

BAB I PENDAHULUAN

Sebagai pendahuluan, bab ini membahas latar belakang, masalah, dan pendekatan dalam disertasi. Pada bagian akhir bab, dikemukakan kegunaan, tinjauan pustaka dan sistematika dari penelitian.

A. Latar Belakang Masalah

Nabi Muhammad menyebutkan al-Qur'an al-Karim sebagai *ma'dubatullāh* (Hidangan Ilahi). Kitab suci al-Qur'an sebagai hidangan Ilahi, membantu manusia menghayati dan memperdalam pemahaman tentang Islam, sekaligus menjadi pelita bagi umat Islam untuk menghadapi berbagai persoalan hidup.¹ Di sisi lain, al-Qur'an memperkenalkan dirinya sebagai *huddan li an-nās* (petunjuk kepada seluruh umat manusia) sekaligus menantang jin dan manusia untuk menyusun semacam al-Qur'an. Karena itu, fungsi al-Qur'an menurut Quraish Shihab sebagai mukjizat, bukti kebenaran dan kebenaran itu sendiri.²

Al-Qur'an berarti "bacaan sempurna" merupakan nama pilihan Allah sebagai bacaan yang mulia dan sempurna. Karena tidak ada satu bacaan sejak manusia mengenal baca tulis lima ribu tahun yang lalu yang dapat menandingi al-Qur'an al-Karim.³ Al-

¹Karena itu, ada *tafsīr adabi ijtimāi*, yaitu tafsir yang menjadikan al-Qur'an sebagai pelita kehidupan dalam menjawab berbagai persoalan.

²M. Quraish Shihab, *Tafsīr Al-Misbāh, Pesan, Kesan, Dan Kecerasian Al-Qur'an*, vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2012). ix. H.A.R. Gibb pernah menulis bahwa: "Tidak ada seorang pun dalam seribu lima ratus tahun ini telah memainkan 'alat' bernada nyaring yang demikian mampu dan berani, dan demikian luas getaran jiwa yang diakibatkannya, seperti yang dibaca Muhammad (al-Qur'an)". Lihat, M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsīr Mauḍū'i Atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Penerbit Mizan, 1996). 4-5.

³Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsīr Mauḍū'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. 3. Kosakata al-Qur'an berjumlah 77.439 (tujuh puluh tujuh ribu empat ratus tiga puluh sembilan) kata, dengan jumlah huruf 323.015 (tiga ratus dua puluh tiga ribu lima belas) huruf yang seimbang jumlah kata-katanya, antara

Qur'an sangat terpadu dari segi keindahan bahasa, ketelitian, dan keseimbangannya, dengan kedalaman makna, kekayaan dan kebenarannya, serta kemudahan pemahaman dan kehebatan kesan yang ditimbulkannya.⁴ Dari sini, penulis melihat bahwa *Tafsīr al-Miṣbāḥ* merupakan kelanjutan dari tafsir pertama Quraish Shihab dengan judul *Wawasan Al-Qur'an: Tafsīr Maudū'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. Karena anak judul *Tafsīr al-Miṣbāḥ* yaitu Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an semakna dengan isi buku Quraish Shihab yang berjudul *Wawasan Al-Qur'an: Tafsīr Maudū'i Atas Pelbagai Persoalan Umat* halaman 5.

Penjelasan lain Quraish Shihab tentang al-Qur'an, terkait perintah pertama kepada Nabi Muhammad dalam surah al-Alaq yang berbunyi *iqra'* (bacalah). Mengapa *iqra'* merupakan perintah pertama yang ditujukan kepada Nabi, padahal beliau seorang *ummi* (yang tidak pandai membaca dan menulis)? Mengapa demikian? Menurut Quraish Shihab karena akar kata *iqra'* berarti "menghimpun," sehingga tidak selalu harus diartikan "membaca teks tertulis dengan aksara tertentu." Dari "menghimpun" lahir aneka ragam makna, seperti menyampaikan, menelaah, mendalami, meneliti mengetahui ciri sesuatu dan membaca, baik teks tertulis maupun tidak. *Iqra'* (Bacalah)! Tetapi apa yang harus dibaca? "*Mā aqra'*?" tanya Nabi (dalam suatu riwayat)⁵, setelah beliau kepayahan dirangkul dan diperintah membaca oleh malaikat Jibril a.s. Menurut Quraish Shihab, pertanyaan itu tidak dijawab, karena Allah menghendaki agar beliau dan umatnya membaca apa saja, selama bacaan tersebut *Bismi Rabbik*, dalam arti bermanfaat untuk kemanusiaan. *Iqra'* berarti bacalah, telitilah, dalamilah, ketahuilah ciri-ciri sesuatu, bacalah alam, bacalah tanda-tanda zaman, sejarah,

kata dengan padanannya, maupun kata dengan lawan kata dan dampaknya. *Ibid.*, 4.

⁴Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsīr Maudū'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. 5.

⁵Ciri dari Quraish Shihab yaitu kutipan terkadang sumbernya tidak disebutkan secara detail.

diri sendiri, yang tertulis dan tidak tertulis. Akibatnya objek perintah *iqra'* mencakup segala sesuatu yang dapat dijangkaunya.⁶

Pendapat Quraish Shihab terkait pengulangan perintah membaca dalam wahyu pertama bukan sekadar menunjukkan bahwa kecakapan membaca tidak diperoleh kecuali mengulang-ulangi bacaan, atau membaca dilakukan sampai mencapai batas maksimal, tetapi juga isyarat bahwa mengulang-ulang bacaan *bismi Rabbika* (demi karena Allah) akan menghasilkan pengetahuan dan wawasan baru meskipun yang dibaca sama. Membaca berulang-ulang ayat al-Qur'an menimbulkan penafsiran baru, pengembangan gagasan, dan menambah kesucian jiwa serta kesejahteraan batin. Berulang-ulang "membaca" alam raya, membuka tabir rahasianya dan memperluas wawasan serta menambah kesejahteraan lahir. Ayat al-Qur'an saat ini, tidak berbeda dengan ayat al-Qur'an yang dibaca Rasul dan generasi terdahulu. Alam raya pun demikian, namun pemahaman, penemuan rahasianya, serta limpahan kesejahteraan-Nya terus berkembang. Itulah pesan yang terkandung dalam *iqra' wa Rabbuka al-akram* (Bacalah dan Tuhanmulah yang paling Pemurah). Atas kemurahan Allah maka kesejahteraan demi kesejahteraan tercapai.⁷

Karena fungsi al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia, maka umat Islam terus berusaha untuk memahami kandungan al-

⁶Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudū'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*, 5, 425.

⁷*Ibid.*, 6. Oleh sebab itu, Quraish Shihab berpendapat bahwa perintah membaca merupakan sesuatu yang paling berharga yang pernah dan dapat diberikan kepada umat manusia. "Membaca" dalam aneka maknanya adalah syarat pertama dan utama pengembangan ilmu dan teknologi, serta syarat utama membangun peradaban. Semua peradaban yang berhasil bertahan lama, justru dimulai dari satu kitab (bacaan). Peradaban Yunani di mulai dengan *Iliad* karya Homer pada abad ke-9 sebelum Masehi. Ia berakhir dengan hadirnya Kitab Perjanjian Baru. Peradaban Eropa dimulai dengan karya Newton (1641-1727) dan berakhir dengan filsafat Hegel (1770-1831). Peradaban Islam lahir dengan kehadiran Al-Qur'an. Karena itu, al-Qur'an tidak akan lekang oleh panas dan tidak lapuk oleh hujan, selama umat Islam ikut bersama Allah memeliharanya. Oleh karena itu, membahas tafsir sabar tidak bisa lepas dari kepribadian, kesejahteraan dan pendidikan. Penjelasan Quraish Shihab diatas menjadi inspirasi penulis dalam disertasi ini.

Qur'an, yang kemudian melahirkan berbagai karya tafsir⁸ dengan tujuan agar al-Qur'an dijadikan sebagai referensi umat Islam untuk menggapai petunjuk kehidupan. Sementara, kandungan al-Qur'an yang bersifat universal dalam ranah kesejarahan meniscayakan dialog dengan pengalaman manusia dalam konteks ruang dan waktu.⁹ Karena itu, Quraish Shihab menyatakan bahwa tafsir al-Qur'an adalah penjelasan tentang maksud firman-firman Allah sesuai dengan kemampuan manusia. Kemampuan manusia berbeda-beda sehingga apa yang dipahami dan diperoleh seorang penafsir dari al-Qur'an bervariasi sesuai kemampuan pemahamannya. Lingkungan sosial dan budaya serta perkembangan ilmu, memiliki

⁸Secara etimologis, kata *tafsīr* (exegesis) berasal dari bahasa Arab, *fassara-yufassiru-tafsīran*. Derivasi ini mengandung pengertian: menyingkap (*al-kasyfū*), memperjelas (*izhār*) atau menjelaskan. Lihat, Hasani Ahmad Said, *Diskursus Munasabah Al-Qur'an: Dalam Tafsīr Al-Miṣbāḥ*, Cet. I. (Jakarta: Amzah, 2015). 10. Secara etimologis, tafsir berarti keterangan dan penjelasan (*al-iḍāḥ wa at-tabyīn*). Yunahar Ilyas, *Kuliah Ulumul Qur'an*, Cet. III. (Yogyakarta: Itqan Publisng, 2014). 269. Ahmad Warson Munawwir memberikan pengertian kata tafsir sebagai bentuk *masdār* berarti menjelaskan, memberi komentar, menterjemahkan atau mentakwilkan. Lihat, Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Munawwir* (Surabaya: Pustaka Progressif, 1997). 1134. Kata *al-fasru* berarti menyingkap sesuatu yang tertutup, sedangkan *al-tafsīr* menyingkap sesuatu lafaz yang susah dan pelik. Muḥammad ibn Mukarram Ibn Manẓūr, "*Lisān al-'Arāb*" (Beirut: Dāru Ṣadir, 1300). 55. Secara terminologis, tafsīr adalah ilmu yang membahas tentang apa yang dimaksud oleh Allah dalam al-Qur'an sepanjang kemampuan manusia. Kata tafsir dalam al-Qur'an disebut satu kali yaitu dalam surah al-Furqān (25): 33, sedang kata yang sering disepadankan dan disejajarkan dengan *tafsīr* ialah *ta'wīl*, yang disebut dalam al-Qur'an sebanyak 17 kali. Lihat dalam Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, *Al-Mu'jam al-Mufaḥras li Alfāḍil Qur'ānil Karīm* (Kairo Mesir: Dārut Hādīṣ, 1364). 97.

⁹Nilai-nilai dasar al-Qur'an mencakup berbagai aspek kehidupan manusia (surah al-An'ām 6:37). Tema-tema pokoknya mencakup aspek ketuhanan, manusia sebagai individu dan anggota masyarakat, alam semesta, kenabian, wahyu, eskatologi, dan makhluk-makhluk spiritual. Eksistensi, orisinalitas, dan kebenaran ajarannya dapat dibuktikan oleh sains modern (QS. al-Ḥujurāt 15:9), sedangkan tuntunan-tuntunannya menjadi rahmat bagi semesta alam (Q.S. al-Furqān 25:1). Lihat, Fazlur Rahman, *Tema Pokok Al-Qur'an* (Bandung: Pustaka, 1996), dan Said, *Diskursus Munasabah Al-Qur'an: Dalam Tafsīr al-Miṣbāḥ*. 9.

pengaruh signifikan untuk menangkap pesan-pesan al-Qur'an.¹⁰ Sementara itu, ada dua bentuk penafsiran yang dikenal sejauh ini. *Pertama, at-tafsir bi al-ma'sur. Kedua, at-tafsir bi ar-ra'yi.* Untuk metode penafsiran ada empat, yaitu *ijmāli, tahlili, muqārin* dan *mauḍū'i.* Sedangkan dari segi corak lebih beragam, ada yang bercorak sastra bahasa, fiqh, teologi, filsafat, tasawuf, ilmiah dan corak sastra budaya kemasyarakatan.¹¹

Menurut Quraish Shihab salah satu keagungan al-Qur'an yaitu, al-Qur'an dapat menampung segala kemampuan manusia dalam membaca kandungan makna dan pesannya, meskipun tingkat pemahaman, kondisi dan kecenderungan manusia bervariasi dalam memahaminya.¹² Ahli tafsir yang berusaha menafsirkan ayat-ayat al-Qur'an yang berbicara tentang manusia, baik mufasir klasik seperti al-Ṭabari yang mengartikan manusia sebagai khalifah yang tercantum pada surah al-Baqarah(2: 30,177) hingga menjelaskan dan menafsirkan term sabar yang menjadi predikat bagi manusia baik atau berkualitas, sebagai salah satu perilaku penentu bagi seorang yang memiliki jalan hidup (beragama) yang benar dan

