

**MEMAAFKAN DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN DAN
RELEVANSINYA DENGAN KESEHATAN SECARA HOLISTIK**

Skripsi

*Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam sebagai Salah Satu Syarat
dalam Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag.) pada Program Studi
Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*



Oleh:

ADEK RAHMAT

NIRM. 2219038

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI ISLAM

INSTITUT DARUL QUR'AN PAYAKUMBUH

PAYAKUMBUH

2026M/1448 H

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Adek Rahmat

NIRM : 2219038

TTL : Padang Japang, 20 Agustus 1979

Alamat : Koto Baru Simalanggang, Kec. Payakumbuh

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menerangkan bahwa skripsi yang berjudul **“Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur’an dan Relevansinya dengan Kesehatan secara Holistik”** adalah hasil karya pribadi dan tidak berisi materi yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain. Demikian juga skripsi ini tidak berisi satupun pemikiran-pemikiran orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam refrensi yang dijadikan bahan rujukan dan acuan guna mendapatkan informasi ilmu.

Payakumbuh, 5 Juli 2026

Yang menyatakan,



Adek Rahmat
NIRM. 2219037

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul **“Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur’an dan Relevansinya dengan Kesehatan secara Holistik”** yang disusun oleh saudara Adek Rahmat, NIRM 2219038, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan disetujui untuk diajukan ke sidang munaqasyah.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dipergunakan seperlunya.

Payakumbuh, 5 Juli 2026

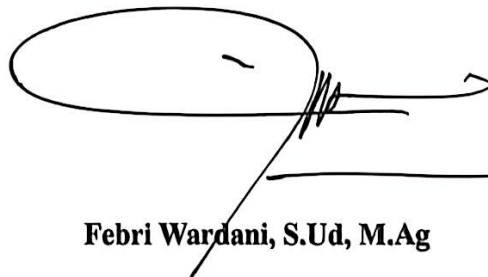
Pembimbing I



Yenni Rahman, S.Th.I, M.A

NIDN. 2123038702

Pembimbing II



Febri Wardani, S.Ud, M.Ag

NIDN. 2126029101

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi yang berjudul **“Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur’an dan Relevansinya dengan Kesehatan Secara Holistik”** yang disusun oleh saudara Adek Rahmat, NIM 2219038 telah diujikan dalam sidang Munaqasyah, Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam, Institut Darul Qur’an (IDAU) Payakumbuh pada hari Senin 03 Agustus 2026 dan diterima sebagai salah satu syarat dalam mencapai gelar sarjana pada prodi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir.

Payakumbuh, 10 Agustus 2026

TIM PENGUJI

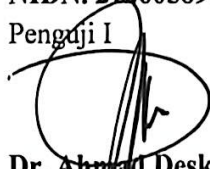
Ketua



Muhammad Ikhwan, M.Sy

NIDN. 2126058902

Penguji I



Dr. Ahmad Deski, M.A

NIDN. 2119058201

Penguji III



Yenni Rahman, S.ThI, MA

NIDN. 2123038702

Sekretaris



Zulnita S.Pd

NIY.20.2010.03.2010.01

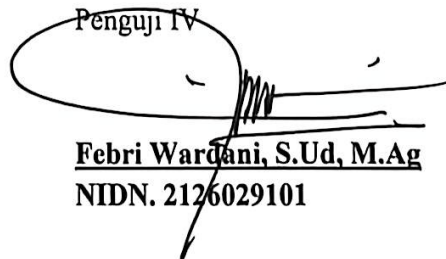
Penguji II



Muhammad Rizqi, S.ThI, MA

NIDN. 2114018802

Penguji IV



Febri Wardani, S.Ud, M.Ag

NIDN. 2126029101

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam



Yenni Rahman, S.ThI, MA

NIDN. 2123038702

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul **“Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur’an dan Relevansinya dengan Kesehatan secara Holistik”** yang ditulis oleh Adek Rahmat NIRM 2219038, Mahasiswa Institut Darul Qur’an Payakumbuh.

Di Penelitian ini penulis mengangkat topik memaafkan dalam perspektif Al-Qur’an yang mana sudah diperintahkan dalam Al-Qur’an semenjak 1400 tahun yang lalu serta sudah di contohkan oleh Rasulullah SAW dan para Sahabat. Disisi lain, Dalam ilmu kesehatan Holistik punya metode pengobatan secara menyeluruh yang mencakup aspek Spiritual, Emosional, mental dan Fisik. Berbeda dengan pengobatan konvensional yang cenderung berfokus pada pengobatan fisik semata. Dalam pengobatan holistic, terutama dalam ilmu Matalogi (analisis tanda tanda lewat iris, sclera dan pupil mata), dibahas mengenai emosi negative seperti tanda tanda dendam, benci, marah dan konsep memaafkan. Peneliti ingin mensinkron Ayat Al-Qur’an dan Hadits Nabi dengan Ilmu Matalogi tersebut.

Penelitian ini menggunakan Pendekatan Kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*Library Research*) dan menggunakan metode Tafsir Maudhu’i (Tematik). Hasil Penelitian Menunjukkan 10 Ayat Al-Qur’an tentang memaafkan dengan akar kata *al-afw* dan *Maghfirah*. Dengan akar kata *al-afw* sebanyak 9 ayat yakni terdapat dalam Surat Al-Baqarah ayat 109, Surat Āli ‘Imrān ayat 134, Surat An-Nisa ayat 149, Surat Al-Ma’idah ayat 13, Surat Al-A‘rāf ayat 199, Surat Al-Hijr ayat 85, Surat An-Nur ayat 22, Surat Asy-Syura ayat 40, dan Surat At-Taghabun ayat 14 dan dengan akar kata *Maghfirah* terdapat satu ayat yang berkaitan memaafkan yakni terdapat dalam Surat Al-Baqarah ayat 264. Penelitian ini dibagi kepada dua pembahasan. Pertama, Mengklasifikasi ayat-ayat tentang memaafkan. Kedua, penafsiran ayat memaafkan, di bagi kepada empat tema, tema pertama memaafkan dalam interaksi social, tema kedua, maafkan orang kafir, tema ketiga memaafkan walaupun sanggup membalas dan tema ke empat, memaafkan dan tidak dendam dalam ruang lingkup keluarga. Integrasi diantara ayat-ayat al-qur’an memiliki hubungan langsung terhadap kesehatan spriritual, mental, emosional dan fisik. Disertai penjelasan hubungan memaafkan dengan teori kesehatan secara holistic.

Menyimpan amarah akan menyebabkan stres dan depresi. Stres yang berlarut-larut berdampak buruk bagi kekebalan tubuh, produksi anti bodi akan terganggu akibat tertekan. Tubuh rentan terhadap serangan mikroorganisme dan berbagai jenis penyakit. Dalam pengobatan holistik, energi kasih sayang meningkatkan produksi sel pembunuh alami (NK Cells) dan memperkuat sistem imun tubuh untuk melawan sel-sel rusak atau kanker.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan Syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Taufik, Rahmat dan hidayah serta Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dan dapat pula menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan sebagai syarat penyelesaian studi Strata Satu (S1) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dengan gelar Sarjana Agama (S.Ag).

Shalawat dan salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah mewasiatkan Al-Qur'an dan Hadis kepada umat manusia sebagai petunjuk dalam menjalani kehidupan. Semoga kita semua dapat Syafa'atnya di yaumul akhir kelak. Aamiin. Selama penelitian dan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan masukan, arahan, dorongan, dan dukungan dari berbagai pihak, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Ahmad Deski, S.SI, MA selaku Rektor Institut Darul Qur'an Payakumbuh yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan studi di Institut Darul Qur'an Payakumbuh.
2. Ibu Yenni Rahman, S.Th.I, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam dan selaku Pembimbing I dalam penulisan skripsi ini, yang telah membantu, memotivasi, memberikan referensi dan pengorbanan waktu beliau yang berharga serta arahan terhadap penulisan skripsi ini.

3. Bapak Febri Wardani, S.Ud. M.Ag selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dan selaku pembimbing II sekaligus dosen Pembimbing Akademik, yangtelah banyak memberikan pengarahan, referensi kitab kitab, bantuan, motivasi,bimbingandan pengorbanan waktu beliau yang berharga kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Seluruh pengurus Yayasan Darul Furqan, serta seluruh civitas akademikaInstitut Darul Qur'an Payakumbuh yang telah banyak memberikan ilmu yangbermanfaat, motivasi, nasehat, dan sarana prasarana serta semangat padapenulis. Para ulama yang hasil karya mereka telah menjadi bahan rujukan bagipenulis dalam menyelsaikan skripsi ini.
5. Petugas perpustakaan Institut Darul Qu'an Payakumbuh yang telahmemberikan fasilitas dan kemudahan dalam menelusuri kitab-kitab tafsir danbuku-buku sumber rujukan.
6. Segenap Majelis dosen yang sudah mengajar penulis selama proses perkuliahan di Institut Darul Qur'an Payakumbuh.
7. Yang paling utama kedua orang tua penulis, Alm Apa Syahrir Sy dan Ibu Djasmihartis yang telah membesarkan penulis dengan penuh kasih sayang dan kesabaran dan mendidik dengan pengetahuan agama sedari kecil. Terima kasih banyak telah memberi contoh yang baik baik, selalu mendo'akan dan memotivasi untuk menyelesaikan Studi di Institut Darul Qur'an

Payakumbuh. Kuliah ini salah satu proses untuk mencapai keinginan kedua orang tua untuk bisa semua anaknya jadi sarjana. Semoga ini bisa jadi amal jariah dan pahala dari Ilmu yang bermanfaat bagi kedua orang tua penulis. Aamiin

8. Kepada Uni Syahmihartis yang sering meminjamkan bukunya di waktu kuliah dulu dari pustakanya untuk menunjang proses belajar, Uda Lukman Hakim yang berbagi kisah perjuangan di waktu Kuliahnya, Adiak Ahmad Ridho yang memberi motivasi untuk melanjutkan kuliah lagi, Adiak Yetti Hasnah dan Suami yang sering memberi info terkini terkait perkuliahan serta memotivasi Uda jangan sampai tidak selesai, jangan kalah sama anak yang sama sama kuliah di idaqu, jangan bikin malu. Dan terakhir kepada Adiak Maulida Rahmi yang selalu memberi semangat, terkhusus alm Adiak Fadhila Zulfa, semangat almarhumah dalam kuliah dan menghafal qur'an jadi motivasi tersendiri dalam diri penulis untuk terus berjuang menyelesaikan kuliah di Idaqu, semoga Semua kebaikan dari Uni, Uda dan adiak-adiak dan contoh yang almarhumah berikan jadi pahala dari ilmu yang bermanfaat dari yang beliau ajarkan. Aamiin.
9. Kepada Pak Arman S yang telah sabar memuraja'ahkan ilmu Mataloginya, sabar di telpon berkali-kali untuk menggali informasi dari buku beliau, juga yang banyak membantu dalam memberikan referensi tentang Kesehatan Holistik. Dan Guru guru

ThibbunNabawi lainnya yang tidak disebut satu persatu karena banyaknya. Semoga Ilmu yang di ajarkan jadi ladang amal Shaleh dunia akhirat bagi para guru Penulis

10. Kepada Istri yang selalu *support* selama kuliah di Institut Darul Qur'an Payakumbuh, merelakan hak waktu karena dibagi untuk kuliah, tenaga untuk mempersiapkan suami untuk kuliah, pikiran positif selama penulis di kampus dan do'a serta dana.
11. Kepada anak-anak yang selalu memberikan kemudahan dan bantuan moril serta menjadi motivasi untuk menyelesaikan kuliah yang di usia tidak muda lagi. Untuk Rahma Fitri Aini yang jadi teman kuliah yang penuh semangat dan kerja samanya dalam tugas kelompok, untuk Muhammad Al Fatih yang membantu buka kitab tafsir Buya Hamka mencarikan surat dan ayat yang akan di bahas dalam penelitian ini. Untuk Muhammad Ibrahim el Zikri dan Muhammad Gaza Rahmat atas bantuan do'a nya
12. Kepada Mitra, Mentor, sesama Leader HNI dan Managemen HNI yang banyak memberi kemudahan serta memotivasi untuk menyelesaikan studi di Institut Darul Qur'an Payakumbuh
13. Kepada kakak Tingkat yang sering membantu menunjukkan referensi kitab saat kuliah, Kawan satu Angkatan yang sama sama semangat belajar dan sama sama semangat untuk jadi Sarjana, teman diskusi dan sharing yang menyenangkan. Kebersamaan tidak hanya di waktu kuliah, waktu liburpun kita sering kumpul

kumpul dan makan bersama yang mendatangkan kebahagiaan. Kebaikan antum semua semoga Allah balas dengan pahala yang berlipat ganda dan adik tingkat yang selalu menyambut hangat saat belajar bareng di Institut Darul Qur'an Payakumbuh.

Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfa'at kepada seluruh pihak yang memerlukan agar bisa menjadi amal jariyah bagi penulis dan orang-orang yang telah berkontribusi di dalamnya.

Payakumbuh, 5 Juli 2026

Penulis

Adek Rahmat

NIRM.2219038

PEDOMAN TRANSLITERASI

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam skripsi ini berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158 dan No. 0543 b/u/1987 tanggal 10 September 1987 yang secara garis besar dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini direpresentasikan dengan tiga cara: menggunakan huruf, menggunakan tanda, atau menggunakan gabungan keduanya.

Huruf Arab	Nama	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	ḥa	ḥ	ha (dengan titik)

			di bawah)
خ	kha	kh	ka dan ha
د	dal	d	De
ذ	ḏal	ḏ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	Er
ز	zai	z	Zet
س	sin	s	Es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	ṣad	ṣ	es (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 vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal Tunggal

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
—	Fathah	a	A
◌ِ	Kasrah	i	I
◌ُ	Dammah	u	U

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berpagabungannya antara harkat dan huruf, transliterasi gabungan huruf, yaitu:

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan Huruf	Nama
ي	Fathah dan ya	ai	a dan i
و	Fathah dan	au	a dan u

	wau		
--	-----	--	--

c. Maddah

Maddah atau vocal panjang lambangnya dengan harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
اَ.....يَ	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
يِ	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
و.....وْ	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

d. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua:

1) Ta' Marbutah Hidup

Ta' marbutah yang hidup atau yang mendapat harkat fathah, kasrah dan dammah, transliterasinya adalah t.

2) Ta' Marbutah Mati

Ta' marbutah yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah h.

- 3) Kalau pada suatu kata yang akhir katanya ta'marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al, secara beacaan kedua kata itu terpisah maka ta'marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

e. Syaddah (Tasydid)

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

f. Kata Sandang

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

- 1) Kata Sandang yang Diikuti oleh Huruf Syamsiah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf I diganti dengan huruf yang sama

dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu. Pola yang dipakai ada dua.

2) Kata Sandang yang Diikuti oleh Huruf Qamariah

Kata sandang yang diikuti huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya. Baik diikuti oleh huruf syamsiah maupun qamariah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sambung/hubung.

g. Hamzah

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

h. 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 per kata dan bisa pula dirangkakan.

i. Huruf Kapital

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

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

j. Tajwid

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

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	Error! Bookmark not defined.ii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	x
DAFTAR ISI.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan dan Batasan Masalah.....	9
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	10
D. Kajian Relevan	11
E. Definisi Operasional	15
BAB II LANDASAN TEORI.....	19
A. Tafsir Maudhu’i.....	19
B. Pengertian dan Konsep Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur’an.....	23
C. Memaafkan dalam Perspektif Psikologi Umum dan Psikologi Islam	26
1. Konsep Memaafkan (<i>Forgiveness</i>) dalam Psikologi Modern.....	26
2. Psikologi Pemaafan dalam Perspektif Islam	27
D. Standar memaafkan	29
E. Batasan-batasan mana yang dimaafkan Rasulullah dan mana yang tidak	29
F. Pengertian Kesehatan secara Holistik.....	30
G. Emosional Menurut Buku Matalogi	31
H. Sejarah Tentang Analisa Mata	33
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Jenis Penelitian.....	40
B. Sumber data Penelitian	42
C. Teknik Pengumpulan Data	43

D. Teknik Analis Data.....	44
E. Pendekatan Tafsir yang Digunakan	45
F. Fokus Penelitian.....	46
G. Teknik Pengumpulan Data	47
BAB IV PEMBAHASAN	49
A. Klasifikasi ayat-ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an.....	49
B. Penafsiran ayat-ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an	52
BAB V PENUTUP.....	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA.....	103

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masyarakat hari ini jika sakit mereka sebagian hanya berfokus ke layanan Kesehatan medis yang mana layanannya berfokus ke masalah fisik saja, seperti konsumsi obat-obatan kimia sintetis, Tindakan operasi dan segala macam Tindakan lainnya.¹ Dalam proses tindakan medis tak terelakkan dari efek samping baik efek tindakan maupun efek dari mengkonsumsi obat kimianya. Belum lagi biayanya, bagi yang ada asuransi atau BPJS lebih mending dari yang tak punya akan terasa sangat mahal. Jika sakitnya non fisik mereka pergi ke psikolog untuk berkonsultasi, minta nasehat dan meminta resep obat. Sebagai mana kita ketahui, Sumber keilmuan medis (kedokteran dan kesehatan) berasal dari berbagai landasan ilmiah yang ketat, terstruktur, dan berbasis bukti (*Evidence-Based Medicine*).² Itu artinya hasil karya manusia

Ada lagi Sebagian Masyarakat awam yang jika sakit akan berobat dengan dukun, bisa jadi karena pengetahuan terbatas bisa jadi setelah berobat medis dan belum sembuh mereka lalu berobat ke dukun sementara itu perbuatan Syirik’.

¹<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MTYyMCMx/persentase-penduduk-yang-berobat-jalan-sebulan-terakhir-menurut-provinsi--dan-tempat-cara-berobat--2009-2022.html>

²<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>

Berbeda dengan Sebagian Masyarakat lainnya yang sudah dapat info pengobatan alternatif seperti thibbunNabawi, maka mereka akan berobat dengan ThibbunNabawi. Nah kadang mereka tahu ThibbunNabawi itu hanya bekam, maka mereka berbekam, jika mereka tahu pengobatan tulang belakang dengan berkuda, mereka naik kuda, ada yang berenang bahkan ada juga yang pergi ke ahli tulang dan syaraf, jika dislokasi maka terapisnya memperbaiki penyimpangannya dan ada juga jika mereka kenal herba maka mereka meminum herba herba yang biasa di konsumsi Rasulullah yang di sebutkan dalam banyak hadits Rasulullah SAW, termasuk mereka menjaga pola makan yang halal thayyib, masih seputar fisik juga.

Mereka Sebagian belum sampai memahami pengelolaan kesehatan itu selain fisik bahwa ada pengelolaan kesehatan emosional, Kesehatan mental dan Kesehatan spiritual.

Nah Islam hadir membawa solusi pengobatan yang bersumber dari Al qur'an dan Hadits Nabi S.A.W. yang tidak dikeragui lagi memberikan Solusi pengobatan yang tidak hanya fisik tapi mencakup pengobatan mental, emosional dan Spiritual. Pengobatan yang bebas dari syirik dan khurafat.

Karena melihat realita di lapangan seperti itu penulis ingin meneliti pengobatan selain dari pengobatan fisik saja tapi pengobatan secara menyeluruh, untuk kali ini peneliti ingin meneliti tentang mengelola emosional.

Maka dari itu penulis ingin meneliti ayat ayat tentang memaafkankarena memaafkan terkait dengan emosi supaya peneliti menemukan dalil yang kuat untuk membantu menyelesaikan masalah kesehatan Sebagian Masyarakat dengan jalan Al-Qur'an.

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri, itulah yang mengharuskan setiap manusia untuk bisa saling berhubungan dengan orang-orang disekitarnya, dan dalam hubungan antar manusia tidak lah sempurna, mungkin setiap manusia pernah melakukan kesalahan dan mungkin setiap manusia atau individu pernah merasa sakit hati, marah, kecewa, pada orang lain karena kesalahan yang dibuat oleh orang tersebut. Sejatinya rasa marah, kecewa dan sakit hati tersebut wajar jika ada seseorang melakukan kesalahan apalagi jika kesalahan tersebut sangat fatal.³

Namun demikian, manusia diciptakan juga dibekali dengan sifat-sifat untuk memperbaiki dirinya salah satunya sifat mudah memaafkan. Sifat pemaaf merupakan sifat yang mulia, karena tidak semua manusia dapat berbesar hati dengan mudah untuk memaafkan kesalahan orang lain.

Kata Maaf adalah ungkapan permintaan ampun atau ungkapan penyesalan dari kesalahan yang diperbuat.Sedangkan memaafkan adalah proses mental dan emosional yang lebih dalam.keputusan secara sadar untuk menghapus kebencian dan keikhlasan untuk berdamai dengan situasi tanpa pelaku meminta maaf. Dan pemaaf adalah orang yang rela memberi

³ Ulin Nihayah, Salsabila Ade Putri, Rahmat Hidayat "Konsep Memaafkan dalam Psikologi Positif", Volume 3 Number 2 2021, <https://doi.org/10.32939/ijcd.v3i1.1031>

maaf (memaafkan).⁴ Memberi maaf setelah ada permintaan maaf dari pelaku dari sikap melepaskan tuntutan tapi tidak melupakan.

Memaafkan menjadi sebuah kebutuhan bagi seluruh manusia. Bukan sekadar sebagai tanda ada rasa bersalah dan pengakuan atas seluruh kesalahan yang telah dibuat. Memaafkan juga menjadikan kita sebagai manusia yang penuh dengan kelapangan dan kerendahan hati. Memaafkan orang yang bersalah kepada kita bukan hanya membuat mereka terlepas dari rasa bersalah, tetapi membuat kita semakin bersyukur karena masih diberi kesempatan untuk memaafkan orang lain.

Dalam bahasa Arab kata maaf berasal dari akar kata bahasa Arab *al-‘afw*. Quraish Shihab menyatakan bahwa kata *‘afw* diartikan sebagai kata “maaf”, dengan kata lain bermakna “menghapus”. Menurutnya, kata memaafkan kesalahan orang lain adalah seseorang telah menghapus bekas luka hatinya akibat kesalahan yang dilakukan orang lain.⁵ Bekas-bekas luka itu dihapus seakan-akan tidak pernah terjadi satu kesalahan apapun, karena itu bukanlah memaafkan bila masih ada sisa bekas luka di hati atau dendam.⁶

Menurut Niken Widiyawati dalam skripsi nya yang berjudul *Konsep Maaf Perspektif Al-Qur’an*, Dalam memaafkan, idealnya pemaaf berarti orang yang rela memberi maaf kepada orang lain. Pada intinya sikap pemaaf berarti sikap suka memaafkan kesalahan orang lain tanpa sedikit

⁴Kamus Besar Bahasa Indonesia Online <https://kbbi.web.id/maaf>

⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah Pesan, Kesan Dan Keserasian Al Qur’an* (Ciputat: Lentera Hati, 2000), Vol. 2, 207

⁶ Eristiamulyawan, “Pembacaan Makna Maaf Dalam Hadis Menghalalkan Tinjauan Hermeneutika Gadamer” (Uin Syarif Hidayatullah Jakarta: 2017), Hal 19

pun ada rasa benci dan keinginan untuk balas dendam. Pemaafan merupakan kesediaan untuk menanggalkan kekeliruan masa lalu yang menyakitkan, tidak lagi mencari-cari nilai dalam amarah dan kebencian, dan menepis keinginan untuk menyakiti orang lain atau diri sendiri.⁷

Orang yang telah memberikan maaf kepada orang lain akan mempengaruhi kesehatannya secara holistic, Kesehatan Spiritual, Kesehatan Emosional, Kesehatan Fisik dan Kesehatan Mental, untuk Kesehatan emosional, membuat emosi positif muncul dan penurunan kesedihan. Banyak faktor yang mempengaruhi keputusan untuk memaafkan, seperti penerimaan permintaan maaf atau pengakuan, yang menjadi titik beratnya seseorang dalam memberikan maaf salah satunya adalah niat dari pelaku, tingkat pemberian luka atau pelanggaran yang dirasakan, penerimaan permintaan maaf atau pengakuan, dan empati untuk pelaku.⁸

Abdul Mun'im menambahkan bila pemberian maaf itu dilakukan oleh orang yang lemah dan tidak punya daya upaya. Sikapnya itu belum masuk kategori sikap pemaaf. Juga tidak termasuk pemaaf bila seseorang memberikan maaf kepada orang lain, namun hatinya masih dongkol dan benci kepada orang yang melakukan kesalahan kepadanya, meskipun tidak sampai merencanakan pembalasan.⁹

⁷ Niken Widiyawati, "Konsep Maaf Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)" (Iain Ponorogo: 2017), Hal 17

⁸ Nashori, F. "Psikologi Pemaafan" (Yogyakarta: Safiria Insania Press, 2014), 45-46.

