

BAB IV
UPAYA MENGHINDARI GHIBAH

A. Terapi Ghibah

Menghindarkan diri dari kekotoran dan keburukan akhlak yang buruk dan tercela baik dalam kalangan manusia lebih-lebih dihadapan Allah Ta'ala, adalah merupakan sesuatu yang harus. Dan sesungguhnya semua al-akhlak al-kabihah itu hanya dapat diobati, diterapi dengan ilmu dan amal.

Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazaliy (w. 505 H) dalam Ihya' nya ~~membagi~~ dua cara yang dapat dilakukan untuk menahan lidah dari ghibah, yaitu secara garis besar dan secara terperinci.

Adapun secara garis besar, hendaklah ia menanamkan pengertian dan meyakini bahwa ghibah yang dilakukan akan menghadapi murka Allah, sebagaimana penjelasan ayat dan hadits yang telah diriwayatkan. Hendaklah disadari bahwa ghibah itu menghapus segala kebajikannya kelak di akherat. Karena ghibah itu dapat ~~mempindahkan~~ kebaikan-kebajikannya kepada orang yang dighibahnya besok pada hari kiamat, sebagai ganti dari runtuhnya harga diri orang tersebut. Kalau ia tidak mempunyai kebaikan, maka kejelekan-kejelekan orang yang dibicarakan keburukannya dipindahkan kepadanya.

Disamping ia menghadapi murka Allah Azza Jalla, ia menyerupai orang yang memakan bangkai, bahkan ia akan masuk neraka dengan neraca kejelekan-kejelekannya lebih berat dari pada neraca kebajikannya. Dan kadang-kadang kejelekannya lebih berat, karena dipenuhi oleh kejelekan orang yang dighibahnya, sehingga ia masuk neraka.

Apabila seorang hamba iman terhadap hadits - hadits yang menjelaskan tentang bahayanya ghibah, niscaya ia tidak akan melepaskan lidahnya untuk mengumpat karena takut bahayanya. Bahkan lebih bermanfaat baginya apabila ia mau mengoreksi dirinya, lalu ia sibuk dengan aib dirinya serta mengingat sabda Rasulullah SAW :

هُوَ مِنْ شَغْلِهِ عَنِ عَيْبِ النَّاسِ

Artinya : Berbahagialah orang-orang yang disibukkan dengan aibnya dari pada sibuk dengan aib-aib manusia.¹

Apabila ia mengetahui suatu aib, maka sebaiknya ia merasa malu meninggalkan aibnya dan mencela aib org lain. Anggaplah bahwa tak berdayanya orang lain untuk membersihkan aibnya seperti ketidak berdayaan dirinya sendiri.

¹HR Al-Bazzar dari hadits Anas dengan sanad yang dha'if.

Demikian pula bila aib itu berhubungan dengan sesuatu yang diciptakan, maka mencelanya berarti mencela Dzat Yang Menciptakan. Karena barang siapa mencela suatu hasil karya, niscaya ia mencela orang yang membuatnya.

Sesungguhnya mencaci maki manusia dan memakan daging bangkai termasuk aib yang paling besar. Bahkan jika ia sadar, bahwa rasa sakit yang diderita orang lain karena ghibah adalah sebagaimana rasa sakit yang dideritanya karena ghibah yang dilakukan orang lain kepadanya. Bila ia tidak suka dibicarakan keburukannya, maka janganlah ia berbuat ghibah kepada orang lain.

Adapun terapi ghibah secara terperinci, adalah dengan memperhatikan sesuatu yang mendorongnya melakukan ghibah.

Marah misalnya, bisa diterapi dengan perkataan : "Bila saya marah, niscaya Allah murka karena aku ghibah. Allah SWT melarang ghibah dan marah, tetapi saya menentang larangan-Nya.

