Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (2) 2025, Page: 16778-16782

Doa sebagai Spiritualitas Qur'ani: Analisis Teologis dan Psikologis

Gishar Hamka Gishar, Muhammad Yusuf, Mardan
UIN Alauddin Makassar
Email : aidilmohammad855@gmail.com

Published: July , 2025

ABSTRAK

Doa merupakan salah satu aspek fundamental dalam ajaran Islam yang mencerminkan hubungan eksistensial antara manusia dan Tuhannya. Dalam Al-Qur'an, doa tidak hanya dipahami sebagai sarana permohonan, tetapi juga sebagai bentuk ibadah, ketundukan, dan pengakuan terhadap keterbatasan diri manusia di hadapan Allah SWT. Kajian ini bertujuan untuk mengungkap konsep, ragam, serta nilai-nilai teologis doa dalam Al-Qur'an melalui pendekatan tafsir tematik (mawḍūʿī). Penelitian ini menghimpun dan menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan doa, baik yang berasal dari ungkapan para nabi, orang-orang beriman, maupun bentuk-bentuk doa umum yang diajarkan untuk umat Islam. Hasil kajian menunjukkan bahwa doa dalam Al-Qur'an mengandung dimensi yang sangat luas dan mendalam, di antaranya nilai tauhid, tazkiyatun nafs (penyucian jiwa), tawakal, kesadaran terhadap qadar, serta etika spiritual. Doa juga diposisikan sebagai medium penguatan psikologis dalam menghadapi tekanan hidup. Dalam konteks kontemporer, doa Qur'ani terbukti relevan sebagai terapi spiritual dan mental bagi individu muslim, seperti yang dikaji dalam penelitian-penelitian mutakhir. Doa menjadi ekspresi keyakinan, harapan, serta upaya mendekatkan diri kepada Allah secara holistik. Oleh karena itu, pemahaman yang utuh terhadap makna dan kandungan doa dalam Al-Qur'an sangat penting untuk membangun kesadaran spiritual, memperkuat karakter religius, dan meningkatkan ketahanan jiwa umat Islam dalam menghadapi dinamika kehidupan modern. Kajian ini menyimpulkan bahwa doa tidak hanya menjadi instrumen ibadah, tetapi juga merupakan mekanisme pembentukan kepribadian dan kestabilan emosional dalam bingkai nilai-nilai ilahiyah yang diajarkan oleh Al-Qur'an.

Kata kunci: Doa, Al-Qur'an, tafsir tematik, spiritualitas Islam, nilai teologis

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Doa adalah ekspresi penghambaan dan kebergantungan manusia kepada Tuhannya. Dalam Al-Qur'an, doa tidak sekadar dimaknai sebagai permintaan, tetapi sebagai wujud ibadah yang paling dalam. Perintah untuk berdoa dan contoh doa para nabi menjadi bagian integral dari ayat-ayat Al-Qur'an. Namun, dalam kehidupan sehari-hari, fungsi doa kerap dipersempit hanya pada kebutuhan sesaat, tanpa memahami makna teologis yang terkandung di dalamnya. Oleh karena itu, kajian ini penting untuk menggali secara tematik ayat-ayat doa dalam Al-Qur'an guna memahami makna, nilai, serta urgensinya dalam kehidupan kontemporer. Firdaus (dkk, 2023) dalam kajian tafsir tematiknya menjelaskan bahwa doa dalam Al-Qur'an memiliki karakter ibadah yang integral dan mengandung dimensi pendidikan tauhid serta penguatan spiritual.

Pendekatan psikoterapis terhadap doa seperti ditunjukkan Musyofah juga menambah sudut pandang bahwa doa tidak hanya efektif secara spiritual, tetapi juga psikis—menumbuhkan sugesti positif, ketenangan, dan semangat pemulihan dari persoalan hidup. Lebih jauh, Quraish Shihab, sebagaimana dianalisis oleh Setyaningsih, menggarisbawahi bahwa doa mencerminkan kepatuhan hamba kepada perintah Allah dan menjadi bentuk dari kehidupan beragama yang menyeluruh. (Rina Setyaningsih, 2021)

