

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Al-Qur'an merupakan Kalamullah yang dijadikan sumber ajaran Islam dan pedoman hidup yang berfungsi sebagai *Hudan* atau petunjuk setiap umat yang beragama Islam. Didalam pedoman tersebut tidak hanya memberi petunjuk untuk berinteraksi dengan Allah, al-Qur'an juga mengatur seluruh mengenai kehidupan yang ada di alam semesta ini, sehingga ketika menjalani kehidupan di dunia ini menjadi damai. Petunjuk yang dimaksud dalam al-Qur'an diartikan secara global bahwa al-Qur'an menjadi pedoman umat islam yang di tetapkan sebagai referensi pertama sampai akhir zaman apabila terjadi permasalahan yang ada di masyarakat. Apabila tidak ditemukan, maka berujuk kepada Hadits-hadits Nabi.¹

Al-Qur'an merupakan pedoman hidup bagi umat Islam, karena di dalamnya terkandung banyak petunjuk, ajaran, serta aturan yang dapat menyelamatkan mereka ketika menjalankan kehidupan di dunia serta membahagiakan mereka kelak di akhirat ketika mereka mengikuti pedoman hidup itu. Sebagai seorang muslim sangat penting untuk mempelajari petunjuk-petunjuk hidup yang ada di al-Qur'an dan mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari, *sebagaimana firmana Allah dalam Surah al-Baqarah ayat 2 yang berbunyi :*

ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ

¹ Muhammad Yasir dan Ade Jamaruddin, 2016. *Studi al-Qur'an*, Penerbit Asa Riau ; Pekanbaru, hlm. 54.

Artinya ; ” Kitab (*Al-Qur’an*) ini tidak ada keraguan di dalamnya;(ia merupakan) petunjuk bagi orang-orang yang bertakwa¹ ” .

Dan firman Allah dalam surah *Ali Imran* ayat 138 yang berbunyi ;

هُدًى بَيِّنٌ لِّلنَّاسِ وَهُدًى وَمَوْعِظَةٌ لِّلْمُتَّقِينَ

Artinya ; ” Inilah (*Al-Qur’an*) suatu keterangan yang jelas untuk semua manusia, dan menjadi petunjuk serta pelajaran bagi orang-orang yang bertaqwa² ”.

Al-Qur’an menjadi petunjuk yang sempurna bagi mereka yang mempersiapkan diri untuk menerima kebenaran dengan bertakwa, yaitu mengikuti segala perintah Allah dan menjauhi segala larangan-Nya agar terhindar dari siksa Allah. *Al-Qur’an* mencakup berbagai masalah sampai pada persoalan yang sekecil-kecilnya dan mengandung berbagai rahasia, sehingga semuanya tidak mungkin diungkapkan secara sama oleh semua orang, baik dari segi pemahaman, kesan maupun gambaran yang dijelaskannya.³ Melihat realita kehidupan sekarang, masih banyak dijumpai muslimin yang belum mampu memahami isi kitab sucinya, terbukti dengan masih langkanya nilai-nilai *al-Qur’an* yang menyatu dalam kehidupan mereka. Salah satu yang menjadi pokok permasalahan yang dibahas ialah cara manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

¹ Kementrian Agama Republik Indonesia, 2021, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, Cardoba ; Bandung, hlm. 2.

² *Ibid*, hlm. 67.

³ Abdul Fariz Azizi, 2018. *Nilai-nilai Kepemimpinan Islam Dalam Al-Qur’an Dan Relevansinya Dengan Kompetensi Kepemimpinan Guru Pendidikan Agama Islam (Studi Tafsir al-Misbah Karya M.Quraish Shihab Dan Tafsir al-Maraghi Karya al-Maraghi)*, Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kali Jaga : Yogyakarta, hlm. 5.

Di dalam Islam sangat menganjurkan umatnya untuk bekerja keras dan mencari nafkah yang halal. Namun, Islam juga menekankan pentingnya keseimbangan dalam hidup, termasuk waktu untuk beribadah, beristirahat, dan bersosialisasi dengan keluarga dan masyarakat. Dalam sudut pandang ajaran Islam, konsep keseimbangan hidup dan pekerjaan sangat ditegaskan sebagai sebuah prinsip utama. Al-Qur'an sebagai sumber ajaran Islam menyampaikan pesan-pesan yang menekankan pentingnya mengelola aspek kehidupan secara proporsional serta berorientasi pada keadilan dan kesejahteraan umat. Salah satu ayat yang relevan yaitu surah *al-Ankabut* ayat 64 yang berbunyi :

وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌّ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ

Artinya : *“Dan janganlah kamu mengerjakan sesuatu dengan melampaui batas, karena hal itu akan mencelakakan kamu, dan berpegang teguhlah kepada tali Allah semuanya dan jangan berpecah belah⁴”*.

Ayat ini menegaskan pentingnya menjaga keseimbangan dan menghindari sikap berlebihan, termasuk dalam pekerjaan. Selain itu, al-Qur'an juga menyebutkan tentang pencapaian kehidupan yang seimbang, sebagaimana firman Allah dalam surah *al-Qashas* ayat 77 yang berbunyi :

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

⁴ *Ibid*, hlm.404

Artinya : “Dan carilah apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu, dan janganlah kamu melupakan bagian kamu di dunia ini, dan berbuat baiklah sebagaimana Allah berbuat baik kepada kamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di muka bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan⁵”

Di era globalisasi yang dipenuhi persaingan ketat ini, bekerja keras dan berdedikasi tinggi seringkali dianggap sebagai kunci kesuksesan. Perkembangan zaman dan pesatnya kemajuan teknologi di era modern ini telah membawa dampak signifikan terhadap pola hidup dan pola kerja masyarakat. Di era modern saat ini, tekanan pekerjaan dan tuntutan produktivitas yang tinggi telah menyebabkan munculnya fenomena *workaholic* di berbagai lapisan masyarakat. *Workaholic*, yang secara harfiah berarti kecanduan bekerja secara berlebihan, dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental, hubungan sosial, serta kualitas hidup individu. Fenomena ini tidak hanya terjadi di kalangan pekerja profesional, tetapi juga melibatkan berbagai bidang dan usia, baik di lingkungan perkotaan maupun pedesaan. Salah satu fenomena yang semakin menonjol adalah munculnya *workaholic*, yaitu keadaan di mana seseorang mengalami kecenderungan berlebihan untuk bekerja secara terus-menerus dan tidak sehat. Fenomena ini tidak hanya berdampak terhadap kesehatan fisik dan mental individu, tetapi juga menimbulkan gangguan terhadap aspek sosial dan kualitas hidup secara keseluruhan. Hal ini juga disebabkan factor lainnya yaitu semakin sulit untuk mendapatkan peluang pekerjaan sehingga orang-orang cenderung berkompetisi mendapatkan pekerjaan dan kebutuhan hidup yang semakin meningkat. Oleh karena itu, selagi manusia hidup akan terus berusaha

⁵ *Ibid*, hlm. 394.

memenuhi kebutuhan hidupnya.⁶ Dalam masyarakat yang pola kerja yang tidak sehat. Namun, di balik etos kerja yang kuat, terdapat fenomena *workaholic*, yaitu kecanduan bekerja yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik, mental, dan sosial individu.

Beragam studi menunjukkan bahwa *workaholic* dapat menyebabkan kelelahan, stres berkepanjangan, penyakit psikosomatis, bahkan menimbulkan ketidakseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, keluarga, serta aspek spiritual. Kondisi ini berimplikasi terhadap menurunnya kualitas hidup individu dan berpotensi menimbulkan disfungsi sosial dalam masyarakat. Dalam perspektif psikologi dan sosiologi, *workaholic* seringkali dipahami sebagai bentuk ketidakseimbangan antara pekerjaan dan aspek kehidupan lainnya. Akibatnya, kesejahteraan pribadi, keluarga, dan masyarakat menjadi terganggu. Banyak penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan bekerja secara berlebihan tanpa memperhatikan aspek kesehatan dan spiritual dapat memicu stres, kelelahan, kehilangan makna hidup, dan bahkan gangguan kesehatan mental.

Fenomena ini sering dianggap sebagai sesuatu yang positif karena berkaitan dengan produktivitas, namun jika tidak dikelola dengan baik dapat menjadi destruktif. Dalam perspektif Islam, kecanduan bekerja yang mengabaikan hak-hak diri, keluarga, dan ibadah merupakan perilaku yang tidak sesuai dengan prinsip keseimbangan hidup yang diajarkan oleh al-Qur'an. Hal ini seringkali disertai dengan perasaan bersalah atau cemas jika tidak bekerja. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesehatan, hubungan sosial, dan kesejahteraan secara

⁶ Abdul Rahman shaleh dan Dian Maulina, 2017. *Pengaruh Modal Psikologi dan Totalitas Kerja terhadap Kesejahteraan Subjektif*, Jurnal Penelitian Psikologi Psikohumaniora, 2 (2)

keseluruhan. Namun, ada juga argumen yang menyatakan bahwa kerja keras dapat membawa hasil positif, seperti pencapaian karir yang lebih baik. Kecanduan bekerja dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti stres kronis, kelelahan, gangguan tidur, masalah hubungan interpersonal, hingga penyakit jantung dan depresi. Keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi menjadi terganggu, yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Islam sangat menganjurkan umatnya untuk bekerja keras dan mencari nafkah yang halal. Namun, Islam juga menekankan pentingnya keseimbangan dalam hidup, termasuk waktu untuk beribadah, beristirahat, dan bersosialisasi dengan keluarga dan masyarakat. Al-Qur'an sebagai kitab suci umat Islam memberikan pedoman lengkap tentang berbagai aspek kehidupan, termasuk etos kerja dan keseimbangan hidup. Ayat-ayat al-Qur'an dapat menjadi sumber inspirasi dan solusi bagi permasalahan yang dihadapi manusia, termasuk fenomena *workaholic*.

Al-Qur'an, sebagai pedoman hidup umat Islam, memberikan pedoman untuk menjaga keseimbangan antara aktivitas duniawi dan spiritual. Salah satu ayat yang relevan dengan penelitian ini yaitu surah *an-Naba'* ayat 9-11, sebagaimana firman Allah yang berbunyi :

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ۖ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِيَاسًا ۖ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا

Artinya:

“*Bukankah Kami telah menjadikan tidurmu untuk istirahat, dan Kami menjadikan malam sebagai pakaian, dan Kami menjadikan siang untuk mencari⁷”.*

Nikmat Allah Ta’ala yang telah diberikan kepada manusia, tidak terhitung jumlahnya⁸. Ayat diatas menjelaskan salah satu nikmatnya yaitu adanya waktu siang dan malam yang Allah ciptakan. Adanya waktu malam yang digunakan untuk tidur sebagai sarana untuk mengistirahatkan diri dan waktu siang yang digunakan manusia untuk beraktifitas salah satunya termasuk untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dalam bentuk usaha yang dilakukan.