¹⁰Senada dengan Quraish Shihab, Yunahar Ilyas berpendapat mufasir dibatasi oleh kemampuan masing-masing sebagai manusia, juga dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan, sosial budaya yang berbeda-beda, sehingga bentuk, metode dan corak penafsiran pun berbeda-beda. Ilyas, *Kuliah Ulumul Qur'an.* 270. Sementara itu, usaha menafsirkan al-Qur'an sudah dimulai sejak zaman para Sahabat Nabi. Para sahabat menafsirkan ayat-ayat al-Qur'an dengan cara : *pertama*, menelitinya dalam al-Qur'an sendiri, karena ayat al-Qur'an saling menafsirkan. *Kedua*, merujuk kepada penafsiran Nabi Muhammad, sesuai dengan fungsi Beliau sebagai *mubayyin* terhadap ayat-ayat al-Qur'an. *Ketiga*, apabila tidak menemukan keterangan tentang ayat tertentu dalam al-Qur'an dan tidak sempat menanyakannya kepada Rasulullah, para sahabat berjihad dengan menggunakan kekuatan penalaran. Dengan bekal kemampuan dan pengetahuan bahasa Arab, pemahaman tradisi Arab dan kondisi orang-orang Yahudi dan Nasrani di Arabia pada waktu ayat turun atau latar belakang ayat tersebut diturunkan. *Kempat*, sebagian sahabat menanyakan beberapa masalah, seperti sejarah Nabi-Nabi atau kisah-kisah yang tercantum dalam al-Qur'an kepada tokoh-tokoh *ahlu al-Kitāb* yang masuk Islam, seperti 'Abdullah ibn Salām (w. 43 H), Ka'ab al-Ahbār (w. 32 H) dan lain-lain. Lihat, *Ibid.*, 271.

¹¹Ilyas, *Kuliah Ulumul Qur'an.* 271.

¹²Shihab, *Tafsir al-Miṣbāḥ, Pesan, Kesan, Dan Kescerasian Al-Qur'an,* vol. 1, p. ., xix.

penuh hidayah. Adapun al-Qur'an sesuai dengan fungsinya yang diyakini umat Islam sebagai petunjuk kehidupan, menunjuk manusia yang baik dan berkualitas di antaranya adalah muslim, *mu'min*, *muttaqīn*, *mukhlis*, dan saleh kesemuanya ini digunakan dalam rangka menggambarkan sosok pribadi yang berkualitas. Istilah-istilah tersebut dijadikan sebagai predikat bagi pribadi berkualitas yang terkait erat dengan perilaku keagamaannya.

Oleh karena itu, melihat fungsi al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia, maka al-Qur'an mengajarkan kebajikan kepada manusia. Ajaran berbuat kebajikan dalam al-Qur'an disebut dengan istilah *al-birr*, yang diungkapkan al-Qur'an dalam surah al-Baqarah(2 : 177). Kebajikan adalah yang mengantarkan kedekatan kepada Allah dan bukan sekedar menghadapkan wajah ke arah timur dan barat tanpa makna. Dengan tegas al-Qur'an menyatakan dengan melakukan kebajikan akan mengantarkan kepada kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.¹³ Al-Qur'an menyebutkan bentuk kebajikan yaitu beriman kepada Allah, hari Kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kitab, para nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir dan (memerdekakan) hamba sahaya, melaksanakan

¹³Dalam kuliahnya Martin Seligman menyatakan: *Let me take you through my intellectual development about well-being. About ten years ago I wrote a book called Authentic Happiness in which I asked the question, what are the components of happiness? I argued that the study of happiness could be dissolved into the study of positive emotion and engagement and meaning. The first element of happiness was positive emotion. The second was being absorbed, engagement. And the third was having meaning in life, belonging to and serving something you believed was bigger than you were. That was the Authentic Happiness theory, and a lot of research followed.* Martin E.P. Seligman, "Flourish: Positive Psychology and Positive Interventions," *The Tanner Lectures on Human Values* (The University of Michigan, 2010). Jadi komponen kebahagiaan menurut Martin Seligman berkaitan dengan emosi positif, keterlibatan dan makna. Elemen pertama dari kebahagiaan adalah emosi positif. Yang kedua keterlibatan. Dan yang ketiga adalah memiliki makna dalam hidup, merasa memiliki dan melayani sesuatu yang diyakini lebih besar dari diri manusia. Itulah teori kebahagiaan otentik. Dari pendapat tersebut tersirat adanya kesesuaian sisi ajaran agama dengan kesejahteraan psikologis dalam psikologi positif terkait tujuan hidup manusia yang mengacu pada tata nilai dan makna.

salat secara sempurna, menunaikan zakat; orang-orang yang menepati janji apabila mereka berjanji, orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan.¹⁴ Sehingga kebajikan dalam pandangan al-Qur'an bersifat multidimensi, dari dimensi ilmu, iman, amal dan ditutup dengan kemampuan bersabar di akhir surah al-Baqarah: 177.

Surah al-Baqarah: 177 menunjukkan bahwa iman kepada Allah menjadi tujuan utama hidup manusia, karena tujuan penciptaan hanya untuk beribadah kepada Allah. Penjelasan tujuan

¹⁴M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah, Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 9 (Jakarta: Lentera Hati, 2012). 467. Fungsi kebajikan dalam psikologi positif yaitu sebagai konsep menyeluruh dan integratif. Karena itu, studi kebajikan dalam konteks sejarah, budaya, agama menjadi kebutuhan saat ini. Konstruksi kebajikan memiliki sejarah panjang dan kompleks. Di sisi lain, sumber-sumber teologi belum diapresiasi secara memadai dalam penelitian kebajikan. Riset pengembangan kekuatan karakter dan kebajikan dalam upaya mempromosikan kesejahteraan psikologis dimulai sejak akhir tahun 1990an. Sarah A. Schnitker and Robert A. Emmons, "The Psychology of Virtue: Integrating Positive Psychology and the Psychology of Religion.," *Psychology of Religion and Spirituality* 9, no. 3 (2017): 239–241. Agama memiliki potensi meningkatkan kesejahteraan dan pengaruh positif dalam kehidupan manusia dengan mengajarkan tatanan moral untuk memperkuat sumber daya fisik dan psikologis. Agama memberi panduan kepada manusia tujuan hidup. Tujuan hidup mengacu pada tata nilai dan makna untuk memaksimalkan potensi manusia menurut fitrahnya. Tujuan hidup bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental manusia. Mengurangi risiko depresi, kecemasan, stroke, penyakit kardiovaskular, stres dan sifat emosional. Julian Culver and Melinda Lundquist Denton, "Religious Attachment and the Sense of Life Purpose among Emerging Adults," *Religions* 8, no. 12 (December 2017): 274.

Berdasarkan survei terbaru perusahaan asuransi Cigna, Indonesia menjadi salah satu negara yang minim stres di dunia. Cigna melakukan survei kesejahteraan masyarakat yang dilihat dari lima faktor utama, yaitu fisik, keluarga, sosial, keuangan, dan pekerjaan. Dilansir dari Asia One, survei dilakukan di 23 negara dan melibatkan 14.500 responden. Hasil survey menunjukkan tingkat stres responden Indonesia hanya 61 poin. Lihat, Ariska Puspita Angraini, "Kabar Gembira Indonesia Menjadi Negara Dengan Tingkat StressRendah," <https://lifestyle.kompas.com/read/2018/07/18/131911720>.

Ketua Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia (PDSKJI) Eka Viora, di Indonesia prevalensi penderita depresi adalah 3,7 persen dari populasi. "Jadi sekitar 9 juta orang yang mengalami depresi, dengan jumlah penduduk 250 juta jiwa," kata Eka dalam konferensi pers perayaan hari kesehatan dunia. Lihat, Tempo.co, "9 Juta Orang Di Indonesia Mengalami Depresi," <https://gaya.tempo.co/read/877228>.

hidup manusia dalam Islam dijabarkan dalam disiplin ilmu tauhid. Karena itu, menurut Quraish Shihab, tauhid bukan saja merupakan hakikat kebenaran yang harus diakui karena diperlukan oleh jiwa manusia, tetapi juga merupakan kebutuhan akal nya demi kemajuan dan kesejahteraan umat manusia.¹⁵ Salah satu bentuk tauhid yaitu tauhid *asmā wa sifāt*. Karena itu, dalam berdoa dan memohon kepada Allah, dianjurkan berdoa dengan menyebut *asmā* dan sifat-sifat-Nya. *Asmā* dan sifat Allah mempunyai kedudukan yang tinggi dalam ketauhidan. Seorang muslim tidak diperkenankan beribadah tanpa ilmu ketauhidan dan mengetahui *asmā* serta sifat-sifat-Nya. Tauhid *asmā* dan sifat akan membentuk kepribadian rabbani, yaitu kepribadian yang mengamalkan sifat-sifat dan *asmā* Allah swt. Salah satu sifat Allah ialah *aṣ-Ṣabūr* (Maha Sabar).¹⁶ Karena itu, kesabaran sangat luas pembahasannya dalam al-Qur'an baik dalam ayat-ayat Makkiah maupun Madaniyah. Di sisi lain, sabar sebenarnya bagian dari rahmat Allah.

Dalam berbagai literatur agama, sabar dinilai sebagai tingkat tertinggi relijiusitas dan menjadi ciri sifat kaum beriman. Sifat sabar manusia meliputi dua hal, *pertama*, untuk mencapai tingkat kesempurnaan.¹⁷ *Kedua*, manusia dapat mengatasi masalah dengan sabar. Setiap orang yang memiliki kesabaran, akan mudah mencapai apa yang diinginkannya dan yang tidak sabar, akan sulit mencapai apa yang diinginkannya. Sabar sangat dibutuhkan selama menghadapi masa-masa sulit, dalam upaya mencapai puncak

¹⁵Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsīr Maudū'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. 37.

¹⁶Abū Hāmīd al Gazālī, *Ihyā' 'Ulūmuddīn*, Juz 7. (Lajnah Nasr Śaqafah Islāmiyyah, 1356). 1400. Abū Hāmīd al Gazālī, *Ihyā' 'Ulūmuddīn, Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama*, Cet. II. (Medan: Imballo, 1965). 1093. Amal yang paling utama adalah apa yang dipaksakan diri kepadanya. Menurut Ibn Abi Dunya, *ḥadīṣ marfū*, berasal dari perkataan Umar bin Abdul Aziz. Dan juga dikatakan bahwa Allah menyampaikan wahyu kepada Nabi Daud "berakhlaklah dengan akhlakku. Sesungguhnya sebagian dari akhlakku adalah Aku Maha Sabar".

¹⁷Sabar merupakan *maqāmāt* dalam sufisme setelah *maqām taubah*, seperti dalam bahasan al-Makkī maupun al-Gazālī.

spiritualitas serta mencari *riḍā* Allah.¹⁸ Konsep sabar dalam Islam, Kristen, Katolik, Hindu dan Budha menempati posisi penting.¹⁹

Posisi penting konsep sabar dalam Islam karena tingkah laku manusia dimotivasi dorongan keinginan kearah kedekatan dan *riḍā* Allah. Tingkah laku psikologis tidak lagi didominasi oleh dorongan-dorongan berhubungan dengan kebutuhan dasar (*basic needs*), melainkan dimotivasi dorongan ruhani dan kejernihan jiwa (*al-fāzilah wa al-kamāl al-nafs*) seperti, sabar, jujur, ikhlas, kebajikan, dan kebaikan hati.²⁰ Sehingga kemampuan untuk menunggu hasil yang lebih besar disebut kesabaran, kontrol diri atau menunda kepuasan, sedangkan preferensi untuk yang lebih kecil, lebih cepat disebut impulsif.²¹ Di sinilah, manusia mengalami pertentangan antara sabar versus impulsif dalam banyak konteks,

¹⁸A. R. M Pour and N Mongashti, "Education of Patience in the Social Relations in the Quran" Vol. 30, no. 1 (2014): 335–338.

¹⁹Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi," *Jurnal Psikologi* 38, no. 2 (2015): 215–227.

