



## Tertawa Dalam Perspektif Hadis Nabi SAW

Muhammad Abdul Aziz<sup>1</sup>, Junaidi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

<sup>1</sup>Muhammadabdulaziz518@gmail.com

<sup>2</sup>junaidi@uinsu.ac.id

**Abstract:** Laughter is an activity that is often found in various situations and conditions, especially in meetings and gatherings in social relationships. This is because human nature which tends towards happiness and pleasure is the driving force for this expression of laughter. However, in the hadith the Prophet S.A.W. forbids us from laughing excessively. . The aim of this research is to analyze the positive and negative impacts of laughter. The research method used was thematic research method (Maudhu'i). The data sources that the author uses in this research include primary data and secondary data. The data collection technique created by the author by first searching for what data is needed in discussing this thesis is thematic research (maudhu'i). Collecting hadiths related to analysis of hadiths regarding the prohibition of laughing, then looking at the Islamic scholars' syarah regarding these hadiths. The results of this research show that in reality nowadays people often laugh too much. Therefore, in Islam there are separate rules regarding laughter. In the hadith, it is explained that laughter that is permissible is laughter that only shows the molars or just smiling, while laughter that is prohibited in the hadith is laughter that causes a loud sound.

**Keywords:** *Hadith, Health, Laughter*

### Pendahuluan

Hadis atau sunnah menempati urutan kedua setelah al-Qur'an dalam sistem sumber-sumber hukum Islam. Seperti halnya al-Qur'an, ia merupakan wahyu dari Allah Swt. yang penampilannya muncul dalam bentuk redaksi atau perilaku Nabi Muhammad Saw. sebagai utusannya. Hal ini berdasarkan firman Allah Swt :

وَلَوْ تَقَوَّلَ عَلَيْنَا بَعْضَ الْأَقَاوِيلِ (٤٤) لَأَخَذْنَا مِنْهُ بِالْيَمِينِ (٤٥) ثُمَّ لَقَطَعْنَا مِنْهُ الْوَتِينَ (٤٦) فَمَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ عَنْهُ حَاجِزِينَ (٤٧)

*Dan sekiranya dia (Muhammad) mengada-adakan sebagian perkataan atas (nama) kami. Pasti Kami pegang dia pada tangan kananya. Kemudian Kami potong pembuluh jantungnya. Maka tidak seorang pun dari kamu yang dapat menghalangi (Kami untuk menghukumnya).” (QS. al-Hâqqah/69: 44-47).*

Secara fungsional hadis merupakan penjelasan terhadap al-Qur'an dan menetapkan hukum yang belum nyata disebutkan di dalamnya, sekaligus sebagai pengamalan al-Qur'an secara menyeluruh. Mengingat kedudukan hadis yang



sangat penting itu, maka hadis haruslah benar-benar valid dan dapat dipertanggungjawabkan keabsahannya berasal dari Nabi Saw<sup>1</sup>

Jika ditinjau dari isi kandungannya hadis mencakup banyak aspek, tidak hanya berkaitan dengan ajaran-ajaran Islam berupa akidah, ibadah, muamalah, dan akhlak. Tapi ia juga berkenaan dengan fitrah atau kebiasaan dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini dikarenakan hadis tidak hanya terdiri dari wahyu Allah Swt., melainkan juga berkaitan erat dengan kemanusiaan Rasulullah Saw. itu sendiri. Berbeda dengan al-Qur'an yang murni merupakan wahyu secara keseluruhannya.<sup>2</sup> Salah satu fitrah atau kebiasaan manusia yang disinggung di dalam hadis, sekaligus ada kaitannya dengan objek kajian ilmu psikologi ialah ekspresi tawa.<sup>3</sup>

Pada umumnya jiwa manusia memang lebih cenderung pada kebahagiaan dan kesenangan, karena tidak ada satu pun seseorang yang mengiginkan dirinya dihantui oleh rasa sedih dan takut. Oleh sebab itu, aktivitas tertawa sebagai bentuk ekspresi dari emosi tersebut lebih sering dijumpai dalam berbagai situasi dan kondisi dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam hubungan sosial.

Di Indonesia, kecenderungan itu dapat dibuktikan melalui hasil survei yang dilakukan oleh Kompas terhadap perfilman Indonesia. Hasilnya menunjukkan bahwa film yang paling banyak diidolakan oleh masyarakat adalah film yang bertemakan komedi sebanyak 33,4 persen mengalahkan film bertema drama percintaan dan horor. Fakta lain yang menguatkan hasil survei di atas, maraknya dewasa ini program televisi yang memang sengaja dibuat untuk menghibur dan membuat tawa pemirsanya.<sup>4</sup> Salah satunya program Stand Up Comedy yang sudah tidak asing lagi di kalangan mahasiswa, dengan cerita unik dan lucu, program tersebut mampu membuat tertawa penontonnya. Tak kalah ramainya juga, melalui berbagai jaringan Media Sosial di era global ini banyak bermunculan tayangan yang mengandung humor sehingga dapat merangsang ekspresi tawa.

Dalam bidang psikologi, hal di atas memang dianggap sesuatu yang memiliki dampak positif dan sangat dianjurkan. Melalui penelitian para ahli dalam bidang ini, tertawa terbukti sangat kaya manfaat. William Foy dari Universitas Stanford berpendapat bahwa "...Tertawa terbahak-bahak amat bermanfaat bagi orang sakit. Hasil penelitiannya tersebut menunjukkan bahwa tertawa terbahak-bahak akan menggoyang-goyangkan otot perut, dada, bahu, serta pernafasan sehingga membuat tubuh seakan-akan sedang jogging di tempat, dan

---

<sup>1</sup> Kaizal Bay, *Metode Penyelesaian Hadis-hadis Mukhtalif Menurut al-Syafi'i*, *Jurnal Ushuluddin XVII*, no. 2 (Juli 2011): h. 183.