Oleh karena itu, kajian tematik terhadap doa dalam Al-Qur'an menjadi penting bukan hanya untuk mengklasifikasikan bentuk-bentuk doa yang ada, tetapi juga untuk memahami nilai-nilai teologis dan spiritual yang terkandung dalam redaksi dan konteks ayat-ayat tersebut. Makalah ini disusun untuk mengeksplorasi dimensi-dimensi tersebut secara komprehensif dan sistematis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir tematik (maudhu'i), yaitu menghimpun ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema doa, lalu dianalisis secara kontekstual dan integratif dengan pendekatan teologis dan psikologis. Data primer berasal dari ayat-ayat Al-Qur'an dan kitab tafsir seperti *Tafsir al-Ṭabarī*, *Tafsir Ibn Kathīr*, dan karya tafsir kontemporer seperti Quraish Shihab. Literatur sekunder berasal dari jurnal-jurnal akademik yang relevan. Analisis dilakukan secara deskriptif-kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengertian dan Konsep Doa dalam Al-Qur'an

Secara etimologis, kata doa berasal dari akar kata د-ع-و yang berarti keinginan terhadap sesuatu pada diri melalui suara atau kata-kata. (Muhammad Zakariyyah bin Faris, 1994). Doa juga bisa bermakna memanggil, memohon, menyeru, atau meminta sesuatu dengan kerendahan hati. (Ahmad Mukhtar, 2008).

Dalam konteks Al-Qur'an, kata ini digunakan dalam berbagai makna sesuai posisi kalimat, seperti permintaan kepada Allah, ajakan kepada kebaikan, atau seruan dakwah.

Secara terminologi dalam Al-Qur'an, doa merujuk pada dua makna utama:

a. Permohonan seorang hamba kepada Allah, sebagai bentuk pengakuan atas kelemahan dan ketergantungan total. Allah swt. berfirman dalam Q.S. Ghāfir [40]: 60:

وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُوْنِيْٓ اَسْتَجِبْ لَكُمْۗ اِنَّ الَّذِيْنَ يَسْتَكْبِرُوْنَ عَنْ عِبَادَتِيْ سَيَدْخُلُوْنَ جَهَنَّمَ دَاخِرِيْنَ

Terjemahnya:

Dan Tuhanmu berfirman, 'Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu.' Sesungguhnya orang-orang yang sombong tidak mau menyembah-Ku akan masuk neraka Jahanam dalam keadaan hina dina.

b. Ibadah dan komunikasi spiritual, yang mencerminkan ketundukan, harapan, dan cinta kepada Allah (Q.S. al-Baqarah [2]: 186).

وَاِذَا سَاَلَكَ عِبَادِيْ عَنِّيْ فَاِنِّيْ قَرِيْبٌۗ اُجِيْبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ اِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيْبُوْا لِيْ وَلْيُؤْمِنُوْا بِيْ لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُوْنَ

Terjemahnya:

Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu (Muhammad) tentang Aku, maka sesungguhnya Aku dekat. Aku kabulkan permohonan orang yang berdoa apabila dia berdoa kepada-Ku. Hendaklah mereka itu memenuhi (perintah)-Ku dan beriman kepada-Ku, agar mereka memperoleh kebenaran.

Menurut Firdaus, pendekatan tematik terhadap ayat-ayat doa menunjukkan bahwa doa merupakan "sari ibadah", bukan hanya sarana meminta, tetapi juga bentuk penghambaan yang mendalam. Hal ini juga ditegaskan dalam hadis Nabi ﷺ:

الدُّعَاءُ مُخُّ الْعِبَادَةِ

Artinya:

Doa adalah inti ibadah. (HR. At-Tirmiżī)

2. Ragam dan Jenis Doa dalam Al-Qur'an

Melalui pendekatan tematik, dapat diidentifikasi beberapa bentuk doa dalam Al-Qur'an, di antaranya:

a. Doa para nabi:

1) Doa Nabi Adam dan Hawā' atas pengakuan dosa (Q.S. al-A'rāf [7]: 23).
2) Doa Nabi Ibrāhīm untuk keturunan dan negeri (Q.S. Ibrāhīm [14]: 35–41).
3) Doa Nabi Ayyūb atas musibah yang menimpanya (Q.S. Ṣād [38]: 41–44).
4) Doa Nabi Mūsā saat menghadapi Fir'aun (Q.S. Ṭāhā [20]: 25–28).

b. Doa orang-orang beriman:

1) Doa permohonan keteguhan iman (Q.S. Āli ʻImrān [3]: 8).
2) Doa memohon keselamatan di dunia dan akhirat (Q.S. al-Baqarah [2]: 201).
3) Doa untuk orang tua dan keluarga (Q.S. al-Aḥqāf [46]: 15).

c. Doa sebagai zikir dan syukur:

1) Doa Nabi Sulaimān dalam Q.S. an-Naml [27]: 19 sebagai bentuk syukur atas nikmat.

d. Doa untuk perlindungan:

1) Doa dari kejahatan makhluk (Q.S. al-Falaq dan an-Nās).
2) Doa agar dijauhkan dari azab neraka (Q.S. al-Furqān [25]: 65).

