

## BAB IV

### ANALISIS TENTANG TERTAWA DALAM AL-QURAN

#### A. Model-Model Tertawa

Tertawa merupakan aktifitas yang telah biasa dilakukan oleh manusia. Di dalam al-Quran yang berkedudukan sebagai petunjuk utama hidup bagi umat manusia pun juga menyinggung masalah tertawa ini dalam beberapa ayatnya. Banyak macam ataupun model dari tertawa dilihat dari berbagai sudut pandang yang berbeda. Tetapi, berikut ini hanya akan dipaparkan beberapa model tertawa dilihat dari segi term dan kecenderungan ayat-ayatnya.

*D{ah}ik* merupakan satu-satunya term dalam al-Quran yang dengan jelas bermakna tertawa. Ada beberapa ciri yang terlihat di dalam penggunaan kata *d{ah}ik* di dalam al-Quran. Pertama, bila kata *d{ah}ik* digunakan di dalam bentuk *fi'il mad{i}*, maka makna yang terkandung padanya di dalam konteks *as-suru>r* (kebahagiaan). Artinya tertawa yang tampak tersebut didasari kegembiraan hati, seperti di dalam QS. Hud: 71.<sup>1</sup>

Kedua, bila kata *d{ah}ik* digunakan di dalam bentuk *fi'il mud{a>ri}*, maka makna yang terkandung padanya adalah di dalam konteks *as-sukhriyyah* (celaan/hinaan) dan *al-istihza>iyyah* (olok-olokan). Artinya, tetawa yang tampak itu adalah sebagai hinaan, cacian, sinis, dan olok-olokan terhadap lawan bicara, seperti firman Allah QS. Al-Muthaffifin: 29. Adapun ketiga, bila kata ini ditampilkan di dalam bentuk *isim fa>'il*, maka makna yang terkandung padanya adalah di dalam konteks *at-ta'ajjub* (ketakjuban/keheranan) dan *as-suru>r* (kegembiraan), seperti QS. An-Naml: 19 dan QS. 'Abasa: 39.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Quraish Shihab, *Ensiklopedi al-Quran : Kajian Kosakata*, Lentera Hati, cet. I, 2007, hlm. 168

<sup>2</sup> *Ibid.*, , hlm. 168

Dalam al-Quran terdapat sepuluh ayat tentang tertawa yang muncul dalam konteks yang berbeda-beda. Berdasarkan kandungan akan kebolehnya, ayat-ayat yang membahas mengenai tertawa tersebut bisa dibagi menjadi dua bagian. Pertama, ayat-ayat yang berisi kandungan celaan atau tidak diperbolehkannya tertawa. Kedua, ayat-ayat yang mengandung pembahasan kebolehan tertawa.

Adapun ayat-ayat tentang tertawa yang termasuk dalam kategori pertama ialah diantaranya QS. At-Taubah: 82, Al-Mu'minun: 110, QS. Az-Zukhruf: 47, QS. An-Najm: 60, dan Al-Muthaffifin: 29. Setidaknya terdapat lima ayat yang mencela tertawa dalam al-Quran.

Kelima ayat tersebut menunjukkan tertawanya orang-orang yang ingkar dari ajaran Allah dan Rasulnya. QS. At-Taubah: 82 mengandung perintah Allah untuk sedikit tertawa dan memperbanyak menagis bagi orang-orang munafik yang beralasan untuk tidak ikut perang Tabuk. QS. Al-Mu'minun: 110 berisi mengenai orang-orang kafir yang selalu menertawakan orang-orang mukmin sehingga mereka akan kekal di neraka. QS. Az-Zukhruf berisi mengenai cerita Fir'aun dan para pemuka-pemukanya yang menertawakan Nabi Musa dengan risalah-risalah Ilahi yang dibawanya. QS. An-Najm: 60 berisi mengenai orang musyrik Quraisy yang bukannya terkejut dan menangis mengenai apa yang didakwahkan oleh Nabi Muhammad dan berita yang dibawanya akan kedatangan hari kiamat, tetapi malah menertawakannya. Sedangkan QS. Al-Muthaffifin: 29 berisi mengenai orang-orang yang berdosa (*mujrimi*) yang suka menertawakan dan menghina orang-orang mukmin baik dalam kesehariannya atau ketika mereka beribadah.