²⁰Oleh karena itu, proses pendidikan berkaitan dengan motivasi dan tingkah laku psikologis. Karena itu, konsep sabar akan membawa implikasi terhadap wacana pendidikan yang berbasis pendekatan tingkah laku manusia. Abdullah Hadziq, "Psikologi Sufistik Dan Humanistik Studi Pemikiran al-Gazali Dan Abraham Maslow Serta Implikasinya Bagi Pengembangan Pemikiran Psikologi" (Institut Agama Islam Negeri, Sunan Kalijaga, 2004), <http://digilib.uin-suka.ac.id/14440/%255>.

²¹Allport dan Ross telah mengusulkan dua orientasi dalam beragama, yaitu orientasi intrinsik dan orientasi ekstrinsik. Individu dengan orientasi intrinsik digambarkan sepenuhnya berkomitmen terhadap keyakinan agama dalam setiap aspek kehidupan. Di sisi lain, yang berorientasi ekstrinsik menggunakan agama sebagai sarana partisipasi dalam kelompok yang kuat untuk mendapatkan perlindungan, tempat mencari pelipur hati dan status sosial. Perbedaan antara orientasi religius terkait dengan domain kepribadian dan memiliki efek pada kebahagiaan. Motivasi intrinsik, terkait dengan keramahan, neurotisme dan keterbukaan yang rendah, sementara ekstrinsik terkait dengan neurotisme. Terkait sifat impulsif bisa dibaca pada Sybil B.G. Eysenck et al., "Age Norms for Impulsiveness, Venturesomeness and Empathy in Adults," *Personality and Individual Differences* 6, no. 5 (1985): 613–619; Lihat juga, Patricia A. Barnes, "A Neuro Developmental View of Impulsivity" (Washington: American Psychological Association, 1993), 23–37. Sementara relijiusitas bisa dilihat pada Ghavam Moltafet, Mohammed Mazidi, and Somayeh Sadati, "Personality Traits, Religious Orientation and Happiness," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 9 (2010): 63–69.

termasuk dalam memenuhi kebutuhan hidup, mencari pasangan, keturunan, dan bekerja sama dengan orang lain.²² Dalam psikologi, impulsivitas dipahami sebagai kecenderungan untuk bertindak sembrono, perilaku yang dicirikan tanpa pemikiran, refleksi atau pertimbangan tentang akibat sebuah tindakan sebelumnya. Karena itulah, pendidikan sabar sangat urgen. Oleh sebab itu, konsep sabar dalam al-Qur'an merupakan konsep utama karena Allah menyifatkan dirinya dengan Maha Sabar (الصبور).²³

Seperti diungkapkan di depan bahwa salah satu pendekatan dalam psikologi adalah pendekatan humanistik,²⁴ yang berbicara tentang spiritualitas manusia. Spiritualitas mengacu cara individu

²²Hewan dalam pandangan biopsikologi menghadapi dilema yang sama dengan manusia, antara menuruti sifat sabar atau impulsivitas. D. W. Stephens Stevens, J. R., "Patience," *Journal Current Biology* Vol. 28, no. 1 (2018).

²³Arti *aş-Şabūr* adalah: *pertama*, zat yang tidak menyegerakan siksa. *Kedua*, zat yang tidak tergesa-gesa mencabut sebelum tiba waktunya. *Ketiga*, zat yang menanti dan menggiringkan/mengawal sampai akhir. Dengan *aş-Şabūr*, Allah tidak menimpakan siksa atau mencabut nikmat bagi orang yang durhaka dan melakukan kesalahan dengan sengaja. Allah memberi kesempatan manusia melakukan perbaikan dan perubahan. Allah percikkan sifat sabar kepada manusia, yang disebut dengan menahan diri.

²⁴Pendekatan humanistik muncul sebagai bentuk ketidaksetujuan terhadap psikoanalisis dan behavioristik dalam menjelaskan tingkah laku manusia. Aliran Psikologi Humanistik selalu mendorong peningkatan kualitas diri manusia dengan menghargai potensi-potensi positif setiap manusia. Lihat, Ratna Syifa'a Rachmahana, "Psikologi Humanistik dan Aplikasinya dalam Pendidikan," *el-Tarbawi* 1, no. 1 (2008): 99–114. Tokoh psikologi Humanistik yang terkenal yaitu Carl Rogers (1902-1987 M) dan Abraham Harold Maslow (1908-1970 M). Maslow menyebut psikologi Humanistik sebagai *The Third Force Psychology* (Psikologi Madzhab ke Tiga). Lihat, disertasi Slamet Firdaus, "Konsep Manusia Ideal Dalam Al-Qur'an (Studi Profil Muhsin Dalam Perspektif Ayat-Ayat Ihsan)," 2011. 189.

Humanisme adalah paham kemanusiaan yang muncul pada abad ketiga belas sebagai reaksi terhadap dominasi agama. Sementara humanitarianisme adalah paham "kemanusiaan bersama" yang muncul pada abad ke-18 karena motivasi agama dan berorientasi pada kesejahteraan manusia. Lihat, disertasi Siswanto Masruri, "Menuju Humanitarianisme : Studi Evolusi Pola Pemikiran Kemanusiaan Soedjatmoko" (2002).Ibid. Pengertian Humanitarian bisa dibaca dalam Ishbel McWha-Hermann, *Humanitarian Work Psychology and the Global Development Agenda: Case Studies and Interventions*, 1st ed. (Routledge, 2015), accessed September 29, 2018, <https://www.taylorfrancis.com/books/9781315682419>.

mencari makna dalam kehidupan dan pengalaman yang berhubungan dengan diri, orang lain, alam serta yang sakral.²⁵ Oleh karena itu, poin penting studi psikologi sabar dalam al-Qur'an yaitu untuk menemukan makna hidup, karena tantangan dan cobaan dalam hidup adalah sebuah keniscayaan. Di sisi lain, spiritualitas berarti memahami kesadaran ontologis terhadap asal mula tujuan penciptaan manusia dan alam semesta. Tujuan penciptaan yaitu beribadah kepada Allah, mencari riḍa-Nya, kerendahan hati, tunduk dan keimanan yang ditunjukkan manusia dalam tindakannya. Hubungan seseorang dengan Allah merupakan titik fokus spiritualitas. Spiritualitas adalah cara manusia mengalami *ḥayātan-tayyibah* حياة طيبة (kehidupan yang baik) dengan *qalbin-salīm* قلب سليم (hati yang damai). *Ḥayātan-tayyibah* (kehidupan yang baik) dan *qalbin-salīm* sebagai bagian dari tujuan spiritualitas dalam Islam. Untuk mencapai spiritualitas maka perlu relijiusitas.²⁶ Seperti kisah dalam al-Qur'an tentang spiritualitas Ibrahim :

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ .

Katakanlah: Sesungguhnya sembahyangku, ibadahku, hidup dan matiku hanya untuk Allah, Tuhan semesta alam.²⁷

Nurcholis Madjid berpendapat bahwa umat Islam harus memperhatikan aspek spiritualitas. Dengan spiritualitas, manusia akan mengerti asal usul penciptaan. Manusia diciptakan untuk mengedepankan kebaikan. Proses menuju kebaikan dimulai dari pribadi-pribadi melalui pendidikan. Menurut Nurcholis Madjid, aspek pembinaan pribadi adalah primer sedangkan aspek sosial,

²⁵Psikologi sabar adalah salah satu proses menuju pendidikan manusia yang humanis. Karena ketidaksabaran merendahkan manusia dan mengurangi dimensi *humanitarian*-nya.

²⁶Rahmatollah Marzband, Seyed Hamzeh Hosseini and Zeinab Hamzehgardeshi, "A Concept Analysis of Spiritual Care Based on Islamic Sources," *Religions* 7, no. 6 (2016): 61.

²⁷Surah al-An'ām (6): 162.

politik dan ekonomi merupakan pengejawantahannya. Tantangannya adalah untuk hidup bermoral, yang nantinya akan dipertanggungjawabkan secara pribadi di hadapan Allah swt di akhirat.²⁸ Spiritualitas perlu diimbangi dengan relijiusitas. Bentuk religiusitas dalam Islam salah satunya dengan mengajarkan sabar terhadap manusia. Sabar dilakukan dengan latihan menahan diri misalnya dalam puasa Ramaḍān, manusia dilatih menahan diri dari makan minum dan menahan nafsu.

Mengapa spiritualitas perlu diimbangi dengan relijiusitas ? Karena dalam Islam, tidak hanya dituntut untuk beriman, tetapi juga beramal saleh. Iman harus dibarengi dengan amal. Amal ibadah dalam Islam bukan sekedar mewujudkan hubungan antara manusia dengan Tuhannya, tetapi juga untuk mewujudkan hubungan antar sesama manusia. Dari rukun iman yang enam kemudian ke rukun Islam yang lima, mengisyaratkan bahwa keimanan harus menjadi perilaku manusia yang bersaksi tiada tuhan selain Allah, taat beribadah, memberikan harta untuk orang lain, berpuasa dan haji. Islam mendorong manusia untuk beribadah kepada Allah dalam semua aspek kehidupan dan aktivitas, baik sebagai pribadi maupun sebagai bagian dari masyarakat. Tantangan kehidupan bersifat dua dimensi, berhubungan dengan Allah dan manusia, yang membutuhkan sabar dalam menjalaninya.²⁹

²⁸Budi Munawar Rahman, *Ensiklopedi Nurcholish Madjid: Pemikiran Islam Di Kanvas Peradaban*, jilid 1, edisi digital, (Jakarta: Paramadina, 2011). Cxxxvii. Asumsi dasar bahwa dalam masyarakat modern, jika standar moral tinggi maka akibatnya akan menurunkan produktivitas. Di sisi lain, untuk memenuhi kebutuhan hidup harus bersaing. Persaingan menimbulkan perilaku nekat, meskipun perilaku tersebut menghancurkan diri sendiri termasuk masyarakat. Misalnya, perilaku korupsi, dapat dipahami melalui perspektif memenuhi kebutuhan hidup lebih utama daripada memegang teguh moral. Nooraini Othman, "A Preface to the Islamic Personality Psychology," *International Journal of Psychological Studies* Vol. 8, no. 1 (2015): 20–27.

²⁹Marshall Hodgson membedakan antara Islam dan islam. Islam mengandung konotasi sosial, yaitu orang yang memeluk atau mengaku memeluk agama Islam, sedangkan islam, menurut Hodgson mengandung pengertian yang lebih dinamis, yaitu sikap penyerahan diri kepada Tuhan karena menerima tantangan moralnya. Rachman, *Ensiklopedi Nurcholish Madjid: Pemikiran Islam Di Kanvas Peradaban Jilid 1*. Sementara itu, dimensi sabar dalam psikologi

Karenanya, sabar dalam orientasi intrinsik dan ekstrinsik bisa menjadi mediator untuk kesehatan mental dan menjauhkan manusia dari *neurotisme*, seperti perasaan cemas, gugup, impulsif dan depresi.

Kesehatan mental telah diteliti para ahli dari berbagai bidang. Peneliti mengamati pengaruh agama terhadap kesehatan mental. Francis dan Robbins menunjukkan hubungan yang signifikan antara skor pada *Oxford Happiness Inventory* dan skor skala sikap terhadap agama Kristen. Beberapa peneliti lainnya, mengungkapkan bahwa orientasi religius intrinsik dan ekstrinsik menunjang tingkat kesejahteraan dan kebahagiaan yang lebih tinggi. Singkatnya, beberapa penelitian secara konsisten menunjukkan hubungan negatif orientasi intrinsik terhadap agama, gejala depresi, kecemasan serta hubungan positif orientasi ekstrinsik terhadap agama, gejala depresi dan kecemasan.³⁰ Dengan demikian sabar menunjang kesehatan mental manusia, mengurangi depresi dan kecemasan.

Menurut Skinner, penyakit muncul ketika dinamika diri menuju arah yang salah, misalnya akal mengesampingkan kearifan intuitif.³¹ Diri yang tidak seimbang berpotensi merusak, menjauhkan manusia dari kesejahteraan (*wellbeing*). Karena itu diperlukan keseimbangan. Keseimbangan terjadi apabila integrasi iman dengan nilai-nilai moral dan kemampuan menjalani hidup dengan berbudi luhur serta sabar. Karena kebahagiaan adalah hasil

terkait dengan penerimaan diri, penguasaan lingkungan, serta tujuan hidup, keterbukaan, hubungan positif dengan orang lain dan kemandirian. Richard M. Ryan and Edward L. Deci, "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being," *Annual Review of Psychology* 52, no. 1 (2001): 141–166.

