

KONSEP SABAR DALAM TAFSIR *ḤAQĀ'IQ AL-TAFSĪR* KARYA AL-SULAMĪ: ANALISIS TAFSIR SUFISTIK ATAS KISAH NABI AYYŪB A.S.



Syu'ban Aziz¹, Izzah Faizah Siti Rusydati Khaerani², Asep Faturahman³

¹²³ Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

Email: ¹syu'bahnaziz@gmail.ac.id, ²izzahfaizahsrk@uinsgd.ac.id,

³asepahmad.fathurahman@uinsgd.ac.id

Abstract

This study analyzes the meaning and dimensions of patience in the story of the Prophet Ayyūb a.s. as interpreted in Ḥaqā'iq al-Tafsīr by Abū 'Abd al-Raḥmān al-Sulamī. It seeks to reveal the meaning of patience from a Sufi perspective and analyze it through the framework of self-control theory proposed by James Averill (1973). This study employs a qualitative, library-based research approach. Content analysis is the primary analytical method used to examine Al-Sulamī's interpretation of Prophet Ayyūb a.s. The data are analyzed using Averill's three-part theory of self-control (behavioral, cognitive, and decisional). According to this study, Al-Sulamī viewed Ayyūb a.s.'s patience as an active spiritual practice, not just passive endurance. Its key dimensions include steadfast dhikr (remembrance of God) to manage suffering, merging the self (fanā) with the divine will and grace, and a pinnacle of patience manifested as tawakkal (complete surrender). According to Averill's psychological framework, these dimensions demonstrate behavioral control (restraining the body from complaining), cognitive control (reinterpreting hardship as divine will), and decisional control (a conscious choice to surrender to God). This analysis reveals the implicit psychological messages in the story. This study found that the story contains a sophisticated psychological model for resilience. It refutes the notion of patience as passive behavior, demonstrating that it is an active spiritual and psychological process. This study's novelty stems from its interdisciplinary approach, which bridges 10th-century classical interpretation with 20th-century psychological theory while also providing new insights into the psychological depth of Islamic spiritual concepts.

Keywords: *patience, Nabi Ayyūb a.s., Al-Sulamī, tafsīr sufi, self-control, haqā'iq al-Qur'an.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis makna dan dimensi kesabaran Nabi Ayyūb a.s. dalam Ḥaqā'iq al-Tafsīr karya Abū 'Abd al-Rahmān al-Sulamī. Kesabaran tersebut dianalisis dengan teori self-control James Averill (1973). Penelitian ini berjenis kualitatif, menggunakan metode analisis isi dengan pendekatan studi kepustakaan (library research). Data tersebut diinterpretasi oleh teori tripartit self-control (perilaku, kognitif, dan keputusan) Averill. Studi ini menemukan bahwa Al-Sulamī menafsirkan kesabaran Ayyūb a.s. bukan sebagai ketahanan pasif, melainkan sebagai praktik spiritual yang aktif dan kompleks. Dimensi-dimensi kuncinya meliputi: keteguhan hati, menjadikan zikir (mengingat Allah) untuk mengendalikan penderitaan, meleburkan diri (fanā) dengan kehendak—anugerah—Allah, dan puncak kesabarannya diwujudkan dengan tawakal (kepasrahan mutlak). Dimensi-dimensi dalam kerangka psikologi Averill menunjukkan kontrol perilaku (menahan tubuh dari keluhan), kontrol kognitif (menafsirkan ulang kesulitan sebagai kehendak Ilahi), dan kontrol keputusan (pilihan sadar untuk berserah diri kepada Tuhan). Tiga aspek ini merupakan pesan utama dari kisah Nabi Ayyūb a.s. Penelitian berhasil bentuk psikologis yang cangguh untuk resiliensi. Sekaligus menentang bahwa kesabaran sebagai perilaku pasif, namun proses psikologis yang aktif. Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan interdisipliner yang menghubungkan tafsir sufistik klasik abad ke-10 dengan teori psikologi modern, sehingga memperkaya pemahaman terhadap dimensi psikologis dalam konsep spiritual Islam.

Kata Kunci: sabar, Nabi Ayyūb a.s., al-Sulamī, tafsīr sufi, self-control, Ḥaqā'iq al-Tafsīr.

PENDAHULUAN

Semua individu pernah merasakan penderitaan, perasaan menderita tersebut melintasi batas waktu, budaya, dan geografis. Penderitaan bisa menimbulkan kecemasan, ketidakpastian, dan krisis yang silih berganti,

sehingga membutuhkan resiliensi psikologis¹ dan spiritual.² Di era yang serba modern dengan ragam kemajuan teknologi, bukan berarti tidak dihadapkan pada berbagai bentuk kejadian yang menguji ketahanan mental dan batin.³ Dalam konteks ini, pesan-pesan keagamaan menawarkan berbagai kerangka kerja untuk menavigasi pemecahan masalah berbagai problem yang menimbulkan penderitaan.⁴

Dalam Islam, konsep sabar menempati posisi penting sebagai fondasi keberlangsungan kehidupan.⁵ Al-Qur'an berulang kali menekankan pentingnya bersabar, agar memperoleh pertolongan dan kebersamaan dengan Tuhan. Sebagaimana firman Allah Swt.: "*Wahai orang-orang beriman, carilah pertolongan dari Allah dengan bersabar dan menjalankan salat, karena Allah senantiasa bersama dengan mereka yang bersabar*" (Q.S. al-Baqarah: 153). Al-Qur'an memberikan gelar *al-shābirūn* bagi orang-orang yang memiliki kesabaran. Orang-orang menjalani kehidupan dengan kesabaran akan meraih kebahagiaan, dicintai oleh Allah, dan menerima pahala yang sempurna tanpa batas. Sebagaimana tercermin dalam berbagai ayat seperti QS. al-Baqarah ayat 155, dan 156.⁶

Sabar dapat diartikan sebagai ketabahan dalam menghadapi penderitaan terutama ketika dihadapkan pada rasa sakit yang tak terhindarkan.⁷ Jiwa yang sabar merupakan karakteristik yang dimiliki individu yang Tangguh, pantang menyerah dan positif thinking.⁸ Al-Qur'an secara tersirat

¹ Frendi Fernando, "Manfaat Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Saat Pandemi," *Qalam: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2022): 26–43.; Magfiroh Rahmawati and Norman Wijaya Gati, "Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Tingkat Resiliensi pada Warga Penyintas Bencana Banjir di Kelurahan Joyotakan, Kota Surakarta," *Public Health and Safety International Journal (PHASIJ)* 4, no. 2 (2024): 326–333..

² Eka Wahyuni, "Resilience Remaja dan Implikasinya terhadap Pengembangan Buku Bantu Diri," *INSIGHT: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 10, no. 1 (2021): 79–88.; Monaris Daralina, Hilman Syarif, and Syarifah Rauzatul Jannah, "Spiritualitas dan Resiliensi Penderita Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Umum Provinsi Aceh," *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan* 12, no. 2 (2024): 167–174, <https://doi.org/10.20527/dk.v12i2.641>.

³ Yeti Rohayati, and Abdillah Abdillah, "Digital Transformation for Era Society 5.0 and Resilience: Urgent Issues from Indonesia," *Societies* 14, no. 12 (2024): 266, <https://doi.org/10.3390/soc14120266>.

⁴ Sopyan Hadi, "Konsep Sabar dalam Al-Qur'an," *Jurnal Madani: Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Humaniora* 1, no. 2 (2018): 473–488.

⁵ Salsabila Sajida Nufus et al., "Terapan Terapi Sabar untuk Mengatasi Stres Akademik di Kalangan Remaja pada Masa Pandemi," *Khazanah: Jurnal Mahasiswa* 13, no. 2 (November 2021): 61–65.

⁶ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Bandung: J-ART, 2005).

⁷ Wahyuni, "Resilience Remaja Dan Implikasinya Terhadap Pengembangan Buku Bantu Diri.", 79-88

⁸ Rif'at Syauqi Nawawi, *Kepribadian Qur'ani* (Jakarta: Amzah, 2024). 1-244; Sarah Difa, "Konsep Kesabaran dalam Psikologi Islam: Studi Kasus Pengaruh Konsep Kesabaran

menekankan bahwa sabar bukan sekadar sikap pasif, tetapi perilaku aktif yang diusahakan melalui berbagai upaya. Ini menegaskan urgensi kajian mendalam terhadap sabar tidak hanya dalam studi keislaman, tetapi juga kontribusinya pada dialog yang lebih luas terkait kesehatan mental dan kesejahteraan spiritual kontemporer.⁹

Salah satu figur yang diabadikan Al-Qur'an salah satunya adalah Nabi Ayyūb a.s. Kisahnya menjadi cerminan kesabaran paripurna yang dibingkai keteguhan iman dalam menghadapi penderitaan fisik dan sosial. Keteguhan imannya meyakini bahwa ujiannya adalah kasih sayang Allah SWT.¹⁰ Dalam QS. Al-Anbiya: 83, Nabi Ayyūb a.s. menyampaikan doanya dengan penuh kepasrahan, tanpa keluhan, meskipun diliputi penderitaan yang mendalam.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan objek kajian kisah Nabi Ayyūb a.s. dalam Tafsir *Ḥaqā'iq al-Tafsīr* karya Al-Sulamī. Teknik pengumpulan data menggunakan studi pustaka (*library research*) sedangkan metode *content analysis* dijadikan metode dan teori *self-control* James Averill sebagai alat untuk menginterpretasi data.¹¹ Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam konsep sabar dalam *Ḥaqā'iq Al-Tafsīr*, dianalisis dengan pendekatan interdisipliner yang menempatkan teori *self-control* James Averill yang membagi pengendalian diri menjadi tiga dimensi utama, kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*).

