



Peace of Heart Perspective of Surah Al-Insyirah: Study of Tafsir Maudu'i

Ketenangan Hati Perspektif Surah Al-Insyirah: Kajian Tafsir Maudu'i

Nadea Siti Sa'adah¹, Siti Chodijah²

Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung

nadeasaadah10@gmail.com¹, chodijah1976@gmail.com²

Abstract

This study aims to discuss the calmness of heart in the perspective of Al-Insyirah's letter on the study of maudui (thematic) interpretation. The research methodology used is a qualitative model through literature study, which is interpreted to produce of knowledge. The results and discussion of this research are study of the Al-Insyirah's letter in dissecting calmness of heart and spaciousness of the chest and the themes contained in it using the maudui (thematic) interpretation method. So as to produce conclusions including calmness of heart, peace of mind and spaciousness of the chest which will be obtained by each individual if he is able to endure, be patient, and trustworthy in living it. As in the Al-Insyirah's letter verses 1 to 8 which describe various aspects, namely spaciousness, lightness and calmness of heart, ease after difficulty, doing other work after completing one job, and making intentions and hopes only focused on Allah SWT.

Keywords: Al-Insyirah, Maudhu'i Interpretation, Serenity, Spaciousness

Abstrak

Penelitian ini bertujuan membahas ketenangan hati perspektif surat Al-Insyirah kajian tafsir *maudui* (tematik). Metodologi penelitian yang dilakukan adalah dengan model kualitatif melalui studi literatur atau studi kepustakaan, yang diintrepetasikan untuk menghasilkan informasi berupa pengetahuan. Hasil dan pembahasan penelitian ini berupa pengkajian surat Al-Insyirah dalam membedah ketenangan hati dan kelapangan dada serta tema-tema yang terkandung di dalamnya dengan menggunakan



metode tafsir *maudu'i* (tematik). Sehingga menghasilkan kesimpulan berupa ketenangan hati, ketentraman jiwa serta kelapangan dada yang akan diperoleh setiap individu jika ia mampu tabah, bersabar, dan tawakal dalam menjalaninya. Seperti halnya dalam surat Al-Insyirah ayat 1 sampai 8 yang menguraikan berbagai aspek, di antaranya kelapangan dada, keringanan serta ketenangan hati, kemudahan setelah kesulitan, mengerjakan pekerjaan lain setelah selesai satu pekerjaan, dan menjadikan niat serta harapan hanya tertuju kepada Allah SWT.

Kata Kunci : *Al-Insyirah*, Kelapangan, Ketenangan, *Tafsir Maudu'i*

Pendahuluan

Surat Al-Insyirah merupakan surat yang terkenal dengan isi kandungannya mengenai kesukaran yang selalu disertai dengan kemudahan. Namun, terdapat aspek pokok lainnya yang terlupakan dalam penelitian surat Al-Insyirah ini, contohnya adalah ketenangan hati serta kelapangan dada. Sehingga diperlukan pengkajian lebih mendalam mengenai tema tersebut dengan menggunakan studi tafsir *maudu'i* (tematik).

Beberapa riset terdahulu banyak menjelaskan berbagai hal mengenai kajian ini. Antara lain Nauvilla, Ichda (2008) dengan judul "Surah Al-Insyirah dan Pemecahan Masalah" terbitan jurnal UIN Sunan Kalijaga, menyatakan bahwasanya surah Al-Insyirah berkaitan dengan ayat penggugah jiwa, sebesar apapun masalah yang tengah dihadapi tergantung pada cara menanggapi. Jika ditanggapi dengan positif, sabar, dan selalu bersyukur, maka masalah itu akan terasa ringan, begitu juga sebaliknya (Nauvilla, 2008). Yamani, Moh. Tulus (2015) dalam kajiannya yang berjudul "Memahami Al-Qur'an Dengan Metode Tafsir *Maudu'i*" menulis penelitian menggunakan studi analisis mengenai metode tafsir *maudu'i*. Artikel ini merupakan terbitan dari jurnal J-PAI. Hasil dan pembahasan penelitian ini ialah mengetahui metode tafsir dalam mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang mempunyai tujuan yang satu, yang bersama-sama membahas topik atau judul tertentu dan menertibkannya sesuai *asbab al-nuzul*, kemudian menyempurnakannya dengan beberapa penjelasan, dan lain sebagainya. Sehingga, akan terlihat kesimpulan berupa kelebihan dan kekurangan metode tafsir *maudu'i* serta terdapat perbedaan dalam pelaksanaannya. Namun, dalam aplikasinya metode-metode ini sebaiknya disesuaikan dengan situasi dan kondisi, agar dapat memberikan manfaat (Yamani, 2015). Latifah, Fitrothul (2019) dalam kajiannya yang berjudul "Kemudahan Perspektif Al-



