



## **283715 - Seseorang Mengerjakan Hal Yang Haram Jika Dalam Kondisi Sendirian, Dia Ingin Sembuh dari Kebiasaannya ?**

---

### **Pertanyaan**

Saya mohon diselamatkan dari adzab dan murka Allah, saya seorang muslim yang tumbuh dengan cara Islam, dengan akhlak yang mulia, dan masih dalam kondisi seperti itu di hadapan orang lain, akan tetapi yang menjadi musibah bagi saya adalah saya merasa lemah, saya banyak melihat pornografi di handphone, baik yang berupa gambar maupun video yang tidak berakhlak dengan cara sembunyi-sembunyi, saya yakin bahwa Allah Maha Melihat saya, akan tetapi beberapa kali saya juga melakukan hal yang tercela itu, tidak hanya dengan menontonnya bahkan sampai dengan melakukan onani, saya sudah menikah, saya juga telah dikaruniai beberapa anak. Saya mengetahui bahwa apa yang saya lakukan tersebut adalah perbuatan binatang antara saya dan Allah -Ta'ala-, saya juga mengetahui bahwa hal ini juga akan mengurangi kebaikan bahkan akan menghancurkannya, saya mendirikan shalat dan bertaubat, saya bisa bersabar satu atau dua hari saja, dan besoknya kembali lagi, saya mendapati diri ini ada rasa kecanduan yang sangat dan aneh untuk membuka situs pornografi yang berupa gambar dan video, dan saya juga melakukan hal keji, saya tidak tahu apa yang harus saya lakukan ?, saya juga tahu bahwa jika Allah mencabut nyawaku aku akan masuk neraka, saya tidak mampu mengendalikan diri ini, bantulah kami, selamatkan kami semoga Allah senantiasa memberikan rahmat-Nya kepada anda semua.

### **Jawaban Terperinci**

Alhamdulillah.

Saudaraku yang mulia, kami memahami apa yang anda alami dari kegelisahan jiwa karena terjerumus ke dalam maksiat dan diulangi terus menerus, ini merupakan pertanda baik bahwa hati anda meskipun masih diliputi penyakit pada satu sisi, namun pada sisi lainnya masih sehat.

Penyembuhan yang ampuh pada penyakit ini tidak bisa dilakukan kecuali dengan menutup semua



pintu yang mengantarkanmu kepada maksiat kepada Allah, dan menutup semua pintu yang menyebabkan anda berputus asa dari rahmat Allah, Allah ta'ala berfirman:

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

الزمر/53

“Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang". (QS. Az Zumar: 53)

Allah ta'ala juga berfirman:

وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا \* يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا \* إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَٰئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا \* وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا

الفرقان/68-71

“Dan orang-orang yang tidak menyembah tuhan yang lain beserta Allah dan tidak membunuh jiwa yang diharamkan Allah (membunuhnya) kecuali dengan (alasan) yang benar, dan tidak berzina, barangsiapa yang melakukan demikian itu, niscaya dia mendapat (pembalasan) dosa (nya), (yakni) akan dilipat gandakan azab untuknya pada hari kiamat dan dia akan kekal dalam azab itu, dalam keadaan terhina, kecuali orang-orang yang bertaubat, beriman dan mengerjakan amal saleh; maka kejahatan mereka diganti Allah dengan kebajikan. Dan adalah Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. Dan orang yang bertaubat dan mengerjakan amal saleh, maka sesungguhnya dia bertaubat kepada Allah dengan taubat yang sebenar-benarnya”. (QS. Al Furqan: 68-71)

Ibnu Qayyim -rahimahullah- berkata di dalam Al Jawabu Al Kaafi: 165

“Hikmah Allah sudah menunjukkan keadilan dan keutamaan bahwa: “Orang yang bertaubat dari



dosa seperti halnya tidak ada dosa baginya”.

Allah -subhanahu- telah menjamin orang yang telah bertaubat dari dari syirik, bunuh diri dan zina, maka keburukan-keburukannya akan diganti dengan kebaikan-kebaikannya, ini adalah hukum umum berlaku bagi setiap orang yang bertaubat dari dosa.

Allah -Ta’ala- berfirman:

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

. سُورَةُ الزُّمَرِ/53

“Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”. (QS. Az Zumar: 53)

Tidak satu pun dosa yang dikecualikan dari keumuman hukum tersebut, akan tetapi ini merupakan hak orang-orang yang bertaubat secara khusus”.

