

BAB IV

PENDEKATAN *MA'NA CUM MAGHZA* ATAS SURAH *AL-NĀS* [114]:4

Penelitian saya ini berfokus pada analisis kata “*al-Waswās*” dalam Surah *al-Nās*, khususnya pada ayat keempat, untuk memahami makna dan implikasinya dalam konteks spiritual dan psikologis. Yang akan dilakukan dengan melakukan pencarian analisa bahasa, analisa intra-tekstualitas, analisa inter-tekstual, analisa makro dan mikro, maghza at-Tarikhi serta analisa maghza al-Mutaharrik atau Signifikansi fenomenal Dinamis dari kata *al-Waswās* dan relevansinya dalam kehidupan masa kini.

A. Penggalan Makna Historis (*al-Ma'na at-Tarikhi*)

Dalam sub bab ini, penulis akan mengelaborasi setiap makna dari kata-kata yang terdapat dalam Surah *al-Nās* [114]:4. Penginterpretasian makna tersebut dilakukan melalui tiga tahapan metode yang ditetapkan dalam teori *Ma'na Cum Maghza*, yaitu analisis linguistik, analisa intratekstual, dan pengungkapan konteks historis. Tahapan-tahapan ini dianggap penting untuk mengungkapkan signifikansi historis ayat (*al-Maghza al-Tarikhi*), yang merupakan point penting dalam teori *Ma'na Cum Maghza*. Hal ini bertujuan untuk menyoroti signifikansi dinamis yang relevan dengan perkembangan zaman dan ilmu pengetahuan kontemporer, sebagai bagian utama dari penelitian ini.

1. Analisa Linguistik

مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ

Dari kejahatan (setan) pembisik yang bersembunyi.

Analisis bahasa dari Surah *al-Nās* [114]:4

kata *Syar* شَرٌّ dalam Bahasa Arab dan khususnya dalam konteks al-Qur'an memiliki makna yang sangat mendalam dan mencakup berbagai aspek keburukan dan penderitaan. Dalam kamus al-Qur'an menjelaskan bahwa *Syar* berarti keburukan yang merupakan sesuatu yang dibenci oleh semua orang. Dalam hal ini, keburukan merupakan lawan dari kebaikan (*al-Khoir*) yang disukai oleh semua orang.⁵⁹ Kamus lisanul arab mendefinisikan *Syar* sebagai keburukan yang pada mulanya berarti sesuatu yang buruk atau mudharat. Ini menunjukkan bahwa *Syar* secara umum dipahami sebagai segala bentuk keburukan atau malapetaka.⁶⁰

Al-Qurṭhubi juga menyampaikan bahwa kata *Syar* memiliki makna yang lebih luas dari pada hanya bisikan setan. Kata ini mencakup semua jenis kejahatan yang dapat mengganggu ketenangan dan kebahagiaan manusia. Al-Qurṭhubi juga menjelaskan bahwa manusia lebih rentan terhadap bisikan setan Ketika mereka sedang dalam keadaan lemah atau lalai. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk selalu menjaga iman dan ketakwaan, serta berlindung kepada Allah SWT dari kejahatan bisikan setan.⁶¹

⁵⁹ Ar-Raghib Al-Ashfahani (Ed.1). (2017), Kamus al-Qur'an "al-Mufradat fi Gharibil Qur'an. Pustaka Khazanah Fawa'id Depok, Hlm. 358

⁶⁰ Ibnu Manzhur.(1990). Lisanul 'Arab, hlm. 2231

⁶¹ Syaikh Imam al-Qurṭhubi, *Tafsir Jami' Li Ahkam al-Qur'an*, (Beirut: Lebanon, 2006), hlm 622

Secara keseluruhan makna *Syar* dalam Bahasa Arab dan al-Qur'an mencerminkan segala bentuk keburukan, penderitaan, dan malapetaka yang dibenci oleh manusia dan bertentangan dengan kebaikan yang diinginkan oleh semua orang. Keburukan ini bisa berupa langsung (seperti penyakit) atau tidak langsung (seperti dosa dan Tindakan maksiat yang membawa kepada siksa).

Kata *al-Waswās* (الْوَسْوَس) dalam kamus al-Qur'an menjelaskan bahwa *al-Waswās* berarti suara pertama dan bisikan yang pelan, dan *al-Waswasatu* artinya bahaya yang buruk. Ini menunjukkan bahwa bisikan tersebut memiliki konotasi negative yang dapat menyesatkan manusia.⁶² Dalam kamus *Lisanul 'Arab al-Waswās* artinya suara angin yang tersembunyi.⁶³ Ath-Thabari dalam tafsirnya mengartikan *al-Waswās* sebagai kejahatan, menunjukkan bahwa bisikan tersebut membawa pengaruh buruk.⁶⁴

Ibnu Katsir menyebutkan bahwa *al-Waswās* berarti bisikan, menggambarkan Tindakan setan yang membisikan godaan kepada manusia.⁶⁵ Al-Razi dalam tafsirnya memaknai *al-Waswās* sebagai gangguan, menekankan efek negative dari bisikan tersebut terhadap jiwa manusia.⁶⁶ Al-Qurṭhubi juga mengartikan *al-Waswās* sebagai bisikan, menekankan sifat bisikan yang halus

⁶² Ar-Raghib Al-Ashfahani (Ed.1). (2017), *Kamus al-Qur'an "al-Mufradat fi Gharibil Qur'an*. Pustaka Khazanah Fawa'id Depok, Hlm.765

⁶³ Ibnu Manzhur.(1990). *Lisanul 'Arab*, hlm. 4830-4831

⁶⁴ Ibn Jarir Ath-Thabari, *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an*, 2001, hlm. 1125

⁶⁵ Imam Ibn-Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, Terj. Arif Rahman Hakim, dkk (Surakarta: Insan Kamil Solo, 2015), hlm. 903

⁶⁶ Fakhruddin ar-Razi, *Tafsir Mafatih al-Ghaib*, (Darul Fikar, 1981), hlm197

dan tersembunyi.⁶⁷ Wahbab Zuhaili menyebutkan bahwa *al-Waswās* berarti kejahatan, menunjukkan bahwa bisikan tersebut mengarah pada perilaku buruk atau dosa.⁶⁸ Sayyid Qutb dalam penafsirannya menyatakan bahwa *al-Waswās* adalah suara yang halus, menekankan sifat bisikan yang hamper tidak terdengar namun berpengaruh.⁶⁹

Muqotil bin Sulaiman dalam tafsirnya menyatakan *al-Waswās* adalah setan yang digambarkan seperti *khinzir* (babi) dan tinggal di hati manusia, menyebabkan rasa waswas. Setan ini mengalir dalam tubuh manusia seperti aliran darah menjalar ke seluruh bagian tubuh. Allah telah memberinya kemampuan untuk mempengaruhi atau menimbulkan rasa waswas dalam diri manusia.⁷⁰

Dalam kitab tafsir Tsa'labiy *al-Waswās* juga disebut sebagai salah satu nama setan. Imam Nawawi menyarankan bahwa jika seseorang merasakan waswas, disunahkan untuk mengucapkan "la ilaha illallah." Sayyid Jalil Ahmad bin Khawariy menambahkan bahwa jika seseorang merasa senang, setan akan berhenti menggonggonya. Sebaliknya, jika seseorang merasa sedih atau terganggu oleh keberadaan setan, maka gangguan tersebut justru akan meningkat.⁷¹

⁶⁷ Syaikh Imam al-Qurthubi, *Tafsir Jami' Li Ahkam al-Qur'an*, (Beirut: Lebanon, 2006), hlm 579-580