Person-person pada ayat-ayat di atas melakukan aktifitas tawa karena mengejek, menghina dan merendahkan kelompok lain. Sikap mengejek dan gurauan yang bergelora di hati seseorang yang tertawa atas kesalahan ,

kebodohan, dan kemalangan orang lain itu adalah satu bentuk dan satu cara “pameran tabiat” hendak berkuasa dan hendak menunjukkan diri sendiri terhadap orang lain. Disana seolah-olah ada “perang dingin” yang tersembunyi antara kita dengan orang lain yang lebih tahu dari kita atau orang-orang yang sebaya dengan kita atau orang-orang yang kita anggap sama derajat dan kedudukannya dengan kita. Sebab itu, apa saja kejadian yang bisa membuat kedudukan seseorang itu salah atau menjatuhkan mereka akan mendorong kita tertawa sebagai tanda kemenangan. Sifat tertawa kita itu berbentuk mengejek dan senda gurau.<sup>3</sup>

Sedangkan ayat-ayat yang termasuk dalam kategori kedua yaitu tertawa yang diperbolehkan, yang bukan termasuk sifat-sifat orang-orang tercela ialah QS. Hud: 71, QS. An-Naml: 19, QS. An-Najm: 43, QS. ‘Abasa: 39, dan QS. Al-Muthaffifin: 34.

Dalam ayat-ayat tersebut dinyatakan akan kebolehan tertawa. QS. Hud : 71 menceritakan mengenai bagaimana Sarah, Istri Nabi Ibrahim, terkejut dan tertawa ketika mendengar berita dari para malaikat akan kelahiran Ishaq dan Ya’qub mengingat padahal umurnya sudah sangat renta. QS. An-Naml: 19 bercerita mengenai kisah Nabi Sulaiman yang tertawa mendengar perkataan Ratu semut yang menyuruh para rakyatnya untuk masuk ke dalam tempat persembunyian agar tidak terinjak Nabi Sulaiman dan bala tentaranya dikarenakan Ratu semut mengira Nabi Sulaiman tidak dapat mendengar perkataannya, padahal dia bisa mendengarnya. QS. An-Najm: 43 mengandung pembahasan bahwa Allah berkuasa akan segala sesuatu termasuk di dalamnya Allahlah yang menjadikan manusia tertawa dan menangis. Ayat ini mengisyaratkan bahwa tertawa dan menangis adalah merupakan salah satu kuasa Tuhan yang tidak bisa dibantahkan. QS. ‘Abasa: 39 berisi pembahasan mengenai

---

<sup>3</sup> Abdul Majid S., *Tertawa yang Disukai, Tertawa yang Dibenci Allah*, GemaInsani Press, Jakarta, 2004, hlm. 23

golongan-golongan ahli surga yang kelak akan bermuka bahagia serta tertawa bergembira ria sebagai balasan atas amal yang dikerjakannya ketika di dunia. QS. Al-Muthaffifin: 34 berisi mengenai sikap balik menertawakannya orang-orang mukmin di akhirat terhadap orang-orang kafir yang dulu menertawakan mereka di dunia.

Demikian gambaran umum tertawa dalam al-Quran. Tertawa dalam al-Quran ada yang berkecenderungan positif dan ada yang berkecenderungan negatif. Pembahasan mengenai tertawa yang cenderung negatif sebenarnya lebih mengarah pada pembahasan-pembahasan seputar permasalahan teologi. Berbeda dengan pembahasan mengenai tertawa yang cenderung positif yang lebih mengarah pada interaksi-interaksi sosial antar person yang dalam konteks tertentu yang akan lazim terjadi di masyarakat.

#### B. Dimensi Psikologis

Sebagaimana telah dipaparkan di atas bahwa tertawa dalam al-Quran jika ditimbang dari jumlah ayat-ayat yang membahas tentang boleh-tidaknyanya tertawa, ternyata mempunyai perbandingan yang sama antara ayat-ayat yang menunjukkan kebolehan tertawa dan ayat-ayat yang mencela atau bisa dikatakan tidak memperbolehkannya. Hal ini setidaknya menunjukkan bahwa sebenarnya tertawa sekilas menurut pandangan al-Quran merupakan aktifitas yang hukum dasarnya adalah boleh. Tertawa yang dicela dalam al-Quran adalah tertawanya orang-orang yang menertawakan lawan bicaranya dengan tujuan, menghina, melecehkan, mengejek, mengolok-olok, dan apapun yang diniatkan dengan sesuatu yang tidak baik. Selebihnya, al-Quran berbicara mengenai tawa merupakan anugerah tuhan, tawanya Nabi Sulaimn dan Sarah, dan tawanya orang-orang mukmin ketika di surga.

