



Received: 2020-08-03

Accepted: 2020-08-12

Published: 2020-08-28

Original Article

## Wasatiyyah Dalam Konsep Takdir dan Hubungannya dengan Pengurusan Stres

### *Wasatiyyah In The Concept Of Fate And Its Relationship With Stress Management*

Syed Mohammad Hilmi Syed Abdul Rahman<sup>a\*</sup>, Muhammad Hazim Mohd Azhar<sup>b</sup>, Khadijah Mohd Khambali @ Hambali<sup>a</sup>, Che Zarrina Sa'ari<sup>a</sup>, Azmil Zainal Abidin<sup>a</sup>, Wan Adli Wan Ramli<sup>a</sup>, Mohd Khairul Naim Che Nordin<sup>a</sup>, Mohd Anuar Mamat<sup>c</sup>, Faizuri Abd. Latif<sup>a</sup> & Ali Ali Gobaili Saged<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Department of Akidah and Islamic Thought, Academy of Islamic Studies, University of Malaya, Malaysia

<sup>b</sup> Academy of Contemporary Islamic Studies (ACIS), Universiti Teknologi MARA (UiTM), Cawangan Perlis, Malaysia

<sup>c</sup> Faculty of Quranic and Sunnah Studies, Universiti Sains Islam Malaysia, Malaysia

\* Corresponding author, email; smhilmi@um.edu.my

#### Abstract

Faith in destiny is one of the criterion of a Muslim's faith. However, the question of destiny is often questioned and debated to the point of producing two conflicting extreme streams, namely the Qadariyah stream and the Jabariah stream. The Qadariyah stream focuses on the authority of humans will and deeds to deny destiny. Jabariah, on the other hand, is an extremist in condemning destiny to the point of denying the existence of freedom of will and human actions. In the meantime, the stream of Ahl al-Sunnah wa al-Jama'ah was born, adapting the middle path (*wasatiyyah*) in convicting destiny. True belief and understanding of the concept of destiny is not only a proof of the faith of a Muslim, but it is also the ability to produce a constant positive attitude in oneself to exist in the world whether in pleasure or hardship. This paper aims to examine the beliefs of *wasatiyyah* in convicting destiny and its role in overcoming the problem of stress by referring to the views of Ahl al-Sunnah wa al-Jama'ah who applies the theory of *al-Kasb* in the discussion of destiny. While al-Ghazali theory that uses the approach of *al-'Aql*, *al-Qalb*, *al-Ruh* and *al-Nafs* in stress management. The findings of this discussion show that the mind is capable in managing stress with the support of spiritual aspects. It is regarded that human beings do not have absolute power, everything is under the will and Will of God, but every individual must have effort and initiatives. Thus, these efforts and endeavors encourage individual not to boast shamelessly in times of successful efforts and not to give up in times of failure. Ultimately, reliance on *ikhtiar* with high confidence in Allah encourages individual to compose oneself and successfully manage stress efficiently even when one is trying the impossible because of the immense notion that it is worth doubling their efforts and *ikhtiar*.

Keywords: *Wasatiyyah*, Fate, *al-Qada' al-Qadar*, Jabariah, Qadariah, Stress

---

## Pengenalan

Takdir merupakan ketentuan yang telah ditetapkan oleh Allah kepada setiap hambaNya termasuklah manusia.<sup>1</sup> Dalam membahaskan konsep takdir, pasti tidak terlepas daripada menyentuh berkenaan keimanan kepada al-Qada' dan al-Qadar yang merupakan rukun iman keenam yang wajib diimani oleh setiap umat Islam.<sup>2</sup> Menafikan kepercayaan kepada al-Qada' dan al-Qadar boleh menyebabkan seorang muslim itu terjerumus ke dalam lembah kekefuran meskipun tetap mengimani rukun iman yang lainnya.<sup>3</sup>

Kajian-kajian yang menyentuh perbahasan mengenai konsep takdir, pasti tidak akan terlepas daripada menyentuh dan mengupas firqah-firqah yang wujud akibat daripada faham al-Qada' dan al-Qadar. Pendebatan dua aliran teologi iaitu aliran Jabariah dari satu sudut firqah yang berpandangan bahawa segala yang terjadi telah ditetapkan sehingga memposisikan dimensi hamba sebagai watak pasif yang sekadar 'ditentukan' dan aliran Qadariah dari sudut firqah yang beranggapan bahawa segala kelakuan tindakan makhluk adalah mutlak tanpa intervensi Tuhan.

Kefahaman terhadap konsep takdir sangat mempengaruhi peribadi dan perilaku individu atau komuniti.<sup>4</sup> Kesalahfahaman terhadap konsep takdir menyebabkan seseorang merasa lemah, lembap dan mudah putus asa<sup>5</sup> atau menjadi terlalu angkuh dan sombong dengan kelebihan dan kemampuan diri tanpa melihat kuasa yang maha agung.<sup>6</sup> Manakala, kefahaman yang benar membuatkan seseorang itu terus positif dan optimis dalam menjalani kehidupan.<sup>7</sup> Segala ujian dan rintangan dihadapi dengan kesabaran tanpa mengeluh dan putus semangat. Kelebihan yang dikurnia diterima dengan penuh kesyukuran dan kesedaran ubudiah.

