

Keseimbangan Antara Ujian Dan Kemampuan Manusia: Telaah Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 286 Dalam Tafsir Al-Mishbah

Ahmad Ahsanul Khuluq^{1*}, Nasrulloh², Moh Rifqi Falah Al Farabi³

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang^{1,2,3}, Malang, Indonesia

ahsanulkhuluq18@gmail.com^{1*}, nasrulloh@syariah.uin-malang.ac.id², rifqifalah.29@gmail.com³

Informasi Artikel	Abstract
E-ISSN : 3026-6874 Vol: 2 No: 11 November 2024 Halaman : 16-25	<i>This article discusses the study of the meaning of Tafsir Al-Mishbah on Surah Al-Baqarah verse 286 as well as the concept of balance between trials and human capabilities from the perspective of Tafsir Al-Mishbah by Quraish Shihab, focusing on Surah Al-Baqarah verse 286. The research method used is a literature study with a descriptive qualitative approach, relying on primary sources from Tafsir Al-Mishbah and relevant secondary sources. The data analysis technique used is content analysis. The results of this study include an in-depth study of the meaning of the verses, namely 1) Allah does not burden beyond human capabilities, 2) the concept of responsibility and retribution for human actions, 3) Prayer as an acknowledgment of human limitations, and 4) Tawakkal and dependence on Allah. Quraish Shihab emphasizes that every test Allah gives does not exceed human ability, thus providing hope and tranquility. Meanwhile, in the discussion of the balance between trials and human capabilities, it was highlighted that understanding this verse offers a strong spiritual foundation for Muslims to face various challenges in life, encouraging them to surrender to Allah, pray, and keep trying.</i>
Keywords: Surah Al-Baqarah verse 286 Tafsir Al-Mishbah Trials and Human Capabilities	

Abstrak

Artikel ini membahas telaah makna Tafsir Al-Mishbah terhadap surat Al-Baqarah ayat 286 serta konsep keseimbangan keseimbangan antara ujian dan kemampuan manusia dalam perspektif Tafsir Al-Mishbah karya Quraish Shihab, dengan fokus pada Surat Al-Baqarah ayat 286. Metode penelitian yang digunakan adalah studi pustaka dengan pendekatan kualitatif deskriptif, mengandalkan sumber primer dari Tafsir Al-Mishbah dan sumber sekunder yang relevan. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi. Hasil penelitian ini mencakup telaah mendalam tentang makna ayat, yaitu 1) Allah tidak membebani diluar kemampuan manusia, 2) konsep tanggungjawab dan balasan atas perbuatan manusia, 3) Doa sebagai pengakuan keterbatasan manusia, dan 4) Tawakkal dan ketergantungan kepada Allah. Quraish Shihab menegaskan bahwa setiap ujian yang diberikan Allah tidak melebihi kemampuan manusia, sehingga memberikan harapan dan ketenangan. Sedangkan pada pembahasan keseimbangan antara ujian dan kemampuan manusia, menyoroti bahwa pemahaman terhadap ayat ini memberikan landasan spiritual yang kuat bagi umat Islam untuk menghadapi berbagai tantangan hidup, mendorong mereka untuk berserah diri kepada Allah, berdoa, dan terus berusaha.

Kata Kunci : Surat Al-Baqarah ayat 286, Tafsir Al-Mishbah, Ujian dan Kemampuan Manusia

PENDAHULUAN

Dalam kondisi kehidupan saat ini, banyak orang menghadapi berbagai tantangan hidup yang beragam. Tantangan ini sangat beragam dan kompleks, mencakup berbagai aspek hubungan manusia dengan manusia yang lain, maupun dengan Tuhan. Setiap manusia, memiliki fase kehidupan dan keunikan dalam kepekaan kehidupan sosialnya. Tidak menutup kemungkinan bahwa setiap manusia memiliki masalah dalam kehidupannya yang disebabkan oleh kegagalan saling memahami di setiap individu masing-masing (Nurdin, 2021). Selain itu, manusia juga menghadapi tantangan dalam mencegah kejahatan dari setan dan hawa nafsu (Shihab, 2007). Situasi ini seringkali menimbulkan perasaan cemas, putus asa, dan hilangnya arah dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dalam menghadapi tekanan luar biasa ini, banyak orang membutuhkan landasan spiritual yang kuat untuk tetap bertahan dan menemukan makna di balik setiap ujian.

Ujian merupakan konsep yang sering dibahas dalam Al-Qur'an sebagai bagian penting dari pembentukan karakter dan peningkatan keimanan seseorang. Dalam ajaran Islam, ujian dipahami sebagai bentuk kasih sayang Allah SWT yang bertujuan untuk menguji kesabaran, keteguhan hati, dan ketaatan hamba-Nya (Asad, 2021). Ujian dapat berupa tantangan fisik, seperti kesulitan ekonomi, penyakit, atau bencana alam, maupun ujian spiritual yang menguji keyakinan, ketakwaan, dan kemampuan untuk tetap berada di jalan Allah SWT meskipun dihadapkan pada godaan atau kesulitan hidup. Ujian ini bukanlah bentuk hukuman, melainkan sarana untuk memperkuat iman dan mendekatkan diri kepada-Nya (Akbar et al., 2024). Dengan melalui ujian, seorang Muslim dalam kehidupannya diajarkan untuk bersabar, bersyukur, dan tetap percaya pada Rahmat Allah SWT, sehingga proses ini menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas diri dan hubungan dengan-Nya.