Menurut Tafsir *al-Misbah* karya Quraish Shihab, ayat ini menegaskan pentingnya keseimbangan dalam hidup manusia. Tidur dan malam diciptakan sebagai waktu istirahat, sedangkan siang adalah waktu untuk bekerja dan beraktivitas. Ketidakseimbangan dalam menjalani siklus ini dapat menyebabkan kerusakan fisik, mental, dan spiritual⁹. Dalam konteks fenomena *workaholic*, tafsir ini memberikan perspektif bahwa manusia tidak seharusnya memaksakan dirinya bekerja terus-menerus hingga melampaui batas yang telah ditetapkan Allah. Islam mengajarkan hidup yang seimbang, di mana hak-hak tubuh, pikiran, dan jiwa harus dipenuhi secara seimbang. Jika seseorang terlalu fokus pada pekerjaan hingga melalaikan kewajibannya terhadap diri sendiri dan keluarga, maka ia telah melanggar prinsip ini.

⁷ *Ibid*, hlm. 582.

⁸ M.Abdul Ghafur dan Abu Ihsan al-Atsari, 2012. *Terjemahan Lubabut Tafsir min Ibni Katsir*, Jakarta : Pustaka Imam Syafi’i, cet.5, j. 5, hlm.166.

⁹ M. Quraish Shihab, 2002. *Tafsir Al-Misbah, Pesan, Kesan dan keserasian Al-Qur’an*, Lentera Hati : Jakarta, j.4, hlm.133-134.

Ayat-ayat ini berbicara tentang pentingnya *work life balance* atau keseimbangan hidup. Ayat ini menjelaskan bahwa tubuh membutuhkan istirahat agar tubuh kembali bugar setelah melakukan banyak aktifitas dalam usaha memenuhi kebutuhan hidup disiang hari¹⁰. Allah SWT menciptakan siang untuk bekerja dan malam untuk beristirahat, menunjukkan bahwa kedua aspek ini harus berjalan beriringan. Dengan demikian, al-Qur'an tidak hanya mendorong umatnya untuk bekerja keras, tetapi juga untuk menjaga keseimbangan dalam hidup. Ayat-ayat ini dapat diinterpretasikan sebagai peringatan terhadap perilaku berlebihan dalam bekerja yang dapat melalaikan kewajiban kepada Allah dan diri sendiri. Nasihat atau peringatan dapat membantu individu yang *workaholic* untuk menyadari dampak negatif dari perilaku mereka dan mencari keseimbangan yang lebih baik.

Fenomena *workaholic* atau kecanduan bekerja yang semakin marak di era modern menunjukkan bahwa banyak individu yang tidak memahami atau mengabaikan prinsip-prinsip keseimbangan hidup yang diajarkan oleh al-Qur'an. Berdasarkan sumber yang didapat dari melansir dari halaman Kemenkes, kebutuhan tidur manusia dapat dijabarkan sesuai dengan rentang usia, sebagaimana berikut¹¹ :

No	Usia	Waktu Tidur
1.	0-1 bulan	Bayi yang usianya baru 2 bulan membutuhkan waktu tidur 14-18 jam

¹⁰ Wordpress, 2017. Tafsir Ibnu Katsir QS. An-Naba' (78) : 9-11 , diakses <https://2fun.wordpress.com/2017/06/03/tafsir-ibnu-katsir-qs-an-naba-78-9-11>, 18 Juni 2025 (10:41)

¹¹ Kementerian Kesehatan, 2021. Lama waktu tidur yang dibutuhkan oleh tubuh, <https://upk.kemkes.go.id/new/lama-waktu-tidur-yang-dibutuhkan-oleh-tubuh#> dan klinikkemenkes@gmail.com, diakses pada 16 Juni 2025 (10:09)

		sehari
2.	1-18 bulan	Bayi membutuhkan waktu tidur 12-14 jam sehari termasuk tidur siang
3.	3-6 tahun	Kebutuhan tidur yang sehat di usia anak menjelang masuk sekolah, mereka membutuhkan waktu untuk istirahat tidur 11-13 jam, termasuk tidur siang
4.	6-12 tahun	Anak usia sekolah ini memerlukan waktu tidur 10 jam
5.	12-18 tahun	Menjelang remaja sampai remaja kebutuhan tidur yang sehat adalah 8-9 jam
6.	18-40 tahun	Orang dewasa membutuhkan waktu tidur 7-8 jam setiap hari
7.	40-60 tahun	Masa paruh baya membutuhkan waktu tidur 7 jam sehari

Data diatas menunjukkan bahwa proses tidur merupakan bagian penting dalam mekanisme tubuh agar sehat dan bugar sebagai proses untuk mengistirahatkan diri. Sehingga diperlukan waktu istirahat yang cukup dan berkualitas sesuai ajaran agama¹². Oleh karena itu berdasarkan tinjauan yang didapat sumber diatas yang menjelaskan pentingnya istirahat yang cukup yang tentu saja bertentangan dengan fenomena *workaholic* yang marak pada saat ini. penulis memandang perlu untuk melakukan komparasi tinjauan urgensi fenomena *workaholic* dalam perspektif al-Qur'an, untuk menambah wawasan keilmuan

¹² Nida Amalia, 2021. *Tidur Perspektif Al-Qu'an*, Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al Qur'an : Jakarta, hlm.1-2

berupa korelasi antara al-Qur'an dengan permasalahan kemanusiaan, sebagai bukti kaidah otentisitas al-Qur'an *Sholih li Kulli Zaman wa Makan*¹³.

Dalam kerangka pandangan agama Islam, konsep keseimbangan hidup dan kerja merupakan bagian integral dari ajaran yang mesti dijalankan secara proporsional dan sesuai syariat. Salah satu landasan utama adalah al-Qur'an, yang mengandung nilai-nilai dan petunjuk hidup tentang etika bekerja, tidak berlebihan, serta menjaga hak-hak pihak lain dan aspek spiritual. Surah *an-Naba'* ayat 9-11 misalnya, memuat pesan tentang pertanyaan tentang hari kiamat dan keadilan Allah, yang dapat diinterpretasikan sebagai pengingat akan pentingnya menyeimbangkan kehidupan dunia dan akhirat. Namun, sayangnya fenomena *workaholic* yang kian meluas ini belum sepenuhnya mendapatkan perhatian dari perspektif keislaman melalui kajian tafsir al-Qur'an secara komprehensif. Padahal, ajaran Islam menuntut umatnya untuk menjaga keseimbangan antara dunia dan akhirat, serta menghindari sikap berlebihan dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam hal pekerjaan, sehingga muncul ketidaksesuaian antara pemahaman agama dan pola hidup masyarakat modern. Padahal, al-Qur'an memberi pedoman untuk menjaga keseimbangan dan menghindari sifat ekstrem, termasuk dalam bekerja.

Melihat dari permasalahan yang ada maka penulis tertarik melakukan penelitian ini dengan mengangkat judul '*Fenomena workaholic dalam perspektif al-Qur'an ; tinjauan surah an-Naba' ayat 9-11 pada tafsir al-Misbah karya Muhammad Quraish Shihab*'. Oleh karena itu, studi ini bertujuan untuk menggali

¹³ Muhammad Syahrur, 1990. *al-Kitab wa al-Qur'an: Qiro'ah Muashiroh*, Jafat Dikk al-Bab: Damaskus, hlm.44

dan memahami pandangan al-Qur'an terhadap fenomena *workaholic*, khususnya melalui penafsiran surah *an-Naba'* ayat 9-11 dalam Tafsir *Al-Misbah* karya Muhammad Quraish Shihab. Hasil dari kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya khazanah keilmuan keislaman serta memberikan sumbangsih solusi dalam mengatasi dampak negatif dari praktik *workaholic* yang semakin marak di masyarakat modern. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam bagaimana nilai-nilai Islam, khususnya yang terkandung dalam surah *an-Naba'* ayat 9-11, dapat menjadi solusi untuk mengatasi masalah ini. Dengan menggunakan penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam karyanya *al-Misbah*, berdasarkan pertimbangan salah satu tafsir al-Qur'an kontemporer yang populer di Indonesia. Tafsir ini menggunakan pendekatan bahasa, sejarah, dan sosial budaya untuk menjelaskan makna ayat-ayat al-Qur'an secara komprehensif dan relevan dengan tafsir *al-Misbah* dalam perkembangan khazanah tafsir di Indonesia pada masa kontemporer¹⁴.

B. Rumusan Masalah

Al-Qur'an sebagai pedoman hidup bagi umat islam didalamnya menjelaskan permasalahan tentang bekerja dan keseimbangan hidup. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan inti permasalahan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana pandangan al-Qur'an tentang fenomena *workaholic* dan implikasinya terhadap keseimbangan hidup?

¹⁴ Islah Gusmian, 2013. *Khazanah Tafsir Indonesia : Dari Hermeneutika hingga Ideologi*, LkiS : Yogyakarta, hlm.83

2. Bagaimana relevansi penafsiran surah an-Naba' ayat 9-11 dalam Tafsir al-Misbah terhadap fenomena workaholic di era modern?
3. Bagaimana implementasi pesan dalam surah an-Naba' ayat 9-11 dapat menjadi solusi untuk mengatasi dampak negatif dari *workaholic* menurut perspektif islam?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah;

- a. Untuk mengetahui pandangan al-Qur'an tentang fenomena workaholic dan implikasinya terhadap kehidupan manusia.
- b. Untuk mengetahui relevansi penafsiran surah *an-Naba'* ayat 9-11 dalam Tafsir *al-Misbah* terhadap fenomena *workaholic* di era modern.
- c. Untuk mengetahui implementasi pesan dalam surah *an-Naba'* ayat 9-11 dapat menjadi solusi untuk mengatasi dampak negatif dari *workaholic* menurut perspektif islam.

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini dapat dinilai dari dua sudut pandang;

a. Aspek Teoritis :

- 1) Untuk menjadi sumber khazanah keilmuan islam tentang etos kerja dan keseimbangan hidup.
- 2) Untuk menambah wawasan keilmuan tentang pandangan al-Qur'an dan tafsir modern terkait fenomena *workaholic*, terutama

melalui pendekatan penafsiran surah *an-Naba'* ayat 9-11 dalam Tafsir *al-Misbah*.

- 3) Untuk menambah keilmuan khususnya bagi penulis dan pembaca pada umumnya.
- 4) Untuk memberikan dasar konseptual yang kuat bagi penelitian selanjutnya tentang etos kerja, keseimbangan hidup, dan nilai-nilai Islam dalam konteks sosial dan psikologis modern.
- 5) Sebagai salah satu syarat untuk menyusun skripsi.

b. Secara Praktis :

- 1) Memberikan panduan keagamaan kepada umat Islam mengenai pentingnya menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan ibadah sesuai ajaran al-Qur'an.
- 2) Memberikan rekomendasi atau solusi berbasis ayat al-Qur'an dan tafsirnya untuk mengurangi dampak tidak sehat dari fenomena *workaholic*, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya hidup seimbang.