Qur'an (Studi Tafsir Tematik)" terbitan Jurnal IAIN Ponorogo, mengemukakan gambaran secara utuh terkait penafsiran ayat-ayat kemudahan. Adapun hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, kata kemudahan dalam Al-Qur'an diungkapkan dengan tiga istilah: pertama, *hayyin*, dengan berbagai derivasinya; kedua, *yasir*, dengan berbagai derivasinya; ketiga, *khafif*, dengan berbagai derivasinya; keempat, *sāigh*, kelima, *adnā* (Latifah, 2019).

Dengan adanya riset-riset terdahulu, hal ini akan bermanfaat dalam penyusunan kerangka berpikir dalam penelitian ini. Ketenangan hati merupakan salah satu tema yang terdapat dalam surat Al-Insyirah. Ia adalah suatu hal yang harus diupayakan untuk memperoleh rasa nyaman, tenang dan bahagia (Azhari, 2019). Ketenangan hati yang dimaksud ialah bagaimana hati setiap individu merasa lapang. Kelapangan hati merupakan sikap seseorang dalam menghadapi masalah dengan cara sabar, berpikir positif serta selalu bersyukur (Nauvilla, 2008). Salah satu metode penafsiran yang muncul dewasa ini adalah tafsir *maudu'i* (tematik). Metode ini berusaha mengungkap makna dari suatu tema dalam Al-Qur'an dengan menggunakan langkah-langkah tertentu (Yamani, 2015). Surat Al-Insyirah merupakan salah satu surat Al-Qur'an yang mengandung konsep kemudahan yang berasal dari Allah (Latifah, 2019), selain itu dalam surat Al-Insyirah mengandung juga berbagai tema ketenangan hati serta kelapangan dada yang dalam hal ini akan diungkap dalam penafsiran menggunakan studi tafsir *maudui* (tematik).

Berdasarkan paparan tersebut, penulis berupaya menyusun formula penelitian berupa tujuan, asumsi, dan pertanyaan penelitian. Penelitian ini bertujuan membahas ketenangan hati perspektif surat Al-Insyirah kajian tafsir *maudui* (tematik). Diasumsikan bahwa terdapat ketenangan hati perspektif surat Al-Insyirah kajian tafsir *maudui* (tematik). Adapun pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana ketenangan hati perspektif surat Al-Insyirah kajian tafsir *maudui* (tematik)?

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis kualitatif dengan studi literatur atau studi pustaka. Studi pustaka adalah serangkaian kegiatan dalam pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat serta mengolah bahan penelitian (Zed, 2008). Penelitian ini dilakukan dengan menghimpun sumber kepustakaan, baik primer maupun sekunder. Sumber kepustakaan dikategorikan sesuai pertanyaan-pertanyaan penelitian untuk penyusunan kerangka berpikir. Pada bagian hasil penelitian, data pustaka ditampilkan sebagai temuan penelitian untuk diabstraksikan. Hasil abstraksi diinterpretasi untuk



mengasikkan informasi berupa pengetahuan. Adapun pada tahap interpretasi digunakan analisis isi (*content analysis*) (Darmalaksana, 2020).

Pembahasan

1. Kandungan Surat Al-Insyirah

Surat Al-Insyirah ayat 1 sampai 8 (RI, 2008) merupakan surat Makiyyah yang diturunkan setelah surat Ad-Dhuha (Nauvilla, 2008). Menurut Imam Suyuthi surat ini diturunkan ketika orang-orang musyrik memperolokkan dan menghina kekafiran dan kemiskinan kaum muslimin. Oleh karena itu, surat ini diturunkan sebagai penghibur hati (*tasliyah*) bagi Rasulullah SAW serta pengikutnya (Mahalli, 2002).