Di sinilah relevansi surat Al-Baqarah ayat 286 sangat penting. Ayat ini mengingatkan bahwa setiap ujian yang diberikan Allah SWT tidak pernah melebihi kemampuan seseorang, sehingga memberikan rasa tenang dan pengharapan bagi mereka yang sedang berjuang. Dengan keyakinan ini, umat Islam diajarkan untuk selalu percaya pada kekuatan yang mereka miliki dengan izin Allah STW, serta memperkuat hubungan spiritual mereka sebagai jalan keluar dari tantangan kehidupan saat ini.

Sebagai penutup dari Surat Al-Baqarah, ayat 286 memberikan pesan yang sangat kuat tentang kasih sayang Allah SWT dalam menghadapi tantangan hidup. Ayat ini menegaskan bahwa Allah SWT tidak membebani seseorang melebihi kapasitasnya, memberikan rasa peneguhan bahwa setiap ujian yang dialami telah terukur sesuai dengan kemampuan masing-masing. Selain itu, ayat ini mengajak umat Islam untuk berserah diri, memohon ampunan, dan selalu berharap pada Rahmat-Nya. Dengan demikian, ayat ini menjadi sumber kekuatan spiritual, memberi keyakinan bahwa dalam setiap ujian, Allah SWT selalu memberikan janji berupa bantuan dan bimbingan yang cukup untuk menghadapinya.

Pada ayat ini memuat janji Allah SWT yang sangat menenangkan hati umat Islam, bahwa manusia tidak akan diberi ujian melebihi batas kemampuan mereka. Janji ini memberikan kepastian bahwa setiap cobaan yang dihadapi telah ditakar dengan adil oleh Allah sesuai kapasitas setiap individu. Hal ini memberikan ketenangan batin bagi umat Islam, karena mereka tahu bahwa Allah SWT memahami sepenuhnya kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan hidup (Shihab, 2006). Dengan janji ini, Allah menumbuhkan pengharapan dan keyakinan dalam diri setiap hamba-Nya, bahwa meskipun ujian berat datang, mereka memiliki kekuatan untuk menghadapinya, dan di balik setiap kesulitan pasti ada jalan keluar yang telah disiapkan.

Tafsir Al-Misbah karya Quraish Shihab merupakan salah satu tafsir modern yang menawarkan penjelasan mendalam tentang ayat-ayat Al-Qur'an dengan pendekatan yang sangat relevan bagi Masyarakat saat ini. Melalui tafsir Al-Misbah, Quraish Shihab berupaya menghadirkan pemahaman yang kontekstual, menghubungkan pesan-pesan Al-Qur'an dengan realitas kehidupan umat Islam. Tafsir ini tidak hanya menjelaskan makna literal ayat-ayat, tetapi juga menyoroti aspek spiritual, social, dan psikologis yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari (Hasan, 2021). Dengan pendekatan yang demikian, Tafsir Al-Misbah memberikan landasan yang kokoh bagi umat Islam dalam menghadapi berbagai ujian dan tantangan hidup, menjadikannya sebuah karya yang sangat berguna untuk memperkuat iman dan keteguhan hati di era modern yang penuh tantangan ini.

Dari pemaparan di atas, maka penelitian ini akan membahas tentang telaah makna tafsir Al-Misbah terhadap surat Al-Baqarah ayat 286 dan keseimbangan antara ujian dan kemampuan manusia menurut tafsir surat Al-Baqarah ayat 286 dalam tafsir Al-Mishbah. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan solusi spiritual yang relevan dan aplikatif dalam menghadapi berbagai tantangan hidup, sekaligus memperkuat keyakinan bahwa setiap ujian yang Allah berikan selalu disertai dengan kemampuan yang cukup untuk mengatasinya.

METODE

Metode penelitian pada artikel ini adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi pustaka. Pendekatan ini dipilih karena tujuan utama penelitian ini untuk menggali dan menganalisis konsep keseimbangan antara ujian dan kemampuan manusia dalam perspektif tafsir, khususnya melalui Tafsir Al-Misbah karya Quraish Shihab. Pendekatan studi pustaka dipilih karena fokus utama penelitian ini

adalah kajian terhadap litelatur tafsir pada Tafsir Al-Misbah, serta didukung oleh litelatur tafsir lain yang relevan. Dengan demikian, metode ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan antara ujian dan kemampuan dari perspektif tafsir Al-Misbah yang dikaitkan dengan kehidupan umat Islam masa kini (Sugiyono, 2010).

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari sumber primer dan sekunder. Tafsir Al-Misbah karya Quraish Shihab berfungsi sebagai sumber primer, karena tafsir ini memberikan analisis yang kontekstual dan relevan terhadap ayat-ayat Al-Qur'an. Sedangkan sumber sekunder berupa litelatur lainnya yang memiliki pembahasan yang sama, guna untuk memperkaya perpektif dan memberikan landasan ilmiah yang lebih kuat. Penggunaan berbagai sumber ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif dan mendalam (Darmalaksana, 2020).

