhlakmu lebih mulia.(CakNun.com, 2021b)

4. Bekalnya adalah *Basmalah* dan *Istigfar*, sebagaimana yang yang diungkapkan oleh putra Cak Nun yakni Sabrang Mowo Damar Panuluh ketika menjelaskan metode yang digunakan oleh Cak Nun :

Modal yang tak pegang selama ini *bismillah* sama *astagfirullah*, arep ngopo-ngopo (mau ngapa-ngapain) 'Atas nama Gusti Allah, aku ngolei njenengan (saya mencari Engkau), nek salah (kalau salah), seberapapun, kita kan punya modal *astagfirullah* dan saya yakin seyakin-yakinnya ampunan Tuhan pasti jauh lebih besar dari pada kesalahan yang manusia mampu lakukan. Jangan piker anda bisa sombong mengalahkan jumlah ampunan Tuhan dengan dosamu, seberapa sih, ada limitasi manusia berbuat dosa itu." (Kajian Cerdas Official, 2021)

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwasanya tadabbur Al-Qur'an adalah melihat kepada akibat yang diperoleh setelah melakukan penghayatan *terhadap* ayat Al-Qur'an. Adapun tadabbur Al-Qur'an bisa dilakukan oleh siapa saja karena pada hakikatnya Al-Qur'an adalah *hudan linnas*, petunjuk bagi seluruh manusia, maka manusia akan bisa mendapatkan petunjuk dari Al-Qur'an. Menurut penulis, metode ini sangat praktis dilakukan, dimana seseorang bisa melakukan tadabbur melalui jalannya masing-masing dengan bermodalkan *basmalah* dan *istigfar* asalkan output

yang dikeluarkan memunculkan kebaikan kepada pelaku tadabbur, yang mana tadabbur tersebut diniatkan untuk mencari keridhoan Allah, walaupun sudut padanya kurang benar ataupun seseorang itu terperosok dengan jalannya sendiri maka bersegera untuk istigfar, meminta ampunan kepada Allah, karena ampunan Allah jauh lebih luas dari dosa-dosa yang manusia mampu untuk melakukannya. Metode tadabbur ini menurut penulis sangat cocok bagi masyarakat yang belum memiliki kesempatan untuk memperoleh ilmu-ilmu yang telah mapan dalam kajian tafsir, karena tidak semua orang memiliki akses untuk memperoleh ilmu-ilmu tersebut (semisal; Ilmu Bahasa Arab, Ilmu Asbabun Nuzul, Ilmu Qiroat, Ilmu Fiqih dan ilmu-ilmu lain yang berkaitan dengan persyaratan tafsir) maka bagi mereka masyarakat *high culture* yang memiliki kesempatan untuk belajar ilmu-ilmu tersebut hendaknya mempergunakan kesempatan itu sebaik mungkin dengan cara bersungguh-sungguh dalam mempelajarinya, bagi masyarakat yang belum memiliki akses kesana maka cukuplah berbekal kepada ilmu yang Allah berikan langsung kepadanya. Dengan munculnya metode tersebut, seseorang diharapkan memiliki keberanian dan juga semangat untuk dekat dengan Al-Qur'an, maka menurut Cak Nun kaum muslimin patut untuk bersyukur dan bergembira bahwa menggunakan metode tadabbur maupun metode tafsir sama-sama penting dalam posisinya masing-masing serta dalam harmoni dan keseimbangan antara keduanya, karena para pelaku baik tafsir maupun tadabbur insya Allah sama-sama hamba Allah yang bertaqwa. Malah justru antara tadabbur dan juga tafsir akan menjadi lebih sempurna ketika bisa dikompromikan, tafsir dengan kekayaan ilmunya disertai dengan perenungan ataupun intropeksi diri yang menghasilkan output menambah baik kadar keiman seseorang, bukan sekadar output berupa ilmu yang menambah wawasan tanpa disertai dengan pembangun karakter dalam diri seseorang.

D. TADABBUR QUR'AN SURAT AL-FATIHAH

Tadabbur QS.Al-Fatihah ayat satu oleh Cak Nun dan Cak Fuad mengaitkan akan pentingnya memulai segala aktivitas dengan basmalah, dimana basmalah tidak hanya sekedar ucapan dibibir namun juga sebuah sikap batin. Meniatkan segala aktivitas sebagai ibadah sehingga kegiatan tersebut tidak hanya bernilai di dunia,

namun memiliki nilai di akhirat. Dengan Basmalah diharapkan seseorang agar tetap lurus, mendapat bimbingan Allah, dan senantiasa dilindungi dari segala hambatan dan kesulitan. Pemilihan *Ar-Raḥmān* dan *Ar-Raḥīm* diantara 99 asmaul husna menunjukkan akan pentingnya sifat tersebut, yang mana jika seseorang senantiasa mengucapkan dan merenungi basmalah maka akan terbentuk dalam dirinya sifat kasih sayang pada seluruh umat manusia. Cak Fuad menginformasikan bahwa QS.Al-Fatihah ayat 2 mengajarkan kepada manusia cara untuk memuji dan bersyukur kepada Allah. Kemudian ayat 3 penyebutan lafadz *Ar-Raḥmān* dan *Ar-Raḥīm* diulang seseorang akan memperoleh gambaran tentang sifat Allah yang Maha Pengasih tak pilih kasih, Maha Sayang tak pandang sayang. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021)

