

## **Konsep Ketentraman Hidup Perspektif Buya Hamka dalam Tafsir al-Azhar**

Muhammad Gifarry Salman Maulidan  
Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang, Indonesia

### **Abstract**

*Peace is a condition in the heart that feels so very calm, which is caused by a relationship between the creature and the kholik. A relationship that is carried out between the creature and the kholik through the way of dhikr, in the tafsir of al-azhar, buya hamka explains about QS. Ar-Ra'd Verse 28 when a person has faith in him, then he will always remember himself to the kholik in any condition, whether in a happy or difficult situation. By always dhikr to Allah, a person's heart will feel calmer, there is no anxiety, fear, anxiety, doubt, etc. and when we always remember ourselves to Allah by doing dhikr, Allah will give peace in our lives according to His words in QS. Ar-Ra'd: 28 "The believers. And their hearts are at peace because of the remembrance of Allah. Know that by remembering Allah, the heart will always be at peace" that when our hearts are calm, life will be at peace.*

**Keywords:** *Tafsir Al-Azhar, Buya Hamka, Peace of Life*

### **Abstrak**

Ketentraman adalah kondisi di dalam hati yang terasa begitu sangat tenang, yang disebabkan oleh adanya suatu hubungan antara makhluk dengan sang kholik. Suatu hubungan yang dilakukan antara makhluk dengan sang kholik ini melalui cara berdzikir, dalam tafsir al-azhar, Buya Hamka menjelaskan tentang QS. Ar-Ra'd Ayat 28 ketika seseorang mempunyai iman dalam dirinya, maka seseorang tersebut akan senantiasa selalu mengingat dirinya kepada sang kholik dalam kondisi apapun, baik dalam keadaan senang maupun dalam keadaan susah. Dengan selalu berdzikir kepada Allah maka hati seseorang akan terasa lebih tenang tidak ada rasa gelisah, takut, cemas, ragu dsb. Dan saat kita selalu mengingat diri kita kepada Allah dengan cara berdzikir Allah akan memberi ketentraman dalam hidup kita sesuai firmanNya dalam QS.Ar-Ra'd: 28 "orang-orang yang beriman. Dan tentram hati mereka lantaran ingat kepada Allah. Ketahuilah dengan ingat kepada Allah-Lah hati akan selalu tentram" dengan begitu ketika hati kita tenang maka hidup pun akan ikut tentram.

**Kata kunci:** *Tafsir Al-Azhar, Buya Hamka, Ketentraman hidup*

Copyright (c) 2026 Muhammad Gifarry Salman Maulidan<sup>1\*</sup>

---

✉ Corresponding author: Muhammad Gifarry Salman Maulidan<sup>1\*</sup>  
Email Address : [gifarrysalman@gmail.com](mailto:gifarrysalman@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Konsep ketentraman hidup merupakan salah satu isu penting dalam kajian Islam, terutama dalam memahami hubungan antara individu, Tuhan, dan realita kehidupan. Ketentraman hidup juga tidak hanya dipahami sebagai persoalan tanpa masalah, tetapi bisa dipahami lebih mendalam sebagai kondisi mental yang seimbang, tenang, dan penuh makna di tengah berbagai perubahan kehidupan. Pada era modern saat ini yang dipenuhi dengan berbagai tekanan baik itu mental, sosial, dan ekonomi, maka diskusi atau pembahasan tentang ketentraman hidup semakin penting. Oleh sebab itu, ketika sedang mengalami tekanan dibutuhkan pendekatan yang tidak hanya bersifat teori, tetapi juga pendekatan melalui spiritual, sehingga dapat memberikan solusi terhadap ketentraman hidup.