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi (content analysis), yaitu proses menganalisis dan mengidentifikasi tema-tema utama dari teks yang berkaitan dengan konsep keseimbangan antara ujian dan kemampuan manusia (Ahmad, 2018). Melalui pendekatan ini, diharapkan diperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana Quraish Shihab memaknai ayat ini dan implikasinya terhadap konsep ujian dan kemampuan dalam kehidupan sehari-hari. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menginterpretasi data secara mendalam, sehingga dapat menyajikan pandangan yang sistematis dan deskriptif sesuai dengan tujuan penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Telaah Makna Tafsir Al-Mishbah terhadap Surat Al-Baqarah Ayat 286

Dalam surat Al-Baqarah ayat 286, Allah SWT berfirman:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ ۗ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

"Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) "Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir."

Ayat ini mengandung pesan yang mendalam mengenai prinsip keadilan dan rahmat Allah SWT dalam memberikan beban atau ujian kepada hamba-Nya. Dalam Tafsir Al-Mishbah, Quraish Shihab menyajikan pemahaman yang komprehensif tentang ayat ini, dengan menekankan keseimbangan antara ujian yang Allah berikan dan kemampuan manusia untuk menghadapinya. Menurut Quraish Shihab, ayat ini bukan hanya sekadar memberikan pemahaman tentang batas kemampuan manusia, melainkan juga mengajak manusia untuk senantiasa berserah diri dan berharap kepada Allah dalam menghadapi berbagai ujian hidup. Hal ini sesuai dengan isi dan kandungan Al-Qur'an yang mencakup semua petunjuk yang diperlukan untuk melewati hidup di dunia yang penuh dengan ujian dan cobaan ini (Nasrullah, 2012).

Penafsiran Quraish Shihab juga menunjukkan bahwa konsep keseimbangan ini bersifat membangun, di mana ujian dianggap sebagai proses penguatan dan pembentukan karakter bagi setiap Muslim. Dalam konteks asbabun nuzul, ayat ini diturunkan sebagai respons bagi para sahabat yang merasakan beban berat dalam menjalankan syariat. Pesan ini memberi mereka ketenangan, bahwa apapun ujian dalam menjalani perintah agama, beban tersebut tidak akan melebihi daya yang mampu

mereka pikul. Dengan demikian, ayat ini berfungsi sebagai penegasan bahwa dalam setiap tantangan, Allah selalu menyertai dan menyediakan jalan keluar yang cukup (Shihab, 2002).

1. Allah Tidak Membebani di Luar Kemampuan Manusia

Quraish Shihab menjelaskan bahwa frase *"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya"* adalah pernyataan yang menenangkan dan meyakinkan. Ayat ini menegaskan bahwa Allah mengetahui batas kemampuan setiap individu dan tidak akan memberikan cobaan yang melampaui batas tersebut. Menurutnya, hal ini bukan berarti setiap ujian akan terasa ringan, namun Allah memastikan bahwa manusia memiliki potensi untuk menghadapinya. Prinsip ini sejalan dengan pendapat Maslachah menunjukkan bahwa dalam setiap kesulitan terdapat hikmah yang dapat diambil, dan manusia perlu mempercayai kebijaksanaan Allah dalam memberikan ujian (Maslachah & Chozin, 2024).

Dalam Tafsir Al-Mishbah, Quraish Shihab menjelaskan bahwa beban atau tugas yang diberikan kepada manusia memiliki tiga kemungkinan. Pertama, tugas tersebut mungkin berada dalam batas kemampuan manusia dan dapat dikerjakan dengan mudah. Dalam keadaan ini, manusia tidak merasa tertekan atau terbebani, karena tugas tersebut selaras dengan kapasitas dan energi yang mereka miliki. Tugas ini memberikan rasa nyaman dan percaya diri karena dilakukan dengan kelapangan, dan manusia dapat merasakan bahwa ujian atau beban tersebut adalah anugerah yang membuatnya berkembang tanpa hambatan.

Kedua, beban yang dihadapi bisa jadi di luar kemampuan manusia sama sekali, sehingga mereka tidak akan mampu mengerjakannya dengan usaha apapun. Dalam hal ini, Allah dalam keadilan-Nya tidak akan membebani manusia dengan sesuatu yang mutlak tidak sanggup mereka pikul. Kemudian, ada kondisi ketiga, di mana manusia berada di antara kedua kemungkinan tersebut. Pada kondisi ini, manusia mampu menjalankan tugasnya, namun dengan susah payah dan terasa berat. Quraish Shihab menjelaskan bahwa keadaan ini menguji ketabahan dan ketekunan seseorang. Di sinilah manusia sering diuji untuk berserah diri dan memperkuat tawakkal, yaitu keyakinan bahwa Allah memberikan kekuatan dan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas berat tersebut sesuai dengan janji-Nya dalam Al-Baqarah ayat 286.

Selanjutnya, Quraish Shihab menjelaskan tugas-tugas yang dibebankan Allah kepada manusia pada dasarnya adalah tugas yang lapang dan mudah untuk dilaksanakan. Setiap perintah dan larangan yang diberikan oleh Allah telah disesuaikan dengan kapasitas dan kebutuhan manusia. Allah memahami batas kemampuan setiap hamba-Nya, sehingga aturan atau beban yang diberikan tidak akan pernah bersifat memberatkan secara mutlak. Bahkan, kemudahan ini tercermin dalam aturan-aturan agama, di mana manusia diberikan pilihan untuk melakukan ibadah atau tugas tertentu dalam kondisi yang sesuai dengan situasi dan kemampuan mereka.