⁹ Abdul Mun'im Al-Hasyimi, Akhlak Rasul Menurut Bukhari dan Muslim (Jakarta: Gema Insani, 2009), Cet I, h. 357-358.

Di tengah masyarakat di temukan kasus kejahatan karena masih kurangnya sifat pemaaf. Di berita Online di temukan banyak kasus criminal dari kurangnya sifat pemaaf tersebut, berikut ada 2 kasus yang penulis kutip,

Pertama “Tanda tanya motif pembunuhan artis Sandy Permana oleh tetangganya sendiri akhirnya terjawab. Tersangka Nanang Irawan alias Gimbal ternyata menyimpan dendam kesumat. Kehidupan bertetangga Nanang 'Gimbal' dan Sandy Permana yang tak harmonis ini merupakan akumulasi selama bertahun-tahun. Puncaknya pada Minggu, 12 Januari 2025 pagi, Nanang melampiaskan kekesalannya yang terpendam kepada SandyPermana. Polisi menyebut aksi penikaman yang dilakukan Nanang kepada Sandy adalah tindakan spontanitas karena emosional sesaat”¹⁰

Kedua “Kasus pembunuhan berencana satu keluarga di Penajam Paser Utara, Kalimantan Timur, yang dilakukan pelaku remaja berusia 16 tahun penyelidikan motif awal pembunuhan ini karena sakit hati atau dendam”¹¹

¹⁰<https://news.detik.com/berita/d-7736257/dendam-kesumat-nanang-gimbal-ke-sandy-permana-hingga-berbuat-nekat>.

¹¹<https://www.bbc.com/indonesia/articles/c9041j1xdzqo>

Dari kedua kasus di atas dapat disimpulkan yang menjadi pangkal persoalan Adalah dendam yang tak berkesudahan dan kurangnya sifat memaafkan dari kedua pelaku

Di dalam Al Qur'an kita temukan ayat-ayat dengan akar kata *afw* sebanyak 9 ayat, yakni terdapat dalam Surat Al-Baqarah ayat 109, Surat Āli 'Imrān ayat 134, Surat An-Nisa ayat 149, Surat Al-Ma'idah ayat 13, Surat Al-A'rāf ayat 199, Surat Al-Hijr ayat 85, Surat An-Nur ayat 22, Surat Asy-Syura ayat 40, dan Surat At-Taghabun ayat 14.

Dan Ayat dengan akar kata *Maghfirah* terdapat satu ayat yang berkaitan memaafkan yakni terdapat dalam Surat Al Baqarah ayat 264

Adapun klasifikasinya: Surat dan ayat yang membahas memaafkan terkait perintah memaafkan dari Allah ada 9 ayat dan memaafkan ada 2 ayat. yakni Surat Al Baqarah ayat 263 dan Surat Ali Imran 134. Dari Kumpulan ayat di atas, maka penulis akan membahas di penelitian ini ayat yang berkaitan dengan memaafkan dan dampaknya kepada kesembuhan dalam proses Kesehatan secara holistik.

Ganjaran bagi orang-orang yang ma'afkan adalah kemuliaan dari Allah SWT. Rasulullah SAW bersabda, "Tidaklah seorang hamba memberikan maaf kepada saudaranya (karena Allah) melainkan Allah akan menambah kemuliaan baginya,". Ini menunjukkan bahwa memaafkan adalah tindakan yang sangat mulia di sisi Allah. Hati yang tenang dan damai serta fisik yang sehat ketika hati dipenuhi dengan kedamaian, tubuh merespons secara positif. Memaafkan dapat membantu menurunkan

tekanan darah, meningkatkan kualitas tidur, dan memperkuat sistem kekebalan tubuh¹²

Pahala yang besarmemaafkan adalah perbuatan baik yang mendatangkan pahala dari Allah. Pahala memaafkan bahkan disebutkan tidak terbatas. QS Asy-Syura (42):40 Menjalin Silaturahmi Memaafkan dapat memperbaiki hubungan yang retak dan mempererat tali persaudaraan. (QS. Al-A'raf: 199). Mendapatkan Ampunan Allah Allah SWT mencintai orang-orang yang pemaaf. Dengan memaafkan, seseorang juga berpotensi mendapatkan ampunan dari Allah SWT. QS. Al-Mujadilah: 2)

Meneladani Rasulullah SAW, Rasulullah SAW adalah contoh terbaik dalam memaafkan. Dengan meneladani beliau, seorang muslim akan mendapatkan keberkahan. Salah satu yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW adalah memaafkan. Rasulullah SAW bersabda, “Iman yang paling utama adalah sabar dan pemaaf atau lapang dada.” (HR. Bukhari dan Ad-Dailani)

Meningkatkan Kualitas Diri, Orang yang mudah memaafkan menunjukkan kualitas diri yang baik, seperti ketawadhuan dan kebesaran hati.¹³ Mendapatkan Kebaikan di Dunia dan Akhirat, Memaafkan

¹²<https://dinkes.solokkab.go.id/index.php?/4-alasan-kenapa-memaafkan-penting-bagi-kesehatan#:~:text=Memaafkan%20adalah%20sebuah%20proses%20perdamaian,penyalahgunaan%20alkohol%20dan%20obat%20terlarang.>

¹³ <https://uinsa.ac.id/blog/memaafkan-kunci-menuju-hidup-damai-dan-sehat-mental>

membawa manfaat baik di dunia maupun di akhirat, termasuk ketenangan jiwa, pahala yang besar, dan kemuliaan di sisi Allah.¹⁴

Karena melihat pentingnya sikap mudah memaafkan dalam usaha mencari kesembuhan yang holistik Serta banyaknya manfaat yang di dapat dalam memberi maaf. Karena dendam itu menimbulkan energi negatife yang mengganggu kinerja organ vital manusia. Memaafkan berarti melepaskan keterikatan energi negatife dengan kinerja organ vital manusia. Sikap ini merupakan ajaran mulia dalam Islam yang sangat ditekankan dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi Muhammad S.A.W.

Melalui penelitian ini, penulis ingin menggali dan menjelaskan nilai-nilai yang terkandung dalam ayat tersebut dengan pendekatan tafsir tematik, agar dapat memberikan kontribusi dalam memahami ajaran Islam secara lebih mendalam dan aplikatif, serta menumbuhkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya memafkan sesama saudara untuk mudahnya mencapai kesembuhan secara menyeluruh.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis memilih untuk mengangkat judul **“Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur'an dan Relevansinya dengan Kesehatan secara Holistik”**

B. Rumusan dan Batasan Masalah

1. Rumusan Masalah

¹⁴<https://www.bbc.com/indonesia/articles/c9041j1xdzqo>

Berdasarkan Latar Belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan permasalahan yang menjadi objek penulisan skripsi adalah Bagaimana memaafkan dalam perspektif Al-Qur'an dan relevansinya terhadap Kesehatan secara holistik

2. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terfokus dan tidak melebar, maka penulis membatasi pembahasan pada beberapa hal berikut:

- a. Mengklasifikasikan ayat-ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an.
- b. Penafsiran ayat-ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an dan relevansinya terhadap Kesehatan secara holistik

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mengklasifikasikan ayat ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an.
- b. Menafsiran ayat ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an.

2. Kegunaan Penelitian

Dari gambaran pendahuluan hingga tujuan penelitian, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara kolektif, baik untuk keilmuan, atau untuk peneliti, dan subjek penelitian (praktis). Manfaat tersebut adalah:

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dalam bidang Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, khususnya dalam kajian tematik tentang akhlak dan etika Islam yang bersumber dari Al-Qur'an.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan renungan dan motivasi bagi masyarakat untuk lebih mudah memaafkan, memberi dan meminta maaf, serta memperkuat nilai-nilai ukhuwah, toleransi, perdamaian dalam kehidupan sosial sehari-hari serta salah satu jalan untuk mencapai kesembuhan

D. Kajian Relevan

Kajian relevan adalah salah satu upaya penulis untuk menunjukkan penelitian sebelumnya yang dianggap mempunyai keterkaitan dengan judul yang akan diteliti, dan sebagai pembanding bagi penelitian terdahulu. Dengan demikian, maka penelitian yang penulis lakukan merupakan kajian atau bagian dari pengembangan penelitian sebelumnya sehingga kajian yang penulis lakukan bukan pengulangan atau duplikasi. Berdasarkan penelusuran penulis dari beberapa sumber kepustakaan, penulis menemukan beberapa referensi karya ilmiah yang relevan, yaitu:

1. Skripsi berjudul "Sikap Memaafkan Terhadap Sesama Manusia dalam Al-Qur'an" karya Marpuah, di UIN Antasari. Hasil dari penelitian ini Adalah sikap memaafkan menurut pandangan al-Qur'an merupakan sikap yang

terpuji dan termasuk salah satu ajaran moral yang ditekankan dalam Islam; diperintahkan oleh Allah swt. dan dicontohkan oleh Rasulullah saw. pelakunya dijanjikan mendapat ganjaran pahala yang besar di akhirat nanti. Allah menganjurkan umat-Nya untuk bersikap pemaaf guna mencapai ketenangan jiwa, menghindari dendam, serta membangun hubungan sosial yang lebih baik. Skripsi ini merupakan penelitian *library research* dengan menggunakan metode deskriptif-kualitatif.¹⁵

2. Skripsi berjudul “Konsep Memaafkan Dalam Perspektif Al-Qur’an Dan Relevansinya Terhadap Kesehatan Mental” karya Amirullah Bagus Purbianto di UIN KHAS Jember. Penelitian ini memperoleh kesimpulan relevansinya ayat-ayat memaafkan dengan kesehatan mental ialah sikap moderasi dan tindakan yang tidak melampaui batas merupakan terhindarnya dari gangguan jiwa. Perkataan yang baik dan hubungan yang harmonis merupakan tindakan yang mudah untuk menyesuaikan diri. Memaafkan tidak hanya dari lisan saja. Melainkan juga harus berlapang dada dan bersalaman merupakan Tindakan seseorang yang mampu menghadapi persoalan dalam masyarakat. Memberikan kesempatan orang yang bersalah agar

¹⁵Diakses pada situs <https://idr.uin-antasari.ac.id/28615/>

intropeksi diri dan tidak membalas kejahatan dengan kejahatan merupakan kemampuan seseorang untuk mengoptimalkan berbuat baik.¹⁶ Skripsi ini merupakan penelitian *library research* dengan menggunakan metode kualitatif

3. Jurnal dengan judul “Konsep Forgiveness Dalam Islam Dan Kaitannya Dengan Kesehatan Mental” karya Dini Azizah, Muhammad Farras Hasya Rahmadhani, Nadiya Lestari¹⁷. Dalam jurnal ini membahas tentang konsep pengampunan memegang peranan penting dalam Islam, menekankan nilai-nilai rahmat dan kesabaran dalam menanggapi kesalahan orang lain. Dari berbagai perspektif Islam, pengampunan diidentifikasi sebagai proses spiritual yang melibatkan kesadaran diri dan pengembangan diri untuk melepaskan perasaan dendam, amarah, atau kebencian, sehingga menumbuhkan kedamaian batin. Secara psikologis, tindakan memaafkan dapat mengurangi emosi negatif dan meningkatkan ketenangan batin, yang berkontribusi positif terhadap kesehatan mental seseorang. Dengan demikian, memahami dan mempraktikkan pengampunan dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi cara efektif untuk menjaga kesejahteraan mental. Jurnal ini

¹⁶ Diakses pada situs <http://digilib.uinkhas.ac.id/id/eprint/234>

¹⁷ Diakses pada situs <https://jipkm.com/index.php/jipkm/issue/view/5>

merupakan penelitian *library research* dengan menggunakan metode kualitatif

4. Jurnal dengan judul “Makna Al-‘Afwu dalam Tafsir Asy-Sya’rawi” karya Ferry Armando Gunawan, Muhamad Amrulloh, Akhmadiyah Saputra. Hasil dari penelitian bahwa makna *al-afwu* menurut Tafsir *asy-Sya’rawi* bermakna menghapus jejak/dosa, pemaafan/ampunan, sanksi/hukuman, tidak menghukum, bertambah, harapan dan kebaikan. Dan implementasi makna *al afwu*’ dalam kehidupan sehari-hari adalah dengan cara, Memaafkan dengan penuh keikhlasan, Menjadi pribadi yang pemaaf, Tidak menjadi orang yang pendendam, Berusaha menahan amarah dan Berbuat kebaikan kepada orang yang berbuat buruk.

Jurnal ini merupakan penelitian *library research* dengan menggunakan metode kualitatif

5. Jurnal berjudul “Implikasi Sikap Memaafkan Terhadap Kualitas Manusia: Studi Tafsir Al-Alusi terhadap Mahasiswa dan Masyarakat Muslim di Kota Medan” karya Pimpinan Abaik Simamora¹, Syahrin Harahap¹⁸. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengampunan dalam interpretasi al-Ālūsī memiliki tiga lapisan makna utama:

¹⁸ Diakses pada situs <https://doi.org/10.58363/alfahmu.v4i1.521>

pertama, sebagai pengendalian diri yang mulia dan manifestasi akhlak yang luhur; kedua, sebagai ekspresi kekuatan spiritual yang hanya dapat dilakukan oleh individu yang diberdayakan secara spiritual; dan ketiga, sebagai puncak etika kenabian dan prinsip dasar peradaban kenabian. Dalam etika kontemporer, nilai pengampunan sebagaimana dijelaskan oleh al-Ālūsī relevan sebagai landasan etika universal yang menekankan moderasi, pengendalian emosi, dan penghormatan terhadap martabat manusia.

Jurnal ini merupakan penelitian *library research* dengan menggunakan metode kualitatif

Sejauh ini Penelitian tentang dampak memaafkan terhadap pasien hanya berpedoman pada teori teori barat. Oleh karena itu studi berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji atau menjelaskan penafsiran Perintah memaafkan dalam Al-Qur'an. Kajian ini bertujuan untuk menjelaskan dampak memaafkan terhadap seseorang menurut mufassir.

E. Definisi Operasional

Perintah dalam konteks Al-Qur'an merupakan bentuk komunikasi ilahi yang bersifat wajib atau anjuran dari Allah SWT kepada umat manusia. Perintah dapat berbentuk kalimat imperatif (amar) yang

menunjukkan keharusan, dorongan, atau bimbingan moral terhadap suatu tindakan tertentu. Dalam studi tafsir, perintah tidak hanya dipahami secara literal, tetapi juga dianalisis berdasarkan konteks ayat, penggunaan lafaz, dan tujuan syar'i (maqāṣid al-sharī'ah) di balik arahan tersebut. Perintah Allah dalam Al-Qur'an berfungsi sebagai pedoman hidup manusia dalam membangun hubungan yang harmonis dengan Allah, sesama manusia, dan lingkungan.

Dalam konteks proposal skripsi ini, memaafkan difokuskan pada instruksi atau ajakan Allah SWT untuk memaafkan kesalahan orang lain, sebagaimana termaktub dalam berbagai ayat Al-Qur'an. memaafkan menunjukkan adanya nilai moral dan spiritual yang tinggi dalam ajaran Islam, yang tidak hanya berkaitan dengan aspek hukum tetapi juga bermanfaat untuk Kesehatan yang holistik. Oleh karena itu, memaafkan dalam hal ini dipahami sebagai instrumen pendidikan akhlak dan peneguhan etika sosial yang bertujuan menghapus dendam, mempererat ukhuwah, serta memperbaiki tatanan kehidupan bermasyarakat.

Memaafkan adalah tindakan sadar dan sengaja untuk melepaskan perasaan marah, dendam, dan keinginan untuk membalas atas kesalahan atau luka yang telah diterima dari orang lain. Dalam bahasa Arab, istilah yang sering digunakan adalah *al-'afw* yang secara harfiah berarti "menghapus" atau "menghilangkan". Dalam pengertian psikologis dan spiritual, memaafkan berarti membersihkan hati dari beban emosional negatif dan memberikan kesempatan kepada orang lain untuk

memperbaiki diri. Memaafkan tidak identik dengan melupakan atau menyetujui perbuatan salah, tetapi merupakan bentuk kebesaran jiwa dan kekuatan moral seseorang.

Dalam perspektif Islam, memaafkan adalah salah satu akhlak mulia yang sangat dianjurkan oleh Al-Qur'an dan dicontohkan langsung oleh Rasulullah SAW. Sifat pemaaf tidak hanya membawa kebaikan dalam hubungan antar manusia, tetapi juga membawa ketenangan batin, kesehatan mental, dan pahala yang besar di sisi Allah SWT. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, memaafkan dioperasionalkan sebagai tindakan spiritual yang bersumber dari keimanan dan ketaatan terhadap ajaran Al-Qur'an, yang diwujudkan dalam perilaku sosial sehari-hari untuk menciptakan masyarakat yang damai dan harmonis.

Dalam penelitian ini, perspektif Al-Qur'an berarti menelusuri bagaimana konsep memaafkan dijelaskan dan diperintahkan dalam ayat-ayat yang relevan. Perspektif ini juga mencakup analisis terhadap penafsiran para ulama (*tafsir maudhu'i*), serta nilai-nilai yang ingin ditegakkan oleh Al-Qur'an melalui perintah memaafkan. Dengan perspektif ini, penelitian berupaya menggali makna terdalam dari ajaran Islam tentang memaafkan sebagai jalan untuk mencapai kesembuhan secara holistic.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), relevansi memiliki arti, Relevansi (*n*): Hubungan; keterkaitan. Kata ini merujuk pada

sejauh mana suatu hal memiliki hubungan yang erat, bersangkutan paut, atau sesuai dengan hal lain yang sedang dibahas atau dibutuhkan.

Dalam penelitian ini, peneliti ingin menjadikan al-qur'an sebagai rujukan hukum dan yang relevan dalam pengobatan holistic tentang emosional, yakni yang berkaitan dengan memaafkan. Kesehatan holistik memandang manusia sebagai satu kesatuan utuh yang mencakup empat domain utama: Spiritual, Emosional, mental dan Fisik. Ketika seseorang menyimpan dendam, kebencian tersebut menjadi racun (*toxic stress*) yang merusak keempat domain ini sekaligus. Nah di penelitian ini akan membahas ayat ayat memaafkan yang relevan dengan Kesehatan Holistik.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tafsir Maudhu'i

Tafsir/*taf·sir/ n* keterangan atau penjelasan tentang ayat-ayat Alquran agar maksudnya lebih mudah dipahami; harfiah tafsir kata demi kata;

-- mimpi penggunaan ciri-ciri modern untuk menguraikan arti mimpi; menafsirkan/*me·naf·sir·kan/ v* 1 menerangkan maksud ayat-ayat Alquran atau kitab suci lain; 2 menangkap maksud perkataan (kalimat dan sebagainya) tidak menurut apa adanya saja, melainkan diterapkan juga apa yang tersirat (dengan mengutarakan pendapatnya sendiri); mengartikan: *setiap ~ pasal itu menurut kepentingannya sendiri*.; tafsiran/*taf·sir·an/ n* penjelasan atau pendapat (tentang suatu kata, kalimat, cerita, dan sebagainya); *interpretasi*; hasil menafsirkan; penafsiran/*pe·naf·sir·an/ n* proses, cara, perbuatan menafsirkan; upaya untuk menjelaskan arti sesuatu yang kurang jelas.¹⁹

Tafsir adalah ilmu yang berfungsi untuk memahami dan menjelaskan makna ayat-ayat Al-Qur'an. Tafsîr secara bahasa merupakan bentuk *isim masdar* (kata benda abstrak) dari *fassara - yufassir tafsîran* yang berarti menjelaskan sesuatu (*bayân al-syai' wa idlahuhu*)²⁰. Kata tafsîr dapat pula berarti *al-ibânah* (menjelaskan makna yang masih samar),

¹⁹ <https://kbbi.web.id/tafsir>

²⁰ Abû Hasan Ahmad Ibn Fâris, *Magâyis al-Lughah* (Beirut: Dâr Ihya al-Turâts al-Arabi 2001), hlm. 818.

al-kasyf (menyingkapkan makna yang masih tersembunyi), dan *al-izh-hâr* (menampakkan makna yang belum jelas).²¹ "Dari tinjauan makna bahasa tersebut, maka tafsir secara istilah dapat diartikan sebagai suatu hasil pemahaman atau penjelasan seorang penafsir, terhadap al-Qur'an yang dilakukan dengan menggunakan metode atau pendekatan tertentu. Tujuan penafsiran itu untuk memperjelas suatu makna ayat-ayat al-Qur'an atau menguraikan berbagai dimensi dan aspek yang terkandung dalam al-Qur'an, sesuai dengan kemampuan manusia memahaminya

Secara etimologis, kata *maudhu'î* berasal dari bahasa Arab *mawḍū' (موضوع)* yang berarti "topik" atau "tema".

Tafsir *maudhu'î* (tafsir tematik) adalah metode penafsiran Al-Qur'an yang menghimpun seluruh ayat yang berkaitan dengan suatu tema tertentu, kemudian menganalisisnya secara menyeluruh untuk mendapatkan pemahaman yang utuh tentang tema tersebut.²² Prof. Dr. Abdul Hayyi al-Farmawi, terdapat langkah-langkah sistematis dalam menyusun tafsir *maudhu'î* yaitu:

1. Menentukan Tema: Memilih satu topik atau judul yang akan dibahas.
2. Menghimpun Ayat: Mengumpulkan seluruh ayat Al-Quran yang berkaitan dengan tema tersebut.

²¹ Muhammad Abdul Azhîm al-Zarqani, *Manahil al-Irfan fi 'Ulum al-Qur'ân*, Juz II (Mesir Musthafa al-Baby al-Halabi, tth), hlm. 3. Lihat pula, Manna' al-Qaththân, *Mabâhith fi Ulûm al-Qur'an* (Tt: Mansyurât al-Ashr al-Hadis, 1973), hlm. 323.

²² M.Ag. Dr. Zulheldi, *6 Langkah Metode Tafsir Maudhu'î* (Depok: Rajawali Pers, 2017).

3. Menyusun Kronologi: Mengurutkan ayat berdasarkan masa turunnya (*Makkiyah* dan *Madaniyah*) serta latar belakang turunnya (*Asbabun Nuzul*).
4. Menganalisis Korelasi: Menjelaskan hubungan (*Munasabah*) antar ayat maupun antar surah.
5. Menyusun Kerangka: Membagi pembahasan ke dalam sub-tema yang logis.
6. Melengkapi Referensi: Menambahkan penjelasan dari Hadits, pendapat sahabat, dan ilmu pengetahuan terkait.
7. Sintesis Makna: Menghubungkan ayat yang bersifat umum-khusus (*'amm-khash*) atau global-rinci (*mujmal-mubayyan*) untuk menarik kesimpulan yang utuh.