Surat ini menjelaskan bahwa Allah telah menyiapkan Nabi Muhammad SAW untuk menjadi Rasul untuk segera menunaikan tugasnya, yaitu mengajarkan tauhid. Karenanya Allah mencurahkan nikmat yang berlipat ganda kepada Nabi Muhammad SAW, dan juga melapangkan dadanya hingga sanggup memikul beban yang berat (Lutfia, 2019). Segala penderitaan yang dialami Nabi Muhammad SAW, akan berakhir dengan kelapangan, kemenangan, dan ketenangan hati yang akan ia rasakan (Ash-Shidiqy, 2002).

2. Esensi Ketenangan Hati

Ketenangan ialah suatu hal yang harus diupayakan untuk memperoleh rasa nyaman, tenang dan bahagia (Azhari, 2019). Ketenangan hati atau *tathma'inn al-qulub* berakar kata dari *إِطْمَآنٌ - يَطْمَآنُ* yang artinya menenangkan, melancarkan, dan menentramkan. Ketenangan hati adalah sebuah kendali internal dalam menerima perasaan yang didapat dari membersihkan hati serta keyakinan dalam meninggalkan keraguan dan akan menimbulkan semangat dalam mencari ilmu dan kebenaran (Rusdi, 2016). Sehingga, sikap dari ketenangan hati tersebut akan melahirkan kelapangan dada yang tenang. Adapun kelapangan berakar kata dari kata lapang (Kemendikbud, 2016). Halaman yang terletak dalam lembaran buku dinamai *shafhat* karena keluasan dan kelapangannya. Maka *Ash-Shafh* dapat diartikan dengan kelapangan dada. *Mushafahat* diartikan dengan berjabat tangan karena hal itu melambangkan kelapangan dada antara satu sama lain (Khasan, 2017). Disebutkan pula dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia bahwasanya lapang dada bermakna merasa senang, merasa lega (tidak sesak) dan tidak menjadi gusar (Kemendikbud, 2016). Dapat disimpulkan bahwa ketenangan hati merupakan rasa tenang dan nyaman yang ada dalam diri individu disebabkan oleh adanya usaha untuk mengingat Allah, maka ia pun akan merasakan kelapangan dalam dadanya.



3. Metode Tafsir *Maudu'i* dan Langkah-langkahnya

Jika ditelusuri perkembangannya, tafsir *maudu'i* telah dimulai sejak masa Rasulullah SAW walaupun hanya disajikan secara sederhana (Muslimin, 2019). Upaya dalam menyajikan beberapa ayat yang mempunyai keterkaitan dengan masalah lainnya dan dibuktikan dengan munculnya penafsiran satu ayat dengan ayat Al-Qur'an lainnya (Sya'roni, 2014). Hal ini dapat dimaklumi, karena Al-Qur'an dalam kapasitasnya sebagai pedoman hidup manusia (Z.A, 2014), serta menjadi petunjuk tentang ajarannya yang diturunkan sesuai dengan situasi dan kondisi yang membutuhkan (Suaidi, 2016), yang terkadang turun secara *mujmal*, *mutlaq*, dan umum, tetapi kadang-kadang diturunkan ayat yang terinci, tertentu, dan khusus (Sya'roni, 2014).

Metode *maudu'i* (tematik) ialah suatu metode yang membahas ayat-ayat Al-Qur'an sesuai dengan tema atau judul tertentu yang telah ditetapkan (Yamani, 2015). Menentukan munasabah ayat-ayatnya, lalu mengkaji *asbab al-nuzul*, membedah kosakata, dan lain sebagainya (Shihab M. Q., 2007). Semua aspek tersebut dijelaskan, serta diperkuat dengan dalil-dalil atau fakta-fakta yang dapat dipertanggungjawabkan, baik dalil dari Al-Qur'an, hadis, maupun pendapat-pendapat ulama (Sanaky, 2008). Menurut Muhammad Quraish Shihab metode *maudu'i* mempunyai dua pengertian. Pertama, penafsiran mengenai satu surat dengan menjelaskan tujuan-tujuannya secara umum dengan tema-tema lainnya, sehingga satu surat tersebut dengan berbagai masalahnya merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan. Kedua, menghimpun beberapa ayat yang membahas satu masalah tertentu dari berbagai ayat atau surat Al-Qur'an dan diurutkan sesuai dengan urutan turunnya, kemudian menjelaskan pengertian menyeluruh ayat-ayat tersebut, guna menarik petunjuk Al-Qur'an secara utuh tentang masalah yang dibahas itu (Shihab M. Q., 1992).

