

**TRANSFORMASI POSITIF PASCA KESULITAN DALAM
AL-QURAN MENURUT QURAISH SHIHAB DAN AL-
TABARI**



Diajukan Oleh:

AL MUNZIR
NIM. 231006018

PACASARJANA
PROGRAM STUDI ILMU ALQURAN DAN TAFSIR
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2025 M

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

TRANSFORMASI POSITIF PASCA KESULITAN DALAM AL-QURAN MENURUT QURAISH SHIHAB DAN AL- TABARI

AL MUNZIR
NIM: 231006018

Program Studi Ilmu Alquran dan Tafsir

Tesis ini sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Ar-Raniry
Banda Aceh untuk diujikan dalam ujian Tesis

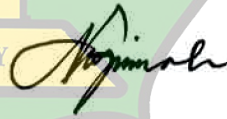
Menyetujui,

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Prof. Dr. Nurdin Bakry, M.Ag



Dr. Nurjannah, M.Ag

LEMBAR PENGESAHAN
TRANSFORMASI POSITIF PASCA KESULITAN DALAM
AL-QURAN MENURUT QURAISH SHIHAB DAN AL-
TABARI

AL MUNZIR
NIM: 231006018
Program Studi Ilmu Alquran dan Tafsir

Telah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Tesis Pascasarjana
Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry
Banda Aceh

Tanggal: 5 Agustus 2025M
15 Safar 1447 H

TIM PENGUJI

Ketua,

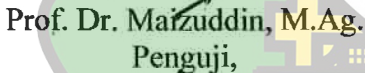


Dr. Khairizzaman, MA
Penguji,

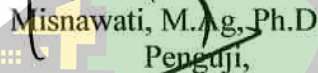
Sekretaris,



Muhajir, M. Ag
Penguji,



Prof. Dr. Maizuddin, M. Ag.
Penguji,



Misnawati, M. Ag, Ph.D
Penguji,

Dr. Nurjannah, M. Ag. R A N I Prof. Dr. Nurdin, M. Ag

Banda Aceh, 22 Juli 2025

Pascasarjana
Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Banda Aceh
Direktur



(Prof. Eka Stimulyani, S. Ag., M. A., Ph. D)
NIM 19770219 199803 2 001

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Al Munzir

Tempat Tanggal Lahir : Samalanga, 30 Maret 1999

NIM : 231006018

Program Studi : Ilmu Alquran dan Tafsir

Menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diajukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banda Aceh, 5 Maret 2025

Saya yang menyatakan,



METERAI
TEMPEL

09CAMX332180446

Al Munzir

NIM.231006018

PEDOMAN TRANSLITERASI

Dalam penulisan skrip Arab, penulis menggunakan transliterasi dengan mengikuti format yang berlaku pada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Ar Raniry Banda Aceh, sebagaimana tercantum dalam buku Panduan Penulisan Tesis & Disertasi Pascasarjana Universitas Islam Negeri UIN Ar Raniry tahun akademik 2019/2020. Transliterasi ini dimaksudkan untuk sedapat mungkin mengalihkan huruf, bukan bunyi, sehingga apa yang ditulis dalam huruf Latin dapat diketahui bagaimana asalnya dalam tulisan Arab. Dengan demikian diharapkan kerancuan makna dapat terhindarkan.

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	-	Tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta'	T	Te
ث	Sa'	TH	Te dan Ha
ج	Jim	J	Je
ح	Ha'	H	Ha (dengan titik di bawahnya)
خ	Kha'	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	DH	De dan Ha
ر	Ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet

س	Sin	S	Es
ش	Syin	SY	Es dan Ye
ص	Sad	S	Es (dengan titik di bawahnya)
ض	Dad	D	De (dengan titik dibawahnya)
ط	Ta'	T	Te (dengan titik dibawahnya)
ظ	Za'	Z	Zet (dengan titik dibawahnya)
ع	'Ain	'-	Koma terbalik diatasnya
غ	Ghain	GH	De dan Ha
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	Waw	W	We
هـ	Ha'	H	Ha
ء	Hamzah	'	Aposrof
ي	Ya'	Y	Ye

2. Konsonan yang dilambangkan dengan W dan Y

Wad'	وضع
'iwad	عوض

Dalw	دلو
Yad	يد
Hiyal	حيل
tahi	طهي

3. Mād dilambangkan dengan ā, ī, dan ū. Contoh:

ūlá	أولى
ṣūrah	صورة
dhū	ذو
īmān	إيمان
fī	في
kitāb	كتاب
siḥāb	سحاب
jumān	زمان

4. Diftong dilambangkan dengan aw dan ay. Contoh:

awj	اوج
nawm	نوم

law	لو
aysr	أيسر
syaykh	شيخ
aynay'	عيني

5. Alif (ا) dan waw (و) ketika digunakan sebagai tanda baca tanpa fonetik yang bermakna tidak dilambangkan. Contoh:

fa'alū	فعلوا
ula ika'	أولئك
ūqiyah	أوقية

6. Penulisan alif maqṣūrah (ا) yang dia ali dengan ba i a a) ditulis dengan lambang á. Contoh:

ḥattá	حتى
maḍá	مضى
kubrá	كبرى
Muṣṭafá	مصطفى

7. Penulisan alif manqūṣah (ا) yang dia ali dengan ba i ka a) ditulis dengan ī, bukan ĩy. Contoh:

Raḍī al-Dīn	رضي الدين
Misri-a	المصري

8. Penulisan ʾ(tā' marbūṭah)

Bentuk penulisan ʾ(tā' marbūṭah) terdapat dalam tiga bentuk, yaitu:

- a. Apabila ʾ(tā' marbūṭah) terdapat dalam satu kata, dilambangkan dengan ʾ(hā'). Contoh:

ṣalāh	صلاة
-------	------

- b. Apabila ʾ(tā' marbūṭah) terdapat dalam dua kata, yaitu sifat dan yang disifati (ṣifat mawṣūf), dilambangkan ʾ(hā'). Contoh

al-Risālah al-bahīyah	البهية الرسالة
-----------------------	----------------

- c. Apabila ʾ(tā' marbūṭah) ditulis sebagai muḍāf dan muḍāf ilayh, maka muḍāf dilambangkan dengan "t". Contoh:

wizārat al-Tarbiyah	وزارة التربية
---------------------	---------------

9. Penulisan ء(hamzah)

Penulisan hamzah terdapat dalam bentuk, yaitu:

- a. Apabila terdapat di awal kalimat ditulis dilambangkan dengan “a”. Contoh:

asad	أسد
------	-----

- b. Apabila terdapat di tengah kata dilambangkan dengan “ ’ ”. Contoh:

mas’alah	مسألة
----------	-------

10. Penulisan **ʿamza** asal dilambangkan dengan “a”. Contoh:

Rihlat Ibn Jubair	رحلة ابن جبير
Al-istidrak	الاستدراك
Kutub iqtanat’ha	كتب أقتنتها

11. Penulisan syaddah atau tasydid terhadap.

Penulisan syaddah bagi konsonan waw (و) (dilambangkan dengan “ww”) (dua huruf w). Adapun bagi

al-aṣl	الأصل
al-āthār	الآثار
Abū al-Wafā’	أبو الوفاء

Maktabat al-Nahḍah alMiṣriyyah	مكتبة النهضة المصرية
bi al-tamām wa alkamāl	بالتّمام والكمال
Abū al-Layth alSamarqandī	أبو الليث السمرقندي

Kecuali: Ketika huruf ʾberjumpa dengan huruf ʾdi depannya, tanpa huruf alif (ا), maka ditulis “lil”. Contoh:

Lil-Syarbaynī	للشربيني
---------------	----------

12. Penggunaan “ ’ ” un uk membedakan an a a (dal) dan ت (ā ang be i ingan dengan u u "ā' dengan u u dh) dan ث (th). Contoh:

Ad'ham	أدهم
Akramat'hā	أكرمته

13. Tulisan Allah dan beberapa kombinasinya

Allāh	الله
Billāh	بالله
Lillāh	لله
Bismillāh	بسم الله

بسم الله الرحمن الرحيم

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah swt yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang atas segala taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis diberi kesempatan untuk menuntut ilmu hingga menjadi sarjana. Serta atas izin dan pertolongan Allah penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Šalawat dan salam kepada junjungan alam kekasih Allah, Nabi Muhammad saw beserta para Sahabatnya.