Justeru, konsep takdir seharusnya difahami dalam konteksnya yang sebenar. Kefahaman yang tepat terhadap konsep takdir dapat memberikan konotasi yang baik seterusnya menyelesaikan beberapa permasalahan yang wujud persekitaran kehidupan manusia sama ada dalam konteks memotivasikan manusia dalam berikhtiar ataupun dalam konteks membentuk jiwa yang sentiasa redha dengan apa sahaja ujian yang diterima.<sup>8</sup>

---

<sup>1</sup> Abu Bakr Ahmad bin al-Husain al-Baihaqi, *al-Qada' wa al-Qadar* (Qahirah: Dar al-Taufiqiyyah li al-Turath, 2010), 10. Lihat juga, Abu Ja'far al-Tahawi, *al-Aqidah al-Tahawiyyah*, terj. Md Sahari Abdullah. (Selangor: Jabatan Mufti Negeri Selangor), 39.

<sup>2</sup> `Umar Sulaiman al-Ashqar, *al-Qada' wa al-Qadar* (Urdun: Dar al-Nafa'is, 2008), 11.

<sup>3</sup> Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar* (al-Riyadh: Dar Ibn Khuzaymah, 2007), 7. Lihat juga, Muhammad Hassan. *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, ed. ke-2 (Mesir: Maktabah Fayad, 2007), 22.

<sup>4</sup> Syed Mohammad Hilmi Syed Abdul Rahman & Che Zarrina Sa'ari, "Kesan Kefahaman Konsep Takdir Terhadap Pembangunan Modal Insan," *Jurnal Usuluddin*, Bil 27 (2008), 14.

<sup>5</sup> Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 202.

<sup>6</sup> 'Abd Allah bin Sa'd bin Abi Jamrah, *Mursyid al-Qari bi Syarh Mukhtasar Sahih al-Bukhari Petunjuk Untuk Pembaca* (Kuala Lumpur: Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan), 2: 283.

<sup>7</sup> Syed Mohammad Hilmi Syed Abdul Rahman & Che Zarrina Sa'ari, "Kesan Kefahaman Konsep Takdir Terhadap Pembangunan Modal Insan, 2.

<sup>8</sup> 'Abd Allah bin Sa'd bin Abi Jamrah, *Mursyid al-Qari bi Syarh Mukhtasar Sahih al-Bukhari Petunjuk Untuk Pembaca*, 2: 283.

### Aliran Wasatiyyah Dalam Takdir

Terlebih dahulu, harus difahami definisi dan konsep wasatiyyah. Dari sudut bahasa, wasatiyyah merupakan kata terbitan daripada perkataan *wasata* yang membawa maksud pertengahan.<sup>9</sup> Perkataan *wasata* apabila ditafdhilkan menjadi *al-Awsat* yang membawa maksud keseimbangan dan kesederhanaan.<sup>10</sup> Perkataan *al-Wasat* bermaksud adil dan terbaik yang kedudukannya adalah antara pelampauan (*ifrat*) dan kecuiaan (*tafrit*). Kedua-duanya telah tersimpang dari jalan benar yang membawa kepada keburukan dan kecelakaan.<sup>11</sup> Boleh dikatakan juga bahawa wasatiyyah merupakan pertengahan antara dua pihak yang bertentangan. Terdapat banyak nas yang menyentuh konsep Wasatiyyah antaranya ialah seperti ayat 143 di dalam surah al-Baqarah yang bermaksud:

*“Dan demikianlah (sebagaimana Kami telah memimpin kamu ke jalan yang lurus), Kami jadikan kamu (wahai umat Muhammad) satu ummah wasata (yang pilihan lagi adil), supaya kamu layak menjadi orang yang memberi keterangan kepada umat manusia (tentang yang benar dan yang salah).”*

Menurut Abdullah Basmeih, *ummah wasata* bermaksud umat pilihan lagi adil. Ia juga bermaksud umat yang pertengahan iaitu pertengahan segala pembawaannya, tidak melampau dan tidak keterlaluan dalam menganut kepercayaan, amalan dan akhlaknya. Segalanya dalam keadaan pertengahan sama ada pandangannya, pelajarannya mahupun usahanya yang meliputi hal dunia dan akhirat. Setiap orang yang berdiri di tengah-tengah disertai pengetahuan yang mendalam dan mengambil berat dengan keadaan sekelilingnya, maka pengetahuan dan pertimbangannya berkenaan baik dan buruk adalah adil, benar dan sah.<sup>12</sup>