³⁰Moltafet, Mazidi, and Sadati, "Personality Traits, Religious Orientation and Happiness."

³¹Mohsen Joshanloo membandingkan konsep kebahagiaan antara Barat dan Islam. Lihat, Mohsen Joshanloo, "A Comparison of Western and Islamic Conceptions of Happiness," *Journal of Happiness Studies* 14, no. 6 (2013): 1857–1874.

dari kemampuan menjaga diri dengan damai. Allah berfirman dalam al-Qur'an :

يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ . أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً . فَادْخُلِي فِي عِبَادِي . وَأَدْخُلِي جَنَّتِي .

Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati rela lagi di ridhai, maka masuklah ke dalam hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku.³²

Jiwa yang tenang diperoleh dengan cara menyesuaikan diri dengan kehendak Allah, termasuk saat dalam kesulitan dan kecemasan hidup, dengan sepenuhnya berserah diri kepada Allah SWT. Manusia terdiri dari beragam elemen berbeda serta kontradiktif yang disatukan oleh akal. Akal penguat peran manusia sebagai *khalifah* Tuhan di bumi. Sebagai *khalifah*, kualitas moral menjadi prioritas Islam. Pendidikan moral tidak hanya tergantung pada orang tua, masyarakat atau negara, tetapi juga individu. Penekanan Islam pada diri individu memiliki akar dalam interpretasi al-Qur'an.

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا . فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا .

Dan demi jiwa serta penyempurnaannya lalu Allah mengilhaminya kedurhakaan dan ketakwaannya.³³

Pilihan berbuat baik atau buruk, dipengaruhi beberapa faktor termasuk lingkungan dan kepribadian seseorang. Kekuatan tingkat kesalehan dan nilai yang dipegang untuk selalu berbuat baik mencegah seseorang bertindak jahat atau *fasiq*, karena jiwa dijaga dari nilai keburukan.³⁴ Al-Qur'an menyebutkan tingkat kesadaran moral dari *nafs*, yang mencakup kecenderungan jahat,³⁵ jiwa yang

³²M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah, Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 15 (Jakarta: Lentera Hati, 2012). 283. Surah al-Fajr (89): 27-30.

³³*Ibid.*, 344. Surah asy-Syām (91): 7-8.

³⁴Khuram Hussain, "An Islamic Consideration of Western Moral Education: An Exploration of the Individual," *Journal of Moral Education* 36, no. 3 (2007): 297-308.

³⁵Surah Yūsuf (12): 53.

amat menyesali,³⁶ dan jiwa yang tenang.³⁷ Karena itu, keberuntungan hanya bagi yang mensucikan jiwanya dari kejahatan.³⁸

Sejauh pembacaan peneliti, sabar dalam al-Qur'an dan hubungannya dengan kesejahteraan dan pendidikan Islam belum banyak dikaji. Oleh sebab itu, penulis tertarik meneliti sabar dalam *Tafsir al-Miṣbāh*, karena: *pertama*, revolusi industri menghadirkan perubahan dalam ilmu dan teknologi yang berpotensi mengubah gaya hidup dan tingkat kesejahteraan psikologis manusia. Manusia memiliki keinginan yang tak terbatas. Keinginan manusia terus dipancing agar konsumtif melalui iklan di berbagai media cetak dan elektronik. Keinginan yang tak terpenuhi, membuat hidup manusia merasa kekurangan terus menerus serta menggerus kebahagiaan hidupnya. Perasaan kekurangan akan menekan hati dan merasakan gagal dalam hidup. Sehingga kebutuhan itu dipenuhi dengan cara pintas dengan melakukan tindak kejahatan seperti mencuri, narkoba, korupsi dan seterusnya. Akibatnya secara psikis berujung pada sesuatu yang fatal seperti mengalami frustrasi, depresi, ansietas, stress, gila bahkan yang paling ekstrem bunuh diri.

Kedua, perubahan yang cepat dalam berbagai bidang mempengaruhi tingkat kesabaran manusia menghadapi tantangan hidup. Dalam sebuah survei tentang masa depan dunia, ahli teknologi dan stakeholder menyatakan generasi muda yang terhubung dengan internet sebagai otak eksternal akan gesit, cepat, bertindak *Multi tasking* pada tahun 2020. Pada saat yang sama, para ahli meramalkan bahwa dampak dari teknologi mendorong rasa haus untuk mendapatkan kepuasan instan, pilihan cepat dan kurang sabar. Sejumlah responden survei berpendapat bahwa sangat penting untuk reformasi pendidikan dan menekankan literasi digital. Keprihatinan di masa depan adalah apabila manusia

³⁶Surah al-Qiyāmah (75): 2.

³⁷Surah al-Fajr (89): 27.

³⁸Surah al-Syām (91): 9-10.

dikontrol oleh keinginan sesaat di zaman intertainmen. Penelitian dilakukan oleh Pew Research Center Internet dan American Life Project dan Elon University's imagining Internet Center antara 28 Agustus dan 31 Oktober 2011. Pertanyaan survei tentang potensi dampak teknologi menjelang tahun 2020.³⁹

Ketiga, melihat konsep sabar dalam Islam. Konsep sabar perlu dikaji kembali karena ada pemahaman bahwa sabar berarti pasrah dengan nasib, atau sabar berarti mengalah. *Keempat*, sabar sebagai upaya meretas pendidikan karakter menuju kebaikan hidup. Hidup penuh masalah dan konflik. Karena itu perlu sabar dalam menghadapinya. Karakter sabar menjadi dasar utama dalam pendidikan seperti dalam kisah Nabi Musa. Sementara kisah Nabi Ismail menunjukkan melatih sikap sabar perlu sejak dini. Anak dilatih menahan keinginan bukan di manja agar bisa sabar dalam hidup. Karena apa yang disenangi belum tentu baik, begitu pun sebaliknya.⁴⁰ *Kelima*, relevansi sabar dengan kesejahteraan psikologis serta pendidikan Islam.

Kontribusi teoritik dalam penelitian ini diharapkan mampu memberi inspirasi untuk pengembangan teori *Big Five Personality*⁴¹, dalam perspektif Islam. Dari lima model kepribadian

³⁹Lee Raine Janna Anderson, "Millennials Will Benefit and Suffer Due to Their Hyperconnected Lives," <https://www.pewinternet.org/2012/02/29>.

⁴⁰Refleksi pengalaman peneliti sendiri bahwa sabar sangat berperan dalam menggapai kesuksesan. Latihan sabar dengan menahan amarah bisa dilakukan dengan membaca istighfar, berwudu atau shalat sunah. Selain itu, bisa dengan teori afirmasi dengan menyatakan dalam hati, semua pasti ada hikmahnya.

⁴¹Abdul Mujib menyebutkan teori kepribadian berdasarkan rukun Islam, yaitu kepribadian *muṣallī*, dan seterusnya dan kepribadian berdasarkan rukun Iman seperti kepribadian *mu'min* dan seterusnya. Lihat, Abdul Mujib, *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*, Cet. 2., vol. 2 (Jakarta: Rajawali Press, 2017). Di sisi lain, kandungan wahyu Ilahi berkisar dalam tiga hal, *pertama*, pendidikan bagi Rasulullah, dalam membentuk kepribadiannya. *Kedua*, pengetahuan-pengetahuan dasar mengenai sifat dan *af'āl* Allah, misalnya surah Al-A'lā. *Ketiga*, keterangan mengenai dasar-dasar akhlak Islamiah, serta bantahan-bantahan secara umum mengenai pandangan hidup masyarakat jahiliyah ketika itu. Lihat, M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Quran: Fungsi Dan Peranan Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*. (Mizan Pustaka, 1996).21-22.

yang berhubungan dengan term sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ* bersifat positif. Misalnya term *muḥsinīn* yang menekankan kebaikan. Harapannya, dengan model kepribadian ini, akan minimalisasi seseorang terjatuh dalam konsep terorisme. Karena surga ternyata dapat dicapai dengan sabar baik secara sosial, ekonomi dan politik tanpa harus mengangkat senjata dengan berperang di Timur Tengah, atau jihad dengan bom bunuh diri seperti yang dilakukan oleh beberapa gerakan ekstrem di Indonesia.⁴² *Amar ma'rūf nahī mungkar*⁴³ tidak harus berjuang mengangkat senjata untuk membela agama. Karena itu, kurikulum jihad perlu direvisi bahkan jika perlu ditiadakan. Selanjutnya, kontribusi teoritik yang lain adalah diskursus kesejahteraan untuk menciptakan proses belajar dan mengajar baik untuk guru maupun murid.⁴⁴ Sehingga sekolah bukan momok menjenuhkan bagi anak didik maupun guru. Harapannya, pendidikan Islam tidak stagnan dan berkembang menuju pendidikan yang transformatif.

Beberapa catatan terkait *Tafsīr al-Miṣbāḥ* yaitu, *pertama*, rujukan hanya disebut nama sehingga agak sulit mencari sumber pendapatnya. Misalnya dengan kata sebagian ahli. *Kedua*, pengalaman pribadi menjadi penguat tafsirnya. Misalnya, dalam menjelaskan surah al-Ṣaffat (37): 102, terkait ucapan Nabi Ismail, *satajiduni insyaallāh min al-sābirīn* (ستجدنى ان شاءالله من الصابرين) dengan mengaitkan kesabarannya dengan kehendak Allah sambil menyebut terlebih dahulu kehendaknya, menunjukkan betapa tinggi akhlak dan sopan santun sang anak kepada Allah swt. Sikap

⁴²Bomber bunuh diri disebut pengantin, harapannya mati syahid dan imbalannya adalah surga dengan 70 bidadari.

⁴³Itulah, mengapa K. H, Ahmad Dahlan mengajarkan surah al-Mā'un berkali-kali agar muridnya memahami bahwa amal saleh termasuk menegakkan agama.

⁴⁴Salah satu kunci keberhasilan pendidikan di Finlandia adalah kepercayaan, kolaborasi dan kesejahteraan. Dalam Islam konsep ini sebenarnya sudah sangat mapan namun masih sebatas teori, belum menjadi amal saleh seperti yang diharapkan. Lihat, Madeline Gonzalez Kelly, Katie, Joseph Merry, "Trust, Collaboration and Well-Being: Lessons Learned from Finland," *Srate Journal* 27, no. 2 (2018): 34–39.

dan ucapan sang anak yang direkam ayat ini adalah buah pendidikan dalam keluarga. Dalam biografinya, ayah Quraish Shihab sangat inten mendidiknya dengan menjelaskan *tafsīr* al-Qur'an.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian yaitu mengkaji sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ* karya M. Quraish Shihab. Hasil penelusuran kata sabar, selanjutnya dianalisis untuk mengetahui dan memahami sabar yang terkandung dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*. Pembahasan ayat-ayat sabar, pada dasarnya menggali nilai-nilai sabar dengan berbagai aspeknya dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*.

C. Rumusan Masalah.

Dari indentifikasi permasalahan di atas, rumusan masalah dalam penelitian adalah :

1. Bagaimana sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ* ?
2. Bagaimana hubungan sabar dengan kepribadian utama ?
3. Bagaimana relevansi sabar dengan kesejahteraan psikologis ?
4. Bagaimana relevansi sabar dengan pendidikan Islam ?

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian tersebut, selanjutnya peneliti merumuskan tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Mendiskripsikan dan menganalisis sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*.
2. Mendiskripsikan dan menganalisis hubungan sabar dengan kepribadian utama dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*.
3. Mendiskripsikan dan menganalisis relevansi sabar dengan kesejahteraan psikologis
4. Mendiskripsikan dan menganalisis sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ* dan relevansinya dengan pendidikan Islam.

2. Kegunaan Penelitian

Peneliti berharap disertasi ini bermanfaat, setidaknya ditinjau dari dua aspek.

1. Secara teoritis. *Pertama*, hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi teoritis tentang sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*. *Kedua*, dapat dijadikan sebagai acuan konsep terkait dengan sifat manusia dalam al-Qur'an untuk mengembangkan keilmuan psikologi pendidikan Islam.
2. Secara praktis. *Pertama*, sebagai solusi kesehatan mental dan stabilitas emosi serta *self control* dalam perspektif psikologi Pendidikan Islam. *Kedua*, sebagai landasan kerja bagi para praktisi pendidikan, konselor, dan psikolog, terutama dalam pengajaran dan pembelajaran serta ketahanan hidup.
3. Secara metodologis. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi metodologis bagi calon peneliti yang peduli dengan kepribadian dan pendidikan Islam.

