

**KONSEP *RESILIENSI* DALAM AL-QUR'AN DAN RELEVANSINYA  
PADA FASE DEWASA AWAL**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)**

**Oleh  
KHOIRUNISA WULAN SARI  
NIM. 2017501038**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR  
JURUSAN STUDI AL-QUR'AN DAN SEJARAH  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
2024**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**  
**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN HUMANIORA**  
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553 Website: www.uinsaizu.ac.id

---

### PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya:

Nama : Khoirunisa Wulan Sari  
NIM : 2017501038  
Jenjang : S-1  
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Humaniora  
Jurusan : Studi Al-Qur'an dan Sejarah  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi berjudul **"Konsep Resiliensi Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Pada Fase Dewasa Awal"** ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, bukan dibuatkan orang lain, bukan saduran, juga bukan terjemahan. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi ini diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti persyaratan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang telah saya peroleh.

Purwokerto, 2 Juli 2024

Saya yang menyatakan

**Khoirunisa Wulan Sari**  
**NIM. 2017501038**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN HUMANIORA  
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553 Website: www.uinsaiizu.ac.id

## PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

**Konsep Resiliensi Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Pada Fase  
Dewasa Awal**

Yang disusun oleh (Khoirunisa Wulan Sari 2017501038) Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto telah diujikan pada tanggal 15 Agustus 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Penguji I

Prof. Dr. Hj. Naqiyah  
NIP. 196309221990022001

Penguji II

Dr. Hj. Farichatul Maftuchah  
NIP. 196804222001122001

Ketua Sidang/Pembimbing

Hj. Laily Liddini, Lc. M.Hum  
NIP. 197205012005011004



Purwokerto, 29 Agustus 2024  
Dekan FUAH

Dr. Hartono, M.Si  
NIP. 197205012005011004

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Purwokerto, 2 Juli 2024

Hal : Pengajuan Munaqasyah Skripsi  
Sdr. Khoirunisa Wulan Sari

Lamp. : 5 Eksemplar  
Kepada Yth.  
Dekan FUAH UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Di Purwokerto

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melaksanakan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi, maka melalui surat ini, saya menyampaikan bahwa:

Nama : Khoirunisa Wulan Sari  
NIM : 2017501038  
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Humaniora  
Jurusan : Studi Al-Qur'an dan Sejarah  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Judul Skripsi : Konsep Resiliensi Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Pada Fase Dewasa Awal

Bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk dimunaqasyahkan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag).

Dengan demikian, atas perhatian Bapak/Ibu, saya mengucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Dosen Pembimbing



**Hj. Laily Liddini, Lc., M.Hum**  
**NIP. 198604122019032014**

## ABSTRAK

### KONSEP RESILIENSI DALAM AL-QUR'AN DAN RELEVANSINYA PADA FASE DEWASA AWAL

**Khoirunisa Wulan Sari**

**NIM. 2017501038**

Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Jurusan Studi Al-Qur'an dan Sejarah

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

Jl. A. Yani 40-A (+62-281)-635624 Purwokerto 53126

Email: [khoirunisa.nisa.17@gmail.com](mailto:khoirunisa.nisa.17@gmail.com)

Tidak dapat dipungkiri bahwa fase dewasa awal merupakan masa yang sangat rentan dalam mengalami permasalahan. Permasalahan yang terjadi dapat bersumber dari internal individu ataupun eksternal yang berasal dari lingkungan, teman, masyarakat atau yang lainnya. Untuk dapat melewati fase dewasa awal dengan baik dan mampu menghadapi situasi seperti ini, individu perlu untuk memiliki daya lenting (ketahanan) yang baik atau disebut dengan resiliensi. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk dapat menghadapi, mengatasi, bertahan atas tekanan hidup, dan melakukan perubahan dari pengalaman sulit untuk menjadi lebih baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penafsiran ayat-ayat al-Qur'an terkait konsep resiliensi dalam al-Qur'an dengan menggunakan metode tafsir maudhu'i (tematik) sebagai pisau dalam analisis ayat-ayat, dan konsep resiliensi untuk menganalisis relevansi antara resiliensi dalam al-Qur'an dengan fase dewasa awal. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Sehingga dari penelitian ini memperoleh hasil; *Pertama*, ditemukannya 18 ayat yang membahas berkaitan dengan resiliensi. *Kedua*, adanya relevansi antara resiliensi dengan fase dewasa awal yaitu terbentuknya faktor yang mempengaruhi resiliensi pada fase dewasa awal; efikasi diri (*self efficacy*), pengendalian impuls (*impuls control*), optimisme, kesabaran, dan spiritualisme.

**Kata Kunci:** Al-Qur'an, Resiliensi, Dewasa Awal

## ABSTRACT

### CONCEPT OF RESILIENCE IN THE QUR'AN AND ITS RELEVANCE IN THE EARLY ADULT PHASE

**Khoirunisa Wulan Sari**

**NIM. 2017501038**

Study Program of Al-Qur'an and Tafsir

Department of Qur'an Studies and History

Faculty of Ushuluddin, Adab and Humanities

State Islamic University Professor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

Jl. A. Yani 40-A (+62-281)-635624 Purwokerto 53126

Email: [khoirunisa.nisa.17@gmail.com](mailto:khoirunisa.nisa.17@gmail.com)

It is undeniable that the early adult phase is a very vulnerable period in experiencing problems. The problems that occur can come from within the individual or externally from the environment, friends, society or others. To be able to pass the early adult phase well and be able to deal with situations like this, individuals need to have good resilience or called resilience. Resilience is the ability of individuals to be able to face, overcome, survive the pressures of life, and make changes from difficult experiences to the better.

This study aims to determine the interpretation of Qur'anic verses related to the concept of resilience in the Qur'an by using the method of tafsir maudhu'I (thematic) as a knife in the analysis of verses, and the concept of resilience to analyze the relevance between the resilience in the Qur'an and the early adult phase. This type of research is library research using qualitative descriptive methods. So that from this study obtained results; First, the discovery of 18 verses that discuss resilience. Second, there is a relevance between resilience and the early adult phase, namely the formation of factors that affect resilience in the early adult phase; self-efficacy, impulse control, optimism, patience, and spiritualism.

**Keywords:** Al-Qur'an, Resilience, Early Adulthood

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan skripsi ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama antara Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I. Nomor: 158/1987 dan Nomor: 0543b/U/1987.

### Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba'	b	be
ت	ta'	t	te
ث	sa	ṣ	Es (dengan titik di atas)
ج	jim	j	je
ح	ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha	kh	ka dan ha
د	dal	d	de
ذ	ḏal	ḏ	ze (dengan titik di atas)
ر	ra'	r	er
ز	zai	z	zet
س	sin	s	es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	gain	g	ge
ف	fa'	f	ef
ق	qaf	q	qi
ك	kaf	k	ka
ل	lam	l	'el
م	mim	m	'em

ن	nun	n	'en
و	wau	w	we
هـ	ha'	h	ha
ء	hamzah	'	Apostrof
ي	ya'	y	ye

### Konsonan Rangkap karena *Syaddah* ditulis rangkap

متعددة	ditulis	<i>Muta'addidah</i>
عدة	ditulis	<i>'iddah</i>

### *Ta' Marbūṭah* di akhir kata bila dimatikan tulis *h*

حكمة	ditulis	<i>ḥikmah</i>
جزية	ditulis	<i>jīzyah</i>

(ketentuan ini tidak diperlakukan pada kata-kata arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti zakat, salat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya).

- a. Bila diikuti dengan kata sandang “*al*” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan *h*

كرامة الولااء	ditulis	<i>Karāmah al-auliya'</i>
---------------	---------	---------------------------

- b. Bila *ta' marbūṭah* hidup atau dengan harakat, fathah atau kasrah atau dhammah ditulis dengan *t*

زكاة لفظر	ditulis	<i>Zakāta al-ḥiṭr</i>
-----------	---------	-----------------------

### Vokal Pendek

-----	Fathah	Ditulis	A
-----	Kasrah	Ditulis	I
-----	Ḍammah	ditulis	U

### Vokal Panjang

1.	Fathah + alif	ditulis	<i>ā</i>
	جاهلية		<i>jāhiliyah</i>
2.	Fathah + ya' mati	Ditulis	<i>Ā</i>
	تنس		<i>tansā</i>
3.	Kasrah + ya' mati	ditulis	<i>ī</i>
	كريم		karīm

4.	Dammah + wawu mati	ditulis	$\bar{U}$
	فروض		<i>Furūd</i>

### Vokal Rangkap

1.	Fathah + ya' mati	ditulis	ai
	بينكم		<i>bainakum</i>
2.	Fathah + wawu mati	Ditulis	au
	قول		<i>qaul</i>

### Vokal pendek yang berurutan dalam kata dipisahkan apostrof

أأنتم	ditulis	<i>a'antum</i>
أأعدت	ditulis	<i>u'iddat</i>
لأئن شكرتم	ditulis	<i>la'in syakartum</i>

### Kata Sandang Alif + Lam

a. Bila diikuti huruf *Qamariyyah*

القرآن	ditulis	<i>al-Qur'ān</i>
القياس	ditulis	<i>al-Qiyās</i>

b. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis dengan menggunakan huruf *Syamsiyyah* yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf *l* (el)nya.

السماء	ditulis	<i>as-Samā'</i>
الشمس	ditulis	<i>asy-Syams</i>

### Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

a. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya

ذوى الفروض	ditulis	<i>zawī al-furūd'</i>
أهل السنة	ditulis	<i>ahl as-Sunnah</i>

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahillāzī bi ni'matihi tatimmuṣṣōlihat*, segala puji dan rasa syukur yang terus mengalir penulis haturkan kepada Allah pemilik 'Arsy yang Agung karena telah memberikan banyak sekali kenikmatan, kasih sayang dan kesempatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan tuntas. Shalwat dan salam senantiasa disanjungkan kepada *nabiyallah* Muhammad Saw., beserta keluarganya dan para sahabatnya. Semoga kita semua termasuk kedalam golongan yang mendapat naungan cintanya. *Amīn*.

Terselesaikannya penulisan skripsi ini merupakan sebab rahmat dan kasih sayang Allah serta berasal dari bimbingan, dukungan, dorongan, motivasi dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis haturkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., selaku rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Dr. Hartono, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Prof. Dr. Kholid Mawardi, S.Ag., M.Hum., selaku Wakil Dekan I Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Farichatul Maftuchah, M.Ag., selaku Wakil Dekan II Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Elya Munfarida, M.Ag., selaku Wakil Dekan III Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Farah Nuril Izza, Lc. M.A., Ph.D., selaku Ketua Jurusan Studi Al-Qur'an dan Sejarah.
7. A.M. Ismatullah, M.S.I., selaku Koordinator Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
8. Hj. Laily Liddini, Lc., M.Hum., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia memberikan masukan dan arahan serta meluangkan waktunya dari awal sampai akhir selama proses kepenulisan skripsi ini. Semoga beliau dan keluarga selalu berada dalam lindungan dan kasih sayang Allah. *Amīn*.
9. Seluruh dosen UIN Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto khususnya prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora yang dengan ikhlas dan ridho mentransfer ilmunya selama proses perkuliahan. Serta seluruh staf administrasi UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto khususnya di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora yang telah memberikan pelayanan terbaik.

10. Kepada fasilitator PPL PSQ Jakarta dan seluruh dosen yang telah mengajar di Pondok Pesantren Bayt Al-Qur'an Jakarta pada kegiatan PPL Prodi IAT'20. Semoga beliau semua selalu diberikan kesehatan dan keberkahan oleh Allah. *Amīn*.
11. Kepada Dr. KH. Fathul Aminuddin Aziz, M.M., selaku pengasuh Pondok Pesantren Elfira dan Ustadzah Mir Atun Nisa, S.Pd., yang dengan ikhlas dan ridho sudah memberikan bimbingan, ilmu, doa dan semangat kepada penulis.
12. Bapak Suparman dan Ibu Wiwik Yulianti yang merupakan kedua orang tua penulis yang selalu saya cintai dan *ta'dzimi*. Terimakasih banyak untuk semua cinta kasih, perhatian, waktu dan tenaga serta selalu bersedia untuk menjadi pendengar yang baik. Terimakasih selalu menjadi rumah ternyaman untuk penulis. Serta kedua adik cantik kembarku, Leila Jihady Hanifa dan Laili Jihady Hanifa yang selalu memberikan semangat dan mengembalikan *mood* penulis.
13. Kepada keluarga terdekat penulis Bude Wiwin Wahyu Ningsih, alm. Pakde Nurrohman, Tante Ol, Lik Tuter, Bulik Dwi, Bude Prapti, Lik Martinah, mba Uzi, mas Chandra dan seluruh keluarga besar penulis
14. Kepada rekan-rekan seperjuangan yang luar biasa, mahasiswa/i IAT angkatan 2020, terkhusus kelas IAT A. Terimakasih sudah menjadi bagian cerita terindah. Semoga kesuksesan dan keberkahan selalu menyertai kalian semua.
15. Kepada teman-teman Pondok Pesantren Elfira 4, khususnya kompleks Zainab binti Khuzaimah dan lebih khususnya anggota "Kamarku Istanaku" Erni Sulistiyawati dan Agus Dwi Kharisma Sari, terimakasih untuk kebersamaannya dan sudah menjadi keluarga pertamaku di Elfira. Serta teman-teman kompleks Khadijah khususnya Aulia, Luthfi, Ufi, Edisa, Melani, Risa, Juli, Rere dan Rani terimakasih sudah selalu kebersamai penulis.
16. Kepada anggota Al-Kosiyah kamar K6 Maria Ulfah, S.Pd, Aulia Putri Rahmadani, dan Fatimah Az Zahra yang selalu mengingatkan untuk makan, memberikan perhatian, semangat dan do'a. Terimakasih untuk banyak rasa dan cerita, serta selalu kebersamai penulis selama menulis skripsi.
17. Kepada keluarga kecil KKN 10 angkatan 52; Warda, Nawang, Tika, Lulu, Alfina, Arini, Tesya, Ilham dan Ibnu. Terimakasih banyak untuk pengalamannya. Semoga kalian selalu dalam lindungan-Nya.
18. Kepada orang yang pertama penulis kenal ketika masuk bangku perkuliahan, Dewi Efitia Sari. Terimakasih sudah menjadi teman, sahabat, saudara dan keluarga yang terbaik.

Terimakasih untuk banyak cerita, waktu, dan kesempatan selama hampir 4 tahun ini. Terimakasih untuk selalu kebersamai, terimakasih sudah mau saling menguatkan dan selalu mau menjadi pendengar yang baik. Semoga Allah selalu mempertemukan kita dengan banyak hal baik.

19. Kepada seluruh keluarga besar dan segenap teman-teman penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih sudah memberikan do'a, semangat dan motivasi yang tiada hentinya.
20. Kepada ponakan onlineku, Dmitriev Abraham Hariyanto (Abe) dan Cut Raifa Aramoana. Terimakasih sudah kebersamai penulis selama proses skripsi, terimakasih sudah menjadi penghibur dan *mood booster* sampai selesainya skripsi ini.
21. Kepada diri sendiri, terimakasih sudah mau berjuang dan mampu bertahan sampai detik ini. Terimakasih untuk semua proses dan usaha yang sudah dilakukan dan berhasil dilalui walaupun tidak selalu maksimal. Semoga tetap kuat untuk banyak hal nantinya dan selalu menjadi pribadi yang lebih baik.

Penulis merasa sangat bersyukur dan berterimakasih yang sebanyak-banyaknya kepada semua pihak yang sudah terlibat dalam penulisan skripsi ini. Tidak ada kata yang dapat penulis ungkapkan untuk menyampaikan banyak rasa terimakasih, selain do'a yang dapat penulis panjatkan. Semoga semua kebaikan yang sudah diberikan, diganti dengan beribu nikmat oleh Allah. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari tentu banyak kekurangan. Oleh sebab itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan dan motivasi kedepannya. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi para pembaca. *Amīn*.

Purwokerto, 2 Juli 2024

Penulis



**Khoirunisa Wulan Sari**

**NIM. 2017501038**

## PERSEMBAHAN

*Bismillāhirrahmānirrahim*

*Alhamdulillahirabbil'ālamīn*, segala puji dan syukur bagi Allah Yang Maha Kuasa. Karena telah memberikan penulis kasih sayang, kesempatan dan nikmat yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat dan salam semoga tersampaikan kepada nabi Muhammad Saw. yang diharapkan syafa'atnya dihari kiamat nanti. Amīn.

Dengan mengucap rasa syukur yang tiada henti, penulis mempersembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, bapak Suparman dan ibu Wiwik Yulianti yang selalu memberikan do'a-do'a tiada henti, menjadi pendengar yang baik, memberikan semangat dan menjadi *supportsystem* yang luar biasa. Serta kedua adik tercinta Leila Jihady Hanifa dan Laili Jihady Hanifa yang selalu menghibur penulis.
2. Kepada bude tersayang ibu Wiwin Wahyuningsih yang selalu memberikan rasa kasih sayangnya kepada penulis tanpa kurang sedikitpun dan sudah menjadi pengganti ibu selama penulis melaksanakan pendidikan di Purwokerto. Serta kepada pakde tersayang, alm. Nurrohman beliau yang semasa hidupnya juga memberikan rasa kasih sayang yang luar biasa kepada penulis. Karena pakde dan bude penulis sampai kepada bangku perkuliahan di Purwokerto ini. Ingin sekali penulis menunjukkan karya ini kepada pakde sebagai catatan indah yang menjadi salah satu proses studi penulis. *Qadarullah*, semoga kelak dapat bertemu kembali di surga-Nya kelak Amīn. *al-Fatihah*.
3. Kepada guru-guru penulis terutama Ust. Abdul Rochim dan Ummi Pratiwi Nur Khasanah yang sudah mau dengan ikhlas memberikan ilmunya, serta memberikan banyak masukan dan nasihat untuk penulis.
4. Kepada seluruh keluarga besar dan saudara-saudara penulis yang selalu memberikan do'a terbaik dan dukungan.

Semoga Allah selalu memberikan keberkahan dan kebaikan serta membersamai beliau dalam setiap langkahnya.

## MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya”*

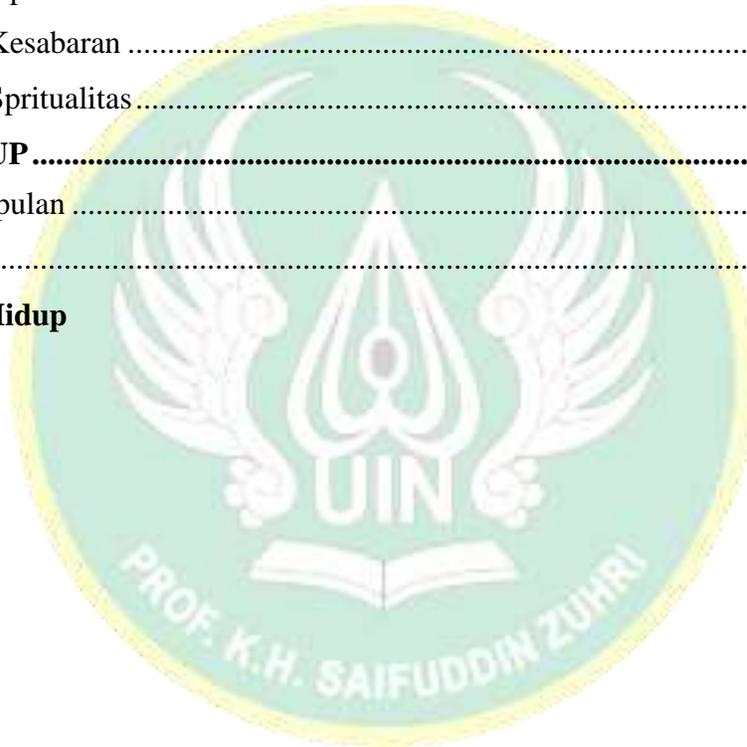
(QS. Al-Baqarah: 286)



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Telaah Pustaka .....	7
F. Kerangka Teori .....	11
G. Metode Penelitian .....	14
H. Sistematika Pembahasan .....	17
<b>BAB II KONSEP RESILIENSI PADA FASE DEWASA AWAL DALAM AL-QUR'AN.</b> 19	
<b>A. Konsep Resiliensi</b> .....	<b>19</b>
1. Pengertian Resiliensi Secara Umum .....	19
2. Dimensi Resiliensi .....	20
3. Aspek-aspek Resiliensi.....	21
4. Faktor-faktor Resiliensi .....	23
5. Ciri-ciri Resiliensi .....	25
6. Fungsi Resiliensi .....	27
<b>B. Fase Dewasa Awal</b> .....	<b>28</b>
1. Pengertian Fase Dewasa Awal .....	28
2. Tugas-tugas Perkembangan Dewasa Awal .....	29

<b>C. Konsep Resiliensi Dalam Al-Qur'an .....</b>	<b>33</b>
1. Proses Penyesuaian Diri .....	34
2. Tidak Putus Asa.....	49
3. Tawakal .....	56
<b>BAB III RELEVANSI AL-QUR'AN DENGAN PEMBENTUKAN RESILIENSI TERHADAP FASE DEWASA AWAL.....</b>	<b>76</b>
<b>A. Penerapan Konsep Resiliensi Dan Relevansinya Pada Fase Dewasa Awal .....</b>	<b>76</b>
1. Efikasi Diri ( <i>Self Efficacy</i> ).....	79
2. Pengendalian Impuls ( <i>Impulse Control</i> ).....	80
3. Optimisme .....	81
4. Kesabaran .....	82
5. Spritualitas .....	82
<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>84</b>
A. Kesimpulan .....	84
B. Saran.....	85
<b>Daftar Riwayat Hidup</b>	



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Penggunaan istilah dewasa ditujukan pada organisme yang telah matang tetapi lazimnya merujuk kepada manusia. Jika dibandingkan dengan masa sebelumnya, masa dewasa adalah waktu yang paling lama dalam rentang kehidupan (Jahja, 2011). Masa dewasa awal biasanya dimulai usia 18 tahun sampai kira-kira usia 40 tahun. Pada masa ini biasanya ditandai dengan selesainya pertumbuhan pubertas dan organ kelamin yang telah berkembang serta mampu bereproduksi. Ketika memasuki masa ini, individu mengalami perubahan fisik dan psikologis tertentu bersamaan dengan masalah-masalah penyesuaian diri dan harapan-harapan terhadap perubahan tersebut (Maulidya, Adelina, & Hidayat, 2018).