Allah -Ta’ala- telah menjelaskan bahwa “Al Muttaqiin” (orang-orang yang bertakwa) di dalam kitab-Nya, bahwa mereka orang-orang yang telah melakukan dosa besar atau mereka menzholimi diri mereka dengan dosa-dosa kecil, mereka menyebut Allah Yang Maha Kuasa dan Yang Maha Pengampun, lalu mereka meminta ampun dari dosa-dosa mereka, mereka tidak melakukannya lagi dan tidak mengulang-ngulangi kemaksiatan.

Maka Allah -Jalla fii ‘Ulahu- berfirman:

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ \* الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ  
وَالكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ \* وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا  
لذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ \* أُولَٰئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ  
تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ

آل عمران/133-136



“Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertakwa, (yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema`afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan. Dan (juga) orang-orang yang apabila mengerjakan perbuatan keji atau menganiaya diri sendiri, mereka ingat akan Allah, lalu memohon ampun terhadap dosa-dosa mereka dan siapa lagi yang dapat mengampuni dosa selain daripada Allah? Dan mereka tidak meneruskan perbuatan kejinya itu, sedang mereka mengetahui. Mereka itu balasannya ialah ampunan dari Tuhan mereka dan surga yang di dalamnya mengalir sungai-sungai, sedang mereka kekal di dalamnya; dan itulah sebaik-baik pahala orang-orang yang beramal”. (QS. Ali Imron: 133-136)

“Al Mushirr ‘ala Adz Dzunuub” adalah mereka yang melakukan dosa, membiasakan berbuat dosa berkali-kali, tanpa taubat dan istighfar.

Adapun orang yang telah berbuat dosa lalu ia bertaubat dengan taubat yang jujur dan benar, kemudian ia menjadi lemah dan kembali berbuat dosa lagi, lalu ia bertaubat kepada-Nya dengan taubat yang benar, demikianlah yang terjadi, antara dosa, maksiat dan taubat, penyesalan dan kembali kepada Allah Yang Maha Rahman dan Maha Rahim; maka yang demikian itu termasuk yang diampuni oleh Allah jika Dia berkehendak, dan berharap agar Allah menghapus ketergelincirannya dan mengampuni kesalahannya.

Dari Abu Hurairah berkata: “Saya telah mendengar Nabi -shallallahu ‘alaihi wa sallam- bersabda:

إِنَّ عَبْدًا أَصَابَ ذَنْبًا فَقَالَ: رَبِّ أَنْتَبْتُ فَاعْفِرْ لِي. فَقَالَ رَبُّهُ: أَعْلِمَ عَبْدِي أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذَّنْبَ وَيَأْخُذُ بِهِ؟ غَفَرْتُ لِعَبْدِي!! ثُمَّ مَكَتَ مَا شَاءَ اللَّهُ ثُمَّ أَذْنَبَ ذَنْبًا، فَقَالَ: رَبِّ أَنْتَبْتُ آخَرَ، فَاعْفِرْهُ؟ فَقَالَ: أَعْلِمَ عَبْدِي أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذَّنْبَ وَيَأْخُذُ بِهِ؟ غَفَرْتُ لِعَبْدِي!! ثُمَّ مَكَتَ مَا شَاءَ اللَّهُ، ثُمَّ أَذْنَبَ ذَنْبًا، قَالَ: قَالَ: رَبِّ أَنْتَبْتُ آخَرَ، فَاعْفِرْهُ لِي. فَقَالَ: أَعْلِمَ عَبْدِي أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذَّنْبَ وَيَأْخُذُ بِهِ؟ غَفَرْتُ لِعَبْدِي ثَلَاثًا، فَلْيَعْمَلْ مَا شَاءَ

رواه البخاري (7507) ، ومسلم (2758)