Selain itu, Quraish Shihab menjelaskan bahwa jika seseorang mengalami kesulitan dalam melaksanakan suatu tugas karena faktor-faktor tertentu, Islam memberikan kelonggaran atau keringanan. Kesulitan yang dihadapi dalam menjalankan tugas tersebut bisa menjadi alasan untuk mendapatkan dispensasi tertentu yang sebelumnya tidak diperbolehkan. Misalnya, dalam kondisi sakit atau bepergian, seseorang diperbolehkan meng-qashar atau meringkas shalat yang normalnya harus dilakukan secara lengkap. Kelonggaran ini menunjukkan bahwa Allah menciptakan aturan-aturan yang dinamis dan berbelas kasih, sehingga hamba-Nya dapat menjalankan tugas-tugas dengan lebih mudah tanpa merasa terbebani.

2. Konsep Tanggung Jawab dan Balasan atas Perbuatan

Bagian ayat yang berbunyi *"Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya"*, menunjukkan bahwa setiap perbuatan memiliki konsekuensi yang adil, baik itu pahala maupun dosa. Quraish Shihab menyoroti aspek tanggung jawab individu yang dituntut oleh Islam, di mana setiap orang harus bertanggung jawab atas amalannya sendiri. Ayat ini mendorong manusia untuk selalu waspada dalam bertindak dan memilih kebaikan, karena pahala dan siksa yang diterima

merupakan hasil langsung dari tindakan mereka. Menurut Quraish Shihab, prinsip ini memperlihatkan pentingnya kesadaran akan tanggung jawab pribadi dalam agama Islam.

Quraish Shihab menguraikan perbedaan penggunaan kata dalam Al-Baqarah ayat 286 antara *kasabat* (كسبت) dan *iktasabat* (اكتسبت) yang menunjukkan usaha baik dan usaha buruk (dosa). Ketika ayat tersebut berbicara tentang perbuatan baik, Al-Qur'an menggunakan kata *kasabat* (كسبت), yang berasal dari akar kata *kasaba* (كسب). Kata ini mengindikasikan tindakan yang dilakukan dengan ringan dan tanpa usaha keras, yang berarti kebaikan itu bisa diraih dengan lebih mudah dan alami. Ini seolah menunjukkan bahwa Allah memberikan kemudahan dalam melaksanakan amal baik, sehingga setiap manusia, meski dengan usaha minimal, bisa mendapatkan kebaikan dari amal tersebut.

Sebaliknya, untuk perbuatan dosa, Al-Qur'an menggunakan bentuk kata *iktasabat* (اكتسبت), yang berasal dari akar kata yang sama namun dengan pola yang berbeda, yaitu "iktasaba." Kata ini menunjukkan adanya usaha ekstra atau kesungguhan yang lebih besar dalam melakukan tindakan tersebut. Quraish Shihab menafsirkan bahwa dosa atau perbuatan buruk sering kali dilakukan dengan usaha yang lebih keras, karena manusia sebenarnya perlu melawan hati nurani dan nilai-nilai kebaikan yang ada di dalam dirinya untuk melakukan perbuatan buruk. Dengan demikian, Al-Qur'an memberikan isyarat bahwa dosa bukanlah sesuatu yang terjadi begitu saja atau secara alami, melainkan seringkali memerlukan upaya yang disengaja dan ekstra dari pelakunya.

Ayat ini mengandung makna mendalam tentang penghargaan atas usaha yang dilakukan manusia, bahkan jika hasilnya belum terlihat secara nyata. Dalam hal kebaikan, setiap upaya akan diberi pahala oleh Allah, menunjukkan bahwa kesabaran dan ketahanan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup sangat dihargai. Hal ini memberikan motivasi untuk terus berbuat baik dan bersabar dalam berusaha, tanpa terlalu khawatir akan hasil yang langsung tampak. Di sisi lain, ayat ini juga mengingatkan bahwa setiap perbuatan jahat memiliki konsekuensi yang adil. Implikasinya adalah adanya tanggung jawab penuh atas setiap tindakan yang diambil, sekaligus membuka peluang bagi manusia untuk bertobat dan memperbaiki diri. Dengan demikian, ayat ini tidak hanya menegaskan pentingnya akuntabilitas atas setiap perbuatan, tetapi juga memberikan ruang bagi manusia untuk berubah dan memperbaiki kesalahan mereka dalam menghadapi konsekuensi yang ada (Akbar et al., 2024).

3. Doa sebagai Pengakuan Keterbatasan Manusia

Selanjutnya, pada penggalan ayat "*Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya*". Ayat ini menyajikan doa yang memohon agar Allah mengampuni kesalahan yang disebabkan oleh kelalaian atau ketidaksengajaan. Menurut Quraish Shihab, bagian ini mengandung pengakuan akan keterbatasan manusia dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab mereka, serta kerendahan hati untuk meminta ampunan dan keringanan. Hal ini menggambarkan bahwa manusia memang lemah dan rentan terhadap kesalahan, sehingga memerlukan rahmat Allah dalam menjalani kehidupan yang penuh ujian.