Tesis yang berjudul ***“Transformasi Positif Pasca Kesulitan Dalam al-Quran Menurut Quraish Shihab Dan Al-Ṭabari”*** sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister dalam program studi Ilmu Alquran dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Pasca Sarjana UIN Ar-Raniry Darussalam, Banda Aceh. Dengan beberapa rintangan dan tantangan, namun atas rahmat Allah swt, doa, motivasi, dukungan, dan kerja sama dari berbagai pihak maka segala kesulitan dapat dilewati.

Dengan kerendahan hati penulis mengucapkan ribuan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penyelesaian Tesis ini. Khususnya kepada Ayah tercinta Iskandar dan Ibunda tersayang Rosmawar, orang istimewa ini tidak mengenal lelah dan bosan untuk terus menasehati, memberi dukungan dan motivasi yang sangat berharga, serta memberi cinta dan sayang dan yang terpenting tiada henti-hentinya senantiasa mendoakan Penulis untuk menyelesaikan studi ini.

Dengan kerendahan hati, penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Prof. Dr. Nurdin, M. Ag dan Bapak Dr. Nurjannah, M.Ag selaku pembimbing tesis penulis yang telah meluangkan waktu memberi bimbingan, pengarahan dan petunjuk sejak awal sampai akhir selesainya karya ilmiah ini.

Serta tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada ketua Program Studi Ilmu Alquran dan Tafsir Bapak Dr. Khairizzaman, M.Ag. Beserta seluruh jajarannya yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh teman-teman seperjuangan Program Studi Ilmu Alquran dan Tafsir angkatan 23 telah banyak membantu motivasi, masukan dalam menyelesaikan Tesis ini, semoga Allah Swt. memberi pahala yang setimpal kepada semuanya.

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa penulisan Tesis ini masih jauh dari kata sempurna, penulis mengharapkan kritik dan saran konstruktif dari para pembaca, sehingga penulis dapat menyempurnakan di masa yang akan datang. Akhirnya kepada Allah swt jugalah penulis berserah diri dan memohon petunjuk serta ridha-Nya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dari penulis khususnya dan masyarakat umumnya. Amin ya Rabbal 'Alamin.

Banda Aceh, 5 Maret 2025

Penulis,

جامعة الرانري

A R - R A N I R Y

AL MUNZIR

ABSTRAK

Judul Tesis : Transformasi Positif Pasca Kesulitan
dalam al-Quran Menurut Quraish Shihab
dan Al-Ṭabari
Nama Penulis/ Nim : Al Munzir/231006018
Pembimbing I : Prof.Dr.Nurdin Bakry, M.Ag.
Pembimbing II : Dr. Nurjannah, M.Ag.
Kata Kunci : *Post Traumatic Growth, Al-Quran,
Tafsir Al-Tabari*

Cobaan dan kesulitan merupakan bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia yang berfungsi sebagai ujian untuk mengukur keimanan dan ketangguhan seorang hamba. Al-Qur'an menggambarkan berbagai bentuk cobaan, seperti ketakutan, kelaparan, dan kekurangan harta, jiwa, serta hasil panen (QS. al-Baqarah [2]:155), disertai janji kabar gembira bagi mereka yang sabar. Para mufassir, baik klasik seperti al-Ṭabari maupun kontemporer seperti M. Quraish Shihab, menawarkan interpretasi yang kaya terhadap ayat-ayat tersebut. Namun, masih minim penelitian yang secara eksplisit mengaitkan konsep *Post-Traumatic Growth* (PTG) yakni transformasi positif pasca-kesulitan dengan tafsir Al-Qur'an. Penelitian ini bertujuan menjawab dua pertanyaan utama: (1) bagaimana al-Ṭabari dan Quraish Shihab menginterpretasikan ayat-ayat tentang kesulitan dalam konteks transformasi spiritual dan moral; (2) bagaimana konsep PTG dapat diidentifikasi dalam Al-Qur'an dan implikasinya bagi individu di era modern. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan tafsir *maudhū'ī* (tematik) dan analisis komparatif, bersumber pada *Jāmi' al-Bayān 'an Ta'wīl Āy al-Qur'ān* dan *Tafsir al-Mishbah*. Analisis dilakukan secara deskriptif-analitis untuk memetakan persamaan dan perbedaan penafsiran keduanya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keduanya memandang ujian sebagai sarana pembuktian iman dan penyucian jiwa, sejalan dengan prinsip PTG. Ujian dipandang sebagai takdir Ilahi yang sesuai kemampuan manusia serta berpotensi menjadi katalis perubahan positif. Ayat-ayat seperti QS. al-Baqarah [2]:155–157 dan QS. al-'Ankabūt [29]:2 menegaskan peran kesulitan dalam membentuk ketahanan spiritual, kesabaran, dan tawakal, menjadikannya relevan untuk menghadapi tantangan kehidupan modern.

الملخص

عنوان الرسالة : التحول الإيجابي بعد الشدائد في القرآن الكريم
وفقاً لقراءة قريش شهاب والإمام الطبري

الاسم الكامل/ رقم القيد : المنذر/ ٢٣١٠٠٦٠١٨

المشرف الأول : الأستاذ الدكتور نور الدين بكري، ماجستير في

العلوم الإسلامية

المشرف الثاني : الدكتورة نورجنة، ماجستير في العلوم الإسلامية

الكلمات المرشدة : النمو بعد الصدمة، القرآن الكريم، تفسير الطبري

الحزن والصعوبات جزء لا يتجزأ من حياة الإنسان، وهي تعمل كاختبار لقياس إيمانه وصلابته. يصوّر القرآن الكريم أشكالاً متعددة من الابتلاء، مثل الخوف والجوع ونقص الأموال والأنفس والثمرات (البقرة: 155)، مقرونة بوعد البشارة للصابرين. وقد قدّم المفسرون، قديماً كالإمام الطبري وحديثاً كمحمد متولي شحاته (محمد قريش شهاب)، تفسيرات غنية لهذه الآيات. ومع ذلك، لا تزال الدراسات التي تربط صراحةً بين مفهوم "النمو ما بعد الصدمة" أي التحول الإيجابي بعد الشدائد وبين التفسير القرآني قليلة. تهدف هذه الدراسة إلى الإجابة عن سؤالين رئيسيين: (1) كيف فسّر الطبري وقريش شهاب الآيات المتعلقة بالحزن في سياق التحول الروحي والأخلاقي؟ (2) كيف يمكن تحديد مفهوم النمو ما بعد الصدمة في القرآن الكريم وما دلالاته للأفراد في العصر الحديث. تعتمد هذه الدراسة المنهج الكيفي باستخدام التفسير الموضوعي والتحليل المقارن، مستندة إلى جامع البيان عن تأويل آي القرآن وتفسير المصباح. وقد تم تحليل النصوص تحليلاً وصفيّاً تحليليّاً لرسم أوجه التشابه والاختلاف بين التفسيرين. وأظهرت النتائج أن كليهما يرى في الابتلاء

وسيلةً لإثبات الإيمان وتركبة النفس، بما يتوافق مع مبادئ النمو ما بعد الصدمة. كما يُنظر إلى الابتلاء باعتباره قضاءً إلهياً موافقاً لقدرة الإنسان، ويمكن أن يكون محفزاً للتغيير الإيجابي. وتؤكد آيات مثل (البقرة: 155-157) و(العنكبوت: 2) على دور المحن في بناء الصمود الروحي والصبر والتوكل، مما يجعلها ذات صلة بمواجهة تحديات الحياة المعاصرة.



