Al-mustaqbal: Jurnal Agama Islam
Volume. 2, Nomor. 3 Agustus 2025
e-ISSN: 3064-0970, p-ISSN: 3064-1519, Hal 146-156
DOI: https://doi.org/10.59841/al-mustaqbal.v2i3.207
Available Online at: https://ibnusinapublisher.org/index.php/AL-MUSTAQBALi3.

Gabut dan Mager dalam Perspektif Hadis

Nina Zahrotul Aini[1*], Muhammad Alif[2]
[1,2] Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

Korespondensi penulis: 201370055.nina@uinbanten.ac.id

Abstract*. The aim of this research is to discuss the hadith view of mager and gabut from a hadith perspective through thematic methods. In this research, the author uses qualitative research and applies thematic methods, namely tracing hadiths about mager and gabut. The results of the research show that being lazy and lazy is an unproductive situation that hinders work. The term gabut is used to describe a situation where someone is bored or has no activities they want to do. Meanwhile, mager is a term used to refer to the condition of someone who is lazy to move or does not have the enthusiasm to do something. This state of mager and fog is clearly negative because it can hinder work and even hamper success. Gabut and mager often appear to us. This sparked the author's curiosity about the hadith's view regarding mager and gabut. In this way, the author can draw the conclusion that this article can be a reference for everyone to always be productive and fight the feeling of boredom and laziness that exists within us.*

Keywords: *Filantropi, Hadis, Tematik*

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah membahas pandangan hadis tentang mager dan gabut dalam perspektif hadis melalui metode tematik. Dalam penlitian ini penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif serta menerapkan metode tematik yaitu menelusuri hadis-hadis tentang mager dan gabut. Hasil dari penelitian bahwasannya mager dan gabut adalah sebuah keadaan yang tidak produktif yang menghambat sebuah pekerjaan. Istilah gabut ini digunakan untuk menjelaskan sebuah keadaan seseorang yang sedang bosan atau tidak memiliki kegiatan yang ingin dilakukan. Sedangkan mager ini adalalah istilah yang digunakan untuk menyebut keadaan seseorang yang malas untuk bergerak atau tidak memiliki semangat untuk melakukan sesuatu. Keadaan mager dan gabut ini jelas bersifat negative karna dapat menghambat pekerjaan dan bahkan menghambat kesuksesan. Gabut dan mager ini sering kali muncul pada diri kita. Hal ini memicu munculnya rasa ingin tahu penulis bagaimana pandangan hadis terkait mager dan gabut. Dengan begitu penulis dapat menarik kesimpulan bahwa tulisan ini bisa menjadi acuan bagi semua orang untuk selalu produktif dan melawan rasa gabut dan malas yang ada pada diri kita ini.

Kata kunci: Filantropi, Hadis, Tematik

1. LATAR BELAKANG

Dalam kehidupan sehari-hari, seringkali kita dihadapkan dalam dua situasi yang dapat merugikan yaitu gabut dan mager. Kedua istilah ini tidak hanya sekedar kata-kata popular saja, tetapi juga mencerminkan kondisi psikologis dan produktivitas seseorang. Pada perspektif hadis, gabut dan mager dapat dianalisis sebagai tantangan dalam mencapaiu keberhasilan dan kebahagian dalam menjalankan hidup.(Azka & Karo-Karo, 2023)

Hadis sebagai sumber hukum kedua dalam islam setelah Al-Qur'an, menyediakan pedoman bagi umat muslim dalam berbagai aspek kehidupan. Dalam perspektif hadis, gabut dan mager dapat dianggap sebagai bentuk ketidak mampuan atau kegagalan dalam melaksanakan suatu Amanah sebagai makhluk hidup di muka bumi ini. Rasulullah juga memeberikan petunjuk tentang pentingnya beraktivitas dan menjauhi sikap malas dalam

Received: Mei 21, 2025; Revised: Juni 05 , 2025; Accepted: Juni 19, 2025; Online Available: Juni 21, 2025

mencapai tujuan hidup. Pemahaman-pemahaman terhadap hadis seperti ini dapat menjadi pencerahan bagi kehidupan umat muslim dalam mengatasi gabut dan mager. Dengan memahami bahwa kehidupan ini merupakan ujian dan tanggung jawab yang harus dijalankan dengan penuh kesungguhan, kita dapat mengubah sikap malas menjadi semangat untuk berusaha adan berkarya.(Anjani, 2023)

Dalam kaitannya dengan gabut dan mager. Ada sebuah Hadis yang mengajarkan bahwa produktivitas, tanggung jawab, dan ketekunan adalah nilai-nilai yang harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan merangkul ajaran-ajaran ini, umat Muslim diharapkan dapat mengatasi godaan gabut dan mager serta menjalani kehidupan dengan penuh makna dan tujuan.