⁶⁸ Wahbab az-Zuhaili, *Tafsir al-Munir* (jilid 15), (Jakarta: Gema Insani, 2013) hlm 733-734

⁶⁹ Asy-Syahid Sayyid Qutb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an XII*, 2012, hlm 383-384

⁷⁰ Abū-l Ḥassan Muqātil ibn Sulaymān Al-Balkhī, *Tafsir Muqātil ibn Sulaymān*, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2003), hlm. 933

⁷¹ Imam Abdurrahman Tsa'labiy, *al-Jawahir al-Hisan fi Tafsir al-Qur'an*, (Beirut: Libnan, 1997), hlm.642

Dalam tafsir Jalalain *al-Waswās* diartikan sebagai bisikan yang berasal dari setan. Setan disebut demikian karena kebanyakan godaannya disampaikan melalui bisikan.⁷² Menurut Ibnu Asyur, *al-Waswās* merujuk pada orang yang berbicara dengan bisikan, yaitu pembicaraan yang tersembunyi.⁷³ Tafsir al-Misbah mengartikan *al-Waswās* sebagai suara yang halus yang berkembang menjadi bisikan-bisikan negatif, menunjukkan bahwa bisikan tersebut awalnya hampir tidak terdengar namun bisa tumbuh menjadi godaan yang kuat.⁷⁴

Secara keseluruhan *al-Waswās* menggambarkan suara halus atau bisikan yang sering kali dikaitkan dengan setan yang membisikan kejahatan ke dalam hati manusia. Bisikan ini bisa berwujud suara yang hampir tidak terdengar, namun memiliki potensi besar untuk menyesatkan dan mengganggu pikiran serta jiwa manusia, membawa mereka menuju perilaku yang buruk atau dosa.

Kata *al-Khannās* الخَنَّاس dalam kamus al-Qur'an menjelaskan bahwa *al-Khannās* adalah setan yang akan tertekan apabila disebutkan nama Allah. Ini menggambarkan bahwa setan tersebut menjadi lemah dan bersembunyi Ketika seorang hamba mengingat dan menyebut nama Tuhannya.⁷⁵ Ath-Ṭhabari mengartikan *al-Khannās* sebagai yang bisa bersembunyi dan mengganggu (membisik). Menurutnya setan bersembunyi Ketika seorang hamba mengingat

⁷² Jalaludin al-Mahali, Jalaludin as-Suyuti, “*Tafsir Jalalain*”, 2006, hlm. 2171-2172

⁷³ Syeikh Muhammad at-Tahrir Ibn ‘Ashur, *Tafsir at-Tahrir wa at-Tanwir*, 1984, hlm.

⁷⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah* (jilid 15), (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm 755

⁷⁵ Ar-Raghib Al-Ashfahani (Ed.1). (2017), *Kamus al-Qur'an “al-Mufradat fi Gharibil Qur'an*. Pustaka Khazanah Fawa'id Depok, Hlm.698

Tuhannya dan akan muncul untuk mengganggu Ketika hamba tersebut lalai dari mengingat Allah.⁷⁶

Dalam tafsir Fi Zhilalil Qur'an dijelaskan bahwa setan pembisik memiliki sifat *Khannās*, yang berarti “bisa bersembunyi”. Sifat ini menunjukkan bahwa setan bersembunyi dan menunggu kesempatan yang tepat untuk beraksi dan menyampaikan bisikan jahat. Ketika manusia tidak mengingat Allah, setan muncul dan mulai membisikkan kejahatan.⁷⁷

Secara keseluruhan, *al-Khannās* menggambarkan setan yang selalu bersembunyi dan mencari kesempatan untuk mempengaruhi dan membisikkan kejahatan kepada manusia, terutama Ketika mereka tidak mengingat Allah. Makna ini mengajarkan pentingnya mengingat Allah secara terus-menerus untuk melindungi diri dari bisikan setan yang bersembunyi dan menunggu kesempatan untuk menyesatkan manusia.

2. Analisa Intra-tekstual

Untuk memahami secara komprehensif kandungan Surah *al-Nās* [114]:4 ayat ini dihubungkan dengan ayat sebelum dan sesudahnya yang masih satu pembahasan yaitu ayat 1-3 serta ayat 5-6.

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ۝ مَلِكِ النَّاسِ ۝ إِلَهِ النَّاسِ ۝

⁷⁶ Ibn Jarir Ath-Thabari, *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an*, 2001, hlm. 1121-1126

⁷⁷ Asy-Syahid Sayyid Qutb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an XII*, 2012, hlm 383-385

Inilah tiga sifat Rabb: *Rububiyah* (pemelihara), Raja, *Ilahiyah* (tuhan). Dia adalah pemelihara segala sesuatu, raja dan Tuhan dari semua makhluk. Semua adalah ciptaan dan hamba-Nya. Oleh karena itu, Allah memerintahkan setiap orang yang memohon perlindungan agar berlindung kepada-Nya dari kejahatan bisikan syaitan khannas, yaitu setan yang ditugaskan untuk menggoda manusia. Setiap keturunan adam memiliki teman setan yang membuat perbuatan keji terlihat indah. Orang yang berlindung adalah orang yang mendapatkan perlindungan dari Allah.⁷⁸

الَّذِي يُوسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ

“Yang membisikan (kejahatan) ke dalam dada manusia”.

Muqatil menafsirkan bahwa setan, yang berwujud seperti seekor babi dapat bergerak bebas melalui aliran darah manusia, menjelajahi setiap pembuluh dari kepala hingga kaki dan menjadikan hati sebagai tempat tinggal utamanya. Penafsiran ini sejalan dengan Hadist Nabi SAW yang disebutkan dalam kitab Shahih, di mana beliau bersabda: “Sesungguhnya setan itu mengalir di aliran darah setiap anak cucu adam”. Menurut Abu Tsa’labah, setan menghuni seluruh tubuh manusia, menjadi bagian dari setiap anggota tubuh mereka. Sifat bisikan setan adalah mengajak manusia untuk mengikutinya

⁷⁸ Syaikh Imam al-Qurthubi, *Tafsir Jami’ Li Ahkam al-Qur’an*, (Beirut: Lebanon, 2006), hlm. 579

melalui ucapan yang tersembunyi, yang masuk ke dalam hati manusia tanpa dapat didengar.⁷⁹

مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ

“Dari jin dan manusia”.

Dalam ayat ini, Allah SWT menginformasikan bahwa bisikan-bisikan itu juga bisa datang dari kalangan manusia. Al-Hasan menjelaskan bahwa baik manusia maupun jin bisa menjadi setan, bisikan dari setan jin masuk ke dalam dada manusia secara tersembunyi, sedangkan bisikan dari setan manusia disampaikan secara terbuka. Qatadah menambahkan bahwa setan ada di kalangan jin maupun manusia, sehingga ketika memohon perlindungan kepada Allah, kita diminta untuk berlindung dari setan dari kedua golongan ini. Tafsiran ini menjelaskan tentang pihak-pihak yang terus-menerus membisikan godaan ke dalam hati manusia. Bisikan tersebut bisa berasal dari berbagai sumber, termasuk setan, manusia, dan jin. Tafsiran ini menunjukkan bahwa pengaruh eksternal dapat merasuki hati dan pikiran manusia, mempengaruhi perasaan, pikiran dan tindakan mereka.⁸⁰

Kata *al-Waswās* dalam al-Qur’an disebutkan sebanyak lima kali dengan berbagai bentuk dan makna yang berkaitan dengan bisikan jahat atau negatif. Berikut ini adalah analisis beberapa ayat yang mengandung kata *al-Waswās*:

⁷⁹ Syaikh Imam al-Qurthubi, *Tafsir Jami’ Li Ahkam al-Qur’an*, (Beirut: Lebanon, 2006), hlm.582

⁸⁰ Syaikh Imam al-Qurthubi, *Tafsir Jami’ Li Ahkam.....*, hlm.583-584

a. Surah al-A'raf ayat 20

فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ لِيُبْدِيَ لَهُمَا مَا وُورِيَ عَنْهُمَا مِنْ سَوْءَاتِهِمَا وَقَالَ مَا نَهَاكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ إِلَّا أَنْ تَكُونَا مَلَكَتَيْنِ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَالِدِينَ ۚ ٢٠

20. Maka, setan membisikkan (pikiran jahat) kepada keduanya yang berakibat tampak pada keduanya sesuatu yang tertutup dari aurat keduanya. Ia (setan) berkata, “Tuhanmu tidak melarang kamu berdua untuk mendekati pohon ini, kecuali (karena Dia tidak senang) kamu berdua menjadi malaikat atau kamu berdua termasuk orang-orang yang kekal (dalam surga).”

Ayat ini menjelaskan bahwa Nabi Adam as kembali menerima anugerah dari Allah. Kini ia dan pasangannya diperbolehkan untuk tinggal dan makan dari segala yang ada di surga, dengan satu pengecualian: Mereka dilarang mendekati sebuah pohon tertentu. Iblis, yang merasa iri melihat kebahagiaan Adam dan pasangannya, tidak tinggal diam. Begitu ia mengetahui tentang anugerah yang diterima oleh Adam as, iblis segera memasang jebakan dengan membisikkan pikiran jahat kepada keduanya agar mendekati pohon tersebut.

Kata *waswas* pada awalnya berarti “suara yang sangat halus” seperti “suara gemerincing emas” yang memiliki daya tarik kuat bagi manusia. Makna ini kemudian berkembang menjadi “bisikan hati”, yang biasanya terkait dengan sesuatu yang negatif, karena bisikan ini sering kali menyembunyikan sesuatu yang buruk.⁸¹

⁸¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 43-48

Allah mengizinkan Nabi Adam dan istrinya, Hawa untuk memakan semua buah-buahan di surga, kecuali dari satu pohon. Saat itu, setan merasa iri dan berusaha menipu serta menggoda mereka agar ia bisa merampas semua kenikmatan dan pakaian indah yang mereka miliki. Dengan penuh kebohongan, setan berkata: “Rabb kamu berdua tida melarangmu mendekati pohon ini, melainkan supaya kamu berdua tidak menjadi malaikat”. Maksudnya, setan ingin meyakinkan mereka bahwa dengan memakan buah dari pohon tersebut, mereka akan menjadi malaikat atau hidup kekal di surga.

Dalam konteks ayat ini, *al-Waswās* diartikan sebagai bisikan pikiran jahat yang dilakukan oleh setan kepada Adam dan Hawa, yang akhirnya menyebabkan mereka melanggar perintah Allah dengan mendekati pohon yang terlarang. Tafsir Ibn Katsir juga menegaskan bahwa bisikan ini merupakan upaya setan untuk menyesatkan mereka.⁸²

b. Surah Toha ayat 120

﴿ فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبُلُ ۗ ﴾

120. Maka, setan membisikkan (pikiran jahat) kepadanya. Ia berkata, “Wahai Adam, maukah aku tunjukkan kepadamu pohon khuldi (keabadian) dan kerajaan yang tidak akan binasa?”

⁸² Imam Ibn-Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, (Bogor: Pustaka Imam Sya fi'i, 2004), hlm, 361

Karena iblis sangat iri terhadap Adam, ia bertekad mencari kelemahannya untuk menjatuhkannya. Iblis menyadari bahwa keinginan Adam untuk hidup kekal dan berkuasa bisa menjadi celah untuk menggodanya. Maka, iblis membisikan pikiran jahat kepada Adam, berkata, “Wahai Adam, maukah aku tunjukkan kepadamu pohon khuldi dan kerajaan yang tidak akan binasa?” setelah Adam dan Hawa terhasut, mereka mencicipi buah dari pohon terlarang itu. Seketika, aurat mereka terlihat dan mereka merasa malu, sehingga mereka mulai menutupinya dengan daun-daun surga. Akibatnya, Adam melanggar perintah Tuhan dan menjadi tersesat.

Kata *waswas* terambil dari kata *waswasah*, yang awalnya berarti suara yang sangat halus, seperti suara gerincingan emas, yang memiliki daya tarik kuat bagi manusia. Makna ini kemudian berkembang menjadi bisikan-bisikan yang sering dikaitkan dengan hal-hal negatif. Kata *waswas* menunjukkan bahwa setan merayu hati dan pikiran manusia dengan cara membisikkan gambaran-gambaran yang mendorong manusia untuk melakukan kedurhakaan yang dirancang oleh setan, seperti menimbulkan ketakutan tentang masa depan atau memberikan optimisme berlebihan yang menghasilkan angan-angan palsu.⁸³

Dalam ayat ini, *al-Waswās* juga diartikan sebagai bisikan pikiran jahat dari setan kepada adam. Setan merayu adam dengan janji pohon khuldi

⁸³ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm.385-386

dan kerajaan yang abadi, menggoda adam untuk melanggar perintah Allah. Hal ini menunjukkan motif setan untuk menggoda manusia dengan janji-janji palsu.⁸⁴

c. Surah Qaf ayat 16

﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلْمَا تَوْسْوِسَ بِهِ نَفْسَهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ ﴿١٦﴾﴾

16. Sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh dirinya. Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya.

Dalam ayat ini, Tuwaswisu berarti bisikan yang berasal dari diri sendiri. Allah mengetahui semua bisikan dan pikiran manusia, bahkan yang paling rahasia. Tafsir al-Misbah menjelaskan bahwa ini termasuk bisikan negatif yang berasal dari dalam diri manusia atau setan.⁸⁵

Dapat disimpulkan dari tiga ayat al-Qur'an yang membahas *al-Waswās*, dua ayat menggambarkan bagaimana setan membisikkan godaan kepada Nabi Adam dan Hawa, yang akhirnya menyebabkan mereka melanggar perintah Allah. Bisikan ini adalah pengaruh eksternal dari setan yang bersifat negatif. Sebaliknya, ayat ketiga membahas *al-Waswās* dalam konteks bisikan atau pikiran yang berasal dari dalam diri manusia. Ini menunjukkan bahwa manusia dapat memiliki bisikan negatif yang muncul

⁸⁴ Imam Ibn-Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, Terj. Arif Rahman Hakim, dkk (Surakarta: Insan Kamil Solo, 2015), hlm.736

⁸⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah* jilid 13, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm 25

dari dalam dirinya sendiri, dan Allah mengetahui bisikan-bisikan ini. Ayat ini memberikan pemahaman yang lebih luas tentang *al-Waswās*, mencakup bisikan internal selain dari bisikan setan.

Dengan demikian, istilah *al-Waswās* dalam a-Qur'an mencakup bisikan negatif yang bisa berasal dari setan maupun dari diri manusia sendiri. Semua bisikan ini, baik yang datang dari setan maupun muncul dari dalam diri manusia, diketahui oleh Allah. Ini menunjukkan bahwa Allah maha mengetahui segala pikiran dan perasaan, baik yang tersembunyi maupun yang nyata.