<sup>2</sup> enny Afwadzi, *Hadis di Mata Para Pemikir Modern (Telaah Buku Rethinking Karya Daniel Brown)*. *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis 15*, no. 2 (Juli 2014): h. 228.

<sup>3</sup> Dikatakan sebagai objek kajian psikologi, hal ini berdasarkan pada pengertian ilmu psikologi itu sendiri yaitu ilmu yang mempelajari jiwa, dan jiwa sebagai dasar dari tingkah laku dalam hal ini tertawa. Lihat Singgih D. Gunarsa dan Ny. Singgih. *Psikologi Perawatan* (Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1986), h. 3

<sup>4</sup> <http://www.tribunnews.com/seleb/2014/09/15/komedi-cinta-action-tiga-besar-genre-film-paling-disukai-orang-indonesia>, artikel diakses pada 24 Maret 2018.



setelah tertawa tubuh akan terasa rileks, segar, dan tenang...”.<sup>5</sup> Pendapat ini didukung oleh Dr. Lee S. Berk, peneliti dari Universitas California Amerika Serikat yang mengatakan bahwa “...Tertawa bisa mengurangi tingkat hormon stres di dalam tubuh sekaligus meningkatkan imunitas sehingga kekebalan tubuh akan bertambah...”

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, tertawa kemudian menjadi sebuah terapi yang menyehatkan dan efektif menghilangkan berbagai penyakit khususnya yang disebabkan stres. Terapi ini dikenal dengan sebutan terapi tawa. Terapi tawa adalah metode terapi dengan menggunakan humor dan tawa untuk membantu individu menyelesaikan masalah, baik dalam bentuk gangguan fisik maupun gangguan mental.<sup>6</sup>

Berbeda jauh dengan apa yang telah dijelaskan oleh para ahli di atas, hadis nampaknya lebih cenderung memandang negatif ekspresi tawa. Berdasarkan penelusuran penulis, belum ditemukan satupun hadis yang menjelaskan manfaat dan anjuran tertawa secara eksplisit. Bahkan hadis lebih cenderung melarang dan berindikasi untuk meminimalkan ekspresi tersebut karena berdampak negatif. Salah satunya dapat menyebabkan matinya hati. Rasulullah Saw. bersabda:

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ خَلْفٍ حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ الْحَنْفِيُّ حَدَّثَنَا عَبْدُ الْحَمِيدِ بْنُ جَعْفَرٍ، عَنْ إِبْرَاهِيمَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ حُنَيْنٍ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: لَا تُكْثِرُوا الضَّحْكَ، فَإِنَّ كَثْرَةَ الضَّحْكِ تُمِيتُ الْقَلْبَ (رواه ابن ماجه)

*‘Telah menceritakan kepada kami Abû Bakar bin Khalaf, telah menceritakan kepada kami Abû Bakar al-Hanafî, telah menceritakan kepada kami ‘Abdul Hamîd bin Ja’far dari Ibrâhîm bin ‘Abdullah bin Hunain dari Abû Hurairah dia berkata, Rasulullah Saw. bersabda: “Janganlah kalian banyak tertawa, karena banyak tertawa akan mematikan hati.”*<sup>7</sup>

Hadis ini secara eksplisit melarang seluruh umat Islam untuk banyak tertawa, karena akan berdampak negatif yang berakibat matinya hati. Bila hati telah mati, maka sulit bagi siapapun untuk menerima kebenaran atau hidayah sehingga akan menjauhkan dirinya dari Allah Swt.

Hadis tersebut didukung oleh riwayat Âisyah yang mengatakan bahwa Nabi Saw. tidak pernah tertawa, melainkan beliau hanya tersenyum

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سُلَيْمَانَ قَالَ: حَدَّثَنِي ابْنُ وَهْبٍ أَخْبَرَنَا عَمْرُو أَنَّ أَبَا النَّضْرِ حَدَّثَهُ عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ يَسَارٍ عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ مَا رَأَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مُسْتَجْمِعًا قَطُّ ضَاحِكًا حَتَّى أَرَى مِنْهُ هَوَاتِهِ إِذَا كَانَ يَتَبَسَّمُ. (رواه البخاري)

<sup>5</sup> Esterina Fitri Lestari, “Pengaruh Pelatihan Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia (LANZIA) Yang Tinggal Di Pantu Werdha Hargo Dedali,” *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga Surabaya* 6, no. 1 (April 2011): h. 342.

<sup>6</sup> Anggun Resdasari Prasetyo dan Harliana Nurtjahjanti, “Pengaruh Penerapan Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Kerja Pada Pegawai Kereta Api,” *Jurnal Psikologi Undip* 11, no. 1 (April 2012): h. 65

<sup>7</sup> Ibnu Mâjah, *Sunan Ibnu Mâjah*, Jilid 2 (T.tp.: Dâr Ahyâ al-Kitâb al-‘Arabîyyah, t.t.), h. 1403



“Telah menceritakan kepada kami Yahya bin Sulaimân, ia berkata; telah menceritakan kepadaku Ibnu Wahb, telah mengabarkan kepada kami ‘Amr bahwasanya Abu al-Nadr telah menceritakannya dari Sulaimân bin Yasâr, dari ‘Aisyah r.a. dia mengatakan, “Aku tidak pernah melihat Nabi Saw. tertawa dengan terbahak-bahak sampai aku melihat elak-elakannya (daging di bagian atas ujung tenggorokan pada mulut paling dalam). Akan tetapi, beliau hanya tersenyum.”<sup>8</sup>

Hadis-hadis di atas secara tekstual terkesan bertolakbelakang dengan hasil penelitian dalam bidang kesehatan. Karena ilmu kesehatan itu sendiri memang hanya berpijak pada hasil penelitian yang bersifat empiris, sementara manusia merupakan makhluk yang sangat kompleks terdiri dari dua sisi yaitu jasmani dan rohani atau mental spiritual. Sisi yang kedua itulah yang belum banyak terungkap dalam ilmu ini. Karena pada umumnya ilmu bersandar pada hasil eksperimen dan observasi pada sesuatu yang tampak nyata.<sup>9</sup> Sedangkan hadis merupakan wahyu yang didalamnya memuat informasi-informasi yang berkaitan dengan kedua sisi di atas, bahkan hadis juga sudah memprediksi kejadian-kejadian yang akan terjadi di masa depan. Dengan demikian, terdapat dua informasi yang dapat digunakan sebagai bahan untuk menganalisis dan meneliti lebih tajam tertawa dalam dua bidang kajian tersebut.