D. Batasan Istilah

Setelah memaparkan latar belakang yang telah diuraikan, untuk menghindari terjadinya pelebaran masalah yang lebih luas dalam penelitian ini berfokus pada satu topik, dalam hal ini berfokus pada *bagaimana fenomena workaholic dalam perspektif al-Qur'an* dengan merujuk data primer yaitu Tafsir al-Misbah. Penulis juga membatasi batasan istilah dalam penelitian. penjelasan batasan istilah sebagai berikut :

1. Fenomena

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia atau KBBI, fenomena diartikan sebagai hal yang dapat diamati, baik itu berupa kejadian, peristiwa, atau gejala yang terjadi di alam atau dalam masyarakat. Fenomena dapat merujuk pada berbagai aspek, termasuk fenomena alam, sosial, dan budaya¹⁵. Fenomena adalah suatu kejadian, peristiwa, atau keadaan yang dapat diamati dan dipelajari. Dalam konteks ilmiah, fenomena sering kali merujuk pada hal-hal yang dapat diukur dan dianalisis untuk memahami lebih dalam tentang suatu konsep atau teori. Fenomena dapat bersifat alamiah, sosial, atau psikologi, dan sering kali menjadi objek penelitian dalam berbagai disiplin ilmu¹⁶.

2. *Workaholic*

Workaholic adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan seseorang yang memiliki kecenderungan berlebihan untuk bekerja, sering kali mengabaikan aspek lain dalam hidupnya seperti kesehatan, hubungan sosial, dan waktu pribadi.¹⁷ Secara bahasa *workaholic* diartikan sebagai kecanduan bekerja.

3. Al-Qur'an

¹⁵ Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kemendikbud RI, 2020. Kamus Besar Bahasa Indonesia, diakses dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id>, 16 Juni 2025 (19 : 54)

¹⁶ Stephen E. Toulmin, 2003. *The Uses of Argument*. Cambridge University Press : Cambridge, hlm. 98.

¹⁷ Gramedia, *Workaholic; Pengertian, tanda, dampak, dan strategi mengatasinya*, diakses dari <https://www.gramedia.com/literasi/workaholic/?srsltid=AfmBOoqk3ywTRwDjUchYcr4Wi-TbGZFGxfTa-abfbl07alxaxCm5V1-L>, 16 Juni 2025 (20 : 05)

Dikutip dalam kamus *al-Munjid* al-Qur'an berasal dari kata :

قَرَأَ-يَقْرَأُ-قُرْأً وَ قُرْأْنَا : جمعه و ضمّ بعض

Al-Qur'an secara bahasa merupakan bentuk kata dasar (masdar) dari *Qara'a* yang mempunyai arti menghimpun atau mengumpulkan, *Qira'ah* berarti huruf-huruf dan kata-kata yang tersusun dengan rapi sehingga tercipta kalimat.¹⁸ Secara istilah al-Qur'an adalah kitab atau buku yang berisikan firman-firman Allah SWT sebagai pedoman hidup bagi umat islam. Sebagaimana firman Allah dalam *Surah Yusuf ayat 2* berbunyi :

إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ قُرْأْنَا عَرَبِيًّا لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ

Artinya : “*Sesungguhnya Kami menurunkannya berupa Quran berbahasa Arab, agar kamu mengerti*¹⁹”

Ayat ini Allah menegaskan bahwa al-qur'an diturunkan dalam bahasa arab yang fasih agar dapat direnungkan dan difikirkan isi dan maknanya. Menurut Ibn Katsir al-quran diturunkan dengan bahasa Arab karena bahasa Arab paling fasih, paling jelas, paling luas dan paling banyak pemenuhan terhadap arti²⁰.

4. Tafsir *al-Misbah*

Tafsir *al-Misbah* merupakan salah satu karya dari *muffasir* Indonesia Muhammad Quraish Shihab. Dari segi penamaannya, *al-Misbah* berarti

¹⁸ Louis Ma'luf, 2002. *al-Munjid fi al-Lughohg wa al-A'lam*, Dar al-Masyriq : Beirut, cet.39, hlm. 617.

¹⁹ *Ibid*, hlm. 235.

²⁰ Kalamullah, 2020. *Tafsir Surah Yusuf Ayat 1-2 : Alasan Al-Qur'an diturunkan dengan bahasa Arab*, diakses <https://tafsiralquran.id/tafsir-surat-yusuf-ayat-1-2-alasan-al-quran-diturunkan-dengan-bahasa-arab>, 18 Juni 2025 (22:08)

lampu, pelita, atau lentera²¹. Tafsir ini mengindikasikan makna kehidupan dan berbagai persoalan manusia agar diterangi oleh cahaya al-Qur'an²². Quraish shihab menulis tafsirnya dengan tujuan agar al-Qur'an semakin membumi dan mudah untuk dipahami.

5. An-Naba'

Kata *Naba'* terdiri dari huruf *nun*, *ba'*, dan *hamzah* yang berarti bersuara pelan dan samar. *Naba'* juga berarti naik, tinggi, dan berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain, di samping itu *Naba'* juga diartikan sebagai berita penting atau agung²³.

Ada keterkaitan antara makna *Naba'* sebagai berita dengan berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain. Dari kata *Naba'*, muncul kata Nabi, yang berarti tempat yang tinggi, jalan yang terang, utusan Allah yang membawa risalah disebut Nabi. Para Nabi menerima pemberitaan dari Allah sebagai petunjuk kepada manusia agar menuju jalan yang terang²⁴. Mutawalli Sya'rawi pendapat dalam mengartikan kata *Naba'*. *Pertama*, diartikan dengan berita penting yang harus dikatakan dan wajib didengarkan serta diambil darinya i'tibar dan dijadikan perbandingan. Tidak bias dikatakan sebagai *Naba'* kalau beritanya bersifat remeh dan biasa. *Kedua*, *Naba'* di sini diartikan dengan suatu berita

²¹ A.W. Munawwir, 1997. *Kamus Al-Munawwir Arab Indonesia Terlengkap*, Pustaka Progresif : Yogyakarta, hlm. 447.

²² Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al Qur'an* Vol 1, Lentera Hati : Jakarta, hlm.v – xiii.

²³ Muhlasol, Farid. 2019. *Makna Naba' Dalam al-Qur'an*. Skripsi Fakultas Ushuluddin Institut Perguruan Tinggi Ilmu Al-Qur'a Jakarta.hlm.19

²⁴ Shihab, M. Quraish. 2007. *Ensiklopedi al-Qur'an: Kajian Kosa Kata*, Jakarta: Lentera Hati, jilid.2, hlm. 675.

penting yang menarik perhatian, berita tersebut memiliki pengaruh yang besar dan bersifat tegas, serta bukan sebutan berita secara umum²⁵.

E. Telaah Pustaka

Dalam penelitian, telaah pustaka penting dilakukan untuk menemukan hasil penelitian dari kajian-kajian sebelumnya. Namun, beberapa penelitian yang ditemukan hanya menemukan perkiraan umum. Dalam penelitian ini saya memfokuskan pembahasan kajian fenomena *workaholic* dalam perspektif al-Qur'an dengan cara menganalisis surah *an-Naba'* ayat 9-11 menurut Quraish Shihab dalam Tafsir *al-Misbah* sehingga ada perbedaan antara penelitian terdahulu dan penelitian berikutnya, ada beberapa penelitian yang masih berkaitan dengan jenis penelitian ini, antara lain :

- a. Skripsi yang disusun oleh Agung Mulyono, dari UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Pada tahun 2007 yang berjudul "*Hubungan Antara Perilaku Workaholic dengan Timbulnya Gejala Insomnia*" didalam skripsi tersebut beliau menuliskan bahwa terdapat sedikit korelasi yang tidak erat antara pekerja *workaholic* dengan penderita penyakit insomnia, karena yang diteliti beliau adalah karyawan biasa, karena jika mungkin yang diteliti beliau adalah karyawan yang memiliki jabatan managerial maka akan menderita gejala insomnia, walaupun ada faktor lainnya yang

²⁵ Sya'rawi, M. Mutawalli. 2005. *Tafsir Sya'rawi*, Jakarta: PT Ikrar Mandiri Abadi, jilid. 10, hlm. 50

mempengaruhinya²⁶. Persamaannya dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas tentang pengaruh dan dampak dari *workaholic*. Namun pada penelitian tersebut lebih kepada sisi kesehatannya, sedangkan dalam penelitian ini kepada aspek yang lebih umum secara menyeluruh.

- b. Jurnal oleh Novi Indriyani Sitepu, yang merupakan dosen ekonomi Islam Universitas Syah Kuala Banda Aceh pada tahun 2015 yang berjudul “*Etos Kerja Ditinjau dari Perspektif Al-Qur’an dan Hadits (Suatu Kajian Ekonomi dengan Pendekatan Tafsir Tematik)*” . Jurnal ini membahas mengenai etos kerja yang seharusnya dilakukan oleh umat islam karena selain untuk memenuhi kebutuhan hidup juga merupakan bagian ibadah untuk mendekatkan diri kepada Allah²⁷. Persamaan pada penelitian ini ialah sama-sama menggunakan tafsir tematik, namun yang dibahas dalam penelitian tersebut ialah mengenai etos kerja sedangkan dalam penelitian ini yaitu fenomena *workaholic* dan tinjauan pada al- Qur’an Surah an-Naba 9-11 tentang *work life balance*.
- c. Jurnal oleh Asih Puji Hastuti yang berjudul “*Peran Work Life Balance terhadap Keterkaitan Kerja Wanita*”²⁸. Jurnal ini membahas tentang wanita karir yang bertambah setiap tahunnya dan

²⁶ Agung Mulyono, 2007. *Hubungan antara perilaku Workaholic dengan timbulnya insomnia* . Skripsi Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah ; Jakarta

²⁷ Novi Indriyani Sitepu, 2015. *Etos kerja ditinjau dari perspektif al-Qur’an dan Hadis (Suatu Kajian Ekonomi dengan Pendekatan Tafsir Tematik)*, Jurnal Perspektif Ekonomi Darussalam, 1 (2)

²⁸ Hastuti, A. 2019. *Peran Work Life Balance terhadap Keterkaitan Kerja Wanita Karir*. Jurnal Ilmiah Citra Ilmu, 14 (27)

berdampak pada kesejahteraan. Namun, peran ganda yang dimiliki oleh seorang wanita karir menjadi dilema, yang memungkinkan terjadinya komplikasi didalam keluarga. Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang keseimbangan dalam kerja, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu pada perspektif yang digunakan yaitu perspektif al-Qur'an yang dikaji dengan teori psikologi sosial yang berupa penafsiran pada tafsir al-Misbah.

- d. Skripsi oleh Lulu Jamilah, dari Universitas Islam Negeri Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tahun 2024 yang berjudul “ *Pandangan Al-Qur'an Mengenai Workaholisme (Analisis Teori Keseimbangan Fritz Heider)*”²⁹. Skripsi ini membahas mengenai analisis pada ayat-ayat al-Qur'an yang telah dipilih penulis yaitu Q.S al-Ghasiyah:2-3, Q.S az-Zumar : 39, dan Q.S al-Baqarah : 286 dengan menggunakan teori keseimbangan Heider, yang menunjukkan hasil dikatakan seimbang apabila memenuhi tiga unsur pada teori ini yaitu, unsur individu (pelaku *workaholisme*), unsur objek (pekerjaan), dan unsur aspek kehidupan lainnya. Persamaannya dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas mengenai *workaholic* dalam al-Qur'an. Adapun perbedaan dengan penelitian ini ialah terletak pada fokus kajian dan teori yang diterapkan.