3. Analisa Inter-tekstual

Setelah menganalisa term *al-Waswās* secara intratekstualitas. Selanjutnya penulis akan menganalisa kata *al-Waswās* secara intertekstualitas yaitu melacak kata *al-Waswās* yang terdapat dalam teks selain al-qur'an misal dalam hadist Nabi atau syair-syair jahili. Untuk mengetahui bagaimana makna *al-waswās* dipahami diluar teks al-Qur'an. Sebagaimana dalam hadist.⁸⁶

حدثنا عباس الدوري قال : حدثنا الأشعث قال : حدثنا عبثر ، عن الأعمش ، عن حكيم -
بن جبير ، عن ابن عباس قال : « يولد الإنسان والوسواس على قلبه ، فإذا عقل وذكر الله عز
وجل خنس ، وإذا سكت وسوس ، فذلك الوسواس الخناس

Telah mengabarkan kepada kami Abbas ad Dauri beliau berkata: Telah mengabarkan kepada kami Asy'ats beliau berkata: Telah mengabarkan kepada kami 'Abatsar dari A'masy dari hakim bin Jubair, dari Ibnu Abbas, beliau berkata: "Seseorang manusia dilahirkan dan ada bisikan dihatinya, apabila ia berpikir dan mengingat Allah 'Azza wa Jalla maka hilanglah (Waswas itu), dan jika ia berhenti (mengingat Allah) maka akan ada bisikan, maka itulah bisikan (setan) yang bersembunyi.

⁸⁶ Imam al-Khoroithi, *I'tilal al-Qulub*, juz 1, hlm. 31

Pemaknaan kata *al-Waswās* disini diartikan sebagai bisikan. Ketika manusia di lahirkan, Allah telah membisikan ke dalam hatinya agar ia selalu mengingat Allah SWT. Bisikan ini merupakan dorongan ilahi yang menanamkan kesadaran dan ingatan tentang Allah dalam hati manusia sejak awal kehidupannya. Hal ini menegaskan pentingnya ingatan kepada Allah dalam kehidupan manusia sebagai fondasi spiritual yang ditanamkan oleh Allah sejak lahir.

Dalam kitab *Awn Al-Ma'bud*, ada sebuah hadist yang dibahas dalam bab mengenai berbisik tentang perceraian.⁸⁷

(باب في الوسوسة بالطلاق) قال في القاموس: الوسوسة حديث النفس والشيطان بما لا نفع فيه ولا خير كالوسواس بالكسر والاسم بالفتح وقد وسوس له وإليه (إن الله تجاوز لأمتي)

(Bab berbisik tentang perceraian). Katanya dalam kamus: Berbisik adalah perbincangan ruh dan syaitan tentang sesuatu yang tidak bermanfaat dan tidak ada gunanya, seperti membisikan nama yang patah dan nama yang ada bukaannya, dan dia berbisik kepadanya dan kepadanya (sesungguhnya Allah telah mengabaikan umatku).

Di dalamnya dijelaskan bahwa menurut kamus ayat terakhir yang menyebutkan “Sesungguhnya Allah telah mengabaikan umatku”. Ketika *al-waswās* terjadi dalam konteks perceraian adalah perbincangan atau pikiran negatif yang muncul dalam diri seseorang, baik itu dari dirinya sendiri maupun dari setan. Ini mencakup pikiran-pikiran yang tidak bermanfaat, meragukian

⁸⁷ Muhammad Shamsul Haqq al-A'zim, “Awn Al-Ma'bud Sarh Sunan Abi Daud”, 1990, juz 5, hlm. 90

atau menyebabkan kecemasan terkait dengan keputusan perceraian. Sumber *al-Waswās* bisa berasal dari diri sendiri, yaitu pikiran yang muncul karena kebingungan atau ketidakpastian dalam menghadapi situasi perceraian. Selain itu, *al-Waswās* juga berasal dari pengaruh setan, yang berusaha memperburuk keadaan dan mempengaruhi pikiran agar seseorang tidak yakin atau ragu dengan keputusan perceraian.

Penting untuk dicatat bahwa dalam islam, keputusan perceraian adalah hal yang serius dan harus dipertimbangkan dengan matang serta dengan konsultasi yang baik sesuai dengan ajaran agama.

Dalam kitab *Al-Dibaj ala Sahih Muslim bin al-Hajjaj* dijelaskan:⁸⁸

في القراءة قال فسقط في نفسي من التكذيب ولا إذ كنت في الجاهلية معناه وسوس لي الشيطان تكذيبا للنبوة أشد مما كنت عليه في الجاهلية لأنه في الجاهلية كان غافلا أو متشككا فوسوس له الشيطان الجرم بالتكذيب قال القاضي عياض معنى قوله سقط في نفسي أنه اعترته حيرة ودهشة قال وقوله ولا إذ كنت في الجاهلية معناه أن الشيطان نزع في نفسه تكذيبا لم يعتقده قال وهذه الخواطر إذا لم يستمر عليها لا يؤاخذ بها قال القاضي قال المازري معنى هذا أنه وقع في نفس أبي بن كعب نزعة من الشيطان غير

Ketika membaca, dia berkata: ‘timbul dalam hatiku perasaan mendustakan, meskipun aku berada dalam masa jahiliah’. Maksudnya adalah bahwa setan membisikannya perasaan mendustakan kenabian lebih kuat dari pada Ketika dia berada dalam masa jahiliah, karena pada masa jahiliah dia dalam keadaan lalai atau ragu-ragu. Setan membisikannya keyakinan penuh dalam mendustakan. Qadhi Iyadh berkata, maksud dari perkataannya ‘timbul dalam hatiku adalah bahwa dia merasa bingung dan terkejut’. Dia juga berkata maksud dari ‘meskipun aku berada dalam masa jahiliah’ adalah bahwa setan membisikannya perasaan mendustakan yang sebenarnya tidak diyakininya. Dia juga berkata, pikiran-pikiran semacam ini jika tidak terus-menerus diyakini, tidak akan dihukum karenanya. Qadhi berkata bahwa al-Maziri menjelaskan

⁸⁸ Al-Jalal al-Suyuti, “*al-Dibaj ala Sahih Muslim bin al-Hajjaj*”, 1996, hlm.410

maksudnya adalah bahwa dalam hati Ubay bin Ka'ab terdapat bisikan setan yang tidak berkesudahan.

Penjelasan ini menekankan bahwa bisikan atau waswas dari setan yang menimbulkan keraguan atau perasaan negative dalam hati seseorang, jika tidak terus-menerus diyakini atau ditindak lanjuti, tidak akan dikenai hukuman. Pikiran semacam ini dianggap sebagai gangguan dari setan yang perlu diabaikan dan tidak dibiarkan mempengaruhi keyakinan seseorang.

Imam Ahmad meriwayatkan, Waki' memberitahu kami dari Ibnu 'Abbas, dia berkata: "Ada seseorang datang kepada Nabi SAW seraya berkata: Wahai Rasulullah, sesungguhnya telah terbesit di dalam diriku sesuatu, di mana jatuh dari langit lebih aku suka dari pada harus membicarakannya." Lebih lanjut, dia menceritakan: lalu Nabi SAW bersabda:⁸⁹

اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي رَدَّ كَيْدَهُ إِلَى الْوَسْوَاسَةِ

Allah maha besar, Allah maha besar, segala puji hanya bagi Allah yang telah mengembalikan tipu dayanya kepada godaan." Diriwayatkan oleh Abu Dawud dan an-Nasa'i.