Namun, pada kenyataanya masih banyak yang belum menerapkan ajaran-ajaran hadis ini. Karena kurangnya kesadaran pada diri untuk melakukan kegiatan yang lebih produktif dan juga bisa didorong oleh lingkungan yang sangat mendukung untuk senantiasa bermalas-malasan. Maka dengan itu Rasulullah menganjurkan kita agar selalu berada dalam lingkungan yang mendukung kita agar selalu berada dalam lingkungan yang produktif.

Dalam peneiltian ini kerangka berfikir perlu dibentuk agar mendapatkan jawaban dari suatu permasalahan yang utama pada penelitian ini. Penelitian ini menganggap mager dan gabut yang terjadi sekarang ini sebagai fakta yang benar adanya dan didorong dengan faktor kemajuan teknologi di era sekarang ini. Kajian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian tematik dengan menggunakan metode pengumpulan hadis-hadis dalam kitab hadis sehingga menghasilkan tema tertentu. Dalam pencarian pada kitab hadis terkait dengan gabut dan malas ini diperlukan pemahaman dengan menggunakan analisis etika terhadap sifat gabut dan mager yang bertujuan agar mendapatkan pengetahuan yang bermakna.(Ira, 2018)

Penelitian ini tentu saja memerlukan tinjauan pustaka yang berfungsi sebagai landasan teori yang bertujuan untuk rujukan dalam melakukan pembahasan terhadap masalah utama dalam penelitian ini. Dapat kita ketahui bahwa mager dan gabut ini adalah sebuah keadaan seseorang yang tidak memiliki kegiatan dan memberikan dampak negative bagi siapa saja yang sedang mengalaminya. Setelah Penelitan mencari data dan penelitian terhadap hasi sebelumnya, penulis mendapatkan satu jurnal yang membahas mengenai *Malas Gerak dalam Perspektif Hadis* yang di tulis oleh Fathul Huda, Universitas Islam Negri Sultan Maulana Hasanudin Banten. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasikan bahwa malas dalam beribadah itu tidak baik. Metode yang digunakan oleh peneliti adalah

pendekatan kualaitatif dengan menerapkan metode hadis tematik. Kesimpulan dari penelitian ini adalah perilaku mager bertentangan dengan hadis-hadis. Dan prrilaku mager bertentangan dengan tawakal.(Huda, 2023)

Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui bagaimana pandangan hadis mengenai gabut dan mager. Agar prilaku mager dan gabut dan dapat teratasi. Dan prilaku tersebut tidak sepatutunya sebagaimana Rasulullah tidak mengajarinya. Berdasarkan pernyataan di atas, disusunlah formula penelitian yakni rumusan masalah, pernyataan pokok penelitian, tujuan penelitian dan hasil serta manfaat penelitian. Rumusan masalah penelitian yaitu adanya pandangan hadis mengenai gabut dan mager dengan menggunakan tematik hadis. Pernyataan pokok penelitian ini adalah bagaimana pandangan hadis tentang bagut dan mager. Tujuan penelitian ini yaitu untuk membahas pandangan hadis tentang gabut dan mager melalui metode tematik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat kepada khalayak umum dan dapat menjadi bahan acuan terhadap penelitian tentang pola baik secara praktis maupun teoritis. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat terhadap perkembangan keilmuan dibidang ilmu hadis. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan tolak ukur dalam memberikan tinjaun kritis terkait gabut dan mager berdasarkan pandangan hadis.(Amelia et al., 2024)