Penjelasan dari pendapat ini menunjukkan bahwa permohonan ampun dan perlindungan dari kesalahan yang tidak disengaja, lupa, atau dalam keadaan terpaksa tetap relevan meskipun Nabi Muhammad SAW telah menyatakan bahwa Allah tidak akan menghukum umat-Nya akibat hal-hal tersebut. Quraish Shihab menekankan bahwa doa ini bisa saja dipanjatkan sebelum Allah menetapkan ketentuan untuk tidak menghukum kesalahan semacam itu, atau bahkan setelahnya, dengan maksud yang berbeda. Manusia berdoa meminta ampunan sebagai pengakuan akan kelemahan mereka, baik ketika berbuat salah yang tidak disengaja maupun saat mengalami keterpaksaan, sebagai bentuk kesadaran akan keterbatasan diri dan ketergantungan penuh kepada Allah (Kholil, 2019).

Terdapat perbedaan antara kesalahan yang benar-benar di luar kendali manusia dengan kesalahan akibat kecerobohan. Misalnya, seorang pengasuh anak yang lalai memperhatikan hingga anak yang dijaganya terluka, atau seseorang yang lupa menjalankan tugas penting karena terdoda

oleh kegiatan lainnya. Kesalahan semacam ini terjadi bukan karena ketidaksengajaan murni, tetapi karena kurangnya perhatian atau kecerobohan. Permohonan dalam doa ini bukan sekadar permintaan agar Allah memaafkan kesalahan murni, tetapi juga sebagai permohonan agar manusia dilindungi dari akibat buruk kecerobohan mereka, dan agar mereka lebih waspada dalam menjalankan tanggung jawab (Shihab, 2006). Hal ini mengingatkan umat Islam untuk tidak hanya bergantung pada maaf Allah, tetapi juga meningkatkan tanggung jawab dan kehati-hatian dalam tindakan sehari-hari.

4. Tawakkal dan Ketergantungan kepada Allah

Bagian akhir dari ayat ini yang berbunyi "*Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya*", menyebutkan permohonan perlindungan kepada Allah dari beban yang tak tertanggungkan. Quraish Shihab menjelaskan bahwa ini merupakan bentuk ketergantungan penuh kepada Allah. Sebagaimana yang kita ketahui bahwa sikap tawakkal atau berserah diri kepada Allah menjadi landasan utama dalam menghadapi tantangan hidup (Tammar et al., 2023). Menurut Quraish Shihab, Islam mengajarkan bahwa selain berusaha, manusia harus tetap mengandalkan rahmat Allah sebagai sumber kekuatan utama. Ayat ini juga menunjukkan bahwa Allah adalah sumber pertolongan sejati bagi umat Islam, sehingga manusia tidak boleh sombong dan merasa cukup dengan kekuatan sendiri.

Quraish Shihab menjelaskan bahwa ketika ayat ini turun, ketentuan-ketentuan Ilahi masih terus berlanjut, sehingga ada kekhawatiran dalam diri para pemohon tentang kewajiban-kewajiban agama yang mungkin sulit dilaksanakan meskipun masih dalam batas kemampuan. Para sahabat memahami bahwa Allah tidak akan membebani seseorang di luar kemampuannya, tetapi ada kekhawatiran akan munculnya tugas yang sulit dipikul, mengingat sejarah umat terdahulu seperti Bani Israil. Mereka pernah mendapat tugas berat, seperti kewajiban bertobat dengan cara membunuh diri sendiri sebagai konsekuensi dari pelanggaran mereka. Hal ini menunjukkan kesadaran bahwa beban agama bisa menjadi berat apabila terkait dengan ketentuan atau sanksi Ilahi yang mungkin muncul sebagai peringatan atau hukuman.

Ayat ini juga mengandung pengulangan permohonan dengan dua kalimat yang berbeda, yakni "*Janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat*", dan "*Janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya*". Menurut Quraish Shihab, pengulangan ini tidak sekadar mengulang kata-kata, tetapi juga menegaskan kesungguhan hati para pemohon dalam meminta keringanan dan pertolongan dari Allah. Dalam tradisi doa Islam, pengulangan sering kali menunjukkan kerendahan hati dan kepasrahan penuh pada kehendak Allah. Quraish Shihab melihat adanya perbedaan makna yang halus dalam redaksi kedua kalimat ini, di mana setiap kalimat mencerminkan kedalaman permohonan agar tidak diberi beban berat dan agar dihindarkan dari sanksi yang tak mampu ditanggung.

Ibnu Katsir dalam tafsirnya juga membahas ayat ini dengan menjelaskan bahwa permohonan pertama berkaitan dengan beban tanggung jawab atau kewajiban yang diharapkan tidak melampaui batas kemampuan wajar manusia. Sedangkan permohonan kedua menyangkut konsekuensi atau hukuman yang bisa terjadi akibat pelanggaran terhadap kewajiban tersebut. Menurut Ibnu Katsir, doa ini menunjukkan kepasrahan manusia kepada Allah dalam memohon agar diberi kekuatan dan keringanan dalam menjalankan perintah, serta agar diselamatkan dari sanksi atau hukuman yang melebihi kekuatan mereka (Katsir, 2008).