Dengan memahami Hadist ini, kita bisa belajar bahwa gangguan berupa Waswas dari setan adalah sesuatu yang bisa diatasi dengan memperkuat iman dan selalu berdzikir kepada Allah. Nabi SAW mengajarkan bahwa meskipun Waswas itu mengganggu, kita harus bersyukur bahwa Allah telah melindungi kita dari bahaya yang lebih besar.

⁸⁹ Imam Ibn-Katsir, Tafsir Ibnu Katsir, Terj. Arif Rahman Hakim, dkk (Surakarta: Insan Kamil Solo, 2015), hlm.582

4. Analisa Konteks Makro dan Mikro

Setelah melakukan analisa bahasa dari kata *al-Waswās* Surah *al-Nās* (114):4, pada sub bab ini akan disajikan analisa historis dari ayat tersebut sehingga pada akhirnya nanti dapat diketahui *maghza tarikhi* dari ayat ini. Adapun analisa historis di bagi menjadi dua, yakni analisa histori mikro dan histori makro.

a. Histori Mikro

Analisis historis mikro adalah pemeriksaan mendetail mengenai latar belakang historis suatu ayat, yang dikenal dengan istilah *asbab al-Nuzul*. Menurut Zaqani, *asbab al-nuzul* digunakan untuk menjelaskan alasan atau hukum yang terkait dengan penyebab turunnya suatu ayat pada saat kejadian tersebut terjadi.⁹⁰ Menurut Ash-Shabani, *Asbab al-nuzul* adalah peristiwa atau kejadian yang menjadi penyebab turunnya satu atau beberapa ayat al-Qur'an, yang berkaitan dengan peristiwa tersebut. Ini bisa berupa pertanyaan yang diajukan kepada Nabi atau kejadian yang berkaitan dengan urusan agama.⁹¹

Sedangkan menurut Mana' Al-Qathan, *Asbab al-Nuzul* adalah peristiwa yang menjadi penyebab turunnya ayat al-Qur'an pada waktu kejadian tersebut berlangsung. Ini bisa berupa satu peristiwa tertentu atau pertanyaan yang diajukan kepada Nabi.⁹² Dari beberapa pendapat yang

⁹⁰ Al-Zarqani, *Manaah al-Urfan fi Ulum al-qur'an*, (Kairo: Dar al-Hadist, 2001), 95.

⁹¹ Muhammad 'Ali Ash-Shabani, *At-Tibyan fi 'Ulum al-Qur'an*, 2011, hlm 87

⁹² Manna' Al-Qaththan, *Mabahits fi 'Ulum Al-Qur'an*, (Pustaka al-Kautsar, 2006), hlm.

disebutkan, dapat dipahami bahwa *asbab al-Nuzul* adalah hal-hal yang melatar belakangi turunnya suatu ayat, baik karena adanya peristiwa tertentu yang terjadi maupun karena adanya pertanyaan yang diajukan.

Adapun mengenai latar belakang turunnya Surah *al-Nās*, Surah ini adalah Surah makkiyah yang terdiri dari 6 ayat. Surah ini diturunkan bersamaan dengan surah *al-falaq*, sehingga keduanya dikenal sebagai *al-Mu'awwidzatain*, yang berarti surah-surah yang membawa pembacanya menuju tempat perlindungan.

Surah *al-Nās* adalah petunjuk dari Allah SWT kepada Nabi-Nya dan seluruh kaum mukminin untuk mencari perlindungan kepada Allah dan segala sesuatu yang menakutkan, baik yang tersembunyi maupun yang tampak, yang diketahui maupun tidak diketahui, secara umum maupun spesifik. Seolah-olah Allah membuka pintu perlindungan-Nya dan memberikan naungan-Nya kepada mereka dengan penuh kasih sayang dan kelembutan. Oleh karena itu, Surah ini dimulai dengan pengarahan “katakanlah: aku berlindung kepada tuhan (yang memelihara dan menguasai) ,manusia”.⁹³

b. Historis Makro

Komunitas yahudi memiliki citra buruk dalam pandangan umat islam. Seringkali, orang-orang islam menggunakan kata “Yahudi” sebagai bentuk hinaan atau kutukan terhadap seseorang atau kelompok yang di

⁹³ Jalaludin Suyuti, *Sebab Turunya ayat al-Qur'an* (2008), hlm. 652-653

anggap menyimpang dari ajaran islam. Ini menimbulkan kesan bahwa segala bentuk keburukan melekat pada Yahudi. Namun, apa yang sebenarnya terjadi di masa lalu sehingga kesan dan permusuhan ini muncul? Oleh karena itu, penulis akan menjelaskan bagaimana hubungan antara komunitas yahudi dan komunitas muslim di masa lalu.

Surah *al-Nās* diturunkan pada masa-masa awal dakwah islam, ketika nabi Muhammad SAW dan para pengikutnya menghadapi berbagai tantangan dan tekanan dari kaum Quraisy. Pada periode ini, setan berusaha keras untuk menyesatkan umat islam dengan menanamkan keraguan dan ketakutan di hati mereka. Setan juga mencoba menghalangi mereka dari beriman dan melaksanakan ibadah.

Salah satu alasan turunnya surah ini adalah insiden sihir yang dilakukan oleh seorang Yahudi bernama Lubaid bin A'sham. Ia menggunakan pelepah kurma yang berisi rambut Nabi Muhammad SAW, yang kemudian disisir dan diikat dengan sebelas ikatan pada setiap jarumnya. Setelah itu, Allah menurunkan surah *al-Falaq* dan Surah *al-Nās*, dan ketika Nabi membaca setiap ayatnya, satu persatu ikatan tersebut terlepas, sehingga rasulullah merasa lega.⁹⁴

B. Penggalan Maqasid atau *Maghza at-Tarikhi*

Setelah menganalisis Surah *al-Nās* [114]:4 secara linguistik dan historis, penulis akan menggali pesan utama dari Surah *al-Nās* [114]: 4. Melalui berbagai

⁹⁴ Jalaludin al-Mahali, Jalaludin as-Suyuti, "*Tafsir Jalalain*", 2006, hlm. 615

tahapan beserta analisis di atas, peneliti dapat katakan bahwa *Ma'na Tarikhi* dari kata *al-Waswās* yaitu bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan, dan keraguan sering kali merupakan gangguan kodrati yang berasal dari setan dan diri sendiri.

Surah *al-Nās* termasuk golongan surat makiyyah, Surah ini diturunkan di makkah sebelum hijrah Nabi Muhammad SAW ke Madinah. Surah *al-Nās* adalah Surah ke 114 dalam al-Qur'an dan terdiri dari 6 ayat. Surah ini dikenal sebagai salah satu dari tiga surah *Mu;awwidzat* (bersama dengan Surah *al-Falaq* dan Surah *al-Ikhlās*) yang sering dibaca untuk memohon perlindungan dari berbagai macam kejahatan.

Surah *al-Nās* diturunkan dalam konteks di mana Nabi Muhammad SAW dan para pengikutnya mengalami berbagai tantangan dan godaan baik dari kalangan jin maupun manusia. Pada masa itu, gangguan yang bersifat spiritual dan psikologis sangat nyata, dan umat islam dianjurkan untuk menghadapinya dengan memperkuat iman dan meminta perlindungan kepada Allah.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa *Maghza Tarikhi* dari kata *al-Waswās* adalah kewaspadaan terhadap bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan, dan keraguan yang berasal dari setan dan diri sendiri.