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian sangat penting dalam mengarahkan jalannya sebuah penelitian. Pemilihan jenis penelitian, sumber data, metode pengumpulan data, dan analisis data memengaruhi validitas dan kehandalan hasil penelitian secara keseluruhan**.** Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode tematik(Ira, 2018) hadis dengan pendekatan kualitatif. Sumber data penelitian ialah primer dan skunder. Sumber primenya ialah yang diguanan ialah kitab 9 imam yang diakses secara manual ataupun digital. Sedangkan sumber sekundernya ialah dari jurnal, buku, dan tulisan-tulisan mengenai Gabut dan Mager dalam Perspektif Hadis.(Darmalaksana, 2020)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini, penulis menjelaskan data yang diambil, teori yang digunakan, dan metode Analisa yang dipakai sekaligus hasil dari temuannya. Pembahasan disini berupa interpretasi dari hasil penelitian dalam gabut dan mager, sedangkan ideal gabut dan mager yang harus diterapkan disini dapat dirumuskan dalam perspektif hadis merujuk pada dasar islam yaitu berupa hadis. Terkait dengan pembahasan ini yakni:

a. Pandangan umum tentang mager dan gabut

Malas gerak merupakan salah satu sifat yang terdapat di dalam diri seseorang yang mejadikan seseorang tidak aktif dalam beraktivitas. Rasa malas dapat dialami siapa saja dan dimana saja, rasa malas ini tidak mengenal waktu dan tempat. Rasa malas ini merupakan dampak dari kurangnya rasa kedisiplinan yang tertanam pada diri dan kurangnya kecakapan dalam mengatur waktu hal ini bukan disebabkan dari genetik.(Halim, 2021) faktor yang mendukung rasa mals gerak ini dapat dipicu oleh banyaknya perubahan gaya hidup yang didasari oleh berkembangnya kemajuan teknologi saat ini hal ini memicu perkgerakan seseorang. Sehingga seseorang harus memilikki alasan khusus untuk bergerak. Dokter Andi Kurniawan mengatakan bahwa faktor dari males gerak ini terbagi menjadi lima bagian yaitu :

1) Kurangnya motivasi

Kurangnya motivasi dapat menjadi pemicu malas bergerak. Penting untuk mencari sumber motivasi yang sesuai dengan tujuan kita, seperti memahami manfaat aktivitas tersebut atau menetapkan tujuan yang dapat memberikan rasa pencapaian.

2) Tidak memiliki waktu

Kesibukan yang padat dapat menciptakan kendala waktu dan menyebabkan rasa malas untuk bergerak. Teknologi, seperti internet, meskipun mempermudah banyak hal, juga dapat menjadi penyebab kurangnya aktivitas fisik. Penting untuk mencari keseimbangan antara kegiatan online dan waktu untuk bergerak guna menjaga kesehatan fisik dan mental.

3) Pengaruh media sosial

Media sosial bisa menjadi distraksi yang signifikan dan menyebabkan seseorang lupa memenuhi kebutuhan fisiknya. Penggunaan yang berlebihan dapat mengakibatkan kurangnya aktivitas fisik dan kurangnya waktu untuk kegiatan produktif. Penting untuk menjaga keseimbangan antara penggunaan media sosial dan kebutuhan fisik serta kegiatan yang lebih bermanfaat

4) Kurang berenergi

Padatnya aktivitas sehari-hari dapat menguras energi dan menyebabkan kelelahan. Penting untuk menjaga keseimbangan antara aktifitas dan istirahat. Mungkin bisa mempertimbangkan jadwal istirahat yang cukup, serta melibatkan kegiatan fisik ringan atau olahraga untuk membantu menjaga energi dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan.

5) Fasilitas

Pertimbangan terhadap faktor eksternal, termasuk ketersediaan fasilitas atau alat, memang dapat memengaruhi tingkat motivasi dan aktivitas seseorang. Lingkungan dan dukungan eksternal dapat memainkan peran penting dalam mendorong keterlibatan dalam kegiatan. Penting untuk memahami dan mengelola faktor-faktor tersebut guna mengatasi rasa malas bergerak.(Alvionita et al., 2023)

b. Dampak dari Malas Gerak

Malas gerak atau mager ini memiliki dampak negatif nya diantaranya adalah :

1) Menurunnya fungsi otak

Malasnya gerak dapat menyebabkan tegangan pada tulang belakang, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kesehatan paru-paru dan sirkulasi udara. Penting untuk menjaga postur tubuh yang baik dan bergerak secara teratur untuk menghindari dampak negatif pada kesehatan.