Masa dewasa diawali dari masa dewasa awal. Pada periode ini merupakan tahap yang sulit dalam rentang kehidupan, karena pada masa dewasa individu mulai melepaskan diri dari orang tua, guru dan orang lain untuk mendapatkan bantuan dan berusaha hidup mandiri (Santrock, 2011). Menurut Papalia, masa dewasa awal merupakan usia produktif, tetapi juga merupakan usia dimana timbul berbagai masalah yang berkaitan dengan tugas perkembangan diri masa ini serta mengalami ketegangan emosi (Papalia, Olds, & Feldman, 2001).

Masa dewasa awal juga disebut sebagai masa pencarian kemandirian serta masa produktif. Yaitu suatu masa dimana penuh tantangan serta ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen, periode mewujudkan mimpi dan idealisme, periode perubahan ketergantungan nilai-nilai dan masa kreatif serta penyesuaian diri pada pola

hidup baru. Pada masa dewasa awal individu banyak menghadapi permasalahan-permasalahan yang nyata, saat menjalin relasi sosial, ketika berusaha untuk membangun karir dan sebagainya. Permasalahan seperti ini, pada masa perkembangan sebelumnya (remaja) hanya sebatas topik pembicaraan antar remaja yang berkaitan dengan tujuan hidupnya kelak (Kirani, 2011).

Pada masa ini pula individu dihadapkan dengan banyak sekali pilihan yang membawa kepada proses pembentukan arah kehidupan kedepannya. Adanya tekanan untuk sukses pada dunia perkuliahan, mendapatkan pekerjaan layak, serta mampu menghasilkan pendapatan yang memadai, merupakan beberapa hal yang dapat menjadi sumber stress atau *stressor* pada kalangan dewasa awal. Hasil dari *stressor-stressor* tersebut membawa dampak bagi kesehatan mental dewasa awal yang beragam bentuknya. Puncaknya yaitu pada tindakan bunuh diri, merupakan salah satu dari masalah utama yang mungkin saja dihadapi dewasa awal (Santrock, 2011).

Angka bunuh diri tumbuh pesat pada rentang usia sekitar 15 tahun. Selain itu, data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa bunuh diri terjadi sepanjang masa hidup serta merupakan penyebab utama kematian kedua dikalangan usia 15-29 tahun diseluruh dunia. Hal tersebut memberikan bukti bahwa kalangan dewasa awal memiliki resiko tinggi untuk melakukan tindakan bunuh diri. Berbagai upaya pencegahan telah dilakukan untuk mencegah bunuh diri, seperti yang dilakukan *International Association Of Suicide Prevention* (IASP) dan *World Health Organization* (WHO) dengan mencanangkan hari pencegahan bunuh diri yang dideklarasikan di Stockholm pada 10 september 2003, tetapi angka bunuh diri masih tinggi. Terdapat 800.000 kematian setiap tahunnya di dunia akibat bunuh diri. Indonesia dengan jumlah penduduk 285 juta jiwa, menurut data WHO pada 2019 menunjukkan kasus bunuh diri

terjadi 4,8 per 100.000 penduduk. Sehingga dapat disimpulkan terdapat 10.000 fenomena bunuh diri di Indonesia setiap tahunnya atau terdapat satu orang meninggal setiap jam karena bunuh diri (Safari, 2020).

Dalam menjalani masa dewasa awal bukanlah hal yang mudah, banyak sekali tantangan serta cobaan, juga hal-hal baru yang ditemui sehingga membutuhkan penyesuaian diri yang baik serta adanya tekanan kehidupan yang datang. Oleh karena itu, perlunya dukungan dari orang yang dapat membawa dampak positif bagi dirinya serta dukungan dari diri sendiri yang tidak kalah penting agar selalu yakin dan mampu untuk melalui cobaan serta tantangan yang hadir pada masa dewasa awal ini. Kemampuan untuk tetap bertahan dan tidak mudah putus asa dalam menghadapi tantangan dan cobaan disebut dengan resiliensi (ketangguhan). Dalam lingkup kajian psikologi serta psikiatri, istilah resiliensi diadopsi sebagai ganti istilah sebelumnya yang pernah digunakan para peneliti untuk menggambarkan sebuah fenomena seperti *invulnerable* (kekebalan), *invincible* (ketangguhan), dan *hardy* (kekuatan), karena dalam prosesnya menjadi resilien mencakup pengenalan rasa sakit, perjuangan serta penderitaan (Munawaroh & Mashudi, 2019).

Wagnild dan Young mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk dapat pulih dengan cepat dari situasi yang tidak menyenangkan serta sebagai ciri kepribadian positif yang dapat meningkatkan kemampuan individu untuk beradaptasi dan menghadapi emosi negatif dan stress. Snyder dan Lopez mengemukakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat beradaptasi ketika individu sedang berada dibawah situasi yang kurang menguntungkan ataupun kurang menyenangkan. Reivich dan Shatte melakukan penelitian di Universitas Pennsylvania selama lebih dari 15 tahun dan mengungkapkan bahwa resiliensi memegang peran yang

sangat penting dalam kehidupan individu, resiliensi juga merupakan hal yang penting dalam meraih kesuksesan dan kebahagiaan. Lebih spesifik, Reivich dan Shatte mengemukakan lebih dari lima puluh tahun penelitian ilmiah dengan kuat menunjukkan resiliensi merupakan kunci keberhasilan di tempat kerja serta kepuasan dalam hidup (Mir'atannisa, Rusmana, & Budiman, 2019).

Resiliensi berkaitan dengan tujuh hal. Menurut Grothberg terdapat tujuh komponen utama yaitu: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, *casual analysis* (kemampuan menganalisis masalah), efikasi diri, serta peningkatan aspek positif (Nahri, 2021). Reivich dan Shatte mengungkapkan mengenai beberapa ciri individu yang memiliki resiliensi seperti kemampuan untuk mengatasi stress, bersikap realistis dan optimis ketika menghadapi masalah serta mampu mengekspresikan dengan nyaman pikiran dan perasaannya. Goldstein dan Brooks menyebutkan beberapa ciri individu yang memiliki resiliensi, seperti mampu menghadapi setiap tantangan serta mampu untuk pulih dari kekecewaan dan trauma, menjadikan tujuan hidupnya lebih jelas dan realistis serta mampu memecahkan masalah dan mempunyai kehidupan sosial yang lebih baik (Pratiwi & Yuliandri, 2022).

Tidak hanya dari segi psikologi kontemporer untuk membahas resiliensi, tetapi dalam pandangan Islam juga membahas terkait resiliensi. Resiliensi dapat difahami sebagai kemampuan, kapasitas atau ketahanan yang dimiliki seorang insan, sebuah kelompok ataupun masyarakat luas untuk dapat menjauhkan efek yang merugikan dari hal yang kurang menyenangkan, sehingga dapat membawa hidupnya menjadi lebih baik (Wahida E. Y., 2018). Pemahaman ajaran Islam yang tertuang dalam al-Qur'an dan al-Hadits mengenai konsep resiliensi memiliki kaitan erat dengan makna kemampuan

individu dalam menghadapi tantangan serta ujian dan permasalahan dalam kehidupannya terutama dalam menjalani fase dewasa awal ini (Setiawan & Ahmad, 2018).

Dalam perspektif Islam, sangat banyak sekali tuntunan yang harus dilaksanakan individu untuk dapat menghadapi permasalahan, cobaan serta kesulitan dalam kehidupan. Begitupun dalam perspektif al-Qur'an dan hadits memaparkan bahwa individu akan diberikan cobaan ataupun ujian dari Allah (Amaliya, 2017). Cobaan merupakan sebuah bentuk ujian dari Allah untuk hamba-Nya supaya dapat melihat kesabaran dan ketabahan dari hamba-Nya dalam menghadapi cobaan dalam kehidupan sebab hal tersebut merupakan bentuk karakteristik individu yang resilien (Wahida E. Y., 2018).

Dalam tulisan ini menggunakan metode *maudhu'I* sebagai langkah untuk menghimpun ayat-ayat yang dibahas mengenai resiliensi. Metode *maudhu'I* menurut mayoritas ulama yaitu menghimpun seluruh ayat al-Qur'an dengan memiliki tujuan dan tema yang serupa (Al-Farmawi, 1997). Semua ayat yang memiliki kaitan dengan suatu tema yang dibahas, dikaji dan dihimpun secara terperinci serta tuntas seperti *asbab an-nuzul*, kosakata dan lain sebagainya. Dalam proses pengkajiannya didukung dengan dalil-dalil yang dapat diperanggjawabkan secara ilmiah, baik argumen yang berasal dari al-Qur'an, hadits, maupun pemikiran yang rasional (Setiawan & Faqih, 2021).

Ciri utama dari metode tafsir *maudhu'I* yaitu menitik beratkan kepada suatu tema, judul ataupun topik yang dibahas. Dalam menggunakan metode tematik ini, diharuskan mencari tema-tema segar dalam al-Qur'an yang berasosiasi langsung dengan kehidupan masyarakat. Tema-tema yang dipilih kemudian dikaji secara tuntas dari berbagai aspek, sesuai dengan petunjuk dalam ayat-ayat al-Qur'an yang ditafsirkan (Setiawan & Faqih, 2021).

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, definisi resiliensi yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu bagaimana individu tetap tangguh dalam menghadapi tuntutan, tantangan, ujian, cobaan, serta permasalahan pada fase dewasa awal dengan keyakinan terhadap Sang Pencipta bahwa segala permasalahan dapat tuntas ketika melibatkan Allah dalam kehidupannya. Sehingga dapat memperkuat keimanan dan keyakinan individu terhadap Sang Pencipta, serta membentuk pribadi yang resilien. Dalam hal ini terdapat 18 ayat mengenai konsep resiliensi yang terisyarat dengan baik. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam mengenai **Konsep Resiliensi Dalam Al-Qur'an.**

## **B. Rumusan Masalah**

Dari pemaparan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana konsep resiliensi dalam al-Qur'an?
2. Bagaimana relevansi al-Qur'an dengan pembentukan resiliensi terhadap fase dewasa awal?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dengan rumusan masalah tersebut maka diperoleh tujuan penelitian ini sebagai berikut :

1. Menjelaskan konsep resiliensi dalam al-Qur'an.
2. Menganalisis relevansi al-Qur'an dengan pembentukan resiliensi terhadap fase dewasa awal.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian yang dilakukan sebagai berikut :

##### **a. Manfaat teoritis**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih pemikiran dan khazanah keilmuan dalam bidang al-Qur'an terkhusus wilayah Tafsir Indonesia yang berkaitan dengan konsep resiliensi dalam al-Qur'an serta implementasinya terhadap fase dewasa awal beserta dengan analisis pembentukan relevansi terhadap fase dewasa awal. Serta memiliki manfaat bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan tema yang serupa.

##### **b. Manfaat Praktis**

Manfaat yang diharapkan bagi masyarakat yaitu supaya pembaca dapat memahami konsep resiliensi dalam al-Qur'an dan relevansinya dengan pembentukan resiliensi pada fase dewasa awal. Dengan memahami konsep resiliensi dalam al-Qur'an diharapkan pembaca mampu membangun pemahaman terhadap pembentukan resiliensi untuk fase dewasa awal. Dengan pemahaman yang baik terkait konsep resiliensi terhadap fase dewasa awal diharapkan masyarakat memiliki ketahanan dalam memasuki fase dewasa awal atau dapat bangkit kembali setelah menghadapi fase dewasa awal.

#### **E. Telaah Pustaka**

*Pertama*, Jurnal yang ditulis Evita Yuliatul Wahida pada tahun 2018 dengan judul *Resiliensi Perspektif Al-Qur'an*. jurnal ini berisi tentang resiliensi perspektif al-Qur'an, diantaranya karakteristik resiliensi perspektif al-Qur'an yaitu memiliki ketabahan dan kesabaran, memiliki sikap optimis, dan pantang menyerah, mempunyai sikap berjiwa besar serta berjihad di jalan Allah. Jika mengambil struktur kepribadian Islam, terdapat

tiga tingkatan resiliensi yang terdiri dari : tingkatan rendah yang disebut dalam perspektif Barat dengan *quitters*, tingkat tersebut dapat disesuaikan dengan kepribadian *ammarah* yang cenderung mengejar prinsip hedonism. Kemudian pada tingkatan pertengahan yang sejajar dengan kepribadian *lawwamah* dimana terletak antara kepribadian *ammarah* dan *uthma'innah*. Dalam perspektif Barat, tingkatan resiliensi paling tinggi disebut dengan *climber* yang bisa dibandingkan dengan kepribadian *muthmai'innah*. Dalam meningkatkan resiliensi terdapat tiga cara dan tahap, dikaitkan untuk meningkatkan kualitas diri dalam dunia tasawuf sering disebut dengan 3T (*takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*) (Wahida E. Y., 2018).

*Kedua*, Jurnal yang ditulis oleh Muhammad Syafiq Mughni dan Muhammad Marzuk pada tahun 2022 dengan judul *Tafsir Ayat Psikologi Memaknai Ayat Al-Qur'an Tentang Resiliensi Jiwa Dan Urgensinya Dalam Kehidupan Sosial*. Jurnal ini berisi tentang resiliensi jiwa dan urgensinya dalam dimensi sosial. Dalam proses resiliensi ada beberapa aspek yang perlu dimiliki individu yang resiliensi yaitu regulasi emosi, *impulse control*, *optimize*, *casual analysis*, empati, efikasi diri dan *reaching out*. Interpretasi dalam ayat al-Qur'an yang didalamnya berkaitan dengan resiliensi terdapat dalam surat *Al-A'raf* ayat 50 tentang regulasi emosi, dalam surat *Al-A'raf* ayat 10 mengenai *impulse control*, surat *An-Nisa* ayat 8 mengenai empati, kemudian surat *Az-Zumar* ayat 53 mengenai optimisme, selanjutnya dalam surat *Ali Imran* ayat 160 mengenai efikasi diri, dan dalam surat *Al-Hasyr* ayat 18 membahas tentang *reaching out* (Mughni & Marzuk, 2022).

*Ketiga*, Jurnal yang ditulis Moh. Abdul Kholiq Hasan pada tahun 2022 dengan judul *Ajaran Resiliensi dalam Al-Qur'an Surat Yusuf untuk Menghadapi Pandemi Covid-19*. Jurnal ini berisi tentang ajaran resiliensi dalam surat *Yusuf* dan implementasinya untuk Indonesia pada masa pandemi COVID-19. Ajaran resiliensi dalam surat *Yusuf* secara umum terbagi menjadi tiga faktor utama yaitu takwa (*I have*), sabar (*I am*), dan ihsan (*I can*). Dari aspek resiliensi dalam surat *Yusuf* yang dapat di implementasikan dalam masa pandemi COVID-19 yaitu sabar, syukur, tawakal, optimis, inovatif serta solutif, percaya diri, reputasi, empati, dan amanah, serta professional dan do'a. ajaran resiliensi dalam surat *Yusuf*, peran nilai-nilai spiritual dalam proses membangun resiliensi lebih menentukan, disbanding dengan ajaran resiliensi model Barat. Semakin tinggi tingkat spiritual yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimilikinya (Hasan, 2022).

*Keempat*, Jurnal yang ditulis oleh Muhammad Andri Setiawan dan Karyono Ibnu Ahmad pada tahun 2018 dengan judul *Keterampilan Resiliensi Dalam Perspektif Surat Ad-Dhuha*. Jurnal ini berisi tentang bagaimana membentuk keterampilan resiliensi perspektif surat *Ad-Dhuha*. Kemudian terdapat beberapa pelaksanaan keterampilan resiliensi dengan surat *Ad-Dhuha* yaitu ayat 1-3 surat *Ad-Dhuha* merupakan substansi dari langkah membangun kemampuan regulasi emosi dalam menenangkan diri dengan baik dalam keadaan lapang maupun sempit, ayat 4 dimaknai sebagai hari esok lebih baik dari hari ini sebagai suatu bukti pengendalian impuls, ayat 5 sebagai *self-esteem* dalam menghadapi kehidupan dengan meyakini kelak Tuhan akan memberi anugerah sehingga hati menjadi puas, ayat 6 sebagai upaya membangun empati serta kesadaran diri, ayat 7 pemanfaatan petunjuk-petunjuk yang berasal dari al-qur'an dan hadits yang diperoleh dari dakwah sehingga menjadi kekuatan spiritualitas, ayat 8 memanfaatkan

keterbatasan serta kekurangan menjadi suatu kelebihan sehingga dapat membangun komitmen terhadap diri sebagai bentuk efikasi diri, ayat 10 menekankan pada pribadi manusia untuk selalu mawas diri, dan ayat 11 bentuk nikmat Allah yang diberikan baik yang berasal dari lisan maupun diungkapkan kepada orang lain sebagai bentuk pembelajaran (Setiawan & Ahmad, 2018).

*Kelima*, Jurnal oleh Nyayu Afifah Thahira Khairunnisa dan Primatia Yogi Wulandari pada tahun 2023 dengan judul *Peran Resiliensi Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal*. Jurnal ini berisi tentang apakah terdapat peran dari resiliensi terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa adanya peran resiliensi terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal. Besar peranan resiliensi terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal yaitu 22,6%. Resiliensi dapat berperan terhadap *quarter life crisis* sebab resiliensi membantu individu dalam menyesuaikan diri pada setiap kondisi, mendorong individu untuk mencari pengalaman baru, serta menimbulkan emosi positif pada individu sehingga dapat menghadapi tantangan yang ada (Khairunnisa & Wulandari, 2023).

*Keenam*, Jurnal yang ditulis Amelia Fitria Rahmah, Dwi Sarwindah Sukiatni, RahmaKusumandari pada tahun 2023 dengan judul *Quarter Life Crisis Pada Early Adulthood: Bagaimana Tingkat Resiliensi Pada Dewasa Awal?*. Jurnal ini berisi tentang pengetahuan mengenai tingkat resiliensi pada dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis*. Hasil dari penelitian ini adalah semakin tinggi tingkat resiliensi maka kecenderungan *early adulthood* mengalami *quarter life crisis* akan semakin rendah. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi maka kecenderungan *early adulthood* mengalami *quarter life crisis* akan semakin tinggi. Hasil dalam penelitian ini yang dimaksud dengan *quarter life crisis* yaitu individu yang merasa khawatir atau

mencemaskan masa depan, *overthinking* serta *insecure* dengan kehidupan atau bingung dengan arah tujuan hidup (Rahma, Sukiatni, & Kusumandari, 2023).

Dari hasil telaah pustaka diatas, terdapat perbedaan penelitian yang penulis lakukan dengan penelitian terdahulu, yaitu pada fokus penelitian dimana peneliti saat ini menggunakan ayat-ayat yang berkaitan dengan konsep resiliensi dalam al-Qur'an. Serta memiliki relevansi terhadap fase dewasa awal dan sumber primer yang digunakan adalah al-Qur'an. oleh karena itu, adanya penelitian terdahulu dapat dijadikan referensi oleh penulis, karena adanya keterkaitan beberapa variabel yang akan diteliti.

## F. Kerangka Teori

Dalam penelitian ini menggunakan konsep resiliensi. Resiliensi merupakan salah satu konsep yang relatif baru dalam ranah kajian psikologi. Secara istilah, resiliensi dalam psikologi yang memiliki arti kemampuan individu atau seseorang dalam merespon suatu tekanan; pandai menemukan pemecahan atas suatu masalah yang dihadapinya. Serta memiliki keyakinan kuat bahwa suatu masalah bukanlah sebuah akhir dari hidupnya (Hasan, 2022).

*American Psychological* mendefinisikan resiliensi sebagai proses penyesuaian diri dari sebuah kesulitan atau permasalahan yang dapat memicu individu stress (Nashori & Saputro, 2020). Definisi resiliensi yang dikemukakan menurut Bonnano yaitu “*Resilience the ability of adults in otherwise normal circumstances who are exposed to an isolated and potentially highly disruptive event such as the death of a close relation or a violent or life-threatening situation to maintain relatively stable, healthy levels of psychological and physical functioning...as well as the capacity for generative experiences and positive emotions*” artinya yaitu resiliensi dapat dilihat sebagai sebuah kemampuan orang dewasa dalam keadaan normal untuk dapat bertahan dalam keadaan yang relatif stabil, serta

fungsi psikologis dan fisik yang sehat jika mengalami peristiwa yang menyebabkan terisolasi dan memiliki potensi yang sangat mengganggu hingga mengancam jiwanya (Bonnano & dkk, 2007).

Kemudian Grothberg mengemukakan pendapatnya mengenai resiliensi sebagai suatu kemampuan serta kapasitas insani yang dimiliki oleh individu, kelompok, atau bahkan masyarakat yang memungkinkannya untuk dapat menghadapi, mencegah, meminimalisir bahkan menghilangkan dampak yang bisa merugikan individu dari kondisi yang tidak menyenangkan (Grothberg, 1999).

Dari beberapa definsi para ahli diatas mengenai resiliensi, penulis dapat mengklasifikasikan bahwa resiliensi terdiri atas; 1) Proses penyesuaian diri dalam berusaha menemukan solusi terbaik dari permasalahan menggunakan term *jihād*, 2) Tidak putus asa sehingga mampu bertahan dalam situasi yang tidak menyenangkan dengan menggunakan term *yaisa* dan *qana'at*, 3) Berserah diri dan percaya kepada Allah menggunakan term tawakal.

Jihad secara morfologis, berasal dari kata kerja *jāhada-yujāhidu* yang artinya mencurahkan daya upaya atau bekerja keras (Bazith, 2014). Ibn Faris dalam *Mu'jam Maqayis al-Lughah* memaparkan bahwa kata jihad berarti *al-masyaqqah* artinya kepayahan (kesulitan) atau yang semakna dengannya. Kemudian menurut Ragib al-Asfahani membagi kepada tiga arti jihad, yaitu; berjuang melawan musuh nyata, berjuang melawan setan, berjuang melawan hawa nafsu (al-Asfahani, 2010). Sedangkan dalam kamus *lisan al-'Arab* jihad diartikan sebagai memerangi musuh, mencurahkan segala kemampuan dan tenaga berupa kata-kata, perbuatan atau segala sesuatu sesuai kemampuan (Muhammad Jamaluddin, 1990).

