

## Optimalisasi Umur Menurut Alquran Oleh: Suhendri

Secara tegas dan berulang-ulang Alquran menjelaskan kepada manusia tentang proses penciptaannya dari awal hingga akhir. Kemudian Alquran menjelaskan tentang kewajiban yang harus dilakukan manusia kepada orangtua. Bahkan tidak cukup sampai disitu, Alquran juga memberikan penjelasan tentang apa yang akan dialami manusia sesudah kehidupan duniawi, yang karenanya Alquran terus-menerus menyampaikan informasi kepada manusia untuk memanfaatkan waktu kehidupannya di dunia ini dengan baik.

Salah satu ayat Alquran yang menjelaskan tentang hal tersebut adalah QS. Al-Ahqaf (46) Ayat 15. Allah SWT berfirman: *“Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya. Ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan, sehingga apabila dia telah dewasa dan umurnya sampai empat puluh tahun ia berdoa: “Ya Tuhanku, bantulah aku untuk mensyukuri nikmat Engkau yang telah Engkau berikan kepadaku dan kepada orangtuaku dan supaya aku dapat berbuat amal yang salih yang Engkau ridhai; salihkanlah aku demikian pula anak cucuku. Sesungguhnya aku bertaubat kepada Engkau dan sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang berserah diri.”*

Bila diperhatikan secara seksama ayat di atas selain menjelaskan tentang kewajiban manusia untuk *birrul walidain* (berbuat baik kepada orangtua) yang telah menjadi jalan kehadiran manusia di muka bumi ini, ayat tersebut juga menjelaskan tentang periodisasi umur manusia, ayat tersebut dengan spesifik menyebut umur manusia, yaitu umur 40 (empat puluh) tahun. Umur 40 (empat puluh) tahun bagi manusia sebagaimana yang disebutkan Alquran, bila dikaitkan dengan penjelasan Rasulullah Saw. bahwa umur umatnya antara 60 (enam puluh) tahun sampai dengan 70 (tujuh puluh) tahun, memberikan makna

yang cukup mendalam. Manakala secara rata-rata umur manusia itu adalah 60 (enam puluh) tahun, maka umur 40 (empat puluh) tahun berarti dua pertiga dari umur manusia itu sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa saat manusia berumur 40 (empat puluh) tahun, ia sedang disadarkan bahwa kehidupannya tinggal sepertiga lagi. Lebih dahsyatnya lagi, setelah Allah SWT mengingatkan manusia tentang umurnya, Allah SWT juga mengajarkan doa, yang baik sekali untuk terus dimunajatkan-Nya dan sekaligus berisi bimbingan Allah SWT kepada semua manusia untuk mengoptimalkan umurnya yang masih tersisa.

Setidaknya ada lima bimbingan Allah SWT yang disampaikan kepada manusia melalui QS. Al-Ahqaf (46) ayat 15 tersebut untuk mengoptimalkan sisa umurnya. *Pertama*, mensyukuri nikmat-nikmat Allah SWT. Tidak sedikit manusia yang lalai untuk mensyukuri nikmat Allah SWT bahkan sampai dirinya akan kembali kepada Allah SWT. Padahal sejak awal penciptaan manusia Allah SWT terus menerus memberikan nikmat silih berganti, bahkan terus bertambah seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan kehidupan manusia itu sendiri. Sejenak agaknya kita perlu kilas balik pada fase-fase kehidupan kita sebelumnya. Pada tahap yang paling awal, saat manusia berada di dalam rahim ibunya, Allah SWT menganugerahkan nikmat kepada manusia lewat satu sumber saja, plasenta ibu. Kemudian saat dilahirkan manusia mendapatkan 'tambahan' nikmat yang tidak berasal dari satu sumber tapi sudah dua sumber, yaitu air susu ibu. Begitulah seterusnya sampai dengan saat ini. Pantas saja dalam Alquran Surat Ar-Rahman (55), Allah SWT mengulang sebanyak 31 (tiga puluh satu) kali, menanyakan kepada manusia dan jin, "Fa bi-ayyi ala-i robbikuma tukadzi-dziban" (Maka nikmat Tuhanmu yang mana lagikah yang kamu dustakan?). Ayat ini sebagai pertanda bahwa Allah SWT sudah begitu banyak memberikan nikmatnya kepada manusia dan manusia tidak akan pernah mampu mengingkarinya. Karena itu, tidak ada jalan lain buat manusia melainkan terus bersyukur atas nikmat Allah SWT pada saat sepertiga lagi sisa umur kita,

sebab hanya dengan bersyukur nikmat Allah SWT akan ditambah baik secara kuantitas maupun kualitas. (QS. Ibrahim, 14:7).

*Kedua*, melakukan percepatan (akselerasi) dalam melakukan amal salih yang diridhoi Allah SWT. Amal salih sesuai dengan asal katanya dimaknai dengan perbuatan yang memiliki manfaat. Manfaat yang sebanyak-banyaknya. Dalam hadis Rasulullah Saw. mengatakan “Khoirunnas anfa’uhum linnas” bahwa sebaik-baiknya manusia adalah manusia yang paling bermanfaat bagi manusia lainnya. Manusia seperti inilah sesungguhnya manusia yang terus melakukan amal salih. Karena itu di sisa sepertiga umurnya saat ini, manusia seharusnya tidak ada lagi kemalasan dan penundaan untuk melakukan amal salih, sekecil apapun amal salih itu. Prinsip ini tidak akan membuat manusia pilah pilih dalam melakukan amal salih, selama semua amal salih itu memiliki dasar normatif yang dapat dipertanggungjawabkan. Dengan prinsip ini pada akhirnya akan melahirkan pribadi yang penuh semangat dengan menyibukkan dirinya untuk terus melakukan perbaikan dan peningkatan kebaikan, meskipun perbuatan itu adalah perbuatan sunnah. Sebab baginya sunnah adalah perbuatan yang bila ditinggalkan akan merugi.