E. Kajian Pustaka

Penelitian sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*, memerlukan beberapa kajian pustaka yang relevan sehingga dapat diperoleh gambaran teoritis yang dapat membantu memahami permasalahan penelitian. Kajian pustaka digunakan untuk memahami ruang lingkup penelitian serta untuk melihat perbedaan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan. Dan untuk itulah, pengaruh agama dalam kehidupan sosial perlu disampaikan.

Pengaruh agama dalam kehidupan sosial tidak bisa dilepaskan dari penelitian Max Weber tentang *Protestan Ethics and The Spirit of Capitalism*, Clifford Geertz tentang santri, abangan dan priyayi di Modjokuto Kediri dan penelitian Robert N Bellah tentang *Spirit Religi Tokugawa* di Jepang.⁴⁵ Meskipun tidak spesifik meneliti tentang kesabaran namun literatur tersebut membantu penulis untuk melihat pengaruh agama dalam kehidupan sosial. Sementara itu, Victor Frankl berbicara tentang hasrat untuk

⁴⁵A. Jamil (Ed.) Wahab, *Indeks Kesalihan Sosial Masyarakat Indonesia* (Jakarta: Kementerian Agama RI, 2015). 18.

hidup bermakna (*the will of meaning*). Hidup bermakna merupakan motivasi utama manusia. Hidup bermakna merupakan harapan hati nurani. Hati nurani didefinisikan oleh Victor Frankl sebagai spiritualitas alam bawah sadar. Hati nurani inti keberadaan manusia dan sumber integritas personal. Islam melihat hati merupakan benteng untuk tetap dalam kebajikan dan kesucian.⁴⁶ Jadi, hubungan agama dan hasrat manusia terletak pada pengaruh ajaran agama terhadap capaian tujuan hidup yang penuh kebermaknaan.

Kemudian, kebermaknaan hidup ditelusuri dalam perspektif sabar sebagai sifat yang diajarkan agama untuk mencapai kesempurnaan manusia. Untuk maksud tersebut, dilakukan penelusuran di google scholar terkait artikel sabar. Ditemukan 12 judul artikel tentang sabar⁴⁷ dalam rentang waktu tahun 2017 dan 2018. Sementara dengan judul *patience* 247 artikel.⁴⁸ Beberapa artikel dapat dijadikan referensi untuk membahas sabar dalam *Tafsir al-Miṣbāḥ*.

Untuk itu, terkait sabar sebagai tata nilai di telusuri dari budaya Arab. A. Bouhdiba dalam bukunya, *The Different Aspects of Islamic Culture, The Individual and Society in Islam*, membahas karakter moral dalam puisi Arab pra-Islam. Puisi Arab menggunakan kata *khulūq* yang terkait dengan beberapa istilah seperti keberanian, malu atau pengendalian diri. Masyarakat Arab pra-Islam memiliki kepekaan moral yang berhubung *al-jamāl* (kecantikan), sebuah kesadaran yang kuat tentang kecantikan dalam Arab pra-Islam, yang digambarkan dengan teliti dalam diri manusia dan binatang. Namun, kecantikan tidak mendominasi persepsi cinta. Bagi Masyarakat Arab pra-Islam, cinta adalah kebanggaan, martabat dan harga diri dengan prinsip-prinsip umum

⁴⁶*Ibid.*, 14.

⁴⁷Sabar dalam psikologi modern disebut dengan beberapa istilah yaitu *self control* (control diri), *self management* (managemen diri) atau *self regulation* (regulasi diri). Jadi, ada perbedaan dengan istilah sabar dalam perspektif Islam.

⁴⁸Akses Senin, 10 September 2018.

yang mengatur hubungan social.⁴⁹ Kegembiraan tertinggi dalam masyarakat Arab pra-Islam yaitu keindahan dari jenis abstrak: keindahan perbuatan baik dan kemurahan hati yang disebut *al-jamīl*, keindahan menjaga kehormatan dan ketabahan dalam kesulitan. Sabar (*taṣābur*), mengacu pada istilah *tajammul*, sementara apa yang baik atau terbaik disebut *al-ajmāl*. Jika seseorang jatuh dari nasib baik ke masa-masa sulit, harus sabar karena ketabahan adalah yang paling indah. Kalau konflik muncul antara satu tindakan dan yang lain, seseorang harus mengambil yang lebih terhormat dari keduanya (*al-af'āl al-ajmāl*). Dalam Al-Qur'an sabar disebutkan dengan *jamīl* yaitu dalam surah al-Ma'ārij (70): 5, *ṣabran jamīlan* (صبرا جميلا) artinya kesabaran yang indah.

Penulis menemukan tulisan awal tentang sabar dalam bukunya al-Makkī, *Qūt Qulūb* yang membawa pengaruh dalam pemikiran generasi selanjutnya. Sabar dalam *Qūt Qulūb* disebut sebagai tangga kedua dalam maqamat sufisme setelah taubah.

Al-Gazālī adalah penulis yang terinspirasi tulisan al-Makkī dalam kitabnya *Ihyā' Ulūmuddin*. Al-Gazālī membahas sabar terkait syukur di buku keempatnya yang diberi judul "*al-Munjiyāt*" (yang menyelamatkan). Menurut Al-Gazālī, karakter *ṣabir* terkait dengan dua aspek, *pertama*, fisik, yaitu menahan diri dari kesulitan dan kelelahan badan dalam menjalankan perbuatan yang baik. Aspek kesabaran fisik sering kali mendatangkan rasa sakit dan luka karena memikul beban yang berat. *Kedua*, psikis, yaitu menahan diri dari sifat dan tuntutan hawa nafsu.

Kesabaran yang kedua memiliki berbagai macam jenis, yaitu

:

- 1) Sabar dari keinginan perut dan kelamin disebut dengan *al-iffah* (menjaga diri), kebalikannya disebut dengan *al-jaz'u* (keluh kesah)

⁴⁹ Abdelwahab Bouhdiba, *The Different Aspects of Islamic Culture: The Individual and Society in Islam, The Protection of Minorities* (Perancis: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), 1998).

- 2) Sabar dari kekayaan disebut dengan *ḍabt al-naḥs* (menahan diri) dan kebalikannya disebut *al-baṭr* (sombong).
- 3) Sabar dalam berperang disebut dengan *al-syajā'ah* (keberanian) dan lawannya disebut dengan *al-jubn* (penakut).
- 4) Sabar dalam menahan amarah disebut dengan *al-ḥilm* (santun) dan kebalikannya disebut dengan *al-taḍammur* (menggerutu).
- 5) Sabar dalam bencana disebut dengan *sāah ṣadr* (lapang dada), sedangkan kebalikannya disebut *ḍayyiq al-ṣadr* (sempit dada).
- 6) Sabar dalam menyimpan rahasia orang lain disebut *kitmān al-sirr* (menyimpan rahasia) dan kebalikannya disebut dengan *katum* (pemegang rahasia menjadi bom waktu yang akan membeberkan rahasia orang lain).
- 7) Sabar dalam kelebihan harta benda disebut dengan *al-zuhūd* dan kebalikannya *al-ḥirs* (rakus)
- 8) Sabar menerima yang sedikit disebut *qanā'ah* (menerima apa adanya), kebalikannya *al-syarr* (merasa kurang).⁵⁰

Generasi setelah al-Gazālī adalah Ibnu Qayyim al-Jawziyyah dalam bukunya *Idāt Ṣābirīn wa Syākirīn*. Karakter sabar menurut Ibn Qayyim terbagi dua macam. *Pertama*, sabar menahan diri dari segala yang tidak menyenangkan. Indikatornya tidak mengeluh ketika menerima musibah. *Kedua*, sabar diikuti sikap berani melawan dan menentang sesuatu yang menimpa. Indikatornya, merahasiakan keluhan yang diderita dengan aktivitas nyata sehingga terkesan musibah itu merupakan tantangan yang dinikmati dengan perasaan gembira.⁵¹

Menurut Ibnu Qayyim ada tiga terminologi karakter *sabir*. *Pertama*, karakter *al-taṣābur*, sabar terhadap kesulitan dan tidak merasakan adanya kesedihan. *Kedua*, karakter *al-ṣabr*, sikap yang merasa tidak terbebani dengan musibah dan kesulitan bahkan dengan semangatnya musibah dan kesulitan itu dilaluinya dengan mudah. *Ketiga* karakter *iṣtibār*, yaitu yang menikmati musibah

⁵⁰ Abdul Mujib, *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*, Cet. 2., vol. 2 (Jakarta: Rajawali Press, 2017). 303.

⁵¹ *Ibid.*, 304.

dengan perasaan gembira. Menurut Ibnu Qayyim ada tiga jenis karakter *sabir*. *Pertama, ṣabar billāh* atau *sabar bi al-rubūbiyah*. *Kedua, ṣabar lillāh* yaitu sabar yang diperankan oleh *al-murīdin* (orang yang menghendaki kesabaran darinya). *Ketiga, ṣabar maa Allāh*, yakni sabar yang ditempuh para *sālikīn*.⁵² Di era modern yang menulis tentang sabar adalah Yusuf Qarḍawī dalam bukunya *al-Ṣabr fī al-Qur'an*. Kesabaran adalah kunci sukses dunia dan akhirat, untuk individu maupun masyarakat. Dalam al-Qur'an, sabar menjadi kunci datangnya pertolongan. Sehingga kesabaran menjadi kunci sukses murid dalam belajar. Buku Yusuf Qarḍawi relevan dengan penelitian ini meskipun belum membahas konsep kesejahteraan psikologis.

Terkait kesejahteraan psikologis, Sarah A. Schnitker menulis artikel, "*An Examination of Patience and Well being*", dalam *The Journal of Positive Psychology*. Dalam penelitiannya, kesabaran secara konsisten berhubungan dengan indikator kesejahteraan hedonis. Selain mengendalikan kepribadian, kesabaran mengurangi tingkat depresi, mencapai kepuasan hidup dan kebahagiaan. Kepuasan pencapaian tujuan memediasi hubungan antara kesabaran dan kepuasan hidup, mendukung hipotesis bahwa kesabaran meningkatkan kesejahteraan hedonis melalui peningkatan pencapaian tujuan. Kesabaran juga berhubungan dengan kesejahteraan eudaimonik. Rasa percaya diri yang lebih tinggi pada orang-orang yang sabar menunjukkan kompetensi dan kebutuhan otonomi yang tinggi dan tingkat kesepian yang lebih rendah. Selain itu, orang yang sabar mendapat nilai lebih tinggi pada ukuran kebajikan lain yang merupakan bagian dari gagasan eudaimonik tentang "kehidupan yang baik". Meskipun studi ini tentang hubungan antara kesabaran dan kesejahteraan psikologis namun

⁵² *Ibid.*,304. *Sālikīn* adalah mereka yang menempuh jalan sufisme atau spiritual.

tidak menyinggung ajaran agama sebagai basis penunjang kesejahteraan psikologis.⁵³

Kajian pustaka berikutnya buku berjudul “*Teori-teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)*”, editor Dr. A. Supratiknya⁵⁴. Dalam buku tersebut ada pernyataan menarik dari seorang psikolog dan seorang antropolog, Henry Murray dan Clyde Kluckhohn, bahwa setiap orang adalah unik dan khas, karena itu perlu pemahaman terhadap kepribadian manusia. Pandangan Rogers tentang konsep diri diuraikan dalam buku ini.⁵⁵ Rogers berpendapat, diri adalah *gestalt* konseptual yang terorganisir dan konsisten terdiri dari persepsi dan sifat dari diri subyek atau diri obyek. *Gestalt* yang ada dalam kesadaran tanpa harus disadari. *Gestalt* bersifat lentur dan berubah-ubah, suatu proses, yang merupakan entitas spesifik. Di samping diri sebagai struktur, ada juga diri ideal yakni apa yang diinginkan orang tentang dirinya. Rogers juga melihat bahwa perilaku adalah usaha organisme⁵⁶ yang terarah dan dengan tujuan untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhannya sebagaimana dialami, dalam medan seperti yang

⁵³Sarah A. Schnitker, “*An Examination of Patience and Well Being*,” *The Journal of Positive Psychology* 7, no. 4 (2012): 263–280.

⁵⁴Calvin Slavin Hall and Garner Lindzey, *Psikologi Kepribadian 2, Teori-Teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)* (Yogyakarta: Kanisius, 2015). 134.

⁵⁵*Ibid.*, 134.