Dalam hal pengertian tertawa, ilmu psikologi mengartikannya sebagai ekspresi jiwa atau emosional yang diperlihatkan melalui raut wajah dan bunyi-bunyian tertentu.<sup>4</sup> Sedangkan term *d{ah}ik* dalam al-Quran yang bermakna tertawa diartikan oleh para pakar bahasa arab seperti Ibnu Manzhur dengan tampaknya gigi ketika gembira. Sedangkan al-Asfahani mengartikan yang tak jauh beda dengan Ibnu Manzhur dengan mengatakan bahwa *d{ah}ik* atau tertawa adalah berseri-serinya wajah dan tampaknya gigi-gigi dari seorang yang bahagia.<sup>5</sup>

Terlihat perbedaan dari dua pengertian tertawa dari dua kajian disiplin ilmu di atas. Dalam psikologi, pengertian tertawa ditekankan pada pemahaman yang menunjukkan bahwa tertawa merupakan ekspresi yang muncul dari dalam jiwa manusia. Terlebih dalam praktik terapi tawa disyaratkan untuk berusaha memunculkan tawa dari jiwa yang paling yang dikemas dengan yoga. Sedangkan dalam al-Quran, pengertian tertawa dikemas lebih sederhana dengan mengatakan bahwa tertawa biasa terjadi ketika orang sedang dalam keadaan bahagia.

Dari pengertian tersebut, mengisyaratkan bahwa sikap-sikap musuh Allah terhadap hamba-hambanya yang saleh dan ajarannya yaitu dengan menghina, mengolok-olok dan menertawakan mereka sebagaimana dalam QS. Al-Mu'minun: 110 yang berbunyi:

فَاتَّخَذْتُمُوهُمْ سِخْرِيًّا حَتَّىٰ أَنْسَوْكُمُ ذِكْرِي وَكُنْتُمْ مِنْهُمْ تَضَحَكُونَ ۝ ۱۱۰

Artinya: Lalu kamu menjadikan mereka buah ejekan, sehingga (kesibukan) kamu mengejek mereka, menjadikan kamu lupa mengingat aku, dan adalah kamu selalu mentertawakan mereka.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Aggun Resdasari Prasetiyo, "Pengaruh Penerapan Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Sres Kerja pada Pegawai Kereta Api", Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, 2010, hlm. 6

<sup>5</sup> Raghīb al-Asfahānī, *Mu'jam Mufrāḍat Alfazil al-Qurān*, Dar al-Fikr, Beirut, Lebanon, hlm. 300

<sup>6</sup> Departemen Agama, *Op. Cit.*, hlm. 539

Dan QS. Az-Zukhruf: 47 yang berbunyi:

فَلَمَّا جَاءَهُمْ بَأْيَاتُنَا إِذَا هُمْ مِّنْهَا يَضْحَكُونَ ٤٧

Artinya: Maka tatkala dia datang kepada mereka dengan membawa mukjizat-mukjizat kami dengan serta merta mereka mentertawakannya.<sup>7</sup>

QS.An-Najm: 60 yang berbunyi:

وَتَضْحَكُونَ وَلَا تَبْكُونَ ٦٠

Artinya: Dan kamu mentertawakan dan tidak menangis?<sup>8</sup>

Serta QS. Al-Muthafifin: 29 yang berbunyi:

إِنَّ الَّذِينَ أَجْرَمُوا كَانُوا مِنَ الَّذِينَ ءَامَنُوا يَضْحَكُونَ ٢٩

Artinya: Sesungguhnya orang-orang yang berdosa, adalah mereka yang menertawakan orang-orang yang beriman.<sup>9</sup>

Sikap-sikap dalam ayat di atas merupakan ekspresi sikap yang memang datang dari jiwa mereka yang paling dalam. Jiwa mereka telah tertutup dari hidayah Allah sehingga mereka larut dalam kesesatan. Begitu juga dengan tertawa-tertawa yang lain yang ada dalam al-Quran. Seperti tertawanya Nabi Sulaiman yang mendengar ucapan ratu semut dalam QS. An-Naml: 19 yang berbunyi:

---

<sup>7</sup> *Ibid.*, hlm. 800

<sup>8</sup> *Ibid.*, hlm. 876

<sup>9</sup> *Ibid.*, hlm. 1037

فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِّن قَوْلِهَا وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي  
 أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وُلْدِي وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي  
 بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ١٩

Artinya: Maka dia tersenyum dengan tertawa Karena (mendengar) perkataan semut itu. dan dia berdoa: "Ya Tuhanku berilah Aku ilham untuk tetap mensyukuri nikmat mu yang Telah Engkau anugerahkan kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakku dan untuk mengerjakan amal saleh yang Engkau rid'ai; dan masukkanlah Aku dengan rahmat-Mu ke dalam golongan hamba-hamba-Mu yang saleh".<sup>10</sup>