Dalam lanjutan ayat ini, orang-orang mukmin menutup doa mereka dengan bermohon, "*Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir*". Quraish Shihab menjelaskan, doa penutup dari orang-orang mukmin ini mencerminkan sikap tawakkal dan ketergantungan mereka kepada Allah. Ketika mereka memohon ampunan, mereka tidak hanya meminta agar dosa-dosa dihapuskan, tetapi juga meminta agar aib dan kesalahan mereka tidak dihukum oleh Allah. Hal ini menunjukkan kesadaran akan keterbatasan diri dan pentingnya pertolongan Ilahi dalam menghadapi

pelanggaran yang telah dilakukan. Dalam konteks ini, tawakkal menjadi sebuah pengakuan bahwa hanya Allah yang dapat memberikan ampunan dan melindungi mereka dari segala akibat negatif dari kesalahan yang diperbuat. Dengan demikian, mereka menyadari bahwa perlindungan dan rahmat Allah adalah hal yang sangat penting untuk menjaga kehormatan dan martabat mereka sebagai hamba-Nya.

Mereka juga memohon agar Allah memberikan kemenangan, baik dalam hal argumen maupun kekuatan fisik, untuk menghadapi orang-orang kafir. Ini menunjukkan bahwa selain berusaha untuk memperbaiki diri melalui pengakuan dosa dan permohonan ampunan, mereka juga menyadari pentingnya berjuang di jalan Allah. Mereka percaya bahwa dengan tawakkal dan ketergantungan kepada Allah, mereka akan mendapatkan dukungan dan kemenangan dalam setiap usaha yang dilakukan. Dalam konteks ini, tawakkal bukan hanya sekadar penyerahan diri, tetapi juga merupakan paduan antara usaha dan pengharapan kepada Allah, yang menjadi sumber kekuatan dan keberhasilan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, termasuk tantangan dari pihak-pihak yang menentang iman mereka (Shihab, 2007).

Keseimbangan antara Ujian dan Kemampuan Manusia dalam Tafsir Al-Baqarah Ayat 286

Surat Al-Baqarah ayat 286 menyatakan, *"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya"*. Ayat ini mengandung makna yang dalam dan luas, menegaskan prinsip keseimbangan antara ujian yang diberikan oleh Allah dan kemampuan manusia dalam menjalani kehidupan. Dalam Tafsir Al-Mishbah karya Quraish Shihab, penjelasan ini dijabarkan dengan menyoroti pentingnya pemahaman bahwa setiap ujian dalam hidup tidak hanya merupakan beban, tetapi juga merupakan kesempatan untuk tumbuh dan berkembang. Dalam kehidupan manusia sehari-hari, ayat ini memiliki Implikasi yang menjadi panduan praktis menghadapi berbagai tantangan hidup mencakup beberapa hal:

1. Ujian sebagai Sarana Pertumbuhan Manusia

Dalam konteks keseimbangan ini, ujian dipahami sebagai sarana untuk menumbuhkan kualitas diri. Quraish Shihab menekankan bahwa setiap ujian memiliki tujuan yang lebih tinggi, yaitu untuk memperkuat iman dan karakter seseorang. Dengan menghadapi berbagai tantangan, individu diberi kesempatan untuk menunjukkan kesabaran, keteguhan hati, dan keikhlasan. Melalui proses ini, ujian dapat dilihat sebagai bentuk kasih sayang Allah yang mendorong manusia untuk meningkatkan diri dan menyadari potensi yang ada dalam diri mereka. Ujian menjadi suatu bentuk pendidikan spiritual yang membimbing manusia menuju kebaikan (Sari, 2018).

Dalam menghadapi ujian, seseorang ditantang untuk mengembangkan kualitas diri seperti kesabaran dan keteguhan, yang tidak hanya bermanfaat dalam menghadapi tantangan saat ini, tetapi juga untuk tantangan masa depan. Ujian membuka ruang bagi individu untuk merefleksikan diri, mengoreksi kekurangan, dan memupuk rasa ikhlas yang mengarahkan pada ketaatan lebih mendalam kepada Allah. Selain itu, dengan melewati ujian, manusia semakin menyadari potensi dan kemampuan yang telah dianugerahkan oleh Allah, sehingga mereka dapat menggunakan potensi tersebut untuk berbuat baik dan menggapai kebaikan hidup yang lebih luas.

2. Kesadaran akan Keterbatasan Manusia

Ayat ini juga mengajak manusia untuk menyadari keterbatasan mereka. Dalam tafsirnya, Quraish Shihab menekankan bahwa Allah mengetahui batasan kemampuan setiap individu. Keterbatasan ini bukanlah halangan untuk mencapai tujuan, melainkan suatu pengingat bahwa manusia perlu mengandalkan Allah dalam setiap langkah. Kesadaran akan keterbatasan ini seharusnya tidak membuat seseorang merasa putus asa, tetapi justru memotivasi untuk selalu berusaha dan berdoa. Dalam menghadapi ujian, penting untuk mengenali bahwa Allah memberikan kekuatan dan kemampuan sesuai dengan kadar ujian yang diberikan (Shihab, 2002).

Keterbatasan manusia di satu sisi memperlihatkan kekurangan, namun di sisi lain, menyadari keterbatasan tersebut dapat memperkuat semangat tawakkal, yaitu sikap berserah diri setelah berikhtiar. Dengan menyadari bahwa manusia tidak dapat mengatasi segala sesuatu sendiri, individu didorong untuk mengandalkan kekuatan doa, keyakinan, dan usaha yang sungguh-

seorang. Sikap ini melahirkan keseimbangan antara usaha dan tawakal, yang membuat seseorang lebih kuat dalam menghadapi tantangan, serta lebih tenang dan penuh harapan dalam menjalani kehidupan, karena percaya bahwa segala sesuatu sudah diatur dan dicukupkan oleh Allah sesuai dengan takaran-Nya.

