



Media: Republika

Hari: Senin

Tanggal: 02 Februari 2009

Halaman: 1

Media: Republika Hari: Senin Tanggal: 02-02-09 Halaman: 1

hikmah

Oleh Nasrullah Nurdin Jasan

Menghilangkan Perfeksionisme

Allah SWT berfirman, "Dan, kami pasti akan menguji kalian dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan, sampaikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, 'Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun' (sungguh, kami adalah milik Allah dan kepada-Nya kami kembali). Mereka itulah yang mendapat keberkatan sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk." (QS Albaqarah [2]: 155-157).

Dari firman Allah SWT di atas, dapat disimpulkan bahwa manusia dalam menjalani hidup di dunia ini pasti akan diuji dengan aneka macam cobaan. Tapi, anehnya, mengapa di antara kita banyak yang tidak mau menerima kenyataan (takdir Allah) itu? Mengapa kita tidak percaya dengan apa yang terjadi pada diri kita? Dan, mengapa pula kita harus mengeluh dari setiap musibah yang menimpa diri kita? Bukankah semua itu sudah ada skenarionya? Bukankah setiap kejadian atau peristiwa, baik maupun buruk, yang menimpa setiap insan di muka bumi ini sudah ada yang mengatur?

Mari renungkan, berapa banyak orang yang stres berat karena terkena PHK? Berapa banyak pengusaha yang pusing tujuh keliling karena bisnisnya gagal atau bangkrut?

Berapa banyak remaja yang bunuh diri cuma karena cintanya ditolak atau kandas di tengah jalan? Berapa banyak pelajar yang mabuk-mabukan melakukan aksi kriminal hanya karena tidak lulus ujian? Dan, masih banyak contoh kasus lainnya.

Islam mengajarkan umatnya untuk tidak menjadi manusia perfeksionis, yaitu menginginkan segala sesuatu berjalan dengan lancar tanpa ada hambatan atau berjalan sesuai semestinya dan sesuai dengan apa yang dicita-citakan.

Memang, tidak ada yang melarang kita untuk meraih hasil yang sempurna, mendapatkan sesuatu yang lebih bagus, mencari sesuatu yang lebih utama, dan berusaha mencapai yang terbaik.

Akan tetapi, pencarian terhadap sesuatu yang lebih baik tidak mengharuskan kita untuk hanyut dalam kesedihan terlalu lama, berputus asa, tidak menerima takdir Allah, *negative thinking* kepada-Nya, menyiksa diri sendiri, bahkan sampai menyalahkan orang lain jika tidak berhasil mendapatkannya.

Dalam kondisi seperti ini, kita perlu meluruskan jalan pikiran dan cara berpikir agar hidup bahagia tanpa diliputi rasa kekecewaan, kegelisahan, dan kesesahan. *Wallahu a'lam bis-shawab.* ■

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1.	Netral	Amat Segera	Untuk Ditanggapi

Yogyakarta, 16 Januari 2025
 Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
 NIP. 19690723 199603 1 005