Dan Siti Sarah yang tertawa karena berita kelahiran Ishaq dan Ya'qub dalam QS. Hud: 71 yang berbunyi:

وَأَمْرًا تُهْتَبَأُ فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِّن قَوْلِهَا وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وُلْدِي وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ٧١

Artinya: Dan isterinya berdiri (dibalik tirai) lalu dia tertawa, Maka kami sampaikan kepadanya berita gembira tentang (kelahiran) Ishak dan dari Ishak (akan lahir puteranya) Ya'qub.<sup>11</sup>

Dalam kondisi tersebut, tertawa kebahagiaan mereka berdua benar-benar datang dari jiwa mereka yang paling dalam, mereka benar-benar bahagia atas kondisi mereka ketika itu, tertawa lepas atas dengan penuh rasa bahagia. Apalagi tertawanya golongan-golongan ahli surga seperti pada QS. 'Abasa: 39 yang berbunyi:

<sup>10</sup> *Ibid.*, hlm. 595

<sup>11</sup> *Ibid.*, hlm. 339

## ضَاكَّةٌ مُسْتَبْشِرَةٌ ٣٩

Artinya: Tertawa dan bergembira ria.<sup>12</sup>

Dan QS. Al-Muthafifin: 34 yang berbunyi:

فَالْيَوْمَ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنَ الْكُفَّارِ يَضْحَكُونَ ٣٤

Artinya: Maka pada hari ini, orang-orang yang beriman menertawakan orang-orang kafir.<sup>13</sup>

. Jiwa mereka benar-benar dalam keadaan bahagia yang sejati dan tak terbatas mengingat bahwa kenikmatan surga berbanding jauh dengan kenikmatan ketika masih ada di dunia.

Tawa sebenarnya merupakan suatu yang normal yang pasti terjadi pada setiap orang, baik itu Nabi, hamba, presiden, ataupun rakyat jelata. Nabi Sulaiman pun tertawa sebagaimana dalam QS An-Naml: 19. Begitu juga dengan Rasulullah yang tertawa sampai terlihat gigi gerahamnya, dan Siti Sarah, Istri Nabi Ibrahim sebagaimana dalam QS. Hud: 71. Bahkan tak hanya orang, beberapa binatang termasuk didalamnya simpanse pun juga tertawa. Tidak ada manusia yang bisa lepas dari tertawa. Tertawa berkedudukan sebagaimana ekspresi-ekspresi yang lain yang terdapat pada manusia seperti menangis, takut, cemberut, dan marah. Tertawa adalah kebutuhan biologis setiap manusia tanpa terkecuali yang kemudian sekaligus juga menjadi kebiasaan mereka.

Primata sudah mengembangkan teknik tertawa untuk mencegah konflik sejak 35 juta tahun lalu. Artinya nenek moyang manusia dan kera, sudah menciptakan senjata ampuh untuk bertahan hidup. Pakar biologi manusia,

---

<sup>12</sup> *Ibid.*, hlm. 106

<sup>13</sup> *Ibid.*, hlm. 1037

Carsten Niemitz dari Berlin, mengatakan bahwa beberapa jenis primata mengembangkan bahasa tubuh dan mimik muka yang rumit sejak puluhan juta tahun lalu, termasuk tertawa. Mimik muka tertawa dapat mencegah agresivitas sesama jenis, dan untuk membedakan mana tindakan yang sungguh-sungguh dan mana yang pura-pura. Nenek moyang manusia telah membuktikan bahwa dengan tertawa dapat menghindarkan pertumpahan darah di kelompoknya.<sup>14</sup>

Tertawa ialah salah satu naluri dan tabiat asli manusia. Seorang ahli filsafat bernama Greek pernah menegaskan bahwa manusia itu “binatang” yang pandai tertawa, tetapi manusia tidak tertawa tanpa sebab. Bahkan di balik tertawanya itu, tersembunyi sebab dan pendorong tertentu. Ahli-ahli jiwa berselisih pendapat dalam menentukan pendorong dan penyebab manusia tertawa.<sup>15</sup>

Selain itu, ada cukup banyak data dari penelitian medis yang menunjukkan bahwa kendati seseorang hanya tertawa atau bersikap gembira, tubuh telah menghasilkan zat-zat kebahagiaan. Menurut prinsip *Neorolinguistic Progamming*, apapun yang terkait dengan usaha memunculkan tawa tetap merupakan suatu bentuk latihan. Tubuh tidak mengetahui perbedaan antara berpikir mengenai sesuatu dengan benar-benar melakukannya. Maka apapun sumbernya, tawa menimbulkan serangkaian perubahan fisiologis yang sama di dalam tubuh kita.<sup>16</sup>