Menyentuh perbahasan takdir di dalam Islam, perbincangan wasatiyyah adalah di antara dua aliran yang ekstrem iaitu Qadariah dan Jabariah. Pada satu sudut, faham Qadariah yang merupakan aliran ekstrem dalam mensabitkan kehendak dan kuasa pada makhluk sehingga menafikan takdir. Istilah Qadariah berasal daripada kalimah *Qadara* yang boleh diterjemahkan sebagai berkuasa dan menentukan. Pengertian ini adalah kerana menganggap bahawa makhluk berkuasa sepenuhnya atas setiap perbuatannya serta bebas daripada Iradah dan Qudrah Tuhan.<sup>13</sup>

Aliran ini lahir daripada fahaman yang berpegang bahawa manusia mempunyai kemampuan untuk merealisasikan kehendaknya tanpa dipaksa untuk tunduk kepada takdir Tuhan dengan menekankan kekuatan dan kebebasan perbuatan manusia.<sup>14</sup> Mereka mensabitkan kehendak dan kemampuan makhluk secara ekstrem sehingga menolak iradah Allah secara total.<sup>15</sup> Bagi mereka, perbuatan makhluk bukanlah makhluk Allah kerana makhluk itulah sendiri yang mencipta perbuatan tersebut. Perbuatan-perbuatan dosa itu terletak pada makhluk, bukan dengan kehendak Allah.<sup>16</sup> Pada kemuncaknya, perkara ini membawa konotasi kepada penafian takdir

<sup>9</sup> *Kamus Besar Arab-Melayu Dewan* (Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 2006), 2630.

<sup>10</sup> *Ibid.*

<sup>11</sup> Muhammad Rashid Rida, *Tafsir al-Manar* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2011), 2: 4.

<sup>12</sup> Abdullah Muhammad Basmeih, *Tafsir Pimpinan ar-Rahman* (Kuala Lumpur: Perpustakaan Negara Malaysia, 2013), 45.

<sup>13</sup> Abu Hassan al-Asy`ari, *al-Ibanah `an Usul al-Diyana* (Dimashq: Maktabah Dar al-Bayan, 1981), 146.

<sup>14</sup> Harun Nasution, *Teologi Islam: Aliran-aliran Sejarah Analisa Perbandingan* (Jakarta: Yayasan Penerbit Universitas Indonesia, 1972).

<sup>15</sup> Said Haji Ibrahim, *Perbandingan Aqidah dan Fahaman Umat Islam* (Kuala Lumpur: Dar al-Ma`rifah, 1997), 349.

<sup>16</sup> Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar, al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 262.

yang telah ditetapkan oleh Allah sejak azali lagi. Manusia bebas secara mutlak dalam memilih untuk melakukan kebaikan atau keburukan.

Dari satu sudut lain, faham Jabariah yang merupakan aliran ekstrem dalam mensabitkan takdir sehingga menafikan kehendak dan kuasa pada makhluk. Istilah Jabariah itu sendiri dari sudut bahasa berasal daripada perkataan *Jabara* yang membawa maksud “paksaan”. Seperti maksud namanya, Jabariah dalam disiplin ilmu akidah dikenali sebagai satu aliran yang berpegang bahawa setiap perbuatan makhluk itu adalah *majbur* iaitu dipaksa oleh Allah tanpa dikurnia langsung ikhtiar dan usaha bersamanya.<sup>17</sup>

Akibat terlalu obsesi dalam mensabitkan takdir, fahaman ini menafi serta menolak pilihan, usaha dan ikhtiar yang wujud pada manusia seterusnya menyerahkan segalanya kepada nasib dan takdir yang telah ditetapkan oleh Allah semata.<sup>18</sup> Niat mereka adalah ingin membersihkan Allah dari sifat lemah. Namun hakikatnya mereka telahpun menyandarkan kelemahan kepada Allah kerana menisbahkan sesuatu kekurangan pada Allah dan membersihkan diri mereka dari berbuat salah.<sup>19</sup>

Aliran Jabariah ini berpegang bahawa segala takdir yang ditetapkan Allah langsung tidak memberi ruang dan peluang kepada kebebasan manusia untuk melakukan pilihan. Manusia tidak mempunyai kebebasan dalam setiap perbuatannya. Perbuatan tersebut hanyalah dilakukan seperti mana yang telah ditakdirkan oleh Allah.