⁵⁶Gestalt adalah bahwa obyek atau peristiwa tertentu akan dipandang sebagai sesuatu keseluruhan yang terorganisasikan. Dan keseluruhan lebih berarti dari bagian-bagian. Dalam hukum belajar gestalt ada satu hukum pokok, yaitu hukum Pragnaz. Hukum ini menyatakan bahwa organisasi psikologis selalu cenderung untuk bergerak ke arah yang penuh arti (pragnaz). Menurut hukum ini jika seseorang mengamati sebuah objek, maka orang akan cenderung memberikan arti terhadap objek yang diamatinya, dengan memberikan kesan yang mengandung makna. Kesan yang diberikan terhadap objek didasarkan atas identitas yang melekat pada objek tersebut seperti, warna, bentuk, ukuran dan lain sebagainya. Secara psikologis, organisme adalah lokus atau tempat seluruh pengalaman. Pengalaman adalah segala sesuatu yang potensial terdapat dalam kesadaran organisme setiap saat. Keseluruhan pengalaman itu adalah kesadaran fenomenal. Medan fenomenal adalah “*frame of reference*” yang diketahui oleh individu itu sendiri. Hall and Lindzey, *Psikologi Kepribadian 2, Teori-Teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)*. 132.

dipersepsikan. Teori Rogers tentang konsep diri bisa membantu untuk melihat konsep kepribadian dalam al-Qur'an.

Sementara buku dengan judul *Kepribadian Qur'an* yang ditulis oleh Rif'at Syauqi Nawawi dikemukakan tentang pola kepribadian menurut al-Qur'an dan jiwa Qur'ani. Tiga pola kepribadian manusia menurut al-Qur'an yakni *al-mu'minūn* (orang-orang *mu'min*), *al-kāfirūn* (orang-orang kafir) dan *al-munāfiqūn* (orang-orang munafik). Ciri-ciri kepribadian *mu'min* menurut al-Qur'an digambarkan dari aspek sosial, orang-orang *mu'min* adalah orang yang memiliki tingkat kepedulian sosial yang tinggi, ditandai dengan sikap dan perilaku dermawan, kooperatif, bersatu, *amar ma'rūf nahī munkar*, memaafkan, mendahulukan kepentingan pihak lain, menjauhi hal-hal yang tidak berguna dan cinta kebaikan. Orang *mu'min* secara moralitas memiliki ciri-ciri sabar, lapang dada, adil, amanah, menepati janji, berilmu luas, *tawāzu'*, berpegang teguh pada kebenaran, berjiwa kokoh, memiliki kemauan yang keras dan mampu mengendalikan diri, ikhlas dalam bekerja. Dari aspek emosional, orang *mu'min* adalah orang yang mencintai Allah, takut terhadap siksaan Allah, mengharapkan rahmat-Nya, mencintai sesama, menahan amarah, tidak konfrontatif, tidak dengki, penuh kasih sayang, dan selalu menyesali terhadap perbuatan dosa.⁵⁷

Ciri-ciri kepribadian orang-orang *mu'min* tersebut menggambarkan pribadi yang mampu memahami dan menerima diri dengan baik, memiliki kecerdasan intelektual, emosional dan sosial yang tinggi serta pribadi yang mandiri. Kepribadian Qur'ani merupakan kepribadian (*personality*) yang dibentuk dengan susunan sifat-sifat diambil dari nilai-nilai yang diajarkan Allah dalam al-Qur'an, mencerminkan sejumlah sifat utama yang merupakan sifat positif bagi tercapainya keberhasilan hidup manusia. Bab tiga bukunya, diberi judul jiwa Qur'ani. Merangkum makna jiwa yang ada dalam al-Qur'an, antara lain: jiwa yang

⁵⁷Rifat Syauqi Nawawi, *Kepribadian Qur'ani* (Jakarta: Amzah, 2011)..
49.

beriman, jiwa yang tenang (*muṭmainnah*), jiwa yang rela, jiwa yang sabar, jiwa yang tawakal, jiwa yang jujur, jiwa yang amanah, jiwa yang bersyukur, jiwa yang cerdas, jiwa yang berani, jiwa yang demokratis, jiwa yang positif, jiwa yang optimis, jiwa yang pemurah, jiwa yang taubat, jiwa yang takwa, jiwa yang ihsan, jiwa yang konsisten (*istiqāmah*) dan jiwa yang bahagia.⁵⁸

Kepribadian Qur'ani yang digambarkan pada dasarnya merupakan tipe kepribadian yang ideal, kepribadian yang harusnya dimiliki oleh setiap *mu'min*. Sifat-sifat yang muncul dalam kepribadian Qur'ani menjadi cerminan dari nilai-nilai keimanan dalam diri seorang *mu'min*. Sifat-sifat dalam kepribadian Qur'ani dapat dijadikan sebagai indikator untuk menentukan kesejahteraan psikologis dalam diri seseorang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kepribadian Qur'ani adalah kepribadian yang seimbang antara perilaku dan kepribadiannya sehingga mudah mencapai kesejahteraan psikologis.

Buku berikutnya adalah *Psikologi Qur'ani* karangan Muhammad Usman Najati menjelaskan keimanan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap ketenteraman jiwa manusia, Keimanan membuat manusia lebih percaya diri, sabar menghadapi beban kehidupan, tenang dan tentram, bahagia, sebagaimana digambarkan dalam al-Qur'an (Q.S. al-An'ām: 82, al-Ra'd: 28, al-Tagābun: 11). Usman Najati mengungkapkan tentang dorongan psikologis dan spiritual yang berperan untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Dorongan psikologis muncul dari dorongan fisiologis akibat perkembangan interaksi sosial dengan orang lain.⁵⁹

⁵⁸*Ibid.*, 51.

⁵⁹Usman Najati mengungkapkan pendapat Erich Fromm yang menyebutkan kebutuhan psikologis seperti kebutuhan asal-usul, kedudukan tinggi dan identitas serta arah tujuan hidup adalah asasi. Muhammad Usman Najati, *Psikologi Qur'ānī* (Surakarta: Aulia Press Solo, 2008). 46. Sementara itu, pendapat Abraham Maslow diungkapkan Usman Najati sebagai kritik terhadap psikologi modern atas minimnya kajian terhadap motivasi, termasuk motivasi spiritual. Karena, kebutuhan ruhani menurut Maslow akan terpenuhi jika pertumbuhan kepribadian seseorang matang dan sempurna. *Ibid.*, 40.

Buku lainnya berjudul *Agama dan Kebahagiaan* oleh Khairunnas Rajab yang menjelaskan cara membentuk pribadi muslim yang memiliki kepribadian *rabbani*. Allah Maha Pencipta, maka orang yang memiliki kepribadian *rabbani* hendaknya memiliki aktivitas dan produktivitas dalam hidupnya. Konsepsi sufisme yaitu *takhallī*, *taḥallī*, dan *tajjālī* digunakan untuk menjelaskan pola pendidikan kepribadian *rabbani*. Ketiga konsep jabaran itu yaitu, *pertama*, zikir, yakni mengingat dan berusaha meningkatkan kesadaran hati dan pikiran kepada Allah. *Kedua*, *takhālluq* yakni meniru sifat-sifat Allah dalam diri manusia. Dalam tahap *takhālluq*, dilakukan proses internalisasi sifat Allah kepada manusia. *Ketiga*, *taḥāquq*, yakni kemampuan seseorang untuk mengaktualkan kesadaran dan kapasitas diri sebagai mu'min yang di dalam dirinya didominasi oleh sifat-sifat Tuhan yang tercermin dalam perilaku suci dan mulia. Dengan demikian, untuk mencapai kepribadian sempurna, dapat dilakukan melalui tahap *zikir*, *takhālluq* dan *taḥāquq*.

Sementara disertasi Hisham Abu Raiya, “*A Psychological Measure Of Islamic Religiousness: Evidence For Relevance, Reliability and Validity*”, menemukan relevansi Islam dengan kehidupan dan kesejahteraan. Karena itu, ada kebutuhan untuk perhatian yang lebih besar kepada agama Islam ketika berhadapan dengan populasi Muslim. Kegagalan untuk melakukannya dapat menyebabkan distorsi gambaran dari kehidupan umat Islam, terutama pandangan yang bias dan stereotip tentang Islam misalnya, Islam berbahaya untuk kesehatan dan kesejahteraan Muslim.⁶⁰

Disertasi berikutnya Ryan Hanlon Bremner *Theories of Happiness*. Disertasi Ryan Hanlon Bremner memberikan gambaran dari jenis utama teori dan standarisasi terminologi yang digunakan

⁶⁰Lihat, Hisham Abu Raiya et al., “A Psychological Measure of Islamic Religiousness: Development and Evidence for Reliability and Validity,” *International Journal for the Psychology of Religion*, 2008.

untuk membahas bidang studi kebahagiaan.⁶¹ Secara filosofis kebahagiaan adalah konsepsi emansipasi manusia dari evolusi. Teori hedonistik melihat kebahagiaan adalah mengambil jarak dengan kondisi kejadian eksternal. Teori kepuasan hidup melihat pentingnya kebahagiaan meskipun kebahagiaan tidak membawa perubahan dalam hidup. Teori dinamika afeksi melihat kebahagiaan adalah standart individu serta variabel positif yang mempengaruhi.

Sementara itu, disertasi Slamet Firdaus *Konsep Manusia Ideal menurut al-Qur'an (Studi Profil Muhsin dalam Ayat-Ayat Ihsan)*. Slamet Firdaus mengkaji *al-Muhsin* sebagai citra manusia ideal, manusia yg sampai pada puncak penghayatan dan pengamalan keagamaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *al-muhsin* adalah sosok yang ideal dan memiliki martabat yang paling tinggi dalam al-Qur'an (*a'lā marātib*). Salah satu penafsiran menarik terkait muhsin adalah pendapat al-Ḍahhāk, yang menginterpretasikan term muhsin dalam surah Yūsūf (12): 22 dengan “figur yang sabar”.⁶²

Penelitian konsep sabar menarik dikaji karena relevan dengan kebutuhan saat ini. Siti Ernawati meneliti *Konsep Sabar menurut M. Quraish Shihab dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental*. Konsep Quraish Shihab yang menyuruh manusia untuk sabar relevan dengan kesehatan mental karena dengan sabar maka akan terbentuk manusia bermental sehat. Kesabaran membina jiwa, memantapkan kepribadian, meningkatkan kekuatan manusia dalam menahan penderitaan, memperbaharui kekuatan manusia menghadapi berbagai masalah dalam hidup, musibah, dan bencana, serta menumbuhkan kesanggupan untuk terus berjihad mendekati diri kepada Allah serta mencari riḍa-Nya. Apabila seseorang bersabar memikul kesulitan dan musibah hidup, bersabar dalam gangguan dan dimusuhi orang lain, bersabar menjalankan ibadah, dan ketaatan kepada Allah, maka akann memiliki mental

⁶¹Ryan Hanlon Bremner, “Theories of Happiness” (2011).

⁶²Firdaus, “Konsep Manusia Ideal dalam Al-Qur'an (Studi Profil Muhsin dalam Perspektif Ayat-Ayat Ihsan).” 23.

yang sehat.⁶³ Sabar dalam melawan syahwat, bekerja dan berkarya, akan menjadi manusia yang memiliki kepribadian matang, seimbang, paripurna, kreatif, dan aktif. Selain itu, akan jauh dari gangguan-gangguan kejiwaan. Meskipun relevan dengan bahasan sabar, tetapi sumber data Siti Ernawati berasal dari dua buku pemikiran Quraish Shihab tentang sabar yaitu buku ”*Secercah Cahaya Ilahi*” dan ”*Menjemput Maut Bekal Perjalanan Menuju Allah SWT*”, serta belum merujuk pada *Tafsīr al-Miṣbāḥ*.

