

**KAJIAN SIFAT TAWAKAL MENURUT BEBERAPA AYAT AL-QUR'AN
DAN PENGEMBANGAN DALAM KONSELING ISLAM**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**Riska Ovi Burzana
NIM . 160402059
Bimbingan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH & KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2021 M / 1442 H**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelara Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Oleh

**Riska Ovi Burzana
NIM. 160402059**

Disetujui oleh :

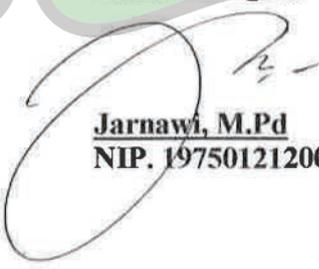
جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

Pembimbing I,

Pembimbing II,


Dr. Mira Fauziah, M. Ag
NIP. 197203111998032002


Jarnawi, M.Pd
NIP. 197501212006041003

SKRIPSI

**Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Diajukan Oleh:

**RISKA OVI BURZANA
NIM. 160402059**

Pada Hari/Tanggal

**Sabtu, 7 Agustus 2021 M
28 Zulhijah 1442 H**

di

**Darussalam-Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah**

Ketua,

**Dr. Mira Fauziah, M.Ag
NIP. 197203111998032002**

Sekretaris,

**Jarnawi, M.Pd
NIP. 197501212006041003**

Anggota I

**Drs. Umar Latif, MA
NIP. 195811201992031001**

Anggota II

**Juli Andriyani, M.Si
NIP. 197407222007102001**

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry

**Dr. Fakhri, S.Sos. MA
NIP. 196411291998031001**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Dengan ini saya

Nama : Riska Ovi Burzana
NIM : 160402059
Jenjang : Sastra Satu (S-1)
Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Meyatakan bahwa dalam skripsi tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 29 Juli 2021
Yang menyatakan,



Riska Ovi Burzana
Riska Ovi Burzana

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas skripsi ini dengan baik atas izin-Nya. Shalawat dan salam, senantiasa tercurahkan kepada baginda Rasulullah yang telah membawa perubahan dari alam kebodohan ke alam yang penuh dengan ilmu dan pengetahuan.

Skripsi ini berjudul “ Kajian Sifat Tawakal Menurut ayat Al-qur’an dan Pengembangannya Dalam Konseling Islam.” Dalam melakukan pembuatan skripsi ini penulis tidak lupa berterimakasih sedalam-dalamnya kepada:

1. kepada Ibu yang tercinta saya Nurzana, kepada Ayahanda yang tercinta Burdan, Kakek saya Zainal Abidin dan Nenek saya Nuraini maupun adik-adik saya Azka Zarbawi, Aldi Alfarizi, Mahlil Maulana, Nur Khaira Alifa, Dan Mirza Maulana yang telah mendukung penulis dengan rasa kasih sayang dan terus memberikan dorongan semangat dalam penulisan skripsi yang sangat melelahkan ini.
2. Ibu Mira Fauziah, M. Ag selaku pembimbing utama dan Bapak Jarnawi, S.Ag., M.Pd selaku pembimbing kedua yang selalu memberikan semangat dan motivasi walaupun saya sudah berada dititik ingin menyerah dan selalu penuh keikhlasan dalam membimbing sehingga saya dapat menyusun skripsi ini.
3. Dr. Fakri S.Sos., MA, selaku dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Drs. Umar Latif MA, selaku ketua prodi Bimbingan Konseling Islam

(BKI). Drs. Mahdi, NK., M.Kes, selaku penasehat akademik (PA) serta seluruh dosen dan karyawan fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, yang telah membimbing dan membantu memudahkan dalam menyusun skripsi

4. Teman-teman seperjuangan di Prodi Bimbingan Konseling Islam, yaitu: Sarina Dewi, Julia, Nurliana, Jahraini Maghfirah, Malia, Ayu Anaiya, Fajrin Nida, serta teman-teman seperjuangan prodi Bimbingan Konseling Islam yang turut selalu memberi motivasi sehingga skripsi dapat diselesaikan.
5. Temen-temen seperjuangan di luar kampus yaitu : Sella Marantika serta guru pak Dahrul yang ingin membantu dalam menyelesaikan skripsi dan memberi motivasi

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, penulis berharap kepada pembaca agar memberi kritik dan saran yang membangun dengan tata krama yang sopan dan membangun untuk perbaikan pada masa yang akan mendatang. Semoga skripsi ini membawa manfaat terhadap pembaca dan penulis.

Banda Aceh, 2 Agustus 2021
Penulis,

Riska Ovi Burzana
NIM. 160402059

Abstrak

Riska Ovi Burzana, 160402059, *Kajian sifat Tawakal menurut beberapa ayat Al-Qur'an dan Pengembangannya dalam Konseling Islam*. Skripsi S1, Prodi Bimbingan Konseling Islam

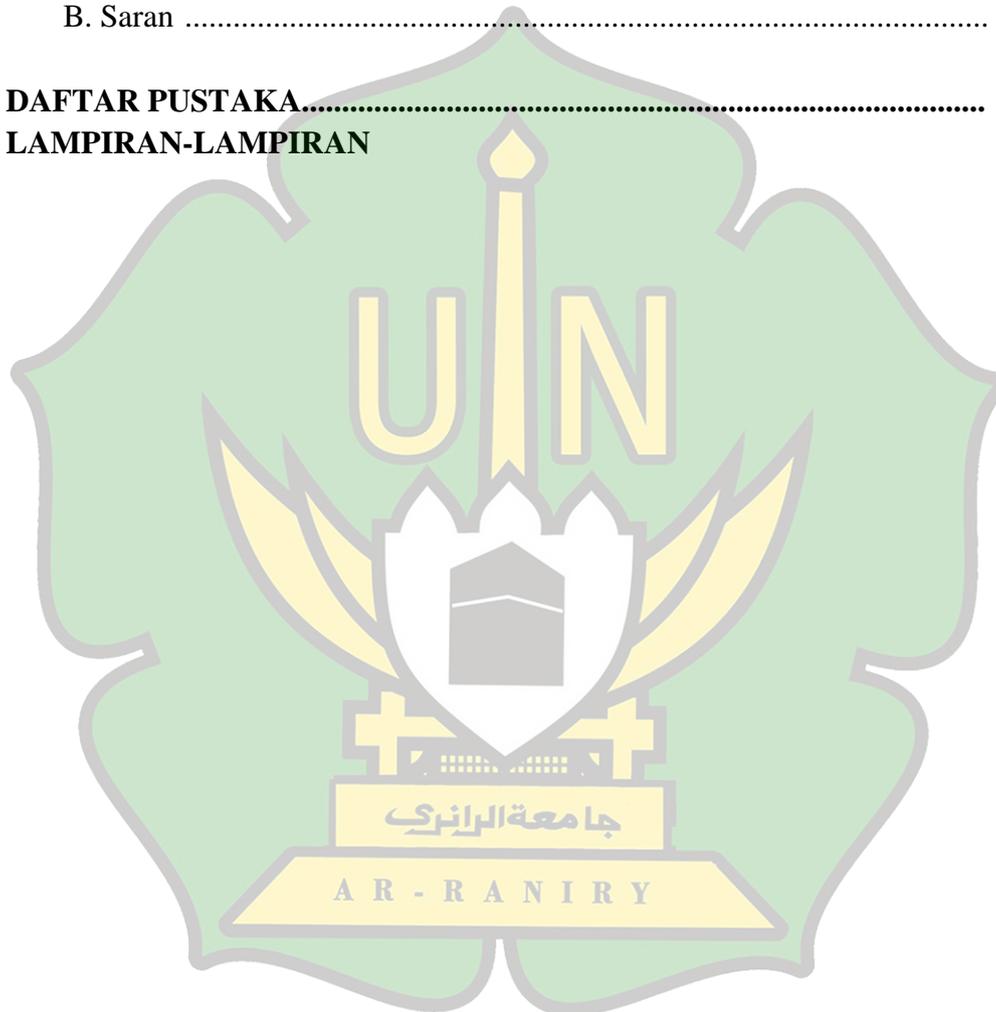
Tawakal dan konseling islam merupakan hal yang penting dalam ranah dunia konseling. Tawakal merupakan pekerjaan hati manusia dan puncak tertinggi keimanan. Sedangkan konseling islam merupakan upaya bantuan yang diberikan kepada seseorang untuk menemukan jati dirinya serta mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dengan petunjuk yang bersumber menurut pemahaman Al-Qur'an dan As-Sunah. Perkembangan kajian tawakal dan konseling islam perlu dikaji, diteliti dan dianalisis karena selama ini konseling yang berlaku adalah konseling konvensional sehingga tidak sesuai dengan nilai atau konsep Islam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sifat tawakal dalam Al-qur'an, mengetahui faktor-faktor pembentukan sifat tawakal menurut Al-qur'an dan mengetahui pengembangan sifat tawakal dalam konseling islam. Jenis penelitian adalah penelitian pustaka (*library reaserch*), metode penelitian berdasarkan pendekatan literatur (*library research*) dan mengambil sumber dari kitab-kitab tafsir, Al-Qur'an, dan buku-buku yang mempunyai relevansi dengan pembahasan ini. Jenis-jenis data yang dikumpulkan dari berbagai literatur yang ada meliputi data tertulis (*data tulisan*) berupa teks yang terkait dengan masalah tawakal dan pengembangannya dalam konseling islam yang merujuk pada beberapa ayat Al-qur'an dan buku-buku mengenai bimbingan konseling islam. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah teknik *content analisis* atau kajian isi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sifat tawakkal di dalam Al-qur'an adalah tawakkal dalam mengambil keputusan, tawakkal sifat orang beriman, dan mendukung perdamaian, adapun yang menjadi faktor pendukung pembentukan sifat tawakkal adalah beriman kepada Allah, penyabar, dan berhusnudzon kepada Allah. Tawakkal erat kaitannya dengan konseling Islam, berpikir positif dalam segala hal termasuk dalam setiap melakukan sesi konseling tetap positif kepada Allah (Q.S Al Baqarah 216). Tawakal dalam pengambilan keputusan baik itu yang dilakukan oleh konselor maupun konseli itu sendiri (Q.S. Ali Imran 159), motivasi memberikan arahan semangat untuk klien agar dapat beraktivitas seperti semestinya dan jauh dari rasa putus asa serta mendalami tawakal dari kisah sahabat menjadikan konselor pribadi yang mampu menelaah dari setiap kejadian dan mengambil hikmah dari setiap kejadian. (Q.S. An-Nahl 41-42).

Kata kunci : Tawakal, Konseling Islam

DAFTAR ISI

COVER	i
PENGESAHAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN SIDANG	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat penelitian.....	7
E. Penjelasan Konsep/Istilah Penelitian.....	8
F. Kajian Terhadap Hasil Penelitian Terdahulu.....	10
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Tawakal.....	14
1. Pengertian Tawakal.....	14
2. Bentuk-bentuk tawakal.....	16
3. Ayat-ayat Al'Qur'an Tentang Tawakal	19
4. Macam-macam Tawakal	36
5. Tawakal Dalam Perspektif Psikologi	38
B. Konseling Islam.....	43
1. Pengertian konseling Islam	43
2. Fungsi Bimbingan Konseling Islam.....	44
3. Tujuan Konseling Islam	46
4. Landasan Asas-asas Konseling Islam	49
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	50
B. Sumber Data penelitian	50
C. Teknik Pengumpulan Data	52
D. Teknik Analisis Data.....	53

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Sifat Tawakal Menurut Al-Qur'an	54
B. Faktor-faktor Pembentukan Sifat Tawakal.....	70
C. Pengembangan Sifat Tawakal Dalam Konseling Islam	83
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	84
B. Saran	85
DAFTAR PUSTAKA.....	86
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tawakal merupakan sifat yang harus dimiliki oleh setiap muslim. Tawakal adalah sifat terpuji dan puncak iman tertinggi yaitu memiliki kepasrahan kepada sang khaliq. Tanpa memiliki sifat tawakal di dalam diri manusia maka tidak dapat merasakan manisnya iman di dada. Bagi sebagian orang ada yang telah memahami hakikat tawakal itu sendiri namun ada juga sebagian yang belum mengerti hakikat tawakal dan tidak menganggap tawakal itu penting, sehingga mereka kadang memaknai doa-doa yang dipanjatkan kepada Allah sebagai sebatas penenang hati.¹

Seseorang yang bertawakal sementara dirinya menyerah pada nasib tanpa bertindak mencari solusi, bukanlah dinamakan tawakal. Yang demikian itu disebut kebodohan.² Kasusnya mirip dengan orang yang mengalami derita sakit namun hanya berdiam diri saja tidak berusaha untuk mencari obat. Maka justru yang terjadi penyakit yang diderita semakin parah.

Adapun hakikat tawakal menurut Sa'ad bin Jubeir berkata, "tawakal itu keseluruhan iman. "mewujudkan tawakal bukan berarti meniadakan ikhtiar atau usaha. Takdir Allah dan sunnahNya sehubungan dengan makhluk berkaitan erat dengan ikhtiar. Allah memerintahkan untuk berikhtiar sekaligus bertawakal.

¹ H. Supriyanto, *Tawakal bukan pasrah*, (Jakarta selatan: Qultummedia ,2010), hal. 4.

² Abdillah F, Hasan, *Mukjizat energi tawakal* (Jakarta: Gramedia, 2014), hal. 75.

Berusaha dengan anggota badan sebagai bentuk ketaatan kepada Allah, bertawakal dengan hanya sebagai menifestasi iman kepadaNya.³

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ تَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ۖ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ ۗ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ۖ

“ Dan barangsiapa yang bertaqwa kepada Allah niscaya dia akan memberikan baginya jalan keluar (bagi semua urusannya).Dan memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya. Dan barangsiapa yang bertawakal kepada Allah akan mencukupkan (segala keperluannya).” (QS.Thalaaq: 2-3).

Dalam kitabnya yang berjudul Tafsir Al-Qur'an al'Adzim, Ibnu katsir menjelaskan bahwa maksud ayat ini adalah:”Barang siapa yang bertakwa kepada Allah dalam menjalankan perintah-Nya dan meninggalkan larangan-Nya, maka Allah akan menjadikan jalan keluar dalam urusannya berikutnya memberi rezeki tanpa terduga. Maksud tanpa terduga adalah dari arah yang tidak terlintas di pikiran sama sekali sebelumnya. “Abu Dzar pernah bercerita bahwa konon Rasulullah saw, pernah membacakan ayat ini padanya kemudian bersabda: “wahai Abu Dzar seandainya semua manusia menjalankan isi ayat ini maka mereka akan terpenuhi (semua kebutuhan baik agama maupun dewasa).⁴

Maka tawakal yang benar, merupakan sebab utama berhasilnya usaha seorang hamba, baik dalam urusan dunia maupun agama, bahkan sebab kemudahan dari Allah Ta'ala bagi hamba tersebut untuk meraih segala kebaikan dan perlindungan dari

³ Abdul Aziz Ajhari,dkk, *Jalan menggapai ridho ilahi* (Bandung: Bahasa dan sastra arab, 2019), hal. 79.

⁴ Didik andriawan, *Mengubah nasib dengan Al-Qur'an*, (yogyakarta: mutiara media, 2013), hal. 53.

segala keburukan. Tawakal kepada Allah ialah salah satu faktor hidup sukses. Seorang mukmin tidak terlena oleh angan-angan dan bujuk rayuan dunia, tetapi selalu yakin kepada Allah dan berharap anugrah-Nya.

Dengan hadirnya sifat tawakal di dalam hati maka hatinya akan selalu tenang dan tidak berputus asa karena di dalam hatinya ada kepercayaan yang luarbiasa kepada Allah Swt, bahwa segala yang terjadi di dunia ini adalah karena kehendaknya baik dalam segi kebahagiaan maupun dalam keadaan kesedihan. Sehingga orang-orang yang memiliki sifat tawakal inilah yang jauh dari keterpurukan atau putus asa yang berlanjut. Maka inilah yang disebut sebagai orang-orang yang sukses di dunia yaitu hatinya yang bersih yang selalu ridha akan ketetapan Allah.⁵

Manusia sejak lahir ke dunia telah dibekali akal, dan perasaan. Dengan bekal itulah manusia disebut sebagai makhluk yang paling sempurna dan diberi amanah oleh sang pencipta sebagai khalifah di bumi ini.⁶ Akan tetapi dengan adanya akal, perasaan yang terdapat di dalam diri manusia tidak dapat di pungkiri bahwa manusia dilanda oleh berbagai keadaan dan situasi, yaitu masalah seperti terdapat masalah dengan diri sendiri, lingkungan sosial, keluarga, maupun keadaan tidak mampu dalam mengembangkan potensi-potensi yang terdapat di dalam diri individu serta mengembalikan individu ke dalam ranah eksistensi

⁵ Ahzani Samiun Jazuli, *Al-Hayatul fil-Qur'an al-kariim* (riyadh: darut Thuwaiq, 1997), hal. 265.

