

**ISRA' MIKRAJ SEBAGAI *DIVINE CONSOLATION*: ANALISIS  
PSIKOLOGIS ATAS RESILIENSI NABI MUHAMMAD SAW.  
PASCA TAHUN KESEDIHAN**

**Nikmah Rochmawati**

Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang  
Email: [rahma-mewangi@walisongo.ac.id](mailto:rahma-mewangi@walisongo.ac.id)

**Ahmad Musyafiq**

Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang  
Email: [ahmad\\_musyafiq@walisongo.ac.id](mailto:ahmad_musyafiq@walisongo.ac.id)

**Nur Azizah Fitriana**

Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang  
Email: [nurazizahfitriana2@gmail.com](mailto:nurazizahfitriana2@gmail.com)

**Abstrak:** Peristiwa Isra' Mikraj umumnya dikaji melalui perspektif teologis, fisika, maupun saintifik. Namun, penelitian ini berupaya mengisi celah literatur dengan menganalisis peristiwa tersebut melalui pendekatan psikologi agama. Tujuan penelitian adalah mengeksplorasi Isra' Mikraj sebagai *divine consolation* atau hiburan Ilahi bagi Nabi Muhammad SAW setelah melewati *'ām al-ḥuẓn* (tahun kesedihan), yang ditandai dengan wafatnya Sayyidah Khadijah RA dan Abu Thalib, serta penolakan ekstrem dari masyarakat Makkah dan Thaif. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*) dan teknik hermeneutika psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Isra' Mikraj merupakan bentuk intervensi psikologis dari Allah SWT yang berfungsi sebagai *divine healing* dan *spiritual coping*. Peristiwa ini tidak hanya memulihkan ketangguhan mental (*resilience*) Nabi Muhammad SAW, tetapi juga menghadirkan mandat ibadah salat sebagai proses terapeutik berkelanjutan bagi kesehatan mental umat Islam dalam menghadapi krisis kehidupan.

**Kata Kunci:** Isra' mikraj, *divine consolation*, psikologi agama, tahun kesedihan, Salat.

**Abstract:** The event of Isra' Mi'raj is commonly examined through theological, physical, and scientific perspectives. However, this study seeks to fill the literature gap by analyzing the event through the lens of the psychology of religion. The aim of this research is to explore Isra' Mi'raj as Divine consolation—a divine comfort for Prophet Muhammad SAW following the extraordinary emotional pressure during the 10th year of prophethood (*'ām al-*

Copyright (c) 2026 The Authors.



*ḥuẓn*), marked by the passing of Sayyidah Khadijah RA and Abu Thalib, as well as the extreme rejection from the people of Makkah and Taif. Employing a descriptive qualitative method with a library research approach and psychological hermeneutic techniques, this study finds that Isra' Mi'raj served as a form of divine psychological intervention functioning as *Divine Healing* and *Spiritual Coping*. This event not only restored the Prophet's mental resilience but also resulted in the mandate of prayer (*Salat*), which functions as an ongoing therapeutic process for the mental health of Muslims in facing life's crises

**Keywords:** Isra' Mi'raj, divine consolation, psychology of religion, year of sadness, *Salat*.

## Pendahuluan

Peristiwa Isra' Mikraj merupakan salah satu fenomena paling monumental dalam sejarah kenabian Nabi Muhammad SAW. Selama ini, kajian akademik terhadap Isra' Mikraj lebih banyak dilakukan melalui pendekatan teologis, fisika, maupun saintifik. Pendekatan teologis menekankan aspek normatif dan tekstual, sebagaimana termaktub dalam Al-Qur'an, di antaranya QS. Al-Isra' (17):1 dan QS. Al-Najm (53):13–15. Ayat-ayat tersebut menegaskan bahwa perjalanan Nabi dari Masjid al-Haram ke Masjid al-Aqsa, kemudian menuju Sidratul Muntaha, bukan sekadar perjalanan fisik, melainkan manifestasi kebesaran Allah SWT yang memperlihatkan tanda-tanda kekuasaan-Nya. Dengan demikian, teologi menempatkan Isra' Mikraj sebagai bukti otentik kenabian sekaligus penghormatan Ilahi kepada Rasulullah SAW.<sup>1</sup>

Selain itu, pendekatan fisika mencoba menjelaskan Isra' Mikraj melalui teori relativitas ruang dan waktu yang dikemukakan Albert Einstein. Dalam perspektif ini, perjalanan Nabi dipahami sebagai fenomena ilmiah yang melibatkan transformasi energi, annihilasi, atau bahkan teleportasi lintas dimensi. QS. Al-Naml:40 sering dijadikan rujukan untuk mendukung kemungkinan perpindahan objek dalam sekejap mata, sehingga Isra' Mikraj dipandang sebagai peristiwa yang dapat dijelaskan melalui kerangka sains modern.<sup>2</sup>

Pendekatan saintifik lebih jauh menghubungkan ayat-ayat *kauniyyah* (alam semesta) dengan ayat-ayat *qauliyyah* (wahyu). Misalnya, keberadaan

---

<sup>1</sup> Fatoni Ahmad, Ivonia, "Studi Analitis Peristiwa Isra mikraj Nabi Muhammad SAW Dalam Pendekatan Sains", *Momentum: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Keagamaan*, Vol.07, No.1 November (2018), 180-183.  
[https://sg.docworkspace.com/d/sbCaiv7E5E1VSMbo\\_xqvwIaz0Imr0xu7op6](https://sg.docworkspace.com/d/sbCaiv7E5E1VSMbo_xqvwIaz0Imr0xu7op6).