Dalam pertembungan dua aliran yang saling berlawanan ini, umat Islam seharusnya mengambil jalan yang terbaik iaitu wasatiyyah dalam mensabitkan takdir dan pilihan yang wujud pada manusia. Sehubungan itu, Abu Hassan al-Ash`ari mengemukakan teori *al-Kasb* iaitu hubungan di antara pihak manusia yang tetap mempunyai ikhtiar dan usaha serta pihak Allah yang menguasai secara mutlak dan tidak terbatas. *Al-Kasb* adalah kebergantungan kudrat dan iradat manusia kepada perbuatan yang terjadinya itu ditakdirkan oleh Allah pada hakikatnya.<sup>20</sup>

Teori Asha`irah ini sangat jelas dengan pernyataan bahawa konsep takdir berteraskan peranan Allah sebagai penentu dan pelaksana kepada perbuatan manusia. Ia bertitik-tolak daripada kefahaman bahawasanya sifat Qudrah Allah merangkumi segala perkara *mumkinat* termasuklah juga takdir terhadap manusia.<sup>21</sup>

Walaupun bagaimanapun, konsep *al-Kasb* ini tetap termuat dengan makna keaktifan. Rincinya, manusia dipertanggungjawabkan atas setiap perbuatan yang dilakukan dan dalam masa yang sama *al-Kasb* yang berada pada manusia tetap dalam ruang lingkup takluk perbuatan Allah. Walaupun setiap perbuatan manusia telah dikehendak dan dikuasai oleh Allah, tetapi manusia juga dikurnia ikhtiar dan kehendak di sisinya sama ada hendak melaksanakan ketaatan atau

---

<sup>17</sup> Menurut al-Jurjani, Jabariah merupakan golongan yang menyandarkan perbuatan hamba kepada Allah dan ia terbahagi kepada dua. Pertamanya, mensabitkan *al-Kasb* pada diri hamba ketika melakukan perbuatan iaitu al-Ash`ariyyah. Keduanya, tidak mensabitkannya iaitu al-Jahmiyyah. Lihat Ali bin Muhammad al-Jurjani, *Kitab al-Ta`rifat* (Singapura: al-Haramain, 1980), 74. Pada bahagian ini, Jabariah yang dimaksudkan merujuk kepada aliran yang kedua.

<sup>18</sup> Bagi mereka, setiap makhluk itu diibaratkan seperti kapas yang berterbangan mengikut arah tiupan angin. Mereka menyatakan bahawa perbuatan manusia seperti solat, puasa, bunuh, mencuri adalah sama juga seperti timbulnya matahari dan tiupan angin.

<sup>19</sup> Nukman Abbas, *al-Asy`ari (874 – 935 M) Misteri Perbuatan Manusia dan Takdir Tuhan*, 41.

<sup>20</sup> Abu al-Hassan `Ali bin Isma`il al-`Ash`ari, *Maqalat al-Islamiyyin wa Ikhtilaf al-Musallin* (Kaherah: Maktabah al-Nahdah al-Misriyyah, 1950).

<sup>21</sup> Ali bin Muhammad Al-Jurjani, *Sharh al-Mawaqif* (Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah, 1998), 163.

maksiat.<sup>22</sup> Aliran wasatiyyah dalam perbincangan takdir bukan sahaja dapat mendorong dan mendidik umat berpegang dengan akidah yang sahih, bahkan mampu untuk mengatasi kepelbagaian masalah kemanusiaan terutamanya berkaitan psikologi seperti stres.

### Keperluan Pengurusan Stres

Stres merupakan satu gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat wujudnya tekanan sama ada lahir daripada dalam diri atau luar.<sup>23</sup> Ia merupakan satu situasi ketiadaan keupayaan dalam mengatasi ancaman yang dialami oleh mental, fizikal, emosi dan spiritual manusia.<sup>24</sup> Ia juga dikenali sebagai tindak balas terhadap suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam. Stres boleh berlaku dengan sebentar seperti terperangkap dalam kesesakan trafik. Ia juga boleh terjadi dalam tempoh masa yang lama seperti kematian pasangan atau keadaan serius yang lain.<sup>25</sup>

Punca stres boleh dikategorikan kepada dua iaitu dari dalam diri dan persekitaran.<sup>26</sup> Berkenaan punca daripada diri individu, ia dapat dibahagikan kepada beberapa punca seperti emosi, kognitif dan tingkah laku. Punca daripada emosi adalah kegagalan individu mengawal emosinya sendiri seperti marah dan benci. Manakala dari sudut kognitif, ia berkaitan dengan ketiadaan upaya dalam menyelesaikan masalah. Aspek tingkah laku pula meliputi ketahanan diri, keupayaan menyesuaikan diri dan lain-lain.<sup>27</sup> Kategori persekitaran pula dapat dibahagikan kepada tiga. Pertama, berlaku satu situasi secara mengejut yang tidak dapat dijangka seperti perang dan bencana alam. Kedua, perubahan kehidupan seperti kematian seseorang yang terdekat dan dibuang kerja. Ketiga, aktiviti harian seperti kepadatan jadual kerja dan kesesakan lalu lintas.<sup>28</sup>

Stres sebenarnya boleh diklasifikasikan kepada dua iaitu positif dan negatif. Stres menjadi positif apabila ia diurus dengan terancang, bahkan mampu menjadi motivasi dan inspirasi bagi seseorang individu mencapai sesuatu matlamat. Manakala jika ia tidak diurus dengan baik, ia akan menjadi stres negatif yang seterusnya memberi impak yang tidak diingini.<sup>29</sup>