Rasulullah bersabda :

مَنْ كَذَّبَ غَيْظًا وَهُوَ يَقْدِرُ عَلَى أَنْ يَمْضِيَهُ دَعَاهُ اللَّهُ
تَعَالَى يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَلَى رُؤْسِ الْخَلَائِقِ
حَتَّى يَخْتِيرَهُ فِي آيِ الْحُورِ شَاءَ .

Artinya : Barang siapa menahan kemarahannya sedang ia mampu melampiaskannya, niscaya Allah pada hari kiamat memanggilnya di hadapan para makhluk, sehingga Allah menyuruhnya memilih bidadari mana yang ia kehendaki. (HR Turmudzi).²

Adapun terapi ghibah disebabkan adaptasi dengan teman-teman adalah dengan meyakini bahwa Allah akan marah apabila kamu mencari kemurkaan-Nya dalam keridhaan para makhluk.

Sedangkan ghibah disebabkan membersihkan diri dengan menuduh orang lain berkhianat padahal ia tidak boleh menyebutkan orang tersebut, maka terapinya dengan meyakini kemurkaan Tuhan lebih berat dari pada menghadapi kemurkaan para makhluk. Dengan ghibah, dipastikan akan mendapat murka Allah, tetapi kamu tidak mengetahui dengan pasti apakah kamu bebas dari murka manusia atau tidak, apabila kamu menghindari ghibah.

²Abu Isa bin Surat al-Turmudzi, Sunan Turmudzi, Maktabah Daklan, Indonesia, tt, hlm. 50, 74.

Lihat Abu Dawud Sulaiman bin Asy'asy, Sunan Abi Dawud, Dar al-Fikr, 1990, cet. I, hlm: 3.

Ghibah karena membanggakan diri dan mencela orang dapat diatasi dengan menasihati diri bahwa apa yang kamu sebutkan dapat membatalkan keutamaanmu dihadapan Allah. Bahkan kadang-kadang keyakinan manusia akan kelebihanmu akan berkurang, apabila mengetahui kamu telah mencela manusia.

Terapi karena dengki, maka hendaklah kamu menyadari bahwa dengan ini kamu mengumpulkan dua siksa. Dengki atas kenikmatan dunia, kamu merasa tersiksa dengan kedengkian, dan yang kedua, kamu tidak merasa puas dengannya sebelum kamu mendapat siksa di akhirat. Dengan ini, maka kamu telah merugikan dirimu di dunia dan juga di akhirat. Kamu bermaksud menjatuhkan orang yang kamu dengki, namun kamu tidak menyadari bahwa dengan ini kamu telah mencampakkan--dirimu dan menghadiahkan kebaikan-kebaikanmu dengan cuma-cuma kepadanya.

Adapun memperolok-olok, maka pada hakekatnya adalah menghina orang lain dihadapan manusia dengan menghina dirimu di sisi Allah, para malaikat dan para Nabi.

Adapun rasa kasihan terhadap orang yang dicoba dengan perbuatan dosa, itu merupakan kebaikan, tetapi iblis dengki kepadamu, lalu menyesatkanmu dan mendorongmu agar kamu berbicara dengan apa yang dapat memindahkan amal kebaikanmu kepadanya dengan lebih banyak dari pada kebaikan

kasih sayangmu kepadanya.

Jadi semua jenis umpatan hanya dapat diterapi dan diatasi dengan ilmu saja. Dan meyakini semua perkara ini adalah termasuk bab-bab iman. Barangsiapa kuat imannya terhadap semua ini, pasti lisannya tercegah dari ghibah.³

Itulah nasihat al-Ghazaliy, sungguh dalam sekali pandangan beliau dalam masalah-masalah yang menyangkut ah lak dan budi pekerti ini. Apalah arti semua ibadah, amal dan kebaikan lainnya, bila ghibah, mengumpat, dan membicarakan keburukan orang lain tetap juga dilaksanakan. Iba--ratnya, orang dengan susah payah mengumpulkan kayu bakar, sedikit demi sedikit, tapi akhirnya musnah terbakar untuk mengganti kebaikan dari orang yang dighibahnya. Tentu, ini suatu kerugian yang patut disayangkan.

³Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazaliy, Ihya' Ulum al-Din, Dar al-Fikr, tt, jilid III, hlm. 157-159.

B. Tobat dari Ghibah

Seseorang yang berbuat ghibah terhadap orang lain dengan cara mencaci atau sejenisnya, atau menuduh dengan suatu tuduhan atau menghinai keluarganya, kemudian bertaubat, maka ia harus meminta maaf kepada orang yang dighibahkannya itu dan harus memberitahukan kepadanya apa yang ia perbuat. Hal ini termasuk syarat taubat. Jika tidak ia lakukan, maka taubatnya tidak sah. Dengan demikian, dosanya yang berkaitan dengan hak-hak manusia tidak akan terhapus. Lain halnya jika orang yang bersangkutan telah meninggal dunia atau tak mungkin ia temui, maka hal itu tidak ia perlukan.

Dalam kitab al-Adzkar bab Kaffarat al-Ghibah wa al-Taubah Minha, buah karya al-Nawawiy (631-676 H) disebutkan, bahwa orang yang berbuat maksiat itu harus segera bertaubat.

Lebih lanjut ia membagi taubat kedalam dua jenis :

1. Taubat dari perbuatan melanggar hak Allah SWT. Taubat yang melanggar hak Allah akan diterima jika memenuhi tiga syarat, yaitu :
 - a. Meninggalkan maksiat.
 - b. Menyesal atas perbuatan maksiat yang telah ia lakukan.
 - c. Berniat keras untuk tidak mengulangi perbuatan ter-

sebut.

2. Taubat dari perbuatan melanggar hak manusia.

Taubat ini mempunyai tiga syarat diatas, ditambah dengan syarat keempat, yaitu memberitahukan kezaliman yang telah ia perbuat kepada orang yang ia dzalimi dan meminta maaf kepadanya.

Jadi orang yang berbuat ghibah wajib bertaubat dengan empat syarat tersebut, sebab ghibah itu melanggar hak manusia.

Mungkin disini akan timbul pertanyaan. Apakah cukup hanya dengan mengucapkan : "Aku telah mengghibah engkau, maka maafkanlah aku". Ataukah ia harus menceritakan isi ghibah itu ?

Dalam hal ini ada dua pendapat.

Pertama, harus menjelaskannya. Jika ia diberi maaf tanpa memberitahukan isi ghibah tersebut, maka maafnya itu tidak sah, sebagaimana halnya ia meminta maaf dari harta yang tidak diketahui.

Kedua, hal tersebut bukan merupakan syarat. Karena perkara ini tidaklah mudah, berbeda dengan masalah harta diatas.

Pendapat pertama lebih kuat. Sebab manusia itu diberi maaf dari perbuatan ghibah jika tidak mengulangi perbuatan ghibah (tidak memberitahukan isi ghibah dengan berbuat ghibah). Jika orang yang dighibahi tidak ada atau meninggal dunia, maka sangat sukar mendapatkan penyucian diri.

Tetapi sebagian ulama mengatakan : "Jika orang yang dighibahkannya tidak ada atau meninggal dunia, maka seyogyanya ia memperbanyak istighfar dan memperbanyak amal shaleh. Disamping itu harus mendoakan orang yang pernah ia ghibah. Demikian pendapat al-Nawawiy.⁴

Jadi alternatif yang diberikan sebagian ulama itu merupakan alternatif terakhir, setelah diketahui bahwa orang yang dighibahkannya itu tidak ada atau meninggal dunia.

⁴Muhyi al-Din Abi Zakaria Yahya bin Syaraf al-Nawawiy, Al-Adzkaar, Maktabah Usaha Keluarga Semarang, tt, hlm. 297.