<sup>2</sup> Ahmad Baiquni, *Al Qur'an dan Ilmu Pengetahuan Modern*, (Jakarta: Pusaka Utama, 2018), 112.

buraq dipahami sebagai simbol percepatan transportasi, sementara konsep tujuh lapis langit memotivasi pengembangan teknologi astronomi. Dengan demikian, saintifik berusaha menunjukkan bahwa wahyu dan sains tidak saling bertentangan, melainkan saling melengkapi dalam menjelaskan fenomena Isra' Mikraj.<sup>3</sup>

Namun, meskipun kajian teologi, fisika, dan saintifik telah banyak mengupas mekanisme perjalanan dan validitas historis Isra' Mikraj, dimensi psikologis dari peristiwa ini masih jarang disentuh dalam diskursus akademik. Padahal, kondisi psikis Nabi Muhammad SAW sebelum Isra' Mikraj sangat menentukan makna spiritual dari peristiwa tersebut. Tahun ke-10 kenabian, yang dikenal sebagai *'am al-ḥuẓn* (tahun kesedihan), ditandai dengan wafatnya dua figur penting dalam kehidupan Nabi—Abu Thalib sebagai pelindung sosial-politik dan Sayyidah Khadijah RA sebagai support system emosional dan finansial. Kehilangan keduanya, ditambah penolakan ekstrem dari masyarakat Thaif, menimbulkan tekanan emosional yang luar biasa bagi Nabi.<sup>4</sup>

Dalam konteks psikologi agama, Isra' Mikraj dapat dipahami sebagai bentuk *divine consolation*—hiburan Ilahi yang diberikan Allah SWT untuk memulihkan ketangguhan mental Nabi. Peristiwa ini bukan hanya menguatkan kembali resiliensi Nabi, tetapi juga menghadirkan mandat salat sebagai mekanisme *spiritual coping* yang berfungsi terapeutik bagi umat Islam dalam menghadapi krisis kehidupan. Dengan demikian, analisis psikologis terhadap Isra' Mikraj membuka ruang baru dalam kajian akademik, yakni melihat wahyu bukan hanya sebagai teks normatif atau fenomena kosmik, tetapi juga sebagai intervensi Ilahi yang menyentuh aspek kejiwaan manusia.

Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi celah literatur dengan menafsirkan Isra' Mikraj melalui pendekatan psikologi agama. Fokusnya adalah mengeksplorasi Isra' Mikraj sebagai *divine consolation* yang menegaskan bahwa setelah kesulitan pasti ada kemudahan, serta bahwa spiritualitas dapat menjadi sumber daya psikologis dalam menghadapi penderitaan.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji peristiwa Isra' Mikraj dengan beragam pendekatan, yang kemudian dijadikan rujukan dalam dunia pendidikan. Salah satu kajian menyoroti nilai-nilai pendidikan melalui perspektif sinkronisasi, dan menyimpulkan bahwa Isra' Mikraj dapat dipahami sebagai rangkaian peristiwa yang saling berkesinambungan serta harmonis,

---

<sup>3</sup> Dina Sabella, Dkk. Tie And Space Structure Of Isra Mikraj In The Pespective Of Tafsir, Relativity Theory And Annihilation Theory, *Lisan Al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran Dan Kebudayaan* Vol.10, No.2(2024), 183. <https://doi.org/10.35316/lisanalhal.v18i2.183-195>

<sup>4</sup> Darul Qutni, Nova Ayu Damayanti, "Pemahaman Isra Mikraj Dalam Al-Quran", *Journal of Arabic Learning and Teaching*, Vol.10, No.1(2021), 78-79. [https://sg.docworkspace.com/d/sbCaillD0kbpgvhU\\_ub4xurc5iv01mbkt6](https://sg.docworkspace.com/d/sbCaillD0kbpgvhU_ub4xurc5iv01mbkt6).

sehingga setiap kejadian melengkapi dan memperkuat makna dari peristiwa lainnya. Dalam kerangka penelitian ini, konsep *divine consolation* atau hiburan Ilahi dipandang sebagai bukti nyata adanya kesinambungan tersebut. Hiburan yang diberikan Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW setelah masa kesedihan bukanlah peristiwa yang berdiri sendiri, melainkan bagian dari alur sinkronisasi yang menunjukkan keterkaitan antara ujian, kesedihan, dan hadirnya penguatan spiritual sebagai bentuk kasih sayang Ilahi.<sup>5</sup>

Dalam kajian mengenai Isra' Mikraj, terdapat juga penelitian yang menggunakan pendekatan hermeneutika Paul Ricoeur. Melalui perspektif ini, peristiwa Isra' Mikraj dipahami memiliki makna simbolik dan metaforis, yakni sebagai bentuk penghiburan setelah Nabi Muhammad SAW melewati masa kesedihan yang mendalam. Selain itu, mandat salat yang diturunkan pasca Isra' Mikraj ditafsirkan sebagai kisah simbolik yang mengajarkan manusia untuk menjadikan ibadah sebagai sarana memperoleh ketenangan batin dan jalan keluar dari tekanan hidup. Sementara itu, penelitian ini menyoroti Isra' Mikraj dari sudut pandang psikologi agama, dengan menekankan bahwa peristiwa tersebut merupakan hiburan dan ketenteraman yang langsung dianugerahkan Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW setelah melewati fase kesedihan yang berat.<sup>6</sup>

Selain itu, ada juga penelitian yang mengaitkan peristiwa tersebut dengan teori kelekatan (*attachment theory*) yang dikembangkan oleh John Bowlby. Analisis ini menegaskan betapa besar peran Abu Thalib dan Sayyidah Khadijah RA sebagai *social buffer* atau sistem pendukung utama bagi Nabi Muhammad SAW. Kehilangan keduanya menimbulkan kesedihan mendalam dan guncangan emosional yang sangat manusiawi, terlebih pada masa itu Nabi menghadapi penolakan terang-terangan dan ekstrem terhadap dakwahnya. Dalam konteks tersebut, hadirnya Allah SWT sebagai sumber *divine consolation* dipahami sebagai bentuk penghiburan dan ketenangan Ilahi yang diberikan setelah Nabi melewati rangkaian ujian berat dalam kehidupan dan dakwahnya.<sup>7</sup>

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi pustaka atau *library research*. Data primer bersumber pada Al-Quran maupun buku-

---

<sup>5</sup> Rodhatul Alawiyah Ash Shodiq, Shaleh, "Menilai Nilai-Nilai Pendidikan Dalam Peristiwa Isra Mikraj Dengan Pendekatan Sikronisasi", *Tazkiya: Jurnal Pendidikan Islam* Vol 13, No. 1, Januari-Juni (2024), 20-21.  
<https://ap.wps.com/cms/docs/d/cbCaisoapjQKKX6X?sa=601.1074>.