Kajian mengenai konsep sabar telah menjadi fokus berbagai penelitian dalam studi Islam, namun masih menyisakan ruang untuk eksplorasi lebih lanjut, terutama dari perspektif interdisipliner. Kajian tentang sabar dalam berbagai literatur menunjukkan *trend* yang beragam diantaranya; pertama, studi tentang konsep sabar dalam Al-Qur'an dikaitkan dengan fenomena modern. Penelitian seperti ini dilakukan oleh Ernawati tentang hubungan sabar dengan kesehatan mental¹², Zainul Arifin tentang sabar sebagai metode psikoterapi¹³

dalam Islam terhadap Kondisi Psikologis Seseorang,” *July: Journal of Islamic Education* 1, no. 3 (2023): 165–169.

⁹ Nufus et al., “Terapan Terapi Sabar Untuk Mengatasi Stres Akademik Di Kalangan Remaja Pada Masa Pandemi”; Muhammad Fitri, Abdur Razzaq, and Sri Hertimi, “Analisis Pengendalian Emosi pada Kisah Nabi Ayyub AS dalam Menghadapi Ujian Sakit,” *Journal of Innovative and Creativity* 2, no. 1 (2025): 32–45.

¹⁰ Muhammad Irfani, “Intertextuality of the Story of Prophet Ayub in the Qur'an and the Bible (Julia Kristeva's Semiotic Approach),” *Al-Muhafidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 1 (2024): 227–240.

¹¹ James R Averill, “Personal Control over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress,” *Psychological Bulletin* 80, no. 4 (1973): 286–303.

¹² Siti Ernawati, “Konsep Sabar Menurut M. Quraish Shihab Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental,” Semarang: UIN Walisongo, 2009., 1-11

¹³ Moch. Zainul Arifin, *Sabar sebagai Metode Psikoterapi dalam Perspektif Al-Qur'an* (Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2005); Vika Dwi Agustin, *Konsep Sabar*

yang membandingkan penafsiran sabar dalam tafsir modern,¹⁴ termasuk kajian dengan pendekatan tematik (mauḍu'i) atau komparatif. Meskipun sangat penting, kajian-kajian ini belum secara spesifik menyelami kedalaman interpretasi spesifik dari tradisi tasawuf dan mengaitkannya dengan kerangka psikologi modern. Kedua, studi tentang tafsir Al-Sulamī, *Haqā'iq al-Tafsīr* merupakan salah satu karya tafsir sufi paling awal, karya ini banyak dikaji secara historis dan metodologis¹⁵. Ketiga, studi tentang kisah Nabi Ayyūb a.s.. Kisah ini secara universal diakui sebagai teladan kesabaran paripurna dalam tradisi Islam. Akan tetapi, analisis yang ada baru pada level moral-teologis, seperti ketabahan yang patut diteladani¹⁶, tanpa membongkar mekanisme psiko-spiritual yang mendasari kemampuannya untuk bertahan. Berdasarkan data tersebut perlu adanya studi yang secara sistematis mengintegrasikan penafsiran esoteris Al-Sulamī tentang kesabaran Nabi Ayyūb a.s. dengan kerangka kerja psikologi modern seperti *teori self-control* dari James Averill.

Kesenjangan interdisipliner inilah yang hendak diisi dalam penelitian ini, dengan mengkaji konsep sabar dalam *Haqā'iq al-Tafsīr*, khususnya pada ayat-ayat yang mengisahkan Nabi Ayyūb a.s. Penelitian ini juga diharapkan mampu membangun pemahaman yang lebih mendalam terhadap aspek spiritual dan moral dalam Al-Qur'an.

PEMBAHASAN

Makna Sabar Menurut Bahasa

Secara etimologis, kata sabar berasal dari akar kata *ṣa-ba-ra* (ص ب ر), yang berarti menahan, mengikat, atau menguatkan.¹⁷ Dalam konteks bahasa Arab, maknanya bervariasi tergantung pada preposisi yang menyertainya, seperti *'ala* (tabah), *'an* (menahan), *hu* (memaksa), dan *bi* (menanggung).¹⁸

dalam *Tafsir Al-Azhar (Studi Analisis Maudhu'i)* (Skripsi, UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri, 2022). 1-84

¹⁴ Rofiqotun Najah, *Konsep Sabar Dalam Kisah Nabi Yusuf*; Salsabila Sajida Nufus et al., "Terapan Terapi Sabar Untuk Mengatasi Stres Akademik Di Kalangan Remaja Pada Masa Pandemi": 61–65.

¹⁵ Daris Salamah, "Kajian Tafsir Al-Qur'an Dengan Pendekatan Sufistik : Analisis Karakteristik Penafsiran Haqā'iq Al-Tafsir Karya Al-Sulamī" *AR ROSYAD: Jurnal Keislaman dan Sosial Humaniora* 3, no. 2 (2025): 1–17; Muhammad Irfani, "Intertextuality Of The Story Of Prophet Ayub In The Qur'an and The Bible (Julia Kristeva Semiotic Approach)": 227–40.

¹⁶ Zukhrifa'Amilaton Sholiha, "Aktualisasi Konsep Sabar Dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Terhadap Kisah Nabi Ayub)," *Jurnal At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alqur'an Dan Tafsir* 3, no. 2 (2018): 200–211.

¹⁷ Ahmad Warson Al-Munawwir, *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia* (Surabaya: Pustaka Progressif, 1997), 760; <https://arabiclexicon.hawramani.com/search/صبر> dalam An Advanced Learner's Arabic-English Dictionary (1889) Habib Anthony Salmoné. diakses 07/12/2025

¹⁸ Khalil Al-Musawi, *Bagaimana Menjadi Orang Bijaksana* (Jakarta: PT. Lentera Basritama, 1998), 1-246; <https://arabiclexicon.hawramani.com/search/صبر> diakses 07/12/2025

Dalam terminologi Islam, sabar diartikan sebagai kemampuan menahan diri dalam menghadapi ujian dengan tetap mengikuti tuntunan akal dan syariat. Ia mencerminkan keteguhan, ketabahan, dan kemampuan untuk mengendalikan diri dalam situasi sulit.¹⁹

Secara gramatikal, sabar digunakan dalam berbagai bentuk, *fi'il mādī* menandakan bahwa sabar telah menjadi bagian dari karakter seseorang, *fi'il mudāri'* menggambarkan pilihan sikap di masa kini dan mendatang, *fi'il amr* menunjukkan perintah bersabar secara berkelanjutan, *ism maṣdar* sering kali disandingkan dengan shalat sebagai amalan utama, *ism fā'il* menunjukkan karakter sabar yang telah tertanam kuat.²⁰

Tingkatan kesabaran juga ditunjukkan melalui istilah seperti *ṣabara* (sabar dasar), *taṣabbur* (latihan sabar), *iṣtibār* (sabar sebagai karakter), dan *muṣābarah* (menghadapi tekanan eksternal).²¹ Dalam al-Qur'an, kata sabar dan turunannya disebut sebanyak 103 kali dalam 45 surah, menandakan pentingnya sabar sebagai nilai utama dalam ajaran Islam.²²

Berdasarkan klasifikasi tematik yang dikaji dari ayat-ayat Al-Qur'an, sabar dapat dibagi ke dalam tiga makna utama: tidak mudah menyerah, kuat hati, dan teguh hati.²³ *Pertama*, sabar sebagai tidak mudah menyerah tercermin dalam ayat-ayat seperti Q.S. Saba' [34]:19, Q.S. Al-Anfāl [8]:66, dan Q.S. Āli 'Imrān [3]:200. *Kedua*, sabar bermakna kuat hati tampak dalam Q.S. Al-Baqarah [2]:45, QS. Al-Zumar [39]:10, dan Q.S. Al-Nahl [16]:127. *Ketiga*, sabar sebagai teguh hati diilustrasikan dalam Q.S. Āli 'Imrān [3]:17, Q.S. Al-Kahfi [18]:67–82, dan Q.S. Al-Insān [76]:12, 24. Klasifikasi ini menunjukkan bahwa sabar dalam al-Qur'an memiliki spektrum makna yang luas, mencakup daya tahan mental, keteguhan batin, dan ketahanan spiritual dalam menghadapi berbagai kondisi kehidupan.