2) Resiko serangan jantung yang tinggi

Penelitian dari 'Aerobics Research Center' menunjukkan bahwa aktivitas fisik dapat mengurangi risiko serangan stroke pada lelaki sebesar 60%, sedangkan 'Nurses Health Study' menyatakan bahwa wanita yang aktif secara fisik memiliki peluang terhindar dari serangan stroke dan jantung sekitar 50%. Oleh karena itu, beraktivitas terlalu lama dengan posisi duduk, seperti bekerja di depan layar komputer, dapat meningkatkan risiko serangan stroke dan jantung.

3) Gangguan fungsi kognitif

Gaya hidup yang kurang baik dan kekurangan aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko gangguan fungsi kognitif dalam jangka panjang. Aktivitas fisik memainkan peran penting dalam meningkatkan aliran darah ke otak, memperbaiki sel dan jaringan otak, serta merangsang pertumbuhan sel saraf baru, yang dapat berkontribusi pada peningkatan daya ingat dan kognisi.

Dari point diatas dapat kita simpulkan bahwa malas gerak sangat berbahaya bagi kesehatan tubuh kita dengan itu kita harus menghilangkan rasa malas agar dapat menghidari resiko-resiko buruk yang akan terjadi nantinya.(Ambarwati, 2016a)

c. Dampak dari Gabut

Kegabutan memang dapat dirasakan oleh siapa pun, dan penyebabnya bisa berasal dari berbagai faktor seperti situasi lingkungan atau pembawaan individu. Penting untuk mencari cara-cara untuk mengatasi kebosanan, seperti menemukan hobi baru, mengambil tantangan baru, atau mencari cara untuk meningkatkan motivasi

dalam aktivitas sehari-hari**.** Dampak negatif dari kebiasaan gabut bisa meliputi penurunan produktivitas, kurangnya pembelajaran atau pengembangan pribadi, dan mungkin dampak kesehatan mental akibat kurangnya aktivitas yang bermakna.(Ambarwati, 2016b)

d. Cara Mengatasi Gabut

Cara mengatasi gabut atau malas ini adalah dengan cara memotivasi diri dan merencanakan apa saja yang akan di kerjakan. Lalu, cobalah terlibat dalam aktivitas yang menarik minat, seperti membaca buku, menonton film atau serial, berolahraga, atau belajar hal baru. Jika memungkinkan, hubungkan diri dengan teman atau keluarga untuk berbagi pengalaman atau merencanakan kegiatan bersama.(Wahyuningsih, 2024)

e. Hadis-hadis yang relevan dengan gabut dan mager

1) Khawatir membuat bosan

َدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ عَنْ سُلَيْمَانَ عَنْ أَبِي وَائِلٍ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ أَنَّهُ قَالَ إِنِّي لَأُخْبَرُ بِجَمَاعَتِكُمْ فَيَمْنَعُنِي الْخُرُوجَ إِلَيْكُمْ خَشْيَةُ أَنْ أُمِلَّكُمْ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَخَوَّلُنَا فِي الْأَيَّامِ بِالْمَوْعِظَةِ خَشْيَةَ السَّامَةِ عَلَيْنَا

Artinya: "Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Ja'far, telah menceritakan kepada kami Syu'bah dari Sulaiman dari Abu Wa 'il dari Abdullah bahwa ia berkata, "Sesungguhnya aku telah diberitahu perkumpulan kalian ini, namun aku enggan keluar karena khawatir membuat kalian bosan, Rasulullah pernah menyela-nyela hari untuk memberi nasihat, khawatir membuat kami bosan." (HR. Ahmad 4177)

Makna dari hadis ini adalah Abdullah menyatakan bahwa dia telah diberitahu atau mendengar tentang pertemuan atau kumpulan orang-orang yang sedang hadir pada saat itu. Namun Abdullah tidak mengungkapkan informasi tersebut alasan mengapa dia tidak langsung memberikan informasi yang dia ketahui. Dia takut orang-orang di pertemuan tersebut akan merasa bosan atau tidak tertarik. Alasan mengapa dia tidak langsung memberikan informasi yang dia ketahui. Dia takut orang-orang di pertemuan tersebut akan merasa bosan atau tidak tertarik. Hadis ini memberikan gambaran bahwa dalam kehidupan sehari-hari Rasulullah SAW memperhatikan suasana hati dan keadaan audiensnya, termasuk kekhawatiran akan rasa bosan atau jenuh ketika memberikan nasihat. Hal ini mencerminkan kebijaksanaan dan pemahaman Rasulullah tentang kebutuhan psikologis pendengarnya.