⁶ Wahyudin,Ahmad, *Pendidikan agama Islam*, (jakarta: Grasindo, 2009), hal. 47.

manusia sebagai khalifah yang sesuai dengan Al-Qur'an dan Hadist. Maka dari itu penting adanya pembinaan atau bimbingan konseling dari orang lain.⁷

Dalam layanan bimbingan konseling dapat atau memberikan bantuan kepada seseorang atau individu agar individu yang bersangkutan dapat menggapai taraf perkembangan dan kebahagiaan yang diinginkan dalam menjalani proses pemahaman, penerimaan, dan penyesuaian diri dan lingkungan di mana ia tinggal atau berupa layanan kepada individu atau kelompok yang sedang mengalami masalah secara berkesinambungan dan sistematis supaya dapat menyelesaikan masalahnya sendiri dan mampu melaksanakan proses penyesuaian diri dalam menjalani kehidupannya.⁸

Namun manusia tidak hanya perlu dalam menyemprunakan potensi duniawi saja maka manusia juga perlu adanya bagaimana proses menyemprunakan potensi dalam meningkatkan eksistensinya dengan sang Maha kuasa. Yaitu melalui bimbingan konseling keagamaan sedangkan dalam dunia Islam yaitu perlunya pembinaan bimbingan konseling Islam.

Sedangkan dalam bimbingan dan konseling Islam adalah upaya bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada klien supaya klien dapat menyelesaikan masalahnya dengan menggunakan Al-Qur'an dan hadist sebagai pedoman untuk bertindak dalam ranah kehidupannya. Senada dengan hal tersebut, Tohari Musnamar mengatakan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah

⁷ Ahmad,Susanto, *Bimbingan dan konseling disekolah*. (Jakarta: Prenadamedia, 2018), hal. 1.

⁸ Rukaya, *Aku bimbingan dan konseling*, (Guepedia Publisher, 2019), hal. 11.

proses layanan bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat memperoleh kebahagiaan di dunia dan di akhirat.⁹

Maupun agar individu mampu mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara sempurna dengan cara menerapkan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan hadis Rasulullah saw kepada dirinya, sehingga ia dapat hidup sejalan dan sesuai dengan tuntutan Al-Qur'an dan hadis.

Apabila sisi nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan hadis telah tercapai dan fitrah dalam beragama itu telah berkembang secara optimal maka individu tersebut dapat menciptakan hubungan yang baik dengan Allah swt, dengan manusia dan alam semesta sebagai manifestasi bentuk dari peranannya sebagai khalifah di muka bumi yang sekaligus dapat berfungsi untuk mengabdikan kepada Allah swt.¹⁰

Untuk mendapatkan hasil konseling yang baik maka di butuhkan adanya sifat tawakal baik dari sisi kliennya maupun dari sisi konselor agar mampu mencapai eksistensi yang diharapkan baik oleh konselor maupun klien itu sendiri dalam mengharapkan menjadi manusia yang sejahtera dalam urusan duniawi maupun dalam urusan akhirat.

⁹ M,Fuad, Anwar, *landasan bimbingan dan konseling Islam*, (Yogyakarta: Deepublish,2019), hal. 17.

¹⁰ Drs, Samsul Munir, *Bimbingan dan konseling Islam*. (jakarta: AMZAH, 2015), hal. 23.

Di dalam dunia konseling apabila melakukan layanan dengan pendekatan-pendekatan sesuai dengan nilai keyakinan (spritualisme) klien dapat lebih menyentuh atau menerima sehingga akan lebih efektif. Menurut Zieger dan Lewis mendeskripsikan 2 tipe pendekatan yaitu, pertama, pendekatan Eskploratori yaitu pendekatan dengan menggunakan agama dilihat sebagai suatu hasil dari pengaruh-pengaruh luar yang mempengaruhi klien dan menghasilkan kepercayaan atau tindakan yang tidak rasional. Kedua, pendekatan Deskriptif adalah pendekatan dengan melihat keuntungan-keuntungan yang diberikan oleh agama kepada individu-individu dan kepercayaan bahwa apa yang terjadi pada individu dapat menolong dirinya untuk berkembang dan berubah.¹¹

Selama ini konseling yang berlaku adalah konseling konvensional sehingga tidak sesuai dengan nilai atau konsep yang terdapat di dalam konseling Islam, yang mempercayai kehidupan setelah mati yaitu akhirat, mempercayai kebahagiaan tidak hanya terdapat dalam dunia saja tetapi kebahagiaan akhirat juga harus mampu di raih setelah mati yang tentu saja tidak terdapat di dalam konseling konvensional yang hanya berpusat pada kebahagiaan duniawi saja. Oleh karena itu semestinya proses konseling seharusnya dilakukan dilayani dengan pendekatan-pendekatan Islami agar selaras dengan keyakinan klien yang beragama Islam.

¹¹ Lilis Satriah, *Pendekatan Spritual Dalam Konseling (Konseling Spritual)*, IRSYAD, VOL.I, Juli-Desember (2008).

Jadi berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul: “ **kajian Sifat *Tawakal* Menurut Ayat Al-Qur’an Dan Pengembangannya Dalam Konseling Islam**”

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan dalam penelitian akan memfokuskan pada bagian kajian sifat tawakal menurut beberapa ayat Al-Qur’an dan pengembangannya dalam konseling Islam.

1. Bagaimanakah penjelasan sifat tawakal dalam Al-Qur’an?
2. Bagaimana mengetahui Faktor-faktor pembentukan sifat tawakal?
3. Bagaimana pengembangan sifat tawakal dalam bimbingan konseling Islam?

C. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui sifat tawakal menurut ayat Al-qur’an dan pengembangannya di dalam konseling Islam

1. Untuk mengetahui sifat tawakal dalam Al-Qur’an
2. Untuk mengetahui faktor-faktor pembentukan sifat tawakal menurut Al-Qur’an
3. Untuk mengetahui pengembangan sifat tawakal dalam konseling Islam

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian di atas, manfaat dari penelitian ini ada yang bersifat teoritis dan praktis:

1. Secara teoritis

- a. Penelitian ini bermanfaat bagi peneliti untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai/ memahami ayat-ayat Al-Qur'an tentang tawakal.
- b. Serta dapat mengemban/ menambah ilmu pengetahuan terutama di bidang ilmu bimbingan dan konseling Islam.

2. Manfaat secara praktis

- a. Di harapkan dapat bermanfaat/ menambah wawasan bagi konselor mengenai sifat tawakal dalam pengembangan ranah bimbingan konseling Islam
- b. Sebagai rujukan bagi yang membutuhkan

E. Definisi Operasional

a. Sifat Tawakal

Dalam kamus Umum Bahasa Indonesia, Tawakal berarti berserah (kepada kehendak Tuhan) dengan segenap hati percaya kepada Tuhan terhadap penderitaan, percobaan, dan lain-lain.

Menurut Imam Al-ghazali: Menurut al-Ghazali, sikap tawakal lahir dari keyakinan yang teguh akan kemahakuasaan Allah. Sebagai pencipta, Dia berkuasa melakukan apa saja terhadap manusia. Walaupun demikian, harus pula diyakini bahwa Dia juga Maha Rahman, Maha pengasih, tak pilih kasih kepada makhluknya. Karena itu, manusia seharusnya berserah diri kepada Tuhannya dengan sepenuh hati. Dalam penyerahan diri kepada Allah swt. seorang sufi

merasakan dirinya tiada lagi. Tingkat tawakal yang paling tinggi adalah berserah diri bagaikan mayat.¹²

2. Pengertian Al-Qur'an

Al-Qur'an merupakan wahyu Allah Swt, yang disampaikan kepada Nabi Muhammad sebagai pedoman hidup umat manusia. Nabi Muhammad Saw. Secara bahasa, Al-Qur'an artinya bacaan, yaitu bacaan bagi orang-orang yang beriman. Bagi umat Islam, membaca Al-Qur'an merupakan ibadah.¹³

Dalam penelitian ini penulis bermaksud memfokuskan diri dalam pencarian ayat-ayat Al-Qur'an yang mengenai ayat-ayat yang berhubungan dengan tawakal.

3. Pengertian Konseling Islam

Istilah konseling berasal dari kata "*counseling*" adalah kata bentuk masdar dari "*to counsel*" secara etimologis berarti "*to give advice*" atau memberikan saran dan nasihat.¹⁴

Menurut 'Athiyah Mahmud hana menerangkan bahwa konseling bermaksud memberikan pelayanan atau penerangan kepada seseorang dalam suatu proses pertemuan antara dua orang, salah satu diantaranya mengalami

¹² Ahmad Zaini, *Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali* Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf Volume 2 Nomor 1 2016, hal. 154.

¹³ Bachrul Ilmy, *Pendidikan Agama Islam* (Bandung: gralindo media pratama, 2006), hal. 58.

¹⁴ Samsul Munir, *Bimbangan dan konseling Islam*, (Jakarta: Amzah 2013), hal. 10.

kegoncangan disebabkan oleh problem pribadi yang tidak dapat diselesaikan sendiri.¹⁵

Sedangkan dalam konseling Islam proses pemberian bantuan terhadap individu, agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.¹⁶

Dari pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling Islam adalah memberikan pelayanan atau bantuan kepada orang yang membutuhkan arahan atau solusi agar dapat mengatasi problem seseorang dan juga menyadarkan bahwa pada dasarnya Allah memberikan setiap masalah itu sesuai dengan ketentuanNya dan kodrat yang mampu dijalani oleh hambanya.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sebelumnya sudah pernah diteliti adapun yang dapat diartikan untuk di jadikan sebagai aspek-aspek pendukung penelitian dan mencari perbedaan-perbedaan dengan aspek penelitian terdahulu.

Pertama, Skirpsi Amirah Mastura, jurusan bimbingan konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Ar-Raniry, Banda Aceh 2018, dengan judul “prinsip tawakal dalam integrasi pada wawancara konseling Islam”¹⁷

¹⁵ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami (Dalam Komunitas Pesantren)*.(Bandung: Citapustaka Media, 2015), hal. 12.

¹⁶ Tohari Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: UII Press, 1992), hal. 5.

Skripsi ini bertujuan adalah untuk mengetahui bagaimana cara menemukan prinsip-prinsip tawakal dalam Al-Qur'an dan mengintegrasikannya ke dalam wawancara konseling Islam yang bertujuan untuk membantu konselor-konselor profesional muslim dalam menghadapi klien-klien yang tidak bertawakal kepada Allah dengan cara yang lemah lembut dan sesuai dengan prosedur layanan konseling Islam. Penelitian ini menggunakan metode *isi analysis* dan metode tafsir *maudhu'i* yaitu menghimpun/memilih ayat-ayat Al-Qur'an yang terkait dengan tawakal untuk Allah.

Adapun hasil penelitian ini yang terkait dengan prinsip kepada Allah dalam wawancara Konseling Islam yaitu : *pertama*, istilah tawakal dalam Al-Qur'an di sebutkan sebanyak 68 kali yang terdapat di dalam 60 ayat dan dalam 29 surah yang berbeda. Ayat-ayat tersebut menjelaskan prinsip-prinsip utama yang di bagi menjadi tiga bagian (1) prinsip tawakal kepada Allah harus dipegang teguh oleh konselor, (2) prinsip tawakal kepada Allah yang harus dipegang teguh oleh klien, (3) prinsip tawakal kepada Allah yang harus dipegang teguh oleh konselor dan klien. *Ke dua*, integrasi prinsip-prinsip tawakal kepada Allah dalam wawancara konseling Islam yaitu prinsip-prinsip tawakal yang harus dipegang teguh oleh konselor dan harus ditumbuh kembangkan oleh konselor pada diri klien.

Kedua, Skripsi Ahmad Syamsul Mu'arif, Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Ampel, Surabaya 2018, dengan

¹⁷ Amirah Mastura, *Prinsip tawakal dalam integrasi pada wawancara konseling Islam*, (Banda Aceh : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2018).

judul “konseling tawakal untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada seorang pasien penderita kanker payudara desa Sumberasri Kabupaten Banyuwangi”.¹⁸

Metode yang digunakan dalam penelitian ini dalam menjawab permasalahan di atas adalah menggunakan metode kualitatif studi kasus dengan analisa data menggunakan deskriptif komparatif, yaitu setelah data terkumpul dan diolah selanjutnya dianalisa yang berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka.

Hasil penelitian, pada proses konseling Konselor menggunakan beberapa tahapan dalam proses konseling yaitu:, mengenal rabb dan sifatnya, menyandarkan hati dan jiwa kepadanya, memberikan motivasi. Hasil akhir konselingnya yakni, klien dapat merubah mindset berfikir negatif ke positif dan memiliki motivasi hidup yang baik, dapat menerima kenyataan yang klien alami dan menjalankan kehidupan dengan baik meskipun menderita penyakit kanker payudara yang mengharuskan klien menjalankan kemo therapy dengan rutin.

Ketiga, Skripsi Siti Nurfhakidah, Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Ampel, Surabaya 2017, dengan judul “konseling tawakal untuk meningkatkan hidup pasien gagal ginjal dikarang Bejo Sawah Gang 10 no 29 Surabaya”¹⁹.

Di dalam skripsi ini lebih terfokus pada menekankan terhadap pemberian bantuan dalam rangka memberikan arahan agar tetap termotivasi dalam menjalani

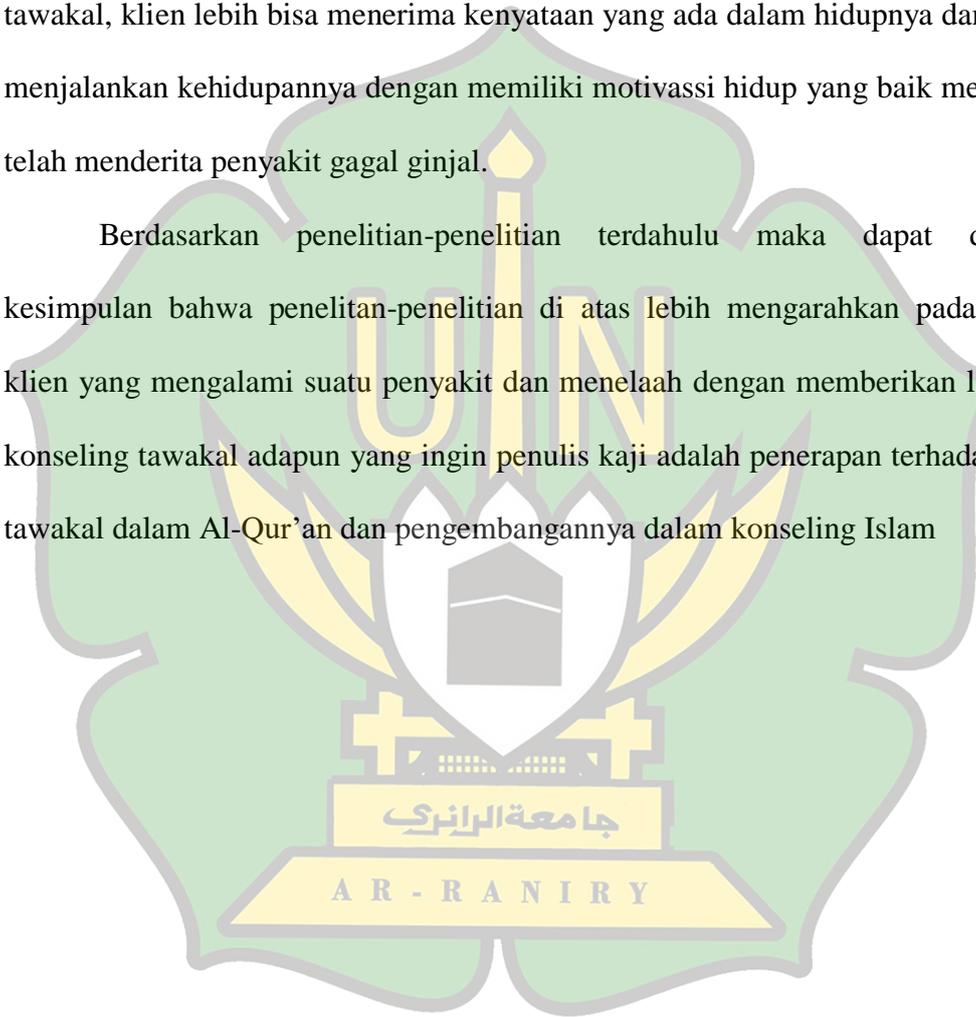
¹⁸ Ahamd Syamsul Mu'arif, *Konseling tawakal untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada seorang pasien penderita kanker payudaradi desa sumberasri Kabupaten Banyuwangi* (Surabaya : Program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Subaya, 2018).