Buya Hamka merupakan salah satu tokoh atau individu yang sangat memperhatikan terhadap masalah ketentraman hidup yang mana dalam pembahasan ini karyanya itu sangat berpengaruh. Dalam tafsirnya yaitu tafsir al-Azhar, Hamka tidak hanya menjabarkan arti dari ayat-ayat Al-Qur'an secara harfiah, tetapi juga menghubungkannya dengan kenyataan yang dihadapi oleh masyarakat. Pemikiran Buya Hamka menunjukkan adanya penggabungan antara prinsip-prinsip spiritual Islam dengan pengalaman budaya dan sosial. Hamka percaya bahwa ketentraman hidup berasal dari kedekatan seseorang dengan Allah, keyakinan yang kuat, serta kemampuan untuk mengatur perasaan dan pikiran ketika menghadapi tantangan kehidupan.

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk menganalisis dengan mendalami gagasan tentang ketentraman hidup menurut pandangan Buya Hamka yang ditulis dalam karyanya Tafsir Al-Azhar. Pentingnya Tafsir Al-Azhar ini terletak pada upaya untuk mendalami nilai-nilai filosofis serta spiritual yang ada dalam pemikiran Buya Hamka, sekaligus mengenali keterkaitannya dengan kehidupan manusia. Di samping itu, penelitian ini juga berusaha untuk menerangkan bagaimana cara Buya Hamka menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan ketenangan jiwa, seperti konsep sakinah, tawakal, dan ridha, serta dampaknya terhadap kehidupan pribadi dan masyarakat.

Hasil dari kajian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian tafsir tematik, terutama yang berkaitan dengan psikologi Islam serta spiritual. Selain itu, kajian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber acuan bagi masyarakat dalam menemukan solusi terhadap keresahan dan ketidaknyamanan hidup yang sering dirasakan di zaman modern saat ini. Dengan memahami ide tentang ketentraman hidup menurut pandangan Buya Hamka, diharapkan setiap individu dapat

menciptakan keseimbangan antara dimensi spiritual dan material dalam hidup mereka. Pada akhirnya, ketentraman hidup tidak hanya dilihat sebagai sasaran, melainkan juga sebagai proses yang senantiasa diperjuangkan lewat penguatan iman, etika, dan kesadaran diri dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini saya menggunakan metode kualitatif, penelitian ini juga berfokus pada analisis teks dari tafsir Al-Azhar karya dari Haji Abdul Malik Karim Amrullah atau yang terkenal dengan nama Buya Hamka. Pembahasan yang utama dalam kajian ini adalah penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep ketentraman hidup seperti sakinah, tawakal, dan ridha, yang mana pembahasan ini dijelaskan dalam tafsir Al-Azhar.

Teknik pengumpulan informasi dalam kajian ini dilakukan melalui penelusuran dan mengidentifikasi bagian-bagian yang penting dalam sumber data. Analisis data ini menggunakan metode analisis isi dan dengan pendekatan deskriptif-analisis, yang mana ini bertujuan untuk menjabarkan pemikiran Hamka dan menganalisis arti serta relevansinya terhadap kondisi masa sekarang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Ketentraman Hidup Perspektif Islam**

Ketentraman hidup menurut pandangan Islam ialah suatu keadaan batin yang ditandai oleh rasa damai, tenang, dan keseimbangan jiwa yang berasal dari iman kepada Allah Swt.<sup>1</sup> Dalam ajaran Islam, ketentraman hidup tidak hanya dipengaruhi oleh faktor luar contohnya harta, kedudukan, atau pencapaian dunia, tetapi ditentukan oleh kualitas hubungan antara individu dengan penciptanya. Al-Qur'an menegaskan bahwa hati akan menjadi tenang melalui dzikir dan mengingat kepada Allah, sebagaimana firman Allah dalam Surah Ar-Ra'd ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”

Ini menunjukkan bahwa dimensi spiritual memainkan suatu peranan penting utama dalam menciptakan ketentraman.

---

<sup>1</sup> Sanah, Eva Rosyidana Alfa. "Pernikahan Sakinah: Tafsir Hermeneutika Teologis Atas Konsep Ketenangan Dan Kasih Dalam Al-Quran." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 5, no. 3 (2024): 888-902.