Kisah dalam Al-Qur'an

Kata “kisah” berasal dari bahasa Arab *al-qaṣṣu* atau *al-qisṣatu*, yang berarti cerita. Secara terminologi, *Qaṣaṣ al-Qur'ān* merujuk pada pemberitaan al-Qur'an tentang kondisi umat-umat terdahulu, kisah para nabi, serta peristiwa-peristiwa yang terjadi di masa lalu, masa kini, dan masa yang akan

¹⁹ M Fajrul Munawir, *Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an: Pendekatan Tafsir Tematik* (Yogyakarta: Nuansa Aksara, 2005); Agustin, “Konsep Sabar Dalam Tafsir Al-Azhar (Studi Analisis Maudhu'i,” 183.

²⁰ Munawir, *Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an: Pendekatan Tafsir Tematik*, M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah; Pesan. Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an* (Penerbit Lentera Hati, 2005),

²¹ Munawir, *Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an: Pendekatan Tafsir Tematik*.

²² Tallal Alie Turfe, *Mukjizat Sabar: Penelitian Seorang Doktor Muslim Di Amerika Tentang Dahsyatnya Sabar* (Bandung: Mizania, 2009); Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim* (Indonesia: Maktabah Dahlan, n.d.).

²³ Baqi, *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Qur'an Al-Karim*.

datang.²⁴ Secara etimologi *al-Qaṣaṣ* berarti mengikuti, karena secara bahasa makna kisah berhubungan dengan tindakan mengikuti jejak.²⁵ Menurut al-Azhari *al-Qaṣaṣ* (*maṣdar*) dari kata kerja “*qaṣaṣ*” yang berarti mengisahkan, menceritakan peristiwa yang telah diketahui sebelumnya,²⁶ Kata *Qisṣah* pada dasarnya berarti jejak, meskipun peristiwa itu telah berlalu, tapi jejaknya masih dapat ditemukan hingga sekarang. Seperti dalam Q.S. *al-Qaṣṣaṣ* ayat 11: “Ibu Musa berkata kepada saudara perempuan Musa (Ikutilah Dia) maka saudaranya mengamati Musa dari kejauhan tanpa diketahui oleh mereka.” Kata *Qusṣih* dalam ayat tersebut bermakna “ikutilah jejaknya.” Ketika ibu Nabi Musa mengikuti jejak peti yang dihanyutkannya di sungai dengan menggunakannya kata *qusṣihi* yang berarti mengikuti jejaknya untuk mengetahui arah hanyutnya. Dalam teks lain, *aḥsan al-qaṣaṣ* adalah jejak indah yang ditinggalkan oleh Nabi Yūsuf a.s. yang diungkap kembali oleh Allah untuk menjadi perhatian Nabi Muhammad Saw. agar dapat dikenang.²⁷

Qaṣaṣ Al-Qur’ān adalah informasi dalam al-Qur’an yang menceritakan pelajaran tentang umat-umat terdahulu, para nabi sebelumnya, serta peristiwa yang telah terjadi.²⁸ Menurut para ulama kisah adalah penelusuran suatu peristiwa dengan cara menyampaikan atau menceritakannya secara bertahap sesuai urutan kronologinya. Penyampaian tersebut dapat dilakukan dengan menguraikan keseluruhan cerita awal hingga akhir atau melalui bagian-bagian tertentu dalam bentuk episode.²⁹ Tujuannya adalah untuk pelajaran (*‘ibrah*),³⁰ menguatkan hati Nabi Muhammad Saw., memperkokoh keimanan, serta petunjuk dan rahmat bagi orang-orang beriman.³¹

²⁴ Gufron Muhammad, *Ulumul Qur’an Praktis Dan Mudah* (Yogyakarta: Kalimedia, 2017), 1-162.

²⁵ Ibn Manẓūr, *Lisān Al’Arab* (Dar Sader, 1993); <https://arabiclexicon.hawramani.com/search/قصص#cf-10520> diakses 30 November 2025

²⁶ Salah Abd Al-Fattah Al-Khalidi, *Al-Qashash Al-Qur’ani Ru’yah Fanniyyah* (Kairo: Dar Al-Saqafiyah li Al-Nashr, 2002); A. W. Munawir, *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia*, 1126.

²⁷ Haji Abdul Malik Abdul Karim, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 5 (Singapore: Kerjaya Printeing Industries Pte Ltd, 2001), 3579.

²⁸ Yulianti Muthmainnah, “Ratu Semut (Namlah) Dalam Al-Qur’an: Analisis Tafsir Atas Representasi Kepemimpinan Perempuan,” *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur’an Dan Tafsir* 9 No. 2 (2024): 95–108.

²⁹ M Quraish Shihab, *Kaidah Tafsir* (Tangerang Selatan: Lentera Hati Group, 2013), 273-279

³⁰ Mina Mudrikah Zain et al., “Siti Hawa Dalam Perspektif Muhammad Asad Dan Christoph Barth,” *Al-Bayan: Jurnal Studi Al-Qur’an Dan Tafsir* 2 (2018): 158–67.

³¹ Zukhrifa ‘Amilatun Sholiha Muaziroh, Ulfa, “Actualization Of The Patient’s Concept In Qur’anic Perspective (Study of the Prophet Ayyub’s Stories),” *Jurnal At-Tibyan* 3, no. 2 (2018): 200-212.

Karakteristik Kitab Tafsir *Haqā'iq Al-Tafsīr* Karya Al-Sulamī

Abū 'Abd al-Rahmān Muḥammad ibn Ḥusayn al-Sulamī (w. 412 H/1021 M) adalah seorang ulama sufi dan ahli hadis dari Nisyabur. Ia dikenal sebagai tokoh penting dalam penyusunan tafsir sufistik dan penyebaran ajaran tasawuf Sunni. Sejak usia muda, ia telah menimba ilmu dari berbagai ulama terkemuka serta menulis banyak karya di bidang hadis, fikih, dan tasawuf. Salah satu karya terkenalnya adalah *Haqā'iq al-Tafsīr: Tafsīr al-Qur'ān al-Azīz*, sebuah tafsir sufistik yang mengangkat makna batin dari ayat-ayat Al-Qur'an melalui pendekatan *isyari* (spiritual dan intuitif).³²

Tafsir *Haqā'iq Al-Tafsīr* mengumpulkan penafsiran para tokoh sufi seperti Ja'far al-Šādīq, Sahl al-Tustarī, al-Ḥallāj dan lainnya.³³ Disusun sesuai urutan mushaf, berisi pengalaman ruhani, dan upaya penyingkapan (*kashf*). Karyanya ini diperuntukkan bagi kalangan yang telah menempuh jalan spiritual dan bertujuan menggali kedalaman batin al-Qur'an sebagai pelengkap dari tafsir-tafsir zahir sebelumnya.³⁴

Tafsir ini bercorak *ishārī* dan berusaha menggali makna tersembunyi (esoterik) dari ayat-ayat suci. Makna-makna ini diperoleh dari pengalaman spiritual dan hanya bisa dipahami oleh mereka yang telah menyucikan diri. Meskipun demikian, al-Sulamī tetap menjaga keterikatan dengan prinsip syariat dan ajaran *Ahl al-Sunnah wa al-Jamā'ah*. Ia tidak menafsirkan seluruh ayat Al-Qur'an, melainkan memilih ayat-ayat yang menurutnya memiliki kedalaman spiritual signifikan.³⁵

Identifikasi Ayat-Ayat dan Penafsiran Al-Sulamī tentang Kesabaran Nabi Ayyūb a.s.

Ayat-ayat yang membicarakan tentang kesabaran Nabi Ayyūb a.s. khususnya mengenai ujian, terdapat dalam Q.S. al-Anbiyā' 21: 83-84 dan Q.S. Šad 38: 41-44. Selain dua surah utama tersebut, ayat yang mengandung prinsip kesabaran Nabi Ayyūb a.s. merujuk penafsiran al-Sulamī terdapat dalam Q.S. Al-Zumar 39: 10, Q.S. Āli-Imrān 3: 17, Q.S. al-Naḥl 16: 42.³⁶

Dalam tafsirnya Al-Sulamī tidak hanya memberikan pemahaman lahiriah terhadap ayat-ayat Al-Qur'an tetapi juga menggali makna batin yang lebih mendalam khususnya dalam hal kesabaran menghadapi cobaan.

A. Dimensi Kematangan Emosional

1. *Maqam* Tertinggi Sabar Melahirkan Kerelaan (*Riḍā*) dan Tawakal

³² Abū 'Abd al-Rahmān Al-Sulamī, *Haqā'iq Al-Tafsīr, Tafsīr Al-Qur'ān Al-Azīz* (Bairut-Leban: Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah, n.d.), Jilid I, 7.

³³ Al-Sulamī, *Haqā'iq Al-Tafsīr, Tafsīr Al-Qur'ān Al-Azīz*, Jilid I, 10, 12.

³⁴ Al-Sulamī, Jilid I, 10, 19-20.

³⁵ Al-Sulamī, Jilid I, 10-11, 19.