ABSTRACT

Thesis working title : Positive Transformation After
Hardship in the Quran According to
Quraish Shihab and al-Ṭabari
Author/Student's ID Number : Al Munzir/231006018
Main Supervisor : Prof. Dr. Nurdin Bakry, M. Ag
Co-Supervisor : Dr. Nurjannah, M.Ag
Keywords : *Post Traumatic Growth, Al-
Quran, Tafsir Al-Tabari*

Trials and hardships are an inseparable part of human life, serving as a test to measure one's faith and resilience. The Qur'an depicts various forms of tribulation such as fear, hunger, and the loss of wealth, lives, and crops (Q. al-Baqarah [2]:155) accompanied by the promise of glad tidings for those who remain patient. Classical exegetes such as al-Ṭabari and contemporary scholars like M. Quraish Shihab have provided rich interpretations of these verses. However, there remains a scarcity of research explicitly linking the concept of *Post-Traumatic Growth* (PTG) that is, positive transformation following adversity with Qur'anic exegesis. This study seeks to address two primary questions: (1) How do al-Ṭabari and Quraish Shihab interpret verses on hardships in the context of spiritual and moral transformation? (2) How can the concept of PTG be identified in the Qur'an, and what are its implications for individuals in the modern era? Employing a qualitative methodology with a thematic (*tafsīr mawdhū'ī*) and comparative approach, the study draws upon *Jāmi' al-Bayān 'an Ta'wīl Āy al-Qur'ān* and *Tafsir al-Mishbah*. A descriptive-analytical analysis maps the similarities and differences between the two interpretations. Findings reveal that both scholars view trials as a means of affirming faith and purifying the soul, aligning with PTG principles. They consider trials as part of divine decree proportionate to human capacity, with the potential to act as catalysts for positive change. Verses such as Q. al-Baqarah [2]:155–157 and Q. al-'Ankabūt [29]:2 underscore the role of hardships in fostering spiritual resilience, patience, and reliance upon God, making them highly relevant for navigating contemporary life challenges.

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
PEDOMAN TRANSLITRASI	v
KATA PENGANTAR.....	xii
ABSTRAK.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	6
1.3. Batasan Masalah.....	7
1.4. Rumusan Masalah.....	7
1.5. Tujuan Penelitian.....	8
1.6. Manfaat Penelitian.....	8
1.7. Kajian Pustaka.....	8
1.8. Metode Penelitian.....	13
1.9. Sistematika Pembahasan	21
BAB II LANDASAN TEORI	23
2.1. <i>Post Traumatic Growth</i>	23
2.2. Hakikat Cobaan	37
2.3. Bentuk Cobaan dalam al-Quran	39
2.4. Tafsir Al-Misbah	46
2.5. Tafsir al-Ṭabari.....	50
BAB III HASIL PENELITIAN.....	61
3.1. Konteks Transformasi Spritual dan Moral menurut Quraish Shihab dan al-Ṭabari dalam Al-Quran....	61
3.2. Identifikasi Konsep PTG dalam Penafsiran al- Quran serta Implikasi bagi Masyarakat.....	81

3.3. Perbandingan Penafsiran Tafsir al-Misbah dan Tafsir al-Ṭabari tentang Transformasi.....	97
BAB IV PENUTUP	105
4.1. Kesimpulan.....	105
4.2. Saran.....	106
DAFTAR KEPUSTAKAAN.....	108



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Cobaan dalam kehidupan ini adalah sebuah keniscayaan. Setiap manusia akan di uji. Ada manusia yang di uji dengan kekurangan harta, kehilangan jiwa, kelaparan dan lain sebagainya. Allah menguji untuk mengetahui dan memberikan pahala besar dan kabar bahagia bagi orang-orang yang bersabar atas ujian yang Allah berikan.¹ Sebagaimana firman Allah Swt.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

“Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar.” (QS. Al Baqarah [2]: 155).

Selain petunjuk macam-macam cobaan, Allah juga telah memberikan petunjuk untuk menghadapi cobaan tersebut. Karena setiap permasalahan yang Allah berikan selalu disertai dengan solusinya. Allah memberikan solusi dari ujian yang diberikan disertai juga dengan hikmah yang akan diperoleh hambanya yang bisa bersabar dalam menghadapi ujian dari-Nya. Dalam ayat tersebut telah dijelaskan beberapa macam cobaan yang akan dialami manusia. Cobaan tersebut adalah dengan sedikit rasa takut, sedikit rasa lapar, kekurangan harta, kekurangan jiwa, dan kekurangan buah-buahan.²

Menurut penafsiran Ibnu Katsir cobaan dengan sedikit rasa takut dan kelaparan diibaratkan dengan sebuah pakaian yang

¹ ‘Abd ar-Rahman Ibn ‘Āli, *Mawā‘iz ibn al-Jauzy* (Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 1995), hlm. 176.

² Hamka, *Tafsir al-Azhar*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1995), hlm. 6

melekat pada diri manusia yang bisa menampilkan kelemahan seorang hamba, cobaan dengan kekurangan harta dimaknai hilangnya sebagian manfaat darinya, cobaan dengan kekurangan jiwa adalah meninggalkannya kerabat terdekat dan cobaan dengan kekurangan buah-buahan diartikan dengan hasil panen berkurang atau tidak menghasilkan buah seperti biasanya.³

Sedangkan menurut penafsiran M. Quraish Shihab cobaan dengan sedikit rasa takut yakni keresahan hati menyangkut sesuatu yang buruk atau hal-hal yang tidak menyenangkan yang diduga akan terjadi, cobaan dengan sedikit rasa lapar yakni keinginan yang meluap untuk makan karena perut kosong, tetapi tidak menemukan makanan yang dibutuhkan. Cobaan dengan kekurangan harta, kekurangan jiwa dan kekurangan buah-buahan diartikan dengan sebuah konsekuensi yang akan diterima seorang hamba yang berjuang dalam menghadapi cobaan.⁴

M. Quraish Shihab dalam tafsirnya memberikan solusi dalam menghadapi cobaan kelaparan dengan memberikan pemahaman tentang riset bidang kesehatan, seorang yang kelaparan tidak akan menyebabkan kematian karena seseorang yang kelaparan jika tidak bisa makan tubuhnya masih punya sisa cadangan energi dari lemak tubuhnya. Jika lemak tubuhnya habis maka akan mengambil dari dagingnya, jika dagingnya habis akan mengambil tulangnya. Dan meskipun denyut jantung telah berhenti manusia masih dianggap bisa hidup karena sejatinya matinya manusia bukan karena berhentinya denyut jantung melainkan dengan berhentinya fungsi otak.

Kesulitan dan penderitaan merupakan bagian tak terpisahkan dari pengalaman hidup manusia. Dalam al-Quran, berbagai ayat menyinggung tentang ujian, musibah, dan tantangan yang dihadapi

³ Syaikh Ahmad Syakir, *Tafsir Ibnu Katsir*, (Dar al Sunnah Press, 2012), hlm. 30.

⁴ M Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 52–54.

oleh manusia sebagai sarana pengujian iman dan pembentukan karakter. Kesulitan ini tidak semata-mata dipandang sebagai bentuk hukuman, melainkan sebagai proses yang dapat membawa individu pada kesadaran lebih tinggi tentang makna hidup dan kedekatan dengan Tuhan. Dalam konteks ini, transformasi pasca-kesulitan menjadi fenomena penting yang dapat mengarahkan seseorang pada pertumbuhan spiritual dan moral, seperti yang dipahami dalam konsep *Post-Traumatic Growth* dalam psikologi modern.