## Pengertian Tertawa

### 1. Menurut Bahasa

Menurut Bahasa Berdasarkan metode pemenggalan baku bahasa Indonesia, kata tertawa terdiri dari dua kata yaitu ter-tawa. Jadi kata dasar dari tertawa adalah tawa, yang berkedudukan sebagai kata benda. Ketika kata tawa diimbui awalan ter-, maka merubah kedudukannya menjadi kata kerja.

### 2. Menurut Istilah

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) tawa adalah ungkapan rasa gembira, senang, geli, dan sebagainya dengan mengeluarkan suara pelan, sedang dan keras dengan melalui alat ucap. Sedangkan tertawa ialah kegiatan melahirkan rasa gembira, senang, geli dan sebagainya dengan suara berderai.<sup>10</sup> Dalam bidang psikologi tawa didefinisikan sebagai suatu gejala reaksi fisik seseorang yang menerima rangsangan batin (lucu), badaniah (gelitik), dan faal (penyakit) atau bisa juga dampak dari rangsangan kimiawi.<sup>11</sup> Menurut Muhammad, tawa adalah ekspresi jiwa atau emosional yang diperlihatkan melalui raut wajah dan bunyi-bunyian tertentu. Berangkat dari definisi yang telah dikemukakan di atas, tawa kemudian dapat dilihat secara fisiologis terbagi menjadi

---

<sup>8</sup> Abû ‘Abdullah Muhammad bin Ismâ’îl bin Ibrâhîm al-Bukhârî, *Sahîh al-Bukhârî* (Riyad: Maktabah al-Rusyd, 2006), h. 849

<sup>9</sup> M. Darwis Hude, *Emosi Penjelajahan Religio-Psikologis Tentang Emosi Manusia Di dalam Al-Qur’an* (Jakarta: Erlangga, 2008), h. 2.

<sup>10</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa edisi ke-4* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008), h. 1412.

<sup>11</sup> Nandhini H. Anggarasari, dkk., “*Terapi Tawa Untuk Mengurangi Emosi Marah Pada Caregiver Lansia*,” *Jurnal Intervensi Psikologi* 6, no. 1 (Juni 2014): h. 73.



dua, yaitu satu set gerakan dan produk suara.<sup>12</sup> Pendapat tersebut sejalan dengan pengertian simulasi.

tawa, yaitu suatu bentuk tawa untuk mencapai kebahagiaan di dalam hati yang dikeluarkan melalui mulut dalam bentuk suara tawa atau senyuman yang menghiasi wajahnya, perasaan hati yang lepas dan bahagia, dada yang lapang, peredaran yang lancar, yang bisa mencegah penyakit dan memelihara kesehatan.

### **Faktor-faktor yang Menimbulkan Tertawa**

Berdasarkan pengertian tawa dalam bidang psikologi dan Kamus Besar Bahasa Indonesia di atas, maka dapat diketahui bahwa sebab-sebab yang menimbulkan tawa antara lain:

#### **1. Rangsangan Batin**

Yaitu perasaan senang atau bahagia yang disebabkan hal lucu yang dapat menimbulkan respon tawa atau senyum. Salah satu pemicu besar timbulnya rangsangan ini adalah humor. Sebagaimana diungkapkan oleh Marten yang mengartikan humor sebagai reaksi emosi ketika sesuatu terjadi tidak sesuai dengan yang diharapkan dan reaksi emosi itu membawa kesenangan atau kebahagiaan.<sup>13</sup> Lippman dan Dunn juga mengatakan humor adalah segala sesuatu yang dapat meningkatkan rangsangan dan mengarahkan pada perasaan senang dan nyam.<sup>14</sup>

#### **2. Rangsangan badaniah (gelitik)**

Yaitu perasaan hendak tertawa karena dikitik-kitik bagian anggota tubuh tertentu seperti ketiak, perut dan leher sehingga menimbulkan rasa geli. Menurut Stearns, sensasi geli tersebut terjadi akibat adanya rangsangan pada reseptor sentuhan dan reseptor nyeri di kulit. Namun meskipun diperantarai oleh sentuhan, bukan berarti bahwa area yang paling sensitif terhadap sentuhan merupakan area yang paling sensitif terhadap geli. geli menjadi dua jenis, yaitu:

- Gargalesis: Kondisi ini adalah dimana seseorang merasakan geli yang sangat hebat, sehingga akhirnya tertawa. Titik sensitif pada tubuh yang memiliki potensi merasakan rasa geli yang hebat adalah ketiak dan perut.
- Knismesis: Rasa geli ini cenderung ringan, yang lebih memicu rasa gatal daripada tawa.

Tertawa juga dapat disebabkan oleh rangsangan kimiawi, salah satunya disebabkan oleh benda-benda yang mengandung alkohol yang dapat memabukkan, sehingga membuat seseorang tertawa. Respon seseorang yang tertawa saat digelitik dipengaruhi oleh faktor sosial. Seseorang akan tertawa jika yang menggelitik adalah orang yang dikenal.

---

<sup>12</sup> Anggun Resdasari Prasetyo dan Harliana Nurtjahjanti, "Pengaruh Penerapan Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Kerja Pada Pegawai Kereta Api," *Jurnal Psikologi Undip* 11, no. 1 (April 2012): h. 64.

<sup>13</sup> Prasetyo dan Nurtjahjanti, "Pengaruh Penerapan Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Kerja Pada Pegawai Kereta Api," h. 80.