Dalam ajaran Islam juga menekankan bahwa ketentraman dalam hidup sangat berkaitan dengan tawakkal, kesabaran, dan menerima terhadap suatu keputusan Allah yang diberikan kepada kita (Ridha). Tawakkal mengajarkan seseorang untuk selalu berserah diri kepada Allah setelah berusaha sebaik mungkin, sehingga mengurangi rasa prihatin tentang hasil yang tidak pasti. Adapun kesabaran berfungsi sebagai kemampuan untuk mengendalikan emosi dan tetap kuat dalam menghadapi cobaan atau masalah yang Allah berikan kepada kita, sedangkan ridha menggambarkan penerimaan yang tulus atas segala hal yang sudah ditetapkan oleh Allah. Ketiga hal ini merupakan suatu landasan yang krusial dalam menciptakan ketentraman, karena membantu individu untuk menghindari keterpurukan dalam tekanan hidup yang ada.<sup>2</sup> Dengan ajaran nilai-nilai tersebut, seorang muslim dapat mencapai kestabilan emosional dan spiritual yang berkelanjutan.

Penjelasan yang lebih lanjut, ketentraman dalam hidup memiliki konteks islam yang mempunyai aspek sosial yang sangat penting. Islam juga menggarisbawahi nilai dari hubungan yang harmonis antara individu sebagai dari suatu usaha untuk mencapai sebuah ketentraman dalam hidup. Konsep-konsep seperti cinta, keadilan, kejujuran, dan saling membantu menjadi sebuah fondasi yang harus diimplementasikan dalam kehidupan sosial.<sup>3</sup> Apabila seseorang bisa menjaga interaksi yang baik dengan orang lain, maka dengan menjaga interaksi tersebut akan terbentuk suasana yang mendukung tercapainya suatu ketentraman.

## **B. Pemikiran Buya Hamka tentang Ketentraman Hidup dalam Tafsir al-Azhar**

Perspektif dari Buya Hamka yang mengenai ketentraman hidup dalam Tafsir Al-Azhar berlandaskan pada suatu pengetahuan yang mendalam tentang suatu ajaran Al-Quran serta pengalaman sosial yang begitu luas. Buya Hamka juga menjelaskan bahwa ketentraman hidup itu tidak bisa dilepaskan dari suatu kekuatan iman dan hubungan spiritual antara individu dengan Allah Swt. Dalam penafsirannya, beliau menegaskan ketika hati itu selalu mengingat kepada Allah maka kita akan meraih suatu ketentraman sejati. Dan ketentraman bukanlah suatu keadaan tanpa sebuah cobaan,

---

<sup>2</sup> Mahendra, Wan Alif Ihza, and Sahdin Hasibuan. "OVERCOMING ANXIETY THROUGH RIDHA, TAWAKKAL, AND PATIENCE: A THEMATIC STUDY IN THE TAFSIR FI ZHILALIL QUR'AN." *Journal Analytica Islamica* 14, no. 2 (2025): 1364-1373.

<sup>3</sup> Aziz, Abd. "ETIKA INTERAKSI SOSIAL DALAM POLA MEMINTA IZIN." *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an* 20 (2020): 180-197.

melainkan sebuah kemampuan batin untuk tetap tenang dan tegar ketika menghadapi berbagai sebuah cobaan dalam hidup.<sup>4</sup>

Hamka juga menjelaskan lebih lanjut bahwa ketentraman hidup itu sangat terkait dengan bersihnya hati seseorang dan mampu untuk menahan diri dari nafsu. Dalam Tafsir Al-Azhar Buya Hamka sering mengaitkan penyakit hati seperti rasa iri, dengki, dan sombong sebagai suatu penyebab utama dari kecemasan batin.<sup>5</sup> Maka dari itu, hamka berpendapat ketika kita sedang berupaya untuk mencapai suatu ketentraman harus dimulai dari hati yang bersih melalui ibadah, dzikir, serta mempunyai akhlak yang baik. Maka dengan hati yang bersih atau suci, seseorang akan dapat lebih mudah untuk menerima suatu kenyataan hidup dan tidak mudah dipengaruhi oleh tekanan dari luar.