Dalam kehidupan manusia, pertumbuhan dan perkembangan sering kali dipicu oleh pengalaman-pengalaman yang penuh tantangan, termasuk trauma dan penderitaan. Perkembangan didefinisikan sebagai pola gerakan atau perubahan yang dimulai sejak pembuahan dan berlangsung sepanjang siklus kehidupan manusia. Pola perkembangan ini melibatkan berbagai aspek seperti pertumbuhan fisik, kognitif, hingga sosial, yang dihasilkan melalui interaksi antara individu dengan lingkungannya. Perubahan ini tidak hanya bersifat kuantitatif (peningkatan dalam jumlah), tetapi juga kualitatif, yang mengubah struktur dan fungsi individu secara lebih mendalam. Trauma, dalam konteks ini, sering kali menjadi katalisator bagi perubahan signifikan, yang dikenal sebagai *Post-Traumatic Growth* (PTG).⁵

Post-Traumatic Growth merujuk pada perkembangan positif yang dialami seseorang setelah melalui peristiwa traumatis.⁶ Hal ini sejalan dengan pandangan Viktor Frankl yang menyatakan bahwa manusia dapat menemukan makna hidup yang lebih mendalam melalui penderitaan. Frankl berpendapat bahwa penderitaan bukanlah akhir, melainkan pintu menuju peningkatan potensi diri dan penemuan makna hakiki dalam kehidupan. Proses ini menunjukkan bahwa trauma, yang sering kali dipandang sebagai hal

⁵ John W. Santrock, *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 1*, ed. 13 (Jakarta: Erlangga, 2012), hlm. 44.

⁶ John W. Santrock, *Life-Span Development...*, hlm. 53.

negatif, dapat menjadi titik awal bagi transformasi diri, baik secara spiritual, moral, maupun psikologis.⁷

Mufassir klasik dan kontemporer memiliki pandangan yang beragam tentang bagaimana al-Quran memandang kesulitan dan proses transformasi yang menyertainya. Tafsir klasik cenderung menitikberatkan pada makna teologis dan normatif dari kesulitan, menempatkan penderitaan sebagai bagian dari takdir ilahi yang harus diterima dengan sabar dan tawakal. Namun, seiring perkembangan pemikiran Islam, mufassir kontemporer mulai mengeksplorasi lebih jauh tentang dampak etis dan eksistensial dari kesulitan, serta bagaimana manusia dapat tumbuh secara spiritual setelah melewati fase-fase krisis.

Dalam kajian tafsir kontemporer, konsep ini berkembang lebih dalam dengan meneliti bagaimana kesulitan tidak hanya diterima secara pasif, tetapi juga dimaknai sebagai momen refleksi diri yang dapat menghasilkan pertumbuhan moral dan spiritual. Berbagai mufassir kontemporer mencoba merumuskan bagaimana proses transformasi ini selaras dengan prinsip-prinsip al-Quran, serta relevansi konsep ini dalam kehidupan modern yang penuh dengan tantangan dan tekanan psikologis.

Namun, hingga saat ini, belum banyak penelitian yang secara khusus mengkaji transformasi pasca-kesulitan dari perspektif tafsir klasik dan kontemporer secara komparatif. Pendekatan ini penting untuk memahami bagaimana perkembangan pemikiran Islam dari masa ke masa menanggapi pengalaman krisis, serta bagaimana al-Quran dapat menjadi sumber inspirasi bagi mereka yang mengalami penderitaan untuk menemukan makna dan pertumbuhan baru dalam kehidupan.

Oleh karena itu, penelitian ini berusaha untuk menjembatani kesenjangan tersebut dengan menganalisis pandangan mufassir klasik dan kontemporer tentang transformasi pasca-kesulitan dalam

⁷ John W. Santrock, *Life-Span Development...*, hlm. 53.

al-Quran. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan perspektif yang lebih komprehensif tentang bagaimana al-Quran memandang kesulitan sebagai alat transformasi spiritual dan moral, serta implikasinya bagi perkembangan pemikiran Islam dalam konteks kehidupan modern.

Al-Quran secara eksplisit membahas kesulitan sebagai bagian integral dari kehidupan manusia, bukan sekadar ujian, tetapi sebagai sarana potensial untuk perubahan positif. Namun, apakah kita telah sepenuhnya memahami bagaimana al-Quran memandang penderitaan sebagai katalis pertumbuhan spiritual? Bagaimana mungkin penderitaan, yang di permukaan tampak negatif, justru bisa menjadi alat transformasi etis dan moral? Ayat-ayat seperti QS. al-Baqarah: 155-157 dan QS. al-Insyirah: 5-6 tidak hanya berbicara tentang kesabaran dalam menghadapi ujian, tetapi juga mengisyaratkan adanya kemudahan dan kedewasaan spiritual yang datang setelah krisis. Pertanyaannya, sejauh mana kita telah mengeksplorasi potensi transformasi ini?

Dalam tafsir klasik, apakah benar tafsir semata-mata berfokus pada aspek normatif dan teologis, atau ada dimensi yang belum kita gali lebih dalam? Mufasssir seperti al-Tabari dan Ibn Katsir mengaitkan kesulitan dengan pengujian iman, tetapi apakah mereka juga melihat penderitaan sebagai peluang untuk pertumbuhan pribadi? Sebaliknya, mufasssir kontemporer seperti Sayyid Qutb dan Muhammad al-Ghazali menyoroti dimensi introspektif dari kesulitan. Apakah pemahaman mereka yang lebih holistik tentang penderitaan relevan bagi kita hari ini yang hidup di tengah tekanan psikologis dan sosial yang semakin kompleks?

Meski telah ada beragam pandangan, sejauh ini, apakah sudah ada kajian mendalam yang menghubungkan konsep *Post-Traumatic Growth* dengan tafsir al-Quran, baik dari sudut pandang klasik maupun kontemporer? Inilah yang menjadi alasan pentingnya penelitian ini. Dengan menggabungkan perspektif klasik dan kontemporer, penelitian ini berusaha menjawab: Bagaimana al-

Quran sebenarnya membimbing kita dalam menghadapi krisis hidup? Dapatkah ayat-ayatnya memberi kita landasan yang lebih kuat untuk tidak hanya bertahan, tetapi juga tumbuh setelah kesulitan? Penelitian ini akan membuka wawasan baru dalam memahami relevansi al-Quran sebagai sumber kekuatan spiritual dan psikologis dalam menghadapi tantangan hidup modern.

Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk menjembatani kesenjangan tersebut, dengan menganalisis secara komprehensif pandangan mufassir klasik dan kontemporer mengenai transformasi pasca-kesulitan dalam al-Quran. Fokus pada aspek spiritual dan moral dari transformasi ini diharapkan dapat memperkaya diskursus tafsir sekaligus memberikan panduan yang relevan bagi umat Islam dalam menghadapi tekanan hidup modern, yang semakin kompleks dan menuntut.