³⁶ Al-Sulamī, Jilid I, 88-89, 135-136.

Nabi Ayyūb a.s. merupakan figur yang disandingkan bersama Nabi Daud dan Sulaiman dalam Al-Qur'an, menunjukkan kedudukannya sebagai Nabi yang menerima limpahan nikmat sekaligus ujian berat. Dalam Q.S. Al-Anbiyā' [21]: 83–84, disebutkan bahwa Nabi Ayyūb a.s. menghadapi penderitaan besar. Al-Sulamī menekankan bahwa ungkapan *massaniya al-ḡurru wa anta arḡamu al-rāḡimīn* (Kemalangan telah menimpaku, dan Engkaulah Yang Maha Penyayang dari segala penyayang), ungkapan tersebut mencerminkan kerendahan hati dan kesantunan dalam berdoa, meski penderitaannya sangat berat, Nabi Ayyūb a.s. sangat menjaga adab.³⁷ Menurut Al-Junayd, ungkapan di atas menandakan kebutuhan (*iftiqār*) kepada Tuhan, dan ratapannya berbentuk munajat, cerminan adab hseorang Nabi.³⁸

Al-Sulamī juga meriwayatkan bahwa meski tubuh Nabi Ayyūb a.s. hancur dimakan penyakit hingga hanya tersisa hati dan lidahnya, beliau tetap berzikir dan memuji Allah. Ketika dua cacing menyerang dua anggota tubuh yang tersisa itu, beliau berdoa bukan karena tidak tahan terhadap rasa sakit, tetapi karena takut kehilangan zikir dan hubungan spiritual dengan Allah. Ini menunjukkan bentuk *self-control* spiritual tertinggi, mengendalikan diri bukan demi duniawi, tetapi demi menjaga jiwanya terkoneksi dengan Tuhan.³⁹

Allah lalu memerintahkan Nabi Ayyūb a.s. untuk menghentakkan kakinya (QS. Ṣad: 42), sebagai sebab kesembuhannya melalui air yang memancar. Kesembuhan ini menjadi simbol dari rahmat dan pengembalian nikmat-Nya, sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-Anbiyā': 84. Kesabaran Nabi Ayyūb a.s. yang terus terjaga dalam bentuk zikir, doa yang penuh etika, dan kepasrahan spiritual, mencerminkan makna sabar dalam tafsir sufi yang mendalam sebagaimana digambarkan Al-Sulamī bukan sekadar menahan, tetapi meleburkan kehendak diri dalam kehendak Ilahi.⁴⁰

Secara rinci Al-Sulamī menafsirkan QS. Al-Anbiya: 83–84 di atas, memuat empat dimensi utama. *Pertama*, zikir menghapus pahitnya ujian.

ذكر الله على الصفاء ينسى العبد مرارة البلاء

“Zikir kepada Allah di saat lapang atau tenang dapat membuat seorang hamba melupakan pahitnya ujian”.⁴¹

Ungkapan Habib Ḥusayn bin 'Alī di atas dikutip Al-Sulamī, secara harfiah mengandung makna, mengingat Allah dalam kondisi hati yang bersih dan tenang dapat menghapus ingatan seorang hamba dari rasa perih akibat cobaan yang dihadapinya. Ungkapan tersebut menegaskan bahwa zikir memiliki posisi sentral sebagai sumber kekuatan spiritual dalam ajaran

³⁷ Al-Sulamī., Jilid II, 9-10.

³⁸ Al-Sulamī., Jilid II, 11.

³⁹ Al-Sulamī., Jilid II, 8.

⁴⁰ Abū 'Abd Allāh al-Sulamī, “Ḥaḡā'iq al-Tafsīr,” dalam *al-Tafsīr al-Ṣūfī li-l-Qur'ān*, ed. 'Alī Zīghūr (Beirut: Dār al-Andalus, 1979), 112.

⁴¹ Al-Sulamī, *Ḥaḡā'iq Al-Tafsīr, Tafsīr Al-Qur'ān Al-Azīz*, Jilid II, 10.

tasawuf, khususnya dalam menghadapi berbagai bentuk penderitaan dan ujian hidup. Kata *al-ṣafā* di atas, dimaknai sebagai kejernihan batin (hati), yaitu kondisi hati yang terbatas dari keraguan, amarah, dan keterikatan terhadap hal-hal duniawi.

Apabila seorang hamba berada dalam keadaan hati yang bersih semacama itu, maka zikir kepada Allah akan terasa lebih dalam dan penuh makna. Ia memiliki kekuatan yang luar biasa, karena mampu meredakan kepedihan dan menghapus kepahitan yang muncul akibat berbagai cobaan hidup (*al-balā*).⁴² Penjelasan ini menegaskan bahwa kekuatan rohani sejati tidak semata-mata berasal dari lisan yang mengucapkan zikir, melainkan terletak pada kesiapan dan kebersihan hati saat mengingat Allah. Ketika hati telah mencapai kondisi jernih atau lapang, maka tidak mudah terguncang oleh penderitaan, sebab perhatian dan cinta yang mendalam kepada Allah telah melampaui segala bentuk kesakitan yang bersumber dari kehidupan duniawi.⁴³

Kedua, mendapatkan pujian atas kesabaran.

وَسَكَنَ عَنْهُ الْبَلَاءُ شَكَرَهُ النَّاسُ عَلَى صَبْرِهِ

“Dan ketika bala (ujian) telah reda (darinya), manusia pun memuji kesabarannya”.⁴⁴

Ungkapan *wa sakana ‘anhu al-balā* menunjukkan berakhirnya ujian berat dan datangnya ketenangan, sedangkan kalimat *shakarahū al-nās ‘alā ṣabrih* mencerminkan pengakuan sosial atas kesabaran yang ditunjukkan. Dalam konteks tasawuf, kesabaran Nabi Ayyūb a.s. bukan hanya bentuk keteguhan spiritual di hadapan Allah, tetapi juga menjadi teladan moral yang dihargai secara sosial. Hal ini menunjukkan bahwa sabar memiliki dimensi vertikal (spiritual) dan horizontal (sosial), serta mencerminkan ke-*riḍā*-an dan cinta yang tulus kepada Allah

Ketiga, kesabaran dalam menghadapi ujian melahirkan kerelaan (*riḍā*).

...الصَّبْرُ وَرَثَتُهُ الرِّضَا بِالْبَلَاءِ

“Kesabaran mewariskan kerelaan (keriḍān) terhadap ujian”.⁴⁵

Kalimat di atas mencerminkan adanya keterkaitan yang dalam antara kesabaran dan sikap *riḍā* dalam menyikapi ujian. Kata “*warrathahu*” (mewariskan), makna dari istilah tersebut merujuk pada menghasilkan atau melahirkan sebagai konsekuensi dari sesuatu. Hal ini mengisyaratkan adanya hubungan sebab akibat, dimana sikap sabar menjadi sumber yang menumbuhkan suatu hasil atau dampak tertentu. Kalimat *al-riḍā bi al-balā*

⁴² Al-Sulamī, Jilid II, 10.

⁴³ Al-Sulamī, Jilid II, 10.

⁴⁴ Al-Sulamī, Jilid II, 10.

⁴⁵ Al-Sulamī, Jilid II, 11.

(menerima dengan ikhlas) terhadap ujian/cobaan”, ditunjukkan dengan sikap menerima ujian atau cobaan penuh keikhlasan, *riḍā* merupakan tahapan yang lebih tinggi dibandingkan kesabaran.⁴⁶ Jika sabar berarti menahan diri dari keluh kesah, maka *riḍā* mencerminkan penerimaan yang tulus atas takdir, tanpa rasa benci, bahkan memandang cobaan tersebut sebagai bentuk kasih sayang dan perhatian dari Allah Swt.⁴⁷

Keempat, Sabar sebagai perisai ujian.

كان أيوب مستتراً بحال الصبر عن البلاء

“Ayyūb a.s. tersembunyi di balik keadaan sabar dari (pengaruh) bala (ujian)”.⁴⁸

Pesan yang tersirat dalam ungkapan ini, mencerminkan keteguhan Nabi Ayyūb a.s. yang luar biasa, sehingga penderitaan yang dialaminya tidak tercermin dalam perilaku maupun lisannya. Ia tidak memperlihatkan protes ataupun ketidaksabaran karena hatinya telah dipenuhi kepasrahan dan penerimaan atas takdir Allah Swt. Kesabaran berfungsi sebagai penutup yang menyelubungi penderitaan, sehingga meskipun secara fisik menghadapi ujian berat, tetapi jiwanya tetap berada dalam keadaan tentram dan tunduk kepada kehendak Ilahi.