Selain dari aspek spiritual dan etika, Buya Hamka juga menekankan bahwa betapa pentingnya sikap tawakkal dan ridha itu sebagai sebuah fondasi untuk meraih ketentraman dalam kehidupan seseorang.<sup>6</sup> Beliau juga memaparkan bahwa ketika manusia berupaya secara semaksimal mungkin, maka harus tetap menyerahkan hasil akhirnya kepada allah. Dan sikap tawakkal ini, akan menghasilkan suatu ketentraman dalam hidup karena seseorang tidak lagi terbebani oleh rasa kekhawatirannya tentang masa depannya. Si sisi lain, ridha atas ketentuan allah akan menumbuhkan sikap lapang dada dan penerimaan yang tulus, sehingga seseorang dapat menjalani hidup dengan penuh rasa ikhlas.

Dalam sudut pandangan lain Hamka juga memandang sebuah ketentraman hidup itu sebagai sesuatu yang memiliki aspek terhadap sosial. Buya hamka menekankan bahawa suatu interaksi yang harmonis dengan orang lain merupakan bagaian penting dalam mencapai suatu ketentraman. Dalam Tafsir Al-Azhar, beliau kerap kali mengaitkan nilai-nilai seperti kejujuran, keadilan, serta kasih kasih sayang sebagai dasar fondasi dari kehidupan yang tentram.<sup>7</sup> suatu gagasan tentang ketentraman hidup menurut perspektif Hamka itu bersifat menyeluruh (komprehensif), mencakup hubungan antara individu dengan Allah, dengan dirinya sendiri, serta dengan masyarakat, senggga menghasilkan suatu kehidupan yang seimbang dan bermanfaat.

---

<sup>4</sup> Zuhair, Fikri Khoiri, Kari Mukmin Septiawadi, and Masruchin Masruchin. "Konseptualisasi Ajaran Tasawuf Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar." *MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir* (2025).

<sup>5</sup> Nawawi, Rif'at Syaqui, and H. D. Hidayat. "Penafsiran Hamka Tentang Ayat-Ayat Zikir dalam Tafsir Al-Azhar." (2003).

<sup>6</sup> Amin, Muhammad. "Konsep Tazkiyat Al-Nafs Perspektif Al-Qur'an (Studi Pemikiran HAMKA dalam Tafsir Al-Azhar)." *FATHIR: Jurnal Studi Islam* 2, no. 2 (2025): 167-190.

<sup>7</sup> Damanik, Agustina, and Santi Marito. "TELA'AH ATAS PENAFSIRAN BUYA HAMKA DALAM TAFSIR AL-AZHAR TENTANG KEADILAN SOSIAL." *Amsal Al-Qur'an: Jurnal Al-Qur'an dan Hadis* 1, no. 1 (2024): 1-14.

Adapun beberapa poin pemikiran Buya Hamka tentang ketentraman hidup itu sebagai berikut:

### **1. Ketentraman yang berasal dari Iman**

Haji Abdul Malik Karim Amrullah atau yang terkenal sebagai Buya Hamka beliau menegaskan bahwa ketentraman dalam hidup merupakan suatu hasil dari iman yang teguh kepada Allah Swt, yang tertanam dalam hati dan terlihat dalam tindakan sehari-hari.<sup>8</sup> Keimanan yang kokoh tidak hanya bersifat teori, tetapi juga diwujudkan melalui amalan spiritual seperti dzikir, doa, dan ibadah yang dilakukan secara istiqomah. Dalam Tafsir Al-Azhar, Buya Hamka menerangkan bahwa hati seseorang cenderung akan merasa resah apabila jauh dari Allah, tetapi hati seseorang juga akan meraih suatu ketentraman apabila dirinya selalu mengingat kepada Allah.<sup>9</sup> Dan dzikirnya seseorang itu akan menjadi suatu sumber penghubung antara hamba dan Tuhannya, yang mampu menenangkan pikiran serta hidup akan merasa tentram.