Dalam al-Qur'an dijelaskan berdasarkan periode Makkah, jihad bukan dilakukan dengan perang tetapi dengan mencurahkan segala kemampuan untuk menghadapi orang-orang musyrik dengan kalimat yang menyentuh nalar dan qalbu sebab melihat situasi serta kondisi umat Islam yang masih lemah dan belum memiliki kekuatan fisik. Sedangkan jihad pada periode Madinah lebih condong diartikan sebagai 'perang' yaitu usaha kaum muslimin untuk membalas serangan yang ditujukan kepada mereka (Bazith, 2014). Tetapi dalam konteks pembahasan ini, jihad dapat dikembangkan ke dalam wilayah psikologi yaitu untuk membahas tentang konsep resiliensi.

Term *jihād* dalam penelitian ini disebut sebagai proses penyesuaian diri. Karena pada konsepnya resiliensi merupakan sebuah proses penyesuaian diri dari sebuah kesulitan atau permasalahan, sehingga diperlukan kesungguhan (berjihad) untuk menemukan penyelesaian masalah. Dalam kitab *mu'jam al-mufahras li alfāzi al-Qur'ān* beserta derivasinya disebut sebanyak 41 kali dan tersebar dalam 19 surat. Berikut ayat-ayat yang berkenaan dengan jihad dalam penelitian ini; Ali 'Imran: 42, Al-Ma'idah: 35, Al-Anfal: 72, At-Taubah: 16 dan 20.

Selanjutnya untuk proses penyesuaian diri dalam menghadapi permasalahan yang datang pada fase dewasa awal sehingga tidak mudah berputus asa dalam mencari solusi terbaik menggunakan term *yaisa* dan *qana'at* yang berarti berputus asa dari sesuatu. Tetapi dalam penelitian ini mengacu kepada ayat-ayat mengenai larangan berputus asa sebagai salah satu konsep resiliensi. Konsep resiliensi disebut sebagai kemampuan bertahan atau tidak mudah putus asa dalam menghadapi permasalahan. Sebab resiliensi merupakan sebuah kemampuan untuk dapat bertahan dalam keadaan yang kurang stabil.

Al-Qur'an menyebut term *yaisa* beserta derivasinya disebut sebanyak 9 kali yang tersebar dalam 13 ayat dan 9 surat. Sementara term *qana'ata* beserta derivasinya disebut sebanyak 6 kali tersebar dalam 5 ayat dan 5 surat. Berikut ayat-ayat yang berkaitan dengan term *yaisa* dan *qana'ata* dalam penelitian ini; Yusuf: 87, Al-Hijr: 55-56, dan Az-Zumar: 53.

Terakhir yaitu term tawakal. Pengertian tawakal secara umum diambil dari bahasa Arab. Menurut kamus *lisanul 'Arab* berawal dari kata *wakala* yang berarti menyerahkan (Muhammad Jamaluddin, 1990), "*tawakal tu 'ala Allah*" artinya aku menyerahkan kepada Allah. Secara istilah tawakal dapat diartikan sebagai sikap bersandar serta mempercayakan diri kepada Allah. Tawakal merupakan usaha secara maksimal dibarengi dengan kepercayaan kepada Allah bukan dengan kepasrahan serta malas berpangku tangan (Apriani, 2018).

Dalam penelitian ini tawakal yang termasuk kedalam konsep resiliensi, karena dalam penyelesaian suatu masalah ketika sudah melakukan usaha sungguh-sungguh (jihad) untuk mencari solusi atas permasalahan, kemudian tidak mudah putus asa dengan keadaan maka tingkatan terakhir adalah tawakal yaitu menyerahkan seluruh usaha dan hasilnya kepada Allah. berikut ayat-ayat yang berkaitan dengan tawakal; Ali Imran: 122 dan 159, At-Taubah; 129, Ibrahim: 12 dan An-Nahl: 41-42.

Maka dengan tiga hal tersebut dalam penelitian ini penulis melihat ayat-ayat yang terkait dengan penyesuaian diri, tidak putus asa dan tawakal.

## **G. Metode Penelitian**

Metode penelitian merupakan sebuah cara ilmiah untuk mendapatkan data yang sesuai dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2016). Untuk mengetahui hasil dari penelitian ini, maka peneliti menggunakan metode sebagai berikut :

## 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu (*library research*) atau studi kepustakaan. Titik fokus dalam penelitian ini yaitu pada pencarian data dan sumber literatur yang berkaitan dengan tema pembahasan yaitu Konsep Resiliensi Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Pada Fase Dewasa Awal.

## 2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi dua jenis, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer yang digunakan yaitu al-Qur'an mengenai ayat resiliensi. Kemudian sumber data sekunder yang digunakan oleh peneliti berasal dari penelitian ilmiah seperti buku-buku, kitab tafsir atau jurnal serta artikel yang berkaitan dengan pembahasan yang akan dikaji.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan metode tafsir *maudhu'I* (tematik). Dalam penggunaan metode ini, mengarahkan kepada pembahasan satu tema tertentu, kemudian mencari pandangan dalam al-Qur'an mengenai tema tersebut dengan menggunakan cara menghimpun seluruh ayat yang berkaitan dengan tema tersebut, kemudian melakukan analisis, setelah itu memahami ayat demi ayatnya, lalu menghimpun ayat yang bersifat umum dikaitkan dengan yang khusus, ayat yang *muthlaq* disandingkan dengan yang *muqayyad*, kemudian menyimpulkan seluruh ayat yang telah dianalisis dalam satu tulisan dengan pandangan yang menyeluruh serta tuntas yang didalamnya membahas tema tersebut (Shihab M. Q., 2021).

Al-Farmawi membagi metode tafsir *maudhu'I* kedalam dua macam. Dimana kedua metode tafsir *maudhu'I* Al-Farmawi ini memiliki tujuan yang serupa yaitu menjelaskan hukum-hukum serta keterkaitan antar tema dalam al-Qur'an, serta

memahami petunjuk al-Qur'an yang memiliki kaitan dengan kemaslahatan makhluk (Al-Farmawi, 1997). Kedua macam metode tafsir *maudhu'I* tersebut yaitu :

*Pertama*, membahas satu surat dalam al-Qur'an secara tuntas dan menyeluruh, disertai penjelasan maksud-maksud umum dan khususnya secara garis besar dengan cara mencari hubungan ayat yang satu dengan yang lainnya, atau antara satu pokok masalah dengan pokok masalah yang lainnya. Dengan menggunakan metode ini, surat tersebut dikaji secara menyeluruh dan tuntas dengan bentuk yang utuh, teratur, cermat serta penuh ketelitian. Metode *maudhu'I* seperti ini bisa juga disebut dengan *tematik plural (al-maudhu'I al-jam')*, dengan alasan tema yang dibahas lebih dari satu (Setiawan & Faqih, 2021).

*Kedua*, tafsir yang mengumpulkan serta menyusun ayat-ayat al-Qur'an yang mempunyai keseragaman bahasa dan tema, kemudian mengambil penjelasan dan kesimpulan. Sistematika dalam penyajian ini dirasa lebih spesifik serta memiliki pengaruh dalam proses penafsiran yang bersifat metodologis.

Bentuk yang kedua dalam metode tafsir *maudhu'I* Al-Farmawi ini lebih sering digunakan, dan seperti menjadi standar umum dalam kerangka tafsir *maudhu'I* itu sendiri. Metode yang kedua ini disebut dengan metode *tematik singular (al-maudhu'I al-ahadi)* artinya satu, dapat terlihat dari hanya satu tema saja yang dibahas (Setiawan & Faqih, 2021).

Berikut merupakan langkah-langkah dalam menggunakan metode tafsir *maudhu'I* Al-Farmawi yaitu (Al-Farmawi, 1997):

- a. Menetapkan masalah yang akan dikaji (topik)
- b. Mengumpulkan ayat-ayat yang berkaitan dengan masalah yang akan dikaji

- c. Menyusun runtutan ayat sesuai masa turunnya, disertai dengan penjelasan *asbab al-nuzul* nya
- d. Melakukan pemahaman atas korelasi ayat-ayat yang digunakan
- e. Menyusun pembahasan dengan kerangka sempurna
- f. Melengkapi pembahasan dengan hadits-hadits yang relevan dengan pokok kajian mengumpulkan ayat-ayat yang memiliki pengertian yang serupa atau menyandingkan antara ayat yang *'am* (umum) dengan ayat *khas* (khusus), ayat yang *mutlaq* dan *muqayyad*, sehingga semua menjurus kepada satu pemahaman tanpa adanya perbedaan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan pengkajian secara mendalam terhadap sumber data primer kemudian dikolaborasikan dengan sumber data sekunder yang sudah didapat untuk menghasilkan analisis data secara valid dan komprehensif.

#### 4. Teknik Pengolahan Data

Penelitian ini merupakan penelitian jenis kualitatif menggunakan metode deskriptif analisis untuk menjelaskan konsep resiliensi. Jenis penelitian kualitatif mengedepankan eksplorasi dan pemahaman terhadap fenomena. Untuk dapat memahami fenomena tersebut peneliti melakukan pengumpulan data dan teks, setelah semua data dan informasi terkumpul kemudian dilakukan analisis dan dijelaskan (Creswell, 2015).

### H. Sistematika Pembahasan

Untuk memberi kemudahan dalam penulisan ini, aka penulis secara sistematis membagi kedalam empat bab pembahasan sebagai berikut :

Bab 1 : pendahuluan, berisi gambaran secara umum mengenai penelitian yang akan diteliti secara keseluruhan, meliputi : latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian, telaah pustaka, dan sistematika pembahasan.

Bab 2 : Pada bab ini akan dibahas mengenai konsep resiliensi pada fase dewasa awal dalam al-Qur'an. *Pertama*; menerangkan tentang resiliensi menurut para ahli, dimensi resiliensi, aspek-aspek resiliensi, faktor-faktor resiliensi, ciri-ciri resiliensi, dan fungsi resiliensi. *Kedua*; menerangkan tentang fase dewasa awal menurut para ahli dan tugas-tugas perkembangan dewasa awal. *Ketiga*; menerangkan tentang konsep resiliensi dalam al-Qur'an.

Bab 3 : Menjelaskan tentang relevansi al-Qur'an dengan pembentukan resiliensi terhadap fase dewasa awal. Membahas penerapan konsep resiliensi dan relevansinya pada fase dewasa awal

Bab 4 : Merupakan penutup, berisi kesimpulan dan saran yang memiliki keterkaitan dengan konsep resiliensi pada fase dewasa awal dalam al-Qur'an dan relevansinya dengan pembentukan resiliensi terhadap fase dewa awal, serta saran-saran yang berkaitan dengan permasalahan yang dibahas.

## **BAB II**

### **KONSEP RESILIENSI PADA FASE DEWASA AWAL DALAM AL-QUR'AN**

#### **A. Konsep Resiliensi**

##### **1. Pengertian Resiliensi Secara Umum**

Secara umum, definisi resiliensi dapat bermakna sebagai sebuah kemampuan untuk dapat mengatasi kekurangan, perubahan gangguan, atau suatu hal yang mengacu pada daya lenting diri (ketahanan diri) terhadap segala macam permasalahan. Resiliensi merupakan sebuah karakteristik kuat yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut dapat melewati segala macam permasalahan, tantangan, serta ujian dalam kehidupannya (Pramesti, 2023).

Resiliensi merupakan sebuah hal yang penting dan memiliki berbagai macam manfaat dalam kehidupan. Setiap individu pasti mempunyai kesulitan dalam kehidupannya dan dalam hal merespon setiap kesulitan yang datang pasti berbeda-beda. Bagi individu yang tidak memiliki kemampuan dalam melewati kesulitan serta tantangan akan merasakan kekecewaan, maka dari itu dibutuhkan resiliensi dalam membantu individu bangkit kembali dari permasalahan serta dapat menyesuaikan diri kembali pada lingkungan yang penuh tekanan. Individu yang memiliki resiliensi kuat akan berfikir bahwa masalah yang sedang dihadapinya merupakan tantangan dan bukan sebuah ancaman baginya (Sahara, 2023).

Kemudian dalam buku Psikologi Perkembangan, Recivic mendefinisikan resiliensi sebagai sebuah kemampuan yang dapat digunakan untuk bertahan serta bangkit kembali dan menyesuaikan diri terhadap kondisi sulit bagi individu. Resiliensi juga dapat didefinisikan sebagai sebuah kapasitas dalam merespon suatu

kejadian yang dialami oleh individu secara produktif dan sehat untuk dapat mengolah sebuah tekanan hidup dan menjadikannya sesuatu yang produktif. Resiliensi dapat membuat individu hidup menjadi lebih kuat, artinya resiliensi berhasil membuat individu menyesuaikan diri dalam menghadapi kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, terpuruk serta dapat menyebabkan sakit bahkan kematian. Grothberg mengemukakan bahwa kualitas resiliensi yang terdapat pada setiap individu tidaklah sama, disebabkan karena tingkat usia, tingkat perkembangan, serta intensitas individu dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan (Desmita, 2015).

Jika dilihat dari definisi resiliensi diatas dapat disimpulkan bahwa, resiliensi merupakan sebuah kemampuan yang terdapat dalam diri individu untuk menahan dirinya atau bertahan dari keadaan yang kurang baik agar dapat bangkit kembali (*to bounce back*) dari suatu pengalaman dalam hidup serta kemampuan beradaptasi secara fleksibel dan dapat kembali menjalani kehidupan normal (Pramesti, 2023).

## **2. Dimensi Resiliensi**

Pada fase dewasa resiliensi individu dapat dikembangkan berdasarkan dimensi-dimensi resiliensi yang ada. Taormina (2015) menyatakan bahwa ada empat dimensi resiliensi pada individu saat berada pada fase dewasa yaitu: *Determination*, *Endurance*, *Adaptability*, dan *Recuperability*. Untuk dapat membangun resiliensi dalam kepribadian orang dewasa, sangat diperlukan dalam menentukan empat komponen serta menguraikan pada sifat khususnya pada karakteristik pribadi masing-masing individu (Mir'atannisa, Rusmana, & Budiman, 2019).

*Determination* diartikan sebagai sebuah kekuatan dan keteguhan tujuan yang dimiliki oleh individu serta keputusan individu untuk bertahan dan berhasil, dimana komponen ini menggambarkan dimensi sadar atau kognitif dari resiliensi individu.

Kemudian *Endurance* artinya kekuatan serta ketabahan pribadi yang dimiliki oleh individu untuk bertahan dalam situasi sulit atau tidak menyenangkan tanpa rasa ingin menyerah. Selanjutnya *Adaptability* yaitu kapasitas untuk dapat fleksibel serta mempunyai banyak akal untuk dapat mengatasi situasi lingkungan yang tidak baik dan dapat menyesuaikan diri dengan kondisi yang tidak stabil. Terakhir *Recuperability* yaitu sebuah kemampuan untuk dapat mengembalikan secara fisik dan kognitif, dari berbagai jenis bahaya, kesulitan, atau kemunduran untuk membangun kembali kondisi seperti semula. Jika empat dimensi tersebut dimiliki oleh setiap individu, maka resiliensi dapat ditingkatkan dengan memperkuat salah satu atau semua karakteristik resiliensi tersebut (Mir'atannisa, Rusmana, & Budiman, 2019).

### 3. Aspek-aspek Resiliensi

Jika individu sudah matang dalam resiliensi, setidaknya individu akan memiliki kemampuan dasar untuk dapat mengubah tekanan dalam kehidupan menjadi sesuatu yang wajar untuk diatasi. Menurut penelitian Grothberg, individu resilien memiliki tujuh komponen utama atau aspek utama resiliensi yaitu :

#### a. Regulasi Emosi

Kemampuan individu untuk tetap tenang meskipun dalam situasi dan kondisi yang meresahkan. Hal ini disebabkan karena individu mampu untuk bersabar, menahan amarah, memiliki kontrol perasaan cemas, sedih, dan kesal. Sehingga mempermudah dirinya untuk menemukan solusi dan alternatif pemecahan masalah;

#### b. *Impulse Control* (Pengendalian Impuls)

Kemampuan individu untuk mengendalikan ambisi, keinginan, serta kecintaan terhadap sesuatu, serta mampu untuk mengatur tekanan dan kecemasan.

Individu yang memiliki pengendalian impuls rendah emosinya tidak akan stabil, mudah untuk marah, agresif bahkan dalam perkara ringan, sehingga sangat mudah timbul konflik sosial dalam hidupnya;

c. Optimisme

Yaitu kemampuan untuk tetap berperilaku positif dan produktif. Mampu mengubah tekanan serta masalah menjadi peluang. Tujuan dalam hidupnya sudah jelas dan terarah. Serta kemungkinan mengalami kecemasan, stress, dan depresi sangat rendah dalam hidupnya. Lebih terbuka luas dalam hal potensi sehat fisik serta mental;

d. Empati

Diartikan sebagai kemampuan individu untuk dapat mengidentifikasi emosi serta tanda-tanda psikologis orang lain. Sehingga mampu bersikap fleksibel dalam menyesuaikan kondisi emosional orang lain yang dihadapi. Dalam hal ini individu akan dapat mengerti serta merasakan hal yang sama dan perasaan yang sama;

e. *Casual Analysis* (Analisis Masalah)

Kemampuan untuk mengidentifikasi secara tepat dan akurat penyebab permasalahan yang ada, sehingga memungkinkan individu tersebut untuk meminimalisir kesalahan dalam melakukan suatu tindakan.

f. *Self Efficacy* (Efikasi Diri)

Menggambarkan keyakinan dan kemampuan serta kapasitas dirinya untuk memecahkan masalah secara efektif. Individu tersebut mampu untuk berkomitmen *head to head* dengan masalah yang dihadapi, menemukan solusi, introspeksi serta

melakukan evaluasi keputusan yang dirasa salah atau kurang tepat, serta memiliki kemampuan untuk bangkit dari kegagalan yang dilalui.

Efikasi diri ini berhubungan erat dengan *casual analysis* atau kemampuan menganalisis masalah. Sebab efikasi diri merupakan teknik dalam membaca diri dan segala potensi-potensi yang dimiliki, sehingga individu mampu menutupi kekurangannya dengan potensi-potensi yang dimiliki;

g. *Reaching Out*

Yaitu kemampuan individu untuk keluar dan mengambil sisi positif dari kehidupan setelah menghadapi suatu permasalahan dalam hidup. Kemampuan ini dipengaruhi bagaimana individu tersebut dilatih untuk sanggup menghindari kegagalan serta situasi yang kurang menyenangkan.

#### 4. Faktor-faktor Resiliensi

Mengutip dari tulisan Afa Majidah, dalam buku yang ditulis oleh Alief Budiyo mengemukakan pendapat Barankin dan Khanlou yaitu sesuatu yang perlu diperhatikan dalam memahami resiliensi yaitu faktor risiko dan pelindung. Faktor risiko mencakup hal-hal yang memiliki dampak buruk bagi individu sehingga individu beresiko untuk mengalami hambatan perkembangan atau hambatan psikologis. Sedangkan faktor pelindung yaitu yang bersifat menunda, meminimalkan serta menetralkan aspek negatif (Majida, 2023).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi individu menurut pendapat Resnick dan Roberto mengemukakan bahwa terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi individu, yaitu:

a. *Self Esteem*

Merupakan pandangan individu mengenai bagaimana individu dapat mengevaluasi dan menghargai dirinya sendiri, evaluasi diri bisa bersifat positif ataupun negatif. Salah satu faktor terbesar yang dapat menimbulkan resiliensi yaitu *self esteem* dengan harapan bisa membawa pengaruh terhadap keberhasilan akademik dan sosial pada individu. *Self esteem* mampu dikembangkan sejak periode awal remaja hingga periode akhir remaja. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self esteem* yaitu interaksi dengan orang lain, pola asuh, tempat pendidikan, kedewasaan serta keturunan.

b. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan sebuah dukungan yang diperoleh dari individu atau kelompok lainnya yang masih dalam lingkup individu tersebut. definisi dari dukungan sosial yaitu pandangan positif dari dukungan yang mencakup keberadaan, cinta, integrasi sosial, penerimaan, kepercayaan, bimbingan, kepedulian orang lain, serta kesempatan untuk mendapatkan dukungan. Faktor eksternal yang dapat membantu individu menjadi lebih resilien dalam situasi kurang menyenangkan yaitu faktor dukungan sosial. Terdapat empat cakupan aspek dalam dukungan sosial yaitu: *Pertama*, dukungan emosional meliputi perhatian, empati dan afeksi. *Kedua*, dukungan penghargaan yaitu memberikan nilai positif terhadap ide baru, perasaan serta tindakan orang lain. *Ketiga*, dukungan instrumental mencakup finansial atau materi. *Keempat*, dukungan informasi yaitu memberikan saran, dan bimbingan serta umpan balik (Nashori & Saputro, 2020).

### c. Emosi Positif

Merupakan salah satu faktor terpenting dalam menentukan resiliensi individu. Emosi positif sangat diperlukan oleh individu ketika berhadapan dengan situasi sulit. Adanya faktor emosi positif mampu membuat individu lebih positif dalam melihat setiap masalah serta akan meningkatkan rasa syukur yang akan mengurangi stress dan emosi negatif (Pratiwi & Yuliandri, 2022).

### d. Spiritualitas

Faktor terakhir yang dapat meningkatkan resiliensi pada individu yaitu faktor spiritualitas. Faktor ini merupakan dorongan internal yang dapat menentukan resiliensi (ketahanan) pada individu. Memiliki hubungan erat kepada Tuhan berpengaruh terhadap syaraf otak sehingga individu mampu merasakan situasi tenang serta bahagia karena yakin ada yang melindungi dirinya. Faktor spiritualitas akan memberikan individu emosi yang baik serta kebahagiaan dalam hidup, dan akan memahami bahwa kesulitan merupakan sebuah proses awal menuju kebahagiaan yang lebih besar (Missasi & Izzati, 2019).

Faktor-faktor pembentuk resiliensi yang telah dijelaskan diatas memiliki peran yang sangat penting bagi individu dalam proses pembentukan resiliensi terhadap dirinya. Faktor internal seperti dari individu itu sendiri serta faktor eksternal yang berasal dari keluarga dan lingkungan sosial memiliki pengaruh dalam resiliensi, dan faktor spiritualitas merupakan faktor terpenting dalam resiliensi.