Sementara, Rahmad Azmi meneliti *Hubungan Sabar dan Salat dalam al-Qur'an: Kajian Surah al-Baqarah Ayat 45 dan 153*. Sabar dan salat merupakan sarana seorang hamba untuk memohon pertolongan kepada Allah SWT. Sabar dan salat merupakan ibadah yang paling berat.⁶⁴ Disisi lain, Listari meneliti *Konsep Pendidikan Sabar Perspektif Al-Qur'an: Surat Al-Anfāl Ayat 46,65, dan 66*. Kesabaran berpengaruh terhadap keberhasilan pendidikan Islam. Seseorang yang membangun cita-cita, pasti akan menemui berbagai ujian dan rintangan baik fisik ataupun nonfisik.⁶⁵ Selain berpengaruh dalam pendidikan, sabar juga bermanfaat dalam dunia bimbingan dan konseling. Penelitian Pargono Pri Indra dengan judul *Sabar dalam Al-Qur'an dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling Islam*, menunjukkan bahwa sabar adalah mengingat janji Allah yang akan memberi balasan yang setimpal bagi siapa saja yang teguh dalam kesabaran. Sikap sabar dalam konseling harus dilaksanakan oleh konselor dalam menanggapi dan menangani permasalahan yang dialami klien. Sedangkan sabar

⁶³Siti Ernawati, “Konsep Sabar Menurut M. Quraish Shihab Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental” (Institut Agama Islam Negeri Walisongo, Semarang, 2009). vi.

⁶⁴Rahmad Azmi, “Hubungan Sabar Dan Shalat Dalam Al-Qur'an: Kajian Surah Al-Baqārah Ayat 45 Dan 153” (Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, 2017). 59.

⁶⁵Listari, “Konsep Pendidikan Sabar Perspektif Al-Qur'an: Surat Al-Anfāl Ayat 46,65, Dan 66” (Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Salatiga, 2006).

diluar proses konseling membantu seseorang bersikap mampu menerima diri.⁶⁶

Penelitian Nafisah Nur Laili dengan judul *Makna Sabar dalam al-Qur'an (Studi atas Kisah Nabi Yusuf dalam Surah Yūsūf)* menunjukkan kisah Nabi Yusuf disebut dengan *aḥsān al-qaṣāṣ*. Kesabaran Nabi Yusuf dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Dimulai dari jenis sabar ada tiga yaitu sabar dalam melaksanakan ketaatan, sabar dalam menjauhi kemaksiatan dan sabar dalam menghadapi cobaan Allah. Sedangkan bentuk sabar ada dua yaitu sabar *ikhtiyāri* (sabar yang dapat diusahakan) dan sabar *iḍtirāri* (sabar terhadap kondisi susah). Sabar *ikhtiyāri* lebih sulit dilakukan seorang hamba daripada sabar *iḍtirāri*.⁶⁷ Meskipun penelitian ini berdasarkan *Tafsīr al-Miṣbāḥ* namun masih terbatas pada kisah Nabi Yusuf.

Penelitian Rabiah Al-Adawiyah dengan judul *Penafsiran al-Alusi dan M. Quraish Shihab terhadap Ayat-ayat al-Qur'an tentang Sabar* menunjukkan perbedaan makna. Al-Alusi mengartikan sabar dengan menahan jiwa dan dalam arti puasa sementara Quraish Shihab memaknai sabar dengan sabar jasmani dan sabar rohani. Penelitian ini sejalan dengan tema penelitian ini tentang sabar namun bersifat komparatif antar dua mufasir.⁶⁸

Penelitian ini juga di dorong oleh fenomena keberhasilan sistem pendidikan di Finlandia, yang menggabungkan kompetensi guru yang tinggi, kepercayaan, kolaborasi, kesabaran, toleransi, kejujuran dan kesejahteraan (*well-being*).⁶⁹ Karena itu, yang dikaji

⁶⁶Pargono Pri Indra, "Sabar Dalam Al-Qur'an Dan Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling Islam" (Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, 2018).

⁶⁷Nafisah Nur Laili, "Makna Sabar Dalam Al-Qur'an (Studi Atas Kisah Nabi Yusuf Dalam Surah Yūsūf)" (Institut Agama Islam Negeri Surakarta, 2018).

⁶⁸Rabiah Al-Adawiyah, "Penafsiran Al-Alusi Dan M. Quraish Shihab Terhadap Ayat-Ayat Al-Qur'an Tentang Sabar" (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016).

⁶⁹Kelly, Katie, Joseph Merry, "Trust, Collaboration and Well-Being: Lessons Learned from Finland." Lihat juga, Aina Jacob Kola and Ogundele Alexander Gbenga, "The Effectiveness of Teachers in Finland : Lessons for the

adalah psikologi kesejahteraan dan relevansinya untuk pendidikan. Sementara merujuk *Tafsīr al-Miṣbāḥ* karena tafsir ini sangat familiar bagi masyarakat Indonesia, dengan bahasa yang mudah dipahami serta lintas batas pemikirannya baik sunni maupun syiah. Meskipun peneliti juga merasakan minimnya topik pendidikan dan psikologi dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ* tetapi cukup representatif untuk kajian psikologi.

Perbedaan penelitian penulis dengan peneliti sebelumnya adalah:

1. Jenis penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya. Penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif dengan basis studi teks.
2. Subjeknya adalah *Tafsīr al-Miṣbāḥ*, terkait konsep sabar, relevansinya dengan kepribadian, kesejahteraan dan pendidikan Islam.

F. Metode Penelitian

a. Jenis dan Sifat Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan dengan menggunakan metode studi teks. Dalam menganalisis, studi teks memanfaatkan sumber pustaka sebagai bahan kajiannya. Studi teks keunggulannya ialah keluasan tafsir dan otentisitasnya. Studi teks sangat populer digunakan di bidang ilmu sosial dan humaniora sebagai model kajian baru. Studi teks sangat menantang para peneliti, karena teks tidak lahir dari ruang hampa tetapi terkait dengan dimensi ruang dan waktu kesejarahan yang senantiasa membutuhkan reinterprestasi. Studi teks merupakan metodologi

Nigerian Teachers The Effectiveness of Teachers in Finland : Lessons for the Nigerian Teachers,” *American Journal of Social Sciences* 3, no. 5 (2015): 142–148, dan Erja Vitikka, Leena Krokfors, and Elisa Hurmerinta, “The Finnish National Core Curriculum Structure and Development,” *Miracle of Education: The Principles and Practices of Teaching and Learning in Finnish Schools* 9789460918 (2012): 83–96.

dalam lingkup kajian penelitian kualitatif menekankan pada analisis atau interpretasi bahan tertulis berdasarkan konteksnya.⁷⁰

Dalam studi teks tafsir, salah satunya adalah metode *tafsīr maudū'i*. Metode *tafsīr maudū'i* yaitu metode tafsir yang membahas tema tertentu, kemudian mencari pandangan al-Qur'an tentang persoalan tersebut dengan cara mengelompokkan ayat, menganalisis, mendiskusikan dan memahami ayat demi ayat, selanjutnya menghimpun ayat yang umum ke ayat yang khusus sambil memperkaya dengan hadis dan disimpulkan. Metode studi teks, lahir sejak masa Nabi Muhammad, yaitu ketika Nabi Muhammad menafsirkan satu ayat dengan ayat lainnya.⁷¹

Hadirnya psikologi positif dalam penelitian, yang memasuki wilayah penafsiran al-Qur'an, maka dipandang perlu menggunakan paradigma yang relevan dalam persepsi al-Qur'an agar tercipta kolaborasi yang serasi dan dapat memecahkan persoalan antara teori keilmuan modern yang empirik objektif dan teks ayat sebagai dogma agama. Sementara kalangan menilai bahwa psikologi sebagai entitas dari representasi keilmuan yang bersifat empiris-realistis dan objektif. Sifatnya yang objektif tersebut menjauhkannya dari disiplin ilmu keagamaan. Di kalangan

⁷⁰Sejalan dengan macam penelitian diatas dan tujuannya, serta tema yang dikaji tentang sabar yang erat kaitannya dengan kepribadian dan kesejahteraan, maka metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Metode deskriptif tertuju pada masa sekarang dan masalah-masalah aktual. Pelaksanaannya dalam penelitian ini, terkait analisis dan interpretasi tentang arti data itu. Data yang terkumpul mula-mula disusun, dijelaskan, dan kemudian dianalisis (karena itu sering disebut sebagai metode analitik). Pada akhirnya, metode ini sampai kepada kesimpulan-kesimpulan atas dasar penelitian data. Surakhmad Winarno, *Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar, Metode Dan Teknik* (Bandung: Penerbit Tarsito, 2009). 140. Pada paruh awal abad 21, jumlah peneliti psikologi yang menggunakan metode penelitian kualitatif meningkat. Pemacunya adalah keinginan untuk mengembangkan metodologi yang beragam. Meskipun penelitian kualitatif ada tantangan dari para peneliti psikologi yang telah akrab dengan penelitian kuantitatif. Lihat, Ahmad Muhammad Diponegoro, "Memfaatkan Hermenitika dalam Penelitian Psikologi," *Humanitas* 4, no. 2 (2007): 124–131. 125.

⁷¹M. Quraish Shihab, *Kaidah Tafsir: Syarat, Ketentuan, dan Aturan Yang Patut Anda Ketahui dalam Memahami Ayat-Ayat al-Qur'an* (Tangerang: Lentera Hati, 2015). 389.

sebagian psikolog terdapat anggapan bahwa spiritualitas agama sebagai penyebab kemandegan ilmu pengetahuan. Sebaliknya, ilmu pengetahuan dalam perspektif sebagian agamawan merupakan ancaman bagi dogma agama. Karena itu digunakan paradigma *Theo humanistik* terhadap al-Qur'an sebagai petunjuk hidup manusia sepanjang zaman yang berdimensi ketuhanan dan kemanusiaan, serta berdimensi masa lalu, masa kini dan masa yang akan datang.⁷²

Peneliti menggunakan metode *tafsir mauḍū'ī*, yang berarti bahwa upaya mengumpulkan ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan topik tersebut telah ditentukan, maka peneliti mendiskusikan dan menganalisa isi ayat tersebut menjadi kesatuan yang lengkap. Langkah-langkahnya dilakukan dengan cara mengumpulkan ayat di dalam al-Qur'an yang berhubungan dengan sabar. Melalui metode di atas, peneliti akan menyimpulkan jawaban dari al-Qur'an.

Langkah metode *tafsir mauḍū'ī* meliputi: menetapkan masalah yang akan dibahas, melacak dan menghimpun masalah dengan mengumpulkan ayat yang membicarakannya, mempelajari ayat demi ayat dan melihat *asbābu al-nuzūl*, menyusun runtutan ayat berdasarkan turunnya, memahami korelasi ayat demi ayat, menyusun pembahasan dalam kerangka utuh dan sistematis serta melengkapi penjelasan ayat dengan *ḥadīṣ* dan sebagainya. Penerapan metode *tafsir mauḍū'ī* tidak berarti lepas dari metode yang lainnya. Aplikasi *tafsir mauḍū'ī* tidak mengabaikan metode tafsir lainnya, melainkan memerlukan upaya kolaborasi dengan metode lain, terutama *taḥlīlī*. Detail uraian-uraian dalam *tafsir taḥlīlī* diperlukan dalam studi yang bersifat *mauḍū'ī*. Artinya metode *mauḍū'ī* cum *taḥlīlī* saling bergantian secara kolaboratif.⁷³

⁷²Slamet Firdaus, "Konsep Manusia Ideal Dalam Al-Qur'an (Studi Profil Muhsin Dalam Perspektif Ayat-Ayat Ihsan)," 2011. 33. *Theo-humanistic* adalah pertemuan antara tuntutan ideal Tuhan dan pengakuan-Nya atas realitas manusia.