C. Penggalian *Maghza al-Mutaharrik* (Signifikansi Dinamis Kontemporer)

Maghza al-Mutaharrik/Signifikansi Dinamis adalah hasil dari subjektivitas penelitian yang berupaya mengembangkan pentingnya sejarah dengan cara

mereaktualisasi, mendefinisikan, dan mengimplementasikan ayat dalam konteks modern. Langkah-langkah yang perlu dilakukan peneliti meliputi:

1. menentukan kategori ayat

Dalam hal ini, mayoritas ulama membagi ayat menjadi tiga kategori utama: (1) ayat tauhid, (2) ayat hukum, (3) kisah kenabian. Berkaitan dengan ayat hukum, Abdullah Saeed mengelompokkannya menjadi lima klasifikasi:⁹⁵

Berdasarkan isi Surah *al-Nās*, ayat ini termasuk dalam kategori ayat ketauhidan. Dalam hal hierarki nilai, ayat ini memiliki nilai dasar kemanusiaan (Fundamental Values) dan nilai Instruksi (Instructional Values). Nilai dasar kemanusiaan dari ayat ini adalah perlindungan dari bisikan-bisikan negatif. Sedangkan nilai instruksinya adalah perintah untuk berhindar dari bisikan setan. Nilai kemanusiaan dalam ayat ini tidak dapat dikontekstualisasikan karena maknanya yang universal dalam hal perlindungan dari bisikan negatif. Pada sisi nilai instruksi, ayat ini memberikan pesan untuk meminta perlindungan dari bisikan negatif, yang dapat menyebabkan kita lalai dan melanggar perintah Allah.

2. Pengembangan *al-Maghza al-Tarikhi*

Pada *al-Maghza al-Tarikhi* atau pengembangan signifikansi fenomenal historis gunanya untuk kepentingan dan kebutuhan pada konteks kekinian

⁹⁵ Sahiron Syamsuddin, "Pendekatan *Ma'na Cum Maghza* atas *al-Qur'an dan Hadist: Menjawab Problematika Sosial Keagamaan di Era Kontemporer*, (Yogyakarta:Lembaga Ladang Kata,2020), Cet.1,hlm. 13-14

(waktu) dan kedisinian (tempat), di mana/ ketika teks al-Qur'an itu ditafsirkan.⁹⁶

Menafsirkan *Al-Waswās* dengan merujuk pada peristiwa historis, seperti Insiden sihir oleh Lubaid bin A'sham, menunjukkan bagaimana umat islam masa lalu mengatasi gangguan tersebut. Ini memberikan teladan historis dan spiritual yang relevan untuk situasi modern. Memahami al-Qur'an dengan mempertimbangkan konteks historis dapat menjelaskan relevansi konsep *al-Waswās* dengan tantangan modern seperti gangguan pikiran dan hati yang merasa tidak tenang.

Saat ini, umat islam menghadapi berbagai bentuk godaan dan gangguan yang mungkin berbeda dari zaman Nabi, namun esensinya tetap sama. Menafsirkan *al-Waswās* dalam konteks modern dapat memberikan panduan praktis untuk mengatasi gangguan psikologi dan spiritual. Misalnya, bisikan atau gangguan dalam bentuk *al-Waswās* saat ini bisa mencakup pengaruh negatif dari media sosial, tekanan sosial, dan informasi yang salah.

Penafsiran yang dinamis dan kontekstual membantu umat islam mengidentifikasi dan mengatasi bentuk-bentuk baru dari *al-Waswās*. Solusi yang diusulkan oleh al-Qur'an, seperti berdzikir dan mengingat Allah, dapat diaplikasikan untuk mengatasi masalah kontemporer seperti kecemasan digital dan pengaruh negatif dari pergaulan, sehingga menenangkan hati dan pikiran dari bisikan-bisikan negatif.

⁹⁶ Sahiron Syamsuddin, "Pendekatan *Ma'na Cum Maghza* atas al-Qur'an dan Hadist: Menjawab Problematika Sosial Keagamaan di Era Kontemporer, (Yogyakarta:Lembaga Ladang Kata,2020), Cet.1,hlm. 14-15

3. Mengungkap Makna Simbolik

Langkah berikutnya adalah memahami makna-makna simbolis dalam al-Qur'an. Seperti yang dijelaskan dalam buku karya Sahiron Syamsuddin, beberapa ulama membagi makna kata dalam al-Qur'an menjadi empat tingkatan: (1) *Zahir* (makna lahiriah atau literal), (2) *batin* (makna simbolik), (3) *bad* (Makna hukum), dan (4) *Matla'* (makna puncak atau spiritual).⁹⁷

Al-Waswās dapat di simbolkan sebagai bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan, dan keraguan yang berasal dari setan dan diri sendiri. Dari ayat yang menyebutkan *Al-Waswās*, dapat disimpulkan pentingnya memohon perlindungan kepada Allah dari bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan, dan keraguan yang berasal dari setan dan diri sendiri. Memohon perlindungan merupakan bagian dari perjalanan spritual untuk membersihkan hati dan jiwa dari gangguan yang menghalangi hubungan dengan tuhan. Untuk memohon perlindungan, umat islam dapat menerapkan praktek ibadah sehari-hari seperti berdo'a dan berdzikir.

4. Pengembangan Signifikansi

Maghza al-Mutaharrik atau signifikansi fenomenal dinamis merupakan pengembangan dari Maghza (signifikansi) atau Maksud utama ayat dalam konteks kekinian (waktu) dan kedisinian (tempat) yang lebih kuat dan meyakinkan. Untuk memperkuat argumentasi ini, seorang penafsir akan

⁹⁷ Sahiron Syamsuddin, "Pendekatan Ma'na Cum Maghza atas al-Qur'an dan Hadist: Menjawab Problematika Sosial Keagamaan di Era Kontemporer, (Yogyakarta:Lembaga Ladang Kata,2020), Cet.1,hlm. 15-16

menggunakan berbagai ilmu bantu seperti Psikologis, Sosiologis, Antropologi dan lain sebagainya dalam batas yang cukup dan tidak terlalu panjang lebar.⁹⁸

Hingga saat ini, penelitian ini telah menunjukkan bahwa istilah *al-Waswās* yang biasanya diartikan sebagai “bisikan (setan)” sebenarnya tidaklah tepat. Berdasarkan analisis menggunakan pendekatan *Ma’na Cum Maghza* kata *al-Waswās* sebenarnya mengandung makna bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan, dan keraguan yang berasal dari setan maupun dari diri sendiri sehingga menyebabkan gangguan emosional. Ini menunjukkan bahwa terdapat unsur dinamis atau *al-Ma’na al-Mutaharrik* berupa pesan perlindungan yang terkandung dalam konsep ini. Dengan demikian, ayat ini mengindikasikan bahwa perbuatan bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan dan keraguan tidak hanya berasal dari setan, tetapi juga dapat dari diri sendiri sehingga menyebabkan gangguan emosional.

Berdasarkan data yang dianalisis, terdapat beberapa point penting terkait *al-Waswās* atau variabel dari kata *al-Waswās*. Poin-poin ini mencakup:

1. Bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan, dan keraguan: ini merujuk pada bisikan atau dorongan yang membawa pikiran-pikiran yang tidak baik atau merugikan
2. Waswas dari diri sendiri: ini adalah bentuk keraguan atau ketidakpastian yang muncul dalam diri seseorang, yang sering kali tanpa alasan yang jelas.

