

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berzikir dengan mengingat atau menyebut Allah merupakan amalan yang diperintahkan dalam Alquran dan hadis, sehingga berzikir menjadi aktivitas rutin yang dilakukan umat Islam dalam praktek ibadah sehari-hari. Orang mukmin yang benar-benar beriman kepada Allah dan menginginkan kesempurnaan imannya, maka ia tidak akan melupakan dan melengahkan zikir, ia tidak mau lalai atau dilalaikan oleh sesuatu dari berzikir tersebut.¹ Dalam Alquran surat al-Ahzab ayat 41-42 Allah SWT berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (٤١) وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً
وَءَاصِيًا (٤٢)

Terjemahnya : “Wahai orang-orang beriman! Ingatlah kepada Allah, dengan mengingat (nama-Nya) sebanyak-banyaknya dan bertasbihlah kepada-Nya pada waktu pagi dan petang” (QS. Al-Ahzab: 41-42)

Dalam ayat tersebut Allah SWT memerintahkan kita dengan tegas bahwa sebagai orang yang beriman harus senantiasa berzikir kepada-Nya dengan menyebut dan mengingat nama-Nya sepanjang waktu mulai pagi hingga petang. Ini menunjukkan bahwa seorang mukmin yang benar akan selalu ingat kepada Allah SWT.

Bagi seorang mukmin, ketenangan hati bukan diperoleh dari berlimpahnya harta atau tingginya jabatan, melainkan dari aktifnya berzikir (mengingat/menyebut) asma-asma dan keagungan Allah SWT. Sebagaimana dijelaskan dalam Alquran surat Ar-Ra'd ayat 28 Allah SWT berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ
الْقُلُوبُ

¹ Muhammad Hasbi ash Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Do'a*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), hlm. 34

Terjemahnya :“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.”

Zikir mempunyai pengaruh besar terhadap ketenangan hati dan jiwa yang mengendalikan keadaan manusia agar selalu hidup sehat, tentram, tenang, dan bahagia.

Salah satu gangguan kesehatan yang paling ditakuti di dunia adalah penyakit jantung. Jantung memiliki fungsi untuk mengalirkan darah yang penuh dengan oksigen menuju ke seluruh tubuh. Tidak hanya oksigen, jantung juga akan mengalirkan darah yang mengandung segala jenis nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Tentu jantung yang sehat dan normal akan membantu kelangsungan hidup menjadi lebih baik. Sebagaimana dalam hadis dari An Nu'man bin Basyir r.a., Nabi SAW bersabda:

أَلَا وَأَنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْعَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ . أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

Terjemahnya :“Ingatlah bahwa didalam jasad itu ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati (jantung)” (HR. Bukhari no. 52 dan Muslim no. 1599).

Oleh karena itu, zikir relatif dapat melindungi seseorang dari penyakit yang disebabkan oleh depresi terutama penyakit jantung. Sedangkan untuk orang yang terlanjur terkena penyakit jantung, zikir dapat menjadi terapi untuk memperingan, bahkan juga menyembuhkannya.² Untuk memahami hubungan zikir dan kesehatan jantung, penulis jelaskan dalam skripsi yang berjudul **“ZIKIR DAN KESEHATAN JANTUNG PERSPEKTIF SURAT AR-RA'D AYAT 28”**

² Jumal Ahmad, “Zikir dalam Proses Penyembuhan Penyakit Jantung Perspektif Psikoterapis”, <https://www.researchgate.net/publication/328600140>, diakses pada 19 Februari, 2021

B. Fokus Penelitian

Dalam penelitian ini berfokus kepada permasalahan-permasalahan yang ditimbulkan oleh beragam pertanyaan dari masyarakat mengenai zikir dan kesehatan jantung perspektif surat ar-Ra'd ayat 28. Adapun penelitian ini akan menggunakan pendekatan *tahlili*, dimana pendekatan ini mufasir menguraikan makna yang dikandung oleh Alquran, ayat demi ayat dan surat demi surat sesuai dengan urutan letak ayat-ayat dan surat-surat dalam Alquran. Uraian tersebut menyangkut berbagai aspek yang dikandung ayat seperti pengertian kosa kata, konotasi kalimatnya, latar belakang turun ayat (asbabun nuzul), kaitannya dengan ayat-ayat yang lain, baik sebelum maupun sesudahnya (munasabah), dan tak ketinggalan pendapat-pendapat yang telah diberikan berkenaan dengan tafsiran ayat-ayat tersebut, baik yang disampaikan oleh Nabi, sahabat, para tabi'in, maupun ahli tafsir lainnya.³

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan penulis ungkap guna mempermudah penelitian ini adalah:

1. Apakah yang dimaksud dengan zikir dan *qalb* menurut pandangan para ulama?
2. Bagaimana zikir bagi kesehatan jantung perspektif surat Ar-Ra'd ayat 28?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mendeskripsikan tentang zikir dan *qalb* menurut pandangan para ulama
2. Untuk menjelaskan zikir bagi kesehatan jantung perspektif surat Ar-Ra'd ayat 28.

E. Manfaat Penelitian

Setelah menjelaskan pemaparan mengenai tujuan penelitian, diharapkan penelitian tersebut dapat memberi manfaat:

³ Nashruddin Baidan, *Metodologi Penafsiran al-Qur'an*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar 2005), hlm. 31

1. Penulis berharap penelitian ini dapat memberi kontribusi bagi perkembangan pemikiran keagamaan dan menambah khazanah literatur tafsir
2. Wacana bagi khazanah keilmuan khususnya di bidang Alquran dan tafsir untuk mencapai pemahaman yang berorientasikan dengan konsep Alquran yang benar
3. Secara praktis memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang pentingnya zikir bagi kesehatan baik fisik maupun mental
4. Secara pribadi untuk mengembangkan intelektualitas dan keilmuan untuk memenuhi tugas akhir program studi Ilmu Alquran dan Tafsir IAIN Kudus.

F. Sistematika Penulisan

Dalam sistematika penulisan ini akan diuraikan secara garis besar materi yang akan dibahas agar dapat diketahui mengenai gambaran penelitian ini. Maka peneliti dalam hal ini membaginya dalam lima bab, masing-masing bab terbagi menjadi beberapa sub bab.

Pertama, BAB I Pendahuluan, berisi tentang hal-hal yang sifatnya mengatur bentuk dan isi penelitian meliputi latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

Kedua, BAB II Kerangka Teori, berisi tentang teori-teori yang terkait dengan judul, penelitian terdahulu, dan kerangka berfikir.

Ketiga, BAB III Metode Penelitian, berisi metode penelitian diantaranya membahas tentang jenis dan pendekatan penelitian, subjek penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Keempat, BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan, dalam bab ini berisi inti dari penelitian yang mana akan membahas tentang ayat-ayat tentang zikir dan kesehatan jantung perspektif surat ar-Ra'd ayat 28 serta dalil-dalil yang berkaitan, dan bagaimana para ulama dalam menafsirkan ayat-ayat tentang zikir dan kesehatan jantung perspektif surat ar-Ra'd ayat 28.

Kelima, BAB V Penutup, berisi kesimpulan dari semua penjelasan yang sudah dipaparkan dan saran-saran yang berhubungan dengan penjelasan secara keseluruhan.