

Jagalah Hatimu Jangan Kau Nodai

Oleh: **Husein Muhammad** | Tanggal Upload: 5 Juni 2021



Usai shalat Jumat, seorang sahabat/ teman bercerita mengutip kabar viral, tentang seorang konon tokoh populer karena ceramah-ceramahnya yang memikat hati, terutama hati kaum perempuan. Dia juga kadang bernyanyi menyenangkan nasehat agar kita berkata-kata santun dan selalu menjaga hati. Tetapi dia tiba-tiba dikabarkan mengucapkan kata-kata yang merendahkan dan menyakiti perempuan dengan cara yang tak pantas, dan itu justeru adalah mantan kekasihnya. Dia menyampaikan kata-kata yang bernuansa menuduh yang melukai keyakinan.

Lalu teman itu bertanya apakah itu kekerasan?. Aku mengatakan : ya itu kekerasan verbal. Misalnya kepada isterinya dia mengatakan “kamu perempuan brengsek, sundal, musyrik dan sejenisnya”.

Kekerasan verbal termasuk dalam kekerasan psikis. Yakni kekerasan yang dilakukan untuk menjatuhkan mental seseorang agar menjadi tak berharga. Kekerasan jenis ini jarang disadari baik oleh pelaku maupun korban sebagai kekerasan. Banyak orang yang menganggap hanya kekerasan fisik yang disebut sebagai kekerasan

Meski kekerasan verbal tidak meninggalkan tanda luka di tubuh, tetapi ia merusak dan menyakitkan hati yang sulit disembuhkan dalam waktu pendek bahkan mungkin untuk sebagian orang tak bisa terhapuskan.

Luka-luka yang disebabkan kekerasan verbal tak tampak oleh mata dan tidak bisa disembuhkan dengan obat-obatan seperti luka fisik. Ia menghunjam ke dasar jiwa.

Citra diri (self esteem) korban akan jatuh. Jika itu terjadi dalam rumah tangga, dan ini sesungguhnya kasus yang terbanyak, anak-anak juga akan melihat orangtuanya disakiti secara mental. Dan ini bisa menimbulkan efek buruk padanya. Seringkali ia akan dicontoh oleh si anak suatu saat kelak. Karena orang tua, pelaku, dianggap idola.

Al-Qur'an mengatakan :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ

“Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka”.

Imam Ali bin Abi Thalib mengatakan : “Janganlah kau ucapkan kata-kata yang kau sendiri tak suka mendengarnya jika orang lain mengatakannya kepadamu”.

Aku bilang

“Dirimu adalah apa yang kau katakan/ucapkan”.

04.06.21

HM

[Baca Artikel Asli di Website](#)

Tentang islamsantun.org:

Portal media yang berdedikasi menyebarkan diskursus Islam yang ramah, moderat, dan *rahmatan lil 'alamin*. Menyajikan ragam artikel keislaman, opini, khutbah, hingga sastra pesantren, islamsantun.org hadir sebagai rujukan literasi keagamaan yang sejuk dan mencerahkan bagi masyarakat luas.

Ditulis oleh **Husein Muhammad**

Pengasuh Pesantren Darut Tauhid Arjawinangun Cirebon. Pendiri Fahmina Institut

© 2026 islamsantun.org · Menyebarkan Islam yang rahmatan lil 'alamin