“Sungguh seorang hamba yang melakukan dosa, lalu berkata: “Ya Allah, aku telah berbuat dosa, maka ampunilah aku”. Maka Allah berfirman: “Apakah hamba-Ku telah mengetahui bahwa ia



mempunyai Rabb Yang Maha Mengampuni dosa dan menghapusnya ?, Aku telah mengampuni hamba-Ku, kemudian selang beberapa waktu sesuai dengan kehendak Allah, ia pun melakukan dosa lagi, lalu berkata: “Ya Rabb, aku telah berbuat dosa lagi, maka ampunilah dosaku ?. Allah berfirman: “Apakah hamba-Ku mengetahui bahwa dia mempunyai Rabb Yang Maha mengampuni dosa dan menghapusnya ?, Aku telah mengampuni hamba-Ku, kemudian selang beberapa waktu sesuai dengan kehendak Allah, ia pun melakukan dosa lagi, lalu berkata: “Ya Rabb, aku telah berbuat dosa lagi, maka ampunilah dosaku ?. Allah berfirman: “Apakah hamba-Ku mengetahui bahwa dia mempunyai Rabb Yang Maha mengampuni dosa dan menghapusnya ?, Aku telah mengampuni hamba-Ku. kemudian selang beberapa waktu sesuai dengan kehendak Allah, ia pun melakukan dosa lagi, lalu berkata: “Ya Rabb, aku telah berbuat dosa lagi, maka ampunilah dosaku ?. Allah berfirman: “Apakah hamba-Ku mengetahui bahwa dia mempunyai Rabb Yang Maha mengampuni dosa dan menghapusnya ?, Aku telah mengampuni hamba-Ku. 3 kali. Maka hendaknya ia melakukan sesuai dengan kehendaknya”. (HR. Bukhori: 7507 dan Muslim: 2758)

An Nawawi -rahimahullah- berkata di dalam Syarah Shahih Muslim (17/75):

“Kalaupun dosa itu terulang sebanyak 100 kali, atau 1.000 kali, atau lebih banyak lagi dan bertaubat pada setiap kalinya, maka taubatnya telah diterima dan dosa-dosanya telah gugur. Dan kalau saja dia telah bertaubat dari semua dosa dengan satu taubat setelah semuanya maka taubatnya tetap sah. Firman Allah -‘Azza wa Jalla- kepada orang yang telah mengulangi dosanya:

اعْمَلْ مَا شِئْتَ فَقَدْ عَفَرْتُ لَكَ

“Berbuatlah sesukamu, Aku telah mengampunimu”.

Maksudnya adalah selama kamu berbuat dosa kemudian bertaubat, maka Aku telah mengampunimu”.

Maka lanjutkanlah bertaubat dari setiap maksiat, dan jadilah orang yang jujur dalam bertaubat, menyesali, merasa sakit dengan dosa masa lalu dan bertekad untuk meninggalkannya untuk selamanya.



Lalu bersungguh-sungguhlah untuk menyempurnakan taubatmu, dengan beberapa hal berikut ini:

Menutup semua jalan yang mendorong anda untuk melakukan kemaksiatan tersebut, yaitu dengan menghindari kesendirian, jadilan selalu berbaur dengan orang, dengan istri dan anak-anak anda.

Jika anda berada jauh dari istri anda, maka upayakan sebisa mungkin untuk mengajaknya ikut bersama anda, jangan pernah tinggal jauh dengan istri anda, sembuhkan diri anda dengannya dan sehatkan dia dengan kehadiran anda.

Jika anda berada dekat dengan keluarga anda, bermukim bersama mereka, maka jangan pernah menjauhi mereka, cintailah istri anda, selesaikan hajat anda bersamanya, setiap kali jiwa anda tergerak untuk melihat, pandangan anda tertumpu pada sesuatu, maka jangan biarkan syetan menggerakkan anda menuju syahwat yang haram dan bersegeralah menuju yang dihalalkan.

Sibukkan diri anda dengan aktifitas apa saja yang bermanfaat, baik aktifitas duniawi maupun yang ukhrawi, karena waktu luang itu akan menyebabkan kerusakan bagi manusia dengan semua bentuk kerusakan.

Menutup internet dan HP selamanya, bisa jadi juga termasuk yang lebih bermanfaat bagi anda untuk mengganti HP yang tidak bisa masuk jaringan internet.

Penguatan iman di dalam hati anda, takut kepada Allah dan beratnya hisab-Nya, menghadirkan perasaan bahwa Allah Maha Melihat dan Maha Mengawasi anda.

Banyak membaca Al Qur'an yang mulia, shalat sunnah, apalagi shalat qiyamul lail.

Memperbanyak doa memohon hidayah, sungguh doa yang paling bermanfaat bagi seorang hamba adalah

اهدنا الصراط المستقيم

“Berilah petunjuk kepada kami jalan yang lurus”.



Semoga Allah senantiasa memberikan kepada kita semua hidayah dan keteguhan.

Allah Maha Pemberi Taufik kepada yang Dia cintai dan Dia ridhoi.