Kalimat *mustatir bi ḥāl al-ṣabr* “bersembunyi/tertutupi dalam keadaan sabar”, Maksudnya Nabi Ayyūb a.s. menutupi penderitaannya dengan kesabaran yang mendalam, kesabaran itu berperan layaknya selubung batin yang membungkus seluruh perasaan dan kondisi beliau sehingga tidak terlihat adanya keluhan atau kegundahan meskipun tengah berada dalam cobaan yang berat.⁴⁹ Dengan demikian, sabar menjadi perisai yang meredam rasa sakit agar tidak tampak oleh orang lain. Kalimat ‘*balā*’ (ujian)”, maksudnya adalah kondisi teramat berat yang menimpa Nabi Ayyūb a.s. tidak tampak secara lahiriah, sebab tertutupi oleh sikap sabar yang luar biasa.

Kondisi seperti ini menandakan kematangan iman, di mana seorang hamba memilih untuk menyerahkan seluruh urusannya kepada Allah dengan penuh kelembutan tanpa keluh sebagaimana terlihat dalam doa Nabi Ayyūb a.s. Dalam pandangan Al-Sulamī, doa Nabi Ayyūb a.s. mencerminkan *maqām al-tafwīd*, yakni sikap total dalam menyerahkan segala urusan kepada Allah Swt. Dalam hal ini doa Nabi Ayyūb a.s. bukanlah ekspresi dari ketidaksabaran melainkan manifestasi dari penghambaan yang tulus, penuh keikhlasan, dan dilandasi harapan terhadap curahan rahmat Ilahi.⁵⁰

2. Pengendalian Diri Total dalam Sabar Tiada Batas

⁴⁶ Al-Sulamī, Jilid I, 88-89, 135-136.

⁴⁷ Al-Sulamī, Jilid II, 11.

⁴⁸ Al-Sulamī, Jilid II, 11.

⁴⁹ Al-Sulamī, Jilid II, 11.

⁵⁰ Al-Sulamī, Jilid II, 11.

Selain surah di atas, terdapat beberapa surah yang mengandung prinsip kesabaran yang berkaitan dengan kisah Nabi Ayyūb a.s. diantaranya Q.S. Al-Zumar [39]:10.⁵¹ Al-Sulamī dalam ayat ini menjelaskan, *pertama*, sabar menjadi sasaran ujian.

الصَّبْرُ التَّهْدَفُ بِسَهَامِ الْبَلَاءِ

“Sabar menjadi sasaran dari panah-panah cobaan”.⁵²

Ungkapan di atas menegaskan makna mendalam dari kesabaran bukan terletak pada ketiadaan musibah, melainkan pada kerelaan untuk menghadapi berbagai bentuk ujian kehidupan. Kesabaran yang hakiki tercermin saat seseorang mampu bertahan dari serangan berbagai cobaan baik berupa penyakit, kehilangan orang tercinta, kesulitan ekonomi, namun ia tetap tegar tidak menyalahkan takdir dan terus menggantungkan harapannya hanya kepada Allah Swt. Menurut Al-Sulamī kesabaran yang sempurna tercermin dari kemampuan seorang hamba untuk tetap memelihara adab, bersikap rela, tidak berpaling dari Allah, sekalipun dirinya terus menerus menjadi sasaran ujian berat yang datang silih berganti sebagaimana yang dialami oleh Nabi Ayyūb a.s..⁵³

Kedua, sabar menahan anggota tubuh dari perbuatan yang melanggar.

الصَّبْرُ دَمُّ الْجَوَارِحِ وَالْحَرَكَاتِ عَنْ جَمِيعِ الْمُخَالَفَاتِ

“Sabar menahan anggota tubuh dan segala gerakannya dari semua bentuk pelanggaran (terhadap kehendak Allah).⁵⁴

Seorang *sālik*, yakni orang yang menempuh jalan spiritual, dituntut untuk menjaga seluruh anggota tubuh (*dhammu al-jawāriḥ*), termasuk ucapan, tangan, penglihatan, dan langkahnya agar tidak melakukan tindakan yang bertentangan dengan ajaran syariat maupun adab terhadap Allah. Al-Sulamī menggarisbawahi, sabar disini tidak hanya berarti menahan diri dari perbuatan dosa tetapi juga mencakup usaha menyeluruh untuk menjaga tubuh, jiwa raganya di *remote* agar selalu berada dalam ketaatan dan kerelaan terhadap kehendak Allah, bentuk *maḥabbah* ilahiyah. Nabi Ayyūb a.s. merupakan salah satu yang bisa menerapkannya, hatinya tetap pasrah kepada kehendak-Nya. Nabi Ayyūb a.s. merupakan sosok penyabar dalam hal *shabr al-jawāriḥ* (pengendalian anggota tubuh) maupun *ṣabr al-qalb* (keteguhan hati dalam menerima takdir).⁵⁵

⁵¹ Indonesia, *Al-Quran Dan Terjemahannya*.

⁵² Al-Sulamī, *Ḥaqā'iq Al-Tafsīr, Tafsīr Al-Qur'ān Al-Azīz*. Jilid II, 193.

⁵³ Al-Sulamī, Jilid II, 192.

⁵⁴ Al-Sulamī, Jilid II, 193.

⁵⁵ Abū 'Abd Allāh al-Sulamī, “Ḥaqā'iq al-Tafsīr”.

3. Puncak Kesabaran adalah Ketawakalan

Dalam kitab *Haqā'iq al-Tafsīr* karya Al-Sulamī Q.S. Al-Nahl [16]: 42 mengenai ayat tersebut yaitu, kesabaran yang sempurna melahirkan tawakal.

غَايَةُ الصَّبْرِ وَتَصْحِيحُهُ أَنْ يُورَثَ صَاحِبَهُ التَّوَكُّلُ

"Tujuan akhir dari kesabaran dan bentuk kesempurnaannya adalah mewariskan kepada pelakunya sikap tawakal (penyerahan diri secara total kepada Allah)".⁵⁶

Pendapat Junayd di atas menunjukkan, bahwa sabar bukanlah tujuan akhir itu sendiri, melainkan sarana menuju *maqām* ruhani yang lebih tinggi, yaitu tawakal. Kesabaran yang benar (*tashīh al-ṣabr*) bukan hanya sebatas menahan diri dari keluh kesah atau penderitaan, melainkan kesabaran yang didasari oleh iman yang kuat dan kesadaran ruhani yang mendalam. Jadi, sabar yang sejati tidak berhenti pada diamnya lisan atau kuatnya fisik menghadapi cobaan, melainkan mengalir ke dalam keyakinan batin bahwa Allah adalah sebaik-baik penentu urusan dan dari sanalah tumbuh ketenangan hati dalam bentuk tawakal. Inilah yang dimaksud bahwa kesabaran yang sah mewariskan kepada pelakunya tawakal. Karena melalui proses sabar yang matang, seorang hamba dididik untuk benar-benar percaya kepada ketentuan dan kebijaksanaan Allah. Sabar tidak sekadar berarti menahan keluh kesah melainkan proses internalisasi nilai-nilai keimanan, yang pada akhirnya membimbing seseorang untuk berserah diri secara penuh kepada kehendak dan kekuasaan Allah. Nabi Ayyūb a.s. merupakan teladan dalam mencerminkan arti sejati dari kesabaran yang mencerminkan tawakal, sikap beliau bukan sekadar ketahanan dalam ujian tetapi mencerminkan penerimaan yang penuh terhadap Allah.⁵⁷

Pertama, dimensi moral-propethic. Sabar sebagai kekuatan spiritual melalui kefanaan, siaga, dan tegar. Dalam Q.S. Sād [38]:41-44. "...Sesungguhnya kami mendapati Nabi Ayyūb a.s. sebagai hamba yang penuh kesabaran. Dia adalah seorang hamba yang terbaik senantiasa kembali dan taat kepada Allah Swt.".⁵⁸ Al-Sulamī mengutip perkataan Abdullāh al-Rāzī, ciri orang yang bersabar adalah tidak mengeluh, menerima dengan tulus (*riḍā*), menerima ketetapan (*qaḍa*) dengan lapang.⁵⁹

Orang sabar tidak pernah mengeluh ia menjadikan sabar melebur dalam penderitaan tanpa diiringi keluhan.

الصَّبْرُ الْفَنَاءُ فِي الْبَلَاءِ بِلاَ ظَهْوٍ اِشْتِكَاءِ

"Sebagian mereka mengatakan: "kesabaran adalah fana (lebur) di dalam bala (ujian) tanpa menunjukkan keluhan".⁶⁰

⁵⁶ Al-Sulamī, Jilid 1, 366.

⁵⁷ Al-Sulamī, Jilid I, 366-368.

⁵⁸ Indonesia, *Al-Quran Dan Terjemahannya*.

⁵⁹ Al-Sulamī, Jilid II, 182.

⁶⁰ Al-Sulamī, Jilid II, 183.

Nabi Ayyūb a.s. tampil sebagai figur teladan dalam menghadapi ujian hidup. Kesabarannya tidak hanya terbatas pada penderitaan fisik yang beliau alami tetapi juga mencerminkan makna kefanaan, ciri dalam menghadapi cobaan. Nabi Ayyūb a.s. menggambarkan kesengsaraan dengan istilah *massāni* yang secara halus penderitaan itu seakan hanya berupa sentuhan ringan yang tidak mengusik kedamaian jiwanya.