2) Kebijakan dalam beribadah

حَدَّثَنَا عَفَّانُ حَدَّثَنَا حَمَّادُ بْنُ سَلَمَةَ قَالَ أَخْبَرَنَا هِشَامٌ عَنْ عُرْوَةَ عَنْ عَائِشَةَ أَنَّ نَاسًا كَانُوا يَتَعَبَّدُونَ عِبَادَةً شَدِيدَةً فَنَهَاهُمْ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ وَاللَّهِ إِنِّي لَأَعْلَمُكُمْ بِاللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَأَخْشَاكُمْ لَهُ وَكَانَ يَقُولُ عَلَيْكُمْ مِنْ الْعَمَلِ مَا تُطِيقُونَ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَا يَمَلُّ حَتَّى تَمَلُّوا

Artinya :" Telah menceritakan kepada kami Affan, telah menceritakan kepada kami Hammad bin Salamah, dia berkata, telah mengabarkan kepada kami Hisyam dari 'Urwah dari Aisyah, bahwa ada sekelompok orang yang over dalam beribadah, kontan Nabi melarang mereka. Beliau bersabda, "Demi Allah, aku adalah orang yang paling tahu dan paling takut di antara kalian terhadap Allah 'Azza wa Jalla." Dan beliau bersabda, "Hendaknya kalian beramal yang kalian mampu, karena Allah 'Azza wa Jalla tidak akan pernah bosan hingga kalian bosan." (HR. Ahmad – 23765)

Makna dari hadis ini adalah Nabi Muhammad SAW, melalui riwayat dari Aisyah, memberikan nasihat kepada umatnya tentang kebijaksanaan dalam beribadah. Diceritakan bahwa ada sekelompok orang yang berlebihan dalam melaksanakan ibadah mereka, sehingga Nabi melarang mereka. Beliau menegaskan bahwa beliau sendiri adalah orang yang paling tahu dan paling takut kepada Allah di antara mereka. Nabi memberikan nasihat agar umatnya tidak berlebihan dalam beribadah, dan beliau menekankan bahwa Allah tidak akan pernah merasa bosan dengan ibadah manusia. Oleh karena itu, umat disarankan untuk melakukan amal ibadah sesuai dengan kemampuan masing-masing, tanpa harus berlebihan. Pesan ini menunjukkan kebijaksanaan dan keteladanan Nabi dalam merinci praktik ibadah yang seimbang dan sesuai dengan kekuatan individu, tanpa melibatkan ekstremisme dalam pelaksanaannya.

3) Kesejahteraan dan kenyamanan agar tidak membuat bosan orang lain

حَدَّثَنَا عَبْدِ اللَّهِ بْنِ إِدْرِيسَ قَالَ سَمِعْتُ الْأَعْمَشِ يَرْوِي عَنْ شَقِيقٍ قَالَ كَانَ عَبْدُ اللَّهِ يَخْرُجُ إِلَيْنَا فَيَقُولُ إِنَّنِي لَأُخْبَرُ بِمَكَانِكُمْ وَمَا يَمْنَعُنِي أَنْ أَخْرُجَ إِلَيْكُمْ إِلَّا كَرَاهِيَةُ أَنْ أُمِلَّكُمْ إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَتَخَوَّلُنَا بِالْمَوْعِظَةِ فِي الْأَيَّامِ كَرَاهِيَةَ السَّامَةِ عَلَيْنَا

Artinya:" Telah menceritakan kepada kami Abdullah bin Idris ia berkata, Aku mendengar Al A'masy meriwayatkan dari Syaqiq ia berkata, Abdullah pernah keluar kepada kami seraya berkata, Sesungguhnya aku telah diberitahu keberadaan kalian, dan tidak ada yang menghalangiku untuk keluar menemui kalian selain takut akan membuat kalian bosan, sesungguhnya Rasulullah

menyelangi pemberian nasihat setiap hari, beliau khawatir akan membuat kami bosan" (Ahmad – 3406)

Makna dari hadis ini menggambarkan kepedulian Rasulullah terhadap kesejahteraan dan kenyamanan para sahabatnya, bahkan dalam memberikan nasihat. Rasulullah tidak hanya memberikan nasihat, tetapi juga memperhatikan bagaimana cara memberikannya agar tidak membuat orang lain bosan atau kecewa.