Abdul Hayyi Al-Farmawi menyebutkan bahwasanya langkah-langkah penafsiran metode *maudu'i* adalah: a) Menetapkan masalah-masalah yang ada dalam Al-Qur'an yang akan menjadi pokok bahasan; b) Mengumpulkan ayat-ayat *makiyah* dan *madaniyah*; c) Mengumpulkan ayat-ayat secara teratur menurut kronologi masa turunnya (*asbab al-nuzul*); d) Menganalisis ayat-ayat secara tematik dengan mengumpulkan ayat-ayat Al-Qur'an yang mempunyai pengertian hampir sama, mengompromikan ayat yang *'am* dan *khas*, *muthlak* dan *muqoyyad*, mensinkronkan ayat-ayat yang terlihat kontradiktif, menjelaskan ayat *nasikh* dan *mansukh* sehingga akan terlihat kesempurnaan ayat tanpa adanya suatu perbedaan dan kontradiksi (Muslimin, 2019).

Seorang ulama yakni Mustofa Muslim, dalam *Mabahis fi at-Tafsir alMaudhu'i* mengajukan langkah-langkah tafsir *maudhu'i* berdasar satu surat: *Pertama*, mengambil satu surat dan menjelaskan masalah-masalah yang berhubungan dengan surat tersebut, di antaranya sebab-sebab turunnya dan



bagaimana surat itu diturunkan (*madaniyah* atau *makkiyah*, dan hadis-hadis yang menerangkan keistimewaanya) (Muslim, 1997).

Kedua, menyampaikan pengertian dari tujuan mendasar dalam surat dan membahas mengenai terjadinya nama surat itu. *Ketiga*, membagi surat (khusus untuk surat yang panjang) kepada bagianbagian yang lebih kecil, menerangkan unsur-unsurnya (meliputi *am dan khas, nasikh mansukh*, lafaznya dalam bahasa Arab dan lain-lain) dan tujuan masing-masing bagian serta menetapkan kesimpulan dari bagian tersebut. Dan *keempat*, menghubungkan keterangan atau kesimpulan dari masing-masing bagian kecil tersebut dan menerangkan pokok tujuannya (Muslim, 1997).

Adapun dalam penafsiran surat Al-Insyirah ini, penulis menggunakan langkah-langkah penafsiran oleh Mustofa Muslim.

4. Ketenangan Hati Perpektif Surat Al-Insyirah Kajian Tafsir *Maudu'i* (Tematik)

Surah Al-Insyirah turun setelah surat Adh-Dhuha seakan ia melengkapinya. Di dalam surat ini, terdapat kasih sayang yang teduh, bisikan penguat dari Sang Kekasih, serta ditampakkan perhatian yang luar biasa kepada Nabi Muhammad SAW (Qutb, 2012). Sebagaimana yang telah disinggung di muka, bahwasanya *asbab al-nuzul* surat ini yakni untuk menghibur Nabi Muhammad SAW dan pengikutnya karena terus menerus dihantam, dihina serta diolok-olok oleh kaum musyrikin (Mahalli, 2002). Surat ini termasuk kepada surat-surat *makkiyah* permulaan (*marhalah makkiyah ibtida'iyah*) dan turun sekitar tahun ke 1-4 kerasulan (Ash-Shiddieqy, 2002). Allah menjelaskan ketenangan hati dan kelapangan dada atas beban yang dirasakan Nabi Muhammad SAW ketika berdakwah (Nauvilla, 2008). Allah menghibur Nabi Muhammad agar dapat senantiasa bersabar dan tak padam semangat berdakwahnya dengan ungkapan pada ayat 5 dan 6 yaitu "*fa inna ma'al 'usri yusro, inna ma'al 'usri yusro*" bahwasanya setelah kesukaran itu pasti akan datang kemudahan, maka Nabi Muhammad pun merasakan kelapangan pada hatinya. Hal ini berlaku bukan hanya kepada Nabi Muhammad saja, namun setiap manusia pun akan merasakannya.

Kelapangan dada dapat ditemukan pada surat Al-Insyirah ayat 1 dan 2 (RI, 2008), terdapat term *al-shadr* dalam ayat ini didahului oleh ungkapan kata *alam nasyrah* (berbentuk pertanyaan) yang berarti: *Tidakkah kami telah melapangkan dadamu?* Pertanyaan ini bukan ditujukan untuk suatu pertanyaan yang memerlukan jawaban, namun bertujuan untuk menguatkan adanya suatu kejadian, yaitu *nasyrah laka shadrak* (*kami melapangkan dadamu*). Sehingga klausa tersebut bermaksud *qad syarrahna shadrak* (*sureguh kami telah melapangkan dadamu*). Adapun kelapangan dada dalam ayat ini ialah dada Rasulullah SAW (Sulaiman, 2017).