<sup>14</sup> Listya Istiningtyas, "Humor Dalam Kajian Psikologi Islam," *Jurnal Ilmu Agama* 15, no.1 (2014): h. 2.



Namun, jika yang melakukannya adalah orang lain dan dilakukan secara tiba-tiba, maka respon yang timbul bukanlah tertawa, melainkan bisa menjadi respon menarik diri, tidak suka, bahkan marah.<sup>15</sup>

### 3. Faal (penyakit) dan rangsangan kimiawi

Tertawa yang disebabkan penyakit ini pernah terjadi pada tahun 1962 di desa Kashasha, pantai barat danau Victoria, Tanzania yang dahulu dikenal sebagai Tanganyika. Wabah tawa tanganyika bermula di sebuah asrama mahasiswa pada 30 Januari 1962. Wabah ini mulanya menjangkiti tiga orang siswi yang kemudian menyebar kepada 95 hingga 159 siswa lainnya. Wabah tawa itu berjangkit selama berjam-jam hingga 16 hari. Sehingga mengganggu konsentrasi belajar, yang akhirnya pihak sekolah memutuskan untuk menutup sekolah pada 18 Maret 1962. Wabah tawa tanganyika justru semakin meluas setelah siswa dipulangkan ke rumahnya masing-masing dengan membawa wabah tersebut. Wabah itu menulari saudara, keluarga, dan penduduk desa setempat. Sehingga memakan banyak korban. Baru setelah enam hingga delapan bulan sejak wabah itu muncul, fenomena itu pun menghilang dengan menyisakan symptom yang membuat korban menderita. Symptom yang disebabkan wabah tawa tanganyika antara lain pingsan, kesakitan, sesak napas, gatal-gatal hingga histeris.<sup>16</sup>

### Hasil Analisis

Penulis akan menganalisis hadis-hadis tertawa dengan pendekatan psikologi yang telah disimpulkan dalam beberapa poin, sebagai berikut :

#### **Tertawa mematikan hati.**

Hal ini terdapat dalam Sunan At-Tirmidzi kitab zuhud bab 2, hadis no. 2227, serta Sunan Ibnu Majjah kitab zuhud bab 1983 dan bab 2484 85

Dari ketiga redaksi tersebut, penulis hanya menyebutkan hadis yang terdapat di dalam kitab sunan at-Tirmidzi kitab zuhud bab 2 :

حَدَّثَنَا بَشْرُ بْنُ هِلَالٍ الصَّوَّافُ البَصْرِيُّ حَدَّثَنَا جَعْفَرُ بْنُ سُلَيْمَانَ عَنْ أَبِي طَارِقٍ عَنِ الْحَسَنِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ يَأْخُذْ عَنِّي هَؤُلَاءِ الْكَلِمَاتِ فَيَعْمَلْ بِهِنَّ أَوْ يُعَلِّمْ مَنْ يَعْمَلُ بِهِنَّ فَقَالَ أَبُو هُرَيْرَةَ فَقُلْتُ أَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ فَأَخَذَ بِيَدِي فَعَدَّ خَمْسًا وَقَالَ اتَّقِ الْمَحَارِمَ تَكُنْ عَبْدَ النَّاسِ وَارْضَ بِمَا قَسَمَ اللَّهُ لَكَ تَكُنْ أَعْيَى النَّاسِ وَأَحْسِنُ إِلَى جَارِكَ تَكُنْ مُؤْمِنًا وَأَحِبَّ لِلنَّاسِ مَا تُحِبُّ لِنَفْسِكَ تَكُنْ مُسْلِمًا وَلَا تُكْثِرِ الضَّحِكَ فَإِنَّ كَثْرَةَ

<sup>15</sup> Dissy Pramudita, "Mengenal Respon Tubuh Saat Digelitik," artikel diakses pada 2 Desember 2017 dari <http://m.klikdokter.com/info-sehat/read/2859640/mengenal-respon-tubuh-saat-digelitik>

<sup>16</sup> Bams al-Badrany, "Wabah Tawa di Tanzania Tahun 1962: Misteri Terjangkitnya Penyakit Tertawa Tanpa Henti Yang Memakan 1000 Orang Korban," diakses pada 2 Desember 2017 dari <https://bamssatria22.wordpress.com/2015/04/19/wabah-tawa-1962/>



الضَّحِكِ تُمِثُّ الْقَلْبَ قَالَ أَبُو عَيْسَى هَذَا حَدِيثٌ غَرِيبٌ لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ  
حَدِيثِ جَعْفَرِ بْنِ سُلَيْمَانَ وَالْحَسَنِ لَمْ يَسْمَعْ مِنْ أَبِي هُرَيْرَةَ شَيْئًا هَكَذَا رُوِيَ  
عَنْ أَيُّوبَ وَيُونُسَ بْنِ عُبَيْدٍ وَعَلِيِّ بْنِ زَيْدٍ قَالُوا لَمْ يَسْمَعْ الْحَسَنُ مِنْ أَبِي هُرَيْرَةَ  
وَرَوَى أَبُو عُبَيْدَةَ النَّاجِيُّ عَنِ الْحَسَنِ هَذَا الْحَدِيثَ قَوْلَهُ وَلَمْ يَذْكُرْ فِيهِ عَنْ أَبِي  
هُرَيْرَةَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