Menurut M. Quraish Shihab, tafsir tematik (*Maudhu'i*) adalah metode penafsiran yang menetapkan satu topik tertentu, kemudian menghimpun seluruh atau sebagian ayat dari berbagai surah yang berbicara tentang topik tersebut untuk dikaitkan satu sama lain guna mendapatkan kesimpulan yang menyeluruh. Beliau memandang metode ini sebagai solusi efektif untuk menjawab tantangan zaman dan problematika kontemporer yang dihadapi umat Islam.²³

at-Tafsīr al-Mawdhū'iy, yang dapat berupa penafsiran satu surah dengan grand tema yang di dalamnya ada tema-tema kecil; atau berupaya

²³Prof. M. Quraish Shihab, *Kaidah Tafsir: Syarat, Ketentuan, Dan Aturan Yang Patut Anda Ketahui Dalam Memahami Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2013).

mengumpulkan ayat-ayat yang berkenaan dengan tema tertentu, lalu mengumpulkan ayat-ayat yang berkaitan dengan tema tersebut, menyusunnya berdasarkan runtutan turunnya, kemudian membahasnya. Abdullah Karim: Metodologi Tafsir Alquran At-Tafsir al-Mawdhu'iy 125 dalam satu bahasan dengan memperhatikan sabab nuzul dan korelasi ayat dengan yang sebelum dan sesudahnya dan pengertian kosakatanya, agar diperoleh gambaran yang jelas mengenai petunjuk ayat-ayat yang ditafsirkan dan dapat mengambil kesimpulan yang benar. Tafsir tematis dalam bentuk yang kedua ini, temanya dapat diangkat dari ungkapan yang digunakan oleh Alquran sendiri, atau dapat pula berdasarkan tema yang merupakan pemahaman mufasirnya terhadap konsep-konsep Alquran²⁴

Pada periode pertengahan, muncul berbagai corak penafsiran seiring dengan perkembangan disiplin keilmuan yang ada. Dalam literatur sejarah tafsir biasanya digunakan sebagai terjemahan dari Bahasa Arab *lawn* yang arti dasarnya adalah warna. Corak tafsir yang dimaksud di sini adalah nuansa khusus atau sifat khusus yang memberikan warna tersendiri terhadap tafsir. Sebagaimana sudah dimaklumi, tafsir sebagai satu bentuk ekspresi intelektual mufassir dalam menjelaskan pengertian ajaran-ajaran al-Qur'an sesuai dengan kemampuan Manusia²⁵

²⁴ <https://idr.uin-antasari.ac.id/20405/1/Metodologi%20Tafsir.pdf>

²⁵ Dinamika Sejarah Tafsir Al qur'an, Dt H Abdul mustaqim hal 112

Berikut adabeberapa corak Tafsir yakni corak Linguistik, corak fiqih, Corak Teologis, Corak sufistik, Corak Falsafi dan Corak Ilmi atau Sains. Tafsir 'Ilmi adalah corak penafsiran al-Qur'an yang menggunakan pendekatan teori-teori ilmiah untuk menjelaskan ayat-ayat al-Qur'an. Atau corak penafsiran yang dimaksudkan untuk menggali teori-teori ilmiah dan pemikiran filosofis dari ayat-ayat al-Qur'an. Dengan kata lain, tafsir ilmi ini disamping dimaksudkan untuk '*justifikasi* dan mengkomprokan teori-teori ilmu pengetahuan dangan al-Qur'an, ia juga bertujuan untuk melakukan *deduksi* teori teori imu pengetahuan dari ayat ayat Al Qur'an itu sendiri²⁶

B. Pengertian dan Konsep Memaafkan dalam Perspektif Al-Qur'an

Secara etimologi, kata *al-'Afw* berasal dari bahasa Arab '*afa – ya'fu* – '*afwan* yang berarti menghapus, menggugurkan, atau meninggalkan.²⁷ Menurut KBBI, memberi maaf atau memaafkan berarti memberikan ampun atas kesalahan, tidak menganggap salah, atau membebaskan seseorang dari tuntutan/hukuman.²⁸ Ini adalah tindakan tulus melepaskan amarah dan tidak lagi mempermasalahkan dan tidak menuntut balas meskipun memiliki kemampuan untuk melakukannya. Dalam istilah syariat, memberi maaf adalah sikap berlapang dada atas kesalahan orang lain, menahan diri dari rasa dendam, serta melepaskan hak untuk membalas demi mengharap rida Allah SWT.

²⁶ Dinamika Sejarah Tafsir Al qur'an, Dt H Abdul mustaqim hal 136

²⁷ Prof. Muhammad Quraish Shihab, *Ensiklopedi Al-Qur'an Kajian Kosa Kata*, ed. Sahabuddin (Jakarta: Lentera Hati, 2007).

²⁸ Kamus Besar Bahasa Indonesia Online <https://kbbi.web.id/maaf>

Menurut Imam Al-Qurthubi dalam *Al-Jami' li Ahkam Al-Qur'an*. Ia menjelaskan bahwa memaafkan merupakan bentuk kemuliaan jiwa yang menunjukkan kelapangan hati serta kedewasaan spiritual seseorang.²⁹ Menurut Imam Al-Ghazali, orang yang mampu memaafkan bukanlah orang yang lemah, tetapi justru orang yang memiliki kekuatan jiwa dan kelapangan hati.³⁰ Sikap ini merupakan ajaran mulia dalam Islam yang sangat ditekankan dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi Muhammad S.A.W.

Prof. Dr. Hamka dalam Tafsir Al-Azhar, bahwa “Menuntut balas adalah hak, tetapi ada yang lebih dari menuntut balas, yaitu memberi maaf. Memberi maaf orang yang menganiaya kita, memberi maaf orang yang memusuhi kita, memang berat. Tetapi penting. Sudahkah kita berani memberi maaf musuh kita? Sudahkah kita berani menghapuskan dari hati kita perasaan dendam, karena kesalahan teman pada kita?”³¹

Yang termasuk dalam kategori sifat *ul-'afw* adalah menghubungkan silaturahmi dengan orang yang memutuskannya, memaafkan orang-orang yang bersalah, bersikap lembut terhadap orang-orang yang beriman dan akhlak-akhlak lainnya yang mencerminkan sebuah ketaatan³²

Dalam konteks spiritual, memaafkan berarti menghapus luka atau bekas-bekas luka yang ada di dalam hati. Quraish Shihab menegaskan

²⁹ <https://mui.or.id/baca/opini/memaafkan-dan-silaturahmi-spirit-ramadan-dalam-perspektif-akhlak-dan-fikih-sosial>

³⁰ <https://mui.or.id/baca/opini/memaafkan-dan-silaturahmi-spirit-ramadan-dalam-perspektif-akhlak-dan-fikih-sosial>

³¹ <https://be-songo.or.id/manusia-kuat-itu-berani-memaafkan/>

³² Tafsir al munir jilid,,

bahwa memaafkan adalah “menghapus bekas luka hatinya akibat kesalahan yang dilakukan orang lain. Bekas-bekas luka itu dihapus seakan-akan tidak pernah terjadi satu kesalahan apapun.” Dengan demikian, pemaafan sejati adalah kondisi di mana tidak tersisa sedikit pun bekas luka atau dendam di dalam hati.³³

Niken Widiyawati dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa pada intinya sikap pemaaf berarti “suka memaafkan kesalahan orang lain tanpa sedikit pun ada rasa benci dan keinginan untuk balas dendam. Pema’afan merupakan kesediaan untuk menanggalkan kekeliruan masa lalu yang menyakitkan, tidak lagi mencari-cari nilai dalam amarah dan kebencian, dan menepis keinginan untuk menyakiti orang lain atau diri sendiri.”³⁴

Rasulullah sepanjang hidupnya menjadi teladan terbesar dalam memaafkan. Salah satu hadis yang sangat terkenal menyatakan bahwa orang kuat bukanlah yang mampu bergulat, tetapi orang yang mampu menahan amarah. Penahan amarah itulah yang kemudian bisa sampai pada sifat pemaaf. Memaafkan merupakan salah satu akhlak mulia yang sangat ditekankan dalam Islam. Rasulullah Saw. adalah teladan tertinggi dalam hal memaafkan. Dalam sebuah hadis disebutkan:

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ أَيُّوبَ، وَقُتَيْبَةُ، وَابْنُ، حُجْرٍ قَالُوا حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ، - وَهُوَ ابْنُ جَعْفَرٍ - عَنِ الْعَلَاءِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ

³³Shihab, *Ensiklopedi Al-Qur'an Kajian Kosa Kata*.

³⁴Niken Widiyawati, “KONSEP MAAF PERSPEKTIF AL-QUR'AN (Studi Tafsir Tematik)” (IAIN Ponorogo, 2017).

وسلم قال " مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ وَمَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا وَمَا تَوَاضَعَ أَحَدٌ لِلَّهِ إِلَّا رَفَعَهُ اللَّهُ " .

Artinya:

Abu Huraira meriwayatkan bahwa Rasulullah ﷺ bersabda: "Sedekah tidak mengurangi harta, tidak ada seorang pun yang memaafkan orang lain kecuali Allah akan menambah kehormatannya, dan tidak ada seorang pun yang merendahkan diri karena Allah kecuali Allah akan meninggikan kedudukannya." (HR. Muslim no 6591)³⁵

C. Memaafkan dalam Perspektif Psikologi Umum dan Psikologi Islam

1. Konsep Memaafkan (*Forgiveness*) dalam Psikologi Modern

Dalam psikologi modern, Pemaafan (*forgiveness*) didefinisikan sebagai proses perubahan di mana seseorang secara sadar memutuskan untuk melepaskan keinginan membalas dendam dan menghindari pelaku, serta meningkatkan motivasi untuk berdamai. Enright dan Fitzgibbons, dua tokoh utama dalam riset *forgiveness*, mendefinisikan pemaafan sebagai “kesediaan untuk menanggalkan hak seseorang untuk membenci, menilai negatif, dan berperilaku acuh terhadap orang yang telah berlaku tidak adil, sambil tetap memupuk kualitas belas kasih, kemurahan hati, dan bahkan cinta terhadap dirinya.”³⁶

³⁵Imam Abu al-Husayn Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim al-Qushayri Al-Naysaburi, *Shahih Muslim* (Riyadh: Dar el Salam, 2002).

³⁶Thomas W Baskin and Robert D Enright, “Intervention Studies on Forgiveness: A Meta-Analysis” 82 (2004): 79–90.

Teori yang paling berpengaruh dalam psikologi pemaafan adalah *Process Model of Forgiveness* yang dikembangkan oleh Enright dan koleganya. Model ini mengidentifikasi empat fase utama dalam proses memaafkan: (1) fase pengungkapan (*uncovering phase*), di mana individu menyadari dan menghadapi rasa sakit emosional yang ditimbulkan oleh pelanggaran; (2) fase keputusan (*decision phase*), di mana individu membuat keputusan untuk memaafkan; (3) fase kerja (*work phase*), di mana individu mulai memahami pelaku dalam konteksnya dan mengembangkan empati; serta (4) fase pendalaman (*deepening phase*), di mana individu menemukan makna dari penderitaan dan pengampunan.³⁷

2. Psikologi Pemaafan dalam Perspektif Islam

Psikologi Islam mengintegrasikan pemahaman tentang jiwa manusia dengan wahyu Ilahi. Dalam perspektif ini, pemaafan memiliki kedudukan sentral yang tidak hanya dipahami sebagai *coping mechanisms* psikologis (mekanisme mental yang digunakan seseorang untuk mengelola, mengurangi, atau mengatasi stres, tekanan, emosi negatif, dan situasi sulit), tetapi juga sebagai ibadah dan jalan menuju penyucian jiwa.³⁸

³⁷R. P. Enright, R. D., & Fitzgibbons, *Helping Clients Forgive: An Empirical Guide for Resolving Anger and Restoring Hope*. (Washington DC: American Psychological Association., 2000).

³⁸Anita Pasta Billah Et Al., "Integrasi Islam Dengan Psikologi (Psikologi Islam)" 2, No. 1 (2026): 111–21.

Dalam psikologi Islam, pemaafan dikelompokkan ke dalam tiga dimensi, yaitu:

- a. Pemaafan manusia terhadap dirinya sendiri.
- b. Pemaafan manusia terhadap orang lain.
- c. Pemaafan Allah terhadap manusia.

Ketiga dimensi ini saling terkait dan membentuk kerangka pemaafan yang komprehensif. Hal ini berbeda dengan psikologi Barat yang umumnya hanya membahas pemaafan interpersonal (manusia terhadap manusia lain) tanpa mengaitkannya secara substantif dengan pemaafan Ilahi.³⁹

Salah satu kontribusi penting psikologi Islam adalah konsep *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) sebagai kerangka utama dalam memahami pemaafan. Dalam kerangka ini, pemaafan bukan sekadar teknik terapi, melainkan bagian dari perjalanan spiritual untuk membersihkan hati dari penyakit-penyakit batin seperti dendam, iri, dan kebencian. Proses pemaafan dalam perspektif ini melibatkan:

- a. *Mujāhadah* (perjuangan melawan hawa nafsu).
- b. *Murāqabah* (kesadaran akan pengawasan Allah)
- c. *Muḥāsabah* (introspeksi diri)

³⁹Irfan Tsaqif Amrullah, “Manfaat Memaafkan,” Buletin Al-Rasikh, 2022.

- d. *Tawakkal* (berserah diri kepada Allah) setelah melakukan upaya maksimal.⁴⁰

D. Standar memaafkan

Dalam memaafkan ada beberapa ciri ciri standar yakni tidak lagi mengungkit kesalahan di masa lalu jika terjadi konflik baru. Tidak membalas meskipun sebenarnya mampu membalasnya. Teringat kejadian tersebut tidak lagi memicu rasa marah, sakit hati, atau dendam. mampu bersikap netral atau bahkan berbuat baik, menerima itu sebagai taqdir.⁴¹ Prof. Dr. Hamka dalam Tafsir Al-Azhar, bahwa “Menuntut balas adalah hak, tetapi ada yang lebih dari menuntut balas, yaitu memberi maaf.”⁴²

E. Batasan-batasan mana yang dimaafkan Rasulullah dan mana yang tidak

Rasulullah S.A.W. memaafkan kesalahan yang berkaitan dengan diri dan harga dirinya, beliau tidak marah apalagi dendam. Beliau tidak pernah membalas hinaan atau perlakuan kasar individu demi kepentingan pribadinya. Seperti saat beliau di hina dan di lempari batu di Ta'if, dan Ada

⁴⁰Masyhuri, “PRINSIP-PRINSIP TAZKIYAH AL-NAFS DALAM ISLAM DAN HUBUNGANNYA DENGAN KESEHATAN MENTAL Oleh : Masyhuri Konsep Tazkiyah Al-Nafs Al-Ghazali,” *Jurnal Pemikiran Islam* 37, no. 2 (2012): 95–102.

⁴¹<https://repository.uin-suska.ac.id/6874/3/BAB%20II.pdf>

⁴² <https://be-songo.or.id/manusia-kuat-itu-berani-memaafkan/>

juga kejadian Dimana saat Rasulullah di hina oleh orang Yahudi buta dan juga yang selalu memfitnah beliau, tapi apa balasan Beliau? selalu beliau suapi makanan setiap hari⁴³

Berbeda Untuk pelanggaran hukum syariat atau perbuatan yang membahayakan eksistensi umat, Rasulullah SAW sangat tegas dan tidak memberikan kompromi/maaf yang menggugurkan sanksi hukum⁴⁴ Seperti Saat ada Orang Yahudi yang menyingkap rok Wanita Muslimah di pasar Yahudi, Rasulullah suruh untuk memerangi mereka dan masih banyak contoh yang lain.

F. Pengertian Kesehatan secara Holistik

Holistik berasal dari kata Yunani “*holos*” yang berarti keseluruhan.⁴⁵ Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, *holistic* adalah kata sifat yang berarti secara keseluruhan atau menyeluruh.⁴⁶ Konsep ini menekankan pada cara pandang yang melihat suatu objek, masalah, atau manusia sebagai satu kesatuan utuh yang saling berkaitan, bukan hanya kumpulan bagian-bagian terpisah. Kesehatan holistik berakar pada prinsip bahwa kesehatan tidak hanya berarti bebas dari penyakit atau kondisi fisik tertentu, tetapi juga melibatkan kesejahteraan emosional, mental, dan spiritual. Pendekatan ini mencakup berbagai aspek kehidupan,

⁴³ <https://www.uinjkt.ac.id/index.php/id/belajar-memaafkan>

⁴⁴ <https://digilib.uinkhas.ac.id/234/6/BAB%20III.pdf>

⁴⁵ Redaksi Halodoc, “Holistik Adalah: Pengertian Dan Manfaatnya Bagi Hidup,” Halodoc, 2026.

⁴⁶ Kamus Besar Bahasa Indonesia

termasuk pola makan, aktivitas fisik, manajemen stres, hubungan sosial, dan praktik spiritual.⁴⁷

Dalam buku Diktat KHT Dasar (Kuliah Herba Thibbun Nabawi Tingkat Dasar) Kesehatan Holistik di bahas dalam sub judul konsep kekuatan Fitrah. Dijelaskan kekuatan fitrah itu di tentukan oleh empat aspek yaitu aspek spiritual, aspek mental, aspek emosional dan aspek fisik.⁴⁸ Dalam Thibbun Nabawi (Kedokteran Islam) yang menentukan kesembuhan tidak hanya aspek fisik semata, melainkan secara keseluruhan aspek. Sementara itu dalam buku Metode Pengobatan Nabi S.A.W karya Ibnu Qayyim al-Jauziyah beliau mengklasifikasikan penyakit itu ke dua bagian besar yakni penyakit hati dan penyakit jasmani.⁴⁹

G. Emosional Menurut Buku Matalogi

Matalogi adalah sebuah metode atau istilah dalam pengobatan alternatif yang digunakan untuk mendeteksi kelemahan tubuh atau diagnosis dini penyakit melalui observasi pada bagian Iris, Sclera dan Pupil mata. Istilah ini sering digunakan oleh para praktisi di Indonesia sebagai nama payung bagi gabungan beberapa teknik analisis mata spesifik.⁵⁰

⁴⁷Usi Vokasi, “Kesehatan Holistik: Harmonisasi Yang Melibatkan Tubuh, Pikiran, Dan Jiwa,” Vokasi Unair, 2024.

⁴⁸Kelompok Kerja CELLS, *Diktat KHT Dasar Kuliah Herba Thibbun Nabawi Tingkat Dasar*, ed. Dewan Keilmuan dan Etika Profesi Asosiasi Terapis Thibbun Nabawi Indonesia, Cet 1 (Jakarta: CELLS, 2014).

⁴⁹Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Metode Pengobatan Nabi*, ed. LC. Arlin Andi, Cet.13 (Jakarta: Griya Ilmu, 2011).

⁵⁰M.Farm Apt. W. Tusy Wardhani., S.Si., “Matalogi: Ilmu Iris Dan Sclera Mata,” n.d., <https://id.scribd.com/document/539918386/7-MATALOGI>.

Praktisi matalogi biasanya menganalisis tiga bagian utama mata untuk memahami kondisi kesehatan seseorang sebagai berikut:

1. Iridologi (Iridology):

Ilmu yang mempelajari pola, warna, dan karakteristik lain dari iris (selaput pelangi) mata untuk menentukan informasi tentang kesehatan sistemik pasien.

2. Sklerologi (Sclerology):

Ilmu yang mengamati tanda-tanda pada sclera (bagian putih mata), seperti garis-garis merah atau pembuluh darah, yang diyakini mencerminkan stres atau masalah pada organ tubuh tertentu.

3. Pupilogi (Pupilogy):

Analisis terhadap pupil mata untuk melihat respon sistem saraf pusat dan kondisi emosional.

Iris mata disajikan pada pengamatan dengan nuansa yang bermacam-macam mulai dari warna biru, hijau, kuning, orange dan coklat tergantung pada konstitusinya. Di dalamnya juga ada banyak tanda-tanda terukir yang menjadi ciri dan struktur yang sangat menarik perhatian kita. Matalogi adalah teknik diagnostik non-invasif dan alami. Oleh karena itu, ini adalah disiplin holistik yang digunakan oleh para praktisi kesehatan alami oleh semua orang yang berurusan dengan obat-obatan dan terapi yang bukan konvensional.

Kata sederhananya adalah seorang ahli Matalogi cukup melihat sedikit lebih dekat ke Iris mata dengan menggunakan alat bantu kaca pembesar atau kamera khusus untuk mencari informasi bahwa sistem biologis kita yang luar biasa tersedia di jaringan anterior mata. Dalam sekejap saja sudah tersedia data aspek konstitusional (Gambaran ketahanan fisik dan kualitas genetik seseorang), energik (semangat hidup), sistemik (kondisi kesehatan menyeluruh), psikis (kondisi emosional, karakter dan mental), hingga kenangan umum tentang peristiwa penting dimasa lalu.⁵¹

Pada matalogi sudah jauh lebih melengkapi untuk dukungan tanda yang disajikan oleh iris mata melalui tambahan analisa sclera dan pupil mata. Dengan mensinergikan ini akan jauh menghasilkan akurasi analisa yang jauh lebih lengkap untuk mengungkap peristiwa yang di sajikan di mata di masa lalu dan yang sedang berlangsung.⁵²

H. Sejarah Tentang Analisa Mata

Sang Penulis Kitab Optik. Nama lengkapnya itu Abu Ali Muhammad al-Hassan Ibnu al-Haitham atau Ibnu Haitham, Ilmuwan kesohor itu lahir di Basrah (kini Irak) sekitar tahun 965 M dan wafat di Kairo sekitar tahun 1039 M. Di kalangan ilmuwan Barat beliau juga dikenal dengan nama Alhazen. Dia merupakan seorang ilmuwan Islam yang ahli dalam bidang sains, falak, matematika, geometri, filsafat dan

⁵¹Cikgu Arman Sibuea, *Matalogi Emosional* (Kisaran, 2020).

⁵²Cikgu Arman Sibuea, *Matalogiku Seri Iridologi Level II* (Kisaran, 2024).

juga di bidang pengobatan. Ibnu al-Haitham sudah banyak melakukan penyelidikan mengenai tentang cahaya dan telah memberikan ilham pada ahli sains barat seperti Boger, Bacon dan juga Kepler dalam menciptakan mikroskop serta teleskop.

Karena kehebatannya dalam menjabarkan optic RL Verma dalam karyanya *Al-Hazen: father of modern optics*, menabalkan Ibnu al-Haitham sebagai "Bapak optik moderen". Rosanna Gorini dalam karyanya yang bertajuk "*Al-Haytham the Man of Experience*" menyebut Ibnu al-Haitham sebagai pelopor metode ilmiah moderen. Tidak hanya itu, Ibnu al-Haitham juga di juluki sebagai pendiri percobaan fisika. Hal ini dijelaskan oleh Rüdiger Thiele dalam karyanya *In Memoriam: Matthias Schramm*, *Arabic Sciences and Philosophy*.

Ibnu al Haitham juga dianggap oleh sejumlah orang sebagai penemu dari percobaan psikologi untuk karya pertamanya di dalam psikologi persepsi visual dan ilusi optik. Ibnu al-Haitham membuat banyak laporan subyek berhubungan dengan penglihatan, karena itu ia dianggap sebagai psikolog pertama. Kehebatan-kehebatannya inilah yang membuatnya itu disebut sebagai "ilmuwan pertama". Secara lugas Bradley Steffens menyebut al-Haitham sebagai *The First Scientists*.

Kitab yang ditulis pada abad ke-11 M itu terdiri dari tujuh volume. Isinya tidak melulu membahas masalah optik. Dalam kitab itu, al-Haitham juga membahas dan mengkaji tentang fisika, matematika, anatomi, psikologi, mekanik dan astronomi. Namun, studi tentang optik mendapat

perhatian dan porsi yang lebih banyak dalam Kitab al-Manazhir. Dalam bahasa Latin Kitab Optik juga dikenal sebagai "*De Aspectibus or Opticae Thesaurus: Alhazeni Arabis.*" Al-Haitham atau Alhacen yang juga ilmuwan agung dari Persia itu menulis Kitab *al-Manazhir* saat berada dalam tahanan di Kairo, Mesir pada tahun 1011 hingga 1021 M.

Buku Optik ini memiliki pengaruh yang begitu penting pada pengembangan Ilmu optic, karena telah menjadi pijakan dan landasan fisika tentang optik moderen. Melalui kitab ini pemahaman mengenai cahaya dan penglihatan menjadi lebih terbuka. Selain itu, Kitab al-Manazhir juga sudah memper kenalkan percobaan dengan metode Ilmiah. M El Gomati M al-Amri Salih dalam tulleannya berjudul *The Miracle of Light*, menyejajarkan Kitab Optik karya al-Haltham dengan *Philosophiae Naturalle Principia Mathematica* buah karya ilmuwan Barat terkemuka Issacc Newton.