<sup>6</sup> Lu'luil Maknun, "Membaca Kisah Isra Mikraj Dengan Hermenutik Paul Ricoeur", (Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (2021). 23-32.

<sup>7</sup> Riska Kasdim, Yohanes Budiarto, "Attachment Style dalam hubungan romantis pada wanita emeging adulthood yang mengalami fatherlessness", *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, Vol. 7, No. 4. (2024), 1-3.  
<https://ap.wps.com/cms/docs/d/cbCailCiIGjDHjVx?sa=601.1074>.

buku dan kitab sejarah. Analisis yang dilakukan menggunakan teknik hermeneutika psikologis, yang menafsirkan teks-teks sejarah dan wahyu melalui kacamata psikologi agama untuk menemukan makna tersembunyi dibalik peristiwa Isra' mikraj.

### **Sekilas tentang Tahun Kesedihan**

Tahun kesedihan (*'ām al-ḥuzn*) terjadi pada tahun ke-10 masa kenabian, ketika Nabi Muhammad SAW mengalami duka mendalam yang berlangsung secara berkesinambungan. Kesedihan ini dipicu oleh wafatnya dua sosok yang sangat berpengaruh dalam kehidupan beliau, yakni Abu Thalib—paman sekaligus pelindung Nabi—dan Sayyidah Khadijah RA, istri tercinta yang menjadi pendukung utama dakwah. Abu Thalib meninggal pada bulan Rajab, dan hanya berselang tiga bulan kemudian, Khadijah RA wafat pada bulan Ramadhan di tahun yang sama. Kehilangan dua figur penting tersebut, ditambah dengan penolakan keras dari penduduk Thaif, menjadikan periode ini dikenal sebagai tahun kesedihan, karena Nabi menghadapi ujian emosional, sosial, dan spiritual yang sangat berat secara bersamaan.<sup>8</sup>

Dalam literatur sirah nabawiyah, peran Abu Thalib dan Sayyidah Khadijah RA terbukti sangat signifikan, baik bagi kehidupan pribadi Nabi Muhammad SAW maupun bagi perkembangan dakwah Islam. Dari perspektif psikologi, khususnya konsep *support system*, Khadijah RA dapat dipandang sebagai figur pendukung yang ideal. Ia memberikan dukungan menyeluruh, mencakup aspek emosional, praktis, dan finansial. Pertama, dalam hal dukungan emosional, Khadijah RA adalah orang pertama yang meyakini kerasulan Nabi, masuk Islam, serta senantiasa menenangkan dan menguatkan beliau di saat menghadapi kecemasan maupun kelelahan. Kehadirannya menjadi penopang utama pada masa-masa kritis. Kedua, dalam hal dukungan instrumental atau nyata, Khadijah RA mengorbankan seluruh harta dan tenaganya demi mendukung dakwah, memperhatikan kesehatan Nabi, serta memenuhi kebutuhan beliau. Dengan demikian, Khadijah RA tidak hanya berperan sebagai istri, tetapi juga sebagai *support system* yang menyeluruh, yang memberikan kontribusi besar terhadap ketangguhan psikologis dan keberlangsungan dakwah Nabi Muhammad SAW.<sup>9</sup>

Dalam perspektif teori kebutuhan Abraham Maslow, peran Sayyidah Khadijah RA dapat dipahami sebagai bentuk *self-actualization*. Dari seorang pengusaha elite, beliau mengaktualisasikan dirinya dengan menjadi pendukung utama perjuangan Nabi Muhammad SAW. Tindakan tersebut tidak sekadar dapat dikategorikan sebagai filantropi, melainkan sebagai wujud altruisme

---

<sup>8</sup> Abu Faraj bin Al-Jauzi, *Talqih Fuhum Abli al Atsar Fi 'Uyun al-Tarikh wa al Sir*, (Beirut: Dar al Kutub al Ilmiyah, 1997), 22.

<sup>9</sup> Nur Rasdianah, *Kesehatan Mental Remaja*, (Purbalingga: CV.Eureka Media Aksara, 2025), 151-152.

yang mendalam—yakni pengorbanan besar demi keberlangsungan dakwah Islam. Dalam kerangka psikologi, kontribusi Khadijah RA mencerminkan puncak aktualisasi diri, di mana potensi pribadi dan sumber daya yang dimiliki digunakan sepenuhnya untuk tujuan transendental, yaitu mendukung risalah kenabian.<sup>10</sup>

Salah satu pernyataan Rasulullah SAW yang menggambarkan keutamaan Sayyidah Khadijah RA adalah bahwa beliau beriman ketika orang lain mengingkari, membenarkan kerasulan Nabi saat manusia mendustakan, serta memberikan hartanya di saat orang lain enggan membantu. Selain itu, Allah SWT menganugerahkan keturunan kepada Nabi melalui Khadijah RA, sementara dari istri-istri lainnya tidak diberikan keturunan. Ungkapan ini menegaskan betapa besar peran Khadijah RA dalam mendukung dakwah Nabi, baik secara spiritual, emosional, maupun material.<sup>11</sup>