Kata *al-fanā'*, dalam tradisi tasawuf berarti lenyap, melebur, atau menghilang. Merupakan suatu kondisi di mana seseorang sepenuhnya melebur dalam takdir Allah tanpa adanya dorongan untuk menolak atau mengubah situasi yang sedang dihadapi. Ketika seorang hamba mengalami fana dalam ujian ia tidak lagi memedulikan penderitaan pribadi karena seluruh perhatiannya tertuju pada upaya meraih *ridā* Allah semata.⁶¹

Pilihan perilaku tersebut menunjukkan bentuk kesabaran yang melampaui menahan diri dari keluh kesah, tetapi pelepasan total atas ego dan kehendak pribadi ketika diuji. Hakikat *fanā'* di sini menunjukkan kondisi seorang hamba yang tidak lagi merasa terbebani oleh penderitaan, karena sepenuhnya telah menerima kehendak Allah. Seluruh tekanan batin dan rasa kecewa hilang tergantikan oleh kepasrahan total kepada Sang Khāliq. Kesabaran yang hakiki inilah yang mencakup dimensi spiritual yang lebih tinggi dikenal dengan istilah *fanā'*.⁶²

Kemudian, ciri orang yang sabar adalah menyiapkan hati untuk menghadapi ujian sebelum ujian tersebut terjadi.⁶³

الصبر إقبال البلوى قبل وقوع البلوى

Jika ujian itu benar-benar terjadi, ia menghadapinya bersama (pertolongan) Tuhannya (*al-Mawlā*), tanpa berkeluh kesah. Dengan demikian kesabaran tidak hanya dimaknai sebagai reaksi terhadap penderitaan yang telah atau akan terjadi tetapi kesiagaan jiwa dan kesiapan ruhani yang ditanamkan sebelum musibah datang.

Dengan membina kesiapan batin sebelum musibah menimpa, seorang hamba akan lebih mampu menjalani ujian dengan sikap sabar dan berserah diri tanpa terjebak dalam keputusan atau pengaruh eksternal yang menggoyahkan. Kesabaran tidak hanya dipahami sebagai respon pasif atas penderitaan, melainkan sebagai strategi spiritual yang bersifat antisipatif dalam menjaga stabilitas hati dari gelombang ujian.⁶⁴

Selain itu, kesabaran juga dapat menjauhkan diri dari pelanggaran, menerima setiap ujian, dan tegar dalam kefakiran.

⁶¹ Al-Sulamī, Jilid II, 10-12, 183.

⁶² Al-Sulamī, Jilid II, 10-12, 183.

⁶³ Al-Sulamī, Jilid II, 176.

⁶⁴ Al-Sulamī, Jilid I, 176-178.

الصَّبْرُ التَّبَاعُذُ عَنِ الْمُخَالَفَاتِ، وَالسُّكُوتُ عِنْدَ تَجَرُّعِ غُصَصِ الْبَلِيَّةِ، وَإِظْهَارُ الْغِنَى مَعَ حُلُولِ
الْفَقْرِ بِسَاحَةِ الْمَعِيشَةِ

Kesabaran adalah menjauhkan diri dari segala bentuk pelanggaran, diam (menahan lisan) saat menelan kepahitan ujian, serta menampilkan kecukupan diri manakala kemiskinan melanda kehidupan.

Dari terminologi di atas, dapat dipahami bahwa sabar berarti menjaga diri dari pelanggaran syariat (*at-tabā'ud 'an al-mukhalafat*) meski berada dalam tekanan. Sabar juga merupakan ketenangan batin saat menghadapi penderitaan (*as-sukūt 'inda tajarru' ghusas al-bāliyah*), bukan pasrah tanpa arah, tetapi wujud kestabilan spiritual. Di samping itu, sabar juga tampak dalam keteguhan menghadapi kesulitan ekonomi dengan tetap menjaga etika dan berserah diri kepada Allah (*iẓhār al-'ana' ma'a ḥulūl al-faqr bi saḥat al-ma'īshah*).⁶⁵

Penjelasan di atas, menggambarkan kesabaran memuat dimensi kekuatan spiritual dimanifestasikan dalam tiga tindakan konkret: (1) Moral: menjauhkan diri pelanggaran (*mukhalafat*). (2) Emosional/Batin: Diam dan tenang saat "menelan" pahitnya ujian. (3) Sosial-Ekonomi: Tetap tegar dan menjaga martabat ('ana') saat menghadapi kefakiran atau kemiskinan.

Dalam pandangan tasawuf, sabar mencerminkan respon aktif yang mengintegrasikan kontrol moral, ketenangan jiwa, dan keteguhan spiritual dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan. Kesabaran bukanlah sikap pasif, melainkan kekuatan spiritual yang mencerminkan penguasaan diri dan keteguhan batin saat menghadapi ujian, sikap sadar untuk tidak menentang kehendak Allah, tetap tunduk menunjukkan ketabahannya. Al-Sulamī menjelaskan Q.S. Āli 'Imrān [3]: 200, seraya mengutip Dhūn Nūn al Miṣrī, orang yang sabar menyembunyikan kepahitan dengan menampilkan kecukupan, kendati memikul beban yang berat".⁶⁶

Kedua, dimensi integritas. Melalui kejujuran dan khusyu' melahirkan keteguhan hati dan ketenangan jiwa. Penjelasan Al-Sulamī dalam Q.S. Āli 'Imrān [3]:17 menekankan pentingnya keterpaduan antara dimensi kesabaran, kejujuran, kepedulian sosial visualisasi sikap dermawan. Kesabaran yang luar biasa dari Nabi Ayyūb a.s. dihiasi dengan kejujuran, kekhusyukan, pengorbanan, dan istighfar. Nabi Ayyūb a.s. jujur dalam iman dan penghambaan, khusyuk dalam doa dan zikir, serta senantiasa memohon ampun kepada Allah, meskipun tidak melakukan kesalahan, karena kesadarannya yang tinggi akan kehambaan.⁶⁷ Al-Sulamī menjelaskan bahwa sabar sebagai keteguhan dalam menerima ujian dengan lapang dada dan jiwa tenang.

⁶⁵ Al-Sulamī, Jilid II, 200.

⁶⁶ Al-Sulamī, Jilid I, 200.

⁶⁷ Al-Sulamī, Jilid I, 312-328.

الصَّبْرُ هُوَ الثَّبَاتُ فِيهِ وَتَلْقَى بَلَاءَهُ بِالرَّحْبِ وَالِدَعَةِ

“Sabar adalah keteguhan dalam menjalani dan menerima ujian-Nya dengan kelapangan (dada) dan ketenangan (jiwa)”.⁶⁸

Aḥmad ‘Āṣim al-Anṭāqī memberikan katogerisasi sabar, *pertama*, orang yang masuk pada kriteria *al-Ṣābir* (Sabar Sejati), pada level ini kunci sabar adalah penyerahan diri (*taslīm*) secara total kepada Allah, sehingga hatinya tenang dan terjaga dari gejolak meski ditimpa masalah besar. *Kedua*, kategori *al-Mutaṣabbir*, pada level ini masih berupaya untuk bersabar, ia berupaya untuk menahan, mengendalikan, sehingga ia masih merasakan beratnya perjuangan batin (*yukābidu nafsahu*) saat menghadapi ujian.⁶⁹

Melihat penjelasan di atas, dapat dimaknai bahwa kesabaran terletak pada keteguhan hati dan konsistensi dalam menghadapi ujian tanpa terjerumus ke dalam keputusan, tetap dalam ketaatan, memiliki kelapangan hati disertai dengan keyakinan bahwa segala sesuatu yang terjadi merupakan takdir Allah. Sehingga ia bersikap tenang, tidak tergesa-gesa, tidak mengeluh atau menunjukkan keresahan, santun, dan pasrah sepenuhnya kepada kehendak Allah Swt. Seperti Nabi Ayyūb a.s. yang tetap teguh, tenang hatinya, dan tidak mengekspresikan kesedihannya secara berlebihan melainkan terus menggantungkan harapannya kepada Allah. Ini menunjukkan penerimaan pada takdir dan yakin atas kebijaksanaan Ilahi.⁷⁰

Analisis Kontekstual Kesabaran Nabi Ayyūb a.s. Ditinjau dari Konsep Self-Control

Dimensi-dimensi kesabaran yang diuraikan oleh Al-Sulamī dapat dianalisis secara sistematis menggunakan kerangka *self-control* Averill.⁷¹ Pemetaan ini menyingkapkan adanya sebuah model psiko-spiritual yang koheren dalam tradisi tasawuf. Riset Averill terkait dengan pengalaman spiritualitas mengungkap, mekanisme psikologis mampu memediasi kecemasan dan depresi dikendalikan oleh pengalaman spiritual yang terhubung dengan kenyataan di luar dirinya sendiri seperti Tuhan, Alam, Yang Esa, atau Brahman. Pengalaman spiritual ini sangat bermakna, mencerahkan, bahkan mengubah pandangan dan cara hidup seseorang. Pengalaman inilah yang dikontekstualisasikan dalam berbagai aktivitas individu.⁷²

⁶⁸ Al-Sulamī, Jilid I, 89.