1.2. Identifikasi Masalah

Cobaan dan kesulitan adalah bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia yang berfungsi sebagai ujian untuk mengukur keimanan dan ketangguhan seorang hamba. Dalam al-Quran, Allah memberikan gambaran tentang berbagai bentuk cobaan, seperti ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan hasil panen, sebagaimana tertuang dalam QS. al-Baqarah: 155. Namun, di balik ujian tersebut, Allah menjanjikan kabar gembira bagi orang-orang yang bersabar dan mampu menghadapi cobaan dengan ketabahan. Para mufassir, baik klasik seperti Ibn Katsir maupun kontemporer seperti M. Quraish Shihab, memberikan penafsiran yang beragam tentang ayat ini, termasuk makna mendalam dari cobaan dan solusi untuk mengatasinya. Meskipun begitu, masih jarang ditemukan penelitian yang secara eksplisit menghubungkan konsep transformasi pasca-kesulitan, sebagaimana yang ditekankan dalam *Post-Traumatic Growth* (PTG), dengan perspektif tafsir al-Quran. Hal ini menciptakan kesenjangan yang perlu diisi untuk memahami bagaimana al-Quran, melalui pandangan mufassir klasik dan

kontemporer, memandu manusia dalam menghadapi ujian hidup dan meraih pertumbuhan spiritual setelahnya.

1.3. Batasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada aspek-aspek tertentu untuk menjaga ruang lingkup yang jelas dan terarah. Penelitian ini hanya menganalisis interpretasi yang diberikan oleh dua mufassir, yaitu Quraish Shihab sebagai representasi mufassir kontemporer dan al-Ṭabari sebagai representasi mufassir klasik, terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan kesulitan hidup dalam al-Quran. Fokus kajian ini berada pada bagaimana kesulitan hidup yang diungkapkan dalam ayat-ayat al-Quran dapat menghasilkan transformasi spiritual dan moral, sesuai dengan penafsiran kedua mufassir yang dipilih. Penelitian ini membahas konsep *Post-Traumatic Growth* (PTG) dalam kaitannya dengan ayat-ayat al-Quran, namun terbatas pada aspek bagaimana nilai-nilai al-Quran mendukung proses pertumbuhan pasca-kesulitan, tanpa menyelidiki semua dimensi PTG secara psikologis. Selain itu, pembahasan hanya mencakup implikasi transformasi spiritual dan moral yang relevan bagi individu dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, dengan tidak memasuki ranah penelitian empiris terkait implementasi konsep PTG dalam masyarakat. Batasan ini dimaksudkan untuk memastikan penelitian tetap fokus pada analisis tafsir dan relevansinya dalam konteks spiritual dan moral, sesuai dengan tujuan utama yang telah dirumuskan.

1.4. Rumusan Masalah R - R A N I R Y

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana Quraish Shihab dan al-Ṭabari menginterpretasikan ayat-ayat tersebut dalam konteks transformasi spiritual dan moral yang dihasilkan dari kesulitan?
2. Bagaimana konsep *Post-Traumatic Growth* dapat diidentifikasi dalam ayat-ayat al-Quran, dan apa implikasinya

bagi individu yang menghadapi tantangan dalam kehidupan modern?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengkaji interpretasi Quraish Shihab dan al-Ṭabari terhadap ayat-ayat tersebut, dengan fokus pada transformasi spiritual dan moral yang dihasilkan dari pengalaman kesulitan.
2. Mengidentifikasi dan menganalisis bagaimana konsep *Post-Traumatic Growth* tercermin dalam ayat-ayat al-Quran, serta mengeksplorasi implikasinya bagi individu yang menghadapi tantangan dalam konteks kehidupan modern.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Diharapkan penelitian ini dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan serta memberikan pemahaman yang baik bagaimana al-Quran berbicara tentang cobaan kehidupan.
2. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah bahan pustaka terkait pembahasan tersebut, sehingga dapat bermanfaat bagi generasi berikutnya dalam melakukan kajian terkait.
3. Penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pandangan agama (al-Quran) mengenai cobaan kehidupan. Hal ini dapat membantu dalam memperluas wawasan dan perspektif terhadap topik yang kompleks ini.

1.7. Kajian Pustaka

Untuk menghindari kesamaan dalam penelitian, penulis terlebih dahulu melakukan tinjauan literatur. Penulis menelaah berbagai literatur yang relevan dengan tema penelitian yang akan dikaji. Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji konsep kesulitan dan resiliensi dalam perspektif al-Quran, baik dari sisi psikologis maupun teologis. Penelitian-penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman mengenai

bagaimana al-Quran memandang kesulitan sebagai bagian dari perjalanan hidup manusia, serta bagaimana individu dapat menemukan kekuatan untuk bangkit dari keterpurukan.

Pertama, dalam sebuah jurnal ditulis oleh Irfan Afandi dan M. Amir Mahmud berjudul “Strategi menghadapi cobaan dalam al-Quran (pemaknaan tekstual dan kontekstual terhadap QS. al-baqarah : 155)”. Penelitian ini membahas tentang pemaknaan tekstual dan kontekstual terhadap surah Albaqarah ayat 155 obaan dari Allah SWT adalah keniscayaan yang harus dihadapi oleh manusia. Sebab telah dikabarkan oleh al-Quran dengan memakai kalimat ta’kiddalam QS. al-Baqarah : 155. Terdapat 5 (lima) jenis cobaan yang akan dihadapi oleh manusia yakni ketakutan, kelaparan, kurangnya harta, kurangnya jiwa (kematian / kesehatan) dan kurangnya buah-buahan (kebutuhan bahan makanan pokok). Ketakutan atau kecemasan disebabkan adanya informasi dan pengetahuan yang tidak benar. Sedangkan kelaparan bukan hanya disebabkan oleh kekeringan tetapi juga masalah sosio-politik. Kajian fungsi wawudalam ayat tersebut didapatkan bahwa ada perbedaan fungsi wawu. Ketakutan dan kelaparan adalah 2 (dua) cobaan yang akan datang mengawali cobaan selanjutnya yakni kurangnya harta, kurangnya jiwa (kematian/ kesehatan) dan kurangnya buah-buahan (kebutuhan bahan makanan pokok). Dari pemaknaan mana cobaan yang datang pertama dan datang terakhir, munculah kontekstualisasi dalam bentuk strategi menghadapi 2 (dua) cobaan Allah SWT yang datang pertama; dengan mengendalikan dua (2) cobaan pertama maka dapat meminimalisir datangnya tiga cobaan berikutnya. Sehingga, manusia mampu menjadi penyintas atau survival dari cobaan Allah SWT.⁸

⁸ Irfan Afandi and M Amir Mahmud, “Strategi Menghadapi Cobaan Dalam Al-Quran (Pemaknaan Tekstual Dan Kontekstual Terhadap Qs. Al-Baqarah: 155),” dalam *Jurnal Ilmiah Ar-Risalah: Media Ke-Islaman, Pendidikan dan Hukum Islam* 18, no. 2 (2020): 350–364.

Kedua, penelitian berjudul “Resiliensi Perspektif al-Quran” oleh Evita Yuliatul Wahidah. Penelitian ini membahas konsep resiliensi atau kelenturan dalam al-Quran, yang dikaitkan dengan kemampuan individu untuk pulih dari keterpurukan atau trauma. Berangkat dari sudut pandang psikologis, penelitian ini menunjukkan bahwa al-Quran memberikan panduan bagi individu untuk mengatasi tekanan hidup. Wahidah menjelaskan bahwa resiliensi dalam Islam tidak hanya terbatas pada kemampuan fisik atau psikologis, melainkan mencakup aspek spiritual yang dituntun oleh ajaran agama. Melalui ayat-ayat al-Quran dan Hadis, individu diajarkan untuk tetap bertahan dan bangkit dari keterpurukan dengan nilai-nilai keikhlasan, kesabaran, dan tawakkal. Penelitian ini mengisi celah dalam kajian modern psikologi yang terkadang mengabaikan aspek spiritualitas dalam proses pemulihan dari trauma.⁹