*Ketiga*, berikhtiar men-*salih*-kan diri sendiri dan anak-anak serta keturunan. Merujuk QS. Al-Ahqaf (46) Ayat 15 di atas, penggunaan kata ‘umur 40 (empat puluh) tahun’ dalam ayat tersebut mengisyaratkan bahwa manusia pada umur itu sudah matang secara biologis, psikologis, dan sosial-ekonomi, karenanya pada fase tersebut manusia secara rata-rata sudah memiliki pasangan hidup dan keturunan. Dalam Islam, pasangan hidup dan anak keturunan harus mampu menjadi permata hati “*qurrota a’yun*” sehingga makin besar peluang bagi keluarga secara kolektif menjadi pemimpin (*imam*) bagi orang yang bertakwa. (QS. Al-Furqan, 25:74).

Khususnya anak, bagi orangtua ia adalah tempat menumpahkan harapan dan keinginan. Salah satu harapan dan keinginan terbesar orangtua kepada anak-anaknya adalah agar mereka menjadi anak yang salih. Akan tetapi harus

diingat bahwa harapan orangtua agar anak-anak mereka menjadi salih akan sulit terwujud manakala anak dibiarkan tumbuh berkembang tanpa ada didikan keteladanan. Dengan kata lain, kesalihan anak akan terwujud manakala anak melihat kesalihan yang ditampilkan lebih dulu oleh orangtuanya. Intinya adalah keteladanan (*uswah hasanah*). Kemudian daripada itu, dikarenakan mendidik anak untuk menjadi salih membutuhkan proses yang tidak singkat, maka orangtua harus mengisi penuh hatinya dengan kesabaran sebagaimana telah dijelaskan Alquran “Dan perintahkanlah kepada keluargamu (isteri, suami, anak dan sebagainya) untuk salat dan bersabarlah dalam mengerjakannya!” (QS. Thoha, 20: 132). Berbicara tentang kesabaran tentu ia tidak terbatas, bilapun terbatas maka batasnya akan kematian.

*Keempat*, pesan Alquran untuk mengoptimalkan sepertiga sisa umur manusia adalah melakukan taubat kepada Allah SWT. Pesan keempat dari QS. Al-Ahqaf (46) Ayat 15 ini menggugah kesadaran manusia bahwa jika manusia jujur kemudian mencoba membandingkan antara kebaikan dengan keburukan yang telah dilakukannya dalam dua pertiga kehidupannya yang telah dilaluinya, ia pasti akan mendapati bahwa keburukannya jauh lebih banyak dan lebih besar daripada kebaikannya. Kesadaran ini akan membuat manusia untuk terus melakukan taubat kepada Allah SWT. Manusia akan sibuk mengingat dosa dan kesalahannya daripada sibuk mengingat kebaikannya sendiri apatahlagi mengingat dan menghitung dosa serta kesalahan orang lain. Bila manusia mampu melakukan ini secara istiqomah bahkan saat umurnya tersisa sepertiga lagi, maka ia akan menjadi orang yang dicintai Allah SWT karena telah menjadi bagian dari kelompok orang yang selalu bertaubat “at-Tawwabun” (QS. Al-Baqarah, 2: 222).

Pesan kelima yang disampaikan QS. Al-Ahqaf (46) Ayat 15 adalah hendaknya di sisa sepertiga kehidupan manusia, ia harus mampu menjaga diri agar tidak terjebak ke dalam perbuatan yang akan menghancurkan keislaman dan keimanannya. Di saat detik kehidupan manusia akan berakhir, sejatinya ia

harus mampu tampil sebagai seorang Muslim yang total “kaffah” (QS. Al-Baqarah, 2:108) bukan menjadi Muslim yang ‘setengah-setengah’ atau Muslim ‘musiman’. Yakni Muslim yang menampilkan ke-Islamannya hanya menurut mau dan selernya semata serta berdasarkan momen tertentu saja. Hal ini penting dikarenakan manusia tidak pernah tahu kapan, dimana dan dengan sebab apa kehidupannya akan berakhir. Alangkah menyedihkan bila kematian seseorang datang, sementara pada saat tersebut ia tidak lagi menjadi Muslim *kaffah* tentu sudah dapat dibayangkan keadaan yang akan dirasakan pada fase kehidupan berikutnya. Padahal Alquran mengingatkan agar manusia yang beriman untuk bertakwa kepada Allah SWT dengan takwa dengan sebenarnya dan berusaha agar tidak wafat melainkan dalam keadaan Islam. Islam yang sempurna (QS. Alu Imran, 3: 102).

Akhirnya dapat ditegaskan bahwa pesan QS. Al-Ahqaf (46) Ayat 15 sangat penting untuk terus diulang, diperhatikan dan ditebarkan. Tentu saja manakala manusia menginginkan kebahagiaan (*al-falah*) dan kebaikan (*al-hasanah*) di dunia dan akhirat. Bila tidak. *Wallahu a'lam*.