²⁹ Lulu Jamilah, 2024. *Pandangan Al-Qur'an Mengenai Workaholisme (Analisis Teori Keseimbangan Fritz Heider)*. Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Berdasarkan telaah yang dilakukan oleh penulis, terdapat perbedaan pada pembahasan yang akan dibahas pada penelitian ini, adapun perbedaan yang spesifik yaitu pertama terletak pada ayat-ayat al-Qur'an yang menjadi pokok pembahasan mengenai *Workaholic* yaitu surah *an-Naba'* ayat 9-11. Kedua pandangan psikologi yang menjadi subjek analisis dalam penelitian ini berupa psikolog social dengan menggunakan pendekatan tafsir tematik pada penafsiran *al-Misbah* karya M. Quraish Shihab.

F. Sistematika Pembahasan

Agar pembahasan ini tidak keluar dari jalur yang telah ditentukan agar lebih sistematis susunannya, maka skripsi ini dibagi dalam lima bab dengan sistematika sebagai berikut :

BAB I: Pendahuluan yang menguraikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penulisan, batasan istilah, telaah pustaka serta sistematika penulisan.

BAB II: Landasan Teori yang memberikan kerangka konsep tentang fenomena *workaholic*, keseimbangan hidup, pandangan al-Qur'an mengenai kerja dan kehidupan, serta teori dalam psikologi dan Islam yang relevan.

BAB III: Metode Penelitian yang menjelaskan tentang jenis pendekatan penelitian, sumber data (utama dan sekunder), teknik pengumpulan data, serta metode analisis yang digunakan.

BAB IV: Hasil Penelitian yang menjelaskan gambaran umum mengenai fenomena *workaholic* dan pemahaman al-Qur'an terkait analisis Fenomena *Workaholic* di Era Modern dengan menyajikan data dan fakta mengenai

kecenderungan workaholic saat ini berdasarkan data primer dan sekunder. Penafsiran Surah *an-Naba'* Ayat 9-11 dalam Tafsir *al-Misbah* yang menyajikan interpretasi dan penafsiran terhadap ayat tersebut yang berkaitan dengan kerja dan keseimbangan hidup dari perspektif Islam dan psikologi. Relevansi dan Implikasi Tafsir dalam mengatasi Fenomena *Workaholic*, menunjukkan bagaimana pesan dalam surah tersebut dapat diaplikasikan dalam mengatasi dampak negatif workaholic.

BAB V: Penutup yang memuat uraian kesimpulan inti dari hasil analisis dan interpretasi terkait peran al-Qur'an dalam pandangan tentang kerja dan keseimbangan hidup serta saran-saran yang memberikan rekomendasi untuk masyarakat, akademisi, dan penelitian selanjutnya mengenai fenomena workaholic dan pendekatan spiritual dalam mengelolanya.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Workaholic* Secara Umum

1. Pengertian *Workaholic*

Istilah *workaholic* terbentuk dari dua kata yaitu dari kata “*work*” yang berarti kerja dan “*aholic*” yang berasal dari kata “*alcoholic*” yang berarti kecanduan. Seperti karakteristik minuman yang beralkohol yang menyebabkan seseorang merasakan kecanduan. Oleh karena itu, perilaku *workaholic* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan seseorang yang ketagihan atau kecanduan pada pekerjaan¹. Mereka merasa mendapatkan kenikmatan dan kepuasan dengan bekerja secara berlebihan.

Workaholic adalah karakteristik pribadi lain yang terkait dengan tingkatan stress. Pecandu kerja adalah orang-orang yang terobsesi dengan pekerjaan mereka; mereka dimasukkan ke dalam jumlah jam kerja yang banyak, memikirkan tentang pekerjaan bahkan ketika mereka sedang tidak bekerja, dan menambahkan tanggung jawab pekerjaan².

Workaholic pertama kali digunakan Psikolog ternama asal Amerika, Wayne Oates, pada tahun 1971 pada bukunya yang berjudul “*Confessions of a Workaholic*” yang awalnya digambarkan sebagai “kecanduan kerja, kebutuhan kompulsif dan tak terkendali untuk bekerja tanpa henti”, menyatakan bahwa gila

¹ Amazon, A. 2023. *Sisi Gelap dari Seorang Workaholic: Dari Passion Menjadi Sebuah Obsesi*. <https://lookmedia.co.id/workaholic/>. Diakses 5 juli 2025. 14;44

² Anwar, A. S. 2021. *Pandangan Sayyid Qutbh tentang Ayat-ayat Etos Kerja (Kajian Tematik Tafsir Fi Zhilalil Qur ' an)*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Repository UIN Walisongo.

kerja adalah kecanduan kerja dan memiliki banyak kaitan dengan alkoholisme. Dewasa ini kecanduan kerja secara sederhana didefinisikan oleh Oates sebagai “*seseorang yang kebutuhannya akan pekerjaan menjadi begitu berlebihan sehingga menimbulkan gangguan atau campur tangan yang nyata terhadap kesehatan tubuhnya, kebahagiaan pribadi dan hubungan antarpribadinya serta kelancaran fungsi sosialnya.*”³

Pada awalnya, *workaholic* dianggap sebagai sifat yang positif karena menunjukkan dedikasi dan komitmen terhadap pekerjaan. Namun, seiring berjalannya waktu, pemahaman tentang dampak negatif *workaholisme* terhadap kesehatan fisik dan mental semakin meningkat. Banyak penelitian yang telah menunjukkan hubungan antara *workaholic* dengan stres, kelelahan, gangguan tidur dan masalah kesehatan lainnya.

Dari beberapa pengertian di atas, menurut penulis *workaholic* adalah perilaku manusia yang melakukan pekerjaan secara berlebih yang pada awalnya adalah perilaku yang positif, karena dalam melakukannya mereka *enjoy* dan dianggap memiliki dedikasi penuh terhadap pekerjaan tetapi seiring berjalannya waktu, hal tersebut menjadi negatif karena dengan *workaholic* banyak individu yang tidak memikirkan kesehatan jasmani dan rohani, melupakan hubungannya dengan keluarga, masyarakat dan lingkungan serta dapat juga mengakibatkan *stres* (gangguan jiwa).

³ Ornek, K. O. & K. N. 2020. *Kualitas Hidup pada Karyawan dengan Workaholisme*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.95353>. Diakses 07 July 2025. 18.30

2. Faktor Penyebab *Workaholic*

Workaholic muncul dari lingkungan sosial, yaitu peran keluarga yang kurang berfungsi, atau berasal dari lingkungan masyarakat itu sendiri. Ketika perilaku *workaholic* mulai mengontrol kehidupan seseorang, ada tiga faktor yang mempengaruhi pemikiran atau tindakan seorang *workaholic*⁴, yaitu sebagai berikut;

- a. *Perfectionisme*; suatu kebiasaan dimana seseorang ingin segala pekerjaannya dilakukan dengan sempurna⁵. Perfeksionis adalah orang yang ingin segalanya serba sempurna, orang yang percaya bahwa kesempurnaan moral dapat dicapai tanpa adanya kesalahan.
- b. *Obsession*; gangguan jika neuritic yang membuat seseorang hanya memikirkan sesuatu ide, aspirasi atau keinginan secara terus menerus⁶.
- c. *Narsisme*; menganggap diri sendiri paling tampan, paling cantik, paling mampu, kecintaan yang berlebihan terhadap diri sendiri⁷.

3. Jenis-Jenis *Workaholic*

Terdapat 3 elemen dalam *workaholisme* yaitu *Work involvement*, *work enjoyment*, *feeling driven* atau *driven to work*⁸, yaitu;

- a. *Work involvement* ; *Workaholic* memiliki keterlibatan kerja yang lebih dibandingkan pekerja normal yang lain. Lama waktu yang

⁴ Faisal Rahman.2007. *Hubungan Self-Efficacy dengan produktifitas Kerja PT Pfizer*. Skripsi Fakultas Psikologi; UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

⁵ Hasan Shadily, ECHOLS John M. 1997. *Kamus Inggris Indonesia*, Jakarta; PT Gramedia

⁶ *Ibid*

⁷ *Ibid*

⁸ Jatmika Devi, E. I. (2019). *Well-being pada workaholic*. <https://buletin.k-pin.org/index.php/daftar-artikel/360-well-being-pada-workaholic>. Vol.5. no.2. Diakses 6 Juli 2025. 12.30.

menyebabkan seseorang dikatakan *workaholic* adalah bekerja melebihi jam kerja orang-orang pada umumnya. Pada umumnya waktu lama bekerja dalam sehari adalah 8 jam, sedangkan pada orang *workaholic* adalah bekerja selama 10 jam bahkan lebih.

- b. *Work enjoyment* ; Pekerja ini memiliki kesenangan diatas rata-rata ketika melakukan pekerjaan. Pekerja jenis ini tidak akan mengeluh dan tidak merasa kelelahan yang berarti, karena ia melakukan pekerjaan dengan hati yang senang dan tidak ada paksaan maupun tuntutan dari orang lain. Bagi *workaholic*, bekerja adalah sesuatu yang paling utama, tidak ada hal yang penting selain bekerja, bahkan kesehatan mental dan kesehatan fisik mereka kesampingkan dan jarang diperhatikan hal ini dapat menyebabkan sakit bahkan kematian.
- c. *Driven to work* ; *Workaholic* memiliki dorongan khusus secara internal untuk selalu bekerja

Dari ketiga elemen tersebut, seorang penganut *workaholic* melakukan kegiatan bekerja yang berlebihan karena telah menjadi kebutuhan, jika tidak melakukan salah satu yang ada dari elemen tersebut maka akan merasakan seperti ada kebutuhan yang telah dilewatkannya, sehingga *workaholic* merasa senang ketika melakukan pekerjaan yang melebihi waktunya. Berikut ini tabel rangkuman faktor yang mempengaruhi terjadinya *workaholic*, yaitu ;

No.	Faktor Internal	Faktor Eksternal
1.	Perfeksionisme	Tuntutan Pekerjaan

2.	Kebutuhan akan Pengakuan <i>(Need for Achievement)</i>	Tekanan Ekonomi
3.	Ketakutan akan Kegagalan	Pengaruh Teknologi

Dalam konteks Islam, *workaholic* juga dapat dipicu oleh ketidakseimbangan dalam memandang konsep bekerja. Islam mendorong umatnya untuk bekerja keras, tetapi juga menekankan pentingnya keseimbangan antara dunia dan akhirat.

B. Konsep Bekeja Dalam Islam

1. Definisi Bekerja

Agama Islam bukanlah hanya sebagai agama langit tetapi sekaligus agama yang dapat membumi, oleh karenanya Islam memandang bekerja sebagai fitrah, karena dengan bekerja menunjukkan identitasnya sebagai makhluk yang berakal sehingga jika manusia dalam bekerja berpegang teguh pada prinsip iman tauhid maka akan menunjukkan fitrah dirinya sebagai seorang muslim. Karena dengan berpegang teguh pada tauhid manusia bekerja tidak hanya untuk mendapatkan gaji, memiliki jabatan yang tinggi, tetapi juga sebagai sarana untuk beribadah kepada Allah, dan bertanggung jawab atas apa yang dijalannya, karena itu adalah salah satu karakter seorang muslim. Bekerja merupakan kewajiban setiap muslim. Dengan bekerja seorang muslim dapat mengekspresikan dirinya sebagai manusia, makhluk ciptaan tuhan yang paling sempurna di dunia. Setiap pekerjaan yang dilakukan karena Allah sama halnya dengan melakukan *Jihad fi Sabilillah*.