### **2. Kedekatan Spiritual dengan Allah**

Pendapat dari Buya Hamka ketentraman hidup juga bisa diperoleh melalui suatu hubungan yang mendalam antara manusia dengan Allah Swt. keterkaitan ini tidak hanya bersifat religius, tetapi juga diimplementasikan dengan melaksanakan ibadah yang konsisten dan penuh kesadaran. Hamka mengungkapkan bahwa shalat, dzikir, dan doa bukan hanya sekadar ritual biasa, tetapi merupakan media spiritual yang menyatukan hati manusia dengan sang pencipta.<sup>10</sup> Shalat, contohnya, menjadi waktu untuk dapat menenangkan pikiran dan meredakan rasa kecemasan dalam diri. Dzikir berfungsi untuk menghidupkan kesadaran akan kehadiran Allah di setiap keadaan, sedangkan doa menjadi wujud ketergantungan dan harapan bagi seorang hamba. Melalui ibadah-ibadah ini, setiap individu akan merasakan ketentraman yang mendalam, karena hatinya akan selalu terhubung kepada sumber ketenangan sejati.

### **3. Penyucian Jiwa (Tazkiyatun Nafs)**

Haji Abdul Malik Karim Amrullah menekankan bahwa betapa pentingnya ketentraman dalam hidup yang sangat terkait dengan kebersihan hati dari berbagai penyakit batin seperti iri hati, dengki, kengkuhan, dan cinta dunia yang berlebuhan. Dalam penafsirannya, beliau menguraikan bahwa penyakit-penyakit ini merupakan

---

<sup>8</sup> Saputra, Teguh. "Faktor Meningkat dan Menurunnya Keimanan: Studi Kitab Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka." *Jurnal Riset Agama* 2, no. 2 (2022): 251-263.

<sup>9</sup> Ilham, Wening Sekar Mahardhika Putri, M. Ma'ruf, Dini Islamiah, and Naila Rokhmah. "PENDIDIKAN KESEHATAN MENTAL BERBASIS TASAWUF: RESPONSLAM TERHADAP STRES DAN ANXIETY DI KALANGAN PELAJAR." *Jurnal Dinamika Pendidikan Nusantara* 6, no. 4 (2025).

<sup>10</sup> Tahir, Andi, and Asmaul Husna. "KONSEP TERAPI DALAM ISLAM (Shalat, Al-Qur'ân, Dzikir dan Doa)." *La Tenriruwa: Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1, no. 2 (2023): 27-40.

penyebab dari kegelisahan dan tidakstabilan dalam jiwa. Di sisi lain, hati yang bersih akan lebih lapang, damai, dan tidak mudah terpengaruhi oleh berbagai tantangan hidup yang dihadapi.<sup>11</sup>

#### **4. Sikap Tawakkal**

Buya Hamka menegaskan bahwa ketentraman hidup bisa diraih melalui sikap tawakkal, yaitu menyerahkan sepenuhnya apa yang telah ditentukan oleh Allah setelah berusaha semaksimal mungkin. Menurut beliau dalam Tafsir al-Azhar tawakkal bisa diartikan sebagai suatu bentuk kepercayaan penuh kepada ketentuannya sehingga seseorang tidak terjebak dalam rasa kekhawatiran yang berlebihan mengenai hasil yang masih belum pasti dan tetap merasa tentram.<sup>12</sup>

#### **5. Sikap Ridha terhadap Takdir**

Buya Hamka memaparkan bahwa sikap ridha, yang berarti menerima semua keputusan dari Allah dengan hati yang terbuka, merupakan suatu rahasia dari ketentraman hidup.<sup>13</sup> Di dalam Tafsir Al-Azhar, seseorang yang mempunyai sikap untuk menerima sesuatu atas keputusan Allah bisa digambarkan akan tidak mudah untuk mengeluh.