Terdapat banyak kesan daripada stres yang tidak diurus dengan baik. Ia dapat dibahagikan kepada empat aspek. Pertamanya aspek fizikal seperti keletihan, pening kepala, sukar tidur, sakit-sakit badan terutamanya di kawasan bahu dan belakang dan sakit dada. Keduanya aspek mental seperti hilang tumpuan, mudah lupa, sukar berfikir dan pemikiran bercelaru. Ketiga aspek emosi seperti risau, sentiasa bimbang, marah, mudah kecewa, sentiasa takut, sensitif, mudah hilang sabar dan panas baran. Keempat tingkah laku seperti keluh-kesah, makan yang berlebihan, merokok, minum arak, menjerit-jerit, maki hamun, mengungkit-ungkit dan menyalahkan orang lain serta bertindak agresif. Lebih parah, stres boleh menjadi faktor kepada tercetusnya masalah

---

<sup>22</sup> Abu al-Hassan `Ali bin Isma`il al-Ash`ari, *Kitab al-Luma' fi al-Rad `ala Ahl al-Ziyagh wa al-Bida'* (Kaherah: al-Maktabah al-Azhariyyah li al-Turath), 74-78.

<sup>23</sup> Suharjo B. Cahyono, *Gaya Hidup dan Penyakit Moden* (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2008), 156.

<sup>24</sup> National Safety Council, *Manajemen Stres*, terj., Palupi Widyastuti (Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2004), 2.

<sup>25</sup> Entri "Stress" laman *American Psychological Association* di pautan <http://www.apa.org/topics/stress/>.

<sup>26</sup> Md. Taib Dora & Hamdan Abd. Kadir, *Mengurus Stres* (Kuala Lumpur: PTS Professional, 2006), 42.

<sup>27</sup> Sabitha Marican, *Membentuk Suasana Kerja Positif* (Kuala Lumpur: Utusan Publications, 2005), 107.

<sup>28</sup> Linda Brannon & Jess Feist, *Health Psychology: an Introduction to Behavior and Health* (California: Thomson Wadsworth, 2007).

<sup>29</sup> National Safety Council, *Manajemen Stres*, 3-4.

kesihatan dan penyakit-penyakit lain seperti sakit jantung, angin ahmar (stroke), insomnia, kencing manis, gastrik, ulser dan asma.<sup>30</sup>

Oleh itu, stres yang banyak memberi kesan kepada fizikal, mental, emosi dan tingkah laku seharusnya diurus dengan baik kerana kedudukan jiwa dan akal diposisikan pada *al-Dharuriyyat al-Khams* iaitu lima perkara yang perlu dipelihara.<sup>31</sup> Pengabaian terhadap masalah stres bukan sahaja dilihat negatif pada pandangan umum, malah ia boleh dikategorikan sebagai berdosa akibat tidak menunaikan hak yang sepatutnya.

### **Aliran Wasatiyyah Konsep Takdir Dalam Mengurus Masalah Stres**

Melalui teori al-Ghazali yang menyatakan bahawa *al-'Aql*, *al-Qalb*, *al-Ruh* dan *al-Nafs* yang merupakan empat elemen merujuk kepada satu entiti yang sama,<sup>32</sup> maka secara logiknya kesakitan, keperitan atau kerosakan pada akal lazimnya turut memberi kesan yang sama pada tiga elemen yang lainnya. Stres yang menjadi topik perbincangan ini jika tidak diurus dengan baik turut memberi kesan negatif kepada elemen kerohanian peribadi.

Rentetan itu, boleh dikatakan stres yang melibatkan unsur akal mampu untuk diurus dengan baik apabila mendapat sokongan dari sudut kerohanian juga. Selain rawatan sedia ada yang dikemukakan oleh para doktor dan ahli psikologi, pemantapan keyakinan keberagamaan melalui kefahaman terhadap konsep takdir yang mengikut acuan wasatiyyah mampu membantu mengawal dan mengurus stres kerana ia sangat mempengaruhi arah hidup dan keyakinan kaum muslimin. Kefahaman dan penghayatan terhadap konsep takdir yang sebenar dapat membantu mengurus stres dari dalam diri individu.

Takdir yang bermanhaj wasatiyyah mengajar umat sedar bahawa segalanya telah dikawal selia oleh Allah dan manusia tiada memiliki kuasa yang mutlak, segalanya di bawah takluk Iradah dan Qudrah Allah. Manusia atau makhluk lainnya tidak mempunyai sedikitpun kuasa. Dari itu, ia mendorong manusia menyedari bahawa diri mereka bukan hak mutlak peribadi, malah kepunyaan Allah yang maha menguasai segala seterusnya membentuk individu yang berserah diri hanya kepada Allah. Namun penyerahan tersebut bukanlah hanya semata berserah bulat-bulat kepada Allah, tetapi ia disertai kegigihan dan kesungguhan usaha. Kebergantungan hati bukanlah kepada ikhtiar tersebut kerana ia hanyalah sekadar asbab semata, tetapi mengikat hati kepada Allah yang menentukan segala.<sup>33</sup>