Sayyid Quthub mengisyaratkan adanya kesempitan dalam hati Nabi Muhammad SAW dalam menjalani dakwah dan rintangan-rintangan yang ia hadapi. Namun Allah telah menyiapkan bahwasanya akan ada kesenangan setelah kesengsaraan dan kegembiraan setelah kepayahan, serta ia akan mendapatkan nikmat yang luas (Quthb, 2002). Dengan kata lain dapat disebutkan bahwasanya Allah telah menjadikannya bercahaya dan luas lagi lapang. Semakna dengan apa yang telah disebutkan dalam ayat lain melalui firman-Nya surat Al-An'am ayat 125: *"Barangsiapa yang Allah menghendaki akan memberikan kepadanya petunjuk, niscaya Dia melapangkan dadanya untuk (memeluk agama) Islam"* (RI, 2008). Pun juga Allah menjelaskan akan kelapangan dada yang dianugerahkan kepada Nabi Muhammad SAW serta umatnya dengan kapasitas yang berbeda (Nauvilla, 2008).

Adapun dalam surat Thaha: 25-27 (RI, 2008), Nabi Musa a.s memohon kepada Allah agar diberikan pertolongan serta kemudahan untuk dirinya dari segala persoalan. Berbeda dengan Nabi Muhammad SAW yang tanpa ia memohon kepada Allah, Allah telah menjamin dan memberikan anugerah kemudahan setiap kali mendapat kesukaran. Hal ini diperkuat dalam surat Al-A'la yang berbunyi *"Kami telah mempermudahmu kepada kemudahan"* (Shihab M. Q., 2002)

Pada ayat ke 3 dan 4, Allah telah menghilangkan beban berat yang ada di atas punggung Nabi Muhammad sampai ia merasakan keringanan dan ketentraman hati karena ia menjalankannya dengan penuh kesabaran serta tawakal kepada Allah SWT (Quthb, 2002). Ibnu Jarir mengatakan, telah menceritakan kepadaku Yunus, telah menceritakan kepada kami Ibnu Wahb, telah menceritakan kepada kami Amr Ibnul Haris, dari Darij, dari Abul Haisam, dari Abu Sa'id, dari Rasulullah SAW bersabda: *"Jibril datang kepadaku dan berkata, "Sesungguhnya Tuhanku dan Tuhanmu pernah berfirman, "Tahukah kamu bagaimana aku meninggikan sebutan namamu?" Jibril menjawab, "Allah lebih mengetahui." Allah berfirman, "Apabila nama-Ku disebut, maka di sebutpula namamu bersama-Ku." Al-Bagawi telah meriwayatkan dari Ibnu Abbas dan Mujahid, bahwa makna yang dimaksud dari ayat 4 ini ialah azan, yakni nama Nabi Muhammad SAW disebutkan dalam adzan (Katsir, 2017).*

Qatadah mengatakan bahwa Allah meninggikan (mengangkat) sebutan namanya di dunia dan di akhirat. Maka tiada seorang khatib pun, tiada seorang yang membaca syahadat pun, dan tiada orang yang shalat melainkan mengucapkannya, yaitu kalimah *"aku bersaksi tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah dan bahwa Muhammad adalah utusan Allah.* Ulama lain mengatakan bahwa Allah meninggikan sebutan namanya di kalangan orang-orang terdahulu dan orang-orang kemudian. Dan Allah memuliakan namanya saat mengambil perjanjian dari para Nabi, yaitu hendaknya mereka



beriman kepada Nabi Muhammad dan hendaklah mereka memerintahkan kepada umatnya masing-masing untuk beriman kepadanya. Kemudian Allah memasyhurkan sebutannya di kalangan umatnya, maka tidak sekali-kali nama Allah disebut melainkan ia pun disebut bersama nama-Nya (Katsir, 2017).