Ketiga, “Resilience to Calamity in Quranic Perspective” oleh Imam Aji Cahyono, dan kawan-kawan. Penelitian ini fokus pada konsep resiliensi dalam menghadapi musibah, berdasarkan kajian tematik ayat-ayat al-Quran. Dengan menggunakan metode analisis konten, penulis menemukan bahwa al-Quran menyajikan tiga pendekatan utama dalam menghadapi musibah, yakni kesabaran, pertobatan, dan tawakkal. Ketiga aspek ini diilustrasikan melalui kisah para nabi: Nabi Ayyub (kesabaran menghadapi penyakit), Nabi Adam (pertobatan setelah diturunkan ke bumi), dan Nabi Ibrahim (tawakkal saat menghadapi api Raja Namrud). Kajian ini menunjukkan bahwa resiliensi spiritual, seperti yang diajarkan dalam al-Quran, menjadi kekuatan utama bagi individu dalam menghadapi tekanan atau musibah yang berat. Kesimpulannya,

⁹ Evita Yuliatul Wahidah, “Resiliensi Perspektif Al Quran,” *dalam Jurnal Islam Nusantara* 2, no. 1 (2020): 105–120.

resiliensi dalam Islam merupakan perpaduan antara ketahanan mental dan kepercayaan penuh pada kekuatan ilahi.¹⁰

Keempat, “Sabar dalam Perspektif Islam dan Barat oleh M. Yusuf. Penelitian ini membandingkan konsep kesabaran dalam perspektif Islam dan Barat. Yusuf menjelaskan bahwa Islam menawarkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai sabar, yang tidak hanya sebagai reaksi psikologis terhadap kesulitan, tetapi juga sebagai manifestasi ketundukan kepada kehendak Tuhan. Dalam Islam, sabar merupakan solusi utama menghadapi perubahan dan dinamika kehidupan, sebagaimana tercermin dalam QS. al-Baqarah: 45, 153, dan Ali Imran: 200. Yusuf mengaitkan konsep sabar dengan mekanisme pertahanan psikologis dan spiritual, di mana manusia diharapkan untuk tetap teguh di tengah perubahan dunia yang cepat. Di sisi lain, dalam perspektif Barat, kesabaran sering dilihat sebagai mekanisme kontrol diri, resiliensi, dan ketekunan yang berorientasi pada tujuan duniawi.”¹¹

Kelima, “Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan Psikologi” oleh Susatyo Yuwono. Yuwono mengkaji bagaimana Islam dan psikologi memberikan panduan untuk mengelola stres. Penelitian ini menemukan bahwa Islam memandang stres sebagai ujian dari Allah yang dapat menyebabkan gangguan spiritual dan emosional jika tidak dikelola dengan baik. Strategi pengelolaan stres dalam Islam mencakup niat ikhlas, sabar, shalat, bersyukur, doa, dan dzikir. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa teknik psikologis modern, seperti relaksasi dan berpikir positif, memiliki keselarasan dengan ajaran Islam. Kesimpulannya, pendekatan integratif antara Islam dan psikologi dapat memberikan panduan holistik dalam menghadapi stres dan tekanan hidup.

¹⁰ Imam Aji Cahyono, Alfiyatul Azizah, and Andri Nirwana An, “Resilience to Calamity in Quranic Perspective,” *dalam al-Afkar, Journal For Islamic Studies* 7, no. 2 (2024): 975–993.

¹¹ M Yusuf, “Sabar Dalam Perspektif Islam Dan Barat,” *dalam AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman* 4, no. 2 (2018): 233–245.

Keenam, dalam sebuah jurnal ditulis oleh Lilik Ummi Kaltsum. Cobaan hidup dalam al-Quran (studi ayat-ayat fitnah dengan aplikasi metode tafsir tematik). Didalam penelitian ini membahas cobaan berdasarkan ayat-ayat fitnah dalam al-Quran, makna fitnah yang dominan adalah cobaan yang sangat menyusahkan. Fitnah sebagai ujian keimanan seseorang merupakan sunnatullah yang tidak dapat ditolak atau dihindari oleh siapapun. Kualitas keimanan seseorang akan tampak jika telah dihadapkan dengan berbagai kesulitan. Untuk mendapat hasil yang komprehensif dari bahasan ini, penulis menggunakan metode tematik. Penyebutan kata fitnah dan derivasinya yang terulang 60 kali dalam al-Quran dapat diklasifikasikan menjadi tiga bagian: 1) Fitnah yang bermakna cobaan buruk mencakup juga perbuatan buruk kaum non muslim terhadap orang-prang muslim. Makna ini terdapat di dalam 54 ayat, 2) Fitnah yang bermakna ujian atau cobaan dengan kenikmatan dan keberhasilan ada 6 ayat; dan 3) Fitnah yang bermakna cobaan secara umum (baik maupun buruk). Makna ini terdapat di dalam tiga ayat. Ayat-ayat fitnah lebih banyak ditujukan kepada orang-orang kafir. Hal ini karena kurang lebih 33 ayat fitnah turun pada periode Makkah, yaitu periode awal lahirnya agama baru (Islam), sehingga muncullah penentang-penentang Islam. Makna fitnah yang dominan adalah cobaan yang menyusahkan.¹²

Terakhir, Buku berjudul "Resiliensi: Kemampuan Bertahan dalam Tekanan, dan Bangkit dari Keterpurukan" yang ditulis oleh E. Munawaroh dan EA Mashudi. Buku ini menyajikan pandangan yang komprehensif mengenai resiliensi dari sudut pandang pendidikan dan kesehatan mental. Penulis berpendapat bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dalam tekanan serta bangkit dari keterpurukan. Dalam konteks keislaman, resiliensi dikaitkan

¹² Lilik Ummi Kaltsum, "Cobaan Hidup Dalam Al-Quran (Studi Ayat-Ayat Fitnah Dengan Aplikasi Metode Tafsir Tematik," *dalam Ilmu Ushuluddin* 5, no. 2 (2018): 132–174.

dengan penguatan iman dan keyakinan spiritual, yang menjadi dasar dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan.¹³

Dari kajian-kajian di atas, tampak bahwa penelitian mengenai resiliensi dan kesulitan dalam al-Quran telah dikaji dari berbagai perspektif, termasuk psikologi, teologi, dan spiritualitas. Namun, belum ada penelitian yang secara komprehensif mengkaji transformasi pasca-kesulitan (*Post-Traumatic Growth*) dalam al-Quran dengan pendekatan komparatif antara tafsir klasik dan kontemporer. Penelitian ini memberikan kebaruan dengan menjembatani kesenjangan tersebut, menggabungkan pandangan klasik dan kontemporer untuk mengidentifikasi bagaimana al-Quran melihat kesulitan tidak hanya sebagai ujian, tetapi juga sebagai alat transformasi moral dan spiritual yang berkelanjutan.

1.8. Metode Penelitian

Metode penelitian pada bagian ini akan menjelaskan apa saja metode yang dipakai dalam penelitian ini, berikut dengan jenis penelitian, pengumpulan data dan analisis data yang akan dilakukan dalam menyusun penelitian pada Tesis ini.

1.8.1. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam tesis ini adalah kajian pustaka (*library research*), yaitu penelitian yang difokuskan pada pengumpulan data melalui studi literatur dan karya-karya ilmiah yang relevan dengan topik penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji transformasi positif pasca kesulitan dalam perspektif tafsir Quraish Shihab dan al-Tabari, serta untuk mengidentifikasi keterkaitan antara konsep *Post-Traumatic Growth* (PTG) dengan ayat-ayat al-Quran yang membahas ujian, kesulitan, dan kesabaran. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif, yang mencakup penafsiran terhadap teks-teks tafsir serta penerapan teori psikologi untuk menganalisis transformasi yang terjadi pada

¹³ Eem Munawaroh and Esya Anesty Mashudi, *Resiliensi; Kemampuan Bertahan Dalam Tekanan, Dan Bangkit Dari Keterpurukan*. (Pilar Nusantara, 2018).

individu setelah menghadapi ujian. Penelitian ini akan melibatkan analisis terhadap tafsir Quraish Shihab dan al-Ṭabari pada ayat-ayat yang terkait dengan ujian dan kesulitan, seperti Surah al-Baqarah (2:155-157) dan Surah al-‘Ankabūt (29:2), untuk mengungkap bagaimana kedua mufassir tersebut menjelaskan konsep transformasi spiritual dan moral yang terjadi sebagai hasil dari ujian. Selanjutnya, teori Post-Traumatic Growth (PTG) akan diterapkan untuk mengidentifikasi elemen-elemen pertumbuhan positif yang mungkin muncul dari kesulitan yang dijelaskan dalam teks-teks al-Quran. PTG, yang mencakup perubahan positif dalam aspek kehidupan individu setelah trauma atau cobaan berat, akan dijadikan landasan untuk menganalisis implikasi spiritual dan psikologis dari kesulitan yang dihadapi umat Islam.

