180705 - Hukum Latihan Senam Tanpa Musik Untuk Mengurangi Berat (badan)

Pertanyaan

Saya seorang Muslimah berjilbab, saya bekerja sebagai insinyur. Akan tetapi saya berhenti kerja dan duduk di rumah. Setelah itu, saya mulai mengajakan para wanita senam dan renang aerobic selama 10 tahun. Alhamdulillah saya telah pergi haji dan merasakan perasaan kuat seputar keharusan saya berhenti dari pengajaran ini disebabkan kepribadian jelek dan negative dari mengajar senam. Banyak sekali saya berdoa kepada Allah. Kemudian saya mencari tentang hukum musik dan saya dapatkan ia adalah haram. Segala puji bagi Allah, saya bertaubat kepada Allah dan Allah telah memberikan kelebihan dan kemudahan kepada saya untuk berhenti dari pekerjaan ini.

Pertanyaanku :

1. Apakah saya dibolehkan melakukan latihan, berat badanku bertambah 10 kg semenjak berhenti mengajar senam aerobic tanpa musik dan sendirian. Hal itu karena saya masih ingat nyanyian dan langkah-langkahnya. Begitu juga saya dapat menyanyiankan dalam hatiku. Apakah ini termasuk kemaksiatan saya melakukan latihan selama satu jam setiap hari. Dahulu saya terbiasa dalam bekerja selamat dua sampai empat jam setiap hari. Sekarang saya gemuk dan berat badan. Begitu juga saya tidak dapat berenang karena saya telah pindah ke tempat baru yang tidak ada kolam renang khusus wanita. Semantara untuk berjalan dan lari sulit bagiku karena leherku dan saya dudah berumur sekitar 50 tahun.

2. Ada perbincangan dalam televisi mengetengahkan dua pendapat tentang hukum musik bahwa ia adalah haram dan mubah. Sebab pendapat yang mengatakan itu mubah, berdasarkan penafsiran Ibnu Mas’ud pada kata ‘Lahwal Hadits’ dalam surat Luqman yang beliau katakan dan beliau bersumpah bahwa itu adalah nyanyian. Juga hadits riwayat Imam Bukhari. Begitu juga

perkataan Imam Gozali, “Musik kalau tidak disertai dengan nyanyian dan khamar, maka itu mubah.”

Saya setuju dengan dalil yang tertulis di website anda, begitu juga chanel ‘Al-Huda’ bahwa musik haram.. Akan tetapi bagaimana tentang dalil yang mereka ketengahkan. Begitu juga perkataan Ibnu Mas’ud dan Imam Gozali? Bukankah seharusnya kita mengikuti tafsir para shahabat terlebih dahulu? Apakah memang benar Imam Gozali mengatakan seperti perkataan ini? Ini sangat aneh sekali, menggunakan dalil bagi yang mengatakan haram tapi dijadikan dalil untuk sebaliknya.

Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Pertama:

Kita memuji kepada Allah Azza Wajllah yang telah memberi nikmat kepada anda berhaji, kita memohon kepada semoga Allah menerimanya dan anda pulang dalam kondisi seperti baru dilahirkan dari ibu anda. Tidak ada dosa dan tidak ada kesalahan. Sesungguhnya Dia Maha Dermawan dan Mulia. Apa yang anda lakukan dengan meninggalkan musik mengajarkan senam. Adalah termasuk keberkahan dari ketaatan dan syukur nikmat. Muslim yang benar adalah membuka setiap hari lembaran masa lampau. Menutup kejelekannya agar menjadi hamba yang bertaubat, membersihkan hatinya dari dosa-dosa dan dari keraguan. Kami nasehatkan kepada anda agar senantiasa dalam kondisi seperti sekarang ini maka itu merupakan keutamaan dan kebaikan. Hendaknya anda bertaubat dari masa lalu, karena taubat dapat menutup sebelumnya dan membersihkan lembaran hitam. Ini termasuk taufik dari Allah untuk anda, maka bersyukurlah dengan penuh syukur yang agung.

Kedua:

Adapun jawaban dari pertanyaan pertama anda. Olahraga senam aerobic dilaksanakan disertai dengan suara musik dan musik adalah bagian dari gerakannya. Hal ini yang menjadikan

melakukannya dengan cara seperti ini haram. Dan lebih haram lagi apabila dia mengajarkan kepada orang lain sehingga dia menjadi pengajak kemaksiatan dan kesesatan. Semoga Allah menjaga kita dan anda semua.

Adapun kalau olah raga ini tidak ada suara musik –dan ini tidak sulit- disertai dengan menutup aurat dan tidak bercampur baur. Maka hal ini seperti olah raga lainnya. Tidak mengapa bagi yang melakukannya. Terutama kalau ada manfaat di dalamnya secara langsung untuk tubuhnya. Akan tetapi diharamkan mengajarkannya kepada orang yang kemungkinan tidak baik dalam menggunakannya dan dapat merubah dari cara yang tidak dilarang sehingga menjadikan seperti tabiat pertama yang diharamkan.

Dari sini, maka tidak mengapa bagi anda melakukannya kalau aman bagi diri anda agar tidak kembali ke masa lalu. Dan kami anjurkan kepada anda ketika melakukannya menghilangkan ingatan suara nada dan membiasakan diri anda dari hal itu sedikit demi sedikit sampai hilang semua bekasnya. Dan ini termasuk kesempurnaan arti menjauhi seperti dalam hadits Abu Hurairah radhiallahu anhu bahwa beliau mendengar Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam bersabda:

(مَا نَهَيْتُكُمْ عَنْهُ فَاجْتَنِبُوهُ (رواه البخاري، رقم 6858 ومسلم، رقم 1337

“Apa yang saya larang kepada kamu semuanya, maka jauhilah.” HR. Bukhari, (6858) dan Muslim, (1337).