#### **6. Kesabaran dalam Menghadapi Ujian**

Sabar merupakan suatu fondasi penting dalam meraih ketentraman hidup. Perspektif Hamka dalam Tafsir Al-Azhar, tantangan atau ujian dianggap sebagai bagian yang harus dilalui dengan keteguhan hati, agar tidak menimbulkan rasa kecemasan dan tetap menjaga ketentraman dalam hidup.<sup>14</sup>

#### **7. Hubungan Sosial yang Harmonis**

Buya Hamka menegaskan bahwa tentram dalam hidup bukan hanya berkaitan dengan diri sendiri, melainkan juga memiliki dimensi sosial yang sangat penting.<sup>15</sup> Beliau juga menjelaskan bahwa sikap yang tulus, adil, dan penuh perhatian saat bersosial akan memperkuat hubungan yang harmonis, sehingga menciptakan suasana tenang, damai, ataupun tentram.

---

<sup>11</sup> Hasibuan, Ainah Sapitri. "IMPLIKASI GHADH AL-BASHAR DENGAN KETENANGAN HATI PERSPEKTIF BUYA HAMKA TAFSIR AL-AZHAR." *PhD diss., UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU*, 2024.

<sup>12</sup> Masrur, Masrur. "Pemikiran dan Corak Tasawuf Hamka dalam Tafsir Al-Azhar." *Medina-Te: Jurnal Studi Islam* 12, no. 1 (2016): 15-24.

<sup>13</sup> *Ibid*

<sup>14</sup> Rahmah, Syarifah. "Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Hamka (Studi Tafsir Al-Azhar)." (2023).

<sup>15</sup> ESKA, HIFDIYAH SAHAL, and SULASTRI ASRI. "Relevansi dimensi etika sosial dalam interpretasi Al-Azhar oleh Hamka." *ALMARHALAH Ученые: STIT Al Marhalah Al 'Ulya Bekasi* 7, no. 2 (2024): 221-235.

### C. Analisis ketentraman hidup dalam Al-Qur'an penjelasan Buya Hamka

Analisis mengenai ketentraman hidup dalam Al-Qur'an menurut Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar mengindikasikan bahwa suatu konsep ketentraman hidup memiliki cakupan yang sangat luas, mencakup aspek spiritual, mental, dan sosial. Hamka menafsirkan bahwa ketentraman hidup berasal dari pemahaman tauhid yang mendalam, yaitu keyakinan akan keberadaan Allah Swt yang menjadi pusat tujuan hidup manusia.<sup>16</sup> Dalam penjelasannya mengenai ayat-ayat seperti Surah Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”

Buya Hamka menekankan bahwa dzikir kepada Allah bukan sekadar ucapan, melainkan suatu bentuk kesadaran batin yang menimbulkan rasa aman dan tenang. Ketentraman hidup tidak muncul dari situasi eksternal yang tanpa sebuah masalah, melainkan dari kekuatan dalam diri yang terhubung dengan nilai-nilai ke ilahian.

Lalu Hamka menjelaskan bahwa Al-Qur'an memberikan suatu arahan yang praktis untuk mencapai ketentraman melalui penguatan ikatan spiritual dengan Tuhan.<sup>17</sup> Dalam beragam tafsirnya, beliau menyatakan bahwa praktik ibadah seperti shalat, doa, dan dzikir memiliki suatu dampak yang penting dalam menenangkan pikiran.

Dalam penjelasan lain, Hamka menegaskan bahwa betapa pentingnya pengendalian diri dan pembersihan jiwa dalam konteks ketentraman hidup dalam Al-Qur'an. Beliau menjelaskan bahwa terdapat banyak ayat dalam Al-Qur'an yang memperingatkan akan bahaya dari penyakit hati seperti rasa iri, dengki, dan kesombongan, yang dapat mengganggu ketentraman hidup seseorang. Hamka menafsirkan bahwa seseorang yang mampu memebersihkan hatinya akan lebih cepat mencapai sebuah ketentraman, karena tidak lagi dibebani oleh emosi negatifnya.