4) Malas ketika beribadah

حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ صُهَيْبٍ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ قَالَ دَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْمَسْجِدَ وَحَبْلٌ مَمْدُودٌ بَيْنَ سَارِيَتَيْنِ فَقَالَ مَا هَذَا قَالُوا لِزَيْنَبَ تُصَلِّي فَإِذَا كَسِلَتْ أَوْ فَتَرَتْ أَمْسَكَتْ بِهِ فَقَالَ حُلُّوهُ ثُمَّ قَالَ لِيُصَلِّ أَحَدُكُمْ نَشَاطَهُ فَإِذَا كَسِلَ أَوْ فَتَرَ فَلْيَقْعُدْ

Artinya: "telah menceritakan kepada kami ismail berkata, telah menceritakan kepada kami abdul aziz bin Suhaib dari anas bin malim radhiallahu ta'ala 'anhu berkata."rasullulah salallahualaihi wasalam masuk ke masjid dan mendapatkan ada seutas tali Panjang yang terikat di antar dua tiang, lalu beliau bertanya."tali apa ini?" para sahabat menjawab," itu adalah tali milik Zainab yang digunakan untuk membantunya dalam melaksanakan salat, apabila dia malas atau Lelah maka ia berpegangan dengannya". Lalu beliau bersabda lagi, "lepaskanlah tali itu" kemudian beliau bersabda lagi "hendaklah salah seorang dari kalian salat dalam kondisi semangat, jika ia Lelah atau malas hendaklah ia duduk" (HR. Ahmad 11548).

Makna dari hadis ini menjelaskan bahwa kita sebagai umat muslim harus menjalankan ibadah dengan keadaan semangat jangan dalam keadaan malas, apabila dalam keadaan malas ataupun lelah janganlah menggunakan benda apapun untuk membantu proses ibadah kita lebih baik, melaksanakan shalat dengan keadaan duduk saja.

5) Males dalam belajar

أَخْبَرَنَا مُحَمَّدُ بْنُ أَحْمَدَ حَدَّثَنَا سُفْيَانُ عَنْ دَاوُدَ بْنِ شَابُورَ سَمِعَ شَهْرَ بْنَ حَوْشَبٍ يَقُولُ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ يَا بُنَيَّ لَا تَعَلَّمْ الْعِلْمَ لِتُبَاهِيَ بِهِ الْعُلَمَاءَ أَوْ تُمَارِيَ بِهِ السُّفَهَاءَ وَتُرَائِيَ بِهِ فِي الْمَجَالِسِ وَلَا تَتْرُكُ الْعِلْمَ زَهَادَةً فِيهِ وَرَغْبَةً فِي الْجَهَالَةِ وَإِذَا رَأَيْتَ قَوْمًا يَذْكُرُونَ اللَّهَ فَاجْلِسْ مَعَهُمْ إِنْ تَكُنْ عَالِمًا يَنْفَعْكَ عِلْمُكَ وَإِنْ تَكُنْ جَاهِلًا عَلَمُوكَ وَلَعَلَّ اللَّهَ أَنْ يَطَّلِعَ عَلَيْهِمْ بِرَحْمَتِهِ فَيُصِيبَكَ بِهَا مَعَهُمْ وَإِذَا رَأَيْتَ قَوْمًا لَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ فَلَا تَجْلِسْ مَعَهُمْ إِنْ تَكُنْ عَالِمًا لَمْ يَنْفَعْكَ عِلْمُكَ وَإِنْ تَكُنْ جَاهِلًا زَادُوكَ غَيًّا أَوْ عِيًّا وَلَعَلَّ اللَّهَ أَنْ يَطَّلِعَ عَلَيْهِمْ بِسَخَطٍ فَيُصِيبَكَ بِهِ مَعَهُمْ