⁷³*Ibid.*, 38. Peneliti setelah membaca *Tafsir al-Miṣbāḥ* ternyata tidak menggunakan hermeneutika, meskipun soal hermeneutika dibahas oleh Quraish Shihab dalam bukunya berjudul "Kaidah Tafsir: Syarat, Ketentuan, Dan Aturan

Yang Patut Anda Ketahui Dalam Memahami Al-Qur'an." Lihat, M. Quraish Shihab, *Kaidah Tafsir: Syarat, Ketentuan, Dan Aturan Yang Patut Anda Ketahui Dalam Memahami Al-Qur'an* (Tangerang: Lentera Hati, 2013). Dalam pemahaman kekinian, hermeneutika sama sebenarnya dengan metode tafsir. Metode yang cukup tua ini, penggunaannya menarik perhatian dan kemunculannya sebagai sesuatu yang baru dan menarik dalam bidang tafsir al-Qur'an, sastra dan ilmu sosial. Asal kata hermeneutika dari bahasa Yunani berbentuk kata kerja *hermeneuin* dalam arti menjelaskan, menerjemahkan dan mengekspresikan, serta tumbuh menjadi bidang ilmu dan filsafat dengan meneliti syarat, aturan metodis yang dibutuhkan, dalam upaya menjelaskan makna. Menelisik sejarah hermeneutika dan perkembangannya, maka ada beberapa tahap perkembangan. Awal mulanya, hermeneutika lahir sebagai metode eksegesis untuk menafsirkan teks kitab suci, kemudian tumbuh dan berkembang menjadi metode filologi untuk menafsirkan teks sastra klasik Yunani dan Latin. Kemudian oleh Scheiermacher, metode hermeneutika dipatenkan menjadi metode interpretasi yang tidak hanya terbatas pada kitab suci dan sastra klasik. Sedangkan, bagi Dilthey hermeneutika merupakan metode sejarah, sementara itu, Gadamer menggunakan hermeneutika sebagai metode filsafat. Akhirnya, hermeneutika berkembang sebagai sebuah metode dalam berbagai bidang seperti filsafat, teologi, maupun untuk ilmu-ilmu sosial dan humaniora. Dalam teks keagamaan misalnya, penelitian Fakhruddin Faiz menggunakan hermeneutika dalam penelitian teks keagamaan dalam karyanya dengan judul "Hermeneutika Qur'ani dalam tafsir al-Manar dan tafsir al-Azhar". Pendapat Fakhruddin Faiz, menunjukkan bahwa kedua tafsir tersebut bercorak hermeneutik, sebab tafsir al-Manar dan tafsir al-Azhar dari aspek teks, konteks, dan kontekstualisasi sangat nampak warna hermeneutiknya. Lihat, Diponegoro, "Memanfaatkan Hermeneutika dalam Penelitian Psikologi."

Beberapa pertanyaan muncul terkait penafsiran al-Qur'an. Bagaimana memahami dan menafsirkan al-Qur'an secara literal dan menerapkannya dalam kehidupan sesuai dengan pemahaman tersebut? Jawaban atas pertanyaan tersebut, menurut Sahiron Syamsuddin, setidaknya ada tiga pendapat sarjana-sarjana muslim terkait hermeneutika untuk memahami al-Qur'an. *Pertama*, paradigma *quasi-obyektivis tradisional*. Al-Qur'an dipahami, ditafsirkan serta diaplikasikan pada masa kini, seperti juga telah dipahami pada masa Nabi Muhammad. *Kedua*, *quasi-obyektivis modernis*. Aliran ini memandang penting makna asal (*original meaning*), namun makna asal tersebut sebagai pijakan awal untuk melakukan pembacaan terhadap al-Qur'an. Makna asal literal bukan pesan utama al-Qur'an. Oleh karena itu, perangkat metodis lain seperti informasi sejarah dunia Arab saat wahyu diturunkan, teori-teori bahasa dan sastra modern dan hermeneutika dibutuhkan dalam penafsiran ayat-ayat al-Qur'an, sehingga makna dibalik pesan tekstual, bisa diungkapkan. *Ketiga*, aliran *subyektivis*. Dalam penafsiran maka sepenuhnya merupakan subyektivitas penafsir. Oleh sebab itu, setiap generasi memiliki hak menafsirkan al-Qur'an sesuai dengan perkembangan zaman dan pengetahuan. Lihat, Sahiron Syamsuddin, "Integrasi Hermeneutika Hans Georg Gadamer Ke Dalam Ilmu Tafsir; Sebuah Proyek Pengembangan Metode Pembacaan al-Qur'an Pada Masa Kontemporer,"

b. Pengumpulan Data

Sesuai dengan pendekatan teoritik dalam penelitian, data yang dikumpulkan, difokuskan mengkaji al-Qur'an terutama ayat-ayat sabar dan ayat-ayat lain yang berkaitan dengannya, berikut pendapat-pendapat pakar psikologi positif.

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah *Tafsīr al-Miṣbāḥ, Lisān Al-'Arāb* karya ibn Manzūr al-Anṣāriy dipakai untuk menyempurnakan kajian term-term yang ada dalam al-Qur'an, serta kitab-kitab *mu'jam*, seperti *Al-Mu'jam Al-Mufaḥras li Alfāz al-Qur'ān al-Karīm* karangan Muhammad Fuād Abd al-Bāqi, *Mu'jam al-Ta'rīfāt* karangan Ali bin Muhammad al-Jurjani, *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata*, penerbit Lentera Hati, karya Quraish Shihab, *Wawasan al-Qur'an, Tafsīr Mauḍū'i* atas Pelbagai Persoalan Umat, Penerbit Mizan, tahun 1996 karya Quraish Shihab, *Al-Ḥāfiẓ 'Imāduddīn Abū Fidā' Ismā'il bin 'Umar bin Katsir, Tafsir Ibnu Katsir*, Editor M. Yusuf Harun, penerjemah M. Abdul Ghoffar, penerbit Pustaka Imam Asy-Syafi'i, tahun 2004.

2. Sumber Data Sekunder.

Makalah dipresentasikan pada Annual Conference Kajian Islam yang dilaksanakan oleh Ditpertaiss Depag RI pada tanggal 26-30 November 2006 di Bandung, tidak dipublikasikan. Teori penafsiran *ma'na cum maghza* menurut Sahiron Syamsudin, sebenarnya bagian dari teori aplikasi (*Anwendung*) Gadamer. Teori penafsiran *ma'na cum maghza* sesuai dengan konsep al-Ghazali yang membedakan *al-ma'na al-zāhir* (makna lahiriah) dan *al-ma'na al-bāṭin* (makna batin). Nasr Hamid Abu Zayd menyebutnya dengan *ma'na dan magza*. Dalam istilah Hirsch *meaning* dan *significancce*. Dalam istilah Gadamer *sinn* (arti) dan *sinnesgema* (makna). Lihat, Asep Setiawan, "Hermeneutika al-Qur'an 'Mazhab Yogya' (Telaah atas Teori Ma'na Cum Maghza dalam Penafsiran al-Qur'an)," *Jurnal Studi Ilmu-ilmu Al-Qur'an dan Hadis* Vol. 17, no. 1 (2016): 69–96. Di sisi lain, pendapat Sahiron Syamsudin sangat penting digaris bawahi bahwa peneliti bisa menggunakan teori "cakrawala teks" yaitu teks memiliki cakrawala historis tersendiri saat teks diturunkan. Agar pemahaman makna asal teks tidak gagal, maka teori "kesadaran pengaruh sejarah terhadap mufasssir" membantu penafsiran mufasssir. Demikian halnya upaya memahami pesan utama literal, peneliti bisa menggunakan teori "asimilasi cakrawala teks dan cakrawala pembaca", juga teori "aplikasi" menafsirkan isi sebuah teks, jika makna itu tidak jelas.

Sumber data sekunder merujuk pada buku-buku penunjang antara lain, Muhammad Utsman Najati, Psikologi Qur'ani, Martin E. P. Seligman, “*Flourish: Positive Psychology and Positive Interventions*” presented at the *The Tanner Lectures on Human Values*, The University of Michigan, tahun 2010, Martin Seligman dan Mihaly Csikszentmihalyi, *Positive Psychology: An Introduction*, tahun 2000, Martin Seligman, *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*, penerjemah Eva Yulia Nukman, Penerbit Mizan, tahun 2005, Muhammad Shahrur, *The Qur'an, Morality and Critical Reason : The Essential Muhammad Shahrur*, Editor Dale F. Eickelman, penerbit Brill, tahun 2009, Budhy Munawar Rachman, *Ensiklopedi Nurcholish Madjid: Pemikiran Islam di Kanvas Peradaban*, edisi digital, penerbit Paramadina, tahun 2011, Nurcholish Madjid, *Islam Doktrin dan Peradaban*, penerbit Paramadina, tahun 1999, John W Santrock, *Psikologi Pendidikan*, Muh. Anis, *Tafsir Ayat-Ayat Pendidikan*, penerbit Pustaka Mentari, Yogyakarta, tahun 2012, Yusuf Qardawi, *Al-Qur'an Menyuruh Kita Sabar*, Editor Ahmad Umar al-Faruq, penerjemah H.A. Aziz Salim Basyarahil, penerbit Gema Insani Press, tahun 1989, M. Dawam Rahardjo, *Ensiklopedi al-Qur'an: Tafsir Sosial Berdasarkan Konsep-Konsep Kunci*, penerbit Paramadina, tahun 2002, Muhammad Ibn Abī Bakr Ibn Qayyim Jauziyah, *Uddatu as-Ṣābirīn wa Ḍākīrātu asy-Syakirīn*, penerbit *Maktabah Dāru al-Ṭurās*, tahun 1989, Abū Ḥāmid al-Gazālī, *Ihyā' Ulūmuddīn*, Juz 7, penerbit *Lajnah Nasr Ṣāqāfah Islāmiyyah*, tahun 1356, C. R Snyder dan S.J. Lopez, *Handbook of Positive Psychology*, penerbit Oxford University Press, tahun 2002, Subandi, *Sabar : Sebuah Konsep Psikologi*, Jurnal Psikologi Vol. 38, no. 2 tahun 2011, Oliver Leaman, *The Qur'ān: An Encyclopedia*, penerbit Taylor and Francis, tahun 2006.

c. Teknik Analisis Data

Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif, mulai dari pengumpulan data, display, reduksi data dan kesimpulan. Sedangkan teknik analisa data dalam penelitian, menggunakan

model analisis isi (*content analysis*). Selain itu, data-data terkait penelitian, diteliti dari sumber-sumber dan hasil-hasil penelitian yang relevan. Setelah dikumpulkan, data diklasifikasikan dan dianalisis serta dideskripsikan sesuai dengan sub bahasan.

d. Pengolahan Data

Selanjutnya, data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik koding⁷⁴ yang terdiri dari tiga tahap, yaitu: *pertama, open coding*, mengidentifikasi kategori-kategori tema yang muncul, *kedua, axial coding*, peneliti berusaha melihat hubungan-hubungan antara kategori satu dengan lainnya, dan ketiga, *selective coding*, menyeleksi kategori yang paling mendasar secara sistematis, menghubungkannya dengan kategori lain dan memvalidasi hubungan tersebut.

Data diolah dengan: *pertama*, pengamatan terhadap aspek kelengkapan, validitas dan relevansinya dengan tema bahasan. *Kedua*, klasifikasi serta sistematika data-data, diformulasikan sesuai dengan pokok permasalahan. *Ketiga*, melakukan analisa lanjutan terhadap data-data yang telah diklasifikasi dan disistematisasikan dengan menggunakan dalil-dalil, kaidah-kaidah, teori-teori dan konsep yang sesuai. *Keempat*, interpretasi, yaitu mendalami dan menangkap arti serta nuansa atau ekspresi sehingga tercapai pemahaman yang benar.

G. Sistematika Penulisan

Pembahasan disertasi ini terdiri dari enam bab. Bab pertama, memuat latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian. Latar belakang masalah berisi tentang pentingnya permasalahan diangkat dan diteliti. Dalam latar belakang gambaran secara global tujuan hidup manusia. Agama mengajarkan kepada umatnya bagaimana mencapai kebahagiaan hidup. Salah satu ajaran agama yang membuat manusia bahagia adalah dengan mengolah emosi untuk mengendalikan perilaku. Perilaku berhubungan dengan relasi sosial yang bermakna antara

⁷⁴J. Corbin Anselm Strauss, *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009). 51.

Ḥablum minnallāh, ḥablum minannās dan *ḥablum minal ālam*. Dalam relasi spiritual maupun sosial, sabar sangat penting sebagai modal mengarungi kehidupan. Dalam al-Qur'an sabar memiliki makna yang menarik untuk dikaji dengan menggunakan *Tafsīr al-Miṣbāḥ*. Selain itu, sabar juga menarik untuk dikaji dalam perspektif psikologi Islam. Berdasar latar belakang masalah tersebut, kemudian peneliti merumuskan fokus dan rumusan masalah.

Bab kedua, membahas biografi Muhammad Quraish Shihab. Bab ketiga, membahas sabar dalam kajian psikologi. Teori-teori yang dibahas secara garis besar ada dua teori yakni teori tentang sabar dan kesejahteraan psikologis. Bab keempat, membahas sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*. Menyajikan ayat-ayat tentang sabar dan konteksnya dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*, yang didasarkan pada kata, makna dan konteks yang terkandung di dalamnya. Bab kelima, analisis sabar dalam *Tafsīr al-Miṣbāḥ*. Bab keenam, kesimpulan hasil pembahasan, sesuai dengan rumusan masalah. Selain kesimpulan disampaikan saran-saran untuk penelitian lanjutan maupun keterbatasan penelitian yang dilakukan.