3. Keterkaitan antara Ujian dan Pahala

Ujian yang dihadapi oleh seseorang sering kali beriringan dengan pahala yang dijanjikan oleh Allah. Setiap kesulitan yang dilalui dapat menjadi ladang pahala jika dihadapi dengan sikap yang benar, seperti sabar dan tawakkal. Dengan memahami hubungan ini, individu dapat lebih mudah menerima ujian yang datang, karena mereka yakin bahwa setiap ujian pasti diimbangi dengan kebaikan yang akan diterima. Ujian bukanlah akhir dari segalanya, melainkan awal dari sebuah perjalanan menuju pahala dan keberkahan (Hamid, 2015).

Ketika seseorang menghadapi kesulitan dengan ikhlas dan tetap bertawakal, setiap penderitaan yang dialaminya menjadi sumber pahala yang dapat menghapus dosa-dosa serta mengangkat derajatnya di sisi Allah. Ujian yang datang pun mendorong individu untuk semakin memperbaiki diri, meluruskan niat, dan mengukuhkan keimanan, karena mereka yakin akan janji Allah yang memberikan kebaikan bagi hamba-hamba-Nya yang sabar. Keyakinan ini memberikan ketenangan dan motivasi dalam menghadapi cobaan, mengingat bahwa setiap kesulitan memiliki nilai ibadah yang dapat membawa keberkahan dan pahala, bukan hanya di dunia, tetapi juga di akhirat. Dengan demikian, ujian menjadi tidak sekadar tantangan, melainkan juga peluang bagi seorang Muslim untuk memperkaya amal dan mendekatkan diri kepada Allah.

4. Pentingnya Doa dan Usaha

Dalam menjalani kehidupan, doa dan usaha adalah dua hal yang tidak terpisahkan. Manusia penting untuk tidak hanya mengandalkan kemampuan diri, tetapi juga berdoa kepada Allah agar diberikan kekuatan dalam menghadapi ujian. Dengan doa, manusia menunjukkan ketergantungan kepada Sang Pencipta, serta memohon petunjuk dan pertolongan-Nya. Hal ini sejalan dengan prinsip tawakkal, di mana setelah berusaha, seorang mukmin harus berserah diri kepada Allah. Dengan demikian, keseimbangan antara usaha dan ketergantungan kepada Allah menjadi kunci untuk mengatasi setiap ujian yang dihadapi (Fauzan, 2022).

Doa tidak hanya menjadi permohonan kekuatan, tetapi juga sarana untuk menumbuhkan rasa tenang, harapan, dan optimisme di tengah kesulitan. Dalam prinsip tawakkal, setelah seseorang melakukan usaha terbaiknya, ia menyerahkan hasilnya kepada Allah dengan penuh keikhlasan dan keyakinan. Doa juga membantu manusia menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi setiap ujian; Allah selalu bersama dan mendengar hamba-hamba-Nya yang meminta bantuan (Hajar, 2022). Dengan demikian, keseimbangan antara usaha dan doa memupuk rasa percaya diri sekaligus rendah hati, membuat seseorang tidak hanya bekerja keras tetapi juga merasa tenteram, yakin bahwa segala cobaan dapat dilalui dengan bantuan dan petunjuk Allah.

Dalam ayat ini, mengajarkan bahwa setiap ujian dalam hidup adalah bagian dari rencana Ilahi yang bertujuan untuk memperkuat iman dan karakter manusia. Keseimbangan antara ujian dan kemampuan merupakan kunci untuk menghadapi berbagai tantangan dengan penuh harapan dan keyakinan. Dengan memahami bahwa Allah tidak akan memberikan beban yang tidak bisa dipikul, individu diharapkan dapat menjalani kehidupan dengan lebih optimis, sekaligus memperkuat hubungan spiritual dengan Allah melalui doa dan usaha yang maksimal.

KESIMPULAN

Dalam telaah tafsir surat Al-Baqarah ayat 286 dalam Tafsir Al-Mishbah karya Quraish Shihab menjelaskan bahwa Allah, dengan keadilan dan rahmat-Nya, tidak membebani seseorang di luar batas kemampuannya. Ayat ini memberikan ketenangan dan keyakinan kepada manusia bahwa setiap ujian yang dihadapi sesuai dengan kesanggupan yang telah Allah tetapkan. Dalam menjalani hidup, manusia diajarkan untuk memiliki rasa tanggung jawab atas setiap perbuatannya, baik atau buruk, karena setiap tindakan memiliki konsekuensi yang adil. Ayat ini juga mengandung doa sebagai bentuk pengakuan akan kelemahan manusia, sekaligus permohonan perlindungan dan ampunan kepada Allah. Doa ini

memperlihatkan pentingnya sikap tawakkal yang berarti menyerahkan segala urusan kepada Allah sembari berusaha semaksimal mungkin dalam menjalani hidup.