3. **Nilai-nilai Teologis dalam Doa Al-Qur'an**

Dari berbagai doa tersebut, terdapat nilai-nilai teologis penting yang dapat dianalisis sebagai berikut:

a. Tauhid

Doa memperkuat kesadaran bahwa tidak ada kekuatan selain Allah. Dalam Q.S. al-Aʻrāf [7]: 55, Allah menyeru agar doa disampaikan dengan penuh ketundukan. (Ismail bin Umar bin Kasir, 1999)

ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً

Terjemahnya:
Berdoalah kepada Tuhanmu dengan rendah hati dan suara yang lembut.

b. Tawakkal dan Kesadaran Qadar

Dalam Q.S. al-Baqarah [2]: 186, Allah menyatakan bahwa Dia dekat dengan hamba-Nya dan akan mengabulkan doa yang tulus. Ini mencerminkan keterhubungan antara usaha, permohonan, dan kebergantungan kepada takdir ilahi. (Abu Ja'far Muhammad bin Jarir al-Tabari, 2001)

فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ

Terjemahnya:
Maka sesungguhnya Aku dekat. Aku kabulkan permohonan orang yang berdoa apabila dia berdoa kepada-Ku.

c. Tazkiyatun Nafs

Doa dalam Al-Qur'an mengandung permohonan ampun dan introspeksi, seperti dalam Q.S. al-Aʻrāf [7]: 23 yang memperlihatkan tentang doa pengakuan akan kesalahan sebagai bagian dari penyucian jiwa.

قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَآ اَنْفُسَنَا وَاِنْ لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُوْنَنَّ مِنَ الْخٰسِرِيْنَ

Terjemahnya:
Keduanya (Adam dan Hawa) berkata, "Ya Tuhan kami, kami telah menzalimi diri kami sendiri. Jika Engkau tidak mengampuni kami dan memberi rahmat kepada kami, niscaya kami termasuk orang-orang yang rugi."

d. Etika Berdoa

Berdoa dengan suara lembut, penuh keyakinan, dan menyebut nama-nama Allah yang indah (Q.S. al-Aʻrāf [7]: 180), menunjukkan pentingnya adab dalam hubungan dengan Tuhan. (Ismail bin Umar bin Kasir, 1999)

سَيُجْزَوْنَ مَا كَانُوْا يَعْمَلُوْنَ ۚ وَذَرُوا الَّذِيْنَ يُلْحِدُوْنَ فِيْٓ اَسْمَاۤىِٕهٖ ۗ وَلِلّٰهِ الْاَسْمَاۤءُ الْحُسْنٰى فَادْعُوْهُ بِهَا

Terjemahnya:
Dan Allah memiliki Asmāul Ḥusnā (nama-nama yang terbaik), maka bermohonlah kepada-Nya dengan menyebut Asmāul Ḥusnā itu dan tinggalkanlah orang-orang yang menyalahartikan nama-nama-Nya1 Mereka kelak akan mendapat balasan terhadap apa yang telah mereka kerjakan.

4. Urgensi Doa dalam Kehidupan Muslim Kontemporer

Dalam konteks kehidupan modern yang sarat tekanan psikis, krisis spiritual, dan problematika sosial yang kompleks, doa memiliki urgensi yang sangat vital. Ia bukan hanya sarana komunikasi vertikal antara hamba dan Rabb-nya, melainkan juga menjadi benteng spiritual yang memperkuat daya tahan mental dan kejiwaan manusia. Hal ini ditegaskan dalam berbagai penelitian mutakhir yang mengkaji peran doa dalam membentuk ketenangan batin, optimisme, dan keseimbangan psikologis.