## 5. Ciri-ciri Resiliensi

Connor dan Davidson (2003) juga mengemukakan pendapatnya mengenai ciri-ciri yang menunjukkan resiliensi, yaitu:

- a. Kompetensi pribadi, yaitu mempunyai standar yang tinggi serta keuletan dalam melakukan segala hal. Artinya individu tetap bekerja keras dan tidak mudah menyerah, tetap memiliki keberanian meskipun sedang dihadapkan dengan kemunduran dalam hidupnya, dapat menerima tantangan dengan baik serta berjuang dengan cara terbaik untuk dapat mencapai kepada tujuan yang sudah direncanakan meskipun terdapat hambatan serta kesulitan atau kejadian traumatik.
- b. Memiliki kepercayaan terhadap nalurinya, atau mempunyai toleransi terhadap pengaruh negatif serta penguatan efek stres. Maksudnya adalah individu tersebut memiliki kemampuan baik untuk mengatur dan mengontrol emosinya, adanya kapasitas cukup untuk dapat mengerjakan tugas, mampu berfikir dengan jernih dan ulet sehingga dalam melakukan kinerja dengan baik meskipun dalam kondisi stress. Dalam mengatasi masalahnya, individu memanfaatkan rasa humor yang dimilikinya serta mampu menyesuaikan diri dengan berbagai macam jenis pengalaman emosional baik negatif maupun positif (Hidayat, 2019).
- c. Penerimaan diri secara positif terhadap perubahan yang terjadi serta adanya hubungan yang baik dengan orang lain, kemampuan individu untuk dapat beradaptasi secara positif pada perubahan ataupun stress bahkan sering menganggap hal seperti itu sebagai tantangan dan peluang. Oleh sebab itu, ketika individu dihadapkan pada situasi dan kondisi sulit cenderung sabar dan tidak mudah terpancing emosi. Hal seperti inilah yang memudahkan individu untuk mengatasi situasi sulit yang terkadang muncul dalam kehidupannya.
- d. Kontrol, yaitu kemampuan individu untuk mengendalikan situasi sekitarnya. Tetapi disaat yang sama, individu tersebut sadar bahwa setiap yang terjadi dalam kehidupannya tidak selalu sesuai dengan rencana dan keinginannya. Dari situ,

individu dapat dengan tenang serta mendapatkan cara yang positif untuk mengarahkan kehidupannya dengan adanya tujuan yang pasti.

- e. Pengaruh spiritual, yaitu tingkat kepercayaan individu terhadap takdir yang diberikan Sang Pencipta. Nilai-nilai mengenai keyakinan tersebut dapat terlihat pada keseharian individu dalam berperilaku berdasarkan tuntutan yang ada dalam keseharian. Hal tersebut sangat membantu individu untuk mengatasi kondisi yang sulit sekalipun, sehingga akan menghasilkan sesuatu yang positif bagi kehidupannya. Individu yang memiliki resiliensi yang baik akan percaya bahwa pasti terdapat tujuan yang sangat besar untuk semua hal yang terjadi dalam kehidupannya (Hidayat, 2019).

## 6. Fungsi Resiliensi

Resiliensi memiliki fungsi untuk mendorong kembali individu untuk dapat bangkit dari masa-masa kesulitan yang dialaminya dengan melakukan aktivitas yang positif, menjadikan masa lalu sebagai motivasi diri dan mempunyai harapan untuk masa yang akan datang (Larasati & Savira, 2019).

Diketahui menurut Reivich & Shatte terdapat empat fungsi resiliensi bagi individu, yaitu:

### a. *Overcoming* (Mengatasi)

Kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat mengatasi masalah dengan cara terlebih dahulu mengamati keadaan, kemudian merubah sudut pandang dan belajar bagaimana individu dapat mengendalikan hidupnya.

### b. *Streering Thought* (Mengendalikan)

Dalam keadaan stress *streering thought* dapat disebut sebagai *self efficacy* atau sebuah keyakinan terhadap dirinya sendiri untuk dapat

mengendalikan lingkungannya secara efektif serta dapat mengatasi masalah yang datang. Individu resilien dapat mengendalikan dirinya dalam menghadapi suatu permasalahan dalam kehidupannya.

c. *Bounce Back* (Efek Kembali)

Yaitu kemampuan untuk dapat bangkit kembali. Ketika berhadapan dengan trauma, individu biasanya melakukan tiga hal supaya dapat kembali pulih, yaitu: *Pertama*, menunjukkan *task oriented coping* artinya individu dapat melakukan berbagai hal untuk dapat mengatasi masalahnya. *Kedua*, individu memiliki keyakinan penuh untuk dapat melakukan pengendalian terhadap hidupnya. *Ketiga*, memiliki kemampuan untuk dapat kembali pada kehidupan normal seperti biasanya.

d. *Reaching Out* (Menjangkau)

Fungsi resiliensi tidak hanya untuk mengatasi masalah, stress, atau kesulitan yang sedang dialami individu, tetapi juga mengajari bagaimana individu dapat menemukan makna kehidupan serta mendapatkan pengalaman hidup lebih banyak lagi.

Fungsi atau bisa diartikan sebagai kegunaan serta manfaat resiliensi individu yaitu sebagai pengendali diri, dapat terampil dalam menganalisa suatu masalah, mampu mengambil sisi positif dari sebuah permasalahan dan memiliki keyakinan kuat pada diri sendiri dapat menyelesaikan permasalahan (Sahara, 2023).

## **B. Fase Dewasa Awal**

### **1. Pengertian Fase Dewasa Awal**

Secara bahasa, istilah dewasa berasal dari kata *adult* atau *adultus* yang dalam bahasa latin disebut *adolescene-adolescere* memiliki arti tumbuh menjadi dewasa.

Sehingga menurut Hurloc (1980) yang dimaksud orang dewasa yaitu individu yang telah menyelesaikan pertumbuhan dari fase remaja dan siap untuk menerima kedudukannya di masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Fase dewasa awal merupakan periode untuk menyesuaikan diri terhadap pola-pola kehidupan yang baru, keinginan-keinginan baru, mengembangkan sikap-sikap baru serta nilai-nilai baru yang sesuai dengan tugas dan fungsinya. Selanjutnya menurut Mappiere (1983) dewasa awal merupakan transisi baik dari segi fisik, intelektual, peranan sosial serta psikologis (Putri A. F., 2019).

Semakin dewasa individu, maka peran serta tanggung jawabnya akan semakin bertambah besar pula. Dimulai dengan melepaskan diri dari ketergantungan dengan orang tua, baik dari segi ekonomi, sosiologis maupun psikologis. Individu akan berupaya untuk menjadi pribadi yang lebih mandiri dalam segala hal. Penjelasan tersebut sejalan dengan ungkapan Erikson bahwa pada fase dewasa awal ini individu mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat, pada tahap ini pula hubungan intim mulai berlaku dan berkembang. Sedangkan menurut Dariyo golongan individu pada fase dewasa awal yaitu berusia 20-40 tahun, memiliki peranan dan tanggung jawab yang sudah pasti semakin besar. Tidak harus selalu bergantung secara ekonomis, sosiologis, ataupun fisiologis terhadap orang tuanya (Dariyo A. , 2003).

## **2. Tugas-tugas Perkembangan Dewasa Awal**

Terdapat beberapa tugas perkembangan yang seharusnya dilalui individu supaya kehidupannya bahagia serta tidak mengalami banyak permasalahan, karena pada fase dewasa awal ini sebagai puncak perkembangan setiap individu (Putri A. F., 2019).

Dalam pengoptimalisasian perkembangan individu pada dewasa awal memiliki acuan pada tugas-tugas perkembangan dewasa awal. Menurut R. J. Havighurs ada beberapa tugas-tugas perkembangan yang akan dialami individu pada fase dewasa awal, yaitu:

a. Memilih teman hidup

Pada fase ini, individu akan mulai berfikir serta menyeleksi pasangan yang cocok dengan dirinya, yang bisa saling mengerti fikiran serta perasaannya, kemudian berlanjut kejenjang yang lebih serius yaitu pernikahan. Kemudian dari pernikahan tersebut, individu akan belajar untuk saling menerima serta memahami teman hidupnya, saling menerima kekurangan dan saling membantu dalam membangun rumah tangga.

b. Mulai hidup dengan keluarga atau hidup berkeluarga

Individu dewasa awal berusia 25 tahun umumnya telah menuntaskan pendidikan minimal setingkat akademik universitas. Selain itu, sebagian besar individu setelah menamatkan pendidikan kemudian memasuki dunia kerja untuk mewujudkan karier tinggi yang diinginkan. Dari hal inilah individu akan mulai mempersiapkan diri untuk dapat mandiri secara ekonomis, artinya individu sudah tidak lagi bergantung kepada orang tua. Sikap mandiri seperti ini dapat menjadi persiapan bagi individu untuk masuk dalam kehidupan rumah tangga (Ritonga, 2016). Dalam hal ini individu akan mengalihkan seluruh kebutuhannya kepada keluarganya dan mengesampingkan kebutuhan pribadinya.

c. Adanya tuntutan kesamaan cara serta paham

Dalam hal ini individu yang sudah berkeluarga perlu menentukan pola asuh, sehingga dapat sejalan dalam memberikan pemahaman terhadap anaknya.

Tidak hanya soal pola asuh, tetapi kesamaan cara serta paham juga berlaku dalam segala aspek ketika individu sudah berkeluarga. Karena kesamaan cara serta paham bukan lagi sebagai tuntutan ketika sudah berkeluarga, tetapi menjadi suatu hal yang wajib untuk menyatukan persepsi dan tujuan dalam kehidupan berkeluarga.

d. Pengelolaan rumah tangga

Dalam hal ini perlunya pengelolaan rumah tangga yang baik untuk menciptakan kerukunan serta menghindari konflik rumah tangga. Individu akan berusaha untuk membentuk, menciptakan, membina serta mencapai taraf kebahagiaan hidup. Dalam mengelola rumah tangga individu harus dapat menyesuaikan diri juga bekerjasama dengan pasangan hidupnya. Dengan demikian, konflik yang biasa terjadi dalam rumah tangga akan berkurang.

e. Mulai bekerja dalam suatu jabatan

Setelah menyelesaikan pendidikan formal, akademik atau universitas, individu dewasa awal mulai memasuki dunia pekerjaan guna menerapkan ilmu yang didapat selama masa pendidikan atau menyalurkan bakat serta keahliannya dalam dunia pekerjaan. Selain itu, untuk dapat memenuhi kebutuhan pribadinya, individu dituntut untuk bekerja. Dalam hal pekerjaan individu harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pekerjaannya.

f. Bertanggung jawab sebagai warga negara secara layak

Individu dewasa memiliki hak serta kewajiban sebagai warga negara. Menjadi warga negara yang baik yaitu yang patuh serta taat terhadap perundang-undangan dan norma yang berlaku merupakan kewajiban bagi setiap individu sehingga kehidupannya tenang, damai dan bahagia di lingkup masyarakat. Ketika

individu sudah memasuki fase dewasa disitu juga norma serta aturan yang ada di negara dimana individu itu tinggal juga berlaku terhadap dirinya. Sehingga individu dituntut untuk dapat bertanggung jawab atas dirinya untuk menjadi warga negara secara layak.

g. Mendapatkan kelompok sosial yang senada dengan nilai-nilai atau pemahamannya

Fase dewasa awal juga ditandai dengan individu mulai membentuk kelompok-kelompok yang sesuai dengan nilai-nilai serta pemahaman yang dianutnya. Nilai-nilai serta faham yang dimiliki setiap individu tidaklah sama satu dengan yang lainnya. Ketika mengalami fase dewasa awal ini, individu akan mencari kelompok atau orang-orang yang memiliki nilai dan pemahaman yang sama dengan dirinya. Tentunya kelompok sosial yang dibentuk yaitu kelompok yang dapat membawa perubahan positif terhadap diri individu tersebut.

Setiap fase kehidupan pasti memiliki tugas yang berbeda, termasuk pada fase dewasa awal. Setiap perkembangan akan mendapatkan tugas semakin sulit yang sesuai dengan kemampuannya, sehingga dalam hal ini individu harus dapat menyelesaikan tugasnya dengan cara yang baik. Keberhasilan individu dalam menjalankan tugas perkembangan dewasa awal akan memberikan dampak yang baik pada individu serta membawa kepada keberhasilan untuk melaksanakan tugas-tugas perkembangan pada fase berikutnya. Begitupun sebaliknya, jika individu tersebut tidak sesuai dalam menjalankan tugas perkembangannya, maka akan mengalami hambatan dalam melaksanakan tugas perkembangan pada fase selanjutnya (Putri A. F., 2019).

### C. Konsep Resiliensi Dalam Al-Qur'an

Kata resiliensi sejatinya tidak terdapat dalam al-Qur'an, tetapi kata tersebut terdapat dan sering digunakan di luar al-Qur'an. Dalam tafsir *maudhu'I* (tematik), hal seperti ini disebut dengan tafsir *maudhu'I* konseptual. Yaitu tafsir tematik yang temanya tidak terdapat di dalam al-Qur'an tetapi terdapat di masyarakat (Zahro, 2022). Mengacu pada konsep resiliensi yang sudah dipaparkan sebelumnya, maka kiranya kata yang dapat digunakan untuk menyebut istilah resiliensi dalam al-Qur'an yaitu *jihād*, *yaisa*, *qana'at*, dan tawakal.

Term *jihād* dalam penelitian ini disebut sebagai proses penyesuaian diri. Karena pada konsepnya resiliensi merupakan sebuah proses penyesuaian diri dari sebuah kesulitan atau permasalahan, sehingga diperlukan kesungguhan (berjihad) untuk menemukan penyelesaian masalah. Selanjutnya term *yaisa* dan *qana'at* yang artinya berputus asa dari sesuatu. Tetapi dalam penelitian ini mengacu kepada ayat-ayat mengenai larangan berputus asa sebagai salah satu konsep resiliensi. Konsep resiliensi disebut sebagai kemampuan bertahan atau tidak mudah putus asa dalam menghadapi permasalahan. Sebab resiliensi merupakan sebuah kemampuan untuk dapat bertahan dalam keadaan yang kurang stabil. Terakhir term tawakal yang termasuk kedalam konsep resiliensi, karena dalam penyelesaian suatu masalah ketika sudah melakukan usaha sungguh-sungguh (jihad) untuk mencari solusi atas permasalahan, kemudian tidak mudah putus asa dengan keadaan maka tingkatan terakhir adalah tawakal yaitu menyerahkan seluruh usaha dan hasilnya kepada Allah.

## 1. Proses Penyesuaian Diri

### a. Ayat- Ayat Makkiyah

ثُمَّ إِنَّ رَبَّكَ لِلَّذِينَ هَاجَرُوا مِنْ بَعْدِ مَا فُتِنُوا ثُمَّ جَاهَدُوا وَصَبَرُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿١١٠﴾

Artinya: “Kemudian, sesungguhnya Tuhanmu (adalah pelindung) bagi orang-orang yang berhijrah setelah menderita cobaan. Lalu, mereka berjihad dan bersabar. Sesungguhnya Tuhanmu setelah itu benar-benar Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”. (QS. *An-Nahl*: 110)

#### 1) Analisis Bahasa

ثُمَّ جَاهَدُوا وَصَبَرُوا kemudian mereka berjihad serta bersabar dalam

berjihad dan dalam menghadapi berbagai kesulitan yang menimpa. مِنْ بَعْدِهَا

sesudah fitnah, hijrah, jihad dan sabar.

#### 2) *Asbābun Nuzūl* Ayat

Ibnu Sa’d dalam *Aṭ-Ṭabaqāt*, meriwayatkan dari Umar bin Hakam, ia berkata, “Ammar bin Yasir disiksa hingga tidak sadar lagi apa yang diucapkannya. Shuhaib juga disiksa hingga tidak sadar lagi apa yang diucapkannya. Begitu juga yang dialami oleh Abu Fukaihah disiksa hingga tidak sadar lagi apa yang diucapkannya. Bilal, ‘Amir Ibnu Fuhairah, dan sejumlah orang dari kaum muslimin juga disiksa. Menyangkut mereka, ayat ini turun.

Ibnu Abi Hatim meriwayatkan dari Qatadah, ‘Ayyasy (saudara persusuan Abu Jahal), Jandal bin Suhail, Salamah bin Hisyam, dan Abdullah bin Salamah as-Ṣaqafi disiksa dan dipaksa oleh kaum kafir Quraisy agar murtad. Mereka akhirnya dengan terpaksa dan pura-pura memberi kaum kafir

Quraisy apa yang diinginkan, supaya dapat selamat dari kekejaman kaum kafir Quraisy. Kemudian mereka ikut berhijrah dan berjihad. Lalu turunlah ayat ini berkenaan dengan mereka (an-Nisaburi, 2014).

### 3) Munasabah Ayat

Setelah ayat yang lalu Allah berbicara mengenai orang kafir yang dengan lisannya saja bukan dengan hatinya disebabkan ketakutan dan pemaksaan yang dialami, serta mengenai orang yang kafir dengan lisan dan hatinya sekaligus. Kemudian dalam ayat ini Allah menuturkan keadaan orang-orang yang berhijrah setelah mengalami penyiksaan dan penindasan. Mereka adalah orang-orang Islam yang lemah dan ditindas di Makkah.

### 4) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Az-Zuhaili dalam tafsirnya mengemukakan bahwa dalam ayat ini Allah menuturkan hukum orang-orang yang tertindas di Mekah kemudian orang-orang yang berhijrah meninggalkan kampung halamannya demi menggapai *rida* dan *magfirah* Allah setelah orang-orang musyrik berupaya memalingkannya dari agamanya. Kemudian berjihad melawan orang-orang musyrik dan sabar dalam berjihad. Sesungguhnya Tuhanmu menjanjikan pertolongan, kemenangan, dan ampunan atas dosa-dosa, serta rahmat bagi mereka (Az-Zuhaili, 2013).

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Menurut Quraish Shihab kata *جَاهِدُوا* dalam ayat ini bukan bermakna mengangkat senjata, karena ayat ini turun di Makkah sebelum adanya izin

berperang. Tetapi berjihad disini maknanya mengerahkan seluruh tenaga dan pikiran untuk mencegah gangguan kaum musyrikin serta bermaksud buruk untuk mereka. Kemudian kata berhijrah dalam ayat ini bukan berhijrah ke Madinah, tetapi berhijrah ke Habasyah atau Etiopia yang terjadi pada tahun kelima kenabian yaitu sekitar delapan tahun sebelum nabi Muhammad hijrah ke Madinah.

#### 5) Analisis Penulis

Kedadaan yang sangat memprihatinkan yang dialami orang-orang mukmin tidak serta merta membuat mereka menyerah, tetapi orang-orang mukmin tetap berupaya (berjihad) untuk dapat mencegah dan bebas dari siksaan kaum musyrik. Kaum mukmin mencoba untuk mengikuti apa yang diminta kaum musyrik supaya dapat bebas dari siksaan, mengerahkan tenaga dan menyerahkan harta untuk berjuang di jalan Allah. Hal tersebut menggambarkan adanya karakteristik resiliensi pada diri kaum mukmin.

وَمَنْ جَاهَدَ فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ لِنَفْسِهِ إِنَّ اللَّهَ لَغَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ ﴿٦﴾

Artinya: “Siapa yang berusaha dengan sungguh-sungguh (berjihad untuk berbuat kebajikan), sesungguhnya dia sedang berusaha untuk dirinya sendiri (karena manfaatnya kembali kepada dirinya). Sesungguhnya Allah benar-benar Maha Kaya (tidak memerlukan suatu apa pun) dari alam semesta”. (QS. Al-‘Ankabut: 6)

#### 1) Analisis Bahasa

وَمَنْ جَاهَدَ barang siapa yang memerangi dirinya dengan sabar untuk taat

dan menahan maksiat, mencurahkan segala upaya dalam menghadapi musuh-

musuh baik dengan jiwa atau harta. فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ لِنَفْسِهِ manfaat dari jihatnya

adalah untuk dirinya sendiri.

## 2) Munasabah Ayat

Ayat yang lalu mengandung janji baik kepada yang taat, berarti juga mengandung dorongan untuk beramal saleh. Untuk itu, ayat diatas menegaskan bahwa siapapun yang berjihad dengan mencurahkan seluruh kemampuannya untuk melaksanakan amal saleh hingga seperti berlomba dalam kebaikan, maka manfaat yang diperoleh dari kebaikan jihadnya adalah untuk dirinya sendiri.

## 3) Pandangan Mufassir

### a) Tafsir Al-Munir

Barang siapa yang melawan dirinya dan hawa nafsunya, lalu melaksanakan apa yang diperintahkan-Nya dan tidak melakukan apa yang dilarang Allah, buah dari jihadnya kembali kepadanya, manfaat amalnya untuk dirinya sendiri bukan untuk orang lain. Allah Maha Kaya, tidak membutuhkan perbuatan hamba-Nya dan semua makhluk-Nya, baik dari bangsa manusia atau jin.

### b) Tafsir Al-Mishbah

Menurut Shihab kata *jāhada* dalam ayat ini menggambarkan adanya upaya sungguh-sungguh. Jihad yang dimaksud disini bukan dalam arti mengangkat senjata, melainkan perintah kepada Rasul untuk berjihad dengan al-Qur'an. dengan kata lain melakukan upaya penyebaran dakwah Islam, penjelasan mengenai nilai-nilai serta *amr ma'rūf* dan *nahī munkar*. Sementara Al-Biqā'i memahami kata *jihād* dalam arti *mujāhadah* yaitu “upaya sungguh-sungguh melawan dorongan hawa nafsu”. Karena sebab

itu yang disebut meraih manfaatnya adalah kata *nafs*, yakni dengan menyatakan *linafsihi* sebab nafsu selalu mendorong kepada kejahatan.

#### 4) Analisis Penulis

Dalam ayat ini disampaikan bahwa siapapun yang berjihad (usaha untuk bersungguh-sungguh) dalam hal apapun maka hasil dari jihadnya tersebut kembali kepada dirinya. Konsep ini selaras dengan konsep resiliensi yang digunakan dalam pembahasan ini, yaitu orang yang sedang dihadapkan dengan banyak sekali permasalahan pada fase dewasa awal maka dibutuhkan jihad (kesungguhan) untuk mampu menyelesaikan permasalahannya dan mampu untuk tetap bangkit walaupun dalam keadaan sulit.