"Kitab *al-Manazhir* menjadi salah satu buku yang paling berpengaruh dalam sejarah fisika," tutur al-Amri Salih. Al Sabra dan JP Hogendijk, di dalam karyanya *The Enterprise of Science in Islam: New Perspectives* ia memuji kehebatan Kitab *al-Manazhir*. Keduanya menganggap Kitab Optik ini telah melakukan sebuah revolusi dibidang optik dan persepsi visual secara luas. Hal itu juga diakui pula oleh Gary Hatfield di dalam karyanya *Was the Scientific Revolution Really a Revolution in Science?*

Steffens mengatakan, Kitab Optik juga itu berisi diskusi dan penjelasan psikologi dari persepsi visual dan ilusi optik awal. Secara khusus, Omar Khaleefa di dalam karyanya *Who Is the Founder of Psychophysics and Experimental Psychology?* menegaskan bahwasanya Kitab *al-Manazir* juga mencakup kajian percobaan psikologi." Tidak hanya itu, buku ini memberikan deskripsi akurat yang pertama tentang kamera obscura, sebuah pelopor kamera modern," ungkap Nicholas J Wade dan Stanley Finger di karyanya yang bertajuk: *The eye as an optical instrument from camera obscura to Helmholtz's perspective*.⁵³

Berikut ini adalah penjelasan Ibnu al-Haitham didalam Kitab *al-Manazhir* yang terbukti kebenarannya berdasarkan optik modern: "Dia menjelaskan bahwa penglihatan itu merupakan hasil dari cahaya menembus mata dari benda, dengan demikian merupakan bantahan terhadap kepercayaan kuno yang mengatakan bahwa sinar penglihatan itu datang dari mata. "Dia menunjukkan bahwa wilayah kornea mata ialah lengkung dan dekat dengan conjunctiva/penghubung, tetapi kornea mata itu tidak bergabung dengan conjunctiva. "Dia menyarankan bahwa permukaan dalam kornea pada titik dimana ia bergabung dengan foramen mata menjadi cekung sesuai dengan lengkungan dari permukaan luar. Tepi-tepi permukaan foramen dan bagian tengah daerah kornea menjadi bahkan namun tidak satu.

⁵³Sibuea, *Matalogiku Seri Iridologi Level II*.

Dia merekam pembentukan sebuah gambar dalam kamera obscura saat gerhana matahari (prinsip dari kamera pinhole).""la menyatakan bahwa lensa adalah bagian dari mata yang pertama kali merasakan penglihatan. "Dia berteori mengenai bagaimana foto dikirim melalui saraf optik ke otak dan membuat perbedaan antara tubuh yang bercahaya dan yang tidak bercahaya."Bashar Saad, Hassan Azaizeh dan Omar Said dalam karyanya bertajuk "*Tradition and Perspectives of Arab Herbal Medicine: A Review*" menjelaskan bahwa Ibnu Haitham juga mengupas masalah pengobatan dan ilmu pengobatan mata. Bagi mereka, Kitab *al-Manazhir* telah menndorong dan membuat kemajuan penting dalam operasi mata. "Buku itu dengan benar menjelas-kan proses melihat untuk pertama kalinya," papar mereka.

Konsep iridologi pertama kali dipopulerkan oleh Theodore Kriege lewat buku *Chiromatica Medica* di Dresden, Jerman, pada 1670. Seabad kemudian, Christian Haertels menerbitkan disertasi di Gottingen berjudul *De Oculo et Signo* (mata dan tanda-tandanya). Pada abad ke-19, Ignatz von Peczely (1826-1911) tidak sengaja menemukan burung hantu yang patah kakinya disertai goresan hitam pada matanya. Anehnya, setelah burung hantu itu sembuh, goresan di matanya hilang.

Akhirnya, setelah melakukan penelitian pada manusia, Ignatz menghasilkan peta iridologi pertama. Ignatz juga menggunakan iridologi untuk mengotopsi tubuh manusia guna mengetahui dan memastikan letak penyakit. Chart iridologi selanjutnya disempurnakan oleh Bernard Jensen

pada 1982 dan sampai sekarang digunakan oleh praktisi iridologi di seluruh dunia. Iris mata kiri digunakan untuk mendeteksi organ tubuh sebelah kiri manusia. Iris kanan untuk mendeteksi organ di bagian kanan tubuh.⁵⁴

Setiap manusia pasti ingin sehat. Dan kita tahu, sadar dan mengerti bahwa kebiasaan sehari-hari terutama perilaku dan pola makan dan lingkungan sangat besar pengaruhnya terhadap kesehatan kita di kemudian hari. Anehnya, kesadaran dan pemahaman itu sering kali tidak cukup mencegah kita untuk melakukan perubahan terhadap pola makan dan "kebiasaan buruk" kita, sampai akhirnya keluar vonis dokter: penyakit Anda sudah sangat berat. Di sisi lain, kita mendapati banyak kasus malapraktik terjadi di berbagai rumah sakit sehingga membuat kita enggan dan takut untuk pergi berobat atau berkonsultasi dengan dokter. Akibatnya, penyakit bertambah parah.

Sejak tahun 1973, Dr. Bernard Jensen, Ph.D. mengembangkan iridologi di Amerika Serikat dengan kemajuan sangat pesat. Beliau yakin bahwa iridologi adalah sarana yang andal dan akurat untuk menilai kondisi yang terjadi pada tubuh kita. Dengan mendeteksi iris mata, kita bisa mengetahui apa yang sedang, atau bahkan yang akan, terjadi di tubuh kita, sehingga kita dapat memperbaiki sikap, mengubah pola hidup/makan, dan

⁵⁴ <https://dri.ipb.ac.id/dari-mata-turun-ke-penyakit/>

menemukan tindakan yang tepat untuk mendapatkan kesehatan yang terbaik.⁵⁵

Dalam perkembangannya, matalogi tidak hanya digunakan untuk melihat kondisi fisik, tetapi juga kesehatan jiwa dan karakter emosional seseorang. Hal ini menarik minat masyarakat yang mencari pendekatan pengobatan holistik (menyeluruh) yang menghubungkan antara pikiran, emosi, dan tubuh fisik⁵⁶. Dari Ilmu Matalogi emosional lah penulis ingin membuktikan kalau ayat al qur'an tentang memaafkan bisa di jelaskan dengan data dan fakta ke Masyarakat umum.

⁵⁵ https://perpus.e-leprindo.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1775

⁵⁶ https://repository.unmuhjember.ac.id/20628/1/23.%20Turnitin%20Buku%20Landasan%20Teori%20Pengobatan%20Islam_compressed.pdf

BAB III

METODE PENELITIAN

I. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (library research). Menurut Sugiyono, penelitian kepustakaan adalah penelitian yang lebih mengutamakan kajian teoritis dan referensi lain yang berkaitan dengan nilai, budaya, dan norma yang berkembang pada lingkup sosial yang diteliti.⁵⁷ Adapun menurut Nazir, penelitian kepustakaan adalah penelitian yang mengumpulkan data dengan melakukan penelaahan terhadap buku, catatan, serta berbagai laporan yang berkaitan dengan persoalan yang ingin dibahas.⁵⁸ Dengan demikian, penelitian kepustakaan ialah penelitian yang sebagian besar pengumpulan datanya hanya memerlukan kajian teoritis, sehingga tidak memerlukan riset lapangan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, karena permasalahan yang diteliti berhubungan dengan manusia yang secara fundamental lebih kepada pengamatan. Menurut Mamik, pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang menggunakan dasar mengenai pengamatan dalam menemukan apa yang tersembunyi dibalik suatu fenomena untuk dipahami secara mendalam. Pendekatan kualitatif ini

⁵⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2018).

⁵⁸ Abdi Mirzaqon T. and Budi Purwoko, "Studi Kepustakaan mengenai Landasan Teori dan Praktik Konseling Expressive Writing," *Jurnal BK UNESA* 8, no. 1 (2018).

digunakan untuk menghasilkan uraian tentang ucapan, tulisan, dan perilaku yang dapat diamati dari suatu individu dengan mengkaji berdasarkan perspektif secara komprehensif dan *holistik*⁵⁹. Untuk meneliti aspek emosional, jenis penelitian yang kami pakai Adalah Penelitian kualitatif Studi Kasus.

Menurut Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa: Penelitian metodestudi kasus adalah dimana peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap program, kejadian, proses, aktivitas, terhadap satu atau lebih orang. Suatu kasus terikat oleh waktu dan aktivitas dan peneliti melakukan pengumpulan data secara mendetail dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data dan dalam waktu yang berkesinambungan.

Fokus Utama peneliti Adalah mengInvestigasi mendalam tentang suatu individu yang bermasalah kesehatannya dan peneliti juga bisa meneliti orang-orang tertentu dan bagaimana mereka mengontrol emosi dalam kehidupan sehari-hari.⁶⁰

⁵⁹ Mamik, Metodologi Kualitatif (Surabaya: Zifatama, 2015).

⁶⁰ https://www.google.com/search?q=jenis+penelitian+kualitatif+yang+tujuh+yang+berkaitan+dengan+emosional+tipe+mana+yang+cocok%3F&oq=jenis+penelitian+kualitatif+yang+tujuh+yang+berkaitan+dengan+emosional+tipe+mana+yang+cocok%3F&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOdIBCjlxNDgyajBqMTWoAgiwAgHxBckpl2ARbdZk8QXJKSngEW3WZA&sourceid=chrome&ie=UTF-8

J. Sumber data Penelitian

1. Data

Data merupakan sekumpulan informasi yang berkaitan dengan topik yang akan diteliti. Pada penelitian ini akan menggunakan 2 (dua) macam data yaitu data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung didapat dari subjek penelitian. Dalam Penelitian ini yang menjadi data primernya yaitu kitab tafsir adab dan buku-buku yang ditulis oleh Arman Sibuea mengenai Matalogi Emosional. Ada beberapa judul buku dari karya Arman Sibuea yang dijadikan peneliti sebagai data primer, yakni; Iridologi level dua, Matalogi Emosional, Matalogi Nasab

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung atau data yang diperoleh dari karya orang lain.⁶¹ Dalam penelitian ini yang menjadi data sekunder ialah buku, laporan penelitian, jurnal dan artikel yang membahas tentang Maaf

2. Sumber Data

⁶¹ Ahmad Fauzi, Metodologi Penelitian (Purwokerto: Pena Persada, 2022)

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu karya tulis Arman Sibuea dan Karya tulis orang lain yang berkaitan dengan pengontrolan emosional.

K. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data penelitian adalah metode yang digunakan untuk mengumpulkan informasi yang diperlukan dalam sebuah studi atau penelitian. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan adalah studi literatur. Studi literatur adalah cara pengumpulan data melalui peninggalan arsip-arsip dan termasuk juga buku-buku tentang pendapat, teori, dalil-dalil atau hukum-hukum dan yang berhubungan dengan masalah penelitian⁶²

Berikut langkah-langkah dokumentasi yang dilakukan peneliti dalam mengumpulkan data; mencatat kutipan langsung tanpa merubah sedikitpun redaksi dari penulis karya tersebut, lalu mencatat intisari dari data dengan redaksi kata yang dirangkai sendiri oleh peneliti, kemudian membuat ringkasan secara analitik, kritis dan kreatif sehingga ditemukan gagasan yang merupakan jawaban dari rumusan masalah.⁶³

Langkah awal yang dilakukan peneliti adalah mengidentifikasi seluruh ayat Al-Qur'an yang mengandung kata memaafkan melalui penelusuran menggunakan Kamus Ma'ani sebagai sumber data digital untuk memastikan

⁶² Kawasati, —Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif. |

⁶³ Milya Sari and Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA," *Natural Science: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA* 6, no. 1 (2020)

bentuk, jumlah, dan konteks kemunculannya. Dapatlah kata 'afw. Dan magfirah Dilanjutkan menggunakan kamus Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfadh Al-Qur'ān Al-Karim untuk mengidentifikasi persebaran dalam berbagai surah yang terdapat di dalam Al-Qur'an.

Data yang diperoleh kemudian dicatat dan dikelompokkan sesuai tema-tema tertentu, seperti 'afw yang berkaitan dengan pemberian maaf Allah kepada hambanya, 'afw yang berkaitan dengan pemberian maaf sesama manusia yang diminta dan tanpa diminta dan kata Magfirah.

L. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan suatu proses sistematis untuk menelusuri, menyusun, dan mengatur data yang telah diperoleh dari berbagai sumber, seperti hasil dokumentasi, catatan penelitian, maupun bahan literatur lainnya. Kegiatan analisis mencakup proses pengelompokan, pemecahan, serta penafsiran data guna menemukan pola-pola tertentu, merangkum informasi penting, dan menentukan aspek-aspek yang relevan untuk dikaji lebih lanjut.

Selain itu, analisis dapat dipahami sebagai upaya memecah data menjadi bagian-bagian yang lebih kecil untuk mengungkap karakteristik dan struktur yang membentuknya. Dalam konteks penelitian kualitatif, sebagaimana dijelaskan oleh Bogdan dan Biklen dalam Lexy J. Moleong, analisis data merupakan proses bekerja dengan data secara menyeluruh, mengorganisasikannya menjadi satuan yang dapat dikelola, menyintesiskannya, serta menemukan pola-pola, ide-ide pokok,

dan makna yang dapat dijelaskan kepada orang lain⁶⁴. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi (*content analysis*). Yaitu metode untuk mengidentifikasi yang terkumpul dari sumber data Primer (Al-qur'an dan lima kitab tafsir), serta sumber sekunder (buku, jurnal, skripsi, tesis, artikel) yang membahas tentang memaafkan, mengklasifikasi, dan menafsirkan makna-makna yang terkandung dalam teks-teks dari berbagai literatur yang berkaitan dengan memaafkan dan pengobatan secara holistik, khususnya tentang buku *metalogi Emosional*

M. Pendekatan Tafsir yang Digunakan

Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir tematik (*maudhu'i*). Metode *maudhu'i* adalah metode tafsir yang menghimpun dan Menyusun ayat-ayat Al-Qur'an yang memiliki kesamaan arah dan tema, kemudian memberikan penjelasan dan mengambil kesimpulan, dibawah pada satu bahasan tertentu.⁶⁵. Dalam Kontek Penelitian ini, tema yang dikaji adalah memaafkan yang berdampak kepada kesembuhan secara holistik.

Melalui metode tafsir tematik, peneliti berupaya mengungkap makna *'afw* tidak hanya dari sisi bahasa, tetapi juga dari konteks penafsirannya dalam ayat-ayat yang berbeda. Metode ini memungkinkan analisis yang lebih komprehensif karena menghubungkan antar-ayat yang serupa (*munasabah al-*

⁶⁴ Naamy and Si, *Metodologi Penelitian Kualitatif*.

⁶⁵ Samsul, — *Takut Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudu'i)*.l

ayat), menelusuri ayat tentang memaafkan dan melengkapi penjelasannya dengan hadits Nabi dan riwayat lain untuk menyimpulkan penafsirannya, dan menelusuri relevansinya dengan kesembuhan emosional yang berdampak kepada kesembuhan secara holistic.

N. Fokus Penelitian

Menurut Sugiono (2022) Salah satu asumsi tentang gejala dalam penelitian kuantitatif adalah bahwa gejala dari suatu obyek itu sifatnya tunggal dan parsial. Dengan demikian berdasarkan gejala tersebut peneliti kuantitatif dapat menentukan variable-variabel yang akan diteliti. Dalam pandangan penelitian kualitatif, gejala itu bersifat holistik (menyeluruh, tidak dapat dipisah-pisahkan), sehingga peneliti kualitatif tidak akan menetapkan penelitiannya hanya berdasarkan variabel penelitian, tetapi keseluruhan situasi sosial yang diteliti yang meliputi aspek tempat (*place*), pelaku (*actor*) dan aktivitas (*activity*) yang berinteraksi secara sinergis.

Karena terlalu luasnya masalah, maka dalam penelitian kuantitatif ,peneliti akan membatasi penelitian dalam satu atau lebih variabel. Dengan demikian dalam penelitian kuantitatif ada yang disebut batasan masal. Batasan masalah dalam penelitian kualitatif disebut dengan fokus, yang berisi pokok masalah yang masih bersifat umum. Dalam hal ini peneliti Fokus meneliti tanda tanda dendam di mata pasien berdasarkan buku matalogi, harapannya pasien mau mudah memaafkan kesalahan orang lain dalam rangka mencari kesembuhan secara holistic. Untuk Imformannya bisa siapa saja yang merasa punya masalah Kesehatan.

O. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah proses penelitian dimana peneliti menggunakan cara ilmiah untuk mengumpulkan data yang relevan dengan topik penelitian yang sedang di bahas. Selama tahap pengumpulan data peneliti harus menggunakan teknik yang tepat untuk mendapatkan data yang akan membantu mereka menjawab pertanyaan penelitian mereka⁶⁶

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah Teknik dokumentasi. Dokumentasi adalah metode pengumpulan data dengan cara mencatat, menelaah, dan mengutip informasi dari berbagai sumber tertulis yang relevan.⁶⁷ Langkah-langkah pengumpulan data yang penulis lakukan adalah sebagai berikut :

1. Menghimpun ayat ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an. Proses ini dilakukan dengan menggunakan kitab Mu'jam al-Mufahras li Alfazh al-Qur'an al-Karīm⁶⁸
2. Mengidentifikasi tema memaafkan dalam Al-Qur'an
3. Memilah dan memilih ayat ayat yang paling relevan dengan 4 sub tema
4. Mengumpulkan penafsiran dari kelima kitab tafsir (Tafsir AL-Quran al A'zim, Al-Azhar, Al-Munir, Fi Zhilalil Qur'an, Tafsir Kemenag) terhadap masing-masing ayat.

⁶⁶ Mukhlash Abrar, Teknik Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif (Jambi: UNJA PUBLISHER, 2004)

⁶⁷ Abdul Fattah Nasution, Metode Penelitian Kualitatif, ed. MA Dr. Hj. Meyniar Albina, CV Harfa Creative, Januari, 2, vol. 11 (Bandung: CV. Harfa Creative: 2023)

⁶⁸ Muhammad Fu'ād 'Abd Al-Baqi, Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfadh al-Qur'an, 1945.

5. Mengumpulkan data sekunder berupa buku, jurnal, dan artikel tentang memaafkan

BAB IV

PEMBAHASAN

P. Klasifikasi ayat-ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an.

Setelah mengidentifikasi seluruh ayat Al-Qur'an yang mengandung kata memaafkan melalui penelusuran menggunakan Kamus *Ma'ani* sebagai sumber data digital untuk memastikan bentuk, jumlah, dan konteks kemunculannya. Dapatlah kata *afw* dan *Maghfirah*. Di lanjut menggunakan kitab *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfadh Al-Qur'an Al-Karim* untuk mengidentifikasi persebaran kata *afw* dalam berbagai surah yang terdapat di dalam Al-Qur'an. Data yang diperoleh kemudian dicatat dan dikelompokkan sesuai tema-tema tertentu, seperti *afw* yang berkaitan dengan pemberian maaf Allah kepada hambanya, dan *afw* yang berkaitan dengan pemberian maaf sesama manusia.

Di dalam Al Qur'an di temukan ayat-ayat dengan akar kata *al-afw* sebanyak 9 ayat, yakni terdapat dalam Surat Al-Baqarah ayat 109, Surat Āli 'Imrān ayat 134, Surat An-Nisa ayat 149, Surat Al-Ma'idah ayat 13, Surat Al-A'rāf ayat 199, Surat Al-Hijr ayat 85, Surat An-Nur ayat 22, Surat Asy-Syura ayat 40, dan Surat At-Taghabun ayat 14.

Dan Ayat dengan akar kata *Maghfirah* terdapat satu ayat yang berkaitan memaafkan yakni terdapat dalam Surat Al Bagarah ayat 263. Adapun klasifikasinya: Surat dan ayat yang membahas memaafkan terkait perintah memaafkan dari Allah ada 9 ayat dan memaafkan sesama manusia ada 2 ayat. yakni Surat Al Baqarah ayat 263.

Adapun klasifikasi ayat-ayat dengan akar kata *afw* dan *maghfirah* berdasarkan *Tartib Nuzul* sebagai berikut:

No	Surah & Ayat	Tema Utama	Klasifikasi	Urutan Turun (<i>Tartib Nuzul</i>)
1.	Al-A'raf ayat 199	Perintah memberi maaf	Makkiyah	Urutan ke-39
2.	Al-Hijr ayat 85	Memaafkan dan berlapang dada kepada orang kafir	Makkiyah	Urutan ke-54
3	Asy-Syūrā ayat 40	Memaafkan dalam keadaan sanggup membalas	Makkiyah	Urutan ke-62
4	Al-Baqarah ayat 109	Memaafkan orang kafir	Madaniyah	Urutan ke-87
5	Al-Baqarah ayat 263	memaafkan	Madaniyah	Urutan ke-87
6	Ali Imran ayat 134	memaafkan sesama manusia dan jaga lisan	Madaniyah	Urutan ke-89
7	An-Nisā' ayat 149	Memaafkan dalam keadaan punya kuasa untuk membalas	Madaniyah	Urutan ke-92
8	An-Nūr ayat 22	Jadilah pemaaf dan jangan jadi pendendam	Madaniyah	Urutan ke-102

9	At-Taghābun ayat 14	Maafkan anak istri lalu bimbing mereka kejalan yang benar	Madaniyah	Urutan ke-108
10	Al-Mā'idah ayat 13	Memaafkan orang kafir	Madaniyah	Urutan ke-112

No	Tema	Surah & Ayat	Klasifikasi	Urutan Turun (Tartib <i>Nuzul</i>)
1	Memaafkan dalam pergaulan sosisal	Q.S. Al-'Araf 199 Q.S. Al-Baqarah 263	Makkiyah Madaniyah	Urutan ke-39 Urutan ke-87
2	Perintah Memaafkan oleh Allah kepada Nabi Muhammad untuk orang Kafir	Q.S. Al-Hijr ayat 85 Q.S. Al-Baqarah ayat 109 Q.S. Al-Maidah ayat 13	Makkiyah Madaniyah Madaniyah	Urutan ke-54 Urutan ke-87 Urutan ke-112
3	Memaafkan walaupun sanggup membalas	Q.S. Asy Syura ayat 40 Q.S. Ali Imra ayat 134 Q.S. An Nisa' ayat 149	Makkiyah Madaniyah Madaniyah	Urutan ke-62 Urutan ke-89 Urutan ke-92
4	Memaafkan dan tidak dendam dalam wilayah keluarga	Q.S. An Nur ayat 22 Q.S. At Taghabun ayat 14	Madaniyah Madaniyah	Urutan ke-102 Urutan ke-108

Q. Penafsiran ayat-ayat tentang memaafkan dalam Al-Qur'an

Berdasarkan Klasifikasi ayat di atas, Penelitian ini akan menganalisis ayat ayat tentang memaafkan beberapa sub tema, tema pertama, Memaafkan dalam pergaulan sosial. Tema kedua Perintah Memaafkan oleh Allah kepada Nabi Muhammad untuk memaafkan orang Kafir. Tema ketiga Memaafkan walaupun dalam keadaan sanggup membalas dan tema keempat, Memaafkan dan Tidak dendam dalam lingkungan keluarga.

1. Memaafkan Dalam Pergaulan Sosial

Memaafkan dalam pergaulan sosial sangat diperlukan untuk menjaga keharmonisan hubungan, persatuan dan menghubungkan kembali silaturahmi yang mungkin terputus dengan orang yang bersalah, memaafkan orang-orang yang bersalah, bersikap lembut terhadap mereka dan akhlak-akhlak lainnya yang mencerminkan sebuah ketaatan. Dalam memaafkan mesti mampu dan bersedia untuk melepaskan rasa benci, dendam, atau keinginan membalas dendam terhadap orang lain yang telah melakukan kesalahan, menyakiti, atau mengecewakannya. Memaafkan dalam pergaulan sosial terdapat di Surat al Araf ayat 199 dan surat al Baqarah ayat 263.