⁶⁹ Al-Sulamī, Jilid I, 88-89.

⁷⁰ Al-Sulamī, Jilid I, 88-90

⁷¹ Averill, “Personal Control over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress.”: 286-303.

⁷² James R Averill, “Spirituality: From the Mundane to the Meaningful—and Back,” *Journal of Theoretical and Philosophical Psy.* 18, no. 2 (1988): 101–126.

Menurut Averill, aspek-aspek *self control* yang digunakan dalam mengendalikan diri mencakup tiga dimensi utama. *Pertama, behavioral control*, yaitu kemampuan individu untuk mengatur tindakan atau respons perilaku terhadap situasi tertentu. *Kedua, cognitive control*, yaitu kemampuan mengelola pikiran, persepsi, serta interpretasi terhadap peristiwa yang dihadapi. *Ketiga, decisional control*, yaitu kemampuan menentukan pilihan secara sadar, mempertimbangkan alternatif keputusan yang sesuai dengan tujuan atau nilai yang diyakini. Ketiga aspek ini saling berkaitan dan membentuk kemampuan *self control* yang utuh pada individu dalam menghadapi tekanan atau situasi yang menantang.⁷³

Pertama, control perilaku (behavioral control). Manifestasi lahiriah sabar. Aspek *behavioral control* paling jelas terlihat pada dimensi ketiga, yaitu "menahan anggota tubuh agar tidak melakukan pelanggaran." Penafsiran Al-Sulamī yang mengutip al-Junayd dan Dhu al-Nūn al-Miṣrī tentang pentingnya menjaga agar tidak melanggar, dalam statement "*diam saat menelan kepahitan ujian*" adalah gambaran regulasi perilaku. Dalam kondisi Nabi Ayyūb a.s. yang menderita secara ekstrem, kontrol perilaku ini berarti secara sadar menahan ratapan. Kondisi ini bukan penekanan emosi yang tidak sehat, melainkan sebuah disiplin spiritual (*mujāhadah*) untuk menjaga adab di hadapan Tuhan. Dengan tidak mengeluh kepada makhluk, Nabi Ayyūb a.s. mempraktikkan bentuk tertinggi dari kontrol perilaku, ini selaras dengan keyakinan batinnya.

Kesabaran Nabi Ayyūb a.s. mencerminkan *behavioral control* yang tinggi, yakni pengendalian perilaku lahiriah dalam menghadapi ujian berat. Meskipun kehilangan harta, keluarga, dan kesehatan, Nabi Ayyūb a.s. tidak pernah mengeluh atau menunjukkan sikap penolakan terhadap takdir Allah. Bahkan dalam Q.S. al-Anbiyā': 83–84, mengungkapkan tanpa keluhan eksplisit, melainkan dengan zikir dengan penuh kesadaran spiritual.⁷⁴

Kedua, kontrol kognitif (cognitive control). Makna batin di balik penderitaan. Dalam dimensi pertama dan kedua, aspek *cognitive control* merupakan inti dari model kesabaran *prophetic* Nabi Ayyub a.s. Pengendalian kognitif yang kuat ditunjukkan dengan tetap fokus pada Allah meskipun ketika menghadapi kesulitan berat.

Pernyataan bahwa zikir dapat "menghapus pahitnya ujian" adalah cara untuk melakukan reevaluasi kognitif. Nabi Ayyūb a.s. tidak mengubah dorongan luar, seperti sakit, tetapi dia mengalihkan perhatiannya dari rasa sakit kepada kehadiran Tuhan. Sehingga, efek negatif dari sakit berkurang, ini visualisai *fanā*, gambaran kontrol kognitif yang paling ekstrim.

Doa Nabi Ayyūb a.s. menjadi sebuah dialog yang menunjukkan kedekatan dengan Tuhan (*muqārabah*). Untaian doa tersebut bukanlah bentuk

⁷³ Averill, "Personal Control over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress." (1973):286-303

⁷⁴ Al-Sulamī, "Haqā'iq Al-Tafsīr, Tafsīr Al-Qur'ān Al-Azīz." Jilid II 9-10

keluhan, namun hasil dari pemingkaian ulang kognitif yang berhasil mengubah penderitaan menjadi sarana komunikasi spiritual. Doanya dalam Q.S. al-Anbiyā' [21]:83 menunjukkan sikap lembut, tidak mengeluh, menggambarkan keyakinan atas kasih sayang Allah. Zikir inilah yang bentuk pengelolaan pikiran secara sadar berfungsi menjaga ketenangan batin, mengalihkan perhatian dari penderitaan, menjadi bermakna spiritual. Sehingga membuka makna baru, bahwa sabar bukan sekadar menahan emosi, melainkan hasil dari resepsi spiritual yang yang diperjuangkan.⁷⁵

Dalam QS. Šād [38]:41–44, Nabi Ayyūb a.s. tidak mempersoalkan keadilan Allah, justru tetap bergantung kepada-Nya. Al-Sulamī menafsirkan bahwa Nabi Ayyūb a.s. memandang ujian sebagai kasih sayang (*ibtilā' al-mahabbah*) bukan hukuman. Ini menunjukkan resepsi yang dilandasi *ma'rifah* (pengetahuan ruhani), bahwa musibah penuh hikmah.⁷⁶ *Cognitive control* dalam konteks ini adalah kemampuan menafsirkan penderitaan secara ruhani, sehingga melahirkan *riḍā*, bukan sekadar sabar. Dengan demikian, merujuk Al-Sulamī, puncak kesabaran Nabi Ayyūb a.s. terletak pada kesadaran batinnya yang menjadikan ujian sebagai jalan menuju kedekatan (*muqārabah*) dengan Allah.

Ketiga, kontrol keputusan (*decisional control*). Pilihan sadar untuk berserah diri. Aspek *decisional control* tercermin dalam dimensi pertama, yaitu perilaku dinamis dari sabar menuju *riḍā* dan tawakal. Kesabaran, dalam pandangan Al-Sulamī, bukanlah sebuah kondisi yang dipaksakan, melainkan sebuah pilihan sadar. Nabi Ayyūb a.s. meskipun berada dalam kondisi fisik yang sepenuhnya tidak berdaya, tetap memiliki agensi spiritual tertinggi: kebebasan untuk memilih respons batinnya. Ia memilih untuk menerima takdirnya dengan lapang dada (*riḍā*) dan memilih untuk menyerahkan seluruh urusannya kepada Allah (*tawakkal*). Pilihan inilah yang menjadi sumber kekuatannya. Doanya dalam al-Qur'an bukanlah ungkapan keputusan, melainkan sebuah tindakan sadar yang lahir dari keputusan untuk bergantung hanya kepada Allah. Ini menunjukkan dalam situasi tanpa pilihan eksternal, manusia tetap memiliki kebebasan untuk memilih sikap internalnya, yang merupakan esensi dari *decisional control*.

Kesabarannya bukan sekadar menahan keluhan, melainkan wujud kepasrahan total tanpa perlawanan, bahkan ketika ujian mencapai puncaknya, Nabi Ayyūb a.s. tetap menjaga sikap, tidak menyimpang dari syariat, dan menyembunyikan penderitaan di balik ketenangan. Bagi Al-Sulamī, sabar mencakup menjauh dari penolakan terhadap kehendak Allah, tenang dalam musibah, serta kuat dalam kefakiran. Pada tingkat tertinggi, sabar melahirkan tawakal sebagai puncak ketundukan seorang hamba.⁷⁷

⁷⁵ Al-Sulamī, Jilid II, 10-12, 183.

⁷⁶ Al-Sulamī. Jilid II, 188-189.

⁷⁷ Al-Sulamī, "Haqā'iq Al-Tafsīr."