#### b. Ayat-Ayat Madaniyyah

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَعْلَمِ اللَّهُ الَّذِينَ جَاهَدُوا مِنْكُمْ وَيَعْلَمَ الصَّابِرِينَ ﴿١٤٢﴾

Artinya: “Apakah kamu mengira akan masuk surga, padahal belum nyata bagi Allah orang-orang yang berjihad di antara kamu dan belum nyata pula orang-orang yang sabar”.(QS. Ali ‘Imran: 142)

##### 1) Analisis Bahasa

جَاهَدُوا adalah menahan dan menghadapi hal-hal yang berat, mencakup

jihad melawan hawa nafsu (yang disebut dengan jihad terbesar) dan berjihad melawan musuh dengan jiwa untuk membela agama Islam, umatnya dan meninggikan kata Islam (jihad kecil), berjihad demi agama Islam dan umatnya dengan menggunakan harta, berjuang melawan yang batil dan membela yang hak.

## 2) Munasabah Ayat

Setelah ayat yang lalu menjelaskan beberapa hal yang berkaitan dengan perang Uhud, kini dijelaskan-Nya prinsip umum yang berkaitan dengan perjuangan meraih surga, sekaligus menjelaskan bahwa malapetaka dan cobaan yang dialami oleh kaum muslimin itu adalah untuk mengantar masuk surga.

## 3) Pandangan Mufassir

### a) Tafsir Al-Munir

Jihad ada beberapa macam, jihad melawan hawa nafsu dan setan terutama pada fase remaja, jihad melawan musuh dengan jiwa untuk meninggikan kalimat Allah, membela bangsa dan negara, berjuang dengan harta demi agama, umat dan kemaslahatan umum, jihad melawan kebatilan dan membela yang hak

### b) Tafsir Al-Mishbah

Menurut Quraish Shihab ayat ini pada saat menafikan keberadaan orang-orang yang berjihad pada masa lampau, pada saat itu juga menetapkan bahwa mereka dihadapkan ada wujud pada masa-masa yang akan datang. Dengan demikian, pengetahuan mengenai jihad menjadi menyatu bersama pengetahuan tentang kesabaran atau ketabahan. Sebab kesabaran merupakan syarat keberhasilan jihad, apabila jihad tidak disertai dengan kesabaran maka jihad itu gagal, sebagaimana yang terjadi pada perang uhud (Shihab M. Q., 2002).

#### 4) Analisis Penulis

Makna jihad dalam pembahasan penulis adalah penyesuaian diri terhadap proses menyelesaikan problem yang sedang dihadapi. Artinya bagaimana seseorang mampu untuk berusaha menyesuaikan dirinya terhadap keadaan yang sedang terjadi pada dirinya untuk berusaha mendapatkan jalan keluar bagi permasalahannya. Usaha dalam hal ini harus dibarengi dengan kesabaran supaya mendapatkan hasil sesuai dengan yang diinginkan.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٣٥﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah, carilah wasilah (jalan untuk mendekati diri) kepada-Nya, dan berjihadlah (berjuanglah) di jalan-Nya agar kamu beruntung”.(QS. Al-Māidah: 35)

##### 1) Analisis Bahasa

إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ sesuatu yang dapat digunakan sebagai media dalam menggapai ridha Allah atau yang dapat mendekati diri kepada-Nya berupa ketaatan. *Al-Wasīlah* adalah *al-Qurba* (amal-amal ketaatan) yang sudah seyogianya digunakan untuk memohon dan meminta. Kata ini juga digunakan untuk pengertian kedudukan atau derajat tertinggi. *وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ* berjihadlah kamu di jalan Allah untuk meluhurkan agama-Nya.

##### 2) Munasabah Ayat

Setelah ayat lalu menjelaskan gugurnya sanksi hukum atas pelaku kejahatan bila mereka bertaubat sebelum ditangkap dan menutup ayat itu dengan menyebut sifat pengampunan dan kasih sayang Allah, maka melalui ayat ini Allah mengajak semua pihak yang beriman, bahkan boleh jadi

termasuk pula khususnya para pelaku kejahatan yang dibicarakan ayat yang lalu agar bertakwa dan mencari jalan mendekati diri kepada-Nya.

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Berjihadlah kamu di jalan Allah. Kata jihad berasal dari akar kata *الجهاد* yang artinya adalah *masyaqqah*, kepayahan. Sedangkan *sabīlillāh* atau jalan Allah adalah jalan kebenaran, kebaikan, keutamaan, dan kebebasan umat. Jihad di jalan Allah mencakup jihad dari memerturutkan hawa nafsu serta memaksanya untuk berlaku adil dalam semua keadaan, dan jihad melawan musuh yang melancarkan perlawanan dan gangguan terhadap dakwah Islam (Az-Zuhaili, 2013).

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Menurut Shihab pada ayat ini menyentuh jiwa manusia dengan mengajaknya mendekat kepada Allah. Ajakan tersebut ditujukan kepada orang-orang yang walau baru memiliki secercah iman, sebagaimana dipahami dari panggilan *yā ayyuhallażī na āmanū* yakni kerahkanlah semua kemampuan kamu lahir dan batin untuk menegakkan nilai-nilai ajaran-Nya, termasuk berjihad melawan hawa nafsu kamu supaya kamu mendapat keberuntungan, yakni memperoleh apa yang kamu harapkan baik keberuntungan duniawi maupun ukhrawi.

### 4) Analisis Penulis

Dalam ayat ini dijelaskan bahwa buah dari jihad yang dilakukan adalah mendapatkan keberuntungan di dunia dan di akhirat. Begitupula dalam

menghadapi suatu permasalahan, apabila sudah bersungguh-sungguh (berjihad) maka Allah pasti membantu upayanya dalam menyelesaikan permasalahan. Kemudian apabila mampu untuk tetap berusaha di jalan Allah walaupun dibawah tekanan, maka usahanya nanti membawanya kepada keberuntungan.

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَهَاجَرُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَالَّذِينَ آوَوْا وَنَصَرُوا أُولَٰئِكَ  
بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يُهَاجِرُوا مَا لَكُمْ مِنْ وَلَايَتِهِمْ مِنْ شَيْءٍ حَتَّىٰ يُهَاجِرُوا وَإِنِ  
اسْتَنْصَرُوكُمْ فِي الدِّينِ فَعَلَيْكُمُ النَّصْرُ إِلَّا عَلَىٰ قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ مِيثَاقٌ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿٧٢﴾

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang beriman, berhijrah, dan berjihad dengan harta dan jiwanya pada jalan Allah, serta orang-orang yang memberikan tempat kediaman dan memberi pertolongan (kepada Muhajirin), mereka itu sebagiannya merupakan pelindung bagi sebagian yang lain. Orang-orang yang beriman tetapi belum berhijrah, maka tidak ada kewajiban sedikit pun atas kamu untuk melindungi mereka sehingga mereka berhijrah. (Akan tetapi,) jika mereka meminta pertolongan kepadamu dalam (urusan pembelaan) agama (Islam), wajib atas kamu memberikan pertolongan, kecuali dalam menghadapi kaum yang telah terikat perjanjian antara kamu dengan mereka. Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan”.(QS. Al-Anfal: 72)

#### 1) Analisis Bahasa

وَهَاجَرُوا meninggalkan Mekah yang merupakan negeri perang dan kafir

menuju Madinah. وَنَصَرُوا dan mereka menolong, yang dimaksud adalah kaum

Anshar.

#### 2) Munasabah Ayat

Setelah ayat yang lalu menjelaskan kepada para tawanan bahwa kebaikan yang hanya terpendam dihati mereka dan yang tidak diketahui selain oleh Allah, tidak bermanfaat untuk mengugurkan tebusan karena tidak ada

bukti yang nyata, maka dalam ayat ini dijelaskan mengenai kegiatan yang dapat menjadi bukti nyata keislaman seseorang.

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Maksud dari berjihad dengan harta dan jiwa dalam ayat ini adalah. Jihad dengan harta, yaitu dengan membelanjakannya untuk saling membantu, hijrah, dan membela agama Allah seperti mempergunakannya untuk tunggangan (kuda), senjata, dan segala kebutuhan kaum muslimin. Terlebih setelah merelakan seluruh hartanya ditinggal dikampung halaman Mekah.

Jihad dengan jiwa, yaitu dengan memerangi musuh dan tidak mengasihaniya, menanggung segala penderitaan sebelum itu, serta sabar dengan berbagai siksaan dan penindasan yang dilakukan terus menerus. Lebih dahulu penyebutan harta daripada jiwa karena harta lebih mampu menutup segala kebutuhan, kemudian jihad dengan jiwapun tergantung kepadanya.

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Ayat ini menyatakan bahwa sesungguhnya orang-orang yang beriman kepada Allah dan Rasul-Nya dan berhijrah meninggalkan tempat tinggalnya didorong oleh ketidaksenangan terhadap daerah kekufuran serta berjihad dengan harta, antara lain dengan memberi bantuan untuk peperangan dan pembelaan nilai-nilai agama dan jiwa mereka dengan terlibat langsung mempertaruhkan nyawa mereka pada jalan Allah yakni demi karena Allah dan orang-orang yang memberikan tempat kediaman

kepada orang-orang yang berhijrah yakni kaum muslimin, dan membela Rasul dan kaum muhajir, mereka itu yang sungguh sangat jauh dan tinggi kedudukan-Nya disisi Allah.

#### 4) Analisis Penulis

Sebagai salah satu konsep resiliensi, jihad baik dengan harta ataupun jiwa dinilai sangat penting. Sebab dalam menyelesaikan suatu masalah tidak hanya cukup dengan jiwanya saja tetapi harus seimbang dengan kebutuhan yang diperlukan dalam penyelesaian masalah tersebut.

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُتْرَكُوا وَلَمَّا يَعْلَمِ اللَّهُ الَّذِينَ جَاهَدُوا مِنْكُمْ وَلَمْ يَتَّخِذُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلَا رَسُولِهِ وَلَا الْمُؤْمِنِينَ وَلِجَنَّةٍ وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٦﴾

Artinya: “Apakah kamu mengira bahwa kamu akan dibiarkan (tanpa diuji), padahal Allah belum mengetahui (dalam kenyataan) orang-orang yang berjihad di antara kamu dan tidak menjadikan selain Allah, Rasul-Nya, dan orang-orang mukmin sebagai teman setia. Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”.(QS: At-Taubah: 16)

#### 1) Analisis Bahasa

أَمْ mempunyai makna *hamzah inkar* (pernyataan pengingkaran).

Maksudnya, kalian tidak akan ditinggalkan dalam keadaan yang ada pada kalian sampai menjadi jelas orang-orang pilihan dari kalian. Mereka adalah orang-orang yang berjihad dijalan Allah demi Allah semata.

#### 2) Munasabah Ayat

Ayat-ayat sebelumnya memberi semangat untuk memerangi orang-orang musyrik yang melanggar janji, sementara ayat ini adalah memberi tambahan semangat dari yang telah disebutkan untuk membedakan orang-orang yang berjihad dan ikhlas dari selain mereka.

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Allah mensyari'atkan jihad kepada hamba-hamba-Nya, Dia menjelaskan hikmah pensyari'atan tersebut, yakni menguji hamba-Nya untuk membedakan orang yang menaati-Nya dan orang yang membangkang-Nya. Allah Maha Mengetahui apa yang telah terjadi, sedang terjadi, yang akan terjadi, dan apa yang tidak terjadi.

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Kata *lammā* biasa digunakan untuk sesuatu yang belum terjadi tetapi diharapkan atau diduga akan terjadi. Ini berarti bahwa walaupun hingga saat turunnya ayat ini kaum muslimin belum lagi melakukan peperangan dan jihad seperti yang diperintahkan ayat ini, namun hal tersebut akan terjadi beberapa waktu mendatang, dan memang sejarah membuktikan bahwa kaum muslimin berjuang bahkan terlibat dalam peperangan menghadapi kaum musyrikin setelah turunnya ayat.

### 4) Analisis Penulis

Tujuan Allah memberikan ujian serta cobaan kepada hamba-Nya adalah untuk mengetahui mana hamba-Nya yang taat dan mana yang tidak. Jihad tidak selalu berarti perang, tetapi jihad juga bisa berarti bersungguh-sungguh dalam melawan hawa nafsunya. Dalam pembentukan resiliensi, jihad (bersungguh-sungguh) memiliki peran penting yaitu bagaimana seseorang mampu berusaha melawan hawa nafsunya supaya tidak melampaui batas yang ditentukan Allah. Sehingga Allah melihat hamba-Nya yang taat.

الَّذِينَ آمَنُوا وَهَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ لَأَعْظَمَ دَرَجَةً عِنْدَ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ  
الْفَائِزُونَ ﴿٢٠﴾

Artinya: “Orang-orang yang beriman dan berhijrah serta berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwa mereka lebih agung derajatnya di hadapan Allah. Mereka itulah orang-orang yang beruntung”.(QS. At-Taubah: 20)

#### 1) Analisis Bahasa

الْفَائِزُونَ orang-orang yang memperoleh kebaikan. دَرَجَةً tingkatan.

#### 2) *Asbābun Nuzūl* Ayat

Ibnu Sirin dan Murrāh al-Hamdani berkata, bahwa Ali pernah berkata kepada Abbas, “Mengapa kamu tidak ikut berhijrah? Mengapa kamu tidak menyusul Nabi (berhijrah).” Ia menjawab, “Bukankah aku mesti memberi minum pada orang yang berhaji dan memakmurkan Masjidil Haram?” lalu turun ayat 19-20 surat At-Taubah ini (an-Nisaburi, 2014).

#### 3) Munasabah Ayat

Ayat ini merupakan kelanjutan dari ayat sebelumnya yaitu menjelaskan tentang memakmurkan Masjidil Haram diterima jika muncul dari keimanan, itu hanya untuk orang-orang Muslim bukan orang-orang Musyrik. Kemudian dalam ayat ini menjelaskan bahwa iman dan jihad adalah lebih utama daripada yang dibanggakan oleh orang-orang Musyrik, yakni memakmurkan masjid dan memberi minum jama’ah haji.

#### 4) Pandangan Mufassir

##### a) Tafsir Al-Munir

Allah menjelaskan tingkat keutamaan antar orang-orang mukmin.

Pertama adalah orang yang beriman kepada Allah dan Rasul-Nya, kedua

berhijrah dari Mekah ke Madinah, ketiga orang-orang yang *jihād fī sabīlillāh* dengan harta dan dirinya adalah orang-orang yang derajatnya lebih agung daripada orang-orang yang melakukan perbuatan lain seperti memberi minum jama'ah haji dan memakmurkan masjid. Kemudian Allah memberi kabar gembira kepada mereka dengan rahmat yang luas, keridhaan yang sempurna dan surga yang didalamnya ada kenikmatan abadi.

b) Tafsir Al-Mishbah

Quraish Shihab mengemukakan kata *hum* setelah kata *ulāika* menjadikan ayat ini menghususkan surga bagi yang memenuhi ketiga sifat yang disebut ayat ini yaitu; taat kepada Allah dan Rasul-Nya, berhijrah dari Mekah ke Madinah, dan berjihad di jalan Allah untuk menegakkan agama-Nya dengan harta, benda dan diri mereka. Pengkhususan tersebut untuk mengisyaratkan ganjaran yang mereka terima sedemikian besar sehingga tidak dapat dibandingkan dengan ganjaran lain.

5) Analisis Penulis

Dalam ayat ini dijelaskan bahwa orang-orang yang berhijrah dan berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwanya maka lebih agung derajatnya dihadapan Allah daripada orang-orang musyrik yang memakmurkan masjid pada hari-hari besar seperti musim haji. Hal ini berarti orang-orang yang mau berjihad (berjuang sungguh-sungguh) lebih mulia dibanding dengan orang yang tidak mau berjuang untuk mencari jalan keluar dari permasalahannya.

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٦٩﴾

Artinya: “Orang-orang yang berusaha dengan sungguh-sungguh untuk (mencari keridaan) Kami benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Sesungguhnya Allah benar-benar bersama orang-orang yang berbuat kebaikan”.(QS. Al-‘Ankabut: 69)

### 1) Analisis Bahasa

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا maknanya berjihad untuk Kami. Adapun jihad disini

bermakna umum, mencakup seluruh bentuk jihad terhadap musuh-musuh Allah, baik jihad yang berbentuk *zahir* maupun batin.

### 2) Munasabah Ayat

Setelah pada ayat sebelumnya Allah menjelaskan tentang akhir kehidupan orang-orang kafir, kemudian dalam ayat berikutnya yaitu ayat ke 69 surat ini Allah menjelaskan akhir kehidupan orang-orang mukmin. Yaitu kehidupan yang penuh dengan jalan kemudahan serta kebahagiaan.

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Barang siapa yang bersungguh-sungguh dalam berusaha untuk melakukan ketaatan, menolong agama Allah, serta memerangi para musuh Allah yang mendustai kitab dan Rasul-Nya niscaya Allah memberinya petunjuk serta bimbingan menuju surga, menempuh jalan kebahagiaan serta kebaikan di dunia dan akhirat. Selanjutnya ditegaskan bahwa Allah senantiasa bersama orang-orang yang berbuat baik, artinya saling menolong, membantu, menguatkan, menjaga, memelihara dan membimbing.

## b) Tafsir Al-Mishbah

Penggunaan *fī* dalam ayat diatas pada kata *fīnā* memberi kesan bahwa jihad yang dilakukan adalah demi karena Allah, sehingga “tempat” yang dituju adalah Allah dan Allah menempatkan usaha mereka dalam wadah yang terpelihara, sehingga mereka menemukan hasilnya pada waktu yang sesuai. Kemudian siapa yang ber-*mujāhadah* (bersungguh-sungguh), maka mereka diantar menuju ke aneka *subul* (jalan kecil), lalu pada gilirannya mengantar mereka menuju *aş-Şirāt al-Mustaqīm* (jalan kedamaian).

## 4) Analisis Penulis

Dalam proses penyelesaian masalah Allah mempunyai peran penting yaitu sebagai tempat untuk berdoa dan memohon pertolongan. Dengan tetap taat dengan perintah Allah dan berusaha sungguh-sungguh dalam mencari penyelesaian masalah dalam kehidupan, maka Allah akan memberikan petunjuk dan bimbingan-Nya.

## 2. Tidak Putus Asa

### a. Ayat-Ayat Makkiyah

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا فَتَحَسَّسُوْا مِنْ يُۤوسُفَ وَاٰخِيْهِ وَاَلَا تَأْتِيْۤسُوْا مِنْ رَّبِّكَ اِنَّهٗ لَا يَأْتِيْۤسُ مِنْ رَّبِّكَ اِلَّا الْقَوْمُ الْكٰفِرُوْنَ ﴿٨٧﴾

Artinya: “Wahai anak-anakku, pergi dan carilah berita tentang Yusuf beserta saudaranya. Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah, kecuali kaum yang kafir.” (QS. Yusuf: 87)

### 1) Analisis Bahasa

وَلَا تَأْتِسُوا dan janganlah kalian berputus asa. مِنَ رَوْحِ اللَّهِ dari rahmat dan

pertolongan Allah. Dalam kalimat ini kata يئس-يئس mengambil bentuk *fi'il muḍari' majzum*, dan *fi'lu nahyi* yang maknanya bahwa Allah benar-benar sangat melarang perbuatan putus asa kepada masa yang akan datang, semacam sebuah peringatan (Mujahidinullah, 2011).

### 2) Munasabah Ayat

Ayat ini memiliki kaitan dengan ayat sebelumnya dan sesudahnya, yaitu berkenaan dengan peristiwa pencurian yang melibatkan Bunyamin yaitu ditemukannya piala raja di karung bawaannya. Sehingga membuat hati anak-anak Ya'qub bergejolak kemudian menimbulkan perdebatan antara mereka dengan Yusuf serta antara mereka dengan sang ayah ketika sampai di rumah tanpa ditemani saudara tertuanya yaitu Rubail dan Yahudza (Utami, 2021).

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan *tahassas* biasanya digunakan untuk sesuatu yang baik, tetapi disini digunakan untuk sesuatu yang buruk. Ya'qub berkata “janganlah kalian berputus asa sebab itu dilarang Allah, tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah kecuali orang-orang kafir, yaitu orang-orang yang tidak percaya takdir serta tidak mengetahui hikmah Allah kepada hamba-Nya. Adapun orang mukmin mereka tidak pernah

berputus asa dari rahmat Allah serta selalu berharap diberikan kelapangan dan keluasan”.

b) Tafsir Al-Mishbah

Quraish Shihab mengemukakan pendapatnya mengenai *tahassas* yaitu upaya sungguh-sungguh untuk mencari sesuatu, baik berita ataupun barang, baik terang-terangan ataupun bersembunyi. Kemudian kata *rauh* maknanya bernafas, sebab kesedihan dan kesusahan menyempitkan dada dan menyesakkan nafas. Sehingga apabila seseorang dapat bernafas dengan baik maka dada menjadi lapang. Lapangnya dada diserupakan dengan hilangnya kesedihan dan tuntasnya permasalahan. Ayat ini tersirat pernyataan jangan berputus asa dari datangnya ketenangan yang bersumber dari Allah.

4) Analisis Penulis

Ayat tersebut mengisyaratkan untuk tidak berputus asa apapun kondisi dan keadaan yang sedang dialami, terlebih dalam keadaan sulit dan tidak menyenangkan. Sikap tidak mudah putus asa merupakan ciri dari orang yang beriman. Sebaliknya, sikap mudah putus asa merupakan tindakan orang-orang kufur, kekufuran dapat menjauhkan seseorang dari rahmat dan pertolongan Allah. Seperti yang disampaikan Ya'qub kepada anak-anaknya untuk mencari tahu kabar mengenai Yusuf, bahwa tidak ada orang yang putus asa atas ramat Allah melainkan telah kafir.

قَالُوا بَشْرُكَ بِالْحَقِّ فَلَا تَكُنْ مِنَ الْقَنِطِينَ ﴿٥٥﴾ قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ ﴿٥٦﴾

Artinya: “Mereka menjawab, “Kami menyampaikan kabar gembira kepadamu dengan benar. Maka, janganlah engkau termasuk orang yang berputus asa.” Dia (Ibrahim) berkata, “Adakah orang yang berputus asa dari rahmat Tuhannya selain orang yang sesat?” (QS. Al-Hijr: 55-56)

### 1) Analisis Bahasa

Dalam ayat ini قنط berbentuk *isim fa'il* menggambarkan adanya kelompok orang-orang yang berputus asa, golongan inilah yang dilarang supaya kita tidak termasuk kedalamnya. Seperti radaksi ayatnya الْقَنِطِينَ janganlah kamu termasuk orang yang pesimis (dalam mendapatkan keturunan di usia senja). قنط dalam ayat selanjutnya berbentuk *fi'il mudāri'* sekaligus *fa'il* menggambarkan adanya orang yang berputus asa, dengan radaksi ayat وَمَنْ يَقْنُطْ tidak ada orang yang berputus asa.