Artinya:"Telah mengabarkan kepada kami Muhammad bin Ahmad, telah menceritakan kepada kami Sufyan dari Daud bin Syaburia mendengar Syahr bin Hausyab berkata, "Luqman berkata kepada anaknya: 'Wahai anakku, janganlah

kamu mempelajari ilmu untuk menandingi para ulama, atau untuk berbantah-bantahan dengan orang-orang bodoh atau untuk berbuat riya dalam majelis-majelis, dan janganlah kamu meninggalkan ilmu karena tidak selera terhadapnya (malas belajar) dan senang dalam kebodohan. Jika kamu melihat suatu kaum berzikir kepada Allah, duduklah bersama mereka, sebab Jikalah engkau menjadi seorang alim, ilmumu akan memberi manfaat kepadamu dan jika kamu menjadi orang bodoh mereka akan mengajarimu, siapa tahu Allah membukakan rahmat-Nya untuk mereka sehingga kamu juga memperolehnya bersama mereka. Sebaliknya jika kamu melihat suatu kaum yang tidak berzikir kepada Allah, janganlah duduk bersama mereka, karena jika kamu seorang alim, ilmumu tidak akan memberi manfaat, dan jika kamu seorang yang bodoh, mereka tidak menambah kepadamu kecuali kebodohan. Siapa tahu Allah menimpakan murka-Nya, sehingga murka-Nya juga menimpamu bersama mereka (Darimi - 383)"

Hadis di atas menjelaskan bahwa kita tidak boleh malas dalam mencari ilmu dan juga jangan sombong apabila sudah mempunyai ilmu. Lalu, carilah ilmu itu karna Allah bukan karna paksaan ataupun karna dilandasi oleh seseorang karna ilmunya tidak akan bermanfaat dan berkah apabila kamu mencarinya karna paksaan tersebut.

6) Malas dalam ibadah

حَدَّثَنَا حَمَّادُ بْنُ خَالِدٍ حَدَّثَنَا مُعَاوِيَةُ عَنْ أَبِي الزَّاهِرِيَّةِ عَنْ كَثِيرِ بْنِ مُرَّةَ عَنْ نُعَيْمِ بْنِ هَمَّارٍ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ ابْنَ آدَمَ لَا تَعْجِزْ عَنْ أَرْبَعِ رَكَعَاتٍ أَوَّلَ النَّهَارِ أَكْفِكَ آخِرَهُ

Artinya:"Telah menceritakan kepada kami Hammad bin Khalid, telah menceritakan kepada kami Mu'awiyah dari Abu Az Zahiriyyah dari Katsir bin Murrah dari Nu'aim bin Hammar berkata, Aku mendengar Nabi bersabda, "Hai anak cucu Adam! Janganlah kau malas untuk melaksanakan empat rakaat di permulaan siang niscaya Aku mencukupimu di akhir siang (HR.Ahmad 21436)"

Makna dari hadis ini adalah menerangkan bahwa kita sebagai anak dan cucu nabi adam dianjurkan untuk melaksanakan ibadah empat rakat dipermulaan siang, yang dimaksud dengan empat rakat di permulaan siang itu adalah shalat dhuha, apabila kita melaksanakan shalat dhuha maka kita akan dicukupkan atau diberikan rezeki yang berlimpah dan apabila kita.

7) Agar terhindar dari rasa malas

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ حَدَّثَنَا أَبُو مُعَاوِيَةَ حَدَّثَنَا عَاصِمُ الْأَحْوَلُ عَنْ أَبِي عُثْمَانَ عَنْ زَيْدِ بْنِ أَرْقَمَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ الْكَسَلِ وَالْعَجْزِ وَالْبُخْلِ

Artinya :"Telah menceritakan kepada kami Ahmad bin Mani', telah menceritakan kepada kami Abu Mu'awiyah, telah menceritakan kepada kami 'Ashim Al Ahwal dari Abu Utsman dari Zaid bin Arqam radhiallahu'anhu, ia berkata, Nabi berdoa, "Allaahumma Innii A'uudzu Bika Minal Kasali Wal 'Ajzi Wal Bukhli.' (Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari sifat malas, dan lemah, serta sifat pelit) (HR.Tirmidzi 3495

Dalam konteks ini, Nabi Muhammad SAW mengajarkan umatnya untuk berdoa kepada Allah agar diberikan perlindungan dari sifat-sifat negatif yang dapat menghambat kemajuan spiritual dan kesejahteraan diri. Doa ini mencerminkan kesadaran akan keterbatasan manusia dan ketergantungan mutlak kepada Allah SWT untuk mendapatkan kekuatan dan keteguhan dalam menjalani kehidupan.