Selain dari faktor internal, Hamka menekankan bahwa Al-Qur'an mengajarkan ajaran yang terkait dengan sikap mental tertentu yang berperan sebagai kunci untuk menemukan kunci ketentraman seperti rasa sabar, tawakkal, dan ridha. Buya Hamka menjelaskan di dalam Tafsir al-Azhar bahwa kesabaran bukanlah sekadar untuk menahan diri, melainkan merupakan kekuatan batin yang aktif saat menghadapi sebuah cobaan dalam hidup. Tawakkal diartikan sebagai bentuk kepercayaan penuh terhadap

---

<sup>16</sup> Saputra, Teguh. "Faktor Meningkatkan dan Menurunnya Keimanan: Studi Kitab Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka." *Jurnal Riset Agama* 2, no. 2 (2022): 251-263.

<sup>17</sup> Hazmi, M. Hafiz Mauluddin. "SELF-HEALING DALAM QS AL-INSYIRAH.: Analisis Penafsiran Hamka Dalam Tafsir Al-Azhar." *Al-Aqam: Jurnal Studi Al-Quran dan Tafsir* 4, no. 2 (2025): 146-164.

Allah Swt setelah berusaha semaksimal mungkin, dan sedangkan sikap ridha mengartikan penerimaan yang tulus terhadap ketentuannya. Ketika seseorang sudah menyerahkan hasil sepenuhnya ke pada Allah (tawakkal) maka ketika hasil itu sudah ditentukan oleh Allah kita harus menerimanya dengan tulus (ridha).

Pembahasan lebih dalam lagi, Hamka mengamati bahwa ketentraman hidup yang terdapat dalam Al-Qur'an memiliki dimensi sosial yang signifikan. Hamka memahami bahwa nilai-nilai seperti kejujuran, keadilan, dan kasih sayang adalah prinsip-prinsip yang harus ditetapkan dalam kehidupan bermasyarakat. Menurut pendapatnya bahwa ketentraman tidak akan sepenuhnya dapat dicapai secara sempurna jika hanya berfokus pada diri sendiri tanpa memperhatikan hubungan antar sesama. Pembahasan ini menunjukkan bahwa pemahaman Hamka mengenai ketentraman hidup bersifat menyeluruh, maksudnya meliputi hubungan antara manusia dengan Allah dan antar sesama. Ketentraman hidup tidak hanya menjadi situasi mental seseorang, melainkan juga bisa terlihat dalam terciptanyamasyarakat yang tentram dan harmonis.

## **PENUTUP**

Ketentraman hidup menurut perspektif Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azharnya ialah suatu gagasan yang menyeluruh, yaitu mencakup aspek spiritual, mental, dan sosial. Ketentraman hidup dipandang bukan hanya sekadar sebagai kondisi yang bebas dari suatu cobaan, melainkan sebagai suatu kondisi batin seseorang dengan rasa tentram dari ikatan yang kuat dengan Allah Swt. pada surah Ar-Ra'd ayat 28, Buya Hamka menafsirkan bahwa dzikir dan kesadaran akan keesaan Allah merupakan suatu kunci yang paling utama untuk meraih suatu rasa ketentraman dalam hidup.

Hasil dari penelitian ini memaparkan bahwa rasa ketentraman dalam hidup menurut Buya Hamka dibangun oleh berbagai macam tindakan dan sikap keagamaan yang nyata, seperti ibadah, tawakkal, sabar, dan ridha. Ibadah contohnya shalat, do'a, dan dzikir dianggap bukan hanya sekadar kewajiban, tetapi juga sebagai cara untuk bisa meredakan pikiran dari rasa cemas dan gelisah. Selain daripada itu, membersihkan hati dari sebuah penyakit seperti rasa iri, dengki, dan sombong menjadi sebuah kunci ketika ingin mendapatkan rasa ketentraman dalam hidup.