Kemudian pada ayat 5 dan 6 menguraikan akan adanya kemudahan setelah kesulitan. Dua ayat tersebut mengisyaratkan akan misi Nabi Muhammad “Betapa besar kesulitan yang Nabi hadapi, sehingga tulang-tulang Nabi berderak, ketika itu musuh-musuh berusaha keras untuk menghapus nama Nabi, akan tetapi yang terjadi adalah sebaliknya. Inilah aturan Allah.” Keringanan beban dan kelapangan tersebut ia raih karena sikapnya yang optimis, sabar dan tabah. Seperti yang dijelaskan dalam surat Luqman: 17 bahwasanya seseorang tidak akan memperoleh kemudahan, kesenangan, dan kebahagiaan, sebelum ia menyebrangi jalan yang penuh akan tantangan (Nauvilla, 2008).

Ibnu Abi Hatim mengatakan, telah menceritakan kepada kami Abu Dzar’ah, telah menceritakan kepada kami Mahmud ibnu Gailan, telah menceritakan kepada kamu Hamid ibnu Hammad ibnu Abu Khuwar alias Abu Jahm, telah menceritakan kepada kami Aiz ibnu Syuraih yang mengatakan bahwa Anas ibnu Malik pernah menceritakan bahwa Nabi SAW duduk dan di hadapannya terdapat sebuah batu, maka beliau SAW bersabda: “Seandainya kesulitan datang, lalu masuk ke dalam batu ini, niscaya kemudahan akan datang dan masuk ke dalamnya, lalu mengusirnya. Dan Allah menurunkan firman-Nya: karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (Al-Insyirah: 5-6) (Katsir, 2017).

Terakhir adalah ayat 7 dan 8 yang menjelaskan bahwasanya apabila engkau telah selesai pada satu pekerjaan, maka hendaklah kerjakan kelelahan-kelelahan lainnya, dan terjunkanlah kedalam kesulitan-kesulitan yang sebenarnya. Jangan biarkan diri sendiri tenggelam dalam kenyamanan. Karena itu, apabila telah selesai mengerjakan sesuatu, berdirilah dan segera kerjakan yang lain dan harapkanlah rahmat Tuhanmu (Muthahari, 2000). Dengan kata lain hadapkanlah hatimu secara total untuk beribadah, serta menyucikan diri menghadap Ilahi. Karena segala sesuatu hanya dapat diserahkan kepada Allah semata, termasuk urusan berdakwah yang menjadi beban Nabi SAW kala itu. Namun, bersama beban berat tersebut terdapat pancaran cahaya Ilahi yang menaungi. Sehingga Nabi SAW merasakan ketenangan hati dan mampu mengemban amanah dakwah hingga akhir hayatnya (Qutb, 2012). Adapun Mujahid mengatakan sehubungan dengan makna ayat ini, bahwa apabila kamu telah merampungkan urusan duniamu, lalu kamu berdiri untuk shalat, maka kerjakanlah salatmu dengan sungguh-



sungguh menghadap kepada Tuhamnu. Dalam riwayat lain yang bersumber dari Qatadah disebutkan pula bahwa apabila berdiri untuk shalat, maka berdoa dengan sungguh-sungguh untuk keperluanmu (Katsir, 2017).

Kesimpulan

Ketenangan hati, ketentraman jiwa serta kelapangan dada akan diperoleh setiap individu jika ia bersabar, tabah serta tawakal dalam menghadapi kesulitan-kesulitan hidup yang ia jalani. Maka jika diuraikan kandungannya, surat Al-Insyirah ayat 1 sampai 8 mencakup berbagai aspek, yaitu kelapangan dada, keringanan serta ketentraman hati, kemudahan setelah kesulitan, mengerjakan pekerjaan lain setelah selesai satu pekerjaan, dan menjadikan niat serta harapan hanya tertuju kepada Allah SWT. Penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi penulis dan pembaca, untuk senantiasa bersabar dalam menghadapi ujian yang Allah berikan, dan terus bersemangat dalam menggapai Ridha-Nya agar dapat mencapai nikmat ketenangan hati. Penelitian ini sungguh memiliki keterbatasan, yakni belum menemukan keterangan kompromi ayat berupa *nasikh* dan *mansukh* serta sinkronisasi ayat-ayat yang lahirnya tampak kontradiktif. Sehingga penelitian ini merekomendasikan pengkajian lebih lanjut akan hal tersebut.