⁹⁸ Sahiron Syamsuddin, “Pendekatan *Ma’na Cum Maghza* atas *al-Qur’an* dan Hadist: Menjawab Problematika Sosial Keagamaan di Era Kontemporer, (Yogyakarta:Lembaga Ladang Kata,2020), Cet.1,hlm. 16-17

3. Waswas dari setan: ini adalah gangguan atau bisikan yang datang dari setan, yang bertujuan untuk menyesatkan atau mengganggu konsentrasi dan ketenangan hati.
4. Pada pikiran dan hati: *al-Waswās* bisa mempengaruhi baik pikiran maupun hati seseorang, menyebabkan keraguan, kecemasan, dan gangguan emosional.

Jadi, *al-Waswās* bermakna bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan dan keraguan, baik yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dari luar, yang mempengaruhi pikiran dan hati seseorang sehingga menyebabkan gangguan emosional.

Al-Waswās memiliki *Maghza al-Mutaharrik* yang terus berkembang dan relevan dengan berbagai situasi dan kondisi manusia saat ini. *al-waswās* yang bermakna bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan dan keraguan yang berasal dari setan maupun diri sendiri sehingga menyebabkan gangguan emosional. Keterkaitan dengan ilmu lain yaitu dalam ilmu psikologis, psikologis adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungan dan lingkungannya.⁹⁹

Dari sudut pandangan psikologis, *al-Waswās* dapat dipahami sebagai fenomena pikiran yang mengganggu atau obsesif dan kompulsif. Obsesif dan kompulsif dalam konteks *al-Waswās* sering terkait dengan gangguan obsesif yang melibatkan pikiran-pikiran mengganggu yang sulit untuk dihindari. Selain

⁹⁹ Nurussakinah Daulay, *Pengantar Psikologi dan Pandangan al-Qur'an tentang Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2023), hlm. 16

obsesi, *al-Waswās* juga mencakup perilaku kompulsif, yaitu tindakan-tindakan yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan atau mengatasi obsesi tersebut.

Al-Waswās atau gangguan pikiran yang mengganggu dalam konteks spiritual, dapat menyebabkan ketidakstabilan emosional yang signifikan. Dalam konteks psikologis terdapat beberapa gangguan yang serupa, yang semuanya mencoba memahami bagaimana manusia menghadapi dan merespons pikiran negatif yang mengganggu. Dalam psikologi gangguan itu seperti Gangguan *Intrusif thought*, *Obsesif Compulsive Disorder* (OCD), *Anxiety Disorder* dan *Skizofrenia*¹⁰⁰ adalah beberapa contoh gangguan psikologis yang dapat memiliki keterkaitan dengan konsep *al-Waswās*. Pada dasarnya, mereka semua mempelajari bagaimana pikiran-pikiran yang tidak diinginkan atau obsesif yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, menciptakan ketidakstabilan emosional, dan mengganggu kualitas hidup mereka.

Beberapa gangguan dalam ilmu psikologis yang telah disebutkan di atas kaitanya dengan *al-Waswās*.

a. Intrusif Thought (Pikiran Intrusif)

Pikiran Intrusif adalah pikiran yang muncul tanpa sengaja dan sering kali bersifat mengganggu atau tidak diinginkan. Pikiran ini bisa berupa kekhawatiran, ketakutan, atau dorongan yang tidak diinginkan yang berulang kali muncul dalam pikiran seseorang.¹⁰¹ Pikiran Intrusif lebih

¹⁰⁰ Berry Choresyo dkk, "Kesadaran Masyarakat terhadap Penyakit Mental", *Proseding KS: Riset & PKM*, 2 (3), Hlm. 384

¹⁰¹ L. Parkinson and S. Rachman, "The Nature Of Intrusif Thought", *Adv. Behav. Res, Ther*, Vol. 3, hlm. 101

sering terjadi ketika seseorang mengalami stres, kurang tidur dan Anxiety atau kecemasan berlebih. Dan dalam psikologi, pikiran ini tidak selalu dianggap berasal dari sumber eksternal (seperti setan) tetapi lebih dari hasil proses kognitif internal yang tidak diinginkan. Pikiran ini bisa berupa kekhawatiran tentang keselamatan, moralitas atau kejadian yang menakutkan.

Pikiran Intrusif atau Intrusif Thought dalam ilmu psikologi modern memiliki konsep yang mirip dengan al-Waswas dalam tradisi Islam, meskipun berasal dari dua disiplin yang berbeda. Keduanya merujuk pada pikiran-pikiran yang tidak diinginkan, berulang, dan sering kali mengganggu yang muncul dalam pikiran seseorang. Hal ini sejalan dengan surah *al-Nās* (114);5 “yang membisikan (kejahatan) ke dalam dada manusia”. Setan dan jin sering membisikan keraguan secara halus kepada manusia, berpura-pura menjadi penasihat yang ikhlas.

Bisikan kejahatan yang disampaikan ke dalam dada manusia dapat memicu munculnya pikiran-pikiran yang menghasilkan bayangan aneh atau bahkan mengerikan secara tiba-tiba dalam kepala, menyebabkan ketidaknyamanan. Contohnya, seseorang mungkin mendadak terpikir untuk mengiris jari saat memotong sayuran atau menabrakkan diri ke kendaraan yang lewat saat sedang menyebrang jalan.

b. Gangguan Obsesif Compulsive Disorder(OCD)

Obsessive compulsive disorder OCD adalah gangguan psikologi yang terdiri dari dua komponen utama: obsesif dan kompulsif. Obsesif

merujuk pada pemikiran yang muncul berulang kali yang menyebabkan kecemasan pada individu dan sulit dikendalikan. Sementara itu, kompulsif adalah dorongan yang tak tertahankan untuk melakukan tindakan tertentu. Gangguan ini menimbulkan kegelisahan yang luar biasa dan gejala-gejalanya terlihat dalam perilaku berlebihan dalam kehidupan sehari-hari.¹⁰²

OCD ditandai oleh pemikiran obsesif yang terus-menerus (misalnya, ketakutan akan kuman) yang memicu perilaku kompulsif (misalnya, mencuci tangan berulang-ulang).¹⁰³ OCD dan waswas memiliki keterkaitan dalam hal pemikiran dan tindakan, dimana individu dengan OCD sering mengulang tindakan tertentu karena merasa belum sempurna. Hal ini menunjukkan bahwa penderita OCD mengalami keraguan atau kurang yakin dalam melakukan berbagai hal dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat unsur atau variabel yang sama antara OCD dan waswas yaitu kecemasan atau keraguan dalam diri seseorang yang menyebabkan perilaku berulang-ulang.

Dalam Surah *al-Nās* [114]:5 disebutkan, “ Yang membisikan (Kejahatan) ke dalam dada manusia”. Bisikan-bisikan ini merupakan tindakan setan yang berusaha menjerumuskan manusia dengan berbagai keburukan, sesuai dengan janji setan untuk menggoda manusia tanpa henti.

¹⁰² Virza Ratna Diani dkk, “Gejala-gejala stress dan Obsessive Compulsive Disorder (OCD): Analisis studi kasus OCD Ekstrim pada Publik Figur Aliando SyarieF”, *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2 (3), 2024. Hlm.330

¹⁰³ Anis Siti Qayyummah, “Obsessive Compulsive Disorder (OCD) dalam al-Qur’an (kajian tafsir surah an-Naas ayat 1-6 dengan pendekatan Psikologis), (Skripsi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora, UIN Salatiga, 2023), Hlm.23

Bisikan yang berupa pikiran berulang (*Obsessif*) ini mengganggu akal, hati dan emosi manusia. Ketika manusia tidak dapat mengatasinya, muncul tindakan berulang (*Kompulsif*) sebagai cara mengalihkan rasa cemas.