*Telah menceritakan kepada kami Bisyr bin Hilal Ash Shawwaf Al Bashri, telah menceritakan kepada kami Ja'far bin Sulaiman dari Abu Thariq dari Al Hasan dari Abu Hurairah berkata, Rasulullah ﷺ bersabda, "Siapa yang mau mengambil kalimat-kalimat itu dariku lalu mengamalkannya atau mengajarkan pada orang yang mengamalkannya?" Abu Hurairah menjawab: Saya, wahai Rasulullah. Beliau meraih tanganku lalu menyebut lima hal; jagalah dirimu dari keharaman-keharaman niscaya kamu menjadi orang yang paling ahli ibadah, terimalah pemberian Allah dengan rela niscaya kau menjadi orang terkaya, berbuat baiklah terhadap tetanggamu niscaya kamu menjadi orang mukmin, cintailah untuk sesama seperti yang kau cintai untuk dirimu sendiri niscaya kau menjadi orang muslim, jangan sering tertawa karena seringnya tertawa itu mematikan hati." Berkata Abu Isa: Hadits ini gharib, kami hanya mengetahuinya dari hadits Ja'far bin Sulaiman dan Al Hasan tidak mendengar apa pun dari Abu Hurairah. Seperti itulah diriwayatkan dari Ayyub, Yunus bin 'Ubaid, 'Ali bin Zaid, mereka berkata, Al Hasan tidak mendengar dari Abu Hurairah. Dan Abu 'Ubaidah An Naji meriwayatkan perkataan Al Hasan pada hadits ini dan ia tidak menyebutkan dari Abu Hurairah dari Nabi*<sup>17</sup> ﷺ

Menurut penulis, yang menjadi sebab matinya hati dalam hadis di atas adalah tertawa yang dilakukan secara berlebihan atau terbahak-bahak. Apabila dilihat dari psikologi hal ini beralasan karena salah satu penyebab tertawa adalah emosi gembira. Jadi, seseorang yang tertawa berlebihan sehingga terbahak-bahak menunjukkan bahwa dirinya sedang dalam kegembiraan. Hal seperti itu cenderung melupakan seseorang terhadap kematian, siksa kubur, dan lainnya. Apabila dilihat dari macam-macam tertawa, tertawa seperti itu akan menyebabkan ketenangan orang lain terganggu, karena tawa seperti dapat mengeluarkan suara yang tinggi dan keras. Tentu hal ini tidak dibenarkan oleh ajaran Islam.

Berbeda dengan hadis di dalam bidang psikologi terdapat salah satu pendapat yang bertolak belakang William Foy dari Universitas Stanford berpendapat bahwa « ... tertawa terbahak-bahak amat bermnafaat bagi orang

<sup>17</sup> Muhammad bin Isa al-Tirmidzi. (t.th). *Jami" al-Tirmidzi*. Riyad : Bayt al-Afkar alDauliyyah. Kitab: 33, Zuhud, Bab 2, Hadis no 2227. Hadis tergolong hadis hasan shahih. Lihat Muhammad Abdurrahman al-Mubarakfuri. (T.th). *Tuhfatul ahwadzi Syarah Jami" al-Tirmidzi*. Riyad : Bayt al-Afkar al-Dauliyyah, Jilid I, hlm. 1843



sakit. Hasil penelitiannya tersebut menunjukkan bahwa tertawa terbahak-bahak akan menggoyang-goyangkan otot perut, dada, bahu, serta pernafasan sehingga membuat tubuh seakan-akan sedang jogging di tempat, dan setelah tertawa tubuh akan terasa rileks, segar dan tenang... ».<sup>18</sup>

Namun tersebut dibantah oleh Septiano, tertawa yang dapat berpengaruh positif bagi kesehatan apabila tertawa tersebut dilakukan secara teratur berlebihan.<sup>19</sup> Sebaliknya apabila dilakukan secara berlebihan, maka dikhawatirkan dapat mengganggu kesehatan.<sup>20</sup>

Berdasarkan keterangan kedua bidang di atas, tertawa yang dilakukan secara berlebihan terbukti berdampak negative, baik dari segi lahir maupun bathin. Jadi terdapat dua informasi yang saling mendukung mengenai pembahasan ini yakni hadis memberikan informasi yang bersifat metafisika sedangkan psikologi memberikan informasi berdasarkan pengetahuan yang bersifat empiris. Hal ini cukup menarik, karena apa yang telah disampaikan Nabi melalui sabdanya di atas, sejalan dengan hasil penelitian di dalam bidang psikologi.

### **Sedikit tertawa banyak menangis.**

Terdapat dalam Shahih bukhari kitab al-kusuf, bab 2, kitab Tafsir surah ke-5 bab 11, kitab Nikah bab 107, kitab ar-riqab bab 27, kitab al-ayman wa al-nudzur bab 3. Kemudian dalam Shahih Muslim, kitab shalat bab 25 no. 112, kitab shalat gerhana no. 1, kitab al-fada'il bab 37 no. 134,. Dalam Sunan Attirmidzi kitab zuhud bab 9, sunan ibnu majah, kitab zuhud bab 19. Juga terdapat dalam sunan an-nasa'i kitab sahwi bab 102, kitab al-kusuf bab 11 dan, kitab al-kusuf bab 23.<sup>21</sup>

Dari beberapa hadis di atas, penulis hanya menyebutkan salah satunya yakni yang terdapat dalam shahih bukhari kitab kusuf, bab 2 :

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْلَمَةَ عَنْ مَالِكٍ عَنْ هِشَامِ بْنِ عُرْوَةَ عَنْ أَبِيهِ عَنْ عَائِشَةَ أَنَّهَا قَالَتْ حَسَفَتِ الشَّمْسُ فِي عَهْدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَصَلَّى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِالنَّاسِ فَقَامَ فَأَطَالَ الْقِيَامَ ثُمَّ رَكَعَ فَأَطَالَ الرُّكُوعَ ثُمَّ قَامَ فَأَطَالَ الْقِيَامَ وَهُوَ دُونَ الْقِيَامِ الْأَوَّلِ ثُمَّ رَكَعَ فَأَطَالَ الرُّكُوعَ وَهُوَ دُونَ الرُّكُوعِ الْأَوَّلِ ثُمَّ سَجَدَ فَأَطَالَ السُّجُودَ ثُمَّ فَعَلَ فِي الرَّكْعَةِ الثَّانِيَةِ مِثْلَ مَا فَعَلَ فِي الْأُولَى ثُمَّ انْصَرَفَ وَقَدْ انْجَلَّتِ الشَّمْسُ فَحَطَبَ النَّاسَ فَحَمِدَ اللَّهُ وَأَثْنَى عَلَيْهِ ثُمَّ قَالَ إِنَّ الشَّمْسَ

<sup>18</sup> Esterina Fitri Lestari. (April 2011). "Pengaruh Pelatihan Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia (LANSIA) yang tinggal di Panti Werdha Hargo Dedali, "Jurnal Psikologi Universitas Airlangga Surabaya 6, no. 1, hlm. 340

<sup>19</sup> Risna Hayati, dkk., "Terapi Tawa Untuk Menurunkan Kecendrungan Burnout Pada Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus, "Humanitis 12, no.1, hlm.68

<sup>20</sup> Lestari, "Pengaruh Pelatihan Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia (LANSIA) yang tinggal di Panti Werdha Hargo Dedali, "hlm. 341

<sup>21</sup> A.J Wensick, *al-Mu'jam al-Mufahras li al-Alfaz al-Hadis al-Nabawi*. Leiden : E.J Brill. Jilid I hlm. 211



وَالْقَمَرَ آيَاتٍ مِنَ آيَاتِ اللَّهِ لَا يَحْسِفَانِ لِمَوْتِ أَحَدٍ وَلَا لِحَيَاتِهِ فَإِذَا رَأَيْتُمْ ذَلِكَ فَادْعُوا اللَّهَ وَكَبِّرُوا وَصَلُّوا وَنَصَّدُوا ثُمَّ قَالَ يَا أُمَّةَ مُحَمَّدٍ وَاللَّهِ مَا مِنْ أَحَدٍ أَعْيَزُ مِنَ اللَّهِ أَنْ يَزِيَّ عَبْدُهُ أَوْ تَزِيَّ أُمَّتُهُ يَا أُمَّةَ مُحَمَّدٍ وَاللَّهِ لَوْ تَعْلَمُونَ مَا أَعْلَمُ لَضَحِكْتُمْ قَلِيلًا وَلَبَكَيْتُمْ كَثِيرًا

*Telah menceritakan kepada kami Abdullah bin salamah, dari malik, dari hisyam bin urwah, dari bapaknya, dari aisyah, bahwasanya dia berkata: pada masa rasulullah pernah terjadi gerhana matahari, kemudian beliau mengimami orang-orang shalat gerhana. Beliau berdiri lama, kemudian ruku" lama, kemudian berdiri lama, namun lebih pendek dari pada ruku" sebelumnya, kemudian beliau bersujud lama. Pada rakaat kedua rasulullah berbuat seperti apa yang beliau perbuat pada rakaat pertama. Seusai shalat beliau berpaling, sementara matahari sudah terang kembali, lalu beliau berkhotbah. Sesudah mengangungkan dan memuji Allah belaiu bersabda : sesungguhnya matahari dan bulan adalah sebagian tanda kebesaran allah, keduanya tidaklah mengalami gerhana karena kematian atau kelahiran seseorang. Apabila kalian melihat gerhana matahari maka berdoalah kepada allah, bertakbirlah, shalatlah, dan bersedekahlah. Kemudian beliau melanjutkan : hai umat Muhammad! Demi Allah, seandainya kalian mengetahui apa yang aku ketahui pasti kalian sedikit tertawa dan banyak menangis,.*

Kesenangan dalam senda gurau terkadang menciptakan berbagai macam tawa, bahkan tertawaan di dalam senda gurau cenderung berlebihan dan melampaui batas. Hal inilah yang dikhawatirkan oleh rasulullah karena biasanya tertawa akan dilengahkan dari hal-hal yang penting dan lupa untuk memikirkan sesuatu yang membahayakan diri sendiri.<sup>22</sup> Sehingga hal ini akan melupakan dan menutupi dirinya dari rasa takut dari apa yang telah disaksikan langsung oleh beliau di atas. Padahal apabila mereka mengalami hal tersebut, mereka tidak akan tertawa sedikit pun dan justru akan menangis sepanjang masa. Karena tertawa itu tidak akan dilakukan bagi orang yang banyak takutnya kepada Allah.

Penulis berpersepsi bahwa hadis ini merupakan bentuk peringatan bagi seluruh umat muslim agar lebih berhati-hati dan meminimalkan aktifitas tertawa yang cenderung membawa kepada kelalaian sehingga lupa kehidupan akhirat, serta harus lebih memperhatikan terhadap apa yang menjadi tujuannya hidup di dunia ini.

### **Tertawa dalam kehidupan Nabi**

Dalam hal ini penulis seputar tertawa nabi yang bertujuan untuk melihat seperti apa kadar tertawanya yang beliau contohkan, juga agar terhindar dari tertawa yang berdampak negative baik segi agama maupun psikologi.

<sup>22</sup> Ali al-mawardi. 1993). *Mutiara Akhlak Al-Karimah*. Jakarta : Pustaka Amani, hlm. 247



1. Faktor penyebab Nabi tertawa Terdapat dalam Shahih bukhari kitab tafsir surat ke 39, kitab tauhid bab 19, kitab tauhid bab 36, kitab puasa bab 30, kitab Nafkah bab 13, kitab adab bab 95. Shahih muslim kitab sifat kiamat, syurga dan neraka no. 6940, 6941, dan 6942, kitab puasa bab 14 no. 84 dan no. 86. Sunan at-tirmidzi, kitab tafsir alqur'an bab 39, kitab puasa bab 28. Sunan Abu daud, kitab puasa bab 38.<sup>23</sup>

Dari beberapa hadis di atas, penulis hanya menyebutkan 2 hadis yakni yang terdapat dalam shahih bukhari Kitab tafsir surat ke 39 :

حَدَّثَنَا آدَمُ حَدَّثَنَا شَيْبَانُ عَنْ مَنْصُورٍ عَنْ إِبْرَاهِيمَ عَنْ عَبِيدَةَ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ جَاءَ خَبْرٌ مِنَ الْأَخْبَارِ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ يَا مُحَمَّدُ إِنَّا نَجِدُ أَنَّ اللَّهَ يَجْعَلُ السَّمَوَاتِ عَلَى إِصْبَعٍ وَالْأَرْضِينَ عَلَى إِصْبَعٍ وَالشَّجَرَ عَلَى إِصْبَعٍ وَالْمَاءَ وَالثَّرَى عَلَى إِصْبَعٍ وَسَائِرَ الْخَلَائِقِ عَلَى إِصْبَعٍ فَيَقُولُ أَنَا الْمَلِكُ فَضَحِكَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَتَّى بَدَتْ نَوَاجِذُهُ تَصْدِيقًا لِقَوْلِ الْخَبْرِ ثُمَّ قَرَأَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ { وَمَا قَدَرُوا اللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِ وَالْأَرْضُ جَمِيعًا قَبْضَتُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَالسَّمَوَاتُ مَطْوِيَّاتٌ بِيَمِينِهِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى عَمَّا يُشْرِكُونَ }

*“Telah menceritakan kepada kami Adam, Telah menceritakan kepada kami Syaiban, dari Mansur, dari Ibrahim, dari Abidah, dari Abdillah ra berkata seorang rahib dating kepada nabi saw lalu dia berkata, ya Muhammad, kami mendapatkan bahwa allah memegang langit, bumi, pohon-pohon, air, binatang-binatang dan seluruh makhluk dengan jarinya, seraya berkata: akulah raja (penguasa)! Maka rasulullah pun tertawa hingga Nampak gigi gerahamnya sebagai pembenaran terhadap perkataan rahib tersebut. Kemudian ia membaca ayat : dan mereka tidak mengagungkan allah dengan pengagungan yang semestinya (az-zumar : 67)<sup>24</sup>*

Hadis ini juga ditemukan dalam shahih bukhari Kitab puasa bab 30 yang artinya :

*“...ketika kami sedang duduk bermajlis bersama nabi saw tiba-tiba dating seseorang laki-laki, lalu berkata: wahai rasulullah.. binasalah aku, beliau bertanya : ada apa denganmu? orang itu menjawab aku telah berhubungan dengan istriku sedang aku sedang berpuasa. Maka rasulullah bertanya: apakah kamu mempunyai seroang budak, sehingga kamu harus membebaskannya? Orang itu menjawab: tidak. Lalu beliau bertanya lagi: apakah kamu sanggup bila harus berpuasa selama dua bulan berturut-turut? Orang itu menjawab: tidak Lalu beliau bertanya lagi: apakah kamu memiliki makanan untuk diberikan kepada enam puluh anak yatim? Orang itu menjawab: tidak. Sejenak nabi terdiam.*

<sup>23</sup> A.J Wensick. *al-Mu"jam al-Mufahras li al-Alfaz al-Hadis al-Nabawi*. Leiden : E.J Brill. Jilid III hlm. 483

<sup>24</sup> Al-Bukhari. *Shahih Bukhari*, Kitab 65: Tafsir Qur'an surah ke 39, hadis no. 4811. Hlm



*Ketika kami masih dalam keadaan tadi , nabi diberikan satu keranjang berisi kurma, lalu beliau bertanya: mana orang yang bertanya tadi? Orang itu menjawab: aku, maka beliau berkata: ambillah kurma ini lalu bersedekahlah dengannya, oran itu berkata:apakah ada orang lebih fakir dari aku? Wahhai rasulullah demi allah sesungguhnya tidak ada keluarga yang tinggal di antara dua perbatasan. Mendengar itu rasulullah tertawa hingga Nampak gigi gerahamnya. Kemudian beliau berkata: kalau begitu berilah makan keluargamu dengan kurma ini.<sup>25</sup>*

(Maka nabi tertawa hingga Nampak gigi gerahamnya) Syaiban bin Abdurrahman menjelaskan bahwa tertawa nya beliau karena membenarkan perkataan pendeta di atas, sementara dalam riwayat fudail, tertawanya nabi saw karena takjub dan membenarkannya. Pendapat lain juga mengatakan bahwa tertawanya nabi dimaksud adalah bukan kekaguman atau membenarkan justru sebagai bantahan dan pengingkaran atas pendapatnya, serta keheranan nabi saw atas pemahamannya yang buruk dalam hal itu.<sup>26</sup> Hadis kedua mengatakan bahwa penyebab nabi tertawa adalah kondisi laki-laki tersebut yang berubah secara drastis, dimana pada awalnya ia dating keadaan takut dan ingin menebus kesalahannya. Namun ketika mendapatkan keringanan, maka timbul keinginan untuk memakan apa yang diberikan kepadanya sebagai kafarat.<sup>27</sup>

Bila hadis ini dilihat dari penyebab tertawanya Nabi di atas, nampaknya sebabsebab tertawa di dalam hadis lebih beragam dibandingkan yang telah disebutkan dalam bidang psikologi. Di antaranya : rasa heran, kagum, kelembutan dan kasih sayang.<sup>28</sup>

## **Kesimpulan**

Tertawa merupakan salah satu kenikmatan yang diberikan Allah swt kepada hambanya, akan tetapi Allah juga menjadikan manusia untuk menangis. Tertawa itu sendiri merupakan ekspresi manusia yang menunjukkan rasa senang atau bahagia, dengan cara menggerakkan mulut. Namun melihat kenyataannya di zaman sekarang sering kali manusia berlebihan dalam tertawa. Oleh karena itu, dalam islam terdapat aturan tersendiri tentang tertawa.

Sumber hukum dalam islam itu ada dua yakni Al-Qur'an dan Hadis, dari kedua sumber hukum itu harus dijadikan pedoman dalam kehidupan manusia. Al-Qur'an merupakan sumber hukum yang pertama dan hadis menepati yang kedua, yang mana fungsi hadis sebagai penegas apa yang telah ada dalam al-Qur'an. Salah satu sikap manusia yang diatur dalam hadis yakni tertawa. Adapun dalam hadis dijelaskan tertawa yang dibolehkan itu tertawa yang hanya terlihat gigi geraham atau hanya sekedar tersenyum saja, sedangkan tertawa yang dilarang dalam hadis itu tertawa yang sampai terbahak-bahak hingga menimbulkan suara yang keras.