Kesabaran Nabi Ayyūb a.s. juga ditunjukkan dalam Q.S. Ṣad [38]: 41–44, ia tidak menghindari ujian atau meminta segera diakhiri. Al-Sulamī menafsirkan bahwa sikap ini merupakan bentuk kesabaran yang menyatu dengan penderitaan sebagai wujud totalitas dalam ibadah. Nabi Ayyūb a.s. memilih untuk tetap bertahan, tidak menggugat, dan terus bertawakal, merupakan sebuah keputusan batiniah yang dilandasi cinta dan keimanan yang tinggi. Tawakal yang muncul dari kesabaran ini bukanlah kepasrahan yang pasif, melainkan puncak dari *decisional control*. Nabi Ayyūb a.s. menyerahkan seluruh dirinya kepada Allah tanpa menetapkan syarat, sebagai buah dari pengendalian diri spiritual dan emosional yang mendalam.⁷⁸

Dalam perspektif Al-Sulamī, keputusan untuk bersabar dan bertawakal adalah refleksi dari kedalaman ruhani seorang hamba yang telah melewati ujian dengan kesadaran penuh akan kedekatan ilahiah. Dengan demikian, kesabaran Nabi Ayyūb a.s. dalam tafsir sufistik Al-Sulamī bukan sekadar ketahanan terhadap penderitaan, melainkan pilihan ruhani dengan *riḍā*, dan berserah sepenuhnya kepada Allah. Inilah makna terdalam dari *decisional control*, kesabaran sebagai keputusan sadar untuk mencintai takdir Ilahi dengan penuh kerendahan hati dan keikhlasan.⁷⁹

SIMPULAN

Studi ini menekankan betapa pentingnya memahami makna kesabaran secara menyeluruh, bukan hanya secara tekstual-harfiah, tetapi juga melalui pendekatan batiniah, seperti yang ditemukan dalam Tafsir *Haqā'iq Al-Tafsīr* Al-Sulamī. Gambaran kesabaran Nabi Ayyūb a.s. bukan sekadar ketahanan terhadap penderitaan jasmani, melainkan juga bentuk kepasrahan sepenuhnya kepada kehendak Allah Swt. Dalam ranah tasawuf sikap ini dikenal sebagai *riḍā bi al-qaḍā'*, yakni menerima dengan lapang dada segala ketetapan Allah Swt. Pandangan ini menegaskan bahwa sabar bukan sekadar menahan diri dari mengeluh tetapi juga mencerminkan tingkat keimanan yang kuat dan keyakinan penuh terhadap hikmah di balik setiap ujian yang diberikan. Dalam perspektif *Self Control* Averill, kesabaran Nabi Ayyūb a.s. adalah gambaran aktif dari praktik spiritual yang melibatkan pengendalian diri; pengendalian kognitif melalui zikir dan reinterpretasi penderitaan; pengendalian tingkah laku melalui *dhammu al-jawāriḥ*; dan pengendalian keputusan melalui keputusan sadar menuju *riḍā* dan *tawakkal*. Hasil penelitian ini tidak hanya menambahkan perspektif psikologi pada tafsir sufi, tetapi juga memberikan dasar teoretis untuk psikologi Islam dengan menawarkan model ketahanan yang didasarkan pada literatur klasik. Studi ini hanya fokus pada referensi primer yang sangat spesifik—*Haqā'iq al-Tafsīr* dan teori psikologi James

⁷⁸ Al-Sulamī, Jilid II, 188.

⁷⁹ Al-Sulamī, “*Haqā'iq Al-Tafsīr*.”

Averill—sehingga masih terbuka untuk penelitian lanjutan baik dalam bentuk penelitian di lapangan atau studi pustaka yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Vika Dwi. *Konsep Sabar dalam Tafsir al-Azhar (Studi Analisis Maudū'ī)*. Skripsi, UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri, 2022.
- al-Munawwir, Ahmad Warson. *Al-Munawwir: Kamus Arab–Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progressif, 1997.
- al-Musawī, Khalīl. *Bagaimana Menjadi Orang Bijaksana*. Jakarta: PT Lentera Basritama, 1998.
- al-Sulamī, Abū 'Abd al-Rahmān. *Ḥaqā'iq al-Tafsīr: Tafsīr al-Qur'ān al-'Azīz*. Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, n.d.
- Amrullah, Haji Abdul Malik Abdul Karim (Hamka). *Tafsir al-Azhar*, jilid 5. Singapura: Kerjaya Printing Industries Pte Ltd, 2001.
- Arifin, Moch. Zainul. *Sabar sebagai Metode Psikoterapi dalam Perspektif al-Qur'an*. Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2005.
- Averill, James R. "Personal Control over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress." *Psychological Bulletin* 80, no. 4 (1973): 286–303.
- . "Spirituality: From the Mundane to the Meaningful—and Back." *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology* 18, no. 2 (1988): 101–126.
- Bāqī, Muḥammad Fu'ād 'Abd al-. *al-Mu'jam al-Mufahras li-Alfāz al-Qur'ān al-Karīm*. Indonesia: Maktabah Dahlan, n.d.
- Daralina, Monaris, Hilman Syarif, dan Syarifah Rauzatul Jannah. "Spiritualitas dan Resiliensi Penderita Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Umum Provinsi Aceh." *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan* 12, no. 2 (2024): 167–174. <https://doi.org/10.20527/dk.v12i2.641>.
- Departemen Agama Republik Indonesia. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: J-ART, 2005.
- Difa, Sarah. "Konsep Kesabaran dalam Psikologi Islam: Studi Kasus Pengaruh Konsep Kesabaran dalam Islam terhadap Kondisi Psikologis Seseorang." *July: Journal of Islamic Education* 1, no. 3 (2023): 165–169.
- Ernawati, Siti. *Konsep Sabar Menurut M. Quraish Shihab dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental*. Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2009.
- Fernando, Frendi. "Manfaat Spiritualitas terhadap Resiliensi pada Saat Pandemi." *Qalam: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2022): 26–43.
- Fitri, Muhammad, Abdur Razzaq, dan Sri Hertimi. "Analisis Pengendalian Emosi pada Kisah Nabi Ayyub AS dalam Menghadapi Ujian Sakit." *Journal of Innovative and Creativity* 2, no. 1 (2025): 32–45.

- Hadi, Sopyan. "Konsep Sabar dalam al-Qur'an." *Jurnal Madani: Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Humaniora* 1, no. 2 (2018): 473–488.
- Ibn Manẓūr. *Lisān al-‘Arab*. Beirut: Dār Ṣādir, 1993.
- Irfani, Muhammad. "Intertextuality of the Story of Prophet Ayyub in the Qur'an and the Bible (Julia Kristeva's Semiotic Approach)." *Al-Muḥāfiẓ: Jurnal Ilmu al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 1 (2024): 227–240.
- Muaziroh, Ulfa, dan Zukhrifa ‘Āmilatun Sholiha. "Actualization of the Patient's Concept in Qur'anic Perspective (Study of the Prophet Ayyub's Story)." *Jurnal At-Tibyān* 3, no. 2 (2018): 200–212. <https://doi.org/10.32505/tibyan.v3i2.616>.
- Muhammad, Gufron. *Ulūm al-Qur'an Praktis dan Mudah*. Yogyakarta: Kalimedia, 2017.
- Munawir, M. Fajrul. *Konsep Sabar dalam al-Qur'an: Pendekatan Tafsir Tematik*. Yogyakarta: Nuansa Aksara, 2005.
- Muthmainnah, Yulianti. "Ratu Semut (Namlah) dalam al-Qur'an: Analisis Tafsir atas Representasi Kepemimpinan Perempuan." *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir* 9, no. 2 (2024): 95–108.
- Najah, Rofiqotun. *Konsep Sabar dalam Kisah Nabi Yusuf*. Skripsi, UIN Sunan Kalijaga, 2019.
- Nawawi, H. Rif'at Syaumi. *Kepribadian Qur'ani*. Jakarta: Amzah, 2024.
- Nufus, Salsabila Sajida, et al. "Terapan Terapi Sabar untuk Mengatasi Stres Akademik di Kalangan Remaja pada Masa Pandemi." *Khazanah: Jurnal Mahasiswa* 13, no. 2 (2021): 61–65.
- Rahmawati, Magfiroh, dan Norman Wijaya Gati. "Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Tingkat Resiliensi pada Warga Penyintas Bencana Banjir." *Public Health and Safety International Journal (PHASIJ)* 4, no. 2 (2024): 326–333.
- Rohayati, Yeti, dan Abdillah Abdillah. "Digital Transformation for Era Society 5.0 and Resilience." *Societies* 14, no. 12 (2024): 266. <https://doi.org/10.3390/soc14120266>.
- Salamah, Daris. "Kajian Tafsir al-Qur'an dengan Pendekatan Sufistik: Analisis Karakteristik Penafsiran Ḥaqā'iq al-Tafsīr Karya al-Sulamī." *Ar-Rosyād: Jurnal Keislaman dan Sosial Humaniora* 3, no. 2 (2025): 1–17.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir al-Miṣbāḥ: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2005.
- . *Kaidah Tafsir*. Jakarta: Lentera Hati Group, 2013.
- Sulamī, Abū ‘Abd Allāh al-. "Ḥaqā'iq al-Tafsīr," dalam *al-Tafsīr al-Ṣūfī li-l-Qur'ān*, ed. ‘Alī Zīghūr. Beirut: Dār al-Andalus, 1979.
- Ṭurfe, Ṭallāl ‘Alī. *Mukjizat Sabar: Penelitian Seorang Doktor Muslim di Amerika tentang Dahsyatnya Sabar*. Bandung: Mizania, 2009.

- Wahyuni, Eka. "Resilience Remaja dan Implikasinya terhadap Pengembangan Buku Bantu Diri." *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 10, no. 1 (2021): 79–88.
- Zain, Mina Mudrikah, et al. "Siti Hawa dalam Perspektif Muhammad Asad dan Christoph Barth." *Al-Bayan: Jurnal Studi al-Qur'an dan Tafsir* 2 (2018): 158–167.