¹⁹ Siti Nurfakhdah, *Konseling tawakal untuk meningkatkan hidup pasien gagal ginjal dikarang Bejo Sawah Gang 10 no 29 Surabaya*, (Surabaya : Program Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2017).

hidup. skripsi ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisa data menggunakan deskriptif komparatif yaitu berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa setelah proses konseling tawakal, klien lebih bisa menerima kenyataan yang ada dalam hidupnya dan dapat menjalankan kehidupannya dengan memiliki motivasi hidup yang baik meskipun telah menderita penyakit gagal ginjal.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu maka dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian-penelitian di atas lebih mengarahkan pada klien-klien yang mengalami suatu penyakit dan menelaah dengan memberikan layanan konseling tawakal adapun yang ingin penulis kaji adalah penerapan terhadap sifat tawakal dalam Al-Qur'an dan pengembangannya dalam konseling Islam



BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Tawakal

1. Pengertian Tawakal

Tawakal artinya Serta menyerahkan segala perkara, ikhtiar, dan usaha yang diserahkan kepada Allah Serta berserah diri sepenuhnya kepada Allah untuk mendapatkan manfaat atau menolak yang mudharat. Kata tawakal berasal dari bahasa arab *at-tawakkul* yang di bentuk dari kata *wakkala*, yang berarti “menyerahkan”, “mempercayakan”. Atau “mewakikan” urusan kepada orang lain.¹Tawakal merupakan pekerjaan hati manusia dan puncak tertinggi keimanan. Sifat ini akan ada dengan sendirinya jika iman seseorang sudah matang.

Menurut istilah Tawakal adalah suatu sikap bersandar atau menyerahkan segala urusan yang telah diusahakan secara penuh hanya kepada Allah, untuk mendapatkan kemaslahatan serta mencegah kemudharatan baik itu yang bersangkutan urusan dunia maupun akhirat. pengertian ini sebagaimana yang dijelaskan oleh para ahli di bidangnya yaitu :

- a. Ibnu Qayyim dalam kitabnya *Madarij as-Salikin* mengemukakan :

“Tawakal merupakan amalan dan penghambatan hati dengan menyadarkan segala sesuatu itu hanya kepada Allah semata, percaya terhadap-Nya berlindung kepada-Nya dan ridha atas sesuatu yang menimpa dirinya. Berdasarkan keyakinan bahwa Allah akan memberikannya segala kecukupan bagi dirinya dengan tetap

¹ M.Abdul Mujieb, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta Selatan: PT Mizan Publika, 2009), hal. 541.

melaksanakan sebab-sebab serta usaha keras untuk dapat memperolehnya. Tawakal merupakan dari separuh agama dan separuh lagi adalah inabah. Agama itu terdiri dari permohonan, pertolongan, dan ibadah, tawakal merupakan permohonan pertolongan sedangkan inabah adalah ibadah”.²

b. Menurut M. Quraish Shihab:

Tawakal bukan berarti penyerahan total kepada Allah, tetapi penyerahan tersebut harus didahului dengan usaha manusiawi. Seorang sahabat Nabi menjumpai beliau di masjid tanpa terlebih dahulu mengikat untanya. Ketika Nabi, menanyakan hal tersebut, dia menjawab, "Aku telah bertawakal kepada Allah." Nabi meluruskan kekeliruannya tentang arti tawakal tersebut dengan bersabda, "Ikatlah terlebih dahulu (untamu), setelah itu bertawakallah”.³

c. Menurut Imam Al-ghazali :

Sikap tawakal lahir dari sebuah keyakinan yang teguh akan kemahakuasaan Allah. Sebagai sang pencipta, Dia berkuasa melakukan apa saja terhadap manusia. Walaupun demikian, harus pula diyakini bahwa Dia juga Maha Rahman, Maha pengasih, tak pilih kasih kepada makhluknya. Oleh Karena itu, manusia seharusnya berserah diri kepada Tuhannya dengan sepenuh jiwa. Dalam

² Abdul Aziz Ajhari, Dkk, *Jalan menggapai ridho ilahi*,(Bandung: Bahasa Dan Sastra Arab,2019), hal. 78.

³ Abdul Ghoni, *Konsep Tawakal Dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam:Studi Komparasi mengenai Konsep Tawakal menurut M. Quraish Shihab dan Yunan Nasution*. Vol,3.no.1, juli 2016, hal. 112.

tingkat penyerahan diri kepada Allah Seorang sufi merasakan dirinya tiada lagi tingkat tawakal yang paling tinggi adalah berserah diri bagaikan mayat.⁴

d. Menurut TM. Hasbi Ash-Shiddiegy

Tawakal adalah menyerahkan diri kepada Allah dan berpegang teguh kepadanya.⁵

Dari kesimpulan diatas dapat disimpulkan tawakal adalah bentuk penyerahan diri kepada Allah dengan segenap usaha disertai dengan keyakinan yang kuat kepada sang pencipta yang Maha Pengasih, Maha penyayang namun dengan disertai tindakan bukan pasrah total hanya menunggu saja.

2. Bentuk-Bentuk Tawakal

a. Tawakal Dalam Usaha, setiap manusia pasti membutuhkan harta untuk memenuhi keperluan atau kebutuhan hidupnya. Untuk itu, setiap manusia harus berusaha semaksimal mungkin mencari rezeki yang merupakan karunia Allah swt, dan juga mendapatkan keberkahan hidup. Sebagaimana firman-Nya

هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ ذُلُولًا فَأَمْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ ۗ وَإِلَيْهِ

النُّشُورُ ﴿١٥﴾

“Dialah yang menjadikan bumi itu mudah bagi kamu, Maka berjalanlah di segala penjurunya dan makanlah sebahagian dari rezki-Nya. dan hanya kepada-Nya-lah kamu (kembali setelah) dibangkitkan.”(Al-Mulk: 15)

⁴ Ahmad Zaini, *Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali* Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf Volume 2 Nomor 1 2016, hal. 154.

⁵ TM, Hasbi Ash-Shiddiegy, *al-Islam*, (Semarang : Pustaka Rizki Pur, 2001), hal. 125.

Ketika seorang mukmin telah berusaha mencari rezeki semaksimal mungkin, barulah disebut bertawakal kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas hasil yang dicapai atau diperolehnya, sesuai dengan apa yang Allah berikan kepadanya titik ini akan membuatnya mendapat jaminan rezeki dari Allah subhanahu wa ta'ala sebagaimana ayat yang disebutkan di atas.

b. Tawakal Dalam Beribadah, tidak sedikit manusia yang mengejek orang yang beribadah kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*. Mereka mengejek karena meskipun orang yang sudah rajin, tetap juga belum mendapatkan kesenangan yang bersifat dunia. Mereka menganggap Percuma saja sholat atau melakukan puasa bila tetap dalam keadaan miskin, padahal doa meminta rezeki sudah seringkali dipanjatkan.

Menghadapi ejekan yang seperti ini tidak boleh membuat seorang muslim menjadi malas beribadah atau berdoa. Tugas seorang muslim dalam hidup ini adalah ibadah dan berdoa kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* yang merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari ibadah. Karena itu, bila apa yang dipinta belum dikabulkan Allah, seorang muslim harus yakin bahwa suatu ketika itu akan dikabulkan dan ibadah tetap dilaksanakan, apalagi tujuan ibadah bukanlah agar manusia menjadi kaya atau senang kehidupan duniawinya. Allah Swt, berfirman:

وَلِلَّهِ غَيْبُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِلَيْهِ يُرْجَعُ الْأُمُورُ كُلُّهَا فاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ

وَمَا رَبُّكَ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ ﴿١٢٣﴾

“Dan kepunyaan Allah-lah apa yang ghaib di langit dan di bumi dan kepada-Nya-lah dikembalikan urusan-urusan semuanya, Maka sembahlah Dia, dan bertawakkallah kepada-Nya. dan sekali-kali Tuhanmu tidak lalai dari apa yang kamu kerjakan.”(Hud: 123).

c. Tawakal Atas Hasil Musyawarah, kehidupan bersama, baik dalam kehidupan keluarga maupun masyarakat dan jamaah, dibutuhkan kerjasama yang baik agar usaha-usaha yang baik akan bisa dicapai dengan perasaan yang ringan, meskipun sebenarnya hal itu merupakan tugas yang berat. Agar terjalin kerjasama yang baik, Apa yang hendak dilaksanakan harus dimusyawarahkan terlebih dahulu, sehingga suatu keputusan menjadi milik bersama yang akan dilaksanakan dan dihadapi konsekuensinya secara bersama-sama.

Karena itu, bila suatu keputusan musyawarah sudah di ambil, maka orang-orang yang terlibat dalam musyawarah harus bertawakal kepada Allah Sehingga hal-hal yang menyenangkan bisa dinikmati bersama dan bila ada hal yang tidak menyenangkan dihadapi bersama-sama juga. Bila tidak bertawakal kepada Allah atas melakukan musyawarah, akan ada orang yang merasa berjasa atas pencapaian hasil yang menyenangkan, sedangkan bila sebaliknya yang terjadi adalah saling menyalahkan satu sama lain, bahkan mengunkit ketidaksetujuan seseorang atas keputusan yang diambil. Ini akan mengakibatkan/menyakiti perasaan.

d. Tawakal Dalam Perdamaian, situasi dan kondisi peperangan yang tidak menyenangkan, kadangkala menimbulkan penyesalan sehingga mereka yang berperang dan permusuhan menginginkan perdamaian. Sebagai pemeluk agama yang memang cinta damai, kaum muslimin harus menyambut gembira adanya keinginan musuh untuk berdamai sesuai dengan ketentuan perdamaian yang telah disepakati.

Bila perdamaian sudah dilakukan, kaum muslimin harus bertawakal kepada Allah⁶ Sebagaimana firman-Nya:

﴿ وَإِنْ جَنَحُوا لِلسَّلْمِ فَاجْنَحْ لَهَا وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴾

“dan jika mereka condong kepada perdamaian, Maka condonglah kepadanya dan bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Dialah yang Maha mendengar lagi Maha mengetahui.”

e. Tawakal kepada diri sendiri, Tawakal kepada diri sendiri adalah meyakini dan mempercayai bahwa dengan kekuatan dengan kemampuan diri sendiri, meraih dan menggapai segala sesuatu yang diinginkan dan cita-citakan. Meyakini bahwa dengan kecerdasan dan akal kemampuan diri mampu mewujudkan apa yang telah menjadi angan-angan. Dengan kecerdasan pula, meyakini segala kebutuhan dunia dapat diraih. Begitu pula, meyakini dengan kekuatan diri sendiri mampu meraih segala bentuk kekuasaan, jabatan, kehormatan ditengah-tengah umat dengan mengandalkan kekuatan diri sendiri adalah, segala sesuatu yang mengandalkan kemampuan, kecerdasan, dan kekuatan diri sendiri.⁷

3. Ayat-ayat Al-qur'an Tentang Tawakal

وَمَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَالرَّسُولَ فَأُولَئِكَ مَعَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ مِنَ النَّبِيِّينَ وَالصِّدِّيقِينَ وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ وَحَسُنَ أُولَئِكَ رَفِيقًا ﴿٦٦﴾

⁶ Ahmad Yani, *Be Exellent: menjadi pribadi terpuji*. (Jakarta: Al-qalam, 2007), hal. 61.

⁷ Cipta Hening, *di dalam diri ada Allah (ada sifat-Nya, ada Asma-Nya, ada Af'al-Nya dan ada Dzati-Nya*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo), hal. 141.

“Dan barangsiapa yang mentaati Allah dan Rasul(Nya), mereka itu akan bersama-sama dengan orang-orang yang dianugerahi nikmat oleh Allah, yaitu: Nabi-nabi, para shiddiiqiin, orang-orang yang mati syahid, dan orang-orang saleh. Dan mereka itulah teman yang sebaik-baiknya.” (QS. An-Nisa : 69)

Penjelasan ayat di atas adalah” yakni brangsiapa yang menjalankan apa yang diperintahkan oleh Allah dan Rasul-Nya, maka sesungguhnya Allah akan mengizinkannya tinggal dirumah kemuliaan-Nya, menjadikannya menemani para Nabi, kemudian orang-orang yang tingkatannya di bawah mereka yaitu para shadiqin, kemudian syuhada, kemudian oran-orang mukmin secara umum, mereka adalah orang-orang shalih yang lahir dan batinnya baik, kemudian Allah menyanjung mereka وَحَسُنَ أُولَئِكَ رَفِيقًا “ dan mereka itulah teman yang sebaik-baiknya.⁸

وَتَوَكَّلْ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا يَمُوتُ وَسَبِّحْ بِحَمْدِهِ ۗ وَكَفَىٰ بِهِ بُدُنُوبِ عِبَادِهِ خَبِيرًا

Dan bertawakkallah kepada Allah yang hidup (kekal) yang tidak mati, dan bertasbihlah dengan memuji-Nya: dan cukuplah Dia Maha mengetahui dosa-dosa hamba-hamba-Nya.

Abu Abdurrahman sulami mengabarkan kepda kami, dia mendengar Ali bin Abu amr Balkhi mengatakan, dia mendengar Abdul Mun'in Umar al-Ashafahani mengatakan, Ahmad bin muhammad Makki memberi tahu kami, dari muhammad bin ismail, husain bin Zaid, Za'farani, dan Abu Tsaur, semuanya mengatakan imam Syafi'i berkata: “Allah menyucikan nabi-Nya, meninggikan kedudukannya, mengajarnya, dan mendidiknya, firman Allah وَتَوَكَّلْ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا

⁸ Abul Fida' 'Imaduddin, *Tafsir Ibnu Katsir*, (Jawa Tengah: Insan Kamil Solo, 2016), hal. 502.

يَمُوتُ ‘bertakwallah kepada Allah yang hidup (kekal), yang tidak mati. ‘ayat ini menunjukkan keadaan manusia yang selalu meyandaekan aktifitasnya pada diri mereka sendiri, hartanya, tanamannya, seorang raja, dan pada pemberian manusia. Mereka semua bersandar pada sesuatu yang hidup tetapi akan mati, atau pada sesuatu yang akan musnah dan cepat masa berlalunya. Maka Allah menyucikan Nabi-Nya dan memerintahkannya untuk bertawakal pada Dzat yang Mahahidup, yaitu Mahasuci dan Mahatinggi.⁹

قَالَ رَجُلَانِ مِنَ الَّذِينَ يَخَافُونَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمَا ادْخُلُوا عَلَيْهِمُ الْبَابَ فَإِذَا
دَخَلْتُمُوهُ فَإِنَّكُمْ غَالِبُونَ وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿٢٣﴾

“ berkatalah dua orang diantara orang-orang yang takut (kepada Allah) yang Allah telah memberi nikmat atas keduanya: "Serbulah mereka dengan melalui pintu gerbang (kota) itu, Maka bila kamu memasukinya niscaya kamu akan menang. dan hanya kepada Allah hendaknya kamu bertawakkal, jika kamu benar-benar orang yang beriman".(Q.S. Al-maidah: 23)

Mendengar keengganan sebagian besar kaum Nabi Musa as. Sebagaimana diuraikan oleh ayat yang lalu, maka *berkatalah dua orang di antara orang yang takut*, yakni kepada Allah atau yang juga takut menghadapi para pembangkang yang perkasa itu, yang *Allah telah mmberi nikmat atau keduanya* antara lain dengan sinarnya ketakutan keduanya saat menyadari bantuan dan janji Allah, sehingga dengan penuh yakin dan semangat mereka berkata : “ *serbulah mereka melalui pintu gerbang kota itu, maka bila kamu menyerbunya*, mereka tidak akan berdaya dan demikian *niscaya kamu akan menang*, karena Allah telah

⁹ Syeikh Ahamd Mustafa, *Tafsir al-Imam asy-Syafi'i*, (jakarta timur: Almahira,2006), hal. 230.

menjanjikan kemenangan itu, maka karena itu berserah dirilah kepada Allah dan hanya kepada Allah hendaknya kamu bertawakal, jika kamu benar-benar orang yang beriman, yang telah merasuk dalam jiwa kalian keimanan yang mantap.¹⁰

وَلِلَّهِ غَيْبُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِلَيْهِ يُرْجَعُ الْأَمْرُ كُلُّهُ فَاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ
وَمَا رَبُّكَ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ

“Dan kepunyaan Allah-lah apa yang ghaib di langit dan di bumi dan kepada-Nya-lah dikembalikan urusan-urusan semuanya, Maka sembahlah Dia, dan bertawakallah kepada-Nya. dan sekali-kali Tuhanmu tidak lalai dari apa yang kamu kerjakan.” (Q.S. Al-Hud : 123)

Memang kamu belum mengetahui apa sanksi Allah yang diperintahkan untuk dinantikan itu, karena manusia tidak akan mengetahui yang ghaib, tetapi Allah mengetauinya. Allah menyaksikan perbuatan kita semua yang ghaib dan yang nyata karena kepunyaan Allah semua yang nyata *kepuhyaan Allah* pula. Semua *apa yang ghaib* bagi makhluk *di langit dan di bumi dan kepadaNya*lah sendiri saja *dikembalikan urusan semuanya* kini dan akan datang, termasuk urusanmu, wahai Muhammad, dan musuh-musuhmu. Maka karena itu sembahlah Dia, dan bertawakallah yakni berserah dirilah *kepadaNya* setelah berusaha sekuat kemampuanmu. Dan *sekali-kali Tuhanmu* yang selama ini selalu membimbing dan berbuat baik kepadamu *tidak lalai dari apa yang* senantiasa kamu wahai seluruh makhluk, *kerjakan*.¹¹

¹⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, terj Wahid Hisbullah. (Jakarta : Lentera Hati, 2002), hal. 66.