Sifat penelitian ini bersifat kualitatif, dengan pendekatan naratif yang mengungkapkan data secara sistematis dari sumber-sumber literatur yang relevan. Peneliti akan menguraikan penafsiran mufassir, membandingkan pandangan mereka, dan menghubungkannya dengan teori psikologi untuk menjawab bagaimana individu dapat mengalami transformasi positif setelah menghadapi kesulitan dalam konteks spiritual dan psikologis. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang kaitan antara ajaran Islam dan psikologi kontemporer dalam menghadapi tantangan hidup.

1.8.2. Sumber Data

Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari kitab tafsir yang relevan dengan topik pembahasan, yaitu tafsir Quraish Shihab dan al-Ṭabari, yang menginterpretasikan ayat-ayat yang berkaitan dengan transformasi positif pasca kesulitan. Selain itu, data sekunder berupa buku-buku, artikel-artikel, dan jurnal yang mengupas tentang konsep transformasi spiritual dan moral dalam al-Quran, serta teori *Post-Traumatic Growth* (PTG), juga akan digunakan untuk mendalami dan mendukung analisis. Beberapa referensi yang akan digunakan antara lain buku-buku tafsir umum dan artikel-artikel

yang relevan dengan tema transformasi dalam al-Quran dan teori psikologi terkait.

2. Teknik pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data untuk kajian ini adalah dengan menghimpun data dari buku-buku atau pun yang berkaitan dengan tema kajian, serta inventarisasi ayat-ayat al-Quran yang relevan dengan konsep *Post-Traumatic Growth* (PTG) dilakukan dengan menggunakan pendekatan tematik (*tafsīr maudhū'ī*). Metode ini memungkinkan pengumpulan dan analisis ayat-ayat yang berkaitan dengan tema utama secara menyeluruh dan sistematis. Dalam konteks PTG, pendekatan ini bertujuan untuk menelusuri ayat-ayat yang menjelaskan tentang ujian hidup, kesabaran, hikmah di balik cobaan, peningkatan kualitas diri, serta pahala dan keberkahan yang diperoleh setelah menghadapi kesulitan. Dengan demikian, metode ini memberikan pemahaman yang lebih holistik mengenai bagaimana al-Quran menggambarkan pertumbuhan individu setelah mengalami trauma atau kesulitan hidup.

Langkah awal dalam inventarisasi ini adalah mengidentifikasi tema utama, yaitu pertumbuhan pasca-trauma dalam perspektif al-Quran. Tema ini berkaitan dengan bagaimana seseorang yang mengalami ujian hidup dapat mengalami perkembangan spiritual, emosional, dan psikologis setelah melalui berbagai kesulitan. Dari tema utama ini, kemudian diturunkan beberapa sub-tema yang lebih spesifik, seperti:

1. Ujian hidup sebagai sarana peningkatan keimanan, yang menyoroti bagaimana cobaan menjadi bagian dari perjalanan spiritual manusia untuk mencapai tingkat keimanan yang lebih tinggi.
2. Kesabaran sebagai kunci dalam menghadapi cobaan, di mana al-Quran menekankan pentingnya *ṣabr* sebagai mekanisme utama dalam bertahan dari trauma dan kesulitan.

3. Hikmah di balik penderitaan, yang menunjukkan bahwa setiap ujian memiliki tujuan tertentu dalam membentuk karakter dan kualitas diri seseorang.
4. Pahala dan kemuliaan bagi mereka yang bertahan dalam kesulitan, yang menggambarkan bagaimana Allah memberikan balasan bagi orang-orang yang sabar dengan keberkahan yang berlipat ganda, baik di dunia maupun di akhirat.

Dengan mengidentifikasi tema dan sub-tema ini, proses inventarisasi menjadi lebih terarah dan memungkinkan pemilihan ayat yang paling relevan dengan konsep PTG. Setelah tema utama dan sub-tema ditetapkan, langkah selanjutnya adalah menelusuri ayat-ayat al-Quran berdasarkan kata kunci yang berkaitan dengan konsep PTG. Beberapa kata kunci utama yang digunakan dalam proses ini meliputi:

- Bala' (بلاء) yang berarti ujian atau cobaan, sering digunakan dalam al-Quran untuk menggambarkan berbagai bentuk kesulitan yang diberikan Allah kepada hamba-Nya sebagai bentuk ujian keimanan.
- Fitnah (فتنة) yang dalam konteks ini merujuk pada ujian atau cobaan yang dapat menjadi alat penyaringan bagi orang-orang beriman.
- Ṣabr (صبر) yang berarti kesabaran, sebuah konsep kunci dalam PTG yang menunjukkan bagaimana individu dapat bertahan dalam menghadapi penderitaan dan kesulitan.
- Ajr (أجر) yang berarti pahala, menegaskan bahwa kesabaran dalam menghadapi ujian akan mendatangkan balasan dari Allah.
- Tazkiyah (تزكية) yang mengacu pada penyucian jiwa, menunjukkan bahwa cobaan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas spiritual seseorang.
- Yusr (يسر) yang berarti kemudahan, menegaskan janji Allah bahwa setiap kesulitan akan disertai dengan kemudahan.

Penelusuran ayat dilakukan dengan meneliti penggunaan kata-kata ini dalam berbagai bentuk morfologisnya, baik dalam akar katanya maupun dalam konteks penggunaannya dalam al-Quran. Untuk memastikan bahwa ayat-ayat yang ditemukan benar-benar relevan dengan konsep PTG, proses ini juga mengacu pada kitab-kitab tafsir klasik dan kontemporer, yaitu dalam tesis ini menggunakan sumber Tafsir Al-Misbah dan al-Tabari.

Setelah ayat-ayat yang relevan ditemukan, langkah berikutnya adalah mengelompokkan ayat-ayat tersebut berdasarkan aspek-aspek PTG. Klasifikasi ini bertujuan untuk memberikan struktur yang lebih sistematis sehingga setiap ayat dapat dikaji sesuai dengan kategori pertumbuhan pasca-trauma yang sesuai. Beberapa kategori utama dalam klasifikasi ini meliputi:

1. Ujian sebagai sarana peningkatan keimanan – Ayat-ayat yang menegaskan bahwa setiap cobaan adalah bagian dari cara Allah menguji dan meningkatkan keimanan seseorang.
2. Cobaan sebagai bentuk kasih sayang Allah – Ayat-ayat yang menunjukkan bahwa ujian bukanlah hukuman, melainkan cara Allah untuk membersihkan dosa dan mendekatkan hamba-Nya kepada-Nya.
3. Ketahanan diri dalam menghadapi cobaan – Ayat-ayat yang menekankan pentingnya bersikap tegar dan terus berjuang dalam menghadapi kesulitan hidup.
4. Hikmah di balik penderitaan dan peningkatan kualitas diri – Ayat-ayat yang menjelaskan bahwa di balik setiap kesulitan terdapat pelajaran dan hikmah yang dapat meningkatkan kepribadian seseorang.
5. Pahala tak terbatas bagi orang yang sabar – Ayat-ayat yang menegaskan bahwa kesabaran akan membawa balasan pahala yang tak terhingga dari Allah.
6. Peningkatan derajat melalui ujian – Ayat-ayat yang menunjukkan bahwa seseorang yang berhasil melewati ujian

dengan baik akan mendapatkan derajat yang lebih tinggi di sisi Allah.