Keutamaan Sayyidah Khadijah RA semakin ditegaskan melalui riwayat yang menyebutkan bahwa beliau adalah satu-satunya manusia yang menerima salam langsung dari Allah SWT, yang disampaikan melalui malaikat Jibril kepada Rasulullah SAW. Dalam riwayat tersebut, Jibril datang kepada Nabi dan berkata: “Wahai Rasulullah, inilah Khadijah RA, ia datang membawa bejana berisi makanan dan minuman. Apabila ia mendatangimu, sampaikanlah salam dari Allah SWT kepadanya, serta berikan kabar gembira tentang istana di surga yang terbuat dari mutiara, yang bebas dari kebisingan dan keletihan.” Riwayat ini menunjukkan kedudukan istimewa Khadijah RA di sisi Allah SWT, sekaligus menegaskan peran besar beliau sebagai pendukung utama dakwah Nabi Muhammad SAW.<sup>12</sup>

Abu Thalib memiliki kontribusi yang sangat besar dan mendalam dalam kehidupan Nabi Muhammad SAW. Ia berperan sebagai pelindung utama Nabi dalam ranah sosial-politik. Dari perspektif psikologi, kedudukan Abu Thalib dapat dikategorikan sebagai *primary attachment figure* sekaligus *social buffer*, yakni sosok yang memberikan perlindungan melalui otoritas dan pengaruh sosialnya. Selama Abu Thalib masih hidup, berbagai bentuk perlawanan maupun serangan dari kaum Quraisy dapat ditekan dan diminimalisasi, sehingga keberlangsungan dakwah Nabi tetap terjaga.

Dalam hal psikologis, Abu Thalib tidak hanya memberikan perlindungan fisik kepada Nabi, tapi juga memberikan perlindungan emosional sehingga Nabi memiliki ketangguhan mental dalam menyebarkan ajaran Islam. Nabi Muhammad SAW telah berada dalam asuhan Abu Thalib

---

<sup>10</sup> Vincent Jeffries, *The Palgrave Handbook Of Altruism, Morality, And Social Solidarity Formulating A Dield Of Study*, (Amerika Serikat: Palgrave Macmillan, 2014), 10-14.

<sup>11</sup> Ahmad bin Hanbal, *Musnad al Imam Ahmad bin Hanbal*, jilid 6, (Beirut: Dar al-Fikr, 1991), 118.

<sup>12</sup> Muhammad bin Ismail al Bukhari, *Shahih Bukhari*, jilid 1, (Beirut: Dar al-Fikr, 1994), 539.

sejak umur 8 tahun setelah wafat ayah, kakek, bahkan ibundanya, dan dari situlah Abu Thalib selalu melindungi dan membela Nabi Muhammad SAW. Walaupun Abu Thalib masih mengikuti agama nenek moyangnya, ia selalu menjadi benteng dan memberikan penjagaan dan perlindungan kepada Nabi bahkan disaat tidurnya, seringkali Abu Thalib memberikan tempat tidurnya atau putranya yakni Sayyidina Ali untuk menukar tempat tidur Nabi, untuk mengecoh serangan musuh di malam hari.<sup>13</sup>

Hal ini juga dibuktikan dengan perlindungan Abu Thalib pada Nabi ketika pemboikotan yang dilakukan oleh kaum Quraisy, kemudian Abu Thalib membawa Nabi serta bani Hasyim ke lembah Syi'ib selama kurun waktu yang lumayan lama, hal ini tak serta merta merupakan kasih sayang seorang paman pada ponakannya namun juga bentuk perlindungan Abu Thalib agar Nabi dapat terus melanjutkan dakwahnya, sehingga walaupun sampai akhir hayatnya Abu Thalib belum mengucapkan syahadat namun perlindungan dan penjagaannya kepada Nabi menjadikan tempatnya di neraka yang paling ringan. Hal ini dijelaskan dalam riwayat Abu Sa'id al-Khudri, Nabi bersabda: "Semoga saja syafaatku bermanfaat baginya (Abu Thalib) pada hari kiamat, lalu ia ditempatkan di neraka paling ringan yang ketinggiannya mencapai dua mata kaki saja."<sup>14</sup>

Setelah wafatnya Abu Thalib, Nabi Muhammad SAW kehilangan pelindung utama sehingga kaum Quraisy semakin leluasa menolak ajaran beliau, bahkan melakukan intimidasi dan perlakuan kasar. Riwayat Ibnu Ishaq mencatat bahwa pasca wafatnya Abu Thalib, Rasulullah SAW mengalami siksaan yang lebih berat dibanding sebelumnya: beliau dihalangi jalannya, kepalanya ditaburi debu, hingga pulang ke rumah dalam keadaan penuh kotoran. Putri beliau yang menyaksikan hal itu menangis, namun Nabi menenangkannya dengan mengatakan bahwa hanya Allah SWT yang mampu menolong. Penindasan ini mendorong Nabi untuk mencari perlindungan dan peluang dakwah di Thaif, namun di sana beliau justru menghadapi penolakan yang lebih keras dan perlakuan yang lebih sadis dibanding Quraisy.<sup>15</sup>

Dalam perspektif psikologi, pengalaman kehilangan sosok pelindung dapat dikaitkan dengan teori kelekatan (*attachment theory*) John Bowlby. Teori ini menjelaskan bahwa seseorang biasanya melewati fase-fase psikis berupa protes (penolakan dan kemarahan), despair (putus asa karena kehilangan dukungan), dan detachment (pelepasan ketergantungan emosional). Namun, Nabi Muhammad SAW menunjukkan ketangguhan luar biasa: meski berada dalam tekanan emosional, beliau tetap melaksanakan tanggung jawab dakwah. Hal ini tampak dalam perjalanan ke Thaif pada bulan Syawwal tahun ke-10

---

<sup>13</sup> Ibid, 548.