Maka harus meninggalkan kemaksiatan dan seorang hamba meninggalkan apa yang masih dalam ingatan atau datang dalam ingatannya.

Kami nasehatkan kepada anda untuk melanjutkan menggapai ketinggian, kemulyaan dan naik ke puncak. Umat membutuhkan kepada orang yang membangkitkan, menghilangkan debu kemalasan disertai mengharap pahala dan menghadirkan niat serta konsisten berjalan dan memohon pertolongan kepada Allah dan bersandar kepada-Nya. Tidak akan rugi orang yang bersegera dia akan dapatkan dan tidak mundur orang yang bersungguh-sungguh. Allah berfirman:

(وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ (سورة العنكبوت: 69

“Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridhaan) Kami, benar- benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik.” (QS. Al-Ankabut: 69)

Mutanabbi mengatakan:

وإذا كانت النفوس كباراً ** تعبت في مرادها الأجسام

Kalau jiwa itu besar # # maka tubuh akan letih menggapainya

Dan beliau mengatakan lagi:

ولم أرَ في عيوب الناس عيباً ** كنقص القادرين على التمام

Aku tidak melihat sesuatu yang merupakan aib pada seseorang ##

selain kelemahan seseorang untuk menjadi sempurna padahal dia mampu

Ketiga:

Sementara jawaban pertanyaan anda kedua:

Dalil pengharaman nyanyian sangat banyak sekali, pembahasan di website tentang masalah ini sudah banyak tersebar. Silahkan lihat jawaban soal no. 5000. Dan jawaban soal no. 122790, di dalamnya ada sebagian jawaban bagi yang berbeda. Sementara perkataan Ibnu Mas’ud termasuk dalil kuat bagi orang yang mengharamkan. Dan tafsir ini sendiri disebutkan dari Ibnu Abbas dan Ibnu Umar. Kami tidak tahu bagaimana hal itu dijadikan dalil bagi orang yang membolehkan (nyanyian)?

Asal dalam mencari ilmu adalah berpegang terguh dengan perkataan ulama salaf sebisa mungkin, bagaimana ulama salaf ini, mereka adalah dari kurun pertama. Dimana Nabi sallallahu alaihi wa sallam secara tegas menyebutkan keutamaan dan kebaikannya. Bagaimana lagi bahwa dalil-dalil

mereka itu lebih kuat dan lebih jelas?

Keharaman nyanyian dinukil para shahabat dan para Imam empat. Ada yang menyatakan bahwa perkara ini telah ijmak. Yang berbeda, tapi cuma sedikit –seperti Ibnu Hazm Ad-Dhohiri, Gozali, Asy-Syaukani dan lainnya - . Kita tidak ragu niat baik mereka, akan tetapi kita melihat bahwa mereka menyalahi kebenaran dan pendapat mereka adalah pendapat yang dilemahkan. Seyogyanya diketahui bahwa orang yang mengatakan dibolehkannya nyanyian, semua sepakat akan pengharamannya kalau mengandung campur baur atau lawakan atau perkataan kotor sebagaimana kondisi nyanyian sekarang.

Adapun Al-Ghazali rahimahullah tidak membolehkan secara umum mendengarkan nyanyian dimana beliau mengatakan dalam kitabnya 'Ihya' Ulumuddin, (3/272), "Setelah membolehkan nyanyian saja atau yang diiringi dengan rebana atau (permainan) pedang tajam, "Tidak dikecualikan dari hal ini kecuali permainan yang melalaikan, gitar dan seruling yang terdapat larangan dalam agama. Bukan karena kenikmatannya itu sendiri. Sebab jika dia merupakan kenikmatan, maka dapat diqiyaskan semua yang dinikmati manusia. Seperti halnya diharamkannya khamar, manusia sangat gemar dalam mengkonsumsinya. Sampai masalahanya dimulai dengan menghancurkan tong (tempayan besar tempat menyimpan khamar). Maka diharamkan bersamanya apa yang menjadi teman bagi para peminum, yaitu gitar dan seruling saja. Pengharamannya bersifat mengikuti. Sebagaimana diharamkan berduaan dengan wanita asing karena dapat menjadi pembuka zina, atau diharamkan melihat paha karena bersambung dengan dua kemaluan. Atau diharamkannya sedikit khamr meskipun tidak memabukkan karena dapat memabukkan. Tidak ada yang diharamkan kecuali ada yang diikutinya. Hukum keharaman diambil dari keharamannya agar menjadi pembatas dan tameng haram serta menjadi penghalang disekitarnya. Sebagaimana sabda Nabi sallallahu alaihi wa sallam:

إن لكل ملك حمى وإن حمى الله محارمه

"Sesungguhnya setiap raja mempunyai penjaga, dan penjaga Allah adalah yang diharamkan-Nya."

Dalam 'Al-Wasitsh, (7/350) dikatakan,"Musik dan gitar itu haram, karena menggiring seseorang

kepada minuman (khamar). Ia termasuk syiar para peminum khamar, maka diharamkan menyerupai mereka. Adapun rebana, kalau tidak ada gentanya (lempengan besi pemberi efek suara) itu halal. Seperti itu yang ditabuh di rumah Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam.

Sekelompok ulama, peneliti dan pencari ilmu telah mematahkan dalil orang yang membolehkannya. Kami sodorkan anda tulisan berikut ini yang menjelaskan secara terperinci disertai dalil dan bantahannya: http://www.ahlalhdeeth.com/vb/showthread.php?t=217996 wallahu a'lam.