Manusia adalah makhluk yang bekerja (*homo faber*), bahkan manusia tidak akan mendapatkan suatu apapun tanpa bekerja⁹. Bekerja merupakan kehidupan. Manusia akan dianggap hidup jika ia melakukan suatu pekerjaan baik pekerjaan yang berat-berat maupun yang ringan-ringan. Manusia akan bekerja supaya memenuhi kebutuhan hidupnya, bekerja bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan hidupnya di dunia saja. Manusia harus bekerja keras dan berusaha menunjukkan hakikat hidupnya secara hakiki dan mendapatkan kebahagiaan batiniyah serta lahiriyah di dunia maupun di akhirat.

Kata “kerja” dalam Islam bukanlah hanya semata-mata merujuk kepada mencari rezeki untuk menghidupi diri dan keluarga dengan menghabiskan waktu siang dan malam, dari pagi hingga sore, terus menerus tidak mengenal lelah, tetapi kerja mencakup bentuk amalan atau pekerjaan yang mempunyai unsur kebaikan dan keberkahan bagi diri, keluarga, masyarakat dan negara¹⁰.

Seseorang yang bekerja adalah mereka yang menyumbangkan jiwa dan tenaganya untuk kebaikan diri, keluarga, masyarakat, dan negara tanpa menyusahkan orang lain. Oleh karena itu dalam al-Quran orang yang mendapatkan kategori “ahli surga” bukanlah orang yang mempunyai jabatan tinggi melainkan orang yang mempunyai derajat taqwa kepada Allah, yaitu orang

⁹ Putut, S. 2023. *Bekerja Sebagai Manifes Keimanan*. <https://hrd.uui.ac.id/bekerja-sebagai-manifes-keimanan/>. Diakses 5 juli 2025. 14.50

¹⁰ Walian. 2013. *Konsepsi Islam Tentang Kerja Rekonstruksi Terhadap Pemahaman Kerja Seorang Muslim*. *An Nisa'a*, 8(1), hlm. 65–80. <https://www.neliti.com/publications/154164/etika-bisnis-dalampersektif-islam>. Diakses 4 Juli 2025. 14.30

yang khusus' dalam shalatnya, baik tutur katanya, memelihara kemaluannya serta menunaikan tanggung jawab sosialnya¹¹.

Secara global, definisi bekerja dalam Islam dapat diartikan seluruh perbuatan atau usaha manusia baik yang ditujukan untuk dunianya maupun ditujukan untuk akhiratnya¹². Bekerja merupakan suatu upaya yang dilakukan dengan sungguh-sungguh mengerahkan seluruh aset, pikiran dan dzikirnya untuk menampakkan arti dirinya sebagai hamba Allah yang harus menundukkan dunia dan menempatkan dirinya sebagai bagian dari masyarakat yang terbaik, atau dengan kata lain, dengan bekerja manusia bisa memanusiaikan dirinya¹³.

Islam menjadikan amal atau bekerja sebagai kewajiban yang harus dilakukan oleh setiap orang sesuai kapasitas dan kemampuan yang miliki, dengan bekerja seseorang memiliki status dan posisi dalam kehidupannya. Tidak dibenarkan seorang muslim hanya berpangku tangan dengan alasan mengkhususkan waktu untuk beribadah atau bertawakkal kepada Allah. Tidak dibenarkan juga seorang muslim mengharapkan bantuan dari orang lain sedangkan ia mampu dan memiliki kemampuan¹⁴.

Dari beberapa pengertian diatas, maka bekerja adalah kegiatan yang dilakukan oleh manusia baik melalui gerakan tubuh atau akal untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, dan sebagai manifestasi untuk kehidupan akhirat karena

¹¹ Hasmy, Z. A. 2019. *konsep produktifitas kerja dalam Islam*. Jurnal *Balanca*, hlm.1

¹² Saefullah, E. 2014. *Bekerja Dalam Perspektif Ekonomi Islam (Suatu Kajian Hadist Nabawi)*. Jurnal *Al-Amwal*, 6(2), hlm.50–75.

¹³ Ichsan, N. 2015. *KERJA , BISNIS DAN SUKSES MENURUT ISLAM*. Jurnal *Ekonomi I*(2), hlm.167–182.

¹⁴ Anafarhanah, S. 2017. Keutamaan Bekerja (Berproduksi) dalam Islam. *Alhadharah*, 15(30), hlm. 1. <https://doi.org/10.18592/alhadharah>. Diakses 4 Juli 2025. 12.08

telah melakukan apa yang diperintahkan oleh Allah SWT, bekerja juga terkait dengan martabat manusia, seseorang yang bersungguh-sungguh dalam bekerja akan bertambah martabat dan kemuliannya. Dengan bekerja manusia telah menjaga fitrahnya, kecukupan dalam sandang, pangan dan papan merupakan kebutuhan pokok yang mestinya dipenuhi oleh setiap muslim guna menjalankan setiap perintah keagamaan, baik hubungan vertikal dengan sang Khalik dan hubungan horizontal dengan makhluk lain. Melalui bekerja juga dapat menambah berbagai pengalaman dalam hidup untuk hidup semakin baik.

2. Ayat-Ayat tentang Bekerja dalam Al-Qur'an

Motivasi kerja dalam Islam adalah untuk mencari nafkah yang merupakan bagian dari ibadah. Motivasi kerja dalam Islam bukanlah mengejar hidup *hedonis*, bukan juga untuk status, apalagi untuk mengejar kekayaan dengan segala cara melainkan untuk beribadah, sebagaimana tujuan manusia diciptakan. Allah menciptakan bumi untuk memberi kemudahan bagi manusia untuk menjadi penghuni sekaligus pengelolanya. Manusia dipersilakan menelusuri bumi (mencari rejeki, bertamasya dll.) tetapi harus ingat kehidupan dunia hanya sementara dan manusia harus kembali kepada Allah.

QS. *Al-Isra'* (17):12, yang berbunyi ;

وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ آيَاتَيْنِ فَمَحَوْنَا آيَةَ اللَّيْلِ وَجَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ مُبْصِرَةً لِّمَنْ أَعَدَّ

السِّنِينَ وَاللَّيْلَ لِنُبَيِّنُوا فَمَحَوْنَا آيَةَ اللَّيْلِ وَجَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ مُبْصِرَةً لِّمَنْ أَعَدَّ

Artinya ; *“Dan Kami jadikan malam dan siang sebagai dua tanda, lalu Kami hapuskan tanda malam dan Kami jadikan tanda siang itu terang, agar kamu mencari kurnia dari Tuhanmu, dan supaya kamu mengetahui bilangan tahun-tahun dan perhitungan dan segala sesuatu telah Kami terangkan dengan jelas¹⁵.”*

QS. *al-Kahfi* (18):45-46, yang berbunyi ;

وَاضْرِبْ لَهُم مَّثَلًا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا كَمَا آتَيْنَاهُم مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً فَخَسَّبْنَا بِهِنَّ الْأَرْضَ

فَأَصْبَحَ هَشِيمًا تَذْرُوهُ الرِّيحُ وَكَانَ اللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ مُّقْتَدِرًا ٤٥

أَمْالًا ٤٦ وَالْبَنُونَ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِندَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ

أَمْالًا ٤٦

Artinya ; *“Dan berilah perumpamaan kepada mereka (manusia), kehidupan dunia sebagai air hujan yang Kami turunkan dari langit, maka menjadi subur karenanya tumbuh-tumbuhan di muka bumi, kemudian tumbuh-tumbuhan itu menjadi kering yang diterbangkan oleh angin. dan adalah Allah, Maha Kuasa atas segala sesuatu. Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amalan-amalan yang kekal lagi saleh adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan¹⁶.”*

QS. *al-Mulk* (67):15-16, yang berbunyi ;

هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولًا فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهَا وَإِلَيْهِ

النُّشُورُ ١٥ ءَأَمِنْتُمْ مِّن فِي السَّمَاءِ أَنْ يَخْسِفَ بِكُمُ الْأَرْضَ فَإِذَا هِيَ تَمُورٌ ١٦

Artinya ; *“Dialah yang menjadikan bumi itu mudah bagi kamu, maka berjalanlah di segala penjurunya dan makanlah sebahagian dari rezki-Nya. dan*

¹⁵ *Ibid.* hlm. 283

¹⁶ *Ibid.* hlm 298-299

hanya kepada-Nya-lah kamu (kembali setelah) dibangkitkan. Apakah kamu merasa aman terhadap Allah yang (berkuasa) di langit bahwa Dia akan menjungkir balikkan bumi bersama kamu, sehingga dengan tiba-tiba bumi itu bergoncang?¹⁷”

Sesungguhnya kemauan kerja merupakan hal yang fitrah dalam kejiwaan manusia yang hukumnya telah diputuskan oleh kebutuhan manusia untuk mewujudkan keinginan-keinginannya. Islam mempertajam, mempersiapkan dan mendorong kemauan ini agar tercapai tujuan yang ingin dicapai oleh manusia. Dapat kita rasakan hal itu ketika Islam menanamkan dalam jiwa manusia bahwa usaha yang baik adalah bagian yang tidak terpisahkan dari iman dan bahwa ia wajib berusaha dan bersungguh-sungguh kearah itu¹⁸

Rasulullah saw. pernah mengembalikan kambing milik penduduk Makkah sebelum menjadi Nabi, dan bekerja memperdagangkan harta milik Khadijah Ummul Mukminin r.a. para sahabat juga bekerja sendirisendiri, dan kaum muhajirin pun sibuk berjual beli di pasar. Maka Rasulullah saw bersabda dalam Shahih Bukhari nomor 2072, yang berbunyi:

مَا أَكَلَ أَحَدٌ طَعَامًا قَطُّ خَيْرًا مِنْ أَنْ يَأْكُلَ مِنْ عَمَلٍ يَدِهِ، وَإِنَّ نَبِيَّ اللَّهِ دَاوُدَ -

عَلَيْهِ السَّلَامُ - كَانَ يَأْكُلُ مِنْ عَمَلٍ يَدِهِ

Artinya ; *“Tidaklah seorang pun memakan satu makanan yang lebih baik dari apa yang ia makan dari hasil kerja tangannya, dan sesungguhnya Nabi Daud itu makan dari hasil kerja tangannya¹⁹.”*

Hadist lainnya dari riwayat Ahmad bin Hambal nomor 21507, yang berbunyi:

¹⁷ *Ibid*, hlm 563

¹⁸ Al-‘Assa, Ahmad Muhammad dan Fathi Ahmad Abdul Karim, 1999. *Sistem, Prinsip, dan Tujuan Ekonomi Islam*, Bandung: Pustaka Setia. hlm.231-232

¹⁹ Al-Bukhari. Muhammad Isma’il, 1998. *Ṣāḥīḥ al- Bukharī*, Sa’udiyah: Baitul Afkar ad-Dauliyah. Jilid 3, hlm. 466–469

عَنْ أَبِي سَاكِرٍ، عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ عَلِيٍّ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَبَّاسٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَدِّهِ،
 قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مَنْ أَمْسَى كَالْأَمِينِ عَمَلٍ يَدِهِ أَمْسَى مَغْفُورًا لَهُ

Artinya ; “*Abi Sakir dari Sulaiman bin Ali bin Abdullah bin Abbas dari ayahnya dari kakeknya, Barang siapa yang sore hari duduk kelelahan lantaran pekerjaan yang telah dilakukannya maka ia mendapatkan sore hari tersebut dosa-dosanya diampuni Allah*²⁰.”