<sup>14</sup> Ibid, 548.

<sup>15</sup> Ibid, 548.

kenabian bersama Zaid bin Haritsah. Selama sepuluh hari di Thaif, Nabi tidak hanya ditolak, tetapi juga dicemooh, dihina, bahkan dilempari batu hingga tubuh beliau berdarah dan sandal yang dipakai berlumuran darah. Zaid pun turut terluka saat berusaha melindungi Nabi.

Dalam kondisi penuh penderitaan itu, Rasulullah SAW berlindung di sebuah kebun anggur dan menengadahkan doa yang penuh kepasrahan: beliau mengadukan kelemahan diri, keterbatasan usaha, dan kehinaan di hadapan manusia, seraya menegaskan bahwa selama Allah SWT tidak murka, beliau tidak peduli terhadap perlakuan manusia. Doa tersebut mencerminkan sikap spiritual coping yang mendalam—bahwa ketenangan sejati hanya datang dari Allah SWT, dan bahwa kekuatan untuk bertahan dalam penderitaan bersumber dari kepasrahan total kepada-Nya.<sup>16</sup>

Doa Nabi Muhammad SAW di bawah pohon anggur bukan sekadar ungkapan permohonan seorang hamba kepada Tuhannya, melainkan juga menjadi teladan bagi umat agar tidak mudah menyerah meski berada pada titik terendah kehidupan. Melalui doa tersebut, Nabi mengajarkan pentingnya senantiasa memohon petunjuk, tuntunan, dan kekuatan ketika menghadapi kesulitan maupun musibah. Peristiwa ini turut menghadirkan momen spiritual, ketika seorang budak Nasrani dari Thaif memberikan setangkai anggur kepada Nabi. Saat mendengar Nabi mengucapkan *bismillah*, budak itu terkejut dan kemudian mengakui asal-usulnya dari Niwana, negeri Nabi Yunus bin Matta. Nabi pun menegaskan bahwa Yunus adalah saudaranya sesama Nabi, sehingga budak tersebut menyadari keagungan Rasulullah dan menunjukkan penghormatan dengan mencium tangan serta kaki beliau.<sup>17</sup>

Kesedihan Nabi yang terungkap dalam doa tersebut sekaligus menjadi bukti bahwa Allah SWT senantiasa menolong hamba-hamba-Nya yang berserah diri. Hal ini tampak ketika Nabi meninggalkan Thaif dan Allah mengutus malaikat Jibril bersama malaikat penjaga gunung untuk menawarkan hukuman kepada kaum yang menolak dan menyakiti beliau. Namun, Nabi tidak menggunakan kesempatan itu untuk membalas dendam, melainkan berdoa agar kelak lahir dari keturunan mereka orang-orang yang beriman dan menyembah Allah SWT. Sikap ini menunjukkan keteguhan spiritual Nabi dalam menghadapi ujian, sekaligus menegaskan bahwa dakwah beliau berlandaskan kasih sayang dan harapan akan perubahan generasi.<sup>18</sup>

Sekembalinya ke Makkah bertepatan dengan musim haji bulan Dzulqa'dah tahun ke-10 kenabian, Nabi kembali melanjutkan dakwah dengan mendatangi kabilah-kabilah dan individu-individu yang datang berhaji. Beliau

---

<sup>16</sup> Ibid, 549.

<sup>17</sup> Muhammad Said Ramadhan Al Buthi, *Figbu Al Sirah: Hikmah Tersembunyi Dibalik Kisah Hidup Rasulullah SAW*, Terj. Ainur Rafiq Shaleh Tamhid (Jakarta: Rabbani Pess, 2021), 142

<sup>18</sup> Ibid., 143

menawarkan Islam, mengajak mereka untuk beriman, serta meminta perlindungan agar dakwah dapat terus berlangsung. Sebagian menerima ajakan tersebut, sementara sebagian lain menolak dengan alasan kedudukan dan kepentingan duniawi. Meski demikian, momentum haji tahun itu menjadi tonggak penting dalam sejarah dakwah Islam, karena Allah SWT menghendaki semakin banyak orang yang masuk Islam dan bersedia melindungi Nabi dari penindasan kaum Quraisy.<sup>19</sup>

Tahun kesedihan menjadi periode paling berat dalam kehidupan Nabi Muhammad SAW karena hilangnya dukungan internal maupun eksternal yang selama ini menopang dakwah beliau. Dalam kondisi tekanan emosional yang begitu kuat, Nabi kerap menenangkan diri di Masjid al-Haram. Dari tempat inilah perjalanan Isra' Mikraj dimulai, menuju Masjid al-Aqsa, kemudian dilanjutkan ke langit ketujuh hingga Sidratul Muntaha. Perjalanan ini memiliki signifikansi krusial dalam sejarah kenabian, bukan hanya karena jarak fisiknya yang luar biasa jauh dan sulit dijelaskan secara rasional, tetapi juga karena makna spiritual yang terkandung di dalamnya. Isra' Mikraj menjadi simbol intervensi Ilahi yang menguatkan Nabi di tengah krisis, sekaligus menegaskan kedudukan beliau sebagai utusan Allah SWT. Keagungan kisah ini diceritakan dalam al-Qur'an:

سُبْحَنَ الَّذِي أَسْرَىٰ بِعَبْدِهِ لَيْلًا مِّنَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ إِلَى الْمَسْجِدِ الْأَقْصَا الَّذِي بَرَكْنَا حَوْلَهُ لِنُرِيَهُ مِنْ  
أَيْنَا إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ

“Mahasuci (Allah SWT) yang telah memperjalankan hamba-Nya (Nabi Muhammad) pada malam hari dari Masjidilharam ke MasjidilAqsa yang telah Kami berkahi sekelilingnya agar Kami perlihatkan kepadanya sebagian tanda-tanda (kebesaran) Kami. Sesungguhnya Dia Maha Mendengar lagi Maha Melihat.” QS. Al-Isra” (17): 1