Beberapa fakta tentang tertawa dalam psikologi diatas selaras dengan Firman Allah pada Surah An-Najm ayat ke 43 yang berbunyi:

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَى ٤٣

---

<sup>14</sup> Toni Setyawan, *Terapi Sehat dengan Tertawa (Obat Mujarab Tertawa Untuk Kesehatan dan Kebahagiaan)*, Platinum, Jakarta, 2012, hlm.90

<sup>15</sup> <http://www.psikologizone.com/> diakses tanggal 21 April 2014

<sup>16</sup> Madan Kataria, *Laugh For No Reason*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2004, hlm. 5

Artinya: Dan bahwasanya dialah yang menjadikan orang tertawa dan menangis.<sup>17</sup>

Ayat di atas menyatakan bahwa hanya Allahlah yang membuat seseorang tertawa ataupun menangis sebagaimana dalam Tafsir Ath-Thabari dikatakan bahwa Abu Ja'far berkata: Allah berfirman kepada Nabi saw.: Wahai Muhammad, Tuhanmulah yang memberi kegembiraan, keceriaan, canda, tawa, kepada penduduk surga di dalam surga ketika mereka masuk di dalamnya. Tuhanmu juga yang member kesengsaraan, siksaan, dan tangisan kepada penduduk neraka di dalam neraka ketika mereka masuk ke dalamnya. Allah berhak member kesengsaraan kepada siapa saja yang Dia kehendaki.<sup>18</sup>

Ayat dan juga fakta-fakta dalam psikologi di atas mengisyaratkan bahwa tertawa adalah sesuatu yang telah ada sejak adanya dunia ini yang melekat pada diri manusia sehingga menjadi tabiat dasar dan kebutuhan biologisnya, yang dengan kata lain juga sekaligus merupakan karunia Allah SWT yang dianugerahkan pada manusia. Hal tersebut memang dijadikan Allah sebagai penghias kehidupan. Ia adalah seni dan rancah kehidupan. Agar dengan demikian kehidupan kita menjadi lebih bermakna dan jauh dari sifat-sifat murung, gelisah, dan sejenisnya.<sup>19</sup>

Dalam Ilmu psikologi tertawa tidak hanya sekedar membuat perasaan gembira, lebih lega, dan bahagia. Lebih dari itu, tertawa dikatakan mempunyai manfaat yang besar terhadap kesehatan yang dapat dijadikan terapi alternatif untuk menyembuhkan berbagai penyakit baik fisik maupun mental yang kemudian lebih dikenal dengan istilah terapi tawa. Manfaat-manfaat tersebut seperti anti stres, sebagai latihan aerobik terbaik, mengatasi depresi, kecemasan, dan gangguan psikosomatis, mengatasi tekanan darah tinggi dan jantung, penghilang rasa sakit alami, mengurangi bronkitis dan asma, sebagai jogging

---

<sup>17</sup> Departemen Agama, *Op. Cit.*, hlm. 875

<sup>18</sup> Abu Ja'far Muhammad bin Jarir Ath-Thabari, *Op. Cit.* hlm. 198

<sup>19</sup> Abdul Majid S., *Op. Cit.*, hlm. 19

internal, membuat tampak lebih muda, mempererat hubungan interpersonal, memperlancar aliran oksigen, memperkuat jantung, menurunkan tekanan darah, meningkatkan sistem imun tubuh, .<sup>20</sup>Banyaknya manfaat dari terapi tawa ini sebenarnya tidaklah mengherankan karena mengingat tertawa dalam QS. An-Najm: 43 dikatakan sebagai sebuah anugerah dari Allah pada manusia. Segala anugerah yang telah Allah berikan kepada hambanya pasti mempunyai fungsi dan manfaat yang lebih dari sekedar yang diketahui oleh manusia.