### 2) Munasabah Ayat

Setelah memaparkan bukti-bukti tauhid keadaan kiamat, sifat orang-orang yang celaka lagi sengsara dan sifat orang-orang yang berbahagia serta beruntung. Kemudian dalam ayat ini Allah ingin memaparkan kisah para nabi. Untuk memacu ketaatan yang berkonsekuensi meraih derajat para nabi, dapat mengekang kemaksiatan yang dapat membawa kesengsaraan lagi celaka. Dalam kisah-kisah ini secara jelas ataupun tersirat juga memaparkan secara gamblang mengenai janji dan ancaman. Dimulai dengan penuturan kisah nabi Ibrahim yang menyinggung tentang berita gembira untuknya dengan kelahiran seorang anak yang kelak menjadi sosok yang alim.

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Dalam tafsirnya Az-Zuhaili menjelaskan bahwa janji Allah tidak akan pernah salah serta dilanggar, termasuk firman Allah mengenai berita gembira kepada nabi Ibrahim. Disini nabi Ibrahim hanya merasa nikmat Allah yang diberikan kepadanya berada pada waktu yang tidak lazim sebagai suatu hal yang luar biasa menakjubkan. Hal ini ditampakan dengan jawaban nabi Ibrahim bawa dirinya sama sekali bukan pesimis dan putus asa, karena tahu betul kuasa dan rahmat Allah jauh lebih luar biasa. Tidak berputus asa dari rahmat Allah kecuali orang yang keliru dan sesat dari jalan kebenaran.

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Para malaikat tidak melarang istri nabi Ibrahim takut, tetapi melarang nabi Ibrahim sendiri “janganlah engkau merasa takut”. Kesan ini dapat dirasakan juga ketika para malaikat membatasi dugaan berputus asa pada diri nabi Ibrahim dengan tidak berkata “janganlah kamu berdua sebagai suami istri berputus asa”. Sementara ulama menggaris bawahi bahwa nabi Ibrahim sama sekali tidak meragukan kekuasaan Allah. beliau hanya terheran-heran dan merasa sangat aneh lagi takjub jika ia yang sudah tua dan istrinya yang dinilai mandul masih dapat memperoleh keturunan.

### 4) Analisis Penulis

Betapapun ketidak mungkinan yang dipikirkan manusia tetapi Allah selalu memiliki cara yang luar biasa untuk hamba-Nya sebagai bentuk

kekuasaan Allah. Begitupun ketika sedang dihadapkan oleh masalah yang luar biasa sulit, hendaknya jangan cepat berputus asa karena kekuasaan dan rahmat Allah sangat luas.

## b. Ayat-Ayat Madaniyyah

﴿ قُلْ يَعْبَادِي الَّذِينَ اسْرِفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْعَفُورُ الرَّحِيمُ ﴾

Artinya: “Katakanlah (Nabi Muhammad), “Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas (dengan menzalimi) dirinya sendiri, janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”. (Az-Zumar: 53)

### 1) Analisis Bahasa

Dalam ayat ini kata *قنط* *la nahiyah* (لا) menjadikannya *fi'lun nahyi* (kata kerja larangan) mengindikasikan pembaca supaya jangan berbuat yang demikian.

### 2) *Asbābun Nuzūl* Ayat

Telah diriwayatkan dari Bukhari, Muslim, Abu Dawud dan An-Nasa’I dari Ibnu Abbas saat beberapa orang musyrik melakukan pembunuhan dan zina secara berlebihan, mereka mengadu kepada Rasulullah, “Apa yang engkau dakwahkan sangat bagus, beritahu kami apakah kami masih bisa bertaubat?” maka turunlah ayat ini.

Diriwayatkan dari Ibnu Jarir dan Ibnu Marduwaih dari Ibnu Abbas dia berkata, “kaum musyrik Makkah berkata, ‘Muhammad menyangka bahwa orang yang menyembah berhala, berdoa kepada Allah dan kepada selain Allah serta membunuh manusia yang haram untuk dibunuh maka tidak diampuni dosanya, lalu bagaimana mau berhijrah masuk Islam sedangkan sudah

menyembah tuhan-tuhan selain Allah, membunuh manusia, dan kita adalah syirik? Maka turunlah ayat ini.

### 3) Munasabah Ayat

Setelah Allah menyampaikan berbagai bentuk ancaman kepada orang-orang kafir, dalam ayat ini Allah menjelaskan sempurnanya rahmat, kemurahan, dan kebaikan-Nya kepada hamba-hamba-Nya yang beriman yaitu mengampuni dosa-dosa mereka jika bertaubat dan kembali kepada-Nya serta menunaikan ibadah dengan penuh keikhlasan. Hal tersebut berfungsi untuk memberikan stimulus kepada kaum kafir agar mau meninggalkan kesesatan dan beriman kepada Allah

### 4) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Kata **يَعْبَادِي** menurut Az-Zuhaili merupakan penyandaran seorang hamba kepada Allah dalam al-Qur'an ditujukan hanya kepada orang mukmin. Janganlah berputus asa, banyak hamba Allah yang melakukan maksiat dan melampaui batas. Allah mengampuni dosa-dosanya kecuali dosa syirik apabila pelakunya tidak mau bertaubat.

Penutup kalimat pada ayat ini memberikan dua makna, yaitu berlebihan serta pembatasan, bahwasannya hanya Allah saja yang dapat memberi ampunan. Az-Zuhaili mengemukakan pendapatnya bahwa adanya pemberian ampunan dengan tiga syarat yaitu, taubat, kembali kepada Allah, dan mengikhlaskan perbuatan. Melihat urutan kata dari ayat

ini dapat dipahami bahwa pemberian rahmat adalah setelah ampunan, tetapi semuanya tergantung kehendak Allah.

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Ayat diatas dinilai oleh ulama sebagai ayat yang paling memberi harapan bagi manusia. Perhatikanlah bagaimana Allah sendiri yang memerintahkan Nabi untuk menyampaikan secara langsung firman-Nya. Dia Yang Mahakuasa menamai yang berdosa dengan *'ibādī* atau hamba-hamba-Ku dengan menunjuk diri-Nya sendiri guna menggambarkan kasih sayang dan penyambutan-Nya terhadap yang secara tulus menyesali dosanya, kendati dinamai-Nya telah melampaui batas. Selanjutnya ditegaskan bahwa semua dosa Allah ampuni tanpa terkecuali, apapun dosa itu.

#### 5) Analisis Penulis

Ayat ini berisi larangan untuk berputus asa dalam menghadapi suatu cobaan dan permasalahan dalam kehidupan. Karena dalam suatu permasalahan pasti tersimpan sebuah pelajaran untuk dapat menjadikan seseorang memiliki karakter resiliensi (ketangguhan). Allah mempunyai rahmat dan kasih sayang yang luas bagi hamba-Nya yang ingin terus berusaha.

### 3. Tawakal

#### a. Ayat-Ayat Makkiyah

وَمَا لَنَا إِلَّا نَتَوَكَّلَ عَلَى اللَّهِ وَقَدْ هَدَا سُبُلَنَا وَلَنَصْبِرَنَّ عَلَىٰ مَا آذَيْتُمُونَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴿١٢٢﴾

Artinya: “Mengapa kami tidak akan bertawakal kepada Allah, sedangkan Dia telah menunjukkan kepada kami jalan-jalan (keselamatan)? Sungguh, kami benar-benar akan tetap bersabar terhadap gangguan yang kamu lakukan kepada kami.

Hanya kepada Allah orang-orang yang bertawakal seharusnya berserah diri.” (QS. Ibrahim: 12)

#### 1) Analisis bahasa

وَمَا لَنَا أَلَّا نَتَوَكَّلَ atas alasan apa kami tidak bertawakal kepada Allah.

وَلَنَصْبِرَنَّ عَلَىٰ مَا آذَيْتُمُونَا sungguh kami benar-benar bersabar menghadapi

berbagai gangguan yang kalian lancarkan terhadap kami. Kalimat ini merupakan kalimat sumpah yang dibuang untuk mempertegas ketawakalan mereka dan ketidakpedulian mereka terhadap segala sesuatu yang dilancarkan oleh orang-orang kafir. فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ hendaklah orang-orang yang bertawakal kepada Allah tetap kukuh diatas ketawakalan yang muncul dari keimanan.

#### 2) Munasabah Ayat

Setelah ayat sebelumnya menyatakan bukti kelirunya logika serta pendapat orang-orang kafir dan penjelasan Rasulullah mengapa orang-orang mukmin harus berserah diri kepada Allah. Kemudian ayat ini sebagai bukti kewajaran dan pernyataan seorang mukmin dalam bersabar dan berserah diri kepada Allah. Karena Allah yang sudah memberikan pertolongan dan menunjukkan jalan kebaikan dan kebahagiaan kepada Rasul serta orang-orang mukmin.

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Tidak ada jalan dihadapan para nabi selain jalan kesabaran atas berbagai gangguan, berpegang teguh, dan percaya sepenuhnya kepada Allah. memasrahkan segala urusan yang ada dan bertawakal sepenuhnya kepada-Nya. Sesungguhnya kesabaran merupakan kunci kelapangan dan awal terbitnya kebaikan-kebaikan. Bertawakal kepada Allah dan bersandar penuh mengandalkan karunia-Nya adalah kunci terwujudnya pertolongan dan kemenangan.

Perintah bertawakal disini disebutkan berulang-ulang manfaatnya. Ditujukan kepada diri para nabi, kemudian kepada para pengikutnya. Setelah para nabi memerintahkan diri sendiri untuk bertawakal kepada Allah dalam ayat **وَمَا لَنَا أَلَّا نَتَوَكَّلَ عَلَى اللَّهِ** kemudian memerintahkan hal tersebut kepada para pengikutnya dalam ayat **وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ** ini memberikan sebuah pengertian bahwa seseorang yang memerintahkan kebaikan tidak akan efektif, tidak memiliki dampak dan pengaruh kecuali jika dirinya yang pertama melakukan dan mempraktikkan kebaikan itu terlebih dahulu.

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Penggalan ayat **وَقَدْ هَدَيْنَا سُبُلَنَا** membuktikan sekali lagi kewajaran berserah diri kepada Allah. Para Rasul seperti berkata: “Allah telah

menganugerahi kami petunjuk-Nya yang mengantarkan kami menuju kebahagiaan, sehingga jika demikian kami tidak akan ragu sedikitpun untuk menyerahkan urusan-urusan yang lain kepada-Nya, karena telah terbukti bagi kami betapa besar anugerah-Nya dan betapa wajar Dia diandalkan.”

Ucapan para Rasul **وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ** mengandung makna

penyerahan segala urusan kepada Allah, karena demikianlah sifat orang-orang mukmin yang dibimbing oleh Allah dan Rasul-Nya. Jika demikian penyerahan persoalan mukjizat kepada Allah bukanlah sesuatu yang aneh atau wajar.

#### 4) Analisis Penulis

Dalam ayat ini Allah memberikan penjelasan bahwa “Dia telah menunjukkan kepada kami jalan-jalan (keselamatan)”. Sehingga tidak ada alasan lagi bagi kaum muslimin untuk tidak bertawakal kepada Allah dan bersabar untuk menghadapi berbagai gangguan dari orang-orang musyrik. Ketawakalan kepada Allah hendaklah berasal dari keimanan. Tawakal disini artinya memasrahkan segala urusan yang ada kepada Allah setelah melakukan usaha. Dengan tawakal akan terwujud pertolongan dan kemenangan dari Allah.

وَالَّذِينَ هَاجَرُوا فِي اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مَا ظَلَمُوا لَنَبْوَتَنَّهُمْ فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَلَا جَزَاءَ الْآخِرَةِ أَكْبَرَ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴿٤١﴾ الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٤٢﴾

Artinya: “Orang yang berhijrah karena Allah setelah mereka dizalimi, pasti Kami akan memberikan tempat yang baik kepada mereka di dunia. Pahala di akhirat pasti lebih besar, sekiranya mereka mengetahui, (yaitu) orang-orang yang sabar dan hanya kepada Tuhan mereka bertawakal”. (QS. An-Naḥl: 41-42)

## 1) Analisis Bahasa

وَالَّذِينَ هَاجَرُوا فِي اللَّهِ

yaitu orang-orang yang berhijrah adalah Nabi Muhammad dan para sahabat. Ketika periode awal Islam, melakukan hijrah dari Mekah ke Madinah adalah farḍu hukumnya. Rasulullah bersabda dalam sebuah hadits yang diriwayatkan Bukhari dan Muslim dengan sanad shahih dari Ibnu Abbas r.a :

حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ عَلِيٍّ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ حَدَّثَنَا سُفْيَانُ قَالَ حَدَّثَنِي مَنْصُورٌ عَنْ مُجَاهِدٍ عَنْ طَاوُسٍ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ يَوْمَ الْفَتْحِ لَا هِجْرَةَ بَعْدَ الْفَتْحِ وَلَكِنْ جِهَادٌ وَنِيَّةٌ وَإِذَا اسْتَنْفَرْتُمْ فَانْفِرُوا

Artinya: “Telah bercerita kepada kami ‘Amru bin ‘Ali, telah bercerita kepada kami Yahya bin Sa’id, telah bercerita kepada kami Sufyan berkata telah bercerita kepadaku Manshur dari Mujahid dari Thowus dari Ibnu ‘Abbas r.a bahwa Nabi bersabda pada hari penaklukan kota Makkah, “Tidak ada hijrah setelah Fathu Mekah (penaklukan kota Mekah oleh kaum muslimin), akan tetapi (yang masih ada adalah) jihad dan niat. Maka jika kalian diperintahkan berangkat berjihad, berangkatlah.” (HR. Bukhari No 2613). (al-Bukhari, 1994).

Hadits tersebut dapat diartikan sebagai bentuk lain dari hijrah, yaitu hijrah meninggalkan perbuatan-perbuatan buruk. Muhajir merupakan orang yang berhijrah meninggalkan apa yang dilarang Allah. Sedangkan hijrah adalah meninggalkan kampung halaman di jalan Allah untuk menegakkan agama-Nya.

مِنْ بَعْدِ مَا ظَلَمُوا setelah mengalami penganiayaan, dari penduduk Mekah.

وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ dan merekalah orang-orang yang bertawakal sepenuhnya

kepada Allah dan memasrahkan semua urusannya hanya kepada Allah.

## 2) *Asbābun Nuzūl* Ayat

Ibnu Abbas r.a mengatakan ayat ini turun menyangkut enam sahabat yaitu; Shuhaib, Bilal, ‘Ammar, Khabab, ‘Abis dan Jubair. Lalu orang-orang kafir mulai menyiksa mereka supaya keluar dari Islam. Shuhaib berkata kepada orang-orang kafir Quraisy, *“Aku adalah laki-laki lanjut usia. Jika aku berada dipihak kalian, aku tidak bisa memberi manfaat dan tidak berguna bagi kalian. Dan jikapun ak tidak berada dipihak kalian, aku juga tidak akan mendatangkan mudharat apapun bagi kalian.”* Lalu ia menggunakan harta yang dimilikinya untuk menebus dirinya dari orang-orang kafir. Melihat hal tersebut Abu Bakar ash-Shiddiq r.a berkata, *“Jual beli yang menguntungkan wahai Shuhaib.”*

Umar bin Khathab r.a berkata, *“Sebaik-baik orang adalah Shuhaib. Seandainya ia tidak takut kepada Allah, ia tetap tidak akan berbuat maksiat dan durhaka kepada-Nya.”* Ini merupakan sebuah pujian besar bagi Shuhaib. Maksud pujian ini adalah seandainya Allah idak menciptakan neraka sekalipun, ia tetap taat kepada-Nya, padahal Allah menciptakan neraka, betapa taatnya Shuhaib. Sementara itu yang lainnya ada yang berpura-pura mengucapkan sebagian dari apa yang diinginkan oleh kaum kafir Mekah berupa kalimat kekafiran dan meninggalkan Islam, sehingga kaum kafir

Mekah tidak lagi menyiksa mereka. Kemudian berhijrah, lalu turunlah ayat ini.

‘Abd bin Humaid, Ibn Jarir, dan Ibnu Mundzir meriwayatkan dari Qatadah, ia mengatakan terkait ayat ini, *“Mereka adalah para sahabat Nabi Muhammad dari penduduk Mekah. Lalu kaum kafir Mekah mengusir merka, hingga ada beberapa kelompok dari mereka yang pergi ke tanah Habasyah. Allah menempatkan mereka di Madinah setelah itu, menjadikan Madinah sebagai tanah tempat berhijrah dan menjadikan bagi mereka penolong dari kaum mukminin (sahabat Anshar).”* (As-Suyuthi, 2014).

### 3) Munasabah Ayat

Setelah menerangkan sikap orang-orang kafir Mekah dalam mengingkari adanya *ba'ts* dan kiamat dengan menunjukkan sikap keras kepala dan hanyut dalam kesesatan dan kebodohan. Dalam ayat ini, Allah menerangkan hukum hijrah dari negeri tersebut dan mendorong untuk melakukannya, supaya terhindar dari gangguan teror dan penyiksaan yang dilancarkan orang-orang kafir terhadap kaum muslimin.

### 4) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Menurut Az-Zuhaili ayat ini menjelaskan tentang ganjaran bagi orang-orang yang berhijrah di jalan Allah untuk mencari keridhaan-Nya. Maknanya, orang-orang yang berhijrah di jalan Allah rela meninggalkan kampung halaman, tempat tinggal, harta benda, dan anak-anaknya. Setelah dizalimi dan disakiti oleh musuh, kaum muslimin pergi menuju negeri lain. Allah akan memberikan negeri tempat tinggal dan kedudukan yang

baik di dunia. Yaitu berhasil mengalahkan penduduk Mekah yang sebelumnya pernah berbuat zalim terhadap kaum muslimin, berhasil menundukkan bangsa Arab serta menguasai penduduk timur dan barat.

Selanjutnya Allah mendeskripsikan sifat orang-orang yang berhijrah. Yaitu orang-orang yang sabar dalam menghadapi berbagai siksaan, meninggalkan kampung halaman (Mekah), sabar dalam berjuang serta berani mengorbankan nyawa di jalan Allah dalam menghadapi berbagai kesulitan perjalanan serta berbagai beban berat. Sepenuhnya bertawakal kepada Allah dengan memasrahkan seluruhnya urusan-urusan kepada Allah. Kemudian Allah memberi kesudahan serta nasib akhir yang baik di dunia dan akhirat (Az-Zuhaili, 2013).

b) Tafsir Al-Misbah

Ayat diatas menyatakan **هَاجِرُوا فِي اللَّهِ** mengesankan bahwa tempat yang ditinggalkan sebenarnya telah berada dalam lingkungan Allah serta keberadaan kaum muslimin disana juga demi karena Allah. Kaum muslimin memikul aneka penderitaan serta siksaan di Mekah, semuanya demi karena Allah. Dengan menggunakan **فِي** ayat ini menisyratkan bahwa para sahabat Nabi sebelum hijrah menanggung beban berat demi karena Allah dan hijrahpun demi karena Allah.

Kemudian dalam ayat berikutnya, para ulama mendapat kesan dari penggunaan bentuk kata kerja masa lampau pada kata *صَبَرُوا* maknanya “*mereka telah bersabar*” yang mengisyaratkan kesabaran kaum muslimin hampir selesai sebab faktor-faktor yang mengundang kesabaran itu akan sirna. Hal ini sebab Allah telah mengizinkan berhijrah, dan disana akan terhindar dari penganiayaan. Kata tersebut berbeda dengan kata *يَتَوَكَّلُونَ*

yang menggunakan bentuk kata kerja masa kini dan akan datang, Karena mengisyaratkan bahwa penyerahan diri kepada Allah berlanjut terus menerus, baik dalam keadaan senang maupun susah.

#### 5) Analisis Penulis

Surat An-Nahl ayat 41-42 membahas terkait hijrahnya Rasulullah dan para sahabatnya sebab penyiksaan dan penganiayaan yang dilakukan kaum kafir di Mekah. Kemudian Allah menjanjikan ganjaran tempat terbaik di dunia dan pahala yang lebih besar. Setelah itu Allah memberikan ciri orang yang berhijrah yaitu bersabar ketika menghadapi berbagai siksaan serta bertawakal kepada Allah dengan memasrahkan semua urusan kepada Allah.

Apabila makna hijrah ditarik kedalam bentuk lain, maksudnya bukan dalam artian berpindah tempat seperti pada masa Rasulullah dapat diartikan hijrah meninggalkan perbuatan-perbuatan buruk, meninggalkan apa yang dilarang Allah baik dalam keadaan senang maupun sulit. Maknanya mampu menahan dirinya dari perilaku yang dapat menjerumuskannya kedalam kesulitan sehingga membawa perubahan yang lebih baik terhadap dirinya dan

lingkungan sekitarnya. Seiras dengan makna resiliensi yaitu kapasitas atau kemampuan dalam merespon suatu kejadian yang dialami individu secara produktif dan sehat untuk dapat mengolah sebuah tekanan hidup dan menjadikannya sesuatu yang produktif.

Ketika individu berhasil membawa dirinya kepada perubahan yang lebih baik dan lebih produktif setelah mengalami tekanan hidup, artinya tawakal yang disebutkan dalam ayat ini sudah tertanam didalam diri individu. Sebab sudah menyerahkan seluruh permasalahan yang terjadi kepada Allah artinya tawakal dibarengi dengan usaha untuk dapat bangkit dengan cara lebih semangat dan produktif.

## b. Ayat-Ayat Madaniyyah

إِذْ هَمَّتْ طَّائِفَتَيْنِ مِنْكُمْ أَنْ تَفْشَلَا وَاللَّهُ وَلِيَهُمَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٢٢﴾

Artinya: “(Ingatlah) ketika dua golongan dari pihak kamu ingin (mundur) karena takut, padahal Allah adalah penolong mereka. Oleh karena itu, hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakal”.(QS. Ali ‘Imran: 122)

### 1) Analisis Bahasa

فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ maka hendaknya mereka pasrah dan percaya kepada-

Nya tidak kepada yang lain. Tawakkal adalah percaya serta bergantung kepada Allah dalam segala perkara.