Surat Al A'raf ayat 199, Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ

Artinya:

*“Jadilah pemaaf, perintahlah (orang-orang) pada yang makruf, dan berpalinglah dari orang-orang bodoh”.*⁶⁹

Surah al-A‘raf yang berjumlah 206 ayat termasuk golongan surahMakkiyah (kecuali ayat 163-167 Madaniyah), diturunkan sebelum turunnyaSurah al-An‘am yang termasuk golongan Surah as-sab‘al-liwal (tujuh surahyang panjang). Dinamakan al-A‘raf karena terdapat dalam surah ini yaitudalam ayat 46 yang mengemukakan tentang keadaan orang-orang yangberada di tempat yang tertinggi antara surga dan neraka⁷⁰

Tafsir ayat ini menurut Buya Hamka, “Dari berbagai macam tafsir, satu kita pilih, yaitu tafsir dari pada Hisyam bin Urwah bin Zubair, yang diterimanya dari pamannya, Abdullah bin Zubair. Bahwa, arti 'afwa di sini ialah memaafkan kejanggalan kejanggalan yang terdapat dalam akhlak manusia. Tafsir seperti ini terdapat juga dari pada Ummul Mukminin Siti Asyah. Tegasnya, menurut penafsiran ini, diakui-lah bahwa tiap tiap manusia itu betapa pun baik hatinya dan shalih orangnya, tetapi pada dirinya pasti terdapat kelemahan kelemahan.”⁷¹

⁶⁹ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/7?from=199&to=206>

⁷⁰ Kitab tafsir kemenag juz8 h288

⁷¹ Tafsir al Azhar jilid 3 h643

Sementara Tafsir ayat ini Menurut Imam Ibnu Katsir, Mengenai firman Allah حُدِّ الْمُنْفَرِ "Jadilah engkau pemaaf." A 'afw menurut Ibnu 'Abbas, "Yaitu kebajikan." Dan masih mengenai firman Nya, حُلِّدِ الْعَفْرَ "Jadilah engkau pemaaf." 'Abdurrahman bin Zaid bin Aslam berkata: "Allah menyuruh Rasulullah untuk memberikan maaf dan kelapangan dada kepada orang-orang musyrik selama sepuluh tahun. Setelah itu Allah menyuruh beliau untuk bersikap keras kepada mereka." Pendapat ini pun menjadi pilihan Ibnu Jarir. Dari Abu Zubair, mengenai firman-Nya, وعند المقر: Jadilah engkau pemaaf. Ia berkata: "Merupakan akhlak manusia. Demi Allah, aku pasti akan menjadi pemaaf kepada mereka, selama aku bersahabat dengan mereka." Demakian itulah pendapat yang paling *masyhur* (terkenal). Mengenai firman Allah فوحد العمى وأمر بالعرف وأعرض عن الحاملين في pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang ma'ruf, serta berpalinglah engkau daripada orang-orang yang bodoh."⁷²

Penafsiran ayat ini menurut Prof. Dr. Wahbah az-Zuhaili dalam kitab al Munir, tafsirnya Ayat yang pertama menghimpun

⁷² Tafsir Ibnu Katsir Juz 9 h511

dasar-dasar dari tiga akhlak yang utama. Pertama, menjadi pemaaf. Ini adalah sesuatu yang mudah dan bentuk nyata dari akhlak dan perbuatan manusia tanpa membebankan mereka dengan sesuatu yang memberatkan mereka dan tanpa perlu dimata-matai, namun ditempuh cara yang lebih toleran dan memudahkan dan tidak menyulitkan, sebagaimana disebutkan dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Ahmad, asy-Syaikhani, dan Nasa'i dari Anas bin Malik bahwa Nabi SAW bersabda:

يَسِّرُوا وَلَا تُعَبِّرُوا وَبَشِّرُوا وَلَا تُنْفِرُوا

"Mudahkanlah dan jangan dipersulit, gembirakanlah dan jangan dibuat lari" (IIR Ahmad, asy-Syaikhani, dan Nasa'i).

Yang termasuk dalam kategori sifat *al-'afw* adalah menghubungkan silaturahmi dengan orang yang memutuskan, memaafkan orang-orang yang bersalah, bersikap lembut terhadap orang-orang yang beriman dan akhlak-akhlak lainnya yang mencerminkan sebuah ketaatan.⁷³

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman dalam Surat Al-Baqarah 109:

قَوْلٌ مَّعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِّنْ صَدَقَةٍ يَتَّبِعُهَا أَذًى ۚ وَاللَّهُ

غَنِيٌّ حَلِيمٌ

⁷³ Tafsir al munir jilid 5h209

Artinya:

*Perkataan yang baik dan pemberian maaf itu lebih baik daripada sedekah yang diiringi tindakan yang menyakiti. Allah Maha Kaya lagi Maha Penyantun.*⁷⁴

Surah al-Baqarah yang terdiri dari 286 ayat adalah termasuk golongan surah Madaniyah yang diturunkan pada tahun-tahun permulaan periode Nabi Muhammad SAW di Madinah. Ia merupakan surah yang terpanjang dan terbanyak ayat-ayatnya di antara surah yang ada di dalam Al-Qur'an. Surah ini dinamai "al-Baqarah" yang berarti "seekor sapi", karena di dalamnya disebutkan kisah penyembelihan sapi betina yang diperintahkan Allah kepada Bani Israil. Dalam pelaksanaan penyembelihan sapi betina itu tampak dengan jelas sifat dan watak orang-orang Yahudi pada umumnya.

Dinamakan juga *fusḥa* al-Qur'an yang berarti "puncak Al-Qur'an" karena surah ini memuat beberapa hukum yang tidak disebut di surah-surah yang lain. Juga dinamakan Alif Lam Mim, karena surah ini dimulai dengan huruf-huruf hijaiyah (abjad) alif lam mim.⁷⁵

Penafsiran ayat ini menurut Ibnu Katsir, *ومغفرة* "Dan pemberian maaf." Yaitu berupa maaf dan ampunan atas suatu

⁷⁴ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=263&to=286>

⁷⁵ Kitab Tafsir Kemenag juz 1 h31

kezhaliman, baik berupa ucapan maupun perbuatan خَيْرٌ مِّنْ صَدَقَةٍ

يَتَّبِعُهَا أَذَى "Lebih baik daripada sedekah yang diiringi dengan

sesuatu yang menyakitkan (perasaan si penerima)." وَاللَّهُ عَنِّي

"Allah Mahakaya," dari bantuan makhluk-makhluk-Nya. حَلِيمٌ

"Lagi Maha penyantun." Yakni Dia senantiasa menyantuni, memberikan ampunan, memberikan maaf dan menghapuskan dosa mereka⁷⁶

Di tafsir kemenag, ayat ini menekankan pentingnya ucapan yang menyenangkan dan pemberian maaf. Perkataan yang baik yang sesuai dengan budaya terpuji dalam suatu masyarakat, yaitu menolak dengan cara yang baik, tidak dengan cara menyakiti; dan pemberian maaf, yaitu memaafkan tingkah laku yang kurang sopan dari peminta, lebih baik daripada sedekah yang diiringi tindakan yang menyakiti dari pemberi.⁷⁷

Buya Hamka dalam kitab tafsir al Azhar dan Wahbah az zuhaili dalam kitab tafsir al Munir tidak menafsirkan ayat ini yang berkaitan dengan memaafkan, tetapi mereka lebih banyak menafsirkan tentang sedekah. Ayat ini adalah perintah umum

⁷⁶ Tafsir Ibnu Katsir juz 3 h 528

⁷⁷ Kitab Tafsir Kemenag Jilid 1. h 122

(*'amm*) untuk memiliki sifat pemaaf kepada siapa saja dan dalam situasi apa saja tanpa batasan spesifik.

2. Perintah memaafkan oleh Allah S.W.T. kepada Nabi Muhammad S.A.W untuk Memaafkan orang Kafir

Makna '*afw* di periode Makkah adalah untuk membina mental Umat Islam yang masih dalam keadaan lemah, mengajarkan ketabahan, kesabaran dan akhlak yang luhur untuk tidak membalas penindasan kaum quraisy. Serta untuk melunakkan hati mereka. Sementara di periode madaniah makna kata *afw* sudah kearah teloransi sosial dan sikap menahan amarah, seiring berjalan waktu dan dakwah sudah kuat, Jika kesalahan itu sudah melecehkan syariat, maka tidak ada maaf lagi kepada Yahudi dan kafir quraisy.

AllahSWT menjelaskan bahwa sebagian besar Ahli Al-Kitab selalu berangan-angan agar dapat membelokkan kaum Muslimin dari agama Tauhid menjadi kafir seperti mereka kembali, setelah mereka mengetahui dengan nyata bahwa apa yang dibawa oleh Nabi Muhammad saw itu benar dan sesuai dengan prinsip yang terkandung dalam Kitab Taurat. Ayat ini mengandung peringatan kepada orang-orang Islam agar mereka waspada terhadap tipu muslihat yang dilakukan Ahli Kitab itu. Adakalanya dengan jalan mengeruhkan ajaran Islam, dan adakalanya dengan jalan menumbuhkan keragu-raguan di kalangan umat Islam sendiri.

Mereka melakukan tipu muslihat karena kedengkian semata, tidak timbul dari pandangan yang bersih. Kedengkian mereka bukanlah karena keragu-raguan terhadap kandungan isi Al-Qur'an atau bukan karena didorong oleh kebenaran yang terdapat dalam Kitab Taurat, tetapi karena dorongan hawa nafsu, kemerosotan mental dan kedongkolan hati mereka. Sesudah itu Allah memberikan tuntunan pada umat Islam bagaimana caranya menghadapi tanduk mereka. Allah menyuruh umat Islam menghadapi mereka dengan sopan santun serta suka memaafkan segala kesalahan mereka, juga melarang agar jangan mencela mereka hingga tiba saatnya Allah memberikan perintah. Karena Allah-lah yang akan memberikan bantuan kepada umat Islam, hingga umat Islam dapat menentukan sikap dalam menghadapi tantangan mereka, apakah mereka itu harus diperangi atau diusir. Peristiwa ini telah terjadi, umat Islam memerangi Bani Quraizah dan Bani Nadir dari Medinah setelah mereka merobek-robek perjanjian. Mereka memberi bantuan kepada orang-orang musyrikin, setelah mereka diberi maaf berulang kali. Kemudian Allah memberikan ketegasan atau janji bahwa Dia akan memberikan bantuan kepada kaum Muslimin, dengan menyatakan bahwa Dia berkuasa untuk memberikan kekuatan lain. Dia berkuasa pula untuk memberikan ketetapan hati agar umat Islam tetap berpegang pada kebenaran. Sehingga mereka dapat mengalahkan orang-orang yang memusuhi

umat Islam secara terang-terangan serta menyombongkan kekuatan.⁷⁸

Surat Al Hijr Ayat 85. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ ۖ وَإِنَّ
السَّاعَةَ لَأَتِيَةٌ فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ

Artinya:

*Kami tidak menciptakan langit dan bumi serta apa yang ada di antara keduanya, melainkan dengan benar. Sesungguhnya kiamat pasti akan datang. Maka, maafkanlah (mereka) dengan cara yang baik.*⁷⁹

Surah ini terdiri dari 99 ayat, termasuk golongan surah-surah Makkiyah, karena diturunkan di Mekah sebelum Nabi Muhammad saw hijrah ke Medinah. Al-Hijr adalah nama sebuah pegunungan yang didiami oleh kaum Samud, terletak di pinggir jalan raya antara Medinah dan Syam (Syria). Nama surah ini diambil dari nama daerah pegunungan itu, sebagai peringatan bagi kaum Muslimin karena penduduknya, yaitu kaum Samud yang dikisahkan pada ayat 80 sampai dengan ayat 84, telah dimusnahkan akibat mendustakan Nabi Saleh dan berpaling dari ayat-ayat Allah. Dalam surah ini terdapat pula kisah-kisah kaum lain yang telah dibinasakan oleh Allah, seperti kaum Lut a.s. dan kaum Syuaib a.s. Semua kisah-kisah itu dapat dijadikan tamsil dan

⁷⁸<https://quran.nu.or.id/al-baqarah/109>

⁷⁹<https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/15?from=85&to=99>

ibarat bahwa orang-orang yang menentang ajaran rasul-rasul akan mengalami kehancuran.⁸⁰

Persesuaian Ayat ini yang dikutip dari kitab tafsir al munir adalah untuk menghibur hati Nabi Muhammad SAW. Atas sikap kaum beliau yang mendustakan. Adapun persesuaian dan relevansi ayat adalah ketika Allah SWT menuturkan bahwa Dia pasti membinasakan orang-orang kafir seakan-akan muncul pertanyaan, "Pembinasakan ada yang layak dilakukan oleh Zat Yang Maha Penyayang?!". Allah SWT pun menjawabnya, 'Aku menciptakan makhluk agar mereka menyibukkan diri dengan ibadah dan ketaatan. jika mereka meninggalkan dan berpaling darinya, hikmah tentu mengharuskan untuk membinasakan mereka dari muka bumi.' Atau, yang dimaksudkan dari ayat ini adalah Allah SWT ingin menyabarkan Nabi Muhammad saw atas sikap jahil kaum beliau. Karena jika beliau telah mengetahui bahwa para nabi yang terdahulu juga mendapatkan perlakuan seperti itu, tentu terasa ringan bagi beliau menghadapi berbagai sikap bodoh dari kaum beliau.⁸¹

Penafsiran ayat ini menurut Buya Hamka adalah 'Lantaran itu memberi maaf dengan pemaafan yang elok.' (ujung ayat 85) Inilah peringatan Allah kepada Rasul-Nya. Memberi maaf dan berlapang dadalah. Jangan lekas marah melihat keras kepala

⁸⁰ Kitab tafsir kemenag juz 14 h 195

⁸¹ Tafsir al munir jilid 7 h 323

mereka.⁸² Sementara menurut Imam Ibnu Katsir, Lalu Allah memerintahkan kepada Muhammad agar memaafkan orang-orang musyrik dengan baik atas penganiayaan yang telah mereka lakukan kepadanya, dan pendustaan mereka terhadap apa yang disampaikan kepada mereka, firman Allah:) فَاصْنَحَ الصَّفْحَ الْحَمِيلَ "Maka maafkanlah (mereka) dengan cara yang baik," seperti juga firman Allah ﴿وَفَاصْنَحْ عَنْهُمْ وَفُلْ سَلَامٌ فَسَوْفَ يَعْلَمُونَ﴾ "Maka ampunilah mereka dan katakanlah selamat, maka mereka akan tahu." (QS. Az-Zukhruf: 89). Mujahid, Qatadah dan lain-lain mengatakan: "Ini adalah sebelum ada perang (sebelum ada perintah jihad)." Pendapat mereka ini yang benar, karena surat ini adalah Makkiyyah, sedang peperangan melawan orang kafir mulai disyariatkan setelah hijrah ke Madinah.⁸³

Wahbah az-Zuhaili dalam kitab tafsir al Munir, Wahai Muhammad abaikan saja orang-orang musyrik itu. Tahanlah dirimu terhadap berbagai gangguan dan sikap tidak simpatik mereka, hadapilah semua itu dengan kesantunan dan lapang dada. Ini adalah ajaran untuk berakhlak kepada orang lain dengan akhlak yang baik, Karena itu, perintah ini tidak dinasakh. Namun pendapat yang banyak berkembang, perintah untuk memaafkan dan bersikap lapang dada terhadap orang-orang musyrik adalah sebelum turun perintah perang sehingga perintah untuk memaafkan dan

⁸² Tafsir al Azhar jilid 5 h153

⁸³ Tafsir Ibnu Katsir Juz 14 h27

mengabaikan ini dinasakh. Ar-Razi menuturkan, pandangan yang mengatakan bahwa perintah memaafkan dan berlapang dada ini dinasakh dengan ayat perang adalah pandangan yang terlalu jauh dan kurangtepat. Sebab maksud ayat ini adalah mengaktualisasikan akhlak yang baik, lapang dada, memaafkan, dan toleransi. Karena itu, bagaimana mungkin hal itu dinasakh?⁸⁴

Dan Ayat perintah memaafkan orang kafirlainnya juga telah di nasakh menurut Ibnu Katsir dalam kitab tafsirnya, yakni Surat Al Baqarah ayat 109 dan Surat al maidah ayat 13, sementara Menurut Ulama Arrazi dan Menurut Wahbah azuhaili tidak di nasakh. Mengenai firman-Nya, ﴿فَاغْفُوا وَأَصْفَحُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرٍ﴾ "Maka maafkan-lah dan biarkanlah mereka, sampai Allah mendatangkan perintah-Nya," Ali bin Abi Thalhah meriwayatkan dari Ibnu Abbas, ia mengatakan, ayat tersebut telah dinasakh dengan ayat-ayat berikut ini: ﴿فَاقْتُلُوا الْمُشْرِكِينَ حَيْثُ وَجَدْتُمُوهُمْ﴾ "Maka bunuhlah orang-orang musyrik itu di mana saja kalian jumpai mereka." (QS. At-Taubah: 5). Juga (dengan) firman-Nya:

قَاتِلُوا الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَا بِالْيَوْمِ الْآخِرِ وَلَا يُحَرِّمُونَ مَا حَرَّمَ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَلَا يَدِينُونَ دِينَ الْحَقِّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ حَتَّىٰ يُعْطُوا الْجِزْيَةَ عَنْ يَدٍ وَهُمْ صَاغِرُونَ

Artinya:

⁸⁴ Tafsir al munir jilid 7 h325

"Perangilah orang-orang yang tidak beriman kepada Allah dan tidak pula kepada hari akhir serta tidak mengharamkan apa yang telah diharamkan oleh Allah dan Rasul-Nya dan tidak beragama dengan agama yang benar (agama Allah), (yaitu orang-orang) yang diberikan al-Kitab kepada mereka, sampai mereka membayar jizyah dengan patuh sedang mereka dalam keadaan tunduk." (QS. At-Taubah: 29).

Dengan demikian pemberian maaf tersebut dinasakh (dihapuskan) bagi orang-orang musyrik. Hal yang sama dikemukakan oleh Abul Aliyah, ar-Rabi bin Anas, Qatadah, dan as-Suddi, bahwa ayat tersebut mansukh dengan ayat saif (perintah berperang). Hal itu ditunjukkan pula oleh firman-Nya: **حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ** "Sehingga Allah mendatangkan perintah-Nya. "Rasulullah perintah berperang). melaksanakan untuk memberikan maaf seperti yang diperintahkan Allah, sehingga Allah mengizinkan kaum muslimin memerangi mereka. Lalu dengan-nya Allah membunuh para pemuka kaum Quraisy. Hadits tersebut sanadnya shahih, meskipun aku sendiri tidak mendapatkannya di dalam Kutubus Sittah⁸⁵

Surat Al Baqarah ayat 109. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ
كُفَّارًا ۚ حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ أَنْفُسِهِمْ مِّنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ ۚ

⁸⁵Tafsir Ibnu Katsir juz1 h224

فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

Artinya:

“Banyak di antara Ahlulkitab menginginkan agar mereka dapat mengembalikan kamu setelah kamu beriman menjadi kafir kembali karena rasa dengki dalam diri mereka setelah kebenaran jelas bagi mereka. Maka, maafkanlah (biarkanlah) dan berlapang dadalah (berpalinglah dari mereka) sehingga Allah memberikan perintah-Nya. Sesungguhnya Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu.”⁸⁶

Asbabun Nuzul ayat ini menurut Ibnu Abbas: Ayat ini turun berkenaan dengan sejumlah orang Yahudi yang berkata kepada kaum muslimin sesudah perang Uhud: "Lihatlah musibah yang kalian alami. Seandainya kalian berada di atas kebenaran, pasti kalian tidak akan menderita kekalahan. Maka kembalilah kepada agama kami, itu lebih baik bagi kalian."⁸⁷

Munasabah dari ayat ini, Setelah Allah, dalam ayat-ayat terdahulu, melarang kaum muslimin mendengarkan nasihat kaum Yahudi dan menyuruh menolak pandangan-pandangan mereka, di sini Dia menyebutkan 'illah (sebab)nya, yaitu karena mereka dengki kepada kaum muslimin atas nikmat Islam, mereka menginginkan kaum muslimin tidak mendapatkan nikmat itu. Mereka tidak sekadar ingkar kepada Nabi SAW. melancarkan tipu

⁸⁶ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=109&to=286>

⁸⁷ Tafsir al munir jilid1 h217

muslihat terhadap beliau dan melanggar perjanjian, melainkan juga mengharapkan kaum muslimin keluar dari agama mereka⁸⁸

Menurut Buya Hamka dalam kitab Tafsirnya, Sebab orang yang beriman sejati tidaklah akan mempan oleh usaha Ahlul Kitab itu mengafirkan mereka kembali. Iman kepada Allah adalah nur, sedangkan pendirian yang mereka ajak kembali supaya dipakai itu ialah zhulumat (gelap). Orang yang beriman diperintahkan Tuhan supaya membiarkan mereka, artinya jangan gelisah. Tuhan memesankan, "Beri maaf mereka!" Sebab mereka itu bodoh; jangan kamu lekas marah. "Dan biarkanlah mereka.".⁸⁹

Surat Al Baqarah 109 menurut Imam Ibnu Katsir dalam kitab Tafsirnya sudah di *nasakh* dengan surat At Taubah ayat 5 dan ayat 29. Perintah dalam surat At Taubah ayat 5 dan 29 tersebut memerintahkan untuk dibunuh dan di perangi Yahudinya. Dan begitu juga Penggalan surat Almaidah ayat 13 فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ sudah di *nasakh* oleh surat At Taubah ayat 29.

Menurut Wahbah az zuhalili dalam kitab Tafsinya, Sebab musabab sikap ini adalah kedengkian dan kebusukan yang tersembunyi di dalam jiwa mereka, yang tidak suka mengikutikebenaran. Motif pengharapan ini adalah apayang telah tampak bagi mereka dengan dalilyang jelas bahwa Islam adalah

⁸⁸ Tafsir al munir jilid1 h217

⁸⁹ Tafsir al Azhar jilid 1 h216

agama yang benar dan bahwa Muhammad berada di atas kebenaran. Maka maafkanlah mereka, wahai kaum muslimin, dan biarkanlah perbuatan mereka, serta bersabarlah hingga datang pertolongan Allah untuk kalian: hingga Dia mengizinkan untuk berperang dan datang perintah-Nya mengenai mereka: yaitu membunuh Bani Quraizhah dan mengusir serta menghinakan Bani Nadhir; dan Allahlah Tuhan yang mampu memberi pertolongan.⁹⁰

Ayat ini memiliki perintah khusus /*Khass* untuk memaafkan orang kafir karena kedengkiannya.

Surat Al Maidah ayat 13. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

فَبِمَا نَقْضِهِمْ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ وَجَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً يُحَرِّفُونَ

الْكَلِمَ عَنْ

مَوَاضِعِهِ ۚ وَنَسُوا حَظًّا مِمَّا ذُكِّرُوا بِهِ ۚ وَلََّا تَزَالُ تَطَّلِعُ عَلَى خَآئِنٍ مِّنْهُمْ ۚ

قَلِيلًا مِّنْهُمْ ۚ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya:

“(Namun,) karena mereka melanggar janjinya, Kami melaknat mereka dan Kami menjadikan hati mereka keras membatu. Mereka suka mengubah firman-firman (Allah) dari tempat-tempatnya²⁰⁶ dan mereka (sengaja) melupakan sebagian

⁹⁰ Tafsir al munir jilid1 h217

pesan yang telah diperingatkan kepada mereka. Engkau (Nabi Muhammad) senantiasa akan melihat pengkhianatan dari mereka, kecuali sekelompok kecil di antara mereka (yang tidak berkhianat). Maka, maafkanlah mereka dan biarkanlah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang muhsin."⁹¹

Surah al-Ma'idah terdiri dari 120 ayat, termasuk golongan surah Madaniyah. Sekalipun ada ayatnya yang turun di Mekah namun ayat ini diturunkan sesudah Nabi Muhammad saw, hijrah ke Medinah pada waktu haji wada'. Surah ini dinamakan al-Ma'idah (Hidangan), karena menurut kisah, pengikut-pengikut setia Nabi Isa meminta kepada Nabi Isa agar Allah menurunkan untuk mereka al-ma'idah (hidangan makanan) dari langit (ayat 112). Dinamakan dengan al-'Uqud (perjanjian), karena kata itu terdapat pada ayat pertama Surah ini, Allah menyuruh agar hamba-hamba-Nya memenuhi janji prasetia mereka terhadap Allah dan perjanjian-perjanjian yang mereka buat sesamanya. Dinamakan juga al-Munqiz (yang menyelamatkan), karena akhir surah ini mengandung kisah tentang Nabi Isa sebagai penyelamat pengikut-pengikut setianya dari azab Allah⁹²

Tafsirnya Menurut Imam Ibnu Katsir, Maka maafkanlah mereka dan biarkan mereka." Yang demikian itu merupakan inti kemenangan dan keberuntungan itu sendiri. Sebagaimana yang dikatakan sebagian ulama salaf, "Selama engkau memperlakukan

⁹¹ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/5?from=13&to=120>

⁹² Tafsir Kemenag Juz 6 h347

orang yang zhalim terhadap dirimu sesuai dengan ketentuan Allah dalam urusannya." Maka dengan itu akan tercapailah penyatuan hati mereka dan akan cenderung kepada kebenaran, dan mungkin saja Allah Ta'ala akan memberikan petunjuk kepada mereka. Oleh karena itu Allah berfirman: *وَإِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ* "Sesungguhnya

Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik. "Yaitu, memaafkan orang yang berbuat jahat kepadamu.