Cak Nun mengatakan Al-Fatihah merupakan evolusi menuju kesempurnaan akhlak. Dalam ayat 5 menurut Cak Fuad Allah mengajarkan pernyataan tauhid yakni *Iyyā na'budu wa iyyāka nasta'in*. Pada ayat 5 didahulukannya lafadz *na'budu* sebelum *nasta'in* merupakan Pendidikan moral agar manusia mendahulukan kewajiban daripada hak. Cak Nun mengatakan bahwa ada 2 kemungkinan orang dapat mencapai kalimat *Iyyā na'budu wa iyyāka nasta'in* adalah manusia prima-genius yakni Rasulullah SAW, dan orang yang tidak berkepandaian, tidak berdaya, yang tidak memiliki alternatif lain selain kalimat *Iyyā na'budu wa iyyāka nasta'in*. Kemudian setelah manusia menyatakan ikrar tauhid uluhiyah (*Iyyā na'budu*) dan tauhid rububiyah (*iyyāka nasta'in*) maka layak manusia meminta kepada Allah, hal utama yang perlu diminta oleh manusia adalah hidayah, petunjuk yang diinginkan kalimat *ihdinaṣṣirāṭal mustaqīm* merupakan hidayah at-taufiq, hidayah *ar-rusyd* dan hidayah *as-sabat*. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021)

Cak Nun mengatakan adanya fenomena primer kehidupan manusia yang ia sebut sebagai Fir'aunisme. Banyak orang-orang yang bismi-nya bukan bismillah namun *bismiddunya*, *bismithogut*, *bismi latta wal 'uzza* dalam formulanya yang *modern* dan *advanced* sehingga tidak kentara bagi penyembahnya sendiri. Mayoritas masyarakat tidak ada māliki yaumiddīn, hampir seluruh sistem sosial, sistem politik dan kekuasaan, bahkan sistem ilmu dan pengetahuan mereka, meletakkan manusia itu sendiri sebagai *Al-Malik*. Subjek “Ka” pada *iyyāka na'budu wa iyyāka nasta'in*

bukan Allah, melainkan ambisi dan egosentrisme manusia itu sendiri. Kemudian Cak Fuad menerangkan bahwa QS.Al-Fatihah ayat 7 ini mengajarkan salah satu cara untuk bisa menempuh jalan yang lurus adalah dengan membaca sejarah manusia, baik yang istiqomah di jalan Allah yang lurus yakni para *anbiya'*, *ṣiddīqīn*, *syuhadā* dan *ṣāliḥīn* maupun mereka yang menyimpang dari jalan Allah, yaitu mereka yang dimurkai Allah dan tersesat akidahnya. Cak Nun mengatakan bahwa QS.Al-Fatihah merupakan pembuka, yang membuka, karena Al-Fatihah adalah *Ummul Kitab*, maka seakan-akan Allah menginformasikan bahwa seluruh firman Al-Qur'an sejatinya bersemayam dalam kandungan ibunya, yakni QS.Al-Fatihah. (Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib, 2021)

E. SIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang metode tadabbur yang digunakan dalam Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan maka penulis menyimpulkan bahwa :

Pertama, metode tadabbur yakni sebuah metode yang menitik beratkan kepada melihat dan merenungkan *akibat* dan akhir dari sesuatu, yang mana asumsi yang perlu dibangun adalah Al-Qur'an merupakan Hudanlinnas, Al-Qur'an seolah-olah diturunkan untuk saya, cara kerjanya bebas dengan syarat outputnya menambah baik, memperkuat iman dan akhlaqul karimah, bekalnya adalah basmalah dan Istigfar.

Kedua, tadabbur Qur'an surat Al-Fatihah menjelaskan terkait pentingnya memulai *segala* aktivitas dengan basmalah, dengan basmalah diharapkan seseorang tetap lurus, mendapat bimbingan Allah, dan senantiasa dilindungi dari segala hambatan dan kesulitan. Pemilihan *Ar-Rahmān* dan *Ar-Raḥīm* diantara 99 asmaul husna menunjukkan akan pentingnya sifat tersebut yang menunjukkan sifat Allah yang Maha Pengasih tak pilih kasih, Maha Sayang tak pandang sayang, yang mana jika seseorang senantiasa mengucapkan dan merenungi basmalah maka akan terbentuk dalam dirinya sifat kasih sayang pada seluruh umat manusia. QS.Al-Fatihah ayat 2 mengajarkan kepada manusia cara untuk memuji dan bersyukur kepada Allah. Al-Fatihah merupakan evolusi menuju kesempurnaan akhlak. Dalam ayat 5 menurut Cak Fuad Allah mengajarkan pernyataan tauhid yakni *Iyyā na'budu wa iyyāka nasta'in*. Pada ayat 5 didahulukannya lafadz *na'budu* sebelum *nasta'in* merupakan