Adanya terapi tawa ini adalah untuk mamaksimalkan manfaat-manfaat yang terdapat dalam tawa manusia yang notabene merupakan anugerah dari yang Maha Kuasa. Terapi tawa sekaligus menjadi bukti dari lima ayat dari al-Quran yang menempatkan tertawa sebagai hal yang positif. Hal tersebut didukung dengan rumusan-rumusan teori dasar dalam terapi tawa mulai dari pertama yang diistilahkan dengan *Pranayama* yang merupakan teknik-teknik pernafasan yang pelan dan berirama dengan gerakan lengan yang membantu terciptanya relaksasi fisik dan mental serta mempunyai dampak menenangkan pikiran dan memberikan lebih banyak oksigen untuk jaringan tubuh, serta meningkatkan kapasitas vital paru-paru sehingga meningkatkan kapasitas untuk tertawa. Kedua, *Physical Relaxation* Gerakan ini merupakan latihan pemanasan yang merangsang titik-titik *acupressure* (pijat ala akupunktur) di telapak tangan dan membantu menciptakan rasa nyaman serta meningkatkan energi. Ketiga, pengembangan kemampuan komunikasi. Keempat, *social support* yang merupakan salah satu teknik melakukan *coping* terhadap stres. Diimana seluruh gerakan tawa melibatkan interaksi dari orang lain. Dan kelima mental relaxation yang mendasarkan pada prinsip dasar *Hasya Yoga* dimana *mental relaxation* ini dilakukan untuk menyelaraskan antara tubuh, pikiran dan jiwa sehingga menekan kecemasan atau stress. Dasar-dasar teori dalam psikologi tersebut setidaknya yang menjadi pendukung dari tertawa yang ada dalam beberapa ayat al-Quran.

---

<sup>20</sup>Thayib Al-Baihaqi, *Terapi Tawa Ala Rasulullah*, Darul Ikhsan, Yogyakarta, 2008, hlm. 62

Bahkan dengan adanya dasar teori tersebut, psikologi berusaha lebih untuk memaksimalkan potensi tertawa yang telah dianugerahkan Allah kepada manusia sebagaimana QS. An-Najm: 43.

Tetapi perlu digarisbawahi bahwa sebenarnya kebanyakan orang tidak dapat merasakan khasiat tertawa ini secara sadar dikarenakan ketidaktahuan mereka akan manfaat-manfaatnya. Selain itu juga, tertawa yang memang dapat mendatangkan keuntungan bagi tubuh adalah tertawa yang muncul secara lepas tanpa beban dan tanpa ada niatan yang buruk yang muncul dari dalam, dari jiwa seseorang. Artinya, memang muncul dari jiwa yang bersih. Seseorang bisa mengalami tawa dari jiwa hanya ketika hatinya murni, penuh cinta, kebaikan, dan bela rasa. Tawa menjadi lebih bermakna jika ditujukan tidak hanya membuat diri sendiri bahagia, tapi juga untuk membuat orang lain bahagia.<sup>21</sup>

Bisa dikatakan bahwa orang-orang yang tertawa karena mempunyai niat yang buruk seperti mengejek, menghina ataupun mengolok-olok sebagaimana apa yang dilakukan oleh orang-orang munafik, kafir, musyrik, dan *mujrimin*, seperti pada QS. Al-Mu'minun: 110, QS. Az-Zukhruf: 47, QS. An-Najm: 60, dan QS. Al-Muthaffin: 29, dipastikan tidak akan mendapat manfaat yang baik dari tawa itu sendiri, malah akan mendatangkan suatu *madharat* bagi dirinya karena tawa yang diiringi dengan emosi negatif. Apalagi jika yang menjadi bahan ejekan dan olok-olokan adalah perkara agama beserta kepercayaannya yang berkaitan langsung dengan hal keesaan Allah. Dikatakan dalam al-Quran, kelak mereka akan kekal di dalam neraka dengan wajah yang pucat penuh debu sebagai balasan mereka meremehkan agama Tuhan, dan juga kelak mereka akan ditertawai balik oleh orang-orang mukmin dari surga yang disana mereka tertawa, bergembira ria, karena imbalan atas teguhnya mereka mempertahankan agama Allah, sebagaimana dalam QS. 'Abasa: 39 dan QS. Al-Muthaffin: 34.

---

<sup>21</sup> Madan Kataria, *Laugh For No Reason*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2004, hlm viii

Perihal mengenai tertawa merupakan hal dasar berkomunikasi. Dalam al-Quran juga menunjukkan hal yang demikian. Dalam QS an-Najm: 43 menyatakan bahwa tertawa adalah anugerah dari Allah. Ini sesuai dengan pernyataan yang mengatakan bahwa bayi tertawa jauh lebih dahulu dibanding berbicara. Tidak ada seorangpun yang mengajarkan tertawa. Manusia hanya melakukan saja dan sering tertawa tanpa sengaja dalam ritme spesifik di saat tertentu di saat melakukan percakapan.<sup>22</sup> Apa yang dilakukan bayi yaitu tertawa tanpa ada yang mengajari tersebut menunjukkan bahwa tertawa memang benar-benar anugerah dari Allah swt. agar dijadikan salah satu media untuk berkomunikasi antar umat manusia.