Zhila Jannati menegaskan bahwa doa adalah bentuk kebergantungan mutlak kepada Allah dalam menghadapi musibah, kesedihan, kelelahan, dan ketidakberdayaan. Dalam situasi seperti itu, doa bukan pelarian pasif, melainkan aktualisasi iman yang meneguhkan harapan serta memperkuat iman dan takwa seseorang kepada Allah. Lebih lanjut, Tina Musyofah dalam penelitiannya yang berjudul *"Analisis Terapi Do'a Dalam Menyelesaikan Masalah Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Individual"* mengemukakan bahwa dalam dunia pendidikan, doa bahkan berperan sebagai terapi psikologis untuk menyelesaikan berbagai permasalahan siswa. Melalui mekanisme konseling individual berbasis doa, siswa dibimbing untuk melakukan *auto-suggestion* positif yang pada akhirnya menguatkan rasa percaya diri dan optimisme mereka dalam menghadapi hidup.

KESIMPULAN

Doa dalam Al-Qur'an bukan sekadar bentuk permintaan atau harapan, melainkan merupakan inti dari ibadah itu sendiri. Ia mencerminkan hubungan yang erat antara manusia dan Allah, penuh dengan pengakuan atas kelemahan diri, serta keyakinan akan kekuasaan dan kasih sayang-Nya. Melalui pendekatan tematik, kita dapat memahami bahwa doa dalam Al-Qur'an mengandung kedalaman makna yang luar biasa, baik dari segi kandungan teologis maupun spiritual.

Al-Qur'an mengajarkan bahwa doa adalah bentuk ketundukan, sekaligus kekuatan batin yang mampu menumbuhkan harapan dan ketenangan. Para nabi yang doanya diabadikan dalam Al-Qur'an menunjukkan kepada kita bahwa dalam setiap keadaan—baik senang maupun sulit—doa adalah sarana mendekatkan diri kepada Allah. Nilai-nilai seperti tauhid, tawakal, kesadaran qadar, serta etika dalam berdoa menjadi fondasi penting dalam membentuk karakter spiritual seorang muslim.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada **Prof. Dr. H. Muhammad Yusuf, S.Ag., M.Pd.,** dan **Prof. Dr. H. Mardan, M.Ag.**
selaku dosen pengampu mata kuliah *Tafsir Tematik* di Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, atas bimbingan, arahan, dan masukan berharga selama penyusunan artikel ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh rekan akademisi dan penulis yang karya-karyanya menjadi referensi penting dalam pengembangan kajian ini. Semoga tulisan ini memberikan manfaat bagi pengembangan khazanah pemikiran Islam.

REFERENSI

Firdaus, Amir Hamzah, dan Siar Ni'mah. "Doa dalam Al-Qur'an (Suatu Kajian Tafsir dengan Pendekatan Tematik)." *Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an dan Tafsir* 8, no. 1 (2023): 1–3.

Ibn Kaṡīr, Ismā'īl bin 'Umar. *Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm*, Juz 3. Cet. II. Riyāḍ: Dār Ṭayyibah, 1420 H/1999 M.

Jannati, Zhila, dan Muhammad Randicha Hamandia. "Konsep Doa dalam Perspektif Islam." *Jurnal Komunikasi Islam dan Kehumasan (JKPI)* 6, no. 1 (2022): 36–48.

Kementerian Agama Republik Indonesia. *Al-Qur'an dan Terjemah*. Jakarta Timur: Penerbit Ummul Qura, 2019.

Mursalim. "Doa dalam Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Al-Ulum* 11, no. 1 (2011): 63–78.

Musyofah, Tina. "Analisis Terapi Do'a Dalam Menyelesaikan Masalah Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Individual." *Al-Madrasah* 6, no. 3 (Juli 2022): 788–802.

Setyaningsih, Rina. "Konsep Doa Perspektif Quraish Shihab." *Jurnal An-Nur: Kajian Pendidikan dan Ilmu Keislaman* 7, no. 1 (2021): 100–105.

al-Ṭabarī, Abu Ja'far Muḥammad bin Jarīr. *Tafsīr al-Ṭabarī*, Juz 3 dan Juz 10. Cet. I. al-Qāhirah: Dār Hijr, 1422 M/2001 M.

al-Tirmiẓī, Muḥammad bin ʻĪsā bin Saurah bin Mūsā. *Sunan al-Tirmiẓī*, Juz 5. Cet. II. Miṣr: Maktabah wa Maṭbaʻah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī, 1395 H/1975 M.

ʻUmar, Aḥmad Mukhtār ʻAbd al-Ḥumayd. *Muʻjam Luġah al-ʻArabiyyah al-Muʻāṣirah*, Juz 1. Cet. I. tt.: ʻĀlam al-Kutub, 2008.

Zakariyah bin Fâris, Muḥammad. *Maqāyīs al-Lughah*. Beirut: Dār al-Fikr, 1994.