Pendidikan moral agar manusia mendahulukan kewajiban daripada hak. Cak Nun mengatakan bahwa ada 2 kemungkinan orang dapat mencapai kalimat *Iyyā na'budu wa iyyāka nasta'in* adalah manusia prima-genius yakni Rasulullah SAW, dan orang yang tidak berkepandaian, tidak berdaya, yang tidak memiliki alternatif lain selain kalimat *Iyyā na'budu wa iyyāka nasta'in*. Kemudian setelah manusia menyatakan ikrar tauhid *uluhiyah* (*Iyyā na'budu*) dan tauhid *rububiyah* (*iyāka nasta'in*) maka layak manusia meminta kepada Allah, hal utama yang perlu diminta oleh manusia adalah hidayah, petunjuk yang diinginkan kalimat *ihdinaṣṣirāṭal mustaqīm* merupakan hidayah *at-taufiq*, hidayah *ar-rusyd* dan hidayah *as-sabat*. Cak Nun mengatakan adanya fenomena primer kehidupan manusia yang ia sebut sebagai Fir'aunisme. Banyak orang-orang yang bismi-nya bukan bismillah namun *bismiddunya*, *bismithogut*, *bismi latta wal 'uzza* dalam formulanya yang modern dan advanced sehingga tidak kentara bagi penyembahnya sendiri. Mayoritas masyarakat tidak ada *māliki yaumiddīn*, hampir seluruh sistem sosial, sistem politik dan kekuasaan, bahkan sistem ilmu dan pengetahuan mereka, meletakkan manusia itu sendiri sebagai *Al-Malik*. Subjek "Ka" pada *iyāka na'budu wa iyyāka nasta'in* bukan Allah, melainkan ambisi dan egosentrisme manusia itu sendiri. Kemudian Cak Fuad menerangkan bahwa QS.Al-Fatihah ayat 7 ini mengajarkan salah satu cara untuk bisa menempuh jalan yang lurus adalah dengan membaca sejarah manusia, baik yang istiqomah di jalan Allah yang lurus yakni para *anbiya'*, *ṣiddīqīn*, *syuhadā* dan *ṣāliḥīn* maupun mereka yang menyimpang dari jalan Allah, yaitu mereka yang dimurkai Allah dan tersesat akidahnya. Cak Nun mengatakan bahwa QS.Al-Fatihah merupakan pembuka, yang membuka, karena Al-Fatihah adalah *Ummul Kitab*, maka seakan-akan Allah menginformasikan bahwa seluruh firman Al-Qur'an sejatinya bersemayam dalam kandungan ibunya, yakni QS.Al-Fatihah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Fuad Effendi, Muhammad Ainun Nadjib. (2021). *Mushaf Al-Qur'an Tadabbur Maiyah Padangmbulan*. Malang : Yayasan Maiyah Al-Manhal.
- Al-Qur'an Hafalan dan Terjemah Al-'Aliy* (2018th ed.). (2018). Gema Insani.

- CakNun.com. (2021a, June 1). *Mushaf Al-Qur'an dan Tadabbur Maiyah Padangmbulan I Mbah Nun dan Cak Fuad*. <https://youtu.be/tQIBQjdlyHw>
- CakNun.com. (2021b, July 7). *Lunching Mushaf Al-Qur'an I Cak Nun dan Cak Fuad*. https://youtu.be/3P_-tQ-mOZs
- Faen, M. A. A. (2020). *Metode memahami Alquran dan realitas kehidupan perspektif Emha Ainun Nadjib* [Masters, UIN Sunan Ampel Surabaya]. <http://digilib.uinsby.ac.id/46255/>
- Faizah, N. (2018). Nurfaizah Surat al-Fatihah dalam Bingkai Pembacaan Mohammed Arkoun. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 16(1), 95–108.
- Kajian Cerdas Official. (2021). *Ngaji Cerdas- Noe Letto Menjelaskan Metode Gus Baha dan Metode Cak Nun*. <https://youtu.be/H237WtopyGs>
- Munawir, A. W. (1997). *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia*. Surabaya : Pustaka Progresif.
- Rohmatun, K. (2019). *Konsep Doa dalam Surat Al-Fatihah (Studi Analisis Tafsir Al-Mishbah Karya Kuraish Shihab)*. IAIN Purwokerto.
- Triraharjo. (2020). Radar Jombang.
- Veonica, T. S. (2020). *Nilai Karakter Religius dalam Buku Kiai Hologram Karya Emha Ainun Nadjib*. IAIN Purwokerto.
- Wardani, I. W., & Nashori, F. (2021). Efektivitas Terapi Membaca Al-Fatihah Reflektif-Intuitif dalam Menurunkan Depresi Penyintas Autoimun. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(2), 196–214.