Begitu juga dalam ayat-ayat al-Quran tentang tertawa yang lain menunjukkan bahwa tertawa merupakan media untuk berkomunikasi. Seperti pada QS. At-Taubah: 82 yang berbunyi:

فَلْيَضْحَكُوا قَلِيلًا وَلْيَبْكُوا كَثِيرًا جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ ٨٢

Artinya: Maka hendaklah mereka tertawa sedikit dan menangis banyak, sebagai pembalasan dari apa yang selalu mereka kerjakan.<sup>23</sup>

Ayat di atas menceritakan hubungan komunikasi antara orang-orang munafik dengan orang-orang mukmin. Juga pada QS. Al-Mu'minun: 110 yang menceritakan hubungan komunikasi antara orang-orang kafir dengan orang-orang mukmin, QS. Az-Zukhruf: 47 yang menceritakan hubungan komunikasi antara Nabi Musa dengan Fir'aun dan para pemukanya, QS. An-Najm: 60 yang menceritakan hubungan komunikasi antara Nabi Muhammad dengan kaum musyrik Quraisy, QS. Al-Muthafifin: 29 dan QS. Al-Muthaffifin: 34 yang menceritakan hubungan antara kaum *mujrimi* atau kafir dengan orang-orang

---

<sup>22</sup> Niken Astuti, *Terapi Sehat dengan Tertawa*, Tugu Publisher, Jakarta Selatan, 2011, hlm. 57

<sup>23</sup> Departemen Agama, *Op. Cit.*, hlm. 293

mukmin, QS. Hud: 71 yang menceritakan reaksi tertawa Siti Sarah Ketika bercakap-cakap dengan Nabi Ibrahim dan beberapa Malaikat, dan QS. An-Naml: 19 yang bercerita tentang komunikasi antara Nabi Sulaiman dengan semut. Semua ayat tersebut menempatkan tertawa sebagai media untuk berkomunikasi antar manusia, bahkan antar makhluk baik di dunia maupun di akhirat. Hanya QS. 'Abasa: 39 yang tidak menempatkan tertawa sebagai media komunikasi antara dua person, melainkan hanya menempatkan tertawa sebagai aktifitas yang hanya akan dinikmati oleh satu person yaitu orang-orang yang beriman kelak di hari akhir.

Dari uraian di atas, tertawa sebagai media komunikasi yang terdapat dalam al-Quran dapat dibagi menjadi dua kelompok. Pertama, tertawa sebagai media komunikasi yang arahnya positif. Dan kedua, tertawa sebagai media komunikasi yang arahnya negatif. Adapun ayat-ayat al-Quran yang termasuk kategori pertama ialah QS. Hud: 71 dan QS. An-Naml: 19. Sedangkan yang termasuk dalam katgori kedua ialah QS. At-Taubah: 82, QS. Al-Mu'minun: 110, QS. Az-Zukhruf: 47, QS. An-Najm: 60, QS. Al-Muthaffifin: 29, dan QS. Al-Muthaffifin: 34.

Adapun mengenai hadis Nabi yang mengatakan bahwa banyak tertawa akan mematikan hati yang berbunyi:

ولا تكثر الضحك فإن كثرة الضحك تميت القلب

Artinya: jangan banyak tertawa karena sesungguhnya banyaknya tertawa akan mematikan hati.<sup>24</sup>

Hadis di atas sebenarnya tidak serta merta melarang tertawa. Tertawa adalah sebagaimana aktifitas-aktifitas manusia yang lain pada umumnya.

---

<sup>24</sup> Muhammad ibn Isa al-Tirmidzi, *Sunan Tirmidzi*, Toha Putra, Semarang, hadis no.2 bab zuhud hlm. 524

Prinsipnya, segala sesuatu yang dilakukan sesuai kadarnya dengan motivasi yang baik, akan mendatangkan manfaat yang tepat bagi pelakunya. Dan segala sesuatu yang dilakukan secara berlebihan, bahkan disertai dengan motivasi yang buruk, akan mendatangkan suatu keburukan bagi pelakunya. Termasuk didalamnya seperti makan, minum, tidur, olahraga, bercanda, bermain, dan aktifitas-aktifitas lain.