Penelitian ini juga mengindikasikan bahwa pemahaman dari ketentraman hidup menurut Hamka tidak hanya bersifat individu, melainkan memiliki aspek sosial yang begitu penting. Ketentraman hidup akan lebih ideal ketika suatu hubungan yang harmonis di antara sesama manusia dengan rasa sikap yang tulus dan penuh rasa kasih sayang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Sanah, Eva Rosyidana Alfa. "Pernikahan Sakinah: Tafsir Hermeneutika Teologis Atas Konsep Ketenangan Dan Kasih Dalam Al-Quran." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 5, no. 3 (2024): 888-902.
- Mahendra, Wan Alif Ihza, and Sahdin Hasibuan. "OVERCOMING ANXIETY THROUGH RIDHA, TAWAKKAL, AND PATIENCE: A THEMATIC STUDY IN THE TAFSIR FI ZHILALIL QUR'AN." *Journal Analytica Islamica* 14, no. 2 (2025): 1364-1373.
- Aziz, Abd. "ETIKA INTERAKSI SOSIAL DALAM POLA MEMINTA IZIN." *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an* 20 (2020): 180-197
- Zuhair, Fikri Khoiri, Kari Mukmin Septiawadi, and Masruchin Masruchin. "Konseptualisasi Ajaran Tasawuf Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar." *MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir* (2025).
- Nawawi, Rif'at Syauqi, and H. D. Hidayat. "Penafsiran Hamka Tentang Ayat-Ayat Zikir dalam Tafsir Al-Azhar." (2003).
- Amin, Muhammad. "Konsep Tazkiyat Al-Nafs Perspektif Al-Qur'an (Studi Pemikiran HAMKA dalam Tafsir Al-Azhar)." *FATHIR: Jurnal Studi Islam* 2, no. 2 (2025): 167-190.
- Damanik, Agustina, and Santi Marito. "TELA'AH ATAS PENAFSIRAN BUYA HAMKA DALAM TAFSIR AL-AZHAR TENTANG KEADILAN SOSIAL." *Amsal Al-Qur'an: Jurnal Al-Qur'an dan Hadis* 1, no. 1 (2024): 1-14.
- Saputra, Teguh. "Faktor Meningkatkan dan Menurunnya Keimanan: Studi Kitab Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka." *Jurnal Riset Agama* 2, no. 2 (2022): 251-263.
- Ilham, Wening Sekar Mahardhika Putri, M. Ma'ruf, Dini Islamiah, and Naila Rokhmah. "PENDIDIKAN KESEHATAN MENTAL BERBASIS TASAWUF: RESPONSL ISLAM TERHADAP STRES DAN ANXIETY DI KALANGAN PELAJAR." *Jurnal Dinamika Pendidikan Nusantara* 6, no. 4 (2025).
- Tahir, Andi, and Asmaul Husna. "KONSEP TERAPI DALAM ISLAM (Shalat, Al-Qur'an, Dzikir dan Doa)." *La Tenriruwa: Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1, no. 2 (2023): 27-40
- Hasibuan, Ainah Sapitri. "IMPLIKASI GHADH AL-BASHAR DENGAN KETENANGAN HATI PERSPEKTIF BUYA HAMKA TAFSIR AL-AZHAR." PhD diss., UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU, 2024.
- Masrur, Masrur. "Pemikiran dan Corak Tasawuf Hamka dalam Tafsir Al-Azhar." *Medina-Te: Jurnal Studi Islam* 12, no. 1 (2016): 15-24.
- Rahmah, Syarifah. "Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Hamka (Studi Tafsir Al-Azhar)." (2023).

ESKA, HIFDIYAH SAHAL, and SULASTRI ASRI. "Relevansi dimensi etika sosial dalam interpretasi Al-Azhar oleh Hamka." *ALMARHALAH Учредители: STIT Al Marhalah Al 'Ulya Bekasi* 7, no. 2 (2024): 221-235.

Saputra, Teguh. "Faktor Meningkatkan dan Menurunnya Keimanan: Studi Kitab Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka." *Jurnal Riset Agama* 2, no. 2 (2022): 251-263.

Hazmi, M. Hafiz Mauluddin. "SELF-HEALING DALAM QS AL-INSYIRAH:: Analisis Penafsiran Hamka Dalam Tafsir Al-Azhar." *Al-Aqwam: Jurnal Studi Al-Quran dan Tafsir* 4, no. 2 (2025): 146-164.