7. Janji kemudahan setelah kesulitan ayat-ayat yang memberikan optimisme bahwa setelah menghadapi penderitaan, seseorang akan mendapatkan kemudahan dan pertolongan dari Allah.

Setiap ayat yang masuk dalam kategori ini kemudian dianalisis lebih lanjut untuk memastikan bahwa makna dan konteksnya sesuai dengan konsep PTG. Langkah terakhir dalam metode ini adalah verifikasi dan kontekstualisasi ayat-ayat yang telah diklasifikasikan.

Selain itu, ayat-ayat yang telah dipilih juga dibandingkan dengan berbagai penafsiran dari ulama tafsir, baik klasik maupun kontemporer, untuk mendapatkan perspektif yang lebih luas. Hal ini bertujuan agar pembahasan PTG dalam perspektif al-Quran tidak hanya berlandaskan pada pemaknaan literal, tetapi juga mempertimbangkan berbagai aspek kontekstual dan interpretatif yang lebih mendalam.

Setelah melalui tahap verifikasi, ayat-ayat yang relevan disajikan dalam bentuk teks Arab beserta terjemahannya, tanpa tambahan tafsir agar tetap berfokus pada penyajian data primer dari al-Quran. Dengan demikian, pembaca dapat secara langsung melihat bagaimana al-Quran menggambarkan konsep *Post-Traumatic Growth* melalui ayat-ayat yang telah dikumpulkan dan dikategorikan secara sistematis.

1. Ujian sebagai Sarana Peningkatan Keimanan

QS. al-‘Ankabūt [29]: 2-3:

أَحْسِبِ النَّاسَ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ
فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ الْكَاذِبِينَ

"Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan hanya dengan mengatakan, 'Kami telah beriman,' dan mereka tidak diuji? Dan sungguh, Kami telah menguji orang-orang sebelum mereka, maka Allah pasti mengetahui orang-orang yang benar dan pasti mengetahui orang-orang yang dusta."

2. Cobaan sebagai Bentuk Kasih Sayang Allah

QS. al-Baqarah [2]: 155-157:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ

"Dan sungguh, Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar, yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata, 'Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji'ūn.' Mereka itulah yang mendapat keberkahan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk."

3. Ketahanan Diri dalam Menghadapi Cobaan

QS. al-Baqarah [2]:286

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya."

4. Hikmah di Balik Penderitaan dan Peningkatan Kualitas Diri

QS. At-Taghābun[64]:11

مَا أَصَابَ مِنْ مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ ۚ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

"Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah; dan barang siapa beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu."

5. Pahala Tak Terbatas bagi Orang yang Sabar

QS. Az-Zumar [39]: 10

قُلْ يُعْبَادُ الَّذِينَ ءَامَنُوا آتَقُوا رَبَّكُمْ ۖ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ ۖ وَأَرْضُ
اللَّهِ وَسِعَةٌ ءِئِمَّا يُؤْتَى الصَّابِرُونَ أَجْرُهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ

"Katakanlah (Muhammad), 'Wahai hamba-hamba-Ku yang beriman! Bertakwalah kepada Tuhanmu.' Bagi orang-orang yang berbuat baik di dunia ini akan mendapat kebaikan. Dan bumi Allah itu luas. Hanya orang-orang yang bersabarlah yang akan disempurnakan pahalanya tanpa batas."

6. Janji Kemudahan setelah Kesulitan

QS. al-Insyirāh [94]: 5-6

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

"Karena sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."

Setelah semua data yang dibutuhkan terkumpul, maka selanjutnya peneliti menganalisis data dengan menggunakan teknik deskriptif analisis. Deskriptif analisis adalah metode yang bertujuan untuk menjelaskan secara sistematis fakta atau karakteristik bidang tertentu secara faktual dan cermat. Metode ini dimulai dengan mengumpulkan data, menganalisis data, dan menginterpretasikannya.¹⁴

¹⁴ Suryana, "Metode Penelitian: Model Praktis Penelitian kuantitatif dan Kualitatif", (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2010), hlm. 16.

1.9.Sistematika Pembahasan

Untuk menggambarkan rumusan jalannya penelitian dan kerangka pikiran dalam pembahasan tesis ini, penulis membagi sistematika pembahasan ke dalam lima Bab, penulisannya mulai dari:

BAB I: PENDAHULUAN

Bab ini menjelaskan latar belakang penelitian yang berfokus pada pemahaman ayat-ayat al-Quran terkait kesulitan hidup dan transformasi yang dihasilkan melalui tafsir Quraish Shihab dan al-Ṭabari. Penelitian ini juga mengeksplorasi konsep *Post-Traumatic Growth* (PTG) dan resiliensi dalam konteks ayat-ayat tersebut serta relevansinya bagi kehidupan modern. Selain itu, bab ini memaparkan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta metode yang digunakan dalam pengumpulan dan analisis data.

BAB II: LANDASAN TEORI

Bab ini menguraikan landasan teori yang mendasari penelitian ini, yaitu teori Munasabah, Ibrah, Hikmah, PTG (*Post-Traumatic Growth*), dan Teori Resiliensi. Penjelasan teori-teori tersebut akan dikaitkan dengan bagaimana mereka dapat digunakan untuk menginterpretasikan transformasi spiritual dan moral yang terjadi melalui kesulitan hidup sesuai dengan ayat-ayat al-Quran. Bab ini juga menyajikan kerangka berpikir yang menjelaskan hubungan antara teori-teori tersebut dan ayat-ayat yang ditafsirkan oleh mufassir Quraish Shihab dan al-Ṭabari.

BAB III: PROSEDUR PENELITIAN

Bab ini menjelaskan metode yang digunakan dalam penelitian, termasuk populasi dan sampel yang terlibat, instrumen penelitian yang digunakan, serta teknik pengumpulan data. Bab ini juga membahas teknik analisis data yang diterapkan untuk menganalisis tafsir kedua mufassir terhadap ayat-ayat al-Quran yang terkait dengan kesulitan hidup dan transformasi spiritual. Selain itu,

jadwal penelitian juga akan disajikan untuk memberikan gambaran tentang tahapan penelitian.

BAB IV: HASIL PENELITIAN

Bab ini menyajikan temuan-temuan yang diperoleh dari penelitian. Temuan tersebut mencakup analisis terhadap tafsir Quraish Shihab dan al-Ṭabari mengenai ayat-ayat al-Quran yang berkaitan dengan kesulitan hidup, serta bagaimana konsep PTG dan resiliensi dapat ditemukan dalam ayat-ayat tersebut. Penelitian ini juga mengeksplorasi dampak transformasi spiritual dan moral bagi individu yang menghadapi tantangan kehidupan, dengan fokus pada relevansi ayat-ayat al-Quran dalam kehidupan modern.

BAB V: PENUTUP

Bab ini merangkum hasil-hasil temuan penelitian, memberikan kesimpulan mengenai pemahaman ayat-ayat al-Quran dalam konteks kesulitan hidup dan transformasi yang dihasilkan. Bab ini juga mengemukakan kontribusi penelitian terhadap kajian tafsir, PTG, dan resiliensi dalam kehidupan modern. Di akhir bab, disampaikan rekomendasi untuk penelitian lanjutan dan implikasi praktis dari hasil penelitian ini.