Selain itu, ayat ini menggarisbawahi bahwa Allah, dengan keadilan dan kasih sayang-Nya, menetapkan keseimbangan antara ujian hidup yang dihadapi manusia dan kemampuan yang dimiliki setiap individu untuk menanggungnya. Setiap ujian dianggap sebagai sarana untuk mengembangkan kualitas diri, seperti kesabaran dan tawakkal, serta kesadaran akan keterbatasan manusia yang mengharuskan mereka bersandar pada Allah. Dalam menghadapi ujian, pemahaman akan hubungan antara ujian dan pahala memberikan ketenangan dan motivasi, karena setiap kesulitan yang dijalani dengan ikhlas membawa pahala dan keberkahan. Melalui doa dan usaha yang seimbang, individu diingatkan untuk selalu berusaha dan tetap berserah diri kepada Allah, menjadikan ujian hidup sebagai kesempatan untuk memperbaiki diri dan memperkuat iman.

Artikel ini menegaskan bahwa pemahaman terhadap Surat Al-Baqarah ayat 286 melalui Tafsir Al-Misbah memberikan landasan spiritual bagi umat Islam untuk menghadapi tantangan hidup dengan ketenangan dan optimisme. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan pada dengan sumber yang terbatas pada Tafsir Al-Misbah dan beberapa literatur sekunder, sehingga kurang menjangkau perspektif tafsir lainnya yang mungkin memberikan pandangan berbeda terkait tema ujian dan kemampuan manusia. Untuk penelitian lanjutan, disarankan agar kajian serupa dilakukan dengan pendekatan yang lebih komprehensif, misalnya melalui analisis komparatif dengan tafsir klasik dan kontemporer lainnya, atau melalui penelitian lapangan yang melibatkan wawancara dengan tokoh agama dan umat Islam dari berbagai latar belakang, guna memperkaya wawasan dan menambah validitas hasil penelitian.

REFERENCES

- Ahmad, J. (2018). Desain penelitian analisis isi (Content analysis). *Research Gate*, 5(9), 1–20.
- Akbar, M. F., Rohman, U., Ismail, S., Utami, N. S. P., & Elsyafitri, S. (2024). Resiliensi Psikologis dalam Cobaan: Kajian dari Surat Al-Baqarah Ayat 286 dan Implikasinya dalam kehidupan. *Journal of Psychology Students*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.15575/jops.v3i1.31945>
- Asad, A. (2021). Menyikapi Musibah dalam Pandangan Islam. *Tazkiya: Jurnal Pendidikan Islam*, 10(1).
- Darmalaksana, W. (2020). Metode penelitian kualitatif studi pustaka dan studi lapangan. *Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Fauzan, A. (2022). Relasi Doa dengan Usaha Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu Al-Quran Dan Tafsir*, 2(1), 55–78. <https://doi.org/10.19109/jsq.v2i1.11523>
- Hajar, N. N. (2022). DOA SEBAGAI SARANA KOMUNIKASI DENGAN SANG PENCIPTA. *Jurnal Studi Islam*, 11(1), 26–45.
- Hamid, A. (2015). *Meraih Pahala & Kemuliaan Saat Sakit & Disakiti*. Safirah.
- Hasan, F. (2021). Peta Pemikiran M. Quraish Shihab Dalam Wacana Studi Al-qur'an Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Citra Ilmu*, 17(34), 16–25.
- Katsir, I. (2008). Tafsir Ibnu Katsir Juz 1. *Beirut: Dar Al-Kutub Alâ€™™ Ilmiyyah*.
- Kholil, A. (2019). NILAI-NILAI PENDIDIKAN ISLAM ANTARA ANAK DAN AYAH DALAM SURAT AL MUMTAHANAH AYAT 4 (TAFSIR MISBAH KARYA M. QURAIISH SHIHAB). *Ta'dib (Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Peradaban Islam)*, 1(2), 71–81.
- Maslachah, A. F., & Chozin, F. H. (2024). Integrasi Nilai Tawakal dalam Al-Qur'an sebagai Metode Penguatan Diri bagi Penderita Insecure: Studi Maudhu'i. *AT-TAISIR: Journal of Indonesian Tafsir Studies*, 5(01), 41–56.

- Nasrullah, I. (2012). *Lentera Qur'ani: Cara mudah membaca Al-Qur'an dan memahami keutamaannya*. UIN-Maliki Press.
- Nurdin, A. (2021). Manusia Dalam Al-Qur'an: Sebuah Kajian Tentang Fase Kehidupan Individu Dalam Menghadapi Dinamika Perkembangan Umat. *Mumtaz: Jurnal Studi Al-Quran Dan Keislaman*, 5(01), 133–156.
- Sari, I. (2018). *Bala Menurut Kajian Tafsir Al Mishbah Karya M. Quraish Shihab*. UIN Ar-Raniry.
- Shihab, M. Q. (2002). Tafsir Al Mishbah - Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Volume 1. In *Jakarta : Lentera Hati*.
- Shihab, M. Q. (2006). *Wawasan al-Qur'an tentang zikir dan doa*. Lentera Hati Group.
- Shihab, M. Q. (2007). *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat* (Edisi Baru). Mizan Pustaka. https://mizanstore.com/wawasan_al-quran_republish_19564#tab-2
- Sugiyono, D. (2010). Metode penelitian kuantitatif dan R&D. *Bandung: Alfabeta*, 33.
- Tammar, A., Abubakar, A., & Mahfudz, M. (2023). Kajian Literatur Tentang Konsep Tawakal Serta Relevansinya Dalam Kehidupan Sosial. *Farabi*, 20(2), 157–179.