وَلَقَدْ رَأَاهُ نَزْلَةً أُخْرَىٰ عِنْدَ سِدْرَةِ الْمُنْتَهَىٰ عِنْدَهَا جَنَّةُ الْمَأْوَىٰ إِذْ يَغْشَى السِّدْرَةَ مَا يَغْشَىٰ مَا رَآهُ الْبَصَرُ  
وَمَا طَغَىٰ لَقَدْ رَأَىٰ مِنْ آيَاتِ رَبِّهِ الْكُبْرَىٰ

"Dan sesungguhnya Muhammad telah melihat Jibril itu (dalam rupanya yang asli) pada waktu yang lain, (yaitu) di Sidratil Muntaha. Di dekatnya ada surga tempat tinggal, ketika Sidratilmuntaha diliputi oleh sesuatu yang meliputinya. Penglihatannya (Muhammad) tidak berpaling dari yang dilihatnya itu dan tidak (pula) melampauinya. Sesungguhnya dia telah melihat sebahagian tanda-tanda (kekuasaan) Tuhannya yang paling besar.”

Perjalanan Isra' Mikraj Nabi Muhammad SAW merupakan mukjizat agung yang hanya dianugerahkan kepada seorang Nabi, sekaligus menegaskan kedudukan beliau sebagai kekasih Allah SWT yang paling mulia. Bahkan malaikat Jibril tidak mampu menempuh perjalanan tersebut, sehingga

<sup>19</sup> Ibid., 144

keistimewaan ini menjadi bukti eksklusif kenabian Muhammad SAW. Keindahan dan kemuliaan yang beliau saksikan sepanjang perjalanan merupakan manifestasi kebesaran Allah SWT, yang hanya Dia-lah mengetahui sepenuhnya maksud dan tujuan di balik peristiwa tersebut. Melalui wahyu-Nya, Allah SWT ingin menunjukkan kepada Nabi dan umat manusia betapa luas kuasa-Nya, serta menegaskan bahwa setiap ujian akan diikuti dengan kebaikan, sebagaimana firman-Nya dalam surat Al-Insyirah: “*Sesungguhnya setelah kesulitan pasti ada kemudahan*” yang diulang dua kali sebagai penguat keyakinan.<sup>20</sup>

Hal ini sejalan dengan kondisi Nabi sebelum Isra’ Mikraj, ketika beliau mengalami kesedihan mendalam, sehingga Allah menakdirkan perjalanan istimewa yang bersifat fisik sekaligus metafisik sebagai bentuk hiburan Ilahi. Adapun perbedaan pendapat mengenai waktu terjadinya Isra’ Mikraj, mayoritas ulama bersepakat bahwa peristiwa tersebut berlangsung setelah tahun ke-10 kenabian, tepatnya pasca wafatnya Sayyidah Khadijah RA pada bulan Ramadhan tahun tersebut.<sup>21</sup>

### **Makna Isra’ Mikraj dalam Analisis Psikologis**

Isra’ Mikraj merupakan salah satu peristiwa paling monumental dalam sejarah Islam, karena menggambarkan perjalanan spiritual Nabi Muhammad SAW yang berlangsung singkat, bersifat suprarasional, namun sarat dengan makna mendalam bagi beliau dan para pengikutnya. Dari perspektif psikologi agama, peristiwa ini dapat dipahami melalui konsep *divine consolation*, yakni hiburan Ilahi yang memberikan ketenangan batin bagi hamba-Nya. Konsep ini memiliki kemiripan dengan gagasan Meister Eckhart pada abad ke-13, yang memperkenalkan istilah *divine consolation* di tengah krisis sosial, ketidakadilan ekonomi, dan runtuhnya kredibilitas gereja. Bagi Eckhart, hiburan Ilahi adalah kekuatan transenden yang mampu mengubah penderitaan menjadi sumber ketenangan, atau memandang penderitaan sebagai bagian dari kehendak Tuhan sehingga manusia dapat berdamai dengannya. Dengan demikian, *divine consolation* berfungsi memberikan makna atas penderitaan, sekaligus membekali manusia dengan kemampuan menghadapi kemalangan, penyakit, maupun kematian dengan sikap pasrah dan penuh keyakinan.<sup>22</sup>

Dalam konteks psikologi Islam, konsep *divine consolation* menjadi relevan sebagai pisau analisis untuk memahami peristiwa Isra’ Mikraj. Hiburan Ilahi ini hadir sebagai sumber ketenangan dan kekuatan psikologis setelah Nabi Muhammad SAW mengalami kesedihan mendalam akibat wafatnya

---

<sup>20</sup> Muhammad Said Ramadhan Al Buthi, *Figbu Al Sirah: Hikmah Tersembunyi Dibalik Kisah Hidup Rasulullah SAW*, Terj. Ainur Rafiq Shaleh Tamhid (Jakarta: Rabbani Pess, 2021), 144

<sup>21</sup> Ibid., 145

<sup>22</sup> Ahmad al- Dardir, *Dardir Mikraj*, (Surabaya: Dar al Ulum, t.th), 20-25

sosok-sosok penting yang menopang dakwah, serta hilangnya perlindungan sosial-politik yang berujung pada meningkatnya penolakan dan perlawanan dari masyarakat Makkah, Thaif, dan sekitarnya. Karena itu, tahun ke-10 kenabian dikenal sebagai *'am al-huẓn* atau tahun kesedihan.<sup>23</sup>