Kerja bukanlah sekedar memenuhi kebutuhan, tetapi merupakan aktivitas kehidupan yang bernilai religius dan keagamaan. Doktrin Islam mengajarkan bahwa nilai dari setiap bentuk kerja tergantung pada niat. Dengan bekerja manusia dapat melanjutkan kehidupannya dalam menjalankan amanat Tuhan, dan bagaimana mendirikan kehidupan yang baik²¹. Salah satu bentuk kerja yang banyak mendapat pujian dalam al-quran adalah aktivitas yang bergerak dalam bidang ekonomi²². Sebagaimana firman Allah dalam QS. *At-Taubah* (9): 105, yang berbunyi ;

وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عِلْمِ
 الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Artinya ; “*Dan katakanlah: "Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) yang mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan*²³.”

²⁰ Ahmad bin Hanbal. 1999. *Musnad Ahmad*. Beirut: Mu’assasah al-Risalah. Hadis no. 21507, Jilid 1, hlm. 195.

²¹ Qahaf, Mundzir, tt. *an-Nuṣuṣ al-Iqtiṣadiyah fī Alqur’ān wa as-Sunnah*, Jeddah: Markaz an-Nasyra al-‘ilmī. hlm. 45–65

²² Nuruddin, Amiur, 2008. *Kalam: Membangun Paradigma Ekonomi*, Bandung: Citapustaka Media. Hlm.14

²³ *Ibid*. hlm .203

Ayat ini menurut Imam Ar-Razi mengandung seluruh yang dibutuhkan seorang mukmin baik mengenai agama, dunia, kehidupan, dan akhiratnya. Dari susunan kata dalam ayat tergambar dua hal: di satu sisi tampak nada *targhib* (dorongan) bagi orang-orang yang taat, dan di sisi lain nampak nada *tarhib* (ancaman) bagi orang-orang yang berbuat maksiat. Maksudnya, bersungguhsungguhlah kamu untuk berbuat sesuatu demi masa depanmu karena segala perbuatanmu akan mendapatkan haknya di dunia maupun di akhirat. Di dunia perbuatan tersebut akan disaksikan Allah, Rasul-Nya, dan orang-orang mukmin. Jika berupa ketaatan, ia akan mendapatkan pujian dan pahala yang besar di dunia dan akhirat. Namun, jika berupa kemaksiatan ia akan mendapatkan hinaan di dunia dan siksaan yang pedih di akhirat²⁴.

Syeikh Rasyid Ridha dalam tafsirnya *Al-Manar* menerangkan makna ayat tersebut begini: Wahai Nabi, katakan kepada mereka bekerjalah untuk dunia, akhirat, diri dan umatmu. Karena yang akan dinilai adalah pekerjaanmu, bukan alasan yang dicari-cari; pun bukan pengakuan bahwa Anda telah berusaha secara maksimal. Kebaikan dunia dan akhirat pada hakikat tergantung pada perbuatan Anda. Allah mengetahui sekecil apapun dari perbuatan tersebut, maka Allah menyaksikan apa yang Anda lakukan dari kebaikan maupun keburukan. Karenanya, Anda harus senantiasa waspada akan kesaksian Allah, baik itu berupa amal maupun berupa niat, tidak ada yang terlewatkan. Semuanya tampak bagi-

²⁴ Ar-Razi, Imam, 1994. *Mafatihul ghaib*, vol. 16, Bairut, Darul fikr. Jilid.16

Nya. Oleh sebab itu Anda harus senantiasa menyempurnakannya (*itqan*), ikhlas, dan mengikuti petunjuk-Nya dalam menjalankan ketaatan sekecil apapun²⁵.

C. Keseimbangan Hidup Dalam Islam

1. Pengertian Keseimbangan Hidup

Keseimbangan mempunyai makna yang sangat beragam, tergantung pada konteks dan pada pemberian makna itu sendiri. Keseimbangan berasal dari kata “imbang” sebagaimana terdapat dalam KBBI artinya sama berat, sama kuat, sama banyak, sebanding dan sepadan²⁶.

Keseimbangan dalam konteks Islam artinya keseimbangan yang landasannya adalah berdasarkan al-Quran dan Hadis. Ayat-ayat al-Quran apabila diteliti secara seksama terbukti bahwa isinya penuh muatan konsep-konsep keseimbangan. Hal ini sesuai dengan apa yang diutarakan oleh Yusuf Qardhawi. Bahwa ciri khas yang membedakan agama Islam dengan agama lain adalah konsep keseimbangannya. Menurut Qardhawi umat Islam memegang prinsip keseimbangan sebagai karakteristik utama bagi agama mereka. Keseimbangan harus dijalani di dalam hidup karena itu adalah perintah al-Quran. Keseimbangan dalam konteks ini adalah keseimbangan yang menyeluruh pada semua aspek kehidupan, seperti keseimbangan antara aspek ideologi dan praktis, keseimbangan

²⁵ Ridha, Rasyid, 1367H. *Tafsir Al Manār*, vol. 11, Kairo: Dār Al-Manār

²⁶ Nurdin, Fauziah. 2022. “Islam Dan Konsep Keseimbangan Dalam Lini Kehidupan.” *Proceedings Icis 2021* 1(1): 509–19. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/icis/article/view/12702>. Diakses 7 juli 2025. 21.14

antara roh dan materi antara akal dan hati, antara dunia dan akhirat, antara hak dan kewajiban, antara individu dan masyarakat dan sebagainya²⁷.

Dalam menjaga keseimbangan hidup, Islam juga mengajarkan untuk memperlakukan tubuh kita dengan baik, menjaga kesehatan tubuh, dan menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan waktu istirahat. Sebagai contoh, Rasulullah saw. pernah bersabda, “*Sesungguhnya tubuh itu mempunyai hak atas kamu.*”²⁸

Menjaga keseimbangan dalam hidup juga sejalan dengan konsep *wasatiyyah* (moderasi) dalam Islam, di mana kita diajarkan untuk berada pada titik tengah antara ekstrimisme dan fanatisme. Konsep *wasatiyyah* dalam Islam ini menekankan bahwa kehidupan yang baik adalah kehidupan yang seimbang antara urusan dunia dan akhirat.

2. Ayat-Ayat tentang Keseimbangan Hidup Dalam Al-Qur'an

Islam mengajarkan bahwa kehidupan dunia adalah ujian bagi manusia. Materialisme tidak boleh menguasai hati manusia sehingga mengabaikan kewajiban spiritual. Namun, Islam tidak mengajarkan untuk meninggalkan dunia sepenuhnya, melainkan untuk memanfaatkan sumber daya dunia demi kebaikan di akhirat. Seperti yang sudah tercantum dalam al-Qur'an QS. *Qasash: 77*, yang berbunyi ;

²⁷ Wahyu Ningsih, Indah. 2020. “*Konsep Hidup Seimbang Dunia Akhirat Dan Implikasinya Dalam Perspektif Pendidikan Islam.*” *Jurnal Tahsinia* 1(2):hlm.128–37.

²⁸ Al-Bukhari, M. I. I. 1998. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Riyadh: Baitul Afkar ad-Dauliyah. Hadis no. 5199, Kitab al-Ṣaum, hlm. 467–468

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا
 أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

Artinya: *Dan, carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (pahala) negeri akhirat, tetapi janganlah kamu lupakan bagianmu di dunia. Berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu dan janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan*²⁹.

Ayat ini juga menjelaskan bahwa segala sesuatu yang telah diciptakan oleh Allah swt adalah bentuk dari pemenuhan kebutuhan hidup manusia, namun dengan apa yang telah Allah swt sediakan maka manusia wajib untuk mengelola karunia tersebut sebagai bentuk tanggung jawabnya kepada Allah swt. Seseorang tidak boleh hanya beribadah murni (*mahdah*) dan melarang memperhatikan dunia. Berusahalah sekuat tenaga dan pikiran untuk memperoleh harta, dan carilah pahala akhirat dengan apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu di dunia, berupa kekayaan dan karunia lainnya, dengan menginfakkan dan menggunakannya di jalan Allah. Akan tetapi pada saat yang sama janganlah kamu lupakan bagianmu dari kenikmatan di dunia dengan tanpa berlebihan. Dan berbuat baiklah kepada semua orang dengan bersedekah sebagaimana atau disebabkan karena Allah telah berbuat baik kepadamu dengan mengaruniakan nikmat-Nya, dan janganlah kamu berbuat kerusakan dalam bentuk apa pun di bagian mana pun di bumi ini, dengan melampaui batas-batas yang telah ditetapkan oleh Allah.

Maka karakteristik keseimbangan dunia dan akhirat dalam surat *al-Qashash* ayat 77 berdasarkan tafsir *al-Munir* mencakup 4 unsur utama yakni

²⁹ *Ibid.*, hlm.394

menggunakan harta untuk taat kepada Allah dan rasul-Nya, tidak melupakan dan meninggalkan kehidupan dunia, berbuat baik kepada makhluk Allah sebagaimana Allah telah berbuat baik kepada makhluk-Nya. dan tidak berbuat kerusakan di dunia³⁰.

Dalam surat *al-A'la* juga membahas tentang keseimbangan dunia dan akhirat seperti yang dijelaskan dalam ayat 14-19:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى ۖ وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى ۝ ١٥ بَلْ تُؤَثِّرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا
 ٦ وَالْآخِرَةَ خَيْرٌ ۚ وَابْقِطْ ١٧ إِنَّ هَذَا لَفِي الصُّحُفِ الْأُولَى ١٨ صُحُفِ إِبْرَاهِيمَ
 وَمُوسَى ١٩

Artinya: *Sesungguhnya beruntunglah orang yang membersihkan diri (dengan beriman), dan dia ingat nama Tuhannya, lalu dia salat. Tetapi kamu (orang-orang kafir) memilih kehidupan duniawi. Sedangkan kehidupan akhirat adalah lebih baik dan lebih kekal. Sesungguhnya ini benar-benar terdapat dalam kitab-kitab yang dahulu, (yaitu) kitab-kitab Ibrahim dan Musa³¹.*

Ayat tersebut menguraikan keberuntungan dan cara perolehannya. Ayat-ayat di atas ditujukan untuk manusia secara umum dan orang-orang kafir secara khusus bagaikan menyatakan bahwa: Kamu sering kali tidak melakukan perbuatan yang membawa keberuntungan, bahkan kamu senantiasa mengutamakan kehidupan dunia daripada kehidupan akhirat, padahal akhirat lebih baik dengan aneka kenikmatannya yang tidak terlukiskan dan lebih kekal apalagi dibandingkan dengan kehidupan dunia ini. Arti pertama menggambarkan kehidupan dunia

³⁰ Ridwan, Muhammad, Zaki. 2023. "Karakteristik Tawazun Dalam Surat Al Qashash Ayat 77 Menurut Tafsir Munir Pada Era Revolusi Industri 4.0 (Pendekatan Teori Faizur Rohman)." *All-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan* 2 (3).