Apabila seseorang yang bertawakal menyerahkan urusan kepada Allah, dia akan diberikan kekuatan, kesabaran dan tekad. Allah akan membentangkan kepadanya pelbagai kebaikan akibat daripada ikhtiar usahanya serta memalingkannya daripada pelbagai bencana yang merupakan halangan ikhtiar.<sup>34</sup> Takdir juga mengingatkan kepada manusia yang mereka hanya memiliki hak untuk berusaha, sedangkan ketetapan terakhir hanya pada Allah. Kesedaran ini membuatkan

---

<sup>30</sup> Berkenaan kesan stres boleh lihat National Safety Council, *Manajemen Stres*, 11-14; Stephen Robbins & Timothy Judge, *Perilaku Organisasi Edisi 12 Buku 2*, terj., Diana Angelica, Ria Cahyani, 355-357; Abd. Rahim Abd. Rashid, *Agenda Perubahan Pengurusan Sumber Manusia dan Kerjaya*, 129-130. Sabitha Marican, *Membentuk Suasana Kerja Positif*, 110-111.

<sup>31</sup> Abu Ishaq al-Shatibi, *al-Muwafaqat fi Usul al-Syari'ah* (Beirut: Dar al-Ma'arif, 1996), 2: 326.

<sup>32</sup> Abu Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *Kitab Sharh 'Ajaib al-Qalb, Ihya' Ulum al-Din* (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah), 3: 4.

<sup>33</sup> Muhammad Hassan, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 234-235. Lihat juga, Abdul Karim Zaidan, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 58.

<sup>34</sup> Ibrahim al-Hamad, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 92.

mereka tidak lupa diri di saat usaha mereka berjaya dan tidak berputus asa di saat mengalami kegagalan. Perkara ini tidak akan dapat diperoleh apabila hanya bersandar kepada ikhtiar semata tanpa wujud tawakal. Sandaran hanya kepada ikhtiar tanpa pautan kepada Allah akan menimbulkan stres apabila apa yang diusahakan tidak dapat dicapai.

Keimanan yang benar terhadap takdir akan melahirkan perasaan kehambaan yang penuh dengan kesabaran terhadap ketentuan yang bersifat bebanan sama ada kepada diri, keluarga, harta atau dalam masyarakat sekalipun. Hal ini adalah kerana wujud pengetahuan bahawa dunia merupakan tempat ujian yang bersifat sementara.<sup>35</sup> Menurut al-Mawardi, kesabaran merupakan pertolongan yang baik dan tanda kebahagiaan seseorang.<sup>36</sup> Kesabaran ini dengan maksud tanpa wujudnya keluhan, kemarahan dan perasaan yang menyempitkan dada.<sup>37</sup>

Ibtıla' atau musibah akan tetap berlaku sama ada kepada orang baik atau jahat, mu'min atau kafir, pemimpin atau rakyat kerana ia merupakan lumrah kehidupan.<sup>38</sup> Sama ada seseorang sabar atau tidak ketika ditimpa musibah, takdir tersebut pasti tetap berlaku. Namun orang yang beriman dengan takdir mampu memilih untuk bersabar yang membolehkan ia memperoleh pahala dari kesabarannya dan bukannya dosa.<sup>39</sup>

Ia merupakan sifat yang mulia dan terkandung di dalamnya manfaat yang banyak serta menajihkan kesan yang baik. Keimanan mengajar muslim untuk memiliki sifat sabar walaupun pada perkara yang sangat dibenci sama ada dengan kesedaran atau terpaksa. Dengan itu, wujud ketenangan ketika menanggung bebanan dan penderitaan. Ini sangatlah berbeza dengan orang yang tidak beriman atau lemah imannya kepada takdir yang telah ditetapkan Allah. Mereka tidak bersabar walaupun ketika berdepan dengan masalah yang kecil dan remah. Hatinya menjadi tidak tenang, dirinya diselimuti kesedihan dan di wajahnya kelihatan kemurungan.<sup>40</sup>

Keimanan terhadap takdir Allah seterusnya membawa seseorang kepada kedudukan reda atas kesedaran bahawa semua makhluk adalah milik Allah. Pemilik bebas melakukan apa sahaja terhadap hak kepemilikannya sepertimana yang Dia kehendaki.<sup>41</sup> Reda merupakan pintu Allah yang paling besar dan ia dianggap sebagai syurga dunia. Reda juga merupakan keadaan keredhaan bagi para ahli ibadah dan penghibur bagi orang yang rindu menagih cinta Illahi.<sup>42</sup> Bagi individu yang mengalami stres, mereka perlu sedar kegelisan di saat diuji musibah tidak akan mampu menyekat atau mengubah takdir tersebut.<sup>43</sup>

Orang yang redha dengan Allah, maka Allah akan redha kepadanya. Bahkan jika diamati lebih mendalam, keredhaan mukmin tersebut merupakan natijah daripada redha Allah.<sup>44</sup> Sesiapa yang

---

<sup>35</sup> Muhammad Hassan, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 245.