Isra' Mikraj dapat dipandang sebagai bentuk *divine healing* atau *spiritual coping*, di mana Nabi memperoleh dukungan langsung dari para Nabi terdahulu, mulai dari Masjid al-Aqsa hingga perjalanan melintasi setiap lapisan langit hingga *Sidratul Muntaba*. Sepanjang perjalanan, Nabi ditampilkan berbagai keistimewaan dan kebesaran Allah SWT. Ketika menghadap Allah, Nabi bersujud dan Allah bertanya apa yang beliau inginkan. Nabi pun menyebutkan berbagai keajaiban dan pertolongan yang Allah berikan kepada para Nabi sebelumnya. Allah kemudian menegaskan keagungan Nabi Muhammad SAW, bahwa nama-Nya tidak akan disebut tanpa disertai nama Nabi Muhammad, dan umat beliau akan menjadi umat terbaik di antara umat-umat terdahulu. Pada momen ini pula Allah memberikan mandat besar kepada Nabi dan umatnya, yakni kewajiban salat yang mula-mula ditetapkan sebanyak lima puluh kali dalam sehari.<sup>24</sup>

Pada awalnya, Allah SWT memerintahkan Nabi Muhammad SAW untuk melaksanakan salat sebanyak lima puluh kali dalam sehari semalam. Namun, melalui dialog dengan para Nabi terdahulu, khususnya Nabi Musa AS, Nabi Muhammad SAW diajarkan untuk memohon keringanan kepada Allah SWT. Hal ini didasarkan pada kenyataan bahwa umat beliau tidak akan mampu menunaikan salat sebanyak itu, mengingat kelemahan jasmani, hati, penglihatan, dan pendengaran mereka dibandingkan dengan umat-umat sebelumnya. Akhirnya, Allah SWT menetapkan kewajiban salat menjadi lima kali sehari semalam, yang tetap mengandung pahala setara dengan lima puluh kali salat. Peristiwa ini menunjukkan kasih sayang Allah SWT kepada umat Nabi Muhammad SAW, sekaligus menegaskan bahwa salat merupakan bentuk *divine consolation* dan *spiritual coping* yang menghubungkan manusia dengan Tuhannya, serta menjadi sarana penguatan psikologis dan spiritual setelah masa kesedihan yang mendalam.<sup>25</sup>

Perintah salat yang diberikan Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW tidak dapat dipahami secara sederhana, sebab ketetapan Ilahi bersifat mutlak dan tidak dapat diganti atau dihapus. Walaupun jumlah rakaat salat dikurangi dari lima puluh menjadi lima kali sehari semalam, Allah SWT tetap menakdirkan pahala setara dengan lima puluh kali salat. Hal ini menunjukkan keluasan rahmat dan kasih sayang Allah terhadap umat Nabi Muhammad

---

<sup>23</sup> Ibid., 20-25

<sup>24</sup> Ibid., 20-25

<sup>25</sup> Imam Bukhari, *Shahih Bukhari*, Jilid 3, Terj. Achmad Sunarto (Jakarta: Pustaka Amani, 2018), 412.

SAW. Dari perspektif psikologi agama, salat dapat dipandang sebagai proses terapeutik yang membantu seseorang untuk senantiasa mengingat Allah SWT dan menjaga keseimbangan mental-spiritual. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-‘Ankabūt ayat 45: “*Sesungguhnya salat itu mencegah dari perbuatan keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah adalah lebih besar (keutamaannya).*” Ayat ini menegaskan fungsi salat sebagai mekanisme penguatan spiritual sekaligus terapi psikologis yang menuntun manusia untuk tetap berada dalam jalan kebaikan.

Sejumlah penelitian modern turut mengkaji manfaat salat dalam perspektif psikologi. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh McCullough, yang menunjukkan bahwa praktik salat mampu menenangkan seseorang baik secara fisik maupun psikologis. Dengan demikian, salat dapat menjadi sarana untuk menemukan ketenangan batin atau *divine consolation*. Selain itu, salat juga terbukti meningkatkan *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif, yang menjadikan salat sebagai solusi efektif bagi individu ketika menghadapi masalah. Fungsi ini tidak hanya memberikan ketenangan sesaat, tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan menyeluruh bagi orang yang konsisten menjalankannya.<sup>26</sup>

Sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Ra‘d ayat 22, Allah SWT memuji orang-orang yang bersabar demi mencari keridaan-Nya, mendirikan salat, menginfakkan sebagian rezeki baik secara sembunyi maupun terang-terangan, serta membalas keburukan dengan kebaikan. Mereka itulah yang kelak memperoleh tempat terbaik di sisi Allah. Dalam perspektif psikologi agama, salat dapat dipahami sebagai sarana penguatan mental yang menumbuhkan ketenangan batin dan memperkuat keyakinan. Melalui praktik salat, perasaan dan jiwa seseorang menjadi lebih tenteram dan damai, sehingga beban emosional maupun stres yang dialami dapat berkurang. Dengan demikian, salat berfungsi bukan hanya sebagai ibadah ritual, tetapi juga sebagai mekanisme *spiritual coping* yang menuntun manusia untuk menghadapi kesulitan dengan sikap sabar, pasrah, dan penuh keimanan.<sup>27</sup>

## Kesimpulan

Peristiwa Isra’ Mikraj dapat ditinjau bukan hanya dari sisi teologis, tetapi juga dari perspektif psikologi agama. Isra’ Mikraj berfungsi sebagai *divine*

---

<sup>26</sup> Saifuddin al-Baqi, “Manfaat Salat Untuk Kesehatan Mental, Sebuah Pendekatan Psikoreligi Terhadap Pasien Muslim”, *Qalamuna-Jurnal Pendidikan, Sosial, Agama*, Vol. 11, No. 1, (Januari-Juni 2019), 88-90.  
[https://sg.docworkspace.com/d/sbCaivdNjNhjIHVz\\_2rs9ar8tqi8lazzw5mv?sa=601.1074](https://sg.docworkspace.com/d/sbCaivdNjNhjIHVz_2rs9ar8tqi8lazzw5mv?sa=601.1074).