### 2) *Asbābun Nuzūl* Ayat

Imam Bukhari dan Imam Muslim meriwayatkan dari Jabir, ia berkata :

فِينَا نَزَلَتْ (إِذْ هَمَّتْ طَّائِفَتَيْنِ مِنْكُمْ أَنْ تَفْشَلَا وَاللَّهُ وَلِيَهُمَا) قَالَ: نَحْنُ الطَّائِفَتَانِ: بَنُو حَارِثَةَ وَبَنُو سَلَمَةَ، وَمَا نُحِبُّ أَنَّهُمَا لَمْ تُنَزَّلْ لِقَوْلِ اللَّهِ تَعَالَى: (وَاللَّهُ وَلِيَهُمَا)

Artinya: “Ayat 122 surah Ali ‘Imran ini turun berkaitan dengan kami.” Jabir berkata, “Kami adalah aṭ-ṭā’ifatāni (dua golongan), yaitu Bani Haritsah dan

Bani Salimah. Dan kami tidak senang seandainya ayat ini tidak turun, sebab di dalam ayat ini Allah berfirman, “dan Allah adalah penolong bagi kedua golongan itu.”

### 3) Munasabah Ayat

Setelah Allah menjelaskan mengenai larangan untuk menjadikan para musuh sebagai *biṭānah* (orang dekat, orang kepercayaan, tangan kanan). Kemudian dalam ayat ini Allah menyebutkan contoh bukti nyata yang diambil dari medan peperangan kaum muslimin. Yaitu, bahwa penyebab utama dua kelompok (Bani Salimah dan Bani Haritsah) sangat lemah, merasa takut serta ingin mundur karena sikap orang-orang munafik dengan pemimpin mereka, Abdullah bin Ubai bin Salul. Orang-orang munafik dibawah pimpinan Abdullah bin Ubai bin Salul melakukan berbagai usaha untuk melemahkan dan mematahkan semangat dua kelompok diatas.

### 4) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Maka hendaklah hanya kepada Allah saja orang-orang yang beriman bertawakal, percaya sepenuhnya, mengandalkan pertolongan-Nya tidak mengandalkan kekuatan setelah melakukan ikhtiar maksimal, mempersiapkan apapun yang diperlukan, mempersiapkan pasukan serta perlengkapan perang yang sesuai dengan zaman yang ada. Karena manusia diperintahkan untuk melakukan ikhtiar dan usaha (*akhḍul asbāb*) kemudian menyerahkan hasilnya kepada Allah. Sebab Allah memenangkan dan menolong kelompok sedikit atas kelompok yang banyak atas izin dan kehendak-Nya, seperti yang terjadi ketika perang Badar.

Oleh sebab itu, sesuai dengan konteks yang ada, kaum muslimin diingatkan mengenai pertolongan Allah saat perang Badar. Ketika kaum muslimin bertawakal, menjalankan seluruh perintah Allah dan Rasul. Padahal ketika itu jumlah pasukan kaum muslimin lebih sedikit dengan persiapan dan perlengkapan yang tidak memadai. Dimana jumlah kaum muslimin hanya berkisar tiga ratus personil dengan pasukan berkuda hanya berjumlah dua, berbeda dengan pasukan musuh yang mencapai seribu orang dengan pasukan berkuda yang banyak dan menggunakan baju besi.

b) Tafsir Al-Mishbah

Menurut Quraish Shihab dalam ayat ini, mitra bicaranya ditujukan kepada seluruh kaum muslimin. Hal ini karena penekanan dalam ayat ini lebih banyak menunjukkan aktivitas dan niat yang menyertai sebagian pasukan kaum muslimin yang terlibat dalam peperangan. Ketika itu terdapat dua golongan dari pasukanmu, yaitu Bani Salamah yang merupakan golongan dari suku Khazraj dan Bani Haritsah dari suku Aus, terlintas dalam pikirannya untuk mengagalkan niatnya berperang karena takut mati setelah mengetahui bahwa sepertiga pasukan yang dipimpin oleh petinggi orang munafik, Abdullah bin Ubay, telah meninggalkan medan perang, padahal Allah adalah penolong bagi kedua golongan itu, karena keduanya terdiri dari orang-orang yang beriman dan apa yang muncul dalam pikirannya sangat manusiawi sehingga Allah mentoleransinya.

Al-Biqā'ī mengatakan bahwa penggalan ayat terakhir dipahami mengandung pesan, “Allah adalah penolong kedua golongan itu, karena mereka beriman dan berserah diri kepada-Nya, dan bukannya keinginan mundur bersumber dari tekad kaum muslimin. Bahkan kaum muslimin menjadikan Allah sebagai penolong dan berserah diri kepada-Nya, guna mengukuhkan dan menghindarkan kelemahan atasmu, karena itu hendaknya kaum mukminin percaya dan berserah diri kepada-Nya supaya memperoleh pertolongan-Nya.

#### 5) Analisis Penulis

Ayat ini berkenaan dengan peristiwa perang Uhud dimana Rasulullah mendapat dua nasihat dari sahabatnya. Dalam hal ini Rasulullah dan kaum muslimin sudah berikhtiar dan berusaha dengan bermusyawarah terlebih dahulu kemudian pergi menghadapi musuh. Selanjutnya yang dilakukan adalah tawakal kepada Allah untuk mendapatkan pertolongan-Nya untuk mengukuhkan dan menjauhkan kelemahan ketika menghadapi musuh.

Sama seperti dalam menghadapi permasalahan yang terjadi dalam kehidupan, ikhtiar dan usaha harus tetap dilakukan walaupun kondisi sedang sulit kemudian menyerahkan segala urusannya kepada Allah. Ikhtiar dan tawakal merupakan satu kesatuan, ketika hanya ikhtiar saja yang jalan, usaha yang dilakukan tidak akan mendapatkan hasil yang baik dan barokah. Ataupun sebaliknya jika tawakal saja yang digunakan, tidak akan memperoleh hasil yang diinginkan karena tidak ada usaha yang dilakukan. Maka dari itu, individu yang resilien harus yakin dengan Allah yang akan membantunya dibarengi dengan ikhtiar yang baik.

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۗ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْتَفَضُوا مِنْ حَوْلِكَ ۗ فَاعْفُ عَنْهُمْ  
وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾

Artinya: “Maka berkat rahmat Allah engkau (Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka akan menjauhkan diri dari sekitarmu. Karena itu, maafkanlah mereka dan mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sungguh, Allah mencintai orang-orang yang bertawakal (QS. Ali ‘Imran: 159).

#### 1) Analisis Bahasa

فَإِذَا عَزَمْتَ maka jika kamu telah berteguh hati serta membulatkan tekad untuk melakukan apa yang kamu inginkan setelah bermusyawarah. فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ maka bertawakal dan yakinlah kamu kepada Allah. Tawakal adalah bersandar dan berpegang kepada Allah dalam setiap urusan.

#### 2) Munasabah Ayat

Keterkaitan ayat ini dengan ayat sebelumnya nampak sangat jelas. Yaitu masih membahas mengenai perang Uhud serta berbagai dampak dan pengaruh yang ditimbulkannya. Dalam ayat yang lalu Allah membimbing dan menuntun kaum muslimin secara umum, kemudian dalam ayat ini tuntunan diarahkan kepada Nabi Muhammad sambil menyebutkan sikap lemah lembut Nabi kepada kaum muslimin, khususnya kepada yang telah melakukan kesalahan dan pelanggaran dalam perang Uhud.

### 3) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

Mengenai perintah bertawakal. Sungguh Allah sangat menyukai orang-orang yang bertawakal kepada-Nya, sehingga Allah akan menolong dan menunjukkan kepada apa yang terbaik baginya. Tawakal bukan berarti *tawakkul* yang maknanya tidak mau berusaha dan berikhtiar. Akan tetapi tawakal adalah sikap bergantung kepada Allah, percaya kepada-Nya serta menyerahkan hasil akhir kepada-Nya, setelah didahului dengan melakukan usaha dan ikhtiar maksimal.

Ar-Razi berkata, “Ayat ini menegaskan bahwa tawakal bukan berarti berpangku tangan tanpa melakukan usaha dan ikhtiar seperti yang dipahami oleh sebagian orang-orang bodoh. Karena jika seandainya begitu, maka tentunya perintah bermusyawarah bertentangan dengan perintah bertawakal. Akan tetapi yang dimaksud tawakal kepada Allah adalah melakukan usaha-usaha dan ikhtiar lahiriah namun hati tidak lantas mengandalkan serta mempercayai usaha-usaha tersebut, akan tetapi menyerahkan dan menggantungkan kepada penjagaan hikmah.”

#### b) Tafsir Al-Mishbah

Kebulatan tekad yang mendahului perintah bertawakal menuntut upaya maksimal manusia, menuntut penggunaan segala sebab atau sarana mencapai tujuan. Dengan demikian ia adalah kekuatan, sedang tawakal adalah kesadaran akan kelemahan diri dihadapan Allah dan habisnya upaya, disertai kesadaran bahwa Allah yang menentukan keberhasilan ataupun kegagalan manusia. Dengan demikian upaya dan tawakal adalah

gabungan sebab dan penyebab. Karena itu, perintah bertawakal dalam al-Qur'an selalu didahului oleh perintah berupaya sekuat kemampuan.

#### 4) Analisis Penulis

Dalam ayat ini Allah memberikan perintah untuk bertawakal setelah melakukan berbagai usaha dalam mencari solusi dari suatu permasalahan. Seperti halnya nabi Muhammad sudah berikhtiar melakukan musyawarah dengan kaum mukminin untuk mendapatkan solusi dalam menghadapi musuh pada perang uhud, Rasulullah dan kaum mukminin selanjutnya bertawakal kepada Allah. menyerahkan seluruh perkaranya kepada Allah dan percaya bahwa Allah akan menolong mereka dalam menghadapi musuh.

فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ﴿١٢٩﴾

Artinya: “Jika mereka berpaling (dari keimanan), katakanlah (Nabi Muhammad), “Cukuplah Allah bagiku. Tidak ada tuhan selain Dia. Hanya kepada-Nya aku bertawakal dan Dia adalah Tuhan pemilik ‘Arasy (singgasana) yang agung.”(QS. At-Taubah: 129)

##### 1) Analisis Bahasa

فَقُلْ حَسْبِيَ maka katakanlah, “Cukuplah.” تَوَكَّلْتُ aku bertawakal dan aku

percaya dengan-Nya dan tidak selain Dia. وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ Dia adalah Tuhan

yang memiliki Arasy yaitu singgasana. الْعَظِيمِ yang agung. Penyebutan Arasy

secara khusus disini karena dia sebagai makhluk yang paling agung.

##### 2) *Asbābun Nuzūl* Ayat

Sebab turunnya ayat ini saat perang tabuk terjadi, dengan sekian banyak ujian yang didapat oleh kaum muslimin. Dalam sebuah riwayat

Bukhari dan Muslim melalui Abu Hurairah, Rasulullah bersabda; “Aku memegang ikat pinggang kalian, tetapi sebagian kalian terlepas dari peganganku.” Demikian Rasulullah mengilustrasikan diri beliau.

### 3) Munasabah Ayat

Dalam surat At-Taubah ini Allah memberikan perintah kepada Rasul untuk menyampaikan *taklif* (beban) yang susah dan berat serta sangat sulit untuk mengembannya kecuali orang-orang yang diberikan taufik oleh Allah. Kemudian dalam ayat ini sekaligus menjadi penutup surat At-Taubah menjadi sebuah kemudahan bagi Rasulullah yang akan mengemban *taklif* tersebut.

Rasulullah merupakan bagian dari kalian, dan semua apapun yang didapat beliau berupa kemenangan dan kemuliaan akan kembali kepada kalian. Allah sangat berbelas kasih jika hambanya mendapat penderitaan, sangat berkeinginan dalam menyampaikan kebaikan dunia dan akhirat, dan bagaikan seorang dokter yang pintar yang dihadapkan berbagai pengobatan yang sangat sulit. Allah menginginkan kebaikan, terimalah *taklif* yang susah supaya dapat memenangkan semua kebaikan.

### 4) Pandangan Mufassir

#### a) Tafsir Al-Munir

عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ hanya kepada-Nya aku bertawakal dan hanya kepada-

Nya aku serahkan segala urusanku, dan aku tidak akan bertawakal kecuali

kepada-Nya. وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ “dan Dia adalah Tuhan yang memiliki

‘Arasy yang agung’, ‘Arasy adalah atap semua alam ciptaan yang di langit

dan bumi serta apa yang ada diantara keduanya. Dipilihnya 'Arasy sebagai bentuk penyebutan karena dia sebagai makhluk yang paling agung. Jika dia disebutkan, yang lain yang berada dibawahnya akan turut tersebut juga, dan diatas 'Arasy berada pengendalian segala perkara makhluk Allah.

b) Tafsir Al-Mishbah

Ayat tersebut memberikan penjelasan bahwa, 'Cukuplah untuk segala urusanku Allah yang Maha Kuasa bagiku, Dia yang akan membela dan memberikan anugerah kepadaku, kebutuhanku dan harapanku." Ditutup dengan pernyataan bahwa Allah pemilik arsy yang agung. Dengan tujuan untuk mengingatkan bahwa kepada Allah berserah diri, karena hanya Allah yang memiliki kekuasaan sebagai pemilik dan yang mengatur arsy. Hendaknya hanya mengandalkan Allah semata karena Allah penyebab dari segala sebab dan faktor. Sebab dan faktor selain-Nya adalah sebab-sebab yang tidak sempurna serta membutuhkan Allah pula.

Ibnu 'Atha'illah as-Sakandari berkata, "Siapa yang menghendaki kesuksesan dan kemuliaan, janganlah sekali-kali meraihnya melalui kemuliaan yang tidak langgeng. Jika menginginkan kemuliaan yang langgeng, andalkanlah pemilik kemuliaan yang kekal dan langgeng." Sebab tidak langgengnya suatu kemuliaan karena melupakan siapa pemilik dan penyebab kemuliaan (Allah), sedangkan yang langgeng adalah selalu mengingat dan mengandalkan penyebab tanpa melupakan sebab-sebab.

## 5) Analisis Penulis

Ayat ini memberikan perintah untuk meminta pertolongan hanya kepada Allah serta percaya bahwa Allah akan menolongnya. Ayat ini juga sebagai kemudahan bagi Rasulullah untuk mengemban *taklif* yang susah dan berat serta sangat sulit untuk mengembannya kecuali orang-orang yang diberikan taufik oleh Allah. *Taklif* yang Allah berikan kepada Rasulullah memiliki tujuan untuk meraih kebaikan. Sama seperti Allah memberikan ujian serta cobaan kepada hamba-Nya sebagai sarana untuk memperoleh kebaikan berupa cinta dan pertolongan Allah serta tidak lemah dan mampu bertahan, seperti dalam hadits yang diriwayatkan oleh Muslim, dari Abu Hurairah r.a bahwa Rasulullah bersabda:

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ نُمَيْرٍ قَالَ حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ إِدْرِيسَ عَنْ رَبِيعَةَ بْنِ عُثْمَانَ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ يَحْيَى بْنِ حَبَّانَ عَنْ الْأَعْرَجِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ احْرِصْ عَلَى مَا يَعْغُكَ وَاسْتَعِنَ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ

Artinya: “Telah menceritakan kepada kami Abu Bakr bin Abu Syaibah dan Ibnu Numair mereka berdua berkata, telah menceritakan kepada kami ‘Abdullah bin Idris dari Rabi’ah bin ‘Utsman dari Muhammad bin Yahya bin Habban dari Al-A’raj dari Abu Hurairah dia berkata, “Rasulullah bersabda, ‘Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah dari pada mukmin yang lemah. Pada masing-masing memang terdapat kebaikan. Capailah dengan sungguh-sungguh apa yang berguna bagimu, mohonlah pertolongan kepada Allah dan janganlah kamu menjadi orang yang lemah. Apabila tertimpa suatu kemalangan, maka janganlah mengatakan, ‘seandainya tadi saya berbuat begini dan begitu, niscaya tidak akan menjadi begini dan begitu.’ Tetapi katakanlah, ‘Ini sudah takdir Allah dan apa yang dikehendaki-Nya pasti akan dilaksanakan-Nya. Karena sesungguhnya ungkapan kata ‘law’ (seandainya) akan membukakan jalan bagi godaan setan.” (HR. Muslim No 4816). (Muslim, 2010)

Dalam hal ini tawakal atau berserah diri kepada Allah dan mempercayai bahwa Allah cukup sebagai penolongnya akan memberikan kekuatan untuk tetap menjalankan apa yang Allah perintahkan. Ketika menghendaki kesuksesan dari suatu perkara jangan sampai melupakan siapa yang mengendalikan perkara tersebut (Allah).



### **BAB III**

## **RELEVANSI AL-QUR'AN DENGAN PEMBENTUKAN RESILIENSI TERHADAP FASE DEWASA AWAL**

### **A. Penerapan Konsep Resiliensi Dan Relevansinya Pada Fase Dewasa Awal**

Fase dewasa awal merupakan fase kritis, menjadi permulaan untuk hidup lebih mandiri, tidak bergantung lagi kepada orang tua, menyelesaikan pendidikan, memulai pekerjaan dengan waktu penuh, menapaki jenjang hubungan yang lebih tinggi yaitu pernikahan serta tahun pertama menjadi orang tua. Tentunya semakin dewasa individu, maka peran serta tanggung jawab semakin bertambah besar pula. Fase dewasa awal merupakan sebuah fase yang sangat signifikan dalam menentukan masa depan serta dalam pengelolaan kehidupan. Ketika menjalani fase ini akan menjumpai banyak sekali cobaan, ujian serta permasalahan dalam kehidupannya dan harus dapat diselesaikan dengan baik.

Dalam hal ini muncul relevansi atau adanya keterkaitan antara konsep resiliensi dalam al-Qur'an dengan permasalahan yang terjadi pada fase dewasa awal. Relevansi diartikan sebagai kesesuaian, keterkaitan serta hubungan antara suatu hal dengan hal yang lainnya, atau keserasian antara suatu masalah dengan permasalahan yang lainnya. Keterkaitan antara keduanya adalah resiliensi sebagai bentuk kemampuan atau ketahanan individu dalam menghadapi permasalahan, ujian serta tantangan yang terjadi ketika sedang mengalami fase dewasa awal.

Banyaknya hambatan yang datang ketika fase dewasa awal membutuhkan penyesuaian diri yang baik. Selain itu banyak pula perubahan-perubahan yang terjadi dalam kehidupannya sehingga individu yang baru atau sedang berada pada fase dewasa awal memerlukan daya lenting (ketahanan diri). Fase dewasa awal merupakan masa

peralihan dari fase remaja menuju fase dewasa. Ketika mengalami peralihan ini sangat membutuhkan adaptasi serta ketahanan diri yang baik, supaya dalam menjalani fase ini individu dapat melaksanakan tugas serta tanggung jawab dengan tepat waktu.

Oleh karena itu terlihat adanya relevansi atau keterkaitan antara keduanya bahwa individu yang memasuki ataupun sedang berada pada fase dewasa awal harus memiliki resiliensi atau kemampuan dalam diri individu untuk dapat menahan dirinya dan beradaptasi dari keadaan yang kurang baik. Sehingga mampu untuk menjalani kehidupan yang lebih baik dan mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Penulis merelevansikan resiliensi dengan fase dewasa awal dengan menggunakan konsep resiliensi. Tidak ada individu yang bisa terlepas dari permasalahan atau cobaan dalam hidupnya. Bahkan Rasulullah manusia paling mulia mendapatkan cobaan yang bertubi-tubi bahkan lebih berat cobaan yang diterima Rasulullah, seperti dalam riwayat hadits Ibnu Majah:

حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ إِبْرَاهِيمَ حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي فُدَيْكٍ حَدَّثَنِي هِشَامُ بْنُ سَعْدٍ عَنْ زَيْدِ بْنِ أَسْلَمَ عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَسَارٍ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ قَالَ دَخَلْتُ عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهُوَ يُوعَكُ فَوَضَعْتُ يَدِي عَلَيْهِ فَوَجَدْتُ حَرَّهُ بَيْنَ يَدَيَّ فَوْقَ اللَّحَافِ فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا أَشَدَّهَا عَلَيْكَ قَالَ إِنَّا كَذَلِكَ يُضَعَّفُ لَنَا الْبَلَاءُ وَ يُضَعَّفُ لَنَا الْأَجْرُ قُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ أَيُّ النَّاسِ أَشَدُّ بَلَاءً قَالَ الْأَنْبِيَاءُ قُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ ثُمَّ مَنْ قَالَ ثُمَّ الصَّالِحُونَ إِنْ كَانَ أَحَدُهُمْ لَيَبْتَلَى بِالْفَقْرِ حَتَّى مَا يَجِدُ أَحَدَهُمْ إِلَّا الْعِبَاءَةَ يُحَوِّبُهَا وَإِنْ كَانَ أَحَدُهُمْ لَيَفْرَحُ بِالْبَلَاءِ كَمَا يَفْرَحُ أَحَدُكُمْ بِالرِّخَاءِ

*Artinya: "Telah menceritakan kepada kami Abdurrahman bin Ibrahim, telah menceritakan kepada kami Ibnu Abu Fudaik, telah menceritakan kepadaku Hisyam bin Sa'd dari Zaid bin Aslam dari 'Atha bin Yasar dari Abu Sa'id Al Khudri dia berkata, "Aku pernah menjenguk Nabi ketika beliau sedang sakit panas. Aku meletakkan tanganku dan aku mendapati panasnya terasa hingga diatas selimut. Aku lalu berkata, "Wahai Rasulullah, alangkah panasnya sakit yang menimpa dirimu." Beliau bersabda: "Sesungguhnya begitulah kita, ketika dilipat gandakan cobaan bagi kita maka akan dilipat gandakan pula pahalanya." Aku bertanya, "Wahai Rasulullah, siapakah manusia yang paling keras cobaannya?" beliau menjawab: "Para nabi." Aku bertanya lagi, "Wahai Rasulullah, kemudian siapa?" beliau menjawab: "Kemudian orang-orang*

*shalih, salah seorang diantara mereka yang dicoba dengan kefakiran sehingga tidak menemukan mantel untuk dia pakai, dan ada salah seorang dari mereka yang senang dengan cobaan sebagaimana salah seorang dari kalian senang dengan kemewahan.”* (HR. Ibnu Majah No. 4014). (al-Qazwaini, 2008)

Hadits diatas menjelaskan bahwa para nabi dan orang-orang sholih merupakan golongan orang yang menerima ujian dan cobaan paling berat dalam kehidupannya. Kemampuan bertahan serta tidak pantang menyerah dan putus asa dengan keadaan yang sulit dan dibawah tekanan tetap menjadikannya mampu bertahan, selalu berusaha, belajar serta beradaptasi dengan baik. Sehingga dapat bangkit kembali dari keadaan terpuruk disebut dengan resiliensi.