Imam Qatadah mengatakan, "Penggalian ayat ini, *فَاعْفُ*

عَنْهُمْ وَاصْفَحْ Maka maafkanlah mereka dan biarkan mereka. Telah

dimansukh dengan firman-Nya, *قَاتِلُوا الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَا*

بِالْيَوْمِ الْآخِرِ Perangilah orang-orang yang tidak beriman kepada

Allah dan tidak pula kepada hari akhir.' (QS. At-Taubah: 29).

Dalam Tafsir kemenag dan Tafsir jalain tidak ada menafsirkan ayat ini. Ayat ini memiliki perintah *khas*/khusus untuk memaafkan orang kafir dalam ingkar janjinya.

3. Memaafkan walaupun dalam keadaan sanggup membalas

Tindakan ini dianggap sebagai tingkatan memaafkan yang paling tinggi dan paling sulit dilakukan. Mengapa? Karena memaafkan saat seseorang lemah bisa jadi karena terpaksa, namun

memaafkan saat seseorang memegang kendali dan punya kekuatan untuk membalas adalah murni sebuah pilihan jiwa yang besar. Ayat yang membahas memaafkan walaupun sanggup membalas terdapat dalam Surat Asy Syura ayat 40, Surat Ali Imran ayat 134 dan Surat An-Nisa ayat 149.

Surat Asy Syura ayat 40. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا ۚ فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ
فَاجْرُهُ ۗ عَلَى اللَّهِ ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ

Artinya:

“Balasan suatu keburukan adalah keburukan yang setimpal. Akan tetapi, siapa yang memaafkan dan berbuat baik (kepada orang yang berbuat jahat), maka pahalanya dari Allah. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang zalim.”⁹³

Surah asy-Syura terdiri atas 53 ayat, termasuk kelompok surah Makkiyyah, diturunkan sesudah Surah Fussilat. Dinamai asy-Syura (musyawarah) diambil dari kata syura yang terdapat pada ayat 38 surah ini. Dalam ayat tersebut diletakkan salah satu dari dasar pemerintahan Islamyaitu musyawarah. Dinamai juga Ha Mim ‘Ain Sin Qaf karena surah ini dimulai dengan huruf-huruf hijaiyah tersebut.⁹⁴ Munasabah ayat ini tidak berkaitan dengan tema

⁹³ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/42?from=40&to=53>

⁹⁴ Kitab tafsir kemenag juz 25 h19

yang di bahas dalam kitab al Munir.⁹⁵Tafsirnya menurut Buya Hamka, “Inti sari ayat ini ialah bahwa memberi maaf dan mencari jalan damai dari pihak yang teraniaya ialah karena timbul dari kekuatan jiwanya, bukan karena kelemahannya. Inilah yang disebut:

وَجَزُوا سَيِّئَةً سَيِّئَةً مِّثْلَهَا ۖ فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ
فَاجِرُهُ ۖ عَلَى اللَّهِ ۖ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ

"Memberi maaf dalam kesanggupan membalas."

Tetapi ujung ayat menjelaskan bahwa meskipun yang teraniaya telah memberi maaf dan mencari jalan damai, namun yang menganiaya tetap dipandang aniaya, tetap dibenci Allah. Urusannya dengan yang memberi maaf bisa selesai, namun dengan Allah belum selesai, entah kalau perangnya itu diubahnya dan dia tobat, tidak berbuat begitu lagi kepada orang lain.⁹⁶

Sementara Tafsirayat ini menurut Imam Ibnu Katsir, “Maka barangsiapa memaafkan dan berbuat baik, maka pahalanya atas (tanggungan) Allah." Yaitu, semua itu tidak akan sia-sia di sisi Allah. Sebagaimana penjelasan hadits shahih:

وَمَا زَادَ اللَّهُ تَعَالَى عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا

⁹⁵ Tafsir al munir jilid13 h95

⁹⁶ Tafsir al Azhar jilid 8 h211

"Allah tidak menambahkan bagi seorang hamba karena memaafkan melainkan kemuliaan."⁹⁷

Tafsir ayat ini menurut Wahbah adzuhaili dalam kitab al munir, Memberikan maaf meskipun mampu untuk membalas, mereka memaafkan perbuatan buruk yang membuat mereka marah, menahan amarah, dan bermurah hati terhadap orang yang menzalimi mereka karena karakter mereka yang pemaaf dan lapang dada bukan pendendam. Ini termasuk akhlak yang baik. Hal tersebut mereka lakukan untuk mencari pahala dan ampunan dari Allah SWT. Dalam sebuah hadits shahih disebutkan, "Rasulullah saw. tidak pernah sekalipun melakukan balas dendam untuk diri beliau sendiri, kecuali jika yang terjadi adalah pelanggaran terhadap hukum Allah SWT."⁹⁸ Ayat ini bersifat *mujmal/global* karena menetapkan hukum global: Anda punya hak membalas yang setimpal (keadilan), tetapi memaafkan itu lebih utama/ihsan.

Surat Ali Imran 134. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ
عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ۝

⁹⁷ Tafsir Ibnu Katsir juz 25 h261

⁹⁸ Tafsir al Munir jilid 13 h96

Artinya:

“(yaitu) orang-orang yang selalu berinfak, baik di waktu lapang maupun sempit, orang-orang yang mengendalikan kemurkaannya, dan orang-orang yang memaafkan (kesalahan) orang lain. Allah mencintai orang-orang yang berbuat kebaikan.”⁹⁹

Surah ketiga adalah al-‘Imran (Keluarga Imran) yang terdiri atas 200 ayat. Surah ini termasuk golongan Madaniyah. Dinamakan al-‘Imran, karena dalam surah ini terdapat kisah keluarga Imran dan keturunannya, kelahiran Nabi Isa a.s., yang dilahirkan oleh Maryam putri Imran, persamaan kejadian Isa dengan Adam a.s., dan mukjizat yang diberikan Allah kepada Nabi Isa. Surah al-Baqarah dan surah al-‘Imran dinamakan al-Zahrawani (dua surah yang cemerlang), karena kedua surah ini mengungkapkan hal-hal yang disembunyikan oleh Ahli Kitab, seperti kejadian kelahiran Nabi Isa a.s., kedatangan Nabi Muhammad SAW, dan sebagainya.¹⁰⁰

Tafsirnya dari ayat ini menurut Buya Hamka, Bukan saja menahan marah, bahkan juga memberi maaf karena ada yang absen, ada yang mangkir. Ditahannya marah! Diberinya maaf. Sebab, di dalam pekerjaan membangun masyarakat ada orang yang datang tidak tepat pada waktunya. Orang-orang sudah marah. Yang tidak dapat mengendalikan diri sudah telanjur mulutnya mengucapkan yang tidak tidak, entah memaki entah menyumpah

⁹⁹ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/3?from=134&to=200>

¹⁰⁰ Kitab tafsir kemenag juz 3 h450

orang yang tidak mengenal kewajiban itu. Akan tetapi, Mukmin yang sejati, berjiwa takwa dapat menahan marah dan dapat memaafkan. Di akhir ayat, Allah membukakan belas kasihan-Nya lagi, jika menahan marah dan memberi maaf serta diiringi pula dengan berbuat baik. Allah amat suka kepada orang yang berbuat baik.

Buya Hamka menambahkan kisah disaat menafsirkan ayat ini “Maka tersebutlah perkataan bahwa pada suatu hari, Imam Musa al-Kazhim hendak berwudhu akan shalat Shubuh. Disuruhnya hambanya mencururkan air wudhu dari cerek yang telah disediakan air di dalamnya. Rupanya si hamba masih mengantuk. Lalu disiramkannya air wudhu itu; seharusnya ke telapak tangan beliau, tetapi karena mengantuknya telah tersiram badan beliau dan basah baju beliau. Beliau kelihatan sudah hendak marah. Akan tetapi, hamba itu pun sadar akan dirinya dan hilang kantuknya melihat wajah beliau membayangkan marah itu. Segera budak itu membaca, "*Wal kazhi-minal ghaizha*," (dan mereka yang menahan marah) Beliau serta merta sadar mendengar ayat itu, lalu beliau berkata, "Telah aku tahan marahku kepadamu!" Lalu, kata budak itu pula, "*Wal 'afina 'anin nas*," (dan memberi maaf kepada manusia) Serentak pula beliau jawab, "Aku beri maaf kesalahanmu, Buyung!"

Lalu, budak itu melanjutkan membaca ayat sampai ke ujungnya, "*Wallahu yuhibbul muhsinina*," (dan Allah amat cinta kepada orang-orang yang berbuat baik). Terkejut ternganga budak itu, demi mendengar sambutan beliau yang sekali-kali tidak disangka-sangkanya. Beliau menyambut, "*Anta hurrun liwajhillah!*" (mulai hari ini engkau kumerdekakan dan perbudakan, semata mata karena Allah) Demikianlah besarnya pengaruh ayat kepada orang yang beriman. Khabarnya konon itulah sebabnya Sayyidina Musa, cucu Rasulullah saw. keturunan Fatimah dan Ali bin Abi Thalib itu diberi gelar kehormatan Musa al-Kazhim, Musa yang sanggup menahan marah.¹⁰¹

Sementara menurut Ibnu Ktasir menafsirkan ayat ini : firman-Nya, *وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ*, "Dan orang-orang yang menahan amarahnya serta memaafkan (kesalahan) orang." Artinya, jika mereka marah, maka mereka menahannya, yakni menutupinya dan tidak melampiaskannya. Selain itu mereka pun memberikan maaf kepada orang-orang yang berbuat jahat kepadanya. Imam Ibnu Katsir menambahkan Hadits Nabi untuk menguatkan penafsirannya, Hadits dari Imam Ahmad diriwayatkan dari Abu Hurairah, Nabi, bersabda:

¹⁰¹ Tafsir al Azhar jilid 2 h71

لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ، وَلَكِنَّ الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ

الْغَضَبِ

Artinya:

"Orang yang kuat itu bukan terletak pada kemampuan berkelahi, tetapi orang yang kuat itu adalah yang dapat mengendalikan diri ketika sedang marah." Hadits ini juga meriwayatkan oleh al-Bukhari dan Muslim dari Malik bin Anas.

Imam Ahmad juga meriwayatkan dari 'Abdullah bin

Mas'ud, ia berkata, Rasulullah bersabda:

أَيُّكُمْ مَالٌ وَارِثُهُ أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ مَالِهِ؟ (قَالَ: قَالُوا : يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا مِنَّا أَحَدٌ إِلَّا مَالُهُ أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ مَالِ وَارِثِهِ. قَالَ : وَاعْلَمُوا أَنَّهُ لَيْسَ مِنْكُمْ أَحَدٌ إِلَّا مَالٌ وَارِثُهُ أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ مَالِهِ، مَا لَكَ مِنْ مَالِكَ إِلَّا مَا قَدَّمْتَ، وَمَا لِيُورِثَكَ إِلَّا مَا أَخَرْتَ ، قَالَ : وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ : مَا تَعُدُّونَ الصُّرْعَةَ فِيكُمْ؟ (قُلْنَا : الَّذِي لَا تَصْرَعُهُ الرَّجَالُ، قَالَ : لَا، وَلَكِنَّ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ (قَالَ : وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (أَتَدْرُونَ مَا الرَّقُوبُ قُلْنَا : الَّذِي لَا وَلَدَ لَهُ، قَالَ : (لَا ، وَلَكِنَّ الرَّقُوبَ الَّذِي لَا يُقَدِّمُ مِنْ وَلَدِهِ شَيْئًا

Artinya:

"Siapakah di antara kalian yang harta pewarisnya lebih ia cintai daripada hartanya sendiri?" Para Sahabat menjawab: 'Ya Rasulullah, tidak seorang pun dari kami melainkan hartanya lebih ia cintai daripada harta pewarisnya.' Kemudian beliau bersabda: 'Ketahuilah, bahwasanya tidak ada seorang pun dari kalian melainkan harta pewarisnya lebih ia cintai daripada hartanya sendiri. Engkau tidak mendapatkan apa-apa dari hartamu itu melainkan apa yang telah engkau berikan dan pewarismu tidak mendapatkan apa-apa kecuali harta yang engkau tinggalkan.' Dan Rasulullah juga bersabda: 'Siapakah orang yang paling kuat di

antara kalian?' Mereka menjawab: 'Yaitu orang yang tidak seorang pun berani menantanginya berkelahi.' Beliau pun bersabda: 'Bukan, tetapi orang kuat adalah yang dapat mengendalikan dirinya ketika sedang marah.' Ibnu Mas'ud juga meriwayatkan, Rasulullah bersabda: "Tahukah kalian, siapakah ar-raquub (orang yang mandul) itu?" Mereka menjawab: 'Yaitu orang yang tidak mempunyai anak. Beliau pun bersabda: 'Bukan, tetapi ar-raquub adalah orang yang tidak mendapatkan manfaat (hasil apa pun) dari anaknya." Al-Bukhari meriwayatkan bagian pertama dari hadits tersebut. Dan asal hadits ini diriwayatkan oleh Muslim dari al-A'masy.

Imam Ibnu Katsir dalam kitab tafsirnya menambahkan Solusi dari Hadits Nabi jika sedang marah

إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ، وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِعْ

"Jika salah seorang di antara kalian marah sedang pada saat itu ia dalam keadaan berdiri, maka hendaklah ia duduk. Namun jika tidak hilang juga marahnya maka hendaklah ia berbaring." (Hadits ini diriwayatkan juga oleh Abu Dawud dari Ahmad bin Hanbal).

إِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ، وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ، وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ، فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ

Artinya:

"Sesungguhnya marah itu dari syaitan dan sesungguhnya syaitan itu diciptakan dari api, dan api itu hanya dapat dipadamkan dengan air. Karenanya, jika salah seorang di antara kalian marah, maka hendaklah ia berwudhu." Demikian pula riwayat Abu Dawud.¹⁰²

Ayat ini menurut Wahbah Azzuhaili dalam kitab Tafsir al Munir, Orang-orang yang menahan amarahnya. Maksudnya, apabila emosinya terbakar, maka ia menahannya dan tidak melampiaskannya meskipun ia mampu untuk melampiaskannya

¹⁰² Tafsir Ibnu Katsir juz 4 h141

bukan karena memang ia lemah dan tidak memiliki kemampuan dan kekuatan untuk melampiaskannya. Wahbah azzuhaili mengutip Hadits yang sama dengan Ibnu Katsir. Abdurrazzaq meriwayatkan dari Abu Hurairah r.a. bahwa Rasulullah saw. bersabda, "Barangsiapa yang menahan kemarahannya padahal ia mampu untuk melampiaskannya, maka Allah SW T akan memenuhi hatinya dengan kedamaian, ketentraman dan keimanan."¹⁰³

Surat An-Nisa ayat 149. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

إِنْ تُبْدُوا خَيْرًا أَوْ تُخْفُوهُ أَوْ تَعْفُوا عَنْ سُوءٍ فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُوًّا قَدِيرًا

Artinya:

*Jika kamu menampakkan atau menyembunyikan suatu kebaikan atau memaafkan suatu kesalahan, sesungguhnya Allah Maha Pemaaf lagi Maha Kuasa.*¹⁰⁴

Surah an-Nisa' yang terdiri dari 176 ayat itu adalah surah Madaniyah yang terpanjang sesudah Surah al-Baqarah. Dinamakan an-Nisa' karena dalam surah ini banyak dibicarakan hal yang berhubungan dengan perempuan serta merupakan surah yang paling banyak membicarakan hal itu dibanding dengan surah-surah Al-Qur'an yang lain. Surah lain yang banyak juga membicarakan hal perempuan ialah Surah al-'alaq. Dalam hubungan ini Surah an-Nisa'

¹⁰³ Tafsir al munir jilid 2 h 424

¹⁰⁴ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/4?from=149&to=176>

biasa disebut dengan sebutan Surah an-Nisa' al-Kubra (Surah an-Nisa' yang besar), sedang Surah al-'alaq disebut dengan sebutan

Surah an-Nisa' as-syugra (Surah an-Nisa' yang kecil)¹⁰⁵

Dalam Kitab Tafsir Kemenag, tafsir ayat ini yakni 'Pemberian maaf yang dilakukan seseorang kepada orang-orang yang telah berbuat salah terhadapnya termasuk perbuatan yang akan mendapat balasan dan pahala dari Allah, sebab Allah Maha Pemaaf lagi Mahakuasa',¹⁰⁶ Sementara Tafsirnya menurut Buya Hamka, Di ujung ayat Allah menunjukkan sifat-Nya yang mulia, yaitu Pemaaf. Maka Allah menganjurkan kepada orang Mukmin supaya meniru sifat Allah itu. Dan di ujungnya sekali, Allah pun menerangkan bahwa Dia Maha kuasa. Artinya jika seseorang memberi maaf bukanlah karena kelemahan, tetapi karena kekuasaan. Begitulah sifat Allah. Inilah hendaknya yang dipegang oleh Mukmin, yaitu, "Memberi maaf dalam keadaan berkuasa buat membalas."

Buya Hamka mencontohkan pemaaf dari kisah Sayyidina Ali, Ali pernah beradu pedang dengan musuhnya orang Yahudi, sehingga akhirnya Yahudi itu terdesak dan jatuh. Sayyidina Ali telah duduk ke atas badannya, tinggal menikam atau memenggal kepalanya saja lagi dalam satu peperangan karena agama. Tetapi

¹⁰⁵ Tafsir kemenag Juz 4 h108

¹⁰⁶ Tafsir Kemenag Juz 6 h310

setelah Sayyidina Ali duduk ke atas dadanya dan hendak memenggal lehernya, diludahinya Sayyidina hingga basah. "*Astaghfirullah*," Beliau segera berdiri dan musuhnya itu ditinggalkannya. Lalu orang itu dengan heran bertanya, "Mengapa tidak jadi aku engkau bunuh?" Beliau menjawab, "Aku hendak membunuh engkau adalah karena urusan mempertahankan agama Allah. Tetapi setelah engkau ludahi mukaku, aku sangat marah, sebab itu adalah menyinggung kemuliaan diriku. Maka kalau jadi engkau aku bunuh, bukan lagi aku melepaskan dendam Allah, tetapi melepaskan dendam diriku sendiri."

Buya Hamka mencontohkan pemaaf Khalifah Umar bin Abdul Aziz. Pada tiap tiap waktu shubuh, Khalifah Umar bin Abdul Aziz selalu datang lebih dahulu ke mesjid buat berjamaah, satu kali beliau melihat seorang tidur mendengkur dalam mesjid, lalu beliau bangunkan untuk mengambil wudhu dan berjamaah karena agaknya tidurnya sangat enak, dia marah karena dibangunkan dan memaki orang yang membangunkannya, "*Majnun* (gila)" Dengan senyum beliau tinggalkan tempat itu dan berkata, "Sudah sekian tahun usiaku, baru sekali ini orang menyebut namaku yang selama ini belum pernah kudengar." Orang itulah yang kemudiannya ketakutan, setelah tahu bahwa yang dikatakannya *majnun* itu ialah *Khalifah* sendiri. Adapun beliau

telah dapat memenangi diri sendiri dengan meniru sifat Allah, yaitu Pemaaf padahal dia sedang Kuasa.

Buya Hamka juga menambahkan, Riwayat dari Abu Hurairah bahwa pada suatu hari Abu Bakar ash-Shiddiq duduk dekat Rasulullah saw. dalam satu majelis. Tiba-tiba datanglah seseorang, lalu orang itu melepaskan beberapa caci maki kepada Abu Bakar, dan Abu Bakar menjawab, kelihatan muka Rasulullah berubah jadi marah, dan beliau terus berdiri meninggalkan majelis itu. Melihat Rasulullah berdiri, Abu Bakar pun berdiri mengikuti beliau. Lalu dia bertanya, "Orang itu memaki aku dan aku berdiam diri, sedang engkau tersenyum. Tetapi kemudian setelah makiannya itu keterlaluhan dan aku menangkisnya, engkau kelihatan marah dan engkau segera berdiri meninggalkan majelis. Kenapa begitu?" Rasulullah menjawab, "Ketika engkau berdiam diri mendengar kata-kata orang itu, malaikat ada di sana dan dialah yang membalas makian orang itu; itu sebabnya aku tersenyum. Tetapi setelah engkau mulai menjawab, setan telah masuk ke dalam majelis itu. Tentu saja aku tidak mau duduk dalam satu majelis yang dihadiri oleh setan. Wahai Abu Bakar!" Dan kata beliau selanjutnya, "Adalah tiga macam hak yang engkau terima dari Allah. Tidaklah seorang hamba yang dianiaya orang dengan suatu penganiayaan, lalu dia memberi maaf, melainkan pastilah Allah akan memuliakan hamba itu, dan berjanji akan membelanya. Dan

tidaklah seorang hamba membuka pintu pemberian kepada Allah, melainkan Allah berjanji akan menambah untuknya lebih banyak."¹⁰⁷

Sementara Tafsirnya menurut Imam Ibnu Katsir, **إِنْ تُبْدُوا**

عِبْرًا أَوْ تَحْفُوهُ أَوْ تَعْفُوا عَنْ سُوءٍ فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُوًّا قَدِيرًا Firman-Nya

"Jika kamu menyatakan sesuatu kebaikan atau menyembunyikan atau memaafkan sesuatu kesalahan (orang lain), maka sesungguhnya Allah Maha pemaaf lagi Mahakuasa." Yaitu, jika kalian wahai manusia menampilkan kebaikan atau menyembunyikannya atau memaafkan orang yang berbuat buruk kepada kalian. Maka sesungguhnya hal itulah yang dapat mendekatkan kalian kepada Allah dan Allah akan memberikan pahala kalian di sisi-Nya. Dalam sebuah hadits yang shahih disebutkan

مَا نَقَصُ مَالٌ مِنْ صَدَقَةٍ، وَلَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا، وَ مَنْ

تَوَاضَعَ لِلَّهِ رَفَعَهُ

Artinya:

*"Tidak berkurang harta disebabkan herashadaqah dan tidaklah Allah menambalikan kepada seseorang hamba dengan pemaafannya, kecuali kemuliaan. Dan barang siapa merendahkan diri kepada Allah, niscaya Allah mengangkatnya"*¹⁰⁸

¹⁰⁷ Tafsir al azhar

¹⁰⁸ Tafsir Ibnu Katsir juz6 h 441

Ayat bersifat *mubayyan* karena ayat ini merinci bahwa pemaafan bisa dilakukan baik secara terang-terangan (untuk edukasi/islah sosial) maupun disembunyikan dalam hati (keikhlasan murni). Ayat yang Bersifat *Mubayyan*/Merinci/Menjelaskan dalam proses memaafkan seperti menahan amarah, memaafkan lalu berbuat baik kepada orang yang membuat kesalahan tersebut.

Orang-orang yang memaafkan kesalahan orang lain yang telah berbuat tidak baik kepada mereka padahal mereka mampu untuk membalasnya. Ini adalah salah satu bentuk kemampuan menahan diri yang membuktikan akan luasnya akal, cerdasnya pikiran, kuatnya tekad dan kepribadian. Bentuk kemampuan menahan diri ini lebih tinggi kedudukannya di banding kemampuan menahan amarah. Karena seseorang yang mampu menahan amarah dan emosi kemungkinan di dalam hatinya masih menyimpan rasa benci dan marah.