Daftar Pustaka

- Ash-Shiddieqy, H. (2002). *Ilmu-ilmu Pokok dalam Menafsirkan Al-Qur'an*. Semarang: Pustaka Rizki Putra.
- Ash-Shidiqy, T. M. (2002). *Al-Bayan Tafsir Penjelas Al-Qur'anul Karim*. Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra.
- Azhari, N. N. (2019). *Ketenangan Hati dalam Al-Qur'an: Telaah Pemikiran Syaikh Najmuddin Al-Qubro*. Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Darmalaksana, W. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan. Pre-print Kelas Menulis UIN Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Katsir, I. I. (2017). *Tafsir Al-Qur'an Al-Adzim*. Mekah: Insan Kamil.
- Kemendikbud, K. D. (2016, Oktober 28). <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Lapang%20Dada>. Dipetik Desember 31, 2020, dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id>
- Khasan, M. (2017). Perspektif Islam dan Psikologi Tentang Pemaafan. *Jurnal At-Taqaddum*, 69-94.
- Latifah, F. (2019). *Kemudahan Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)*. Ponorogo: Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo.



Gunung Djati Conference Series, Volume 4 (2021)
Proceedings The 1st Conference on Ushuluddin Studies

ISSN: 2774-6585

Website: <https://conferences.uinsgd.ac.id/gdcs>

- Lutfia, N. Z. (2019). *Nilai-Nilai Akhlak dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Surat Al-Insyirah Ayat 1-8*. Jakarta: Reposiory UIN Syarif Hidayatullah.
- Mahalli, A. M. (2002). *Asbabun Nuzul Studi Pendalaman Al-Qur'an*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Muslim, M. (1997). *Mabahis fi al-Tafsir al-Maudhu'i*. Damaskus: Dar al-Qalam.
- Muslimin, M. (2019). Kontribusi Tafsir Maudu'i dalam Memahami Al-Qur'an. *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman*, 75-84.
- Muthahari, M. (2000). *Tafsir Surah Pilihan, Mengisi Hidup dengan Surah Penuh Berkah*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Nauvilla, I. (2008). *Surah Al-Insyirah dan Pemecahan Masalah*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Qutb, S. (2012, June 05). <https://Tafsirzilal.Files.Wordpress.com/2012/06/Al-Insyirah-Indon.pdf>. Dipetik January 23, 2021, dari <https://tafsirzilal.wordpress.com/2012/06/05/bahasa-indonesia-2/>: <https://tafsirzilal.wordpress.com/2012/06/05/bahasa-indonesia-2/>
- Quthb, S. (2002). *Tafsir Fii Zhilal Al-Qur'an Dibawah Naungan Al-Qur'an Terj. As'ad Yasin dan Abdul Aziz Salim Basyarahil*. Jakarta: Gema Insani Press.
- RI, D. A. (2008). *Al-Kafi Mushaf Al-Qur'an*. Bandung: CV Penerbit Diponegoro.
- Rusdi, A. (2016). Efektifitas salat taubat dalam meningkatkan ketenangan hati. *Jurnal Psikologi Islami*, 94-116.
- Rusdi, A. (2018). *Ketenangan Hati dalam Psikologi Islam dan Konstruksi Alat Ukurnya*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Sanaky, H. A. (2008). Metode Tafsir: Perkembangan Metode Tafsir Mengikuti Warna atau Corak Mufassirin. *Al-Mawarid Edisi XVIII*, 263-284.
- Shihab, M. Q. (1992). *Membumikan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- Shihab, M. Q. (2002). *Membumikan Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2007). *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- Suaidi, P. (2016). Asbabun Nuzul: Pengertian, Macam-macam, Redaksi dan Urgensi. *Al-Mufida Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 110-122.
- Sulaiman, A. M. (2017). *Makna Ash-Shadr dalam Al-Qur'an: Kajian Muqorannah Shafwatut Tafasir dan Tafsir Al-Munir*. Riau: UIN Suska.
- Sya'roni, H. M. (2014). Studi Tafsir Tematik. *Jurnal study Islam Panca Wahana I Edisi 12*, 1-13.
- Yamani, M. T. (2015). Memahami Al-Qur'an dengan Metode Tafsir Maudhu'i. *J-PAI*, 273-291.
- Z.A, T. (2014). Menelusuri Metode Pendidikan dalam Al-Qur'an dengan Pendekatan Tafsir Maudu'i. *Serambi Tarbawi Jurnal Studi Pemikiran, Riset dan Pemikiran Islam*, 19-34.
- Zed, M. (2008). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.