<sup>27</sup> Hairuddin, et.al. “Signifikasi Salat Dalam Membentuk Keteguhan Jiwa Kajian Psikologis Metodologis Tazkiyatun Nafs”, *AL-FAW’ATI, jurnal kajian al-Quran dan hadis*, Vol. 6, No.2 (Juli, 2025), 155-156.  
[https://sg.docworkspace.com/d/sbCaivdNjNhjIHVz\\_2rs9ar8tqi8lazzw5mv?sa=601.1074](https://sg.docworkspace.com/d/sbCaivdNjNhjIHVz_2rs9ar8tqi8lazzw5mv?sa=601.1074).

*consolation*—hiburan Ilahi yang dianugerahkan Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW setelah melewati *‘ām al-huẓn* (tahun kesedihan) dan rangkaian tekanan emosional yang mendalam. Melalui peristiwa ini, Allah SWT menghadiahkan salat sebagai bentuk *spiritual coping* sekaligus mekanisme terapeutik yang mampu menenangkan jiwa dan psikis seseorang.

Salat, dalam kerangka psikologi, dapat dipahami sebagai sarana peningkatan *subjective well-being*, yakni kesejahteraan subjektif yang membantu individu menghadapi kesulitan dengan ketenangan, serta mengubah penderitaan menjadi peluang untuk menemukan makna positif. Dengan demikian, Isra' Mikraj tidak hanya relevan sebagai mukjizat kenabian, tetapi juga menawarkan dimensi aplikatif bagi umat Islam: menjadikan salat sebagai terapi spiritual yang menuntun manusia untuk memperoleh ketenteraman, mengurangi beban emosional, dan menemukan solusi atas masalah yang dihadapi.

### Daftar Pustaka

- Al-Jauzi, Abu Faraj bin. *Talqih Fuhum Ahli al-Atsar fi ‘Uyun al-Tarikh wa al-Sir*. Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 1997.
- Al-Dardir, Ahmad. *Dardir Mikraj*. Surabaya: Dar al-‘Ulum, t.th. Hanbal, Ahmad bin. *Musnad al-Imam Ahmad bin Hanbal* (Vol. 6). Beirut: Dar al-Fikr, 1991.
- Al-Buthi, Muhammad Said Ramadhan. *Fiḡhu Al Sirah: Hikmah Tersembunyi Dibalik Kisah Hidup Rasulullah SAW*, Terj. Ainur Rafiq Shaleh Tamhid (Jakarta: Rabbani Pess, 2021)
- Damayanti, Nova Ayu. Pemahaman Isra' Mikraj dalam Al-Quran. *Journal of Arabic Learning and Teaching*, 10(1), 2021.
- Duclos, Donald F. *My Suffering is God: Meister Eckhart's Book of Divine Consolation*. *Theological Studies*, 44(4), 1983.
- Ahmad, Fatoni dan Ivonia. Studi Analitis Peristiwa Isra' Mikraj Nabi Muhammad SAW dalam Pendekatan Sains. *Momentum: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Keagamaan*, 7(1), 2018.
- Hairuddin, dkk. Signifikasi Salat dalam Membentuk Keteguhan Jiwa: Kajian Psikologis Metodologis Tazkiyatun Nafs. *Al-Fawatih: Jurnal Kajian al-Quran dan Hadis*, 6(2), 155–156, 2025.
- Maknun, Lu'luil. *Membaca Kisah Isra' Mikraj dengan Hermeneutik Paul Ricoeur* (Skripsi). UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021.
- Abdul Wahab, Muhammad bin. *Mukhtashar Sirah al-Rasul*. Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 1998.
- Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. *Shahih Bukhari* (Vol. 1). Beirut: Dar al-Fikr, 1994.

- Wathani, Muhammad Nurul. *Isra' Mikraj: Relasi Islam dan Sains Modern*. n.d. Rasdianah, Nur. *Kesehatan Mental Remaja*. Purbalingga: CV Eureka Media Aksara, 2025.
- Kasdim, Riska dan Budiarto, Yohanes. Attachment Style dalam Hubungan Romantis pada Wanita Emerging Adulthood yang Mengalami Fatherlessness. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(4), 1–3, 2024.
- Ash Shodiq, Rodhatul Alawiyah dan Shaleh. Menilai Nilai-Nilai Pendidikan dalam Peristiwa Isra' Mikraj dengan Pendekatan Sinkronisasi. *Tazkiya: Jurnal Pendidikan Islam*, 13(1), 2024.
- Al-Baqi, Saifuddin. Manfaat Salat untuk Kesehatan Mental: Sebuah Pendekatan Psikoreligi terhadap Pasien Muslim. *Qalamuna: Jurnal Pendidikan, Sosial, Agama*, 11(1), 2019.
- Al-Mubarakfuri, Shafiurrahman. *Perjalanan Hidup yang Agung Muhammad SAW dari Kelahiran hingga Detik-detik Terakhir* (Terjemahan Al-Rahiq al-Makhtum). Indonesia: Maktabah Dar al-Salam, 2008.
- Quran.com. Surah An-Najm 13–18. n.d.
- Quran NU Online. Surat Al-'Ankabut Ayat 45: Arab, Latin, Terjemah dan Tafsir Lengkap. n.d.
- Quran NU Online. Surat Al-Isra" Ayat 1: Arab, Latin, Terjemah dan Tafsir Lengkap. n.d.
- Quran NU Online. Surat An-Naml Ayat 40: Arab, Latin, Terjemah dan Tafsir Lengkap. n.d.
- Jeffries, Vincent. *The Palgrave Handbook of Altruism, Morality, and Social Solidarity: Formulating a Field of Study*. New York: Palgrave Macmillan, 2014.