Resiliensi sebagai bentuk proses penyesuaian diri terhadap permasalahan yang sedang terjadi untuk mendapatkan penyelesaian dari *problem* pada fase dewasa awal, sehingga dalam hal ini dibutuhkan usaha sungguh-sungguh. Resiliensi juga disebut sebagai kemampuan untuk bertahan dalam suatu tekanan yang terjadi untuk dapat bangkit kembali sehingga mampu menjalani kehidupannya seperti biasanya. Dari kedua hal tersebut melahirkan rasa tawakal kepada Allah. Dalam bab sebelumnya telah dipaparkan mengenai ayat-ayat yang termasuk kedalam konsep resiliensi dalam al-Qur'an yang tersebar kedalam 10 surat yang berbeda yaitu; *pertama*, berkenaan dengan proses penyesuaian diri menggunakan term *jihād* yaitu; *An-Nahl*: 110, *Al-'Ankabut*: 6 dan 69, *Ali-'Imrān* 142, *Al-Maidah*: 35, *Al-Anfal*: 72, *At-Taubah*: 16 dan 20. *Kedua*, berkenaan dengan tidak berputus asa menggunakan term *yaisa* dan *qana'ah* yaitu *Yusuf*: 87, *Al-Hijr*: 55-56, *Az-Zumar*: 53. *Ketiga*, berserah diri kepada Allah dengan menggunakan term tawakal yaitu; *Ibrahim*: 12, *An-Nahl*: 41-42, *Ali-'Imran*: 122, dan *At-Taubah*: 129.

Dari penelusuran ayat-ayat yang berkenaan dengan konsep resiliensi, maka diperoleh relevansi antara resiliensi dengan fase dewasa awal. Yaitu adanya faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi pada fase dewasa awal. Berikut faktor yang mempengaruhi resiliensi pada fase dewasa awal:

### 1. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Menurut Bandura efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatur serta melaksanakan suatu tindakan-tindakan untuk sampai kepada tujuan yang ditetapkan, serta berusaha untuk menilai tingkatan serta kekuatan diseluruh konteksnya. *Self efficacy* mempengaruhi bagaimana individu beraktifitas, seberapa jauh usaha individu dalam menghadapi suatu tugas tertentu, seberapa lama individu mampu bertahan, serta reaksi emosi individu ketika menghadapi situasi atau tugas tertentu (Bandura, 1997).

Dari penjelasan efikasi diri tersebut sejalan dengan penafsiran Qurasih Shihab mengenai kata *جَاهِدُوا* pada surat An-Nahl ayat 110. Makna kata *jāhadū* dalam ayat ini bukan bermakna mengangkat senjata, tetapi jihad disini maknanya mengerahkan seluruh tenaga dan fikiran untuk mencegah gangguan kaum musyrikin yang bermaksud buruk untuk keadaan mereka. Maksudnya adalah individu mampu untuk mengatur tindakan serta kemampuannya dengan mengerahkan tenaga yang dimiliki dan fikirannya untuk mendapatkan penyelesaian dari masalahnya.

Faktor efikasi diri ini sangat mempengaruhi individu pada fase dewasa awal dalam menghadapi permasalahan yang terjadi. Efikasi diri menggambarkan keyakinan dan kemampuan serta kapasitas diri untuk dapat memecahkan masalah secara efektif, sehingga dapat menemukan solusi dari berbagai macam permasalahan

yang terjadi pada individu dewasa awal. Individu dewasa awal yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung untuk dapat berhasil dan tidak mudah menyerah dalam menyelesaikan permasalahan ataupun tugas dewasa awal daripada individu yang mempunyai efikasi diri yang lebih rendah.

## 2. Pengendalian Impuls (*Impulse Control*)

Tindakan impulsif merupakan suatu perilaku individu yang ditandai dengan melakukan sesuatu tanpa memikirkan hasil dan akibat dari perbuatannya yang dilakukan secara berulang-ulang. Sehingga untuk menjadi karakter yang resilien, individu dewasa awal harus mampu mengendalikan impuls (*impulse control*). Pengendalian impuls artinya kemampuan individu untuk dapat mengontrol keinginan, kecintaan terhadap sesuatu, serta tekanan yang muncul dari dalam dirinya sendiri. Jika individu mempunyai pengendalian impuls yang rendah cepat mengalami perubahan emosi yang membawa pengaruh kepada pikiran dan perilakunya.

Sehingga dalam hal ini Allah memperingatkan dalam ayat وَمَنْ جَاهَدَ فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ

لِنَفْسِهِ yang artinya “siapa pun yang berusaha dengan sungguh-sungguh (berjihad untuk berbuat kebajikan), sesungguhnya dia sedang berusaha untuk dirinya sendiri (karena manfaatnya kembali kepada dirinya)”. Dari ayat tersebut disimpulkan bahwa dalam berproses untuk mencari solusi dari suatu permasalahan yang terjadi selama fase dewasa awal harus berusaha dengan sungguh-sungguh serta mampu untuk mengendalikan impuls, yaitu dengan sabar dan taat serta tidak melakukan maksiat. Sebab hasil serta manfaat yang diperoleh dari usahanya tersebut akan kembali kepada dirinya sendiri. Jika melihat pada pemaparan ayat tersebut faktor

pengendalian impuls dinilai sangat penting bagi pembentukan resiliensi pada fase dewasa awal.

### 3. Optimisme

Makna optimisme pada penelitian ini dapat ditemukan dalam surat Yusuf ayat 87. Ayat tersebut berkaitan dengan harapan Ya'qub untuk kebaikan dirinya dan putra-putranya. Kondisi sulit tidak menjadikan Ya'qub putus asa serta menyerah tanpa usaha. Dalam ayat tersebut Ya'qub berkata, "Wahai anak-anakku, pergi dan carilah berita tentang Yusuf beserta saudaranya. Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah, kecuali kaum yang kafir." Dari ayat tersebut Ya'qub sangat melarang anak-anaknya berputus asa untuk mencari keberadaan Yusuf tetapi tetap optimis untuk mencari kabar dan berita mengenai Yusuf.

Optimis merupakan harapan baik terhadap segala kondisi yang sedang terjadi. Menjadikan hati merasa nyaman sebab menunggu sesuatu yang dicintai (Al-Gazali, 2009). Optimisme selalu bersumber dari individu yang mau untuk berfikir positif. Selalu melihat segala sesuatunya dari arah positif (Hasan, 2022). Sebab bisa saja dibalik kesulitan yang terjadi terdapat kegembiraan serta kemudahan. Sikap optimis semakin kuat, jika individu memiliki keyakinan kokoh kepada Tuhannya (Samain & Budihardjo, 2020).

Pada fase dewasa awal banyak sekali hal-hal ataupun kejadian yang berasal dari dalam diri ataupun lingkungannya yang membuat individu merasa putus asa, stress, depresi serta menyerah pada keadaan. Sehingga dengan demikian, sikap optimis harus selalu dijaga dengan baik. Untuk membangkitkan sikap optimisme

dibutuhkan faktor keyakinan serta pemahaman terhadap agama. Optimisme mampu membangkitkan kembali semangat hidup pada individu dewasa awal.

#### **4. Kesabaran**

Resiliensi dengan kesabaran memiliki kaitan erat. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit kembali serta tidak mudah putus asa ketika mengalami tekanan berat atau ancaman hidup untuk menjadi individu yang lebih kuat. Kemudian sabar merupakan kemampuan individu untuk tetap tenang saat berusaha menghadapi tekanan dalam hidup. Kesabaran sebuah reaksi khas yang dimiliki individu dalam menghadapi cobaan serta sebagai jembatan untuk sampai kepada penerimaan.

Kesabaran menjadi faktor pembentuk resiliensi pada fase dewasa awal, sebab dengan kesabaran merupakan syarat untuk mencapai keberhasilan dalam mencari solusi untuk memecahkan suatu permasalahan, dimana dalam penelitian ini proses tersebut dimaknai dengan jihad. Sehingga pengetahuan mengenai jihad menjadi menyatu bersama pengetahuan mengenai kesabaran. Dengan kesabaran, usaha sungguh-sungguh serta mempunyai harapan dapat menjadi pendorong yang kuat serta positif untuk mencapai resiliensi.

#### **5. Spritualitas**

Faktor pembentuk resiliensi yang terakhir ini dinilai paling penting dalam meningkatkan resiliensi pada individu dewasa awal. Faktor ini dapat terlihat dari ayat 159 surat Ali 'Imran, ayat 20 dan 129 surat At-Taubah, ayat 53 surat Az-Zumar, ayat 55-56 surat Al-Hijr, dan ayat 41-42 surat An-Nahl. dari ayat-ayat tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa disamping sebagai faktor yang menjadi pengaruh utama dalam pembentukan resiliensi faktor spritualitas juga memberikan banyak manfaat,

yaitu; mengantarkan kepada keridha-an Allah, tercurahnya rahmat Allah, mendapatkan keadaan terbaik di dunia maupun diakhirat, serta membawa keberuntungan dalam hidupnya.

Individu yang memiliki spritualitas yang baik pasti berusaha dengan sungguh-sungguh untuk mencari penyelesaian dan solusi terbaik dari permasalahannya, sebab ia percaya bahwa Allah akan memberikan petunjuk untuk penyelesaian masalahnya.

Seperti firman Allah dalam surat Al-Ankabut ayat 69:

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٦٩﴾

Artinya: “Orang-orang yang berusaha dengan sungguh-sungguh untuk (berjihad mencari keridaan) Kami benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Sesungguhnya Allah benar-benar bersama orang-orang yang berbuat kebaikan”.(QS. Al-‘Ankabut: 69)

Individu pada fase dewasa awal harus memiliki spiritualitas yang baik sebagai faktor utama yang mempengaruhi resiliensi. Faktor spiritualitas merupakan dorongan internal yang dapat menentukan resiliensi (ketangguhan) individu. Mempunyai hubungan erat kepada Tuhan membawa pengaruh terhadap syaraf otak sehingga individu mampu merasakan situasi dan kondisi yang tenang serta bahagia, memberikan emosi yang baik serta kebahagiaan bagi individu dewasa awal karena percaya ada Allah sebagai tempat bergantung dan memahami bahwa kesulitan merupakan proses awl menuju kebahagiaan yang lebih besar.

## BAB IV

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Setelah penulis melakukan penelitian tentang konsep resiliensi dalam al-Qur'an dan relevansinya pada fase dewasa awal melalui penafsiran 18 ayat-ayat mengenai resiliensi yang kemudian dianalisis dan dipaparkan, maka mendapatkan kesimpulan sebagai jawaban dari rumusan masalah yang telah tertulis pada bab I sebagai berikut:

1. Konsep resiliensi dalam al-Qur'an dapat diklasifikasikan menjadi tiga komponen resiliensi yaitu; a) proses penyesuaian diri terhadap problem yang terjadi (jihad) yakni; Ali 'Imran: 142, Al-Ma'idah: 35, Al-Anfal: 72, At-Taubah: 16 dan 20, An-Nahl: 110, dan Al-'Ankabut: 6 dan 69. b) kemampuan bertahan atau tidak mudah putus asa (*yaisa* dan *qana'ata*) yakni; Yusuf: 87, Al-Hijr: 55-56, dan Az-Zumar: 53. c) berserah diri kepada Allah (tawakal) yaitu; Ali 'Imran: 122 dan 159, At-Taubah: 129, Ibrahim: 12, dan An-Nahl: 41-42.
2. Konsep resiliensi yang sudah dipaparkan dalam al-Qur'an memiliki relevansi dengan pembentukan resiliensi pada individu yang sedang berada pada fase dewasa awal. Berdasarkan konsep resiliensi yang telah dipaparkan pada kerangka teori didapatkan hasil bahwa faktor yang mempengaruhi resiliensi pada fase dewasa awal yaitu; efikasi diri (*self efficacy*), pengendalian impuls (*impuls control*), optimisme, kesabaran, dan spiritualisme. Fase dewasa awal disebut sebagai fase yang bermasalah, sebab dalam fase ini individu mengalami ketegangan emosi, berakhirnya ketergantungan dari orang tua, dan banyak sekali nilai-nilai baru yang ditemui dalam

kehidupannya yang berasal dari lingkungan sosial yang apabila nilai-nilai tersebut tidak sesuai dengan dirinya. Sehingga dengan resiliensi yang baik individu dapat mengatasi masalah yang terjadi pada fase dewasa awal dan mengendalikan dirinya untuk dapat bangkit kembali dalam keadaan terpuruk yang terjadi pada fase dewasa awal.

## **B. Saran**

Dalam penelitian ini hanya terbatas kepada pembahasan konsep resiliensi dari perspektif al-Qur'an dengan menggunakan metode maudhu'i (tematik). Dengan demikian peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang semisal dengan menggunakan pendekatan lain atau metode yang lain dengan ranah objek penelitian yang berbeda serta menggunakan literatur yang lebih baru dan relevan.

## Daftar Pustaka

- al-Asfahani, Al-Ragib. (2010). *Mu'jam Mufradat li Alfaz al-Qur'an*. Beirut: Daar al-Fikr.
- al-Bukhari, Abi 'Abdillah Muhammad bin Isma'il bin Ibrahim ibn al-Mughirah bin Bardazabah. (1994). *Shahih al-Bukhari*. Beirut: Darul Fikr.
- Al-Farmawi, Abdul Hayy. (1997). *Al-Bidayah Fi Al-Tafsir Al-Maudhu'i*. Mesir: Dirasat Manhajiyah Maudhu'iyah.
- Al-Gazali. (2009). *Ihya 'Ulum Al-Diin*. Beirut: Daar al-Ma'arifah.
- al-Qazwaini, Abi 'Abdillah Muhammad bin Yazid. (2008). *Hadits Sunan Ibnu Majah*. Beirut: Daar al-Fikr.
- Amaliya, Niila K. (2017). *Adversity Quotient Dalam Al-Qur'an*. Jurnal Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan, 12(2).
- an-Nisaburi, Al-Wahidi. (2014). *Asbabun-Nuzul: Sebab-Sebab Turunnya Ayat-Ayat al-Qur'an*. Surabaya: Amalia.
- Apriani, Penida N. (2018). *Analisis Ayat-Ayat Tawakal Dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar Dan Tafsir Fii Zilaal Al-Qur'an)*. Skripsi Fakultas Ushuluddin.
- As-Suyuthi, Imam. (2014). *Asbabun Nuzul: Sebab-sebab Turunnya Ayat Al-Qur'an*. Kairo: Dar Al-Fajr lit At-Turats.
- Az-Zuhaili, Wahbah. (2013). *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah Manhaj* (Vol. 15). (A. H. Kattani, Trans.) Jakarta: Gema Insani.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy, The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bazith, A. (2014). *Jihad Dalam Perspektif Al-Qur'an*. Tafsere, 2(1).
- Bonanno, George A., & dkk. (2007). *What Predicts Psychological Resilience After Disaster? The Role of Demographics, Resources, and life stress*. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75(5).
- Creswell, John W. (2015). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset: Memilih Di Antara Lima Pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Desmita. (2015). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Grothberg, Edith H. (1999). *Tapping Your Inner Strength: How to Find the Resilience to Deal With Anything*. New York: MJF Books.
- Hasan, M. Abdul Kholiq. (2022). *Ajaran Resiliensi dalam Al-Qur'an Surat Yusuf untuk Menghadapi Pandemi Covid-19*. Jurnal Al Quds, 6(1)

- Hidayat, N. (2019). *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Harapan Terhadap Resiliensi Pada Remaja*. Tesis Pascasarjana Studi Psikologi.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kharisma Putra Utama.
- Khairunnisa, Nyayu A., & Wulandari, Primatia Y. (2023). *Peran Resiliensi Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal*. *Jurnal Fusion*, 3(11).
- Kirani, Agnes K. (2011). *Dinamika Perilaku Mencari Bantuan Kepada Psikologi Pada Individu Dewasa Awal*. Tesis Magister Psikologi.
- Larasati, T., & Savira, Siti I. (2019). *Resiliensi pada Penyandang Tunadaksa Akibat Kecelakaan*. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(5).
- Majida, A. (2023). *Resiliensi Remaja Pasca Kematian Orang Tua Di Desa Sokaraja Kecamatan Pagetan Kabupaten Banjarnegara*. Skripsi Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam.
- Maulidya, F., Adelina, M., & Hidayat, Faizal A. (2018). *Periodisasi Perkembangan Dewasa*. Eprints Umsida.
- Mir'atannisa, Intan M., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). *Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi*. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2).
- Missasi, V., & Izzati, Indah D. (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi*. Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Mughni, M. Syafiq, & Marzuk, M. (2022). *Tafsir Ayat Psikologi Memaknai Ayat Al-Qur'an Tentang Resiliensi Jiwa Dan Urgensinya Dalam Kehidupan Sosial*. *Al-Afakr: Journal for Islaimc Studies*, 5(4).
- Muhammad Jamaluddin, Abu Fadhl bin M. Ibnu Mandzur al Afriki al Mishri. (1990). *Lisan al Arab* (Vol. III). Beirut: Daar al Shadr.
- Munawaroh, E., & Mashudi, Esya A. (2019). *Resiliensi: Kemampuan Bertahan dalam Tekanan, dan Bangkit dari Keterprukan*. Semarang: Pilar Nusantara.
- Muslim, Al-Imam Abul Husain bin al-Hajjaj. (2010). *Hadits Imam Muslim*. Qahirah: Daar al-Hadis.
- Nahri, Delta Y. (2021). *Resiliensi Spiritual di Masa Pandemi Covid-19 Perspektif Al-Qur'an*. Proceedings of the 5th International Conference on Islamic Studies (ICONIS). Pamekasan: IAIN Madura.
- Nashori, F., & Saputro, I. (2020). *Psikologi Resiliensi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Papalia, Dianne E., Olds, Saly W., & Feldman, Ruth D. (2001). *Human Development* (Vol. 8). New York: Mc. Graw Hill.

- Pramesti, Nabila A. (2023). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Kesehatan Mental Pada Mahasiswawi rogram Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Yang Mengalami Toxic Relationship*. Skripsi Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam.
- Pratiwi, Salsabila A., & Yuliandri, Baiq S. (2022). *Anteseden dan Hasil dari Resiliensi*. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 5(1).
- Putri, Alifia F. (2019). *Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya*. *Scholid: Indonesian Journal of School Conseling*, 3(2).
- Rahma, Amelia F., Sukiatni, Dwi S., & Kusumandari, R. (2023). *Quarter Life Crisis pada early adulthood: Bagaimana Tingkat Resiliensi Pada Dewasa Awal?* *Inner: Journal of Psychological Research*, 2(4).
- Ritonga, Nova A. (2016). *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Keharmonisan Keluarga Pada Dewasa Awal di Kelurahan Sidorejo Kecamatan Rantau Selatan*. Medan Area University Repository.
- Safari, Salma G. (2020). *Peran Depresi Pada Pengaruh Kekerasan Seksual Berbasis Teknologi Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Dewasa Awal*. Skripsi Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental.
- Sahara, Fatimah R. (2023). *Resiliensi Perempuan Dalam Menjalankan Peran Ganda Sebagai Istri dan Guru di Desa Sidasari Kecamatan Sampang Kabupaten Cilacap*. Skripsi Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam.
- Samain, & Budihardjo. (2020). *Konsep Kesehatan Mental Dalam Al-Qur'an Dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Mishbah*. *Atta'dib Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2).
- Santrock, J. (2011). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (Vol. 13). New York: Mc. Graw Hill.
- Setiawan, M. Andri, & Ahmad, Karyono I. (2018). *Keterampilan Resiliensi Dalam Perspektif Surah Ad-Dhuha*. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1).
- Setiawan, T., & Faqih, Sahlan M. (2021). *Macam-Macam Tafsir Maudhu;i*. Bandung: UIN Sunan Gunung Djati.
- Shihab, M. Quraish. (2002). *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Vol. 15). Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab, M. Quraish. (2021). *Kaidah Tafsir*. Tangrang: Lentera Hati.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wahida, Evita Y. (2018, Januari-Juni). *Resiliensi Perspektif Al-Quran*. *Jurnal Islam Nusantara*, 02(01).
- Zahro, F. (2022). *Ghosting Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)*. Skripsi UIN Walisongo.

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Khoirunisa Wulan Sari
2. NIM : 2017501038
3. Tempat/Tgl. Lahir : Tangerang, 06 November 2001
4. Alamat Rumah : Jl. Almuhajirin 3 Gg. Pelangi Rt 01 Rw 07 Tanah Tinggi  
Tangerang
5. Nama Ayah : Suparman
6. Nama Ibu : Wiwik Yulianti

### B. Riwayat Pendidikan

#### 1. Pendidikan Formal

- a. SD/MI, tahun lulus : SD N Tanah Tinggi 1, 2014
- b. SMP/MTs, tahun lulus : SMPS Daarul Qur'an Putri Cikarang, 2017
- c. SMA/MA, tahun lulus : SMAS 2 Daar el-Qolam, 2020
- d. S1, tahun masuk : UIN SAIZU Purwokerto, 2020

#### 2. Pendidikan Non-Formal

- a. Pondok Pesantren Daarul Qur'an Putri Cikarang, Jawa Barat
- b. Pondok Pesantren Daar el-Qolam 3, Jayanti, Tangerang
- c. Pondok Pesantren Elfira 4, Purwokerto Utara, Banyumas

### C. Pengalaman Organisasi

1. Div. Penelitian dan Keilmuan HMJ IAT periode 2022/2023
2. Dept. Kaderisasi UKM PIQSI periode 2023/2024
3. Anggota PMII Rayon FUAH
4. Anggota IKAS Daar el-Qolam Purwokerto

Purwokerto, 2 Juli 2024



Khoirunisa Wulan Sari