Fenomena ini, jika dilihat dari perspektif psikologis serupa dengan ciri-ciri obsesif. Bisikan dalam dada menimbulkan rasa tidak nyaman dan ragu sehingga dapat memicu keinginan lain dari, sejalan dengan definisi obsesif dalam psikolog sebagai pemikiran patologis yang menetap dan mengganggu individu.

c. Anxiety Disorder

Gangguan yang meliputi kecemasan yang berlebihan, ketegangan, ketakutan yang tidak proporsional terhadap situasi tertentu, dan sering disertai gejala fisik seperti keringat dingin, gemetar, dan detak jantung yang cepat.¹⁰⁴ Gangguan kecemasan ini dapat menyebabkan *self doubt*, dimana individu meragukan ingatannya sendiri. Jika dikaitkan dengan waswas, hal ini sejalan dengan Surah *al-Nās* [114]:5 “yang membisikan (kejahatan) ke dalam dada manusia”. Setan dan jin sering membisikan keraguan secara halus kepada manusia, berpura-pura menjadi penasihat yang ikhlas. Namun, ketika dilawan mereka mundur, ketika diperhatikan mereka terus menggoda.

Hamka menjelaskan bahwa setan berbisik dengan hati-hati ke dalam dada manusia, melalui aliran darah yang berkumpul di jantung, menyebabkan kita terpengaruh tanpa sadar. Bisikan-bisikan ini

¹⁰⁴ Tamara Sekar Adhiva dkk, “Expert System untuk Mendiagnosa Anxiety Disorder menggunakan metode Teorema Bayes”, *Jurnal CyberTech*, 3(2), 2020, Hlm. 376-377

menghasilkan keraguan yang dapat menurunkan kualitas kita sebagai manusia, dan fenomena ini disebut waswas dalam ayat tersebut.

d. Skizofrenia

Gangguan mental serius ini menyebabkan persepsi yang tidak benar tentang realitas, seperti halusinasi (persepsi palsu) dan waham (keyakinan yang tidak benar).¹⁰⁵ Halusinasi adalah gejala paling umum pada *skizofrenia*, melibatkan pengalaman mendengar, mencium, melihat atau merasakan sesuatu yang tidak nyata. Suara-suara ini sering membuat penderita merasa tidak nyaman dan tertekan.

Jika dikaitkan dengan *al-Waswās*, hal ini sejalan dengan Surah *al-Nās* [114]:4 مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ “Dari (bisikan) setan yang bersembunyi”.

Al-Qur’an menjelaskan pentingnya mencari perlindungan dari kejahatan setan, yang digambarkan sebagai makhluk yang membisikan sesuatu ke dalam dada manusia. Al-Qur’an tidak hanya mengajarkan untuk meminta perlindungan dari waswas/bisikan setan, tetapi juga dari semua bentuk kejahatan dan keburukan, baik dari setan maupun dari diri sendiri. Salah satu sifat setan yang paling berbahaya adalah waswas, karena waswas ini adalah awal dari segala keinginan buruk. Pada dasarnya, hati manusia berada dalam netral, tetapi setan membisikan pikiran-pikiran jahat yang memicu imajinasi buruk, membangkitkan angan-angan kosong, dan menumbuhkan hasrat

¹⁰⁵ Berry Choresyo dkk, “Kesadaran Masyarakat terhadap Penyakit Mental”, *Prosiding KS: Riset & PKM*, 2 (3), Hlm.385

jahat dalam hati, hingga akhirnya membuat jiwa condong dan tertarik pada maksiat.

Berdasarkan analisis di atas, peneliti menyimpulkan bahwa *al-Waswās* merupakan gangguan yang dapat dilihat dari perspektif agama dan psikologi. Dalam kitab *Umdatul al-Qari Sharh Shahih al-Bukhari al-waswas* dimaknai dengan keragu-raguan yang menyebabkan kecemasan berkelanjutan. Hasil analisis *Ma'na Cum Maghza* menyebut *al-Waswās* sebagai bisikan halus yang menimbulkan perasaan negatif, kejahatan dan keraguan yang berasal dari setan dan diri sendiri. Dari segi agama, gangguan ini muncul karena pengaruh setan dan diri sendiri, mirip dengan beberapa gangguan dalam psikologi. Gangguan-gangguan ini berakar dari perasaan waswas yang menyebabkan ketidakstabilan pikiran, pikiran negatif dan ketidakpastian yang pada akhirnya mengganggu keseimbangan mental dan emosional.

D. Penyebab Munculnya Waswas

Al-Waswās terjadi ketika seseorang berada dalam keadaan tertentu yang mempengaruhi pikiran dan perasaannya. Ada beberapa kondisi atau situasi akibat munculnya *al-Waswās* yaitu:

1. Kurangnya Ketakwaan

Kurangnya ketaatan dalam ibadah atau rendahnya tingkat keimanan dapat meningkatkan rentan seseorang terhadap waswas.

2. Pengaruh setan

Setan adalah musuh utama manusia yang berusaha menggoda dan menyesatkan dengan berbagai cara, termasuk dengan membisikkan pikiran-pikiran negatif atau waswas.

3. Ketidakpastian dan keraguan dalam diri manusia

Ketika seseorang mengalami ketidakpastian yang tinggi atau merasa ragu terhadap sesuatu, ini dapat memicu pikiran negatif atau obsesif

4. Ketakutan berlebihan

Kondisi yang penuh dengan ketakutan atau kecemasan yang tinggi dapat membuat seseorang lebih rentan terhadap pikiran-pikiran negatif.

E. Cara menanggulangi Waswas

Ada beberapa cara untuk mencegah terjadinya waswas, yaitu:

1. Memperkuat iman dan ketakwaan

Memperdalam ketaatan dalam ibadah, memperkuat iman, dan menjaga hubungan spiritual dengan Allah dapat membantu melindungi diri dari pengaruh negatif, termasuk *al-Waswās*

2. Meminta perlindungan dengan berdo'a dan dzikir

Melakukan do'a dan dzikir secara rutin untuk meminta perlindungan dari Allah terhadap gangguan-gangguan seperti *al-Waswās*.

Dalam psikologi ada cara untuk menyembuhkan atau mencegah terjadinya Waswas yaitu menggunakan pendekatan terapeutik seperti terapi kognitif perilaku (CBT) untuk membantu individu mengidentifikasi, mengevaluasi dan mengubah pola pikir yang negatif atau obsesif. Tujuan

utamanya adalah mengurangi kecemasan, meningkatkan fungsi kognitif, dan membantu individu mengelola atau mengurangi dampak psikologis dari *al-waswās* tersebut. Terapi kognitif perilaku CBT adalah terapi yang sudah terbukti sangat efektif diterapkan dalam mengatasi berbagai kondisi psikologis manusia.¹⁰⁶

CBT adalah psikoterapi yang menggabungkan antara terapi perilaku dengan terapi kognitif yang didasarkan pada asumsi bahwa perilaku manusia secara tidak langsung di pengaruhi oleh pemikiran, perasaan, proses berpikir, serta dapat menerima konsekuensi pada tindakan perilaku yang dibuatnya sendiri. Tujuan utama dari CBT adalah meyakinkan kepada individu atau konseli yang mengalami ketakutan, kecemasan/*anxiety*, kekhawatiran untuk menyadari baik dari pola pikir dan perilaku tersebut menjadi rasional dan dapat diterima oleh dirinya.

¹⁰⁶ Jane E Fisher, William T odonohue, *Cognitiv Behavior Therapy*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2017), hlm.1

BAGAN AL-WASWĀS DALAM PENDEKATAN MA'NA CUM MAGHZA