<sup>36</sup> Abu al-Hassan 'Ali bin Muhammad bin Habib al-Mawardi, *Adab al-Dunya wa al-Din*, Terj., Abu Azka Abkari. *Islam Happy Ending: Harapan Kaum Beriman* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2008), 381.

<sup>37</sup> Abdul Karim Zaidan, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar wa Atharuhu fi Suluk al-Insan*, 68-69.

<sup>38</sup> Yusuf al-Qaradhawi, *al-Sabr fi al-Quran* (Kaherah: Maktabah Wahbah, 1977), 35.

<sup>39</sup> Yusuf al-Qaradhawi, *al-Iman bi al-Qadar* (Kaherah: Maktabah Wahbah, 2000), 92.

<sup>40</sup> Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 100. Lihat juga; Abu al-Hassan 'Ali bin Muhammad bin Habib al-Mawardi, *Adab al-Dunya wa al-Din*, 318.

<sup>41</sup> Abdul Karim Zaidan, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 70.

<sup>42</sup> Muhammad Hassan, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 220. Lihat juga, Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 94.

<sup>43</sup> Abdul Karim Zaidan, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 70.

<sup>44</sup> Menurut Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad, redha Allah kepada hamba-Nya boleh diklasifikasikan kepada dua iaitu keredhaan sebelumnya yang mewajibkan seseorang mukmin redha akan Tuhannya

meletakkan redha kepada takdir di dalam hatinya, Allah akan mengurniakanNya kecukupan, keamanan dan qana'ah. Allah juga akan menghalakan hatinya untuk mencintai diri-Nya dan bertawakal kepada-Nya. Sebaliknya, sesiapa yang tidak redha kepada takdir, Allah akan mengosongkan hatinya daripada perasaan cinta kepada-Nya dan kesibukan dunia.<sup>45</sup>

Setiap apa yang berlaku walaupun berbentuk kegagalan, kesedihan dan kebencian, mereka yakin bahawa di sebalik semua itu terdapat hikmah lebih baik yang mungkin tidak dapat ditebak oleh akal dan dicerap oleh pancaindera. Oleh itu, mereka sentiasa berprasangka baik kepada Allah. Hal ini seterusnya mendorong individu tidak merasa tertekan dengan hal sekeliling.

### Kesimpulan

Berdasarkan ini dapat disimpulkan bahawa fahaman Qadariah dan Jabariah bukanlah menjadi pilihan ikutan utama umat Islam kerana tidak berdiri di atas tafsiran dan penerangan daripada Rasulullah dan para sahabat baginda. Kedua-duanya bukan sahaja berada pada kedudukan yang salah dalam timbangan neraca akidah sebenar, malah turut memberi natijah negatif kepada pemikiran dan tingkah laku individu seterusnya membawa kepada kerosakan pada jiwa dan akal. Manakala, kesan kefahaman sebenar terhadap konsep takdir yang bersifat wasatiyyah dapat memberi rangsangan agar sentiasa merencana dan mencari jalan dalam menelusuri kehidupan di dunia seterusnya menghalang daripada terjebak dengan masalah stres yang negatif.

### Penghargaan

Setinggi-tinggi penghargaan dirakamkan kepada Kementerian Pengajian Tinggi (MoHE) dan Universiti Malaya atas geran penyelidikan yang diperuntukkan di bawah geran FRGS 2015 (Flood Disaster Management), Reference Code: FRGS/1/2015/SSI03/UM/03/1.

### Rujukan

- Abd Allah bin Sa'd bin Abi Jamrah. Mursyid al-Qari bi Syarh Mukhtasar Sahih al-Bukhari Petunjuk Untuk Pembaca. Jilid 2. Kuala Lumpur: Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan, 2015.
- Abd. Rahim Abd. Rashid. *Agenda Perubahan Pengurusan Sumber Manusia dan Kerjaya*. Kuala Lumpur: Utusan Publications, 2006.
- Abdul Karim Zaidan. *Al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar wa Atharuhu fi Suluk al-Insan*. Terj; Sidang Penterjemah Pustaka Salam, *Qada' & Qadar Kesannya Terhadap Perilaku Manusia*. Kuala Lumpur: Pustaka salam, 2003.
- Abdullah Muhammad Basmeih. *Tafsir Pimpinan ar-Rahman*. Kuala Lumpur: Perpustakaan Negara Malaysia, 2013.
- Abu `Abdullah Muhammad bin Abu Bakr Ibn Qayyim al-Jauziyyah. *Madarij al-Salikin baina Manazil Iyyaka Na'budu wa Iyyaka Nasta'in*. Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah, t.t.