³¹ *Ibid.*, hlm.591-592.

adalah kehidupan yang dekat serta dini dan dialami sekarang, sedangkan kehidupan akhirat adalah kehidupan jauh dan yang akan datang. Ayat 16 ini tidak ditujukan kepada orang-orang yang beriman dan yang mengambil pelajaran dari peringatan-peringatan Allah, ayat tersebut bukan juga kecaman terhadap mereka yang berusaha menghimpun kebahagiaan dunia dan akhirat, tetapi ditujukan kepada mereka yang mengabaikan kehidupan akhirat atau mementingkan dunia semata-mata. Sebagian para ulama menganggap ayat tersebut menunjuk kepada kandungan ayat 14 dan 15 yang berbicara tentang keberuntungan yang diperoleh mereka yang menyucikan dirinya. Ada juga yang menjadikan isyarat tersebut menunjuk kepada ayat 17 yang menjelaskan kenikmatan, kebaikan dan kekekalan kehidupan akhirat.

Surah *al-A'la* dimulai dengan perintah mengagungkan Allah dan diakhiri dengan penjelasan tentang kebahagiaan yang menanti mereka yang mengagungkan-Nya serta mengecam dan mengancam mereka yang mengabaikan peringatan-peringatan-Nya³².

Selain itu juga dijelaskan dalam surat *Ali-Imran*: 148, yang berbunyi ;

فَأَتَتْهُمْ اللَّهُ تَوَابَ الدُّنْيَا وَحُسْنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

³² Shihab, Quraish. 2005. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*. Cet10. Jakarta:Lentera Hati.

Artinya: *Maka, Allah menganugerahi mereka balasan (di) dunia dan pahala yang baik (di) akhirat. Allah mencintai orang-orang yang berbuat kebaikan*³³.

Ayat ini menggambarkan sambutan Allah atas permohonan mereka. Mereka sedemikian tulus berdoa dan taat kepada Allah dan rasul mereka, maka karena itu Allah menganugerahi mereka pahala di dunia (kecukupan dan ketenangan batin) dan pahala yang baik di akhirat, yaitu surga serta keridhaan Allah. Hal ini mengisyaratkan bahwa betapa pun baiknya anugerah duniawi, tidak akan sebaik anugerah ukhrawi. Tujuan mereka semata-mata karena Allah swt sehingga anugerah Allah di akhirat lebih sempurna dibanding dengan anugerah-Nya di dunia. Selanjutnya, al-Biq'a'i menyimpulkan bahwa tujuan dari kandungan ayat di atas, yakni adanya anugerah ganjaran-duniawi dan ukhrawi adalah untuk menggaris bawahi bahwa hal yang terpenting dan yang harus dimulai pertama kali adalah upaya untuk menghiasi diri dengan kandungan ayatayat yang lalu dan tentu saja memuji umat umat terdahulu merupakan dorongan yang lebih besar kepada umat ini agar menjadi lebih hebat dari umat terdahulu, lebih kukuh, lebih tabah, lebih mendambakan apa yang berada di sisi Allah, dan lebih banyak berzikir karena umat ini adalah umat terbaik di antara umatumat yang diciptakan Allah³⁴

Al-Qur'an memberikan panduan tentang bagaimana manusia seharusnya memandang dan memaknai kehidupan dunia dan akhirat yang seimbang. Dalam surah *al-A'la* (87:16-17), Allah mengingatkan bahwa kehidupan akhirat lebih baik

³³ *Ibid*, hlm. 68

³⁴ *Ibid*

dan kekal dibandingkan kehidupan dunia yang fana. Namun, dalam surah *al-Qashash* (28:77) dan *Ali-Imran* (3:148), umat Islam diperintahkan untuk tidak melupakan bagian dari dunia sambil tetap berupaya untuk mendapatkan akhirat. Ini menunjukkan bahwa berusaha untuk kehidupan dunia bukanlah hal yang terlarang, asalkan tidak menjauhkan manusia dari tujuan spiritual dan akhirat.

D. Pemikiran Muhammad Quraish Shihab

1. Biografi Muhammad Quraish Shihab

Nama lengkap adalah Muhammad Quraish Shihab. Ia lahir tanggal 16 Februari 1944 di Rappang, Sulawesi Selatan. Ia berasal dari keluarga keturunan Arab yang terpelajar ayahnya, Prof. Abdurrahman Shihab adalah seorang ulama dan guru besar dalam bidang tafsir. Abdurrahman Shihab di pandang sebagai salah seorang ulama, pengusah dan politikus yang memiliki reputasi baik di kalangan Masyarakat Sulawesi Selatan. Kontribusinya dalam bidang pendidikan terbukti dari usaha membina dua perguruan tinggi di Ujung Pandang yaitu Universitas Muslim Indonesia (UMI), sebuah perguruan tinggi swasta terbesar di kawasan Indonesia bagian Timur, dan IAIN Alauddin UjungPandang. Ia juga tercatat sebagai Rektor pada kedua perguruan tinggi tersebut: UMI 1959-1965 dan IAIN 1972-1977³⁵.

Sebagai seseorang yang berfikiran progresif, Abdurrahman percaya bahwa pendidikan adalah merupakan agen perubahan. Sikap dan pandangannya yang demikian maju itu dapat dilihat dari latar belakang pendidikannya, yaitu Jami'atul Khair, sebuah lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia. Murid-murid yang

³⁵ Shihab, M. Quraish. 1992 .Membumikan Al-Qur'an, Mizan ; Bandung, hlm.6

belajar di lembaga ini diajari tentang gagasan-gagasan pembauran gerakan dan pemikiran Islam. Hal ini terjadi karena lembaga ini memiliki hubungan yang erat dengan sumber-sumber pembaharuan di Timur Tengah seperti Hadramaut, haramain dan Mesir. Banyak guru-guru di datangkan ke lembaga tersebut, di antaranya Syeikh Ahmad Soorkati yang berasal dari Sudan, Afrika. Sebagai putra dari seorang guru besar, Quraish Shihab mendapat motivasi awal dan benih kecintaan terhadap bidang studi tafsir dari ayahnya yang sering mengajak anak-anaknya duduk bersama setelah magrib. Pada saat-saat belajar al-Qur'an Quraish kecil telah menjalani pergumulan dan kecintaan terhadap sejak Al-Qur'an sejak umur 6-7 tahun. Ia harus mengikuti pengajian al-Qur'an yang diadakan oleh ayahnya sendiri. Selain menyuruh membaca al-Qur'an, ayahnya juga menguraikan secara sepitnas kisah-kisah dalam al-Qur'an di sinilah, benih-benih kecintaannya kepada al-Qur'an mulai tumbuh³⁶.

2. Pendidikan dan Karir Muhammad Quraish Shihab

Pendidikan formalnya di Makassar dimulai dari sekolah dasar sampai kelas 2 SMP. Pada tahun 1956, ia dikirim ke kota Malang untuk “nyantri” di Pondok Pesantren darul Hadis al-Faqihyah. Karena ketekunannya belajar di pesantren, 2 tahun berikutnya ia sudah mahir berbahasa Arab melihat bakat bahasa arab yang dimilikinya, Quraish beserta adinya Alwi Shihab dikirim oleh ayahnya ke al-Azhar Kairomelalui beasiswa dari Proposal Sulawesi Selatan, pada tahun 1958 dan diterima di kelas dua I'ddiyah al-Azhar (setingkat SMP/Tsanawiyah di

³⁶ *Ibid, hlm.8-9*

Indonesia) sampai menyelesaikan tsanawiyah al-Azhar pada Fakultas Ushuluddin, Jurusan tafsir dan Hadis, pada tahun 1967 ia meraih gelar LC³⁷.

Dua tahun kemudian (1969), Quraish Shihab berhasil meraih gelar M.A. pada jurusan yang sama dengan tesis berjudul “Al-I’jaz At-Tasyri’ Al-Qur’an Al-Karim (Kemukjizatan Al-Qur’an dari segi Hukum)”. Pada tahun 1973 ia di panggil pulang ke Makassar oleh ayahnya yang ketika itu menjadi rector, untuk membantu mengelola pendidikan IAIN Alauddin. Ia menjadi wakil rektor bidang akademis dan kemahasiswaan sampai tahun 1980. Di samping menduduki jabatan resmi itu, ia juga sering mewakili ayahnya yang uzur karena usia dalam menjalankan tugas-tugas pokok tertentu. Berturut-turut setelah itu, Quraish Shihab disertai berbagai jabatan, seperti coordinator perguruan tinggi Swasta Wilayah VII Indonesia bagian timur, pembantu pemimpin kepolisian Indonesia Timur dalam bidang pembinaan mental, dan sederetan jabatan lainnya di luar kampus. Di sela-sela kesibukannya ia masih sempat merampungkan beberapa tugas penelitian, antara lain penerapan Kerukunan Hidup Beragama di Indonesia (1975) dan Masalah Wakap Sulawesi Selatan(1978).

Untuk mewujudkan cita-citanya, ia mendalami studi tafsir, pada tahun 1980 Quraish Shihab kembali menuntut ilmu ke almamaternya, Azhar Kairo, mengambil spesialisasi dalam studi tafsir al-Qur’an ia hanya memerlukan waktu dua tahun untuk meraih gelar doktor dalam bidang ini. Disertasinya yang berjudul “*Nazhm ad-Durar Al-Biaqa’i Tahqiq wa Dirasah*” (suatu kajian dan Analisa terhadap keotentikan Kitab ad-Durar karya Al-Biqqa’i) berhasil dipertahankannya dengan

³⁷ *Ibid, hlm10-11*

predikat penghargaan *Mumtaz Ma'a Martabah AsySyaraf Al-Ula (summa Cumlaude)*³⁸.

Pendidikan tingginya yang kebanyakan di tempuh di Timur Tengah, al-Azhar Kairo ini oleh Howard M. Federspiel di anggap sebagai seorang yang unik bagi Indonesia pada saat dimana sebagian pendidikan pada tingkat itu diselesaikan di barat. Mengeai hal ini ia mengatakan sebagai berikut:” Ketika meneliti biografinya, saya menemukan bahwa ia berasal dari Sulawesi Selatan, terdidik di pesantren, dan menerima pendidikan tingginya di Mesir pada Universitas Al-Azhar, di mana ia meneima gelar M.A dan Ph. D-nya. Ini menjadikan ia terdidik lebih baik di dibandingkan dengan hampir semua pengarang lainnya yang terdapat dalam. Populer Indonesia Literature of the Qur'an, dan lebih dari itu tingkat pendidikan tingginya di Timur Tengah seperti itu menjadikan ia unik bagi Indonesia pada saat dimana sebagian pendidikan pada tingkat itu diselesaikan di Barat. Dia juga mempunyai karir mengajar di IAIN Makassar dan Jakarta dan kini, bahkan ia menjabat sebagai rektor di IAIN Jakarta. Ini merupakan karir yang sangat menonjol³⁹.