4. Memaafkan dan Tidak dendam dalam lingkungan keluarga

Memaafkan dan tidak dendam dalam lingkungan keluarga adalah fondasi paling utama untuk menjaga keutuhan rumah tangga. Berbeda dengan pergaulan sosial yang sirkulasinya bisa kita batasi (kita bisa memilih untuk menjauhi teman yang *toxic*), hubungan keluarga terikat oleh darah atau pernikahan yang tidak

mudah diputuskan begitu saja, ada hak dan kewajiban, ada tanggung jawab dan sebagainya. Memaafkan, tidak dendam dalam lingkungan keluarga terdapat pembahsannya dalam Surat An Nur ayat 22 dan Surat At Taghabun ayat 14.

Surat An Nur ayat 22. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَلَا يَأْتِلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولَى الْقُرْبَىٰ وَالْمَسْكِينِ
وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ۚ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا ۚ أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ
ۚ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya:

*“Janganlah orang-orang yang mempunyai kelebihan dan kelapangan (rezeki) di antara kamu bersumpah (tidak) akan memberi (bantuan) kepada kerabat(-nya), orang-orang miskin, dan orang-orang yang berhijrah di jalan Allah. Hendaklah mereka memaafkan dan berlapang dada. Apakah kamu tidak suka bahwa Allah mengampunimu? Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”*¹⁰⁹

Surah an-Nur terdiri atas enam puluh empat ayat, dan termasuk golongan surah-surah Madaniyah. Dinamai “An-Nur” yang berarti “Cahaya”, diambil dari kata an-nur yang terdapat pada ayat 35. Dalam ayat ini, Allah menjelaskan tentang nur Ilahi, petunjuk-petunjuk Allah itu merupakan cahaya yang terang benderang yang menerangi alam semesta. Surah ini sebagian besar

¹⁰⁹ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/24?from=22&to=64>

isinya memuat petunjuk-petunjuk Allah yang berhubungan dengan soal kemasyarakatan dan rumah tangga.¹¹⁰

Ayat ini turun berkenaan dengan kisah Abu Bakar ash-Shiddiq ketika bersumpah tidak akan memberikan nafkah apa pun kepada Mistah bin Ursatsh setelah ia menuduh "Aisyah berbuat salah. Ketika Allah menurunkan pembebasan diri Ummul Mukminin Aisyah, jiwa yang mukmin menyambutnya dengan suka cita, Allah menerima taubat dari orang-orang mukmin yang terlibat membicarakannya dan bukan hadd telah pula dilaksanakan atas orang-orang yang berhak menerimanya, Allah-Dialah yang memiliki karunia dan anugerah menganjurkan kepada Abu Bakar ash-Shidig agar berbelas kasih kepada karib kerabat nya, yakni Mistah bin Ursatsh, ia adalah adalah keponakan beliau, ia juga tergolong Muhajirin fi sabilillah. Ia tergelincir miskin tidak mempunyai harta melainkan apa yang diberikan oleh Abu bakar, lalu bertaubat kepada Allah dan Allah menerima taubatnya Dan ia pun telah menjalani hukuman Abu Bakar Shik terkenal dengan kebbaikannya, ia banyak membantu dan menolong karib kerabat dan orang lain¹¹¹

Munasabah ayat ini, Pada ayat-ayat yang lalu diceritakan bahwa sumber fitnah yang menimpa Aisyah adalah keponakan Abu Bakar as-Siddiq, yaitu Mistah bin Ufāfah, maka pada ayat berikut

¹¹⁰ Kitab tafsir kemenag juz 18 h 559

¹¹¹ Tafsir Ibnu Katsir juz 18 h 28

ini Allah melarang tindakan Abu Bakar as- Siddiq yang bersumpah tidak akan membantu nafkah keponakannya itu¹¹²

Tafsirnya ayat ini Menurut Buya Hamka, Agama Islam memberi kesempatan kepada sekalian manusia tidak mengajarkan rasa dendam kepada orang yang pernah bersalah. Setiap orang harus berusaha memperbaiki jalan hidupnya. Kalau rasa dendam telah dipergunakan kepada orang yang bersalah, seakan-akan mereka tidak diberi kesempatan lagi akan berbuat baik, maka pendendam itu tidak dengan disadari adalah kesalahan yang lebih besar lagi. Orang berbuat kesalahan satu kali lalu tobat, tetapi orang yang mendendam senantiasa berdosa selama dia masih berdendam.¹¹³ Sementara Tafsir ayat ini menurut Imam Ibnu Katsir, والنشرة والبعدشرا Dan herdaklah mereka memaafkan dan berlapang dada," yakni, atas apa yang telah mereka lakukan dalam bentuk gangguan dan lainnya Ini merupakan ke-Mahasantunan Allah, ke-Mahapemurahan, dan ke Maha lembut-Nya kepada makhluk makluk-Nya meski mereka telah menzhalimi diri mereka sendiri.¹¹⁴

Dalam Tafsir Kemenag, Pada ayat ini Allah menerangkan bahwa orang-orang yang percaya kepada Allah, janganlah mereka itu bersumpah untuk tidak mau memberikan bantuan kepada karib

¹¹² Tafsir kemenag Juz 18 h584

¹¹³ Tafsir al Azhar jilid 6 h 281

¹¹⁴ Tafsir Ibnu katsir juz 18 h28

kerabatnya yang memerlukan bantuan karena berbuat salah. Pemaafan dan kembali membantu mereka itu merupakan sarana untuk memperoleh ampunan dari Allah. Adakah manusia yang tidak ingin bahwa dosa-dosanya diampuni Allah? Siapakah yang tidak berdosa dalam hidupnya? Bila mereka melakukannya, yaitu memaafkan dan membantu mereka yang kekurangan, maka Allah akan mengampuni dosa mereka dan menyayangi mereka. Mereka akan masuk surga.¹¹⁵

Ayat ini memiliki perintah *khash/khusus* untuk memaafkan orang yang pernah kita bantu tapi pernah khianat kepada kita seperti asbabun nuzul ayat ini. Dalam muamalah dengan saudara atau kerabat terkadang kata kata mereka menyakiti, di percaya berkhianat, sementara kita sudah berbuat baik dan meolong mereka, maka sikap yang patut di ambil berdasarkan penjelasan para mufasir seperti perintah di surat AnNur ayat 22 di atas adalah memaafkan dan tetap berbuiat baik kepada mereka. Bukan hanya sekedar memaafkan tapi jera berbuat baik kepada mereka, bukan seperti itu pengajaran yang di ajarkan para mufasir di atas. Maafkan dan tetap berbuat baik.

Surat At-Thagabun ayat 14. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

¹¹⁵ Tafsir Kemenag Juz18 h584

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ
فَاحْذَرُوهُمْ ۚ وَإِنْ تَعْفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya:

“Wahai orang-orang yang beriman, sesungguhnya di antara istri-istrimu dan anak-anakmu ada yang menjadi musuh bagimu.719) Maka, berhati-hatilah kamu terhadap mereka. Jika kamu memaafkan, menyantuni, dan mengampuni (mereka), sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”¹¹⁶

Surah ini terdiri dari 18 ayat, termasuk kelompok surah Madaniyyah dan diturunkan sesudah Surah at-Tahrim. Nama at-Tagabun diambil dari kata at-tagabun yang terdapat pada ayat ke-9 yang artinya “hari pengungkapan kesalahan-kesalahan.”¹¹⁷ Asbabun Nuzulnya, At-Tirmidzi dan Al-Hakim meriwayatkan serta menshahihkannya dari Ibnu Abbas, dia mengatakan; Ayat ini, "Sesungguhnya di antara istri-istrimu dan anak-anakmu ada yang menjadi musuh bagimu, maka berhati-hatilah kamu terhadap mereka." Turun berkenaan dengan sekelompok penduduk Makkah yang masuk Islam, sedangkan istri dan anak-anak mereka tidak mau diajak berhijrah. Mereka lalu menuju kota Madinah. Setelah sampai di sana, mereka menemui Rasulullah dan melihat bahwa orang-orang sudah memahami agama. Mereka lalu berniat untuk menghukum anak dan istrinya yang enggan diajak berhijrah. Maka

¹¹⁶ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/64?from=14&to=18>

¹¹⁷ Kitab tafsir kemenag juz28 h153

Allah menurunkan ayat, "Dan jika kamu memaafkan dan tidak memarahi, "

Ibnu Jarir meriwayatkan dari Atha bin Yasar, dia mengatakan; Keseluruhan surat At-Taghabun turun di kota Makkah kecuali ayat-ayat berikut ini "Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya di antara istri-istrimu dan anak-anakmu...." Turun berkenaan dengan Auf bin Malik Al-Asyja'i. Dia adalah orang yang memiliki keluarga dan anak. Ketika Auf hendak berperang maka keluarga dan anaknya menangisinya sehingga dia merasa sedih. Mereka berkata, "Kepada siapa engkau akan menitipkan kami?" Auf pun menjadi sedih dan akhirnya tidak jadi berangkat berperang. Maka turunlah ayat ini dan ayat-ayat lainnya hingga akhir surat At-Taghabun, dan semuanya turun di Madinah.¹¹⁸

Tafsirnya ayat ini menurut Buya Hamka, "Di pangkal ayat diterangkan dengan memakai *min* yang berarti daripada, artinya setengah daripada. Tegasnya bukanlah semua istri atau semua anak jadi musuh hanya kadang-kadang atau pernah ada. Hasil dan sikap mereka telah merupakan suatu musuh yang menghambat cita-cita seorang Mukmin sebagai suami atau sebagai ayah. Sikap istri istri dan anak anak yang demikian samalah dengan memusuhi. Tetapi oleh karena mereka bukan musuh yang harus ditentang dihadapi, Allah pun memberikan bimbingan bagaimana cara menghadapi

¹¹⁸ Kitab Asbabul Nuzul h 550

mereka. Pertama, hendaklah memberi maaf saja. Kedua, anggap saja soal itu telah habis dan janganlah berputus asa, bimbinglah mereka dengan dada lapang, moga-moga mereka akan tunduk juga akhirnya kelak, sebab suami atau ayahnya harus menghadapi mereka dengan bijaksana. Kalau mereka terlanjur berbuat tantangan, tetapi akhirnya mereka tunduk dan patuh, maka segala kesalahan mereka yang telah lalu itu hendaklah diampuni. Allah menyuruhkan seorang suami atau seorang ayah meniru sifat Allah, yaitu sudi memberi ampun dan bersifat penuh kasih sayang. Dengan kekerasan tidaklah didikan itu akan berhasil.¹¹⁹

Imam Ibnu Katsir menafsirkan sama dengan Buya Hamka menafsirkan ayat ini.¹²⁰ Dalam Tafsir Kemenag, Tafsir ayat ini, “Allah menjelaskan bahwa ada di antara istri-istri dan anak-anak yang menjadi musuh bagi suami dan orang tuanya yang mencegah mereka berbuat baik dan mendekatkan diri kepada Allah, menghalangi mereka beramal saleh yang berguna bagi akhirat mereka. Bahkan adakalanya menjerumuskan mereka kepada perbuatan maksiat, perbuatan haram yang dilarang oleh agama.

Ayat ini memiliki perintah *khash/khusus* untuk memaafkan keluarga dekat seperti istri istri dan anak anak. Karena rasa cinta dan sayang kepada istri dan anaknya, agar keduanya hidup mewah dan senang, seorang suami atau ayah tidak segan berbuat yang

¹¹⁹ Tafsir al Azhar jilid 9 h 175

¹²⁰ Tafsir Ibnu Katsir juz 28 h 203

dilarang agama, seperti korupsi dan lainnya. Oleh karena itu, ia harus berhati-hati, dan sabar menghadapi anak istrinya. Mereka perlu dibimbing, tidak terlalu ditekan, sebaiknya dimaafkan dan tidak dimarahi, tetapi diampuni. Allah sendiri pun Maha Pengampun, lagi Maha Penyayang, sebagaimana dijelaskan dalam firman-Nya dalam surat An Nisa ayat 25¹²¹

Sumber masalah seseorang itu bisa dari anak istri atau suami atau kerabat karena ada salah sangka, salah ucap, salah sikap atau salah mengkap makna dari ucapan di antara mereka, atau memang di antara mereka itu punya sikap dan tabiat yang jelek sehingga apa yang di harapkan tidak sesuai ekpektasi. Dari sikap kecewa ini timbul sikap marah, marah tak bisa di maafkan lalu timbul dendam, dendam tak di maafkan timbul sakit hati, lama lama maka berpenyakit lah di hatinya. yang akan berdampak kepada kesehatannya. Dalam hubungan pernikahan tidak pernah lepas dari suatu konflik yang terjadi bahkan konflik tersebut bisa berujung dengan pertengkaran, tak mau saling memaafkan, tak mau tak membalas dan tak mau saling berbuat baik kalua ingat dendamnya.

Solusi atau jalan keluar dari masalah tersebut adalah ayat tentang memaafkan, bahkan di beri tahapan sampai bisa berbuat baik ke pelaku, kalau sudah sampai berbuat baik ke pelaku, itu

¹²¹ Tafsir Kemenag Juz 28 h170

tanda sudah betul betul maaf, kalau masih sampai tahap ke 2 artinya masih ada bekas marah dan itu tidak baik. Bahkan Buya Hamka menambahkan kisah dalam kitab tafsirnya orang yang memaafkan kesalahan saudaranya dan balasan yang Allah berikan lewat kisah dari Abu Hurairah, "Pada suatu hari, duduklah Rasulullah saw. dalam satu majelis. Tiba tiba beliau pun tersenyum, sehingga kelihatan dua gigi saing beliau. Maka di antara hadirin ada yang bertanya, "Mengapa engkau tersenyum sendirian, ya Rasulullah?"

Beliau menjawab, "Aku melihat dua orang laki-laki dari umatku sedang berlutut di hadapan Tuhanku. Maka berkatalah yang seorang, 'Ya Allah! Sudikah mengambil hakku yang dianiaya oleh saudaraku!' Maka Allah pun berfirman, 'Berikanlah barang saudaramu yang telah engkau aniaya itu, hai anu!' Orang itu menjawab, "Tidak ada lagi kebajikan yang tinggal pada diriku ya Allah!' Lalu yang pertama tadi berkata, 'Biarlah dia memikul dosa-dosaku.'" Berkata Abu Hurairah, "Ketika menceritakan perbantahan kedua orang itu di hadapan Allah, berlinanglah air mata Rasulullah, seraya beliau berkata, 'Hari itu adalah hari yang mahabesar. Sebab di hari itu manusia menginginkan dosanya yang berat itu dapat dipikul oleh orang lain. Setelah itu beliau pun berkata pula, Maka Allah berfirman kepada orang pertama yang dahulu dianiaya oleh saudaranya itu dan sekarang meminta haknya, 'Cobalah angkat

mukamu, lihatlah surga yang kelihatan olehnya berbagai kebajikan dan orang itu pun mengangkat muka, Maka aneka warna nikmat Ilahi. Lalu dia bertanya, 'Ya Allah, untuk siapa semuanya ini?' Allah menjawab, 'Untuk orang yang sanggup membayar harganya. Maka hamba itu pun bertanya pula kepada Allah, 'Siapakah yang sanggup membayar harganya itu, ya Allah?' Allah menjawab, 'Engkau sendiri!' Orang itu pun bertanya, 'Bagaimana caranya?' Allah menjawab, 'Dengan memberi maaf kepada saudaramu itu!' Orang itu berkata, 'Sekarang dia telah aku beri maaf, ya Allah!' Maka Allah berfirman kepadanya, 'Ambillah tangan saudaramu itu, bimbinglah dia supaya bersama-sama masuk surga. Kemudian itu berkata Rasulullah saw., 'Oleh sebab itu, takutlah kamu sekaliannya kepada Allah dan perbaikilah hubungan di antara kamu satu dengan yang lain.' Dia Pemaaf, tetapi Pemaaf-Nya itu bukanlah karena lemah, melainkan karena Kuasa-Nya.

Kesimpulan: Kalau kita perhatikan tema pembahasan penafsiran yang disusun berdasarkan tartib nuzul ayat ayat tentang memaafkan sangat berkaitan dengan Kesehatan dan Allah seperti ingin bercerita kepada hamba-Nya.

Pertama, belajar memaafkan Masyarakat sekitar dalam pergaulan social. Disaat seorang hamba masih bagian terkecil dari komunitas social, di minta untuk berkata baik, pemberi maaf. Q.S. Al-A'raf ayat 199. Jadilah pemaaf salah satu cara belajar sebelum

bisa memerintah orang lain untuk berbuat ma'ruf. Jika Ketemu orang bodoh, jangan berdebat dengan mereka, menghindar dari mereka biar tidak terjadi perdebatan yang bisa jadi menyebabkan emosi. Q.S. Al-Baqarah ayat 263. Itu artinya seorang hamba belajar jadi manusia baik, berakhlakul Karimah. Jika itu tercapai maka berarti sudah tercapai salah satu tujuan Rasulullah di utus, memperbaiki akhlak.

Kedua, setelah bisa jadi orang yang berakhlak baik, naik tahap sosialisasinya berikutnya, berhubungan dengan orang kafir yang mana mereka punya tabiat jelek, keras kepala dan mendustakan agama Allah, berlapang dadalah kepada mereka dan berilah maaf jika masih dalam pergaulan pribadi, bukan terkait agama Allah. Q.S. Al- Maidah ayat 13

Ketiga, Naik setingkat lagi lebih tinggi, sudah punya kuasa, punya wewenang, punya pengaruh politik, sudah punya anak buah atau sudah punya karyawan atau punya masa. Disinilah ujian berikutnya dimulai. Sebagian orang jika sudah merasa berkuasa maka sifat sombongnya akan muncul karena merasa punya sesuatu. Sementara Allah SWT benci dengan orang sombong, karena sombong sifat Allah, tak ada yang Maha berkuasa selain Dia. Seyogyanyalah orang yang sudah punya kuasa untuk mudah berbuat baik, bisa menahan amarah, bermurah hati, pemaaf dan bukan pendendam karena itu bukti kekuatan jiwa. Q.S. Asy Syura

ayat 40. Itu artinya orang yang lemah jiwanya maka dia akan mudah marah, emosi meledak ledak untuk hal sepele dan tidak terkontrol, berkata kasar yang menyakitkan dan pendendam.

Orang yang bisa menahan amarah, hatinya penuh kedamaian, ketentraman dan keimanan. Q.S. Ali Imran ayat 134. Bukti lain kekuatan keimanan seseorang itu dia bisa tersenyum saat di mak, padahal dia bisa membalaskan kejahatan orang lain kepada dirinya, dia pilih memaafkan karena dia sadar dia sedang meniru sifat Allah, pemaaf. Q.S. An-Nisa ayat 149.

Menahan amarah saja tanpa memaafkan berisiko menciptakan *repressed emotion* (emosi yang terpendam). Emosi yang dipendam ini kerap termaterialisasi menjadi penyakit fisik (psikosomatik). Ulasan ilmiah mendalam yang membahas bagaimana penahanan amarah (*anger suppression*) berkontribusi langsung pada pembentukan gejala somatik (fisik) melalui respons stres fisiologis yang kronis. Penelitian ini menyoroti manifestasi penahanan emosi tersebut ke dalam gangguan kardiovaskular, pencernaan, hingga penurunan imunitas¹²²

Kemarahan dan dendam yang tidak terselesaikan memicu aktivasi konstan dari *Aksis Hipotalamus-Pituitari-Adrenal* (HPA axis). Akibatnya, hormon stres (kortisol dan adrenalin) melonjak secara kronis. Hal ini memicu hipertensi, gangguan kardiovaskular,

¹²² studinya di [ResearchGate - Psychosomatic Illness and Suppressed Anger](#)

menurunkan imunitas (sehingga tubuh rentan terhadap penyakit infeksi/degeneratif), dan merusak kesehatan mental. Ulasan ilmiah mengenai *psychoneuroimmunology* (ilmu yang mempelajari hubungan psikis, sistem saraf, dan imunitas) menunjukkan bahwa hormon stres yang melonjak secara kronis akibat emosi negatif seperti dendam dapat menekan produksi sitokin pelindung dan sel imun. Hal ini membuat tubuh lebih rentan terhadap infeksi¹²³

Ke empat, ini tahapan yang krusial jika tidak disadari dalam keluarga. Bisa jadi dia diluar rumah jadi orang penyabar, pemaaf, tutur bahasanya santun, mudah tersenyum, tapi setelah pulang ke keluarganya semua kebaikan tersebut di tanggalkan, seolah olah semua kebaikan tersebut hanya topeng. Jika hal ini terjadi betapa meruginya iya sebagai bagian dari sebuah keluarga yang harusnya bisa hidup Sakinah mawaddah wa Rahmah. Dalam satu keluarga itu kadang Allah taqdirkan ada yang harta dan Sebagian lagi ada yang tak mempunyai, begitulah Allah kadang memberi Pelajaran. Bisa jadi yang mempunyai ini sering membantu keluarganya yang tak mempunyai tapi kehadiran dan kebaikannya kadang tak di anggap, atau yang tak mempunyai di jadikan orang suruh suruhan oleh yang mempunyai karena dia mersa telah berjasa telah membantu selama ini, jika terjadi beda pendapat atau selisih paham jika tidak saling

¹²³ [NIH Research Matters](#)

memaafkan maka akan terjadi amarah, pertengkaran dan dendam. Q.S. An Nur ayat 22.

Ujian lain dalam keluarga, masalah ekonomi, istri akan di uji melayani suaminya dalam keadaan suaminya dalam keadaan ekonominya lemah, begitu juga sebaliknya, suami akan di uji Ketika istrinya sakit sementara ekonomi sedang baik, apakah bisa saling memaafkan dan menerima takdir. Jika tidak maka keluarga ini akan di penuhi amarah, benci dan dendam yang terpendam.

Ujian berikutnya dalam keluarga, anak-anak. Disaat anak-anak kecil kalau anaknya berbuat salah atau nakal mungkin masih bisa tersenyum sembari memberi nasehat dan do'a terbaik, dan apakah jika anak sudah besar lalu berbuat salah atau nakal atau tak seperti yang diharapkan, apakah masih bisa tersenyum, bersabar, memberi nasehat dan do'a? maafkan lah mereka lalu didik terus ke jalan yang benar. Betapa banyak hari ini orang yang bertengkar suami istri karena berbeda pilihan, beda tontonan, beda hobi baru dan beda pemikiran. Begitu juga pertengkaran mereka dalam mendidik anak-anak, ada yang mulai nakal. Sekiranya mereka mau belajar agama maka mereka akan menemukan Solusi dari masalah mereka yakni dengan cara memaafkan kesalahan pasangannya, mereka akan didik istri istrinya, anak-anaknya dengan sabar ke jalan yang benar. Q.S At Taghabun ayat 14.