4. KESIMPULAN

Gabut dan mager adalah dua istilah populer yang digunakan untuk menyatakan keadaan malas atau tidak produktif. Dalam perspektif hadis, kita dapat menemukan petunjuk dan nasihat yang relevan terkait perilaku ini. Hadis-hadis Nabi Muhammad SAW seringkali mendorong umatnya untuk memanfaatkan waktu dengan baik dan menjauhi kegagalan dalam menjalani kewajiban. Kegabutan dan kemalasan dapat dianggap bertentangan dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam Islam, yang menekankan pentingnya bekerja keras, bertanggung jawab, dan memanfaatkan waktu dengan produktif. Dalam banyak hadis, Nabi Muhammad SAW memberikan contoh tentang bagaimana beliau memanfaatkan waktu dengan bijak. Nasihat untuk menghindari sifat malas dan kegabutan dapat ditemukan dalam anjuran untuk melibatkan diri dalam amal saleh, bekerja untuk mencari rezeki halal, dan tidak menyia-nyiakan waktu dengan kegiatan yang tidak bermanfaat. Dengan demikian, perspektif hadis mengajarkan umat Islam untuk menjauhi keadaan gabut dan mager serta memotivasi mereka untuk aktif dan produktif dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai umat Islam, kita seharusnya meneladani semangat Nabi Muhammad SAW dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dengan menghindari kegabutan dan kemalasan, kita dapat mencapai kesuksesan dunia dan akhirat. Perspektif hadis mengajarkan kita untuk bersungguh-sungguh dalam menjalani kehidupan ini, mengisi waktu dengan kegiatan yang

bermanfaat, dan tidak menyia-nyiakan potensi yang Allah berikan. Dengan cara ini, kita dapat meraih keberkahan hidup dan mendapatkan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Hasil penelitian diharapkan memiliki implikasi bagi pengembangan teori Gabut dan Mager berlandasan tema-tema hadis. Penelitian ini memiliki keterbatasani yaitu masih banyak kekurangan dalam menerapkan metode tematik hadis tanpa melakukan tahapan secara utuh, sehingga penelitian ini bisa dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya. Penelitian ini merekomendasikan insitusi ilmu hadis dan peneliti selanjutnya untuk lebih kritis dalam menanggapi kasus-kasus yang fenomenal di masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

Alvionita, S., Nugraha, R. N. A., Azalia, C., Faiq, M. D., Huda, M. Z. N., & Nurhayati, E. (2023). Analisis penggunaan bahasa slang di lingkungan mahasiswa Program Studi Teknik Industri UPN Veteran Jawa Timur. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *8*(1), 4920–4926.

Ambarwati, N. A. (2016a). Kejenuhan belajar dan cara mengatasinya. *Jurnal Psikologi Pendidikan Islam, Prosiding Interdisciplinary Postgraduate Student*, 9–16.

Ambarwati, N. A. (2016b). Kejenuhan belajar dan cara mengatasinya. *Jurnal Psikologi Pendidikan Islam, Prosiding Interdisciplinary Postgraduate Student*, 9–16.

Amelia, M., Abidin, Z., & Alif, M. (2024). Pola hidup sederhana dalam perspektif hadis di era konsumtif. *Madinah: Jurnal Studi Islam*, *11*(1), 90–98.

Anjani, R. S. (2023). Al-Qur'an dan hadist sumber hukum dan pedoman hidup umat Muslim. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, *2*(6), 531–541.

Azka, S. S., & Karo-Karo, S. T. H. (2023). Penggunaan bahasa gaul dikalangan remaja dalam menggunakan Twitter. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Bahasa*, *2*(1), 114–122.

Darmalaksana, W. (2020). *Metode penelitian kualitatif studi pustaka dan studi lapangan*. Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Halim, R. A. (2021). *Fenomena malas kuliah mahasiswa organisatoris di Institut Agama Islam Negeri IAIN Parepare* [Skripsi, IAIN Parepare].

Huda, F. (2023). *Malas gerak dalam perspektif hadis*.

Ira, M. (2018). Studi hadis tematik. *Al-Bukhari: Jurnal Ilmu Hadis*, *1*(2), 189–206.

Wahyuningsih, T. (2024). *To be a smart person: Gen Z*.