Tahun 1984 adalah babak baru tahap kedua bagi Quraish Shihab untuk melanjutkan karirnya. Untuk itu ia pindah tugas dari IAIN Makassar ke Fakultas Ushuluddin IAIN Jakarta. Disini ia aktif mengajar bidang Tafsir dan ulum al-qur'an di program SI,S2 dan S3 sampai tahun 1998. Disamping melaksanakan tugas pokoknya sebagai dosen, ia juga dipercaya menduduki jabatan sebagai rekto

³⁸ *Ibid*, hlm.12-13

³⁹ Dewan Redaksi, 1994, *Suplemen Enslikopedi Islam*, PT. Ikhtiar Baru van Hoeve : Jakarta, cet.2, hlm. 110-112

IAIN Jakarta selama dua periode (1992-1996 dan 1997- 1998). Setelah itu ia dipercaya menduduki jabatan sebagai Menteri Agama selama kurang lebih dua bulan awal tahun 1998, hingga kemudian dia diangkat sebagai Duta Besar Luar Biasa dan Berkuasa Penuh Republik Djibouti berkedudukan di Kairo. Kehadiran Qurais Shihab di Ibukota Jakarta telah memberikan suasana baru dan disambut hangat oleh masyarakat. Hal ini terbukti dengan adanya berbagai aktifitas yang di jalankannya di tengah-tengah masyarakat. Disamping mengajar, ia juga di percaya untuk menduduki sejumlah jabatan. Dia antaranya adalah sebagai Ketua Majelis Ulama Indonesia (MUI) pusat (sejak 1984), anggota Lajnah Pentashshih al-qur'an Departemen Agama sejak 1989. Dia juga terlibat dalam beberapa organisasi profesional, antara lain Asisten Ketua Umum Ikatan cendikiawan Muslim se-Indonesia (ICMI), ketika organisasi ini di dirikan. Selanjutnya ia juga tercatat sebagai Pengurus Perhimpunan Ilmu-Ilmu Syari'ah, dan pengurus konsorsium Ilmu-Ilmu agama Departemen Pendidikan dan Kebudayaan⁴⁰.

Di samping kegiatan tersebut di atas, M.Quraish Shihab juga dikenal sebagai penulis dan penceramah yang handal. Berdasarkan pada latar belakang keilmuan yang kokoh yang ia tempuh melalui pendidikan formal serta ditopang oleh kemampuannya menyampaikan pendapat dan gagasan dengan bahasa yang sederhana, tepu lugas, rasional dan kecendrungan pemikiran yang moderat, ia tampil sebagai penceramah dan penulis yang bias diterima oleh semua lapisan masyarakat. Kegiatan ceramah ini ia lakukan di sejumlah mesjid bergensi di Jakarta, seperti Mesjid *At-Tin* dan *Fatullah*, di lingkungan pejabat pemerintah

⁴⁰ Haward M.Federspiel, 1996. *Kajiann Al-Qur'an di Indonesia: Dari Mahmud Yunus hingga Quraish Shihab*, Mizan;Bandung, cet.I, hlm.295-299

seperti pengejian Istiqlal serta di sejumlah stasiun televise atau media eletronik, khususnya di bulan Ramadhan. Beberapa stasiun televise, seperti RCTI dan Metro TV mempunyai program khusus selama Ramadhan yang di asuh olehnya⁴¹.

Quraish Shihab memeang bukan salah satu-satunya pakar al-Qur'an di Indonesia, tapi kemampuannya menerjemahkan dan menyampaikan pesan-pesan al-Qur'an dalam koteks kekinian dan masa post modern membuatnya lebih dikenal dan lebih unggul dari pada pakar al-Qur'an lainnya. Dalam hal ini penafsiran, ia cendrung menekankan pentingnya penggunaan metode tafsir maudhu'i (tematik). Yaitu penafsiran dengan cara menghimpun sejumlah ayat al-Qur'an yang tersebar dalam berbagai surah yang membahas masalah yang sama, kemudian menjelaskan pengertian menyeluruh dari ayat-ayat tersebut dan selanjutnya menarik kesimpulan sebagai jawaban terhadap masalah yang menjadi pokok bahasan. Menurutnya dengan metode ini dapat diungkapkan pendapat-pendapat al-Qur'an tentang berbagai masalah kehidupan, sekaligus dapat dijadikan bukti bahwa ayat al-Qur'an sejalan dengan perkembangan iptek dan kemajuan peradaban masyarakat. Quraish Shihab banyak menekankan perlunya memahami wahyu Allah secara kontekstual dan tidak semata-mata terpaku pada makna tekstual agar pesan-pesan yang trekandung di dalamnya dapat difungsikan dalam kehidupan nyata. Ia juga banyak memotivasi mahasiswanya, khususnya di tingkat pasca serjana, agar berani menafsirkan al-Qur'an tidakakan pernah berakhir. Dari masa ke masa selalu saja muncul penafsiranbaru sejalan dengan perkembangan ilmu dan tuntunan kemajuan. Meski begitu ia tetap mengingatkan

⁴¹ Dewan Redaksi, Suplemen Enslikopedi. PT. Ikhtiar Baru van Hoeve : Jakarta. hlm.114-115

perlunya sikap teliti dan ekstra hati-hati dalam menafsirkan al-Qur'an sehingga seseorang tidak mudah mengklaim suatu pendapat sebagai pendapat al-Qur'an. Bahkan, menurutnya adalah suatu dosa besar bila seseorang memaksakan pendapatnya atas nama al-Qur'an. Quraish Shihab adalah seorang ahli tafsir yang pendidik. Keahliannya dalam bidang tafsir tersebut untuk diabadikan. Kedudukannya sebagai pembantu Rektor, Rektor Menteri Agama, ketua MUI, Staf Ahli Mendikbud, Anggota Badan Pertimbangan Pendidikan, menulis karya ilmiah, dan ceramah amat erat kaitannya kegiatan pendidikan. Dengan kata lain bahwa ia adalah seorang ulama yangmememfaatkan keahliannya untuk memdidik umat. Hal ini ia lakukan pula mealui sikap dan kepribadiannya yang penuh dengan sikap dan sifatnya yang patut di teladani. Ia memiliki sifat-sifat sebagai guru atau pendidik yang patut di teladani. Penampilannya yng sederhana, tawadu' sayang pada semua orang, jujur, amanah, dan tegas dalam prinsip adalah merupakan bagian dari sikap yang seharusnya dimiliki seorang guru⁴².

3. Karya-Karya Muhammad Quraish Shihab

M. Quraish Shihab sngat aktif sebagai penulis. Beberapa buku yang sudah dihasilkan antara lain:

- a. Tafsir Al-Manar, keistimewaan dan kelemahannya (Ujung padang: IAIN Alauddin, 1984).
- b. Membumikan Al-Qur'an (Bandung: Mizan, 1992).
- c. Mukjizat al-Qur'an: di tinjau dari asepek Kebahasaan, Aspek Ilmiah, dan Pemberitaan Ghaib (Bandung: Mizan, 2007).

⁴² Haward M. Federspiel, 1996. *Kajiann Al-Qur'an di Indonesia: Dari Mahmud Yunus hingga Quraish Shihab*, Mizan : Bandung, cet.I, hlm.301

- d. Wawasan al-Qur'an: tafsir Tematik atas Berbagai persoalan Umat (Bandung:Mizan 2007).
- e. Sunnah Syi'ah Bergandengan Tangan? Mungkinkah? Kajian atas Konsep Ajaran dan pemikiran (Jakarta:Lentera hati,2007).
- f. Tafsir AL-Misbah, Tafsir Al-Qur'an lengkap 30 juz (Jakarta: LenteraHati, 2002).
- g. Jilbab: Pakaian Wanita Muslimah, Pandangan Ulama Masa Lalu dan Cendikiawan Kontemporer (Jakarta: Lentera Hati 2004).

4. Metode Dan Corak Tafsir Al-Misbah

Dalam tafsir al-Misbah ini, metode yang digunakan Quraish shihab yaitu menggunakan metode yang digunakan tahlili (analitik), yaitu metode yang menjelaskan kandungan ayat-ayat al-Qur'an dari berbagai seginya, sesuai dengan pandangan, kecenderungan dan keinginan mufassirnya yang dihidangkannya secara runtut sesuai dengan peruntutan ayat-ayat dalam mushaf⁴³.

Pemilihan metode tahlili yang digunakan dalam tafsir *al-Misbah* ini didasarkan pada kesadaran Quraish Shihab bahwa metode maudhu'i yang sering digunakan pada karyanya yang berjudul "Membumikan al-Qur'an" dan "Wawasan al-Qur'an", selain mempunyai keunggulan dalam memperkenalkan konsep al-Qur'an tentang tema-tema tertentu secara utuh, juga tidak luput dari kekurangan. Menurut Quraish Shihab, al-Qur'an memuat tema yang tidak terbatas, bahwa al-Qur'an itu bagaikan permata yang setiap sudutnya memantulkan cahaya. Jadi dengan ditetapkannya judul pembahasan tersebut berarti yang akan dikaji hanya satu sudut dari permasalahan. Dengan demikian kendala untuk memahami al-

⁴³ Shihab, M. Quraish. 2013, *Kaidah Tafsir*, Tangerang: Lentera Hati, cet II, hlm.378.

Qur'an secara komprehensif tetap masih ada. Akan tetapi dalam tafsir al-Misbah ini M. Quraish Shihab juga menggunakan metode *Maudhu'i* yakni, metode mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang membahas satu tema tersendiri, menafsirkannya secara global dengan kaidah-kaidah tertentu dan menemukan rahasia yang tersembunyi dalam al-Qur'an. Selanjutnya, dalam menggunakan tafsir al-Maudhu'i memerlukan langkah-langkah yang pertama, Mengumpulkan ayat-ayat yang membahas topik yang sama, kedua Mengkaji *Asbab al-Nuzul* dan kosa kata secara tuntas dan terperinci, ketiga mencari dalil-dalil pendukung baik dari al-Qur'an, hadis maupun ijtihad⁴⁴.

Sedangkan dari segi corak, tafsir *al-Misbah* ini lebih cenderung kepada corak sastra budaya dan kemasyarakatan (*al-adabi al-ijtima'i*), yaitu corak tafsir yang berusaha memahami nash-nash al-Qur'an dengan cara pertama dan utama mengemukakan ungkapan-ungkapan al-Qur'an secara teliti, selanjutnya menjelaskan makna-makna yang dimaksud oleh al-Qur'an tersebut dengan bahasa yang indah dan menarik, kemudian seorang mufasir berusaha menghubungkan nash-nash al-Qur'an yang dikaji dengan kenyataan dan sistem budaya yang ada⁴⁵.

Corak tafsir ini merupakan corak baru yang menarik pembaca dan menumbuhkan kecintaan kepada al-Qur'an serta memotivasi untuk menggali makna-makna dan rahasia-rahasia al-Qur'an.

⁴⁴ Nashruddin Baidan, 2005, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hlm. 151

⁴⁵ Mahfudz Masduki, 2012, *Tafsir al-Misbah*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hlm.31.