Jangan sampai ada perasaan kecewa yang di pendam atau marah yang belum di maafkan antara anak laki laki dengan ayahnya atau antara anak Wanita dengan ibunya karena itu bisa menyebabkan gangguan lambung. Rasa bersalah, putus asa, takut, tertekan atau merasa tidak cukup baik. Masalah lambung ini menyebabkan sakit maagnya tak sembuh sembuh walaupun sudah mengkonsumsi berbagai macam obat dr atau herba. Ini bisa di lihat di garis collarate di sekeliling iris yang keluar zona. Bisa juga garis collaratonya mengecil seperti menyempit ke arah pupil.¹²⁴

Ketika seseorang memutuskan untuk memaafkan otak melepas neurotransmitter positif seperti oksitosin, dopamin, dan endorfin. Proses memaafkan ini melepaskan beban emosional egois sehingga memberikan kelegaan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot-otot organ dalam (viseral). Penelitian pencitraan otak (*neuroimaging*) yang dipublikasikan di *PubMed Central* mengupas bagaimana proses memaafkan secara kognitif mengaktifkan *dorsolateral prefrontal cortex* (DLPFC) dan *anterior cingulate cortex* (ACC). Aktivasi jaringan otak ini bertanggung jawab memotong respons agresif, memproses empati, serta menstimulasi jalur neurobiologis yang memicu pelepasan hormon

¹²⁴ Matalogi siklus nasab h226

kebahagiaan dan kedamaian (seperti dopamin dan oksitosin) untuk menyembuhkan luka emosional¹²⁵

Menyimpan amarah akan menyebabkan stress dan depresi, Stres yang berlarut larut berdampak buruk bagi kekebalan tubuh, produksi anti bodi akan akan terganggu akibat tertekan. Tubuh rentan terhadap serangan mikroorganisme dan berbagai jenis penyakit¹²⁶ Dalam pengobatan holistik, energi kasih sayang meningkatkan produksi sel pembunuh alami (NK Cells) dan memperkuat sistem imun tubuh untuk melawan sel-sel rusak/kanker. Penelitian di bidang *psychoneuroimmunology* menunjukkan bahwa intervensi psikologis yang berfokus pada penumbuhan emosi positif, kasih sayang, dan pengurangan stres secara signifikan meningkatkan jumlah dan sitotoksitas (daya hancur) dari *Natural Killer (NK) Cells*. NK Cells ini merupakan lini terdepan sistem imun yang mendeteksi dan menghancurkan sel yang terinfeksi virus serta sel-sel tumor/kanker¹²⁷

Dari empat sub tema di atas, kenapa tema memaafkan dalam lingkungan social di dahulukan dari tema memaafkan dalam lingkungan keluarga adalah berdasarkan asbabul urutan turun ayat makiyah dan Madaniah.

¹²⁵ studinya di [PMC - How the Brain Heals Emotional Wounds](#)

¹²⁶ Buku Matalogi deteksi dini tumor melalui mata h5

¹²⁷ ulasan ilmiah di [PubMed - Psychological Influences on Immune Function](#)

BAB V

PENUTUP

R. Kesimpulan

Setelah peneliti membahas dan menganalisa ayat-ayat Al-Qur'an tentang memaafkan terhadap sesama manusia pada bab-bab sebelumnya, peneliti menyimpulkan sebagai berikut:

1. Pertama, klasifikasi ayat tentang memaafkan, ada 10 ayat, dengan akar kata *al-afw* sebanyak 9 ayat dan dengan akar kata *Maghfirah* sebanyak 1 ayat. Akar kata *al-afw* yakni terdapat dalam Surat Al-Baqarah ayat 109, Surat Āli 'Imrān ayat 134, Surat An-Nisa ayat 149, Surat Al-Ma'idah ayat 13, Surat Al-A'rāf ayat 199, Surat Al-Hijr ayat 85, Surat An-Nur ayat 22, Surat Asy-Syura ayat 40, Surat At-Taghabun ayat 14. Dan Ayat dengan akar kata *Maghfirah* terdapat dalam Surat Al Bagarah ayat 263.
 2. Kedua, penafsiran ayat memaafkan, di bagi kepada empat tema, tema pertama memaafkan dalam interaksi sosial,tema kedua,Perintah dari Allah SWT Kepada Nabi Muhammad SAW untuk maafkan orang kafir, tema ketiga memaafkan walaupun sanggup membalas dan tema ke empat, memaafkan dan tidak dendam dalam lingkungan keluarga.
- Sikap memaafkan telah dicontohkan oleh Rasulullah SAW, kapan Rasulullah memaafkan dan kapan Rasulullah membalas juga sudah di bahas sebelumnya dan sikap memaafkan juga di amalkan oleh Sahabat yang tersebut ahli sorga sementara dia masih hidup Bersama Rasulullah waktu itu. Memaafkan bukan hanya sekedar melupakan kesalahan orang

lain, tetapi juga menunjukkan kemampuan mengendalikan amarah, tidak membalas, tidak dendam dan sakit hati, memberi maaf dan mampu berbuat baik kepada pelaku. Minimal perbuatan baiknya dengan mendo'akan kebaikan untuk pelaku. Dalam berdo'a yakin akan di kabulkan do'anya, sehingga berdo'a dengan sungguh sungguh. Dalam Ilmu Matalogi di bahas salah satunya emosional dendam, yang mana dendam bisa merusak kinerja organ atau sumbatan sirkulasi yang akan menyebabkan ketidak seimbangan metabolisme tubuh yang mana itu akan menyebabkan sakit. Fungsi dari sikap memaafkan dalam perspektif matalogi adalah untuk proses pengobatan yang akan berdampak positif secara holistic yakni Kesehatan spiritual, kesehatan emosional, kesehatan mental dan Kesehatan fisik.

Di Akhirat nanti di Yaumul Hisab sesama saudara akan saling memaafkan juga kesalahan saudaranya karena ingin masuk Sorga-Nya Allah SWT seperti kisah dalam Hadits Nabi SAW yang telah kita bahas terdahulu. Jadi Selama di dunia untuk apa dipelihara dendam, sementara dendam itu bisa menyebabkan si pendendam jadi sakit. Alangkah baiknya kesalahan orang orang yang berbuat salah kepada diri kita untuk dimaafkan, di dunia dapat sehat, di akhirat dapat Sorga. *Afalā tatafakkarūn.*

S. Saran

Penelitian skripsi ini membahas sikap memaafkan terhadap sesama manusia dalam perspektif Al-Qur'an dalam mencari kesembuhan secara holistic. Kajian tentang sikap memaafkan ini boleh dilanjutkan penelitian lapangan karena memiliki peran penting dalam menjalani proses kesembuhan secara holistic.

Semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi umat Islam secara umum dan menjadi referensi bagi mahasiswa IDAQU Payakumbuh secara khusus. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak keterbatasan, baik dalam aspek teknis, metodologis, maupun isi kajian. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif dalam kebaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abrar, Mukhlash, Teknik Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif (Jambi: UNJA PUBLISHER,2004)
- Ahmad ,Abû Hasan Ibn Fâris, Magâyis al-Lughah (Beirut: Dâr Ihya al-Turâts al-Arabi 2001),
- Amrullah, Irfan Tsaqif, “Manfaat Memaafkan,” Buletin Al-Rasikh, 2022.
- Asmendri, Milya Sari, “Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA,” Natural Science: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA 6, no. 1 (2020)
- Baqi al-Muhammad Fu'âd 'Abd, Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfadz Al-Qur'an, 1945.
- Baskin, Thomas W and Robert D Enright, “Intervention Studies on Forgiveness: A Meta-Analysis” 82 (2004): 79–90.
- Billah, Anita Pasta Et Al., “Integrasi Islam Dengan Psikologi (Psikologi Islam)” 2, No. 1 (2026): 111–21.
- Diakses pada situs <http://digilib.uinkhas.ac.id/id/eprint/234>
- Diakses pada situs <https://doi.org/10.58363/alfahmu.v4i1.521>
- Diakses pada situs <https://idr.uin-antasari.ac.id/28615/>
- Diakses pada situs <https://jipkm.com/index.php/jipkm/issue/view/5>
- Eristiamulyawan, “Pembacaan Makna Maaf Dalam Hadis Menghalalkan Tinjauan Hermeneutika Gadamer” (Uin Syarif Hidayatullah Jakarta: 2017),
- F, Nashori, . “Psikologi Pemaafan” (Yogyakarta: Safiria Insania Press,2014), 45-46.
- Fauzi, Ahmad, Metodologi Penelitian (Purwokerto: Pena Persada, 2022)
- Hasyimi Al Abdul Mun'im, Akhlak Rasul Menurut Bukhari dan Muslim (Jakarta:Gema Insani,2009), Cet I,
- <https://be-songo.or.id/manusia-kuat-itu-berani-memaafkan/>
- <https://digilib.uinkhas.ac.id/234/6/BAB%20III.pdf>
- <https://dri.ipb.ac.id/dari-mata-turun-ke-penyakit/>
- <https://idr.uin-antasari.ac.id/20405/1/Metodologi%20Tafsir.pdf>

<https://kbbi.web.id/tafsir>

<https://news.detik.com/berita/d-7736257/dendam-kesumat-nanang-gimbal-ke-sandy-permana-hingga-berbuat-nekat>.

https://perpus.e-leprindo.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1775

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>

<https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/15?from=85&to=99>

<https://repository.uin-suska.ac.id/6874/3/BAB%20II.pdf>

<https://uinsa.ac.id/blog/memaafkan-kunci-menuju-hidup-damai-dan-sehat-mental>

<https://www.bbc.com/indonesia/articles/c9041j1xdzqo>

<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MTYyMCMx/persentase-penduduk-yang-berobat-jalan-sebulan-terakhir-menurut-provinsi--dan-tempat-cara-berobat--2009-2022.html>

<https://www.uinjkt.ac.id/index.php/id/belajar-memaafkan>

Jauziyah al-Ibnu Qayyim, *Metode Pengobatan Nabi*, ed. LC. Arlin Andi, Cet.13 (Jakarta: Griya Ilmu, 2011).

Kamus Besar Bahasa Indonesia Online <https://kbbi.web.id/maaf>

Kawasati, —Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif.¶

Kelompok Kerja CELLS, *Diktat KHT Dasar Kuliah Herba Thibbun Nabawi Tingkat Dasar*, ed. Dewan Keilmuan dan Etika Profesi Asosiasi Terapis Thibbun Nabawi Indonesia, Cet 1 (Jakarta: CELLS, 2014).

Kitab Asbabul Nuzul

M.Farm. W. Tusy Wardhani., S.Si., “Matalogi: Ilmu Iris Dan Sclera Mata,” n.d., <https://id.scribd.com/document/539918386/7-MATALOGI>.

Mamik, *Metodologi Kualitatif* (Surabaya: Zifatama, 2015).

Mustaqim, Dt H Abdul Dinamika Sejarah Tafsir Al qur'an,

Nihayah, Ulin, Salsabila Ade Putri, Rahmat Hidayat “Konsep Memaafkan dalam Psikologi Positif”, Volume 3 Number 2 2021,

<https://doi.org/10.32939/ijcd.v3i1.1031>

Niken Widiyawati, “Konsep Maaf Perspektif Al-Qur’an (Studi Tafsir Tematik)” (Iain Ponorogo: 2017),

Nasution, Abdul Fattah, Metode Penelitian Kualitatif, ed. MA Dr. Hj. Meyniar Albina, CV Harfa Creative, vol 2 (Bandung: CV. Harfa Creative: 2023)

[NIH Research Matters](#)

R. P. Enright, R. D., & Fitzgibbons, *Helping Clients Forgive: An Empirical Guide for Resolving Anger and Restoring Hope*. (Washington DC: American Psychological Association., 2000).

Redaksi Halodoc, “Holistik Adalah: Pengertian Dan Manfaatnya Bagi Hidup,” Halodoc, 2026.

Samsul, —Takut Dalam Al-Qur’an (Kajian Tafsir Maudu‘i).l

Shihab ,M. Quraish, Tafsir Al Misbah Pesan, Kesan Dan Keserasian Al Qur’an (Ciputat: Lentera Hati, 2000),

Shihab, M Quraishy, *Ensiklopedi Al-Qur’an Kajian Kosa Kata*.

Shihab, M. Quraish, *Kaidah Tafsir: Syarat, Ketentuan, Dan Aturan Yang Patut Anda Ketahui Dalam Memahami Al-Qur’an* (Jakarta: Lentera Hati, 2013).

Sibuea, Arman Buku Matalogi deteksi dini tumor melalui mata

Sibuea, Arman, Matalogi siklus nasab.

Sibuea, Arman, *Matalogiku Seri Iridologi Level II*.

Sibuea, Arman *Matalogi Emosional* (Kisaran, 2020).

Sibuea, Arman *Matalogiku Seri Iridologi Level II* (Kisaran, 2024).

Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2018).

Si and Naamy, Metodologi Penelitian Kualitatif.

[PMC - How the Brain Heals Emotional Wounds](#)

[ResearchGate - Psychosomatic Illness and Suppressed Anger](#)

T, Abdi Mirzaqon . and Budi Purwoko, “Studi Kepustakaan mengenai Landasan Teori dan Praktik Konseling Expressive Writing,” Jurnal BK UNESA 8, no. 1 (2018).

Tafsir al azhar

Tafsir al Munir

Tafsir Ibnu Katsir

Tafsir kemenag

[PubMed - Psychological Influences on Immune Function](#)

Vokasi, Usi “Kesehatan Holistik: Harmonisasi Yang Melibatkan Tubuh, Pikiran, Dan Jiwa,” Vokasi Unair, 2024.

Zarqani al-Muhammad Abdul Azhîm, Manahil al-Irfan fi 'Ulum al-Qur'ân, Juz II (Mesir Musthafa al-Baby al-Halabi, tth),

Zulheldi, *6 Langkah Metode Tafsir Maudhu'i* (Depok: Rajawali Pers, 2017).

https://repository.unmuhjember.ac.id/20628/1/23.%20Turnitin%20Buku%20Landsan%20Teori%20Pengobatan%20Islam_compressed.pdf

<https://dinkes.solokkab.go.id/index.php?/4-alasan-kenapa-memaafkan-penting-bagi>

kesehatan#:~:text=Memaafkan%20adalah%20sebuah%20proses%20perdamaian,penyalahgunaan%20alkohol%20dan%20obat%20terlarang.

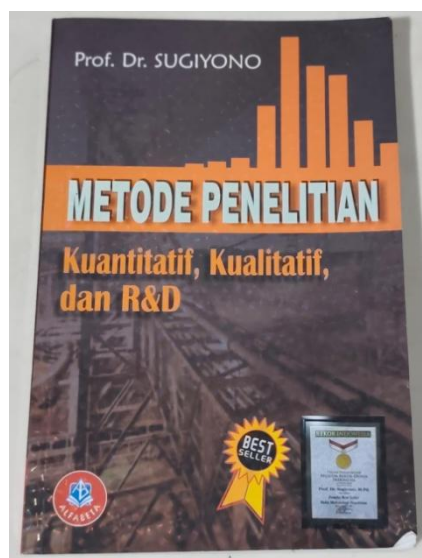
<https://mui.or.id/baca/opini/memaafkan-dan-silaturahmi-spirit-ramadan-dalam-perspektif-akhlak-dan-fikih-sosial>

<https://www.bbc.com/indonesia/articles/c9041j1xdzqo>

https://www.google.com/search?q=jenis+penelitian+kualitatif+yang+tujuh+yang+berkaitan+dengan+emosional+tipe+mana+yang+cocok%3F&oq=jenis+penelitian+kualitatif+yang+tujuh+yang+berkaitan+dengan+emosional+tipe+mana+yang+cocok%3F&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOdIBCjIxNDgyajBqMTWoAgiwAgHxBckpI2ARbdZk8QXJKSNGEW3WZA&sourceid=chrome&ie=UTF-8

Husayn al-Imam Abu Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim al-Qushayri Al-Naysaburi, *Shahih Muslim* (Riyadh: Dar el Salam, 2002).

DOKUMENTASI



A



BIOGRAFI

Adek Rahmat, lahir pada tanggal 20 Agustus 1979 di jorong Padang Japang, Kenagarian VII Koto Talago, Kecamatan Guguak, Kab. 50 Kota, Provinsi Sumatera Barat. Penulis lahir dari pasangan ayahanda Syahrir Sy B.A dan Ibunda Djasmihartis, Amd dan merupakan anak ke tiga dari 7 bersaudara yakni Syahmihartis S.Ag. M.Ag (Uni), Lukman Hakim (Uda), Ahmad Ridha S.H.I (Adik), Yetti Hasnah S.Ag. M.A (adik), Maulida Rahmi (adik) dan Alm Fadhillah Zulfa S.Ag (adik). Pada tahun 1985 penulis mulai Pendidikan di SDN Balai Panjang Kec. Luhak. Setelah menamatkan pendidikan di Sekolah Dasar pada tahun 1991 penulis melanjutkan ke MTsN Padang Japang Kec.Guguak dan menamatkannya pada tahun 1994. Setelah itu melanjutkan pendidikan di MAN Padang Japang Kec. Guguak dan tamat pada tahun 1998. Semenjak kelas 1 MTsN Padang Japang sampai kelas 2 Man Padang Japang penulis pernah belajar Bahasa Inggris mulai dari level Basic sampai level Intermediate. Setelah Tamat MAN, penulis tidak melanjutkan kuliah karena suatu alasan, penulis melanjutkan kursus Bahasa Jepang di Lembaga Kursus Bahasa Jepang di Bukit Tinggi. Penulis pernah Belajar di BLK Padang dengan swadaya dalam rangka pergi kerja ke Jepang. Setelah itu lalu penulis melanjutkan merantau untuk mencari nafkah. Pada tahun 2002 bulan November tanggal 15 penulis menikahi seorang gadis Simpang Kapuak. Sekitar tahun 2010 Penulis pulang kampung lagi karena ingin berbakti kepada orang tua yang sudah mulai sakit sakitan yang pas pula penulis sudah belajar Ilmu Pengobatan Thibbun Nabawi di perantauan. Sembari merawat orang tua, penulis buka Klinik Pengobatan tahun 2011, dengan Nama Klinik GMC. Pada tahun 2017 Buka Kantor Cabang HNI untuk wilayah Kabaupaten 50 Kota. Akhirnya pada tahun 2022, Allah SWT memberikan rezki lewat Ust Muhammad Rizqi STHi.MA, beliau mengajak untuk berkuliah di Sekolah Tinggi Agama Islam Darul Qur'an (STAIDA). Penulis masuk ke Sekolah Tinggi Agama Islam Darul Qur'an (STAIDA) Payakumbuh dan sejak tahun 2024 sudah beralih status menjadi Institut Darul Qur'an (IDAQU) Payakumbuh. Penulis di terima di prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Adapun pengalaman organisasi internal kampus selama kuliah yaitu pernah menjabat Ketua Kelas STAIDA Payakumbuh pada tahun 2023. Pada Saat KKN, di Angkat jadi Ketua KKN IDAQU di Gunuang Malintang. Adapun pengalaman organisasi ekstarnal kampus yaitu menjadi pembicara di berbagai Seminar baik di Kabupaten dalam Propinsi sendiri bahkan sampai ke luar Propinsi seperti Riau dan Sumatera Utara.



KEPUTUSAN
INSTITUT DARUL QUR'AN PAYAKUMBUH
Nomor : PTAIS. 19/KPW.VI/D2/PP/ 063/2026

TENTANG
PENUNJUKAN TIM PENGUJI UJIAN MUNAQASYAH SKRIPSI MAHASISWA

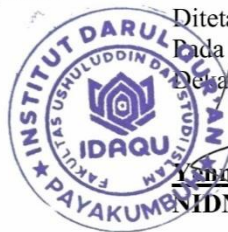
DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI ISLAM
INSTITUT DARUL QUR'AN PAYAKUMBUH

- Membaca** : Penelitian skripsi yang diajukan oleh mahasiswa :
Nama : Ade Rahmat
NIM : 2219038
Prodi : Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
- Menimbang** : a. Bahwa untuk kelancaran ujian munaqasyah skripsi mahasiswa bersangkutan pada Institut Darul Qur'an Payakumbuh, perlu ditunjuk dosen penguji sebagai nara sumber.
b. Bahwa nama-nama yang tercantum dalam surat keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai tim penguji ujian munaqasyah skripsi mahasiswa.
- Mengingat** : 1. Undang- Undang Nomor: 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
2. Undang-Undang No. 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
3. Undang-Undang Nomor: 12/ 2012 Tentang Pendidikan Tinggi
4. Peraturan Pemerintah Nomor : 19/ 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan
5. Peraturan Pemerintah Nomor: 17/ 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan
6. Peraturan Pemerintah Nomor: 66/ 2010 tentang Perubahan atas PP Nomor: 17/ 2010
7. Peraturan Pemerintah Nomor: 32/ 2013 tentang Perubahan PP Nomor: 19/ 2005
8. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 59/ 2012 tentang Badan Akreditasi Nasional
9. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 73/ 2013 tentang penerapan kerangka Kualifikasi nasional Indonesia
10. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 83/2013 tentang sertifikasi Kompetensi
11. Surat Keputusan Direktorat Jendral Pendidikan Islam Nomor: Dj.I/373/2010 Tentang Izin penyelenggaraan Sekolah Tinggi Agama Islam Darul Qur'an (STAIDA) Payakumbuh.
12. Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 1079 Tahun 2024 tentang Izin Perubahan Sekolah Tinggi Agama Islam Darul Qur'an Payakumbuh menjadi Institut Darul Qur'an Payakumbuh.
13. STATUTA dan Panduan Akademik Institut Darul Qur'an Payakumbuh.
14. Akte Notaris H. Suhairiadi, SH Tanggal 25 Maret 2010 Nomor 58 tentang pendirian dan Anggaran Dasar Yayasan Darul Furqon Payakumbuh

15. Surat Keputusan Yayasan Darul Furqon Payakumbuh nomor 004/SK-YYs-DF/I/2025 tentang pengangkatan dekan di Lingkungan Institut Darul Qur'an Payakumbuh Periode 2025-2029.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan :**
- Pertama : Keputusan Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam Institut Darul Qur'an Payakumbuh tentang Penunjukan Tim Penguji Munaqasyah Skripsi Mahasiswa
- Kedua : Menunjuk 6 (Enam) orang sebagai tim penguji Skripsi yaitu :
1. Nama : Muhammad Ikhwan, M.Sy
NIDN/NIY : 2126058902
Pangkat/Gol/Jabatan : Penata TK I / III.d
Sebagai : Ketua Sidang
 2. Nama : Zulnita, S.Pd
NIDN/NIY : 20.2010.03.2010.01
Pangkat/Gol/Jabatan : Penata / III.d
Sebagai : Sekretaris
 3. Nama : Dr. Ahmad Deski, M.A
NIDN/NIY : 2119058201
Pangkat/Gol/Jabatan : Penata Tk.I / III.d
Sebagai : Penguji/Nara sumber I
 4. Nama : Muhammad Rizqi, S.Th.I, M.A
NIDN/NIY : 2114018802
Pangkat/Gol/Jabatan : Penata TK I / III.d
Sebagai : Penguji/Nara sumber II
 5. Nama : Yenni Rahman, S.Th.I, M.A
NIDN/NIY : 2123038702
Pangkat/Gol/Jabatan : Penata Tk.I / III.d
Sebagai : Penguji/Nara sumber III
 6. Nama : Febri Wardani, S.Ud, M.Ag
NIDN/NIY : 2126029101
Pangkat/Gol/Jabatan : Penata / III.c
Sebagai : Penguji/Nara sumber IV
- Ketiga : Kepada para penguji/narasumber diberikan honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Institut Darul Qur'an Payakumbuh.
- Keempat : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan, dengan ketentuan akan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya bilamana terdapat kesalahan dan kekeliruan dalam penetapan ini.
- Asli keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana dengan penuh tanggung jawab.



Ditetapkan di : Payakumbuh
Pada Tanggal : 30 Juli 2026

Dekan,

Yenni Rahman, S.Th.I, MA
NIDN. 2123038702

Tembusan disampaikan kepada Yth :

1. Ketua Yayasan Darul Furqan Payakumbuh
2. Peringgal

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI
PRODI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR (IAT)
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI ISLAM IDAQU PAYAKUMBUH

Nama	: ADEK RAHMAT
Bp/NIRM	: 2219038
Judul Skripsi	: Memadatkan Dalam Perspektif al Quran dan Rahmatussalam Dengan Kesehatan Secara Holistik
Pembimbing	: 1. YENNI RAHMATA, S.Th.I, MA : 2. FEBRI WARDANI S.Ud, M.Ag

No	Topik Konsultasi/Bagian	Hari / Tanggal	Paraf Pembimbing		Ket
			I	II	
1	BAB II & III	Selasa			
2	BAB I, II & III	19/5/2025			
3	BAB I, II & III	26/5/2025			
4	BAB IV	3/6/2026			
5	BAB IV	8/6/2026			
6	BAB IV	17/6/2026			
7	BAB II & IV	29/6/2026			
8	BAB I - V	1/7/2026			
9	Abstrak & BAB IV	6/7/2026			
10	BAB I - V	7/7/2026			

Payakumbuh, 7 Juli 2026
Ketua Prodi IAT,

FEBRI WARDANI, S.Ud, M.Ag
NIDN. 212 6029701