---

dan keredhaan selepasnya yang merupakan kesan daripada mukmin tersebut redha kepada Tuhannya. Lihat, Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad, *al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*, 94.

<sup>45</sup> Ibn Abu `Abdullah Muhammad bin Abu Bakr Ibn Qayyim al-Jauziyyah, *Madarij al-Salikin baina Manazil Iyyaka Na'budu wa Iyyaka Nasta'in* (Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah, t.t), 2: 202.



- Abu al-Hassan `Ali bin Isma`il al-Ash`ari. *Al-Ibanah `an Usul al-Diyanah*. Dimashq: Maktabah Dar al-Bayan, 1981.
- Abu al-Hassan `Ali bin Isma`il al-`Asy`ari. *Maqalat al-Islamiyyin wa Ikhtilaf al-Musallin*. Kaherah: Maktabah al-Nahdah al-Misriyyah, 1950.
- Abu al-Hassan `Ali bin Isma`il al-`Asy`ari. *Kitab al-Luma' fi al-Rad `ala Ahl al-Ziyagh wa al-Bida'*. Kaherah: al-Maktabah al-Azhariyyah li al-Turath, t.t.
- Abu al-Hassan `Ali bin Muhammad bin Habib al-Mawardi. *Adab al-Dunya wa al-Din*. Terj., Abu Azka Abkari. *Islam Happy Ending: Harapan Kaum Beriman*. Bandung: Pustaka Hidayah, 2008.
- Abu Bakr Ahmad bin al-Husain al-Baihaqi. *Al-Qada' wa al-Qadar*. Kaherah: Dar Taufiqiah, 2010.
- Abu Ishaq al-Shatibi. *Al-Muwafaqat fi Usul al-Syari`ah*. Jilid 2. Beirut: Dar al-Ma`arif, 1996.
- Abu Ja'far al-Tahawi. *Al-Aqidah al-Tahawiyyah*, terj. Md Sahari Abdullah. Selangor: Jabatan Mufti Negeri Selangor.
- Abu Muhammad bin Muhammad al-Ghazali. *Kitab Sharh `Ajaib al-Qalb, Ihya' Ulum al-Din*. Jilid 3. Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah.
- Ali bin Muhammad al-Jurjani. *Kitab al-Ta`rifat*. Singapura: al-Haramain, 1980.
- Ali bin Muhammad al-Jurjani. *Sharh al-Mawaqif*. Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah, 1998.
- Harun Nasution. *Teologi Islam: Aliran-aliran Sejarah Analisa Perbandingan*. Jakarta: Yayasan Penerbit Universitas Indonesia, 1972.
- Kamus Besar Arab-Melayu Dewan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 2006.
- Linda Brannon & Jess Feist, *Health Psychology: an Introduction to Behavior and Health*. California: Thomson Wadsworth, 2007.
- Md. Taib Dora & Hamdan Abd. Kadir. *Mengurus Stres*. Kuala Lumpur: PTS Professional, 2006.
- Muhammad Hassan. *Al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*. Mesir: Maktabah Fayyadh, 2007.
- Muhammad ibn Ibrahim al-Hamad. *Al-Iman bi al-Qada' wa al-Qadar*. Riyadh: Dar Ibn Khuzaimah, 2007.
- Muhammad Rashid Rida. *Tafsir al-Manar*. Jilid 2. Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah, 2011.
- National Safety Council. *Manajemen Stres*. Terj., Palupi Widyastuti. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2004.
- Nukman Abbas. *Al-Asy`ari (874 – 935 M) Misteri Perbuatan Manusia dan Takdir Tuhan*. Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002.
- Sabitha Marican. *Membentuk Suasana Kerja Positif*. Kuala Lumpur: Utusan Publications, 2005.
- Said Haji Ibrahim. *Perbandingan Aqidah dan Fahaman Umat Islam*. Kuala Lumpur: Dar al-Ma`rifah, 1997.
- Stephen Robbins & Timothy Judge. *Perilaku Organisasi Edisi 12 Buku 2*. Terj., Diana Angelica & Ria Cahyani. Jakarta: Penerbit Salemba, 2008.
- Entri "Stress". Laman *American Psychological Association*. Pautan; <http://www.apa.org/topics/stress/>.

Suharjo B. Cahyono. *Gaya Hidup dan Penyakit Moden*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2008.

Syed Mohammad Hilmi Syed Abdul Rahman & Che Zarrina Sa'ari. "Kesan Kefahaman Konsep Takdir Terhadap Pembangunan Modal Insan." *Jurnal Usuluddin*, Bil 27 (2008).

Umar Sulaiman Abdullah al-Ashqar. *Al-Qada' wa al-Qadar*. Urdun: Dar al-Nafais, 2008.

Yusuf al-Qaradhawi. *Al-Iman bi al-Qadar*. Kaherah: Maktabah Wahbah, 2000.

Yusuf al-Qaradhawi. *Al-Sabr fi al-Quran*. Kaherah: Dar Gharib, 1977.