---

<sup>25</sup> Al-Bukhari. *Shahih Bukhari*. kitab 30: puasa, bab 30, hadis no. 1936. Hlm 257

<sup>26</sup> Annawawi. *Syarah Shahih Muslim*, jilid 12, hlm. 226

<sup>27</sup> Al-Asqolani. *Fathul Barri Syarah Shahih Bukhari*, jilid 11, hlm. 228

<sup>28</sup> Al-Asqolani. *Fathul Barri Syarah Shahih Bukhari*, jilid 29, hlm. 352



### Daftar Pustaka

- A.J Wensick, *al-Mu''jam al-Mufahras li al-Alfaz al-Hadis al-Nabawi*. Leiden : E.J Brill. Jilid I
- Abû 'Abdullah Muhammad bin Ismâ'îl bin Ibrâhîm al-Bukhârî, *Sahîh al-Bukhârî* (Riyad: Maktabah al-Rusyd, 2006),
- Al-Asqolani. *Fathul Barri Syarah Shahih Bukhari*, jilid 29,
- Al-Bukhari. *Shahih Bukhari*, Kitab 65: Tafsir Qur'an surah ke 39, hadis no. 4811. Ali al-mawardi. 1993). *Mutiara Akhlak Al-Karimah*. Jakarta : Pustaka Amani
- Al-Mubarakfuri. *Tuhfatul Ahwazi Syarah Jami'' Al-Tirmidzi*, jilid 1,
- Anggarasari, dkk., "Terapi Tawa Untuk Mengurangi Emosi Marah Pada Caregiver Lansia,"
- Anggun Resdasari Prasetyo dan Harliana Nurtjahjanti, "Pengaruh Penerapan Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Kerja Pada Pegawai Kereta Api," *Jurnal Psikologi Undip* 11, no. 1 (April 2012): h. 65
- Annawawi. *Syarah Shahih Muslim*, jilid 12,
- Bams al-Badrany, "Wabah Tawa di Tanzania Tahun 1962: Misteri Terjangkitnya Penyakit Tertawa Tanpa Henti Yang Memakan 1000 Orang Korban," diakses pada 2 Desember 2017 dari <https://bamssatria22.wordpress.com/2015/04/19/wabah-tawa-1962/>
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa edisi ke-4* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008),
- Dikatakan sebagai objek kajian psikologi, hal ini berdasarkan pada pengertian ilmu psikologi itu sendiri yaitu ilmu yang mempelajari jiwa, dan jiwa sebagai dasar dari tingkah laku dalam hal ini tertawa. Lihat Singgih D. Gunarsa dan Ny. Singgih. *Psikologi Perawatan* (Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1986),
- Dissy Pramudita, "Mengenal Respon Tubuh Saat Digelitik," artikel diakses pada 2 Desember 2017 dari <http://m.klikdokter.com/info-sehat/read/2859640/mengenal-respon-tubuh-saat-digelitik>
- enny Afwadzi, *Hadis di Mata Para Pemikir Modern (Telaah Buku Rethinking Karya Daniel Brown)*. *Jurnal Studi Ilmu-ilmu al-Qur'an dan Hadis* 15, no. 2 (Juli 2014):
- Esterina Fitri Lestari, "Pengaruh Pelatihan Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia (LANSIA) Yang Tinggal Di Pantii Werdha Hargo Dedali," *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga Surabaya* 6, no. 1 (April 2011):
- Hestianingsih, "Delapan Gaya Tertawa Yang Bisa Dipakai untuk Menebak Isi Pikiran Orang," artikel diakses pada 2 Desember 2017 dari
- Ibnu Mâjah, *Sunan Ibnu Mâjah*, Jilid 2 (T.tp.: Dâr Ahyâ al-Kitab al-'Arabiyyah, t.t.),
- Iyad bin Musa Al-Yasabi. 1998). *Ikmal Al-Mu''allim*. T. tp: Dar Al-Wafa, jilid 8,
- Kaizal Bay, *Metode Penyelesaian Hadis-hadis Mukhtalif Menurut al-Syafi'i*, *Jurnal Ushuluddin XVII*, no. 2 (Juli 2011):
- Lestari, "Pengaruh Pelatihan Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia (LANSIA) yang tinggal di Pantii Werdha Hargo Dedali, "



- Listya Istiningtyas, "Humor Dalam Kajian Psikologi Islam," *Jurnal Ilmu Agama* 15, no.1 (2014):
- M. Darwis Hude, Emosi Penjelajahan *Religio-Psikologis Tentang Emosi Manusia Di dalam Al-Qur'an* (Jakarta: Erlangga, 2008),
- Muhammad bin Isa al-Tirmidzi. (t.th). *Jami" al-Tirmidzi*. Riyad : Bayt al-Afkar alDauliyyah. Kitab: 33, Zuhud, Bab 2, Hadis no 2227. Hadis tergolong hadis hasan shahih. Lihat Muhammad Abdurrahman al-Mubarakfuri. (T.th). *Tuhfatul ahwadzi Syarah Jami" al-Tirmidzi*. Riyad : Bayt al-Afkar al-Dauliyyah, Jilid I,
- Nandhini Anggarasari, dkk., "*Terapi Tawa Untuk Mengurangi Emosi Marah Pada Caregiver Lansia*,"
- Prasetyo dan Nurtjahjanti, "Pengaruh Penerapan Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Kerja Pada Pegawai Kereta Api,"
- Risna Hayati, dkk., "Terapi Tawa Untuk Menurunkan Kecendrungan Burnout Pada Guru
- Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus, "*Humanitis* 12, no.1,