Sebenarnya, Rasulullah adalah orang yang paling banyak senyum dan tertawa di hadapan para sahabatnya, karena mengagumi mereka dan melibatkan dirinya dengan mereka.<sup>25</sup> Menurut A. Mustafa Bisri, mengenai hadis di atas, terlalu banyak tertawa yang mematikan hati adalah terlalu banyak tertawa yang disebabkan karena adanya perasaan aman. Artinya, orang yang bersangkutan tidak merasa harus waspada dan berhati-hati (takwa). Padahal kelak akan ada padang Mahsyar, Hari Perhitungan, siksa neraka, dan yang lainnya. Serta karena sampai melupakan kematian, alam barzah, dan akhirat.<sup>26</sup>

Menurut Quraish Shihab, riwayat seperti di atas dan yang semacamnya, jika dinilai shahih, harus dipahami dalam arti lelucon “yang tidak lucu”, yang menyakitkan hati, dan melengahkan dari tugas-tugas pokok karena para nabi pun tertawa melihat kelakuan yang lucu.<sup>27</sup>

Ada sebuah cerita mengenai seorang wanita tua datang kepada beliau memohon didoakan agar masuk surga. Maka, beliau bersabda: “Surga tidak dimasuki oleh wanita tua.” Wanita tersebut berteriak kecewa dan ketika itu Rasul tersenyum dan membacakan kepadanya firman Allah QS. Al-Waqi’ah: 35-38 :<sup>28</sup>

---

<sup>25</sup>Said Hawa, *Al-Mustakhlash fi Tazkiyati al-Anfus*, Darus Salam, Penerj. Aunur Rafiq, Rabbani Press, Jakarta, 1999, hlm. 448

<sup>26</sup>A. Mustafa Bisri, *Fikih Keseharian Gus Mus*, Khalista, Surabaya, 2007, cet III, hlm. 408

<sup>27</sup>Quraish Sihab, *Tafsir al-Misbah*, Lentera Hati, Jakarta, 2011, cet. IV, hlm.319

<sup>28</sup>*Ibid.*, hlm. 319

Ada kisah lain mengenai Istri Nabi saw., Aisyah ra., berkata bahwa suatu ketika aku memasak makanan dan memberikannya kepada Rasul saw., yang ketika itu bersama istri beliau, Saudah. ‘Aisyah mengharap Saudah ra. Ikut makan, tetapi ia enggan karena tidak sesuaidengan seleranya. ‘Aisyah bersikeras sambil berkata, “Demi Allah, engkau harus makan, kalau tidak, akan kukotori wajahmu dengan makanan ini.” Karena Saudah bersikeras untuk tidak makan, ‘Aisyah mengambil sebagian dari makanan itu dan menempelkannya ke wajah Saudah. Saudah pun melakukan hal yang sama ke wajah ‘Aisyah sambil tertawa. Rasul saw. Yang melihatnya pun ikut tertawa.<sup>29</sup>

Sekian riwayat juga yang menginformasikan bahwa Rasulullah pun tertawa dan bergurau. Menurut ‘Aisyah., “Rasulullah adalah seseorang yang sering tersenyum dan tertawa, bahkan tertawa sampai terlihat gigi geraham beliau—walau tidak terbahak dan tidak mengucapkan kecuali yang *h}aq*.<sup>30</sup>

Memang tidak dapat dipungkiri bahwa jika kita tertawa berlebihan, apalagi itu dalam kondisi bersenda gurau dengan orang lain serta ditambah dengan tertawa yang saling menghina, merendahkan, mengolok-olok satu sama lain, yang menyakitkan hati satu sama lain, pastilah hal tersebut akan membuat hati kita mati, sehingga akan sulit bagi hati untuk membedakan mana yang salah dan mana yang benar.

Beberapa riwayat di atas setidaknya cukup sebagai penguat bahwasanya tertawa adalah aktifitas yang lazim dikerjakan manusia bahkan Rasulullah pun juga tertawa. Tertawa akan menjadi baik bila dilakukan atas dasar yang baik. Tertawa akan menjadi buruk bila dilakukan atas dasar yang buruk pula. Apalagi sebagaimana yang dilakukan oleh terapi tawa menjadi bukti bahwasanya tertawa mempunyai banyak sekali kebaikan dan kemanfaatan yang terpendam di

---

<sup>29</sup>*Ibid.*, hlm. 320

<sup>30</sup>*Ibid.*, hlm 321

dalamnya, asalakan dikemas dengan sesuatu yang lebih baik, mengingat terapi tawa dikemas dengan yoga dan didasari akan jiwa yang bersih dan juga dengan semangat sosial yang tinggi. Begitu juga sebaliknya, apabila tertawa dilakukan atas dasar yang lebih buruk, maka akan mengakibatkan sesuatu yang lebih buruk pula, seperti yang terjadi dalam beberapa kasus dalam al-Quran yang menempatkan tertawa sebagai sarana untuk merendahkan, mengolok-olok, dan menghina agama Allah yang sekaligus meremehkan ajaran Allah dan meremehkan dzat Allah itu sendiri, maka akan didapat pula hasil yang lebih buruk dari tertawa yaitu adzab dan neraka Tuhan.