Firman-Nya: (فَاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ) *fa'budu watakkal 'alaihi/ maka sembahlah*

Dia, dan bertawakkallah kepada-Nya mengandung perintah menaati Allah Dengan jalan melaksanakan perintah-perintah-Nya sesuai kemampuan dan menjauhi larangan-larangan-Nya. Itu agar yang bersangkutan memperoleh bantuan Ilahi dalam melakukan kegiatan baru setelah ibadah yang dilakukannya.

“Suatu hal yang menakjubkan adalah gerak anda di alam raya ini akan membantu anda melakukan gerak dan memperoleh bantuan dari pencipta alam raya. Anda ketika shalat membutuhkan pakaian untuk menutup aurat, sedang untuk mendapatkan pakaian anda butuh adanya kerja petani dalam pertanian, juga buruh di pabrik yang membuat pakaian, serta kegiatan pedagang yang menjual pakaian itu, dan anda sendiri membutuhkan gerak untuk memperoleh uang sebagai harga pakaian yang anda butuhkan itu. Demikian anda membutuhkan banyak hal untuk melaksanakan shalat, kemudian shalat ini memberi anda energi yang bersumber dari yang maha kuasa yang kemudian anda berikan lagi kepada lingkungan. Selanjutnya anda akan mengambil lagi dari lingkungan agar anda dapat mengharapkan kepada pencipta dan penganugrah energi itu. Demikian seseorang selalu dalam gerak melingkar, mengambil dari atas untuk memberi kepada lingkungan, dan mengambil dari lingkungan untuk menghadap Yang Maha Kuasa dan memperoleh bantuan-Nya.

Melalui ibadah, dapat memperoleh bantuan-Nya. Karena itu kita di ajarkan oleh surah Al-fatihah untuk mengucapkan *hanya kepada-Mu kami beribadah dan hanya kepada-Mu kami memohon bantuan*. Sebesar kualitas ibadah dan pengabdian Anda kepada-Nya, sebesar itu pula anugrah-Nya, karena

itu pula *sembahlah Dia, dan bertawakalah kepada Nya. Dan sekali-kali Tuhanmu tidak akan lalai dan apa yang kamu kerjakan.* Demikian lebih kurang Asy-Sya'rawi.¹²

Di dalam Al-Qur'an terdapat beberapa bentuk-bentuk tawakal diantaranya terdiri dari وَكَلْنَا (kami bertawakal), تَوَكَّلْتُ (aku bertawakal), يَتَوَكَّلْ (Dia bertawakal), اَلْمُتَوَكِّلُونَ (orang-orang yang berserah diri), تَوَكَّلُوا (bertawakallah), تَوَكَّلْنَا (kami bertawakal), نَتَوَكَّلْ (kami bertawakal), يَتَوَكَّلُونَ (mereka bertawakal). تَوَكَّلْ (Bertawakallah).

Adapun terdapat lafazh yang sama namun berbeda dalam penempatannya yang dalam bahasa arab di bagi lagi kepada *Fi'il Madhi*, dan *Fi'il Mudhori'*.

Fil'l Madhi adalah setiap *Fi'il* (kata kerja) yang menunjukkan kepada hasil perbuatan yang telah lampau atau telah terjadi sedangkan *Fi'il mudhori'* adalah setiap *Fi'il* yang menunjukkan kepada hasilnya pekerjaan di dalam waktu yang sedang berlangsung atau akan datang¹³

Berikut beberapa bagian lafadzh ayat tawakal yang masuk dalam *Fil'il Madhi* , (تَوَكَّلْنَا , تَوَكَّلُوا , وَكَلْنَا , تَوَكَّلْتُ) dan fi'il Mudhari (يَتَوَكَّلْ , نَتَوَكَّلْ , يَتَوَكَّلُونَ).

¹² *Ibid*, hal. 383.

¹³ Ilmi, Mahfudz Sulaiman. *Bahasa Arab Dasar*, (Bandung: Edu Publisher), hal 84.

No	Q.S	Kata	Lafadz dan Terjemahan
1.	Al-An'am/6: 89	وَكَلْنَا	<p>أُولَئِكَ الَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَ وَالنُّبُوَّةَ فَإِنْ يَكْفُرْ بِهَا هَتُؤُلَاءِ فَقَدْ وَكَلْنَا بِهَا قَوْمًا لَيَسُوا بِهَا بِكَفِيرِينَ ﴿٨٩﴾</p> <p>Mereka Itulah orang-orang yang telah Kami berikan Kitab, hikmat dan kenabian jika orang-orang (Quraisy) itu mengingkarinya, Maka Sesungguhnya Kami akan menyerahkannya kepada kaum yang sekali-kali tidak akan mengingkarinya</p>
2.	At-Taubah/9: 129	تَوَكَّلْتُ	<p>فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ﴿١٢٩﴾</p> <p>Jika mereka berpaling (dari keimanan), Maka Katakanlah: "Cukuplah Allah bagiku; tidak ada Tuhan selain Dia. hanya kepada-Nya aku bertawakkal dan Dia adalah Tuhan yang memiliki 'Arsy yang agung".</p>
3.	Yunus/10 : 71	تَوَكَّلْتُ	<p>﴿ وَآتَىٰ عَلَيْهِمْ نَبَأَ نُوحٍ إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ يٰ قَوْمِ إِن كَانَ كَبُرَ عَلَيْكُمْ مَقَامِي وَتَذِكْرِي بَيَّاتٍ اللَّهُ فَعَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْتُ فَأَجْمِعُوا أَمْرَكُمْ وَشُرَكَاءَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُنْ أَمْرَكُمْ عَلَيْكُمْ غُمَّةً ثُمَّ اقْضُوا إِلَيَّ وَلَا تُنظِرُونِ ﴿٧١﴾ ﴾</p> <p>Dan bacakanlah kepada mereka berita penting tentang Nuh di waktu Dia berkata kepada kaumnya: "Hai kaumku, jika terasa berat bagimu tinggal (bersamaku) dan peringatanku (kepadamu) dengan ayat-ayat Allah, Maka kepada Allah-lah aku bertawakkal, karena itu bulatkanlah keputusanmu dan (kumpulkanlah) sekutu-sekutumu (untuk membinasakanku). kemudian janganlah keputusanmu</p>

			itu dirahasiakan, lalu lakukanlah terhadap diriku, dan janganlah kamu memberi tangguh kepadaku.
4.	Hud/11: 56	تَوَكَّلْتُ	<p>إِنِّي تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ رَبِّي وَرَبِّكُمْ مَا مِنْ دَابَّةٍ إِلَّا هُوَ أَخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا إِنَّ رَبِّي عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ ﴿٥٦﴾</p> <p>Sesungguhnya aku bertawakkal kepada Allah Tuhanku dan Tuhanmu. tidak ada suatu binatang melatapun melainkan. Dialah yang memegang ubun-ubunnya. Sesungguhnya Tuhanku di atas jalan yang lurus.</p>
5.	Hud/11: 88	تَوَكَّلْتُ	<p>قَالَ يَاقَوْمِ أَرَأَيْتُمْ إِنْ كُنْتُ عَلَىٰ بَيِّنَةٍ مِّن رَّبِّي وَرَزَقَنِي مِنْهُ رِزْقًا حَسَنًا وَمَا أُرِيدُ أَنْ أُخَالَفَكُمْ إِلَّا إِلَىٰ مَا أَنْهَكُم عَنْهُ إِنْ أُرِيدُ إِلَّا الْإِصْلَاحَ مَا اسْتَطَعْتُ وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ ﴿٨٨﴾</p> <p>Syuaib berkata: "Hai kaumku, bagaimana pikiranmu jika aku mempunyai bukti yang nyata dari Tuhanku dan dianugerahi-Nya aku dari pada-Nya rezki yang baik (patutkah aku menyalahi perintah-Nya)? dan aku tidak berkehendak menyalahi kamu (dengan mengerjakan) apa yang aku larang. aku tidak bermaksud kecuali (mendatangkan) perbaikan selama aku masih berkesanggupan. dan tidak ada taufik bagiku melainkan dengan (pertolongan) Allah. hanya kepada Allah aku bertawakkal dan hanya kepada-Nya-lah aku kembali.</p>
6.	Yusuf/12: 67	<p>-تَوَكَّلْتُ</p> <p>-يَتَوَكَّلْ</p> <p>-الْمُتَوَكِّلُونَ</p>	<p>وَقَالَ يَبْنَئِي لَا تَدْخُلُوا مِن بَابٍ وَاحِدٍ وَادْخُلُوا مِن أَبْوَابٍ مُّتَفَرِّقَةٍ وَمَا أُغْنِي عَنْكُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ إِنَّ الْحُكْمَ إِلَّا لِلَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ</p>

			<p>الْمُتَوَكِّلُونَ ﴿٧٧﴾</p> <p>Dan Ya'qub berkata: "Hai anak-anakku janganlah kamu (bersama-sama) masuk dari satu pintu gerbang, dan masuklah dari pintu-pintu gerbang yang berlain-lain; Namun demikian aku tiada dapat melepaskan kamu barang sedikitpun dari pada (takdir) Allah. keputusan menetapkan (sesuatu) hanyalah hak Allah; kepada-Nya-lah aku bertawakkal dan hendaklah kepada-Nya saja orang-orang yang bertawakkal berserah diri".</p>
7.	Yunus/10: 84	تَوَكَّلُوا	<p>وَقَالَ مُوسَىٰ يَاقَوْمِ إِن كُنتُمْ ءَامَنتم بِاللّهِ فَعَلَيْهِ تَوَكَّلُوا</p> <p>إِن كُنتُمْ مُّسْلِمِينَ ﴿٨٤﴾</p> <p>Berkata Musa: "Hai kaumku, jika kamu beriman kepada Allah, Maka bertawakkallah kepada-Nya saja, jika kamu benar-benar orang yang berserah diri."</p>
8.	Al- Mumtahana /60: 4	تَوَكَّلْنَا	<p>قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرءَاؤُا مِنْكُمْ وَمِمَّا تَعْبُدُونَ مِن دُونِ اللّهِ كَفَرْنَا بِكُمْ وَبَدَا بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ أَبَدًا حَتَّىٰ تُؤْمِنُوا بِاللّهِ وَحَدَهُ إِلَّا قَوْلَ إِبْرَاهِيمَ لِأَبِيهِ لَأَسْتَغْفِرَنَّ لَكَ وَمَا أَمْلِكُ لَكَ مِنَ اللّهِ مِن شَيْءٍ ۗ رَّبَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٤﴾</p> <p>Sesungguhnya telah ada suri tauladan yang baik bagimu pada Ibrahim dan orang-orang yang bersama dengan dia; ketika mereka berkata kepada kaum mereka: "Sesungguhnya Kami berlepas diri daripada kamu dari daripada apa yang kamu sembah selain</p>

			<p>Allah, Kami ingkari (kekafiran)mu dan telah nyata antara Kami dan kamu permusuhan dan kebencian buat selama-lamanya sampai kamu beriman kepada Allah saja. kecuali Perkataan Ibrahim kepada bapaknya "Sesungguhnya aku akan memohonkan ampunan bagi kamu dan aku tiada dapat menolak sesuatupun dari kamu (siksaan) Allah". (Ibrahim berkata): "Ya Tuhan Kami hanya kepada Engkaulah Kami bertawakkal dan hanya kepada Engkaulah Kami bertaubat dan hanya kepada Engkaulah Kami kembali</p>
9.	Az-Zumar/39: 38	<p>يَتَوَكَّلُ اللَّهُ قُلْ أَفَرَأَيْتُمْ مَا تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ إِنْ أَرَادَنِيَ اللَّهُ بِضُرٍّ هَلْ هُنَّ كَاشِفَاتُ ضُرِّهِ أَوْ أَرَادَنِي بِرَحْمَةٍ هَلْ هِيَ مُمْسِكَةٌ بِرَحْمَتِهِ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ</p>	<p>Dan sungguh jika kamu bertanya kepada mereka: "Siapakah yang menciptakan langit dan bumi?", niscaya mereka menjawab: "Allah". Katakanlah: "Maka Terangkanlah kepadaku tentang apa yang kamu seru selain Allah, jika Allah hendak mendatangkan kemudharatan kepadaKu, Apakah berhala-berhalamu itu dapat menghilangkan kemudharatan itu, atau jika Allah hendak memberi rahmat kepadaKu, Apakah mereka dapat menahan rahmatNya?. Katakanlah: "Cukuplah Allah bagiku". kepada- Nyalah bertawakkal orang-orang yang berserah diri.</p>

10.	Ali- Imran/3: 122	يَتَوَكَّلُ	<p>إِذْ هَمَّتْ طَّائِفَتَانِ مِنْكُمْ أَنْ تَفْشَلَا وَاللَّهُ وَلِيَهُمَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٢٢﴾</p> <p>Ketika dua golongan dari padamu ingin (mundur) karena takut, Padahal Allah adalah penolong bagi kedua golongan itu. karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.</p>
11.	At- Thalaq/65/: 3	يَتَوَكَّلُ	<p>وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٣﴾</p> <p>Dan memberinya rezki dari arah yang tiada disangka-sangkanya. dan Barangsiapa yang bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan yang (dikehendaki)Nya. Sesungguhnya Allah telah Mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu.</p>
12.	Yusuf/12: 67	يَتَوَكَّلُ- الْمُتَوَكِّلُونَ	<p>وَقَالَ يَبْنَئِي لَا تَدْخُلُوا مِنْ بَابٍ وَاحِدٍ وَاَدْخُلُوا مِنْ أَبْوَابٍ مُتَفَرِّقَةٍ وَمَا أُغْنِي عَنْكُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ إِنَّ الْحُكْمَ إِلَّا لِلَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴿٦٧﴾</p> <p>“Dan Ya'qub berkata: "Hai anak-anakku janganlah kamu (bersama-sama) masuk dari satu pintu gerbang, dan masuklah dari pintu-pintu gerbang yang berlain-lain; Namun demikian aku tiada dapat melepaskan kamu barang sedikitpun dari pada (takdir) Allah. keputusan menetapkan (sesuatu) hanyalah hak Allah; kepada-Nya-lah aku bertawakkal dan hendaklah kepada-Nya saja orang-orang yang bertawakkal berserah diri.”</p>

13.	Ibrahim/14: 12	-نَتَوَكَّلَ -يَتَوَكَّلَ- الْمُتَوَكِّلُونَ	<p>وَمَا لَنَا إِلَّا نَتَوَكَّلَ عَلَى اللَّهِ وَقَدْ هَدَانَا سُبُلَنَا ۗ وَلَنَصْبِرَنَّ عَلَى مَا آذَيْتُمُونَا ۗ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴿١٢﴾</p> <p>Mengapa Kami tidak akan bertawakkal kepada Allah Padahal Dia telah menunjukkan jalan kepada Kami, dan Kami sungguh-sungguh akan bersabar terhadap gangguan-gangguan yang kamu lakukan kepada kami. dan hanya kepada Allah saja orang-orang yang bertawakkal itu, berserah diri".</p>
14.	Al- Anfaal/8: 2	يَتَوَكَّلُونَ	<p>إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٢﴾</p> <p>Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayatnya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal.</p>
15.	An- Nahl/16: 42	يَتَوَكَّلُونَ ﴿٤٢﴾	<p>الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٤٢﴾</p> <p>(Yaitu) orang-orang yang sabar dan hanya kepada Tuhan saja mereka bertawakkal.</p>
16.	Ash- Shura/42: 36	يَتَوَكَّلُونَ	<p>فَمَا أُوتِيتُمْ مِّنْ شَيْءٍ فَمَتَّعُ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٣٦﴾</p> <p>Maka sesuatu yang diberikan kepadamu, itu adalah kenikmatan hidup di dunia; dan yang ada pada sisi Allah lebih baik dan lebih kekal bagi orang-orang yang beriman, dan hanya kepada Tuhan mereka, mereka bertawakkal.</p>

17.	Ali- Imran/3: 159	-تَوَكَّلْ -الْمُتَوَكِّلُونَ	<p>فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظًا الْقَلْبِ لَآنْفَضُوهَا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾</p> <p>Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.</p>
18.	Hud/11: 123	تَوَكَّلْ	<p>وَاللَّهُ غَيْبُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِلَيْهِ يُرْجَعُ الْأُمُورُ كُلُّهَا فَاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ ۚ وَمَا رَبُّكَ بِغَفِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ ﴿١٢٣﴾</p> <p>Dan kepunyaan Allah-lah apa yang ghaib di langit dan di bumi dan kepada-Nya-lah dikembalikan urusan-urusan semuanya, Maka sembahlah Dia, dan bertawakkallah kepada-Nya. dan sekali-kali Tuhanmu tidak lalai dari apa yang kamu kerjakan.</p>
19.	Al- Furqan/25: 58	تَوَكَّلْ	<p>وَتَوَكَّلْ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا يَمُوتُ وَسَبِّحْ بِحَمْدِهِ وَكَفَىٰ بِهِ بَدُنُوبِ عِبَادِهِ خَبِيرًا ﴿٥٨﴾</p> <p>Dan bertawakkallah kepada Allah yang hidup (kekal) yang tidak mati, dan bertasbihlah dengan memuji-Nya. dan cukuplah Dia Maha mengetahui dosa-dosa hamba-hamba-Nya.</p>

20.	Ash-Shura/26: 217	تَوَكَّلْ	<p>وَتَوَكَّلْ عَلَى الْعَزِيزِ الرَّحِيمِ ﴿٢١٧﴾</p> <p>Dan bertawakkallah kepada (Allah) yang Maha Perkasa lagi Maha Penyayang,</p>
21.	Al-Mulk/67: 29	تَوَكَّلْنَا	<p>قُلْ هُوَ الرَّحْمَنُ ءَامَنَّا بِهِ وَعَلَيْهِ تَوَكَّلْنَا فَسْتَعْمُونَ</p> <p>مَنْ هُوَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ﴿٢١٨﴾</p> <p>Katakanlah: "Dia-lah Allah yang Maha Penyayang Kami beriman kepada-Nya dan kepada-Nya-lah Kami bertawakkal. kelak kamu akan mengetahui siapakah yang berada dalam kesesatan yang nyata".</p>
22.	Al-Ahzab/33: 3	تَوَكَّلْ	<p>وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ وَكِيلًا ﴿٣﴾</p> <p>Dan bertawakkallah kepada Allah. dan cukuplah Allah sebagai Pemelihara.</p>
23.	Yunus/10: 84	تَوَكَّلُوا	<p>وَقَالَ مُوسَىٰ يَاقَوْمِ إِن كُنتُمْ ءَامَنتم بِاللَّهِ فَعَلَيْهِ تَوَكَّلُوا</p> <p>إِن كُنتُمْ مُسْلِمِينَ ﴿٨٤﴾</p> <p>Berkata Musa: "Hai kaumku, jika kamu beriman kepada Allah, Maka bertawakkallah kepada-Nya saja, jika kamu benar-benar orang yang berserah diri."</p>
24.	Yunus/10: 85	تَوَكَّلْنَا	<p>فَقَالُوا عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِّلْقَوْمِ</p> <p>الظَّالِمِينَ ﴿٨٥﴾</p> <p>Lalu mereka berkata: "Kepada Allahlah Kami bertawakkal! Ya Tuhan kami; janganlah Engkau jadikan Kami sasaran fitnah bagi kaum yang zalim,</p>

25.	Ali- Imran/3: 160	يَتَوَكَّلْ	<p>إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَإِنْ يَخْذُلْكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرْكُمْ مِنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٦٠﴾</p> <p>Jika Allah menolong kamu, Maka tak adalah orang yang dapat mengalahkan kamu; jika Allah membiarkan kamu (tidak memberi pertolongan), Maka siapakah gerangan yang dapat menolong kamu (selain) dari Allah sesudah itu? karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.</p>
26.	At-Taubah/ 9: 51	يَتَوَكَّلْ	<p>قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٥١﴾</p> <p>Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa Kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah pelindung Kami, dan hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakkal."</p>
27.	Ibrahim/14: 11	يَتَوَكَّلْ	<p>قَالَتْ لَهُمْ رُسُلُهُمْ إِنْ نَحْنُ إِلَّا بَشَرٌ مِثْلُكُمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَمُنُّ عَلَىٰ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَمَا كَانَ لَنَا أَنْ نَأْتِيَكُمْ بِسُلْطَانٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١١﴾</p> <p>Rasul-rasul mereka berkata kepada mereka: “Kami tidak lain hanyalah manusia seperti kamu, akan tetapi Allah memberi karunia kepada siapa yang Dia kehendaki di antara hamba-hamba-Nya. dan tidak patut bagi Kami mendatangkan suatu bukti kepada kamu melainkan dengan izin Allah. Dan hanya kepada Allah sajalah hendaknya orang-orang mukmin bertawakkal.</p>

28.	Al-Mujadilah/5 8: 10	يَتَوَكَّلْ	<p>إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٥٨﴾</p> <p>Sesungguhnya pembicaraan rahasia itu adalah dari syaitan, supaya orang-orang yang beriman itu berduka cita, sedang pembicaraan itu Tiadalah memberi mudharat sedikitpun kepada mereka, kecuali dengan izin Allah dan kepada Allah-lah hendaknya orang-orang yang beriman bertawakkal.</p>
39.	At-Taghabun/6 4: 13	يَتَوَكَّلْ	<p>اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ ۚ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٣﴾</p> <p>(Dia-lah) Allah tidak ada Tuhan selain Dia. Dan hendaklah orang-orang mukmin bertawakkal kepada Allah saja.</p>
30.	An-Nahl/16: 42	يَتَوَكَّلُونَ	<p>الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٤٢﴾</p> <p>(Yaitu) orang-orang yang sabar dan hanya kepada Tuhan saja mereka bertawakkal.</p>
31.	An-Nahl/16: 99	يَتَوَكَّلُونَ	<p>إِنَّهُ لَيْسَ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٩٩﴾</p> <p>Sesungguhnya syaitan itu tidak ada kekuasaannya atas orang-orang yang beriman dan bertawakkal kepada Tuhannya.</p>
32.	Al-Ankabut/29: 59	يَتَوَكَّلُونَ	<p>الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٥٩﴾</p> <p>(Yaitu) yang bersabar dan bertawakkal kepada Tuhannya.</p>

33.	Ash-Shura/42: 36	يَتَوَكَّلُونَ	<p>فَمَا أُوتِيتُمْ مِّنْ شَيْءٍ فَمَتَّعِ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَأَبْقَى لِلَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٦٦﴾</p> <p>Maka sesuatu yang diberikan kepadamu, itu adalah kenikmatan hidup di dunia; dan yang ada pada sisi Allah lebih baik dan lebih kekal bagi orang-orang yang beriman, dan hanya kepada Tuhan mereka, mereka bertawakkal.</p>
34.	Al-Anfal/8: 61	يَتَوَكَّلُونَ	<p>﴿ وَإِن جَنَحُوا لِلسَّلْمِ فَاجْنَحْ لَهَا وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۗ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴿٦١﴾ ﴾</p> <p>Dan jika mereka condong kepada perdamaian, Maka condonglah kepadanya dan bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Dialah yang Maha mendengar lagi Maha mengetahui.</p>
35.	An-Naml/27: 79	تَوَكَّلْ	<p>فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّكَ عَلَى الْحَقِّ الْمُبِينِ ﴿٧٩﴾</p> <p>Sebab itu bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya kamu berada di atas kebenaran yang nyata.</p>
36.	Al-Ahzab/33: 3	تَوَكَّلْ	<p>وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ وَكِيلًا ﴿٣﴾</p> <p>Dan bertawakkallah kepada Allah. Dan cukuplah Allah sebagai Pemelihara.</p>
37.	Al-Ahzab/33: 48	تَوَكَّلْ	<p>وَلَا تُطِعِ الْكَافِرِينَ وَالْمُنَافِقِينَ وَدَعِ أَذْنَهُمْ وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ وَكِيلًا ﴿٤٨﴾</p> <p>Dan janganlah kamu menuruti orang-orang yang kafir dan orang-orang munafik itu, janganlah kamu hiraukan gangguan mereka dan bertawakkallah kepada Allah. dan cukuplah Allah sebagai Pelindung.</p>
38.	An-Nisa/4: 81	تَوَكَّلْ	<p>وَيَقُولُونَ طَاعَةٌ فَإِذَا بَرَزُوا مِنْ عِنْدِكَ بَيَّتَ طَائِفَةٌ</p>

			<p>مِنْهُمْ غَيْرَ الَّذِي تَقُولُ وَاللَّهُ يَكْتُبُ مَا يُبَيِّنُونَ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَى بِاللَّهِ وَكِيلًا</p> <p>Dan mereka (orang-orang munafik) mengatakan: "(Kewajiban Kami hanyalah) taat". tetapi apabila mereka telah pergi dari sisimu, sebahagian dari mereka mengatur siasat di malam hari (mengambil keputusan) lain dari yang telah mereka katakan tadi. Allah menulis siasat yang mereka atur di malam hari itu, Maka berpalinglah kamu dari mereka dan tawakallah kepada Allah. cukuplah Allah menjadi Pelindung.</p>
--	--	--	--

4. Macam-Macam Tawakal

Untuk menimbang dan menilai sampai sejauh mana keyakinan dan keimanan akan di sampaikan berapa macam dan bentuk tawakal (berserah diri). Tawakal ada empat macam, tawakal pada harta, tawakal pada makhluk, tawakal pada diri sendiri dan tawakal pada Allah:¹⁴

- a. Pertama tawakal pada harta, tanda-tanda dari tawakal pada harta adalah segala sesuatunya diri kita mengandalkan pada harta baik, itu berupa barang, uang, perhiasan, dan lain sebagainya. Dan dengan itu semua diri kita mersa terlindungi dan tercukupi dengan adanya harta itu. Segala keinginan dan cita-cita bisa diraih dengan harta kita. Ingin menjadi penjabat, ingin menjadi pegawai negeri, dan ingin menghindar dari masalah hukum. Kita meyakini itu semua dapat dicapai dengan uang,

¹⁴ Cipta hening, *di dalam diri ada Allah*, (jakarta: Pt elex media komputindo,2010), hal. 140.

tanpa peduli dengan jalan yang ditempuh, baik itu dengan jalan baik, maupun dengan jalan buruk. Jadi, tawakal pada harta, segala kepentingan dan kebutuhan hidup yang mengandalkan harta .

b. Yang kedua tawakal pada makhluk. Tanda-tanda tawakal pada makhluk adalah, dalam segala urusan hidup dan kehidupan, megandalkan kekuatan dan kekuasaan makhluk. Sesuatu contoh, di saat diri mau kerja di salah satu instansi pemerintahan atau swasta, seringkali mengharapkan bantuan dari orang terdekat baik terhadap orangtua maupun kenalan, yang kebetulan beliu mempunyai wewenang dalam hal penerimaan pegawai baru. Itu juga merupakan bentuk tawakal kepada makhluk.

c. Yang ketiga tawakal pada diri sendiri. Tawakal pada diri sendiri adalah, meyakini dan memercayai bahwa dengan kekuatan dan kemampuan diri seorang muslim bisa merai dan menggapai segala sesuatu yang di inginkan dan cita-citakan. Meyakini bahwa dengan kecerdasan dan kemampuan akal pikiran maka mampu mewujudkan apa yang menjadi angan-angan seorang mukmin. Dengan kecerdasan pula, meyakini segala kebutuhan dunia dapat kita raih. Begitu pula meyakini, bahwa dengan kekuatan seorang mukmin, bisa meraih segala bentuk jabatan, kekuasaan, kehormatan ditengah-tengah umat dengan mengandalkan kekuatan diri . Jadi, bentuk dari tawakal pada diri sendiri adalah, segala sesuatu yang megandalkan kemampuan, kecerdasan, dan kekuatan diri sendiri.

- d. Yang keempat tawakal kepada Allah Tawakal pada Allah adalah, segala sesuatu yang berlawanan dari ketiga bentuk tawakal yang telah disebutkan di atas. Tanda-tanda tawakal pada Allah adalah, segala sesuatunya, baik itu masalah kepentingan, kebutuhan, dan keperluan hidup hanya bergantung pada Allah semata.

5. Tawakal dalam perpektif psikologi

Penerimaan diri merupakan bentuk dari rasa terima kasih terhadap diri sendiri yakni mensyukuri apa yang ia miliki menerima baik kekurangannya maupun kelebihanannya. Adapun hubungannya dengan tawakkal yaitu, dalam tawakkal sendiri mengajak pada berserah diri dan menerima takdir yang telah Allah berikan yang artinya dengan adanya tawakkal dalam diri maka akan membentuk diri menjadi orang yang mampu menjadi pribadi yang mampu bersikap/berpikir positif terhadap dirinya.

1. Pengertian Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan kondisi dimana individu menghargai segala kelebihan dan kekurangannya, mengikuti standar yang dibuat sendiri untuk menjalani hidupnya, dan memiliki sikap positif dalam diri. Penerimaan diri di ukur dengan skala penerimaan diri yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari penerimaan diri yang dikemukakan oleh Sheerer (1949). Semakin tinggi skor total yang diperoleh maka semakin tinggi taraf penerimaan diri subjek.¹⁵

Self acceptance adalah suatu kondisi yang mendukung *personal adjustments* dan *well being*. *Self acceptance* merupakan sebagai suatu bentuk evaluasi terhadap diri sendiri, secara tidak langsung berpengaruh terhadap tinggi rendahnya *self esteem* seseorang. Individu yang kurang memiliki penerimaan diri seringkali kemudian memiliki *self esteem* dan *personal well being* yang rendah.

Dengan demikian individu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi maka akan lebih mampu menyesuaikan diri dengan kondisi emosional dengan kenyataan yang dihadapi., memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, memandang diri sendiri sebagai orang yang berharga, memiliki penderian, bertanggung jawab serta mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang dimiliki (Utami, 2013).¹⁶

2. Ciri-ciri penerimaan Diri

Secara Rinci Jersild (dalam Hurlock, 1974), menyebutkan ciri-ciri penerimaan diri adalah orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai diri-nya sendiri. Artinya orang tersebut mempunyai harapan yang sesuai dengan kemampuannya. Yakin akan standar-standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain.

¹⁵ Ayu Ratih Wulandari, Dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati, *Peran Penerimaan Dan Dukungan Sosial Terhadap Konsep Diri Remaja Yang Tinggal Di Panti Usaha Di Bali*. (Program Studi Sarjana Psikolog: Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana), hal. 138.

¹⁶ John Sastria Putra. *Penrimaan Diri Kebersyukuran Pada Mahasiswa.*(Bekasi: Universitas Islam, 2018), hal. 376.

Memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya dan tidak melihat pada dirinya sendiri secara irasional. Artinya orang tersebut memahami mengenai keterbatasannya namun tidak mengeneralisir bahwa dirinya tidak berguna. Menyadari asset diri yang dimilikinya dan merasa bebas untuk menarik atau melakukan keinginannya. Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri. Orang yang menerima dirinya mengetahui apa saja yang menjadi kekurangan yang ada dalam dirinya.¹⁷

3. Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri.

Menurut Hurlock (2008) ada beberapa factor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu :

- a) Pemahaman diri (*self understanding*). Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh genuiness, realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya. Harapan yang realistis. Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.
- b) Tidak adanya hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles*). Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau

¹⁷ Vera Permatasari, Dan Witrin Gamayanti, *Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia* Vol. 3. No. 1, 2016, hal. 141.

agama. Apabila hambatan-hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, peer atau orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya.

- c) Sikap social yang positif. Jika seseorang telah memperoleh sikap social yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan social dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok social.
- d) Tidak adanya stress yang berat. Tidak adanya stress atau tekanan emosional yang berat membuat seseorang bekerja secara optimal dan lebih berorientasi lingkungan daripada berorientasi diri dan lebih tenang dan bahagia. Pengaruh keberhasilan. Pengalaman gagal dapat menyebabkan penolakan diri, sedangkan meraih kesuksesan akan menghasilkan penerimaan diri.
- e) Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik. Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri yang positif dan penerimaan diri. Proses identifikasi yang paling kuat terjadi pada masa kanak-kanak. Perspektif diri yang luas. Seseorang yang memandang dirinya sebagaimana orang lain memandang dirinya akan mampu mengembangkan pemahaman diri daripada seseorang yang perspektif dirinya sempit.

- f) Pola asuh yang baik pada masa anak-anak. Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup, terbentuk pada masa kanak-kanak, karena itulah pelatihan yang baik di rumah maupun sekolah pada masa kanak-kanak sangatlah penting.
- g) Konsep diri yang stabil. Hanya konsep diri positif yang mampu mengarahkan seseorang untuk melihat dirinya secara tidak konsisten.¹⁸

4. Dampak penerimaan diri.

Hurlock (1974) membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori yaitu sebagai berikut:

- a. Dalam penyesuaian diri. Mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya, memiliki keyakinan diri (self confidence) dan harga diri (self esteem), lebih bisa menerima kritik, penerimaan diri yang disertai dengan rasa aman memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif.
- b. Dalam penyesuaian social. Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati.¹⁹

¹⁸ *Ibid*, hal. 142.

¹⁹ *Ibid*, hal. 142.

C. Konseling Islam

1. Pengertian konseling

Konseling secara etimologi berasal dari bahasa latin artinya adalah dengan atau bersama “yang di susun dengan *consilium*” menerima atau sedangkan dalam Bahasa Anglo Saxon istilah konseling berasal dari “*Sellen*” yang berarti menyerahkan atau masing-masing interaksi yang terjadi di antara dua orang individu yang disebut konselor dan klien, terjadi dalam suasana dilakukan, dijaga, sebagai alat untuk mengembangkan perubahan-perubahan dalam tingkah laku klien.²⁰

Konseling merupakan bantuan yang diberikan oleh pembimbing konselor kepada seseorang konseli sekelompok konseli (klien, terbimbing, seseorang yang memiliki masalah). Untuk mengatasi masalahnya dengan cara wawancara dengan dimaksudkan agar klien atau sekelompok klien dapat mengerti lebih jelas tentang masalahnya sendiri dan memecahkan masalahnya sendiri sesuai dengan kemampuannya dengan mempelajari saran-saran yang diterima dari seorang konselor.²¹

Menurut pandangan Islam Konseling dapat diartikan dalam, bahasa arab kata konseling disebut *al-Irsyad* atau *Al-itisyarah* kata bimbingan disebut alat Taujih sehingga disebut *at-taujih wal irsyad* atau *at-taujih wal itisyarah*. Secara

²⁰ M. Fahli Zarrahadi, *Konseling reproduksi*, Pekanbaru : (Riau Creative Multimedia, 2016), hal. 25-26.

²¹ M. Fahli Zarrahadi, *Pengantar konseling Islam perkawinan*, pekanbaru : (Riau Creative Multimedia, 2016), hal. 82.

etimologi kata *al-irsyad* adalah alhuda, adalah yang artinya bahasa Indonesia artinya meminta nasihat atau konsultasi.²²

Dari kesimpulan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling Islam adalah upaya bantuan yang diberikan kepada seseorang untuk menemukan jati dirinya serta mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dengan petunjuk yang bersumber menurut pemahaman Al-Qur'an dan As-Sunnah.

2. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Fungsi konseling Islam secara tradisional dapat digolongkan kepada tiga fungsi yaitu:

a. Remedial atau rehabilitatif

Secara historis konseling lebih banyak memberikan tekanan pada fungsi remedial karena sangat dipengaruhi oleh psikologi klinik dan psikiatri. Peranan remedial berfokus pada problem: 1). Penyesuaian (2). Menyembuhkan masalah psikologi yang dihadapi (3). Mengembangkan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional.

b. fungsi Edukatif/pengembangan

Fungsi ini berfokus pada masalah : (1). Membantu meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam kehidupan. (2). Mengidentifikasi dan memecahkan masalah-masalah hidup. (3) membantu meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan.(4) untuk keperluan jangka pendek, konseling membantu individu-individu menjelaskan nilai-nilai, menjadi

²² Hamdani, Bimbingan Dan penyuluhan, Bandung : (CV pustaka setia, 2012), hal. 225

lebih tegas, mengendalikan/mengelola kecemasan, serta meningkatkan kemampuan keterampilan komunikasi antar pribadi, memutuskan arah hidup, menghadapi rasa kesepian dan sebagainya.

c. Fungsi Preventif (Pencegahan)

Fungsi membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan yang disebabkan karena kurangnya perhatian. Upaya preventif meliputi pengemabngan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan dalam mencoba mengantisipasi dan mengelakan resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.

Fungsi utama konseling dalam Islam yang berhubungan dengan kejiwaan tidak dapat dipisahkan dengan masalah-masalah yang terkait dengan spritual. Islam memberikan bimbingan kepada individu agar dapat kembali kepada bimbingan dari Al'qur'an dan Sunnah.

Seperti individu yang memiliki sifat berburuk sangka kepada Tuhannya dan menganggap Tuhan tidak berlaku adil, sehingga membuat ia merasa susah dan menderiat dalam kehidupannya. Ketakutan, kegelisahan, dan kecemasan merupakan bentuk bunga kehidupan yang harus di pertanggungjawabkan oleh setiap individu dengan memohon pertolongan kepada-Nya, melalui orang yang ahli:²³

²³ Abdul chaliq dahlan, *Bimbingan Konseling Islam : sejarah konsep dan pendekatannya* (Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009), hal. 218.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ
 وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ
 رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُولَئِكَ هُمُ
 الْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

“ Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun". mereka Itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka Itulah orang-orang yang mendapat petunjuk. Sesungguhnya Kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah Kami kembali. “ (Q.S. 155-157).

3. Tujuan Konseling Islam

Berangkat dari pemahaman definisi konseling Islami tersebut diatas, maka tujuan konseling dapat difinisikan menurut beberapa para ahli:

- a. Tujuan bimbingan dan konseling islam bukan semata-mata berfokus pada keduniaan, akan tetapi juga pada akhirat, menurut Ary Ginanjur agustian dapat dicapai yaitu dengan jalan menjalankan semua perintah Allah menjauhi segala larangan-Nya, sesuai dengan apa yang telah digariskan oleh Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, pendapat Ary Gunawan di dasarkan pada:“ Islam bukan hanya berupa hukum-hukum dan peraturan melainkan juga ilmu, emosi, kecerdasan,cinta kasih, bahkan kecerdasan spiritual, sehingga dalam upaya internalisasi juga perlu dilakukan secara bijak, tidak kaku”.²⁴

²⁴Ibid, hal. 34.

- b. secara global tujuan konseling Islami membentuk dan mengembangkan manusia menjadi pribadi yang utuh sebagai Hamba Allah yang memiliki tugas menjadi khalifah di bumi, baik dalam bidang ibadah, akidah dan akhlak maupun dalam bidang pekerjaan, pendidikan keluarga, dan masyarakat agar tercapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Dalam batas-batas tertentu para ahli konseling Islami juga memiliki pandangan yang dapat dijadikan pelengkap didalam merumuskan tujuan konseling Islami itu sendiri. Munandir menyatakan tentang tujuan konseling Islami itu sendiri adalah membantu seseorang untuk mengambil keputusan dan membantunya menyusun rencana guna melaksanakan keputusan itu, melalui keputusan itu ai dapat bertindak atau berbuat sesuatu yang konstruktif sesuai dengan perilaku yang didsarkan atas ajaran Islam.²⁵
- c. sedangkan menurut Adz-Dzaky adalah sebagai berikut: *pertama*, untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan mental dan jiwa. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (*muthmainah*) bersikap lapang dada (*Radhiyah*), dan mendapatkan pencerahan taufiq hidayah Tuhannya (*mardhiyah*). *Kedua*, untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan kerja, lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya. *Ketiga*, untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong, dan rasa kasih sayang.

²⁵ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan : Perdana Publishing, 2018), hal. 36.

Secara khusus Bimbingan dan Konseling Islam bertujuan untuk membantu individu yang memiliki sikap, pemahaman, kesadaran, dan perilaku yang :

- 1) memiliki kesadaran akan hakikat dirinya sebagai makhluk Allah
- 2) memiliki kesadaran akan fungsi hidupnya di dunia sebagai khalifah.
- 3) memahami dan menerima keadaan dirinya sendiri atas kelebihan dan kekurangannya secara sehat.
- 4) memiliki kebiasaan yang sehat dalam pola makan, minum, tidur dan menggunakan waktu luang.
- 5) menciptakan kehidupan keluarga yang fungsional
- 6) mempunyai komitmen diri untuk senantiasa mengamalkan ajaran agama dengan sebaik-baiknya *hablum minallah* maupun *hablum minannas*.
- 7) mempunyai kebiasaan dan sikap belajar yang baik dan bekerja yang positif memahami masalah dan menghadapinya secara wajar, tabah dan sabar
- 8) memahami faktor yang menyebabkan timbulnya masalah
- 9) mampu mengubah persepsi atau minat²⁶

²⁶ *Ibid*, hal. 38.

4. Landasan Asas-asas Konseling Islam

Asas konseling islam berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Nabi ditambah berbagi landasan filosofis dan landasan keimanan. Anwar Sutoyo mengemukakan asas konseling islami sebagai berikut:

- a. Asas tauhid, konselor dalam membantu klien hendaknya mampu membangkitkan “ iman” kliennya dan harus dihidarkan mendorong klien ke arah “kemusyrikan” .
- b. Asas penyerahan diri, tunduk, dan tawakkal kepada Allah dalam layanan bimbingan hendaknya konselor menyadarkan klien bahwa di samping berusaha maksimal dan berdoa, juga harus menyerahkan semua kepada Allah
- c. Asas bersyukur, layanan bimbingan konseling Islam hendaknya diingat bahwa kesuksesan usaha adalah atas pertolongan dan izin Allah, oleh karena itu sebab masing-masing dari pihak, baik konselor ataupun klien, harus bersyukur atas segala sesuatu yang telah diraih.
- d. Asas sabar, konselor bersama klien dalam melaksanakan upaya perbaikan dan pengembangan diri harus sabar dalam melaksanakan tuntutan Allah dan menunggu hasil yang terbaik menurut Allah untuk hambanya.
- e. Asas dzikrullah, untuk memelihara hasil bimbingan agar tetap istiqamah, akan lebih baik konselor banyak mengingat Allah baik melalui lisan, atau dalam hati, baik perbuatan ataupun ucapan.²⁷

²⁷ Ulfiah, *Psikologi Konseling*, (Jakarta : Kencana, 2020), hal. 152.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Data Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kepustakaan (*library reserch*), Menurut Mestika Zed sebagaimana yang telah dikutip Khoirunnisa Kepustakaan (*library research*) yaitu penelitian yang berdasarkan pada kajian tulisan-tulisan atau pustaka yang sesuai dan relavan dengan penelitian tersebut.¹ penelitian ini di lakukan berdasarkan berupa dari kitab-kitab tafsir, buku-buku yang berkaitan dengan pembahasan yang mengenai fokus masalah peneliti. Jenis-jenis data yang dikumpulkan dari berbagai literatur yang ada meliputi data tertulis (data tulisan) berupa teks yag terkait dengan masalah tawakal dan pengembangannya dalam konseling Islam yang merujuk pada beberapa ayat Al-Qur'an dan buku-buku mengenai bimbingan konseling Islam.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, penulis mengambil metode penelitian berdasarkan pendekatan literatur (*library research*) dan mengambil sumber dari kitab-kitab tafsir, Al-Qur'an, dan buku-buku yang mempunyai relevansi dengan pembahasan ini.

B. Sumber Data Penelitian

Dalam penelitian ini, penetapan sumber data penelitian merupakan hal yang sangat penting. Karena dengan adanya penetapan sumber data ini, peneliti

¹ Nurhidayah . *Bimbingan Konseling Dalam Perpektif Islam*, (Skripsi Program S1 Bimbingan dan Konseling Islam, Institut Islam Negeri Palopo, 2019), hal. 29.

akan lebih mudah mendapatkan data yang akurat. Adapun sumber data penelitian itu sebagai berikut:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini terdiri dari kajian ayat-ayat Al-Qur'an dan kitab tafsir yang dijadikan rujukan diantaranya tafsir Ibnu Katsir karangan Abdul Fida' Imaduddin Ismail bin Umar bin Katsir alQurasyial-bushrawi (Ibnu Katsir), tafsir Imam Syafi'i karangan oleh Syaikh Ahmad Musthafa al-Farman.

2. Sumber Data Sekunder atau Data Pendukung

Sumber data sekunder atau data pendukung peneliti dapatkan dari beberapa buku di antaranya: Hakekat Tasawuf karangan oleh Abdul Qadir Isa, pendidikan agama Islam karangan oleh Bachrul Ilmy, dasar-dasar bimbingan konseling karangan oleh Abu Bakar, Handbook metodologi studi Islam karangan oleh Chuzaimah Batubara, Ensiklopedia tasawuf Imam Alghazali karangan oleh M. Abdul Mujieb. Dan beberapa buku lainnya yang dianggap relevan dengan pembahasan.

C. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai setting, berbagai sumber, dan berbagai cara.² Seperti yang telah dikatakan bahwa data penelitian ini adalah data teks tertulis yang terdapat di berbagai literatur yang berkaitan yaitu ayat-ayat Al-Qur'an, tafsir-tafsir Al-Qur'an, dan buku-buku yang terkait dengan

² Sugiyono, *metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 137.

tawakal dan unsur-unsur konseling. Maka teknik pengumpulan yang dilakukan yaitu, melalui pendekatan ilmu tafsir dan mencari buku-buku yang sesuai dengan masalah peneliti yang ingin diteliti.

D. Teknik Analisis Data

Dalam pembahasan penelitian ini penulis menggunakan teknik content analisis atau kajian isi. Menurut Holsti analisis adalah suatu teknik dalam mengambil kesimpulan dengan mengidentifikasi berbagai karakteristik khusus suatu pesan secara obyektif dan sistematis.³ Peneliti dipenelitian ini memanfaatkan sperangkat prosedur untuk menarik kesimpulan yang shahih dari sebuah buku atau dokumen.

Terkait dengan teknik analisis data, dari buku-buku yang telah di kumpulkan maka pekerjaan penulis yaitu meliputi: konsep tawakal, menganalisis tafsir Al-Qur'an berupa ayat Al-Qur'an, melihat sifat tawakal yang sesuai dengan Al-qur'an dan menganalisis pengembangan tawakal dalam konseling Islam.

³ Gusti Yasser Arafat, *Membongkar Isi Pesan dan Media Dengan Content Analysis*, Jurnal Alhadharah, Vol 17 No. 33 2018, hal. 33.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Setelah penulis rangkum dan kaji mengenai pembahasan yang dimulai dari bab 1 hingga terbentuk hasil dari sifat tawakal menurut beberapa ayat Al-Qur'an serta melihat pengembangannya dalam konseling Islam yaitu penerapan-penerapan konseling yang diterapkan dalam konseling Islam. Berikut hasil penjabaran yang berusaha penulis rangkum diantaranya sebagai berikut:

A. Sifat Tawakal Dalam Al-Qur'an

1. Tawakal Dalam Mengambil Keputusan

Sifat seorang muslim yang mencerminkan diri yang mengenai salah satu sikap yang masuk kedalam ranah tawakal adalah seorang mukmin yang apabila mengambil suatu masalah atau mendiskusikan suatu masalah tetap berpegang teguh pada ketetapan yang Allah berikan atau berserah diri kepada Allah, agar saat terjadi suatu kemenangan maka tidak merasa itu miliknya sendiri sehingga tentu sifat tersebut mendatangkan sifat ria dan sifat sombong kemudian apabila suatu keputusan tidak berjalan sesuai yang telah di musyawarahkan bersama maka tidak ada perselisihan yang terjadi atau saling menyalahkan satu sama lain. Seperti Firman Allah sebagai berikut:

فِيمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ^ط وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَأَنْفَضُوا^ط مِنْ حَوْلِكَ^ط
فَاعْفُ عَنْهُمْ^ط وَأَسْتَغْفِرْ لَهُمْ^ط وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ^ط فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ^ط إِنَّ اللَّهَ^ط
مُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿٥٩﴾

“ Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya”.(Q.s. Ali-Imran : 159).

Ayat ini turun berkenaan dengan peristiwa perang Uhud, yaitu dimana pada perang itu kaum muslimin mengalami kekalahan. Perang ini terjadi pada bulan Sya'ban tahun ke-3 H atau bertepatan dengan tahun 624 M. Saat perang Uhud, kaum tentara kaum kafir Quraisy berjumlah kurang lebih 3000 orang dengan dipimpin oleh Abu Sufyan. Sedangkan dalam dalam perang tersebut kaum muslimin berjumlah sekitar 1000 orang yang dipimpin langsung oleh Rasulullah. Anang Masduki menjelaskan bahwa di dalam tasir tersebut seharusnya dalam tindakan pengambilan keputusan di haruskan untuk bersikap lemah lembut, saling memaafkan, serta saling mendoakan satu sama lain dan tetap bertawakkal kepada Allah dalam megambi keputusan.¹

Terjadinya perang Uhud ini dikarenakan adanya keinginan orang-orang Quraisy untuk membalas dendam kepada kaum muslimin atas kekalahannya dalam perang Badar Kubra. Namun berbeda dengan cerita antara perang Badar dan dan perang Uhud. Dalam pertempuran Uhud kaum muslimin mengalami kekalahan yang telak dan keadaan apapun terbalik 180 derajat dengan perang Badar. Di karenakan adanya pengkhiatan yang dilakukan oleh Abdullah bin Ubay bin Salul. Mereka berspekulasi bahwa taktik yang telah direncanakan oleh Nabi

¹ Anang Masduki, *Al-Qur'an dan Budaya Komunikasi dalam Musyawarah: Telaah Surah Ali Imron 159 dalam Pandangan Musaffir*, Jurnal Channel, Vol 3, No. 2, Oktober 2015, hal 52.

dengan keluar dari Madinah adalah sebuah pengkhianatan. Namun permasalahan utama yang menjadi sebab akibat kekalahan diperang Uhud adalah Kekalahan pada kaum muslimin ini disebabkan oleh ketidakdisiplin, tidak konsisten, ketidak sabaran kaum muslimin dan tidak ditepatinya hasil musyawarah yang telah dilakukan kaum muslimin yang dipimpi oleh Rasulullah sebelum perang berlangsung yaitu dimana kaum muslimin memutuskan untuk turun dari gunung Uhud yang seharusnya pada saat itu belum ada perintah dari Rasulullah.²

M, Quraish Shihab menjelaskan salah satu kunci utama penekanan pokok ayat ini adalah perintah melakukan musyawarah sangat penting untuk dilakukan. Di karenakan kekalahan yang terjadi di perang Uhud, yang di dahului oleh musyawarah, Serta disetujui oleh mayoritas. Oleh karena itu, hasilnya sebagaimana yang telah diketahui adalah kegagalan. Hasil ini bisa saja orang-orang berpikir bahwa seseorang untuk berkesimpulan bahwa musyawarah tidak perlu diadakan. Apalagi bagi Rasul karena apapun yang di katakan oleh Rasulullah sudah benar. Karena itu, ayat ini dipahami sebagai pesan untuk melalakukan musyawarah. Kesalahan yang dilakukan setelah musyawarah tidak sebesar kesalahan yang dilakukan tanpa musyawarah tanpa melakukan musyawarah dan keberanaran yang diraih sendirian, tidak sebaik kebenaran yang diraih bersama.³

Dalam tafsir Syaikh Ahmad Musthafa seseorang berkata, orang yang diperintahkan untuk bermusyawarah hanyalah mereka yang mempunyai masalah

² *Ibid*, hal. 52.

³ M, Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah...*, hal. 258.

dalam dirinya yang muncul jika masalah tersebut ditentang yang artinya jika seseorang berpendapat tapi justru ia menolak untuk bermusyawarah maka seharusnya itulah yang harus dimusyarahkan karena pada dasarnya setiap pendapat yang dilakukan harus disertai dengan bermusyawarah . Kemudian orang tersebut menanyakan mengenai dalil mengenai pendapat bahwa terkadang orang yang masalahnya tidak boleh ditentang justru diperintahkan untuk bermusyawarah. Dalilnya “(wa’fuanhu waghfirlahu warhamhu)” Oleh karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawarah dengan mereka dalam urusan itu dan tetap berlapang dada dan bersikap lemah lembut.⁴

Dapat di tarik kesimpulan bahwa berdasarkan ayat diatas keputusan Rasulullah seharusnya benar namun Rasulullah mengajarkan bahwa dalam setiap sesi pengambilan keputusan di iringi sikap musyawarah. Adapun demikian dengan menghidupan diri dalam pengambilan keputusan kepada Allah maka hati akan menjadi Ridha dalam menghadapi menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan jalan yang telah disepakati.

2. Tawakal Sifat Orang Beriman

Tawakal dan iman tidak dapat dipisahkan karena sama-sama memiliki unsur kepercayaan kepada Allah . Apabila seseorang mempunyai iman namun tidak bertawakal kepada Allah maka sama saja dengan tidak melakukan tawakal dikarenakan bila hanya beriman tanpa tawakal maka jatuhnya tidak sempurna

⁴ Syaikh Ahmad Musthafa, *Tafsir Al-imam asy-Syafi'i* (Jakarta Timur : Penerbit Almahira), hal. 576.

seperti penjelasan Imam Raghib yaitu syarat sah tawakal adalah dengan beriman kepada Allah. yaitu menjelaskan kata iman terkadang tak lebih dari hanyalah sebuah pengucapan atau pengakuan dari bibir saja seperti contoh beriman kepada Muhammad.⁵

Sedangkan Iman kepada Allah, adalah mempercayai dan meyakini dengan sepenuh hati bahwa Allah itu ada (wujud).⁶ Iman juga merupakan salah satu kunci rukun Iman yang pertama. Yang artinya iman merupakan kunci utama keimana seseorang dalam mendekati diri kepada Allah.

Adapun lebih lanjut Imam Raghib mengatakan bahwa iman itu berarti pula *tashdiqun bilqabi wa'amalun bil-jawarih*, yang artinya adalah pengakuan dengan bibir itu harus diiringi dengan membenaran dihati dan melakukan apa yang diimaninya itu dengan anggota badan. Tetapi kata iman digunakan pula adalah salah satu arti yang disebutkan belakangan, yakni *pembenaran di hati dan berbuat baik*. Serta ridho melakukan yang telah Allah tetapkan dan berkorban untuk Allah dalam melakukan membenaran.⁷

قَالَ رَجُلَانِ مِنَ الَّذِينَ يَخَافُونَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمَا ادْخُلُوا عَلَيْهِمُ الْبَابَ فَإِذَا دَخَلْتُمُوهُ فَإِنَّكُمْ غَالِبُونَ وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“ berkatalah dua orang diantara orang-orang yang takut (kepada Allah) yang Allah telah memberi nikmat atas keduanya: "Serbulah mereka dengan

⁵ Maulana Muhammad, *The Religion Of Islam* (Usa: Ahmadiyah Anjuman Ishaat Islam Lahore, 2013), hal. 6.

⁶ Hudarrohman, *Rukun Iman*, (Jakarta Timur: Balai Pustaka,), hal. 5.

⁷ *Ibid*, hal . 8

melalui pintu gerbang (kota) itu, Maka bila kamu memasukinya niscaya kamu akan menang. dan hanya kepada Allah hendaknya kamu bertawakkal, jika kamu benar-benar orang yang beriman”. (Q.S. Al-Maidah: 23).

Tawakal merupakan manifestasi keyakinan di dalam memberi motivasi kepada manusia dengan kuat menggantungkan harapan kepada Allah dan menjadi ukuran tingginya iman seseorang kepada Allah . Tawakal juga merupakan syarat iman.⁸ Ibnu Qayyim berkata, “Allah menempatkan tawakal sebagai syarat dalam keimanan. Iman akan bermanfaat tatkala disertai tawakal.”firman Allah sebagai berikut:⁹

وَقَالَ مُوسَىٰ يَنْقُومِ إِن كُنتُمْ ءَامِنْتُمْ بِاللَّهِ فَعَلَيْهِ تَوَكَّلُوا إِن كُنتُمْ مُّسْلِمِينَ ﴿٢٤﴾

“ berkata Musa: "Hai kaumku, jika kamu beriman kepada Allah, Maka bertawakkallah kepada-Nya saja, jika kamu benar-benar orang yang berserah diri."

Adapun terdapat di katakan Orang-orang yang beriman sempurna adalah orang-orang yang memenuhi lima syarat yang pertama, hatinya gemetar saat teringat kepada Allah. Merasa takut terhadap kebesaran dan kekuasaan Allah, atau terhadap janji dan ancaman-Nya, baik mengenai didunia maupun di akhirat (QS 22 : 34-35). Kedua, apabila dibacakan ayat-ayat Allah yang diturunkan kepada nabi-Nya, maka bertambah iman, tentram, dan semangat dalam beramal.

Ketiga, bertawakal kepada Allah semata. Keempat, mendirikan sholat dengan sempurna, baik rukun-rukunnya yang lahiriah, maupun mengenai maknanya yang bathiniah. Kelima, menafkahkan sebagian rezekinya dengan

⁸ Dede Setiawan, Silmi Mufariah, *Tawakal Dalam Al-Qur'an Serta Implikasinya Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*, Jurnal Studi Al-Qur'an, Vol. 17, No 1, Tahun 2021, hal. 2.

⁹ Harun Noorsaid, *Manajemen sekuriti Muslimah* (Samudra, 2002), hal. 34.

ikhlas kepada orang-orang yang membutuhkan, juga untuk kemaslahatan umat Islam dan kepentingan umum. Orang-orang yang memiliki sifat-sifat ini adalah mereka yang sebenar-benarnya beriman.¹⁰

3. Mendukung Perdamaian

Perdamaian juga merupakan kunci dalam ranah bersikap tawakal yaitu sikap seorang muslim dalam menjauhi suatu permusuhan baik, menghargai privasi, Ham, dan mentaati perintah yang telah ditetapkan di ranah lingkungan. Sehingga hidup akan tetap pada roda perdamaian

Menurut Johan Galtung yang memberikan dua pengertian tentang perdamaian yaitu:

1. Perdamaian adalah tidak adanya/berkurangnya segala jenis kekerasan.
2. Perdamaian adalah transformasi konflik kreatif non-kekerasan.

Di dalam agama Islam itu sendiri sikap menghargai satu sama lain merupakan baju bagi umat muslim itu sendiri adapun sikap perdamaian dan persaudaraan dalam menghargai hak-hak asasi manusia harus ditegakkan untuk mencapai persatuan dan kesatuan umat manusia.¹¹ Termasuk jika itu adalah musuh mu sendiri sebagaimana firman ayat berikut:

﴿ وَإِنْ جَنَحُوا لِلسَّلْمِ فَاجْنَحْ لَهَا وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴾

¹⁰ Islahuddin Panngabea, *Pahlawan Super Kumpulan Artikel Islami*, (Medan : Gerhana Media Kreasi, 2019), hal. 87

¹¹ Supriyanto, *Perdamaian dan Kemanusiaan Dalam Pandangan Islam*. Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam, Vol 7, No 2, Desember 2013. hal 308.

“ dan jika mereka condong kepada perdamaian, Maka condonglah kepadanya dan bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Dialah yang Maha mendengar lagi Maha mengetahui.”

Dr. Abdullah menjelaskan tentang jika terjadinya seseorang melanggar perjanjian dan pengkhianatan yang dilakukan oleh suatu kaum maka engkau langgarlah perjanjian itu dengan secara timbal balik. Dan jika ia masih memerangi dan melanggar hakmu maka seranglah mereka. Dan” *jika mereka condong*” yaitu cenderung pada perdamaian, dan memutuskan mempererat hubungan yaitu berdamai perbaikan hubungan dan penghentian perang. Maka “*condonglah kepadanya*”. disini di maksudkan yaitu jika mereka memutuskan untuk berdamai maka terimalah tawaran tersebut. Oleh karena itu, ketika orang-orang musyrik menawarkan perdamaian dan gencatan senjata selama sembilan tahun antara mereka dengan Rasulullah Swt, pada saat diadakan *Shulhul Hudaibiyah* (perjanjian hudaibiyah), maka Rasul pun menerima tawaran tersebut dengan mengajukan beberapa syarat kepada mereka. Dan “*bertawakkalah kepada Allah*” yang dimaksudkan berdamailah dengan mereka dan bertawakkalah kepada Allah karena Allah yang memberikan kecukupan dan menolongmu.¹²

Sikap tawakal didalam penjelasan ayat di atas ini diperlukan dalam mendukung perdamaian antara sesama manusia. Terutama jika perdamaian datang dari pihak musuh atau pihak musuh yang meminta untuk berdamai. Dalam hal ini sikap tawakal dengan menyerahkan segalanya kepada Allah karena Hanya Allah yang mengetahui segala isi hati manusia termasuk musuh itu sendiri.

¹² Abdullah, *Tafsir Ibnu Katsir*, (Jakarta : Imam Asy-Syafi’i, 2017), hal. 72.

4. Tawakal Dalam Beribadah

Ibadah merupakan perintah-perintah yang harus dilakukan oleh umat Islam dan barang siapa yang meninggalkan suatu ibadah yang seharusnya dilakukan maka telah melanggar perintah yang telah Allah berikan dan Allah Maha mengetahui apa yang dikerjakan oleh manusia.

وَلِلَّهِ غَيْبُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِلَيْهِ يُرْجَعُ الْأَمْرُ كُلُّهُ فَاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ وَمَا رَبُّكَ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ ﴿١٢٣﴾

“ Dan kepunyaan Allah-lah apa yang ghaib di langit dan di bumi dan kepada-Nyalah dikembalikan urusan-urusan semuanya, Maka sembahlah Dia, dan bertawakkallah kepada-Nya. dan sekali-kali Tuhanmu tidak lalai dari apa yang kamu kerjakan.” (Q.S. Al-Hud : 123)

M. Qurasih Shihab dalam kitab nya menjelaskan bahwa manusia pada dasarnya tidak mengetahui mengenai sanksi yang diberikan oleh Allah kepada makhluknya karena itu merupakan bagian dari ghaib yang susah di jangkau oleh manusia. Serta Allah selalu memperhatikan apa yang manusia kerjakan. Semua *apa yang ghaib* bagi makhluk *di langit dan di bumi dan kepadaNya*lah *di kembalikan urusan semuanya* baik yang masa kini maupun masa yang akan datang, termasuk segala urusan wahai Muhammad, dan musuh-muusuhmu. Oleh karena itu *sembah lah Dia, dan bertawakallah* yakni berserah dirilah *kepadaNya* setelah berusaha sekuat kemampuanmu. Dan *sekali-kali Tuhanmu* yang selama ini selalu membimbing dan berrbuat baik kepadamu *tidak lalai dari apa yang* senantiasa kamu wahai seluruh makhluk , *kerjakan. Sembahlah Dia, dan bertawakallah kepadaNya* . yaitu ayat ini mengandung perintah menaati Allah

dengan melaksanakan perintah dan menjauhi larangann-laranganNya sesuai kemampuan agar yang bersangkutan memperoleh bantuan Ilahi dalam melakukan kegiatan barunsetelah ibadah yang dilakukannya. M. Queaish Shibab juga menjelaskan bahwa gerak yang dilakukan oleh manusia merupakan kuasa yang Allah berikan yaitu berupa bantuanNya untuk seorang hamba.¹³

Demikian pula jika tetap bertawakal dalam melakukan amal ibadah dan mematuhi perintah yang Allah berikan maka akan dimudahkan oleh Allah dalam segala urusan baik di dunia maupun di akhirat. Adapun firman Allah yang lain tentang ibadah adalah

وَأذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلاً ﴿٨﴾ رَبُّ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَاتَّخِذْهُ وَكِيلًا ﴿٩﴾

“sebutlah nama Tuhanmu, dan beribadatlah kepada-Nya dengan penuh ketekunan.(Dia-lah) Tuhan masyrik dan maghrib, tiada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia, Maka ambillah Dia sebagai Pelindung.” (Q.S. Muzzammil: 8-9).

Untuk ayat di atas Alghazali menjelaskan bahwa hal sederhana yang dapat dilakukan agar dapat berjumpa dengan Tuhan adalah dengan melakukan ibadah secara konsisten *beribadatlah kepada-Nya dengan penuh ketekunan.(Dia)*. Secara khusus, yang berarti ibadah adalah pengakuan sepenuhnya terhadap Tuhan¹⁴. Dan *hendaknya senantiasa berlindung kepadaNya*. Alghazali juga mengatakan bahwa

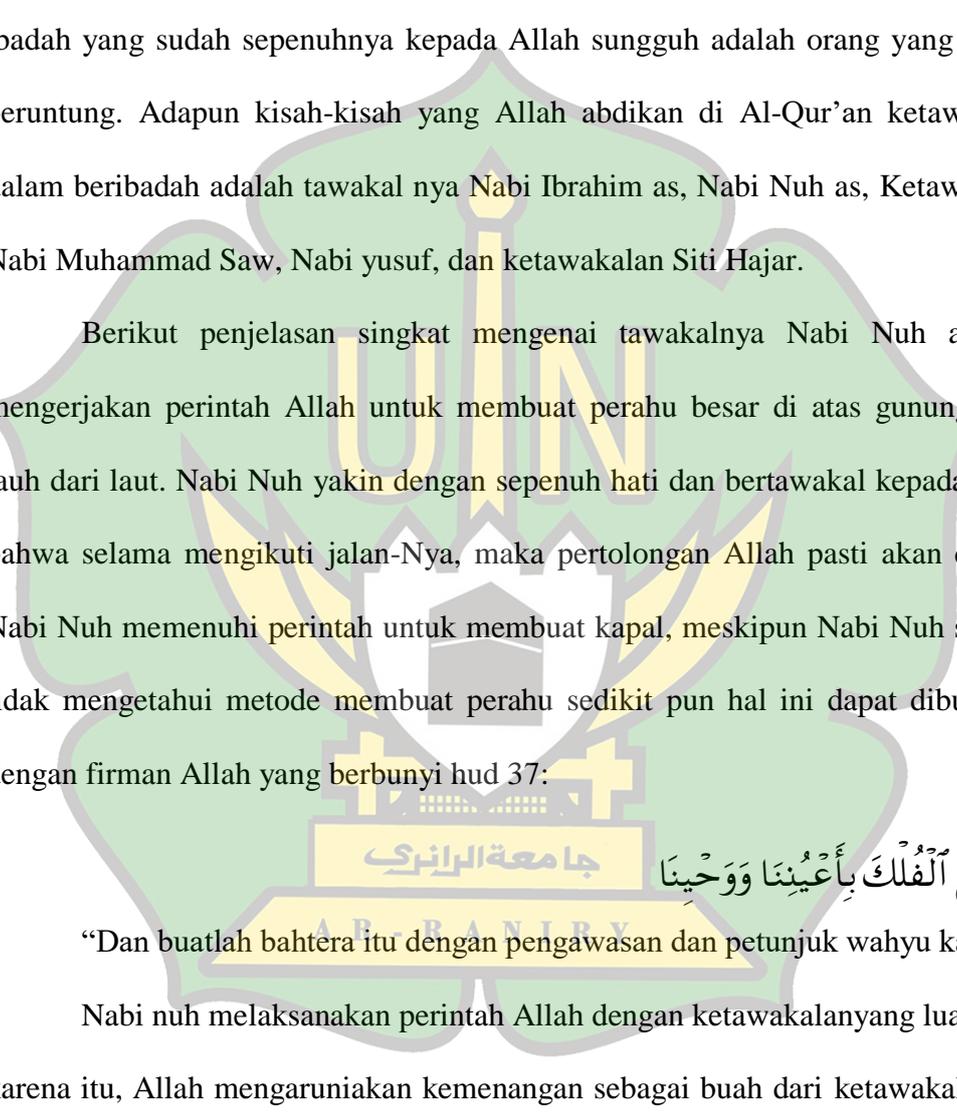
¹³ M, Qurasih Shihab..., hal. 66.

¹⁴ Zuhairi Misrawi, *Al-Qur'an Kitab Toleransi*, (Jakarta : Grasindo, 2010), hal. 43

bila melakukan ibadah secara konsisten maka akan mendapatkan Surga dan dapat melihat Allah.¹⁵

Orang-orang yang telah terpaut kepada Allah yaitu orang-orang yang ibadah yang sudah sepenuhnya kepada Allah sungguh adalah orang yang sangat beruntung. Adapun kisah-kisah yang Allah abdikan di Al-Qur'an ketawakalan dalam beribadah adalah tawakal nya Nabi Ibrahim as, Nabi Nuh as, Ketawakalan Nabi Muhammad Saw, Nabi Yusuf, dan ketawakalan Siti Hajar.

Berikut penjelasan singkat mengenai tawakalnya Nabi Nuh as saat mengerjakan perintah Allah untuk membuat perahu besar di atas gunung yang jauh dari laut. Nabi Nuh yakin dengan sepenuh hati dan bertawakal kepada Allah bahwa selama mengikuti jalan-Nya, maka pertolongan Allah pasti akan datang. Nabi Nuh memenuhi perintah untuk membuat kapal, meskipun Nabi Nuh saat itu tidak mengetahui metode membuat perahu sedikit pun hal ini dapat dibuktikan dengan firman Allah yang berbunyi hud 37:



 وَأَصْنَعِ الْفُلَّكَ بِأَعْيُنِنَا وَوَحِّينَا
 “Dan buatlah bahtera itu dengan pengawasan dan petunjuk wahyu kami”

Nabi Nuh melaksanakan perintah Allah dengan ketawakalanyang luar biasa karena itu, Allah mengaruniakan kemenangan sebagai buah dari ketawakalannya. Kapal Nabi Nuh dengan selamat berlayar di atas gelombang air bah setinggi gunung atas izin dan pertolongan Allah.¹⁶

¹⁵ *Ibid*, hal. 44

¹⁶ Agoes Ali Masyhuri, *Suara Dari Langit*, (Jakarta : Zaman, 2005), hal. 174.

Kisah Nabi Ibrahim ketika dilemparkan ke dalam api hanya mengucapkan *hasbunallah wa nikmal wakil nikmal maula wa ni' man nashiir'*(Allah cukup bagiku, dan Dia sebaik-baik Dzat yang melindungiku, sebaik pemimpin dan penolong). Dan terjadilah peristiwa yang mencegangkan semua orang kafir Allah mengatakan, ”*wahai api jadilah engkau dingin dan keselamatan bagi Ibarahim*” dan selamatlah Nabi Ibrahim, tidak terbakar sedikitpun darinya. Kemudian bagi Nabi Ibrahim yang telah rela berjuang di jalan Allah dan Pasrah kepadanya.¹⁷

Kemudian kisah tawakal nya Nabi ibrahim yang lain adalah ketika beliau tidak punya anak padahal beliau sudah tua. Kemudian beliau berdoa kepada Allah agar di karunia kan anak. Maka Allah mengarunia beliau Ismail, anak yang cerdas, dan shalih dan tak hanya itu saja sikap tawakal nya Nabi Ibrahim saat Allah memerintahkan Nabi Ibrahim untuk menyembelih anaknya beliau dengan patuh dan tawakal atas perintah yang Allah berikan dan sampai akhirnya Allah ganti dengan seekor kambing yang besar yang kemudian menjadi hari sunah kurban bagi kaum muslimin.¹⁸

Kemudian kisah tawakal nya Nabi yusuf yang memohon kepada Allah di masukkan kedalam penjara agar terhindar dari godaan dan tipu daya yang akan menjerumuskan ke dalam kemaksiatan. Adapaun dari kisah Nabi Yusuf juga mengarjarkan bahwa dimanapun seseorang berada tetap dalam niat beribadah dan bertawakal kepada Allah .¹⁹

¹⁷ Muh, Mu'inudinillah, *Indahnya Tawakal* (jakarta : Indiva, 2008),hal. 107.

¹⁸ *Ibid*, hal. 108.

Berdasarkan kisah di atas tidak ada sia-sia dalam melakukan suatu ibadah kepada Allah baik dari segi memenuhi perintahNya dan menjauhi laranganNya. Dan juga kisah-kisah Nabi di atas mengajarkan bahwa sesulit apapun masalah yang di hadapi jika bergantung kepada Allah maka tidak ada kata mustahil bagi Allah seperti dalam firman berikut Q.S yasin 82-83.

إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ ﴿٨٢﴾ فَسُبْحَانَ الَّذِي بِيَدِهِ
مَلَكُوتُ كُلِّ شَيْءٍ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ ﴿٨٣﴾

“Sesungguhnya keadaan-Nya apabila Dia menghendaki sesuatu hanyalah berkata kepadanya: "Jadilah!" Maka terjadilah ia. Maka Maha suci (Allah) yang di tangan-Nya kekuasaan atas segala sesuatu dan kepada-Nyalah kamu dikembalikan.”

Jadi pada dasarnya selagi melakukan ibadah atas perintah Allah dan bertawakal kepada Allah tidak ada hal yang perlu di takutkan dan memasrahkan segala urusan kepada Allah karena pertolongan Allah itu pasti untuk hamba-hambanya yang taat kepada-Nya. Jika merasa Allah tidak mengabulkan do'a yang telah dipanjatkan bertanyalah kepada diri sendiri barangkali masih ada keraguan dalam hati dalam berdoa.

5. Tawakal dan Qadha/Takdir Allah

Sesuatu yang telah terjadi merupakan atas kehendak Allah atas makhluknya dan merupakan keputusan yang telah Allah putuskan dan bagi Allah tentu saja itu merupakan sebaik-baik takdir yang telah di putuskan. Baik bagi Allah belum tentu baik bagi manusia begitupun sebaliknya karena sesungguhnya

¹⁹ Agoes Ali Masyhuri, *Suara Dari Langit...*, hal. 29.

yang mengetahui baik atau tidaknya hanyalah Allah , tugasnya seorang hamba adalah mengimani dan bertawakal atas takdir yang telah Allah berikan.

Iman dengan Qadha dan takdir Allah Allah adalah mengimani bahwa Allah telah mengetahui segala sesuatu baik itu yang akan terjadi, sedang terjadi, Allah pulalah yang telah menentukan segala sesuatu yang terjadi di alam semesta, tidak ada satupun yang terjadi di alam semesta kecuali dengan ketentuan Allah²⁰. Sebagaimana Firmannya :

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾

“ Tiada suatu bencanapun yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (Lauhul Mahfuzh) sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah.” (Q.S. al-Hadid : 22).

Dalam ayat lainnya Allah berfirman :

﴿ وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا تَسْقُطُ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا يَعْلَمُهَا وَلَا حَبَّةٍ فِي ظُلْمَتِ الْأَرْضِ وَلَا رَطْبٍ وَلَا يَابِسٍ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ ﴿٥٩﴾ ﴾

“ Dan pada sisi Allah-lah kunci-kunci semua yang ghaib; tidak ada yang mengetahuinya kecuali Dia sendiri, dan Dia mengetahui apa yang di daratan dan di lautan, dan tiada sehelai daun pun yang gugur melainkan Dia mengetahuinya (pula), dan tidak jatuh sebutir biji-pun dalam kegelapan bumi, dan tidak sesuatu yang basah atau yang kering, melainkan tertulis dalam kitab yang nyata (Lauh Mahfudz)" (Q.S. An'am 59).

²⁰ Muh, Mu'inudinillah, *Indahnya Tawakal...*, hal. 67.

H. Muh. Mu'inudinillah Menjelaskan dalam bukunya (indahny tawakal) bahwa mengimplementasikan tawakal kepada Allah dalam qadar ini adalah dengan cara *iradah sya'riyyah* yaitu apa yang Allah tuntutan adalah bermuatan perintah dan larangan yang wajib ditaati, menggunakan sunah kauniyah yaitu sunah ini dicari melalui apa yang Allah sampaikan dalam kitab-Nya dan melalui berbagai percobaan dan eksplorasi serta untuk menyingkapi secara positif qadar dan qadha Allah. Dengan kata lain bersyukur atas qadha yang telah Allah berikan dengan menjalankan qadha syar'i, dan merubah takdir dan qadha Allah yang buruk dengan qadha dan qadar Allah. Sakit itu takdir Allah, dirubah dengan berobat itu takdir Allah. Serta menerima segala keputusan Allah yang terjadi dalam diri dengan cara husdnuzon dan keyakinan bahwa pilihan Allah untuk diri lebih baik dibandingkan pilihan manusia itu sendiri.²¹

Adapun contoh kisah keikhlasan dan ketawakalan Nabi Ayyub As dalam menghadapi sakitnya dan cobaan hidup yang bertubi-tubi. Nabi ayyub pada awalnya tercatat sebagai seorang hamba yang kaya raya sempurna sekaligus dan sangat taat kepada Allah. Namun justru Nabi Ayyub justru di uji dengan cara di bakar semua harta kekayaan dan anak-anaknya. Kemudian ditimpa penyakit yang menjijikan hingga istrinya meninggalkannya. Nabi Ayyub dalam menjalani cobaan yang diberikan oleh Allah tetap dalam keadaan tawakal dan ikhlas atas cobaan yang Allah berikan hingga akhirnya Allah memulihkan semuanya.²²

²¹ *Ibid*, hal. 71.

²² Tiana S Wijono, *The power Of Tawakkal*, (Bogor : IPB Press, 2018), hal. 6.

Dari kisah Nabi Ayyub bahwa setiap cobaan dan masalah yang menimpa diri baik sakit, bencana, masalah hidup tetap bertawakal dan ikhlas atas apa yang Allah berikan. Pada akhirnya semua masalah akan sirna dan bisa jadi Allah gantikan yang lebih baik. Kisah di atas juga menjelaskan bahwa Allah ingin melihat seberapa tawakal dan ikhlas Nabi Ayyub dalam menjalani masalah yang Allah berikan kepadanya dan juga Nabi Ayyub mengajarkan bahwa sesulit apapun hidup tetap bertawakal kepada Allah bukan menjauhi Allah maupun berburuk sangka kepada Allah atas apa yang telah terjadi. Allah mencintai hambanya yang ikhlas. Dapat dikatakan bahwa ikhlas merupakan bagian dari tawakal

وَمَنْ أَحْسَنُ دِينًا مِّمَّنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ وَاتَّبَعَ مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا
وَاتَّخَذَ اللَّهُ إِبْرَاهِيمَ خَلِيلًا ﴿١٢٥﴾

“Dan siapakah yang lebih baik agamanya dari pada orang yang ikhlas menyerahkan dirinya kepada Allah, sedang diapun mengerjakan kebaikan, dan ia mengikuti agama Ibrahim yang lurus? dan Allah mengambil Ibrahim menjadi kesayangannya.”

B. Faktor-Faktor Pembentukan Sifat Tawakal:

Beberapa faktor-faktor pembentukan sifat tawakal bagi seorang muslim yang harus dilakukan agar dapat melahirkan sifat tawakal dan menjadi pribadi yang di cintai oleh Swt. Pertama beriman kepada Allah. Kedua, penyabar, Husnudzon kepada Allah. Berikut penjelasan dibawah ini:

1. Beriman Kepada Allah

Seperti yang telah dijelaskan diatas bahwa dengan adanya sifat iman di hati seorang mukmin maka akan lahirnya dalam diri sifat tawakal itu sendiri yaitu yang berhubung dengan ayat sebagai berikut:

Seperti yang telah dijelaskan diatas bahwa dengan adanya sifat iman di hati seorang mukmin maka akan lahirnya dalam diri sifat tawakal itu sendiri yaitu yang berhubung dengan ayat sebagai berikut:

قَالَ رَجُلَانِ مِنَ الَّذِينَ يَخَافُونَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمَا ادْخُلُوا عَلَيْهِمُ الْبَابَ فَإِذَا دَخَلْتُمُوهُ فَإِنَّكُمْ غَالِبُونَ وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿٢٣﴾

“ berkatalah dua orang diantara orang-orang yang takut (kepada Allah) yang Allah telah memberi nikmat atas keduanya: "Serbulah mereka dengan melalui pintu gerbang (kota) itu, Maka bila kamu memasukinya niscaya kamu akan menang. dan hanya kepada Allah hendaknya kamu bertawakkal, jika kamu benar-benar orang yang beriman”. (Q.S. Al-Maidah : 23).

Hal serupa juga disebutkan di ayat berikut sebagaimana firmanNya:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٢٠﴾

”Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayatnya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal.”(Q.S. Al-Anfaal: 2).

Iman dan Islam adalah nikmat terbesar yang Allah karuniakan kepada seorang muslim. Jika sudah merasakan manisnya iman maka seluruh kekayaan yang ada didalam alam ini tidak ada apa-apanya dibandingkan dengan nikmat iman dan Islam di hati apapun dilakukan karena Allah bahkan bila mencintai

sesuatu juga karena Allah. Hanya dengan nikmat iman dan Islamiyah, akan memperoleh rahmat Allah di dunia dan akhirat.²³

Iman adalah nikmat Allah yang tertinggi tidak ada lagi yang lebih tinggi selain bisa mencintai Allah. Cinta Ilahy adalah nikmat paling tinggi diatas nikmat iman. Adapun hadiah Nikmat iman sebagai berikut:

1. Ketenangan adalah nikmat terbesar setelah iman, dengan ketenangan seseorang bisa menikmati kehidupan, dengan ketenangan, seseorang bisa menikmati ibadah.
2. Kemiskinan adalah nikmat terbesar setelah iman. Dengan kemiskinan, jiwa menjadi dewasa, pikiran jernih, dan tajam dari kemiskinan. Dan lahirlah orang-orang penting menghias dunia²⁴

Dengan demikian bila seorang muslim sudah menanamkan iman dan tawakal di dalam diri maka akan melahirkan kecintaan yang luarbiasa kepada Allah . Cinta yang hanya orang-orang tertentu yang mampu meraihnya yang dinamakan dengan makna cinta sejati sungguh beruntung orang-orang yang mampu meraih tawakal dan iman yang sebetul-betulnya iman seperti yang disebutkan diatas yaitu dapat meraih ketenangan hidup atau menikmati hidup walau terasa hidup itu sulit . Iman tidak jauh dari unsur kepercayaan kepada Allah yang saling menghubungkan dengan tawakal itu sendiri.

²³ M,Syafi'e el-Bantanie, *Sabar Tanpa Batas Syukur Tiada Ujung*, (Elex Media Komputindo, 2014), hal. 84.

²⁴ Abah stony, *Menggapai Cinta Ilahy* (Yogyakarta: Elmatara Yogyakarta, 2017), hal. 3.

2. Penyabar

Tawakal dan sabar juga merupakan bagian penting dalam diri seorang mukmin. Dengan adanya sifat sabar dan tawakal dalam diri maka Allah akan memberikan pahala yang besar. Dan Allah sangat meyanjung orang-orang yang sabar dan bertawakal seperti firman berikut:

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

“ dan orang-orang yang berhijrah karena Allah sesudah mereka dianiaya, pasti Kami akan memberikan tempat yang bagus kepada mereka di dunia. dan Sesungguhnya pahala di akhirat adalah lebih besar, kalau mereka mengetahui,(yaitu) orang-orang yang sabar dan hanya kepada Tuhan saja mereka bertawakkal”. (Q.s An-Nahl: 41-42).

Ibnu Qayyim menjelaskan bahwa Orang-orang yang sabar tidak hanya meraih kesuksesan di dunia saja tetapi juga mendapatkan atau meraih kesuksesan di akhirat. Adapun mereka juga beruntung mendapatkan berbagai kenikmatan lahir dan batin dari-Nya. Allah juga memberitahukan tentang kecintaan-Nya terhadap orang-orang yang sabar.²⁵ Dan untuk orang-orang yang sabar Allah telah juga menjamin bahwa keberhasilan masuk surga dan selamat dari api neraka yang hanya bisa diraih oleh orang-orang yang sabar. (Al-Baqarah : 45)²⁶

Serta sikap muslim yang membutuhkan sikap sabar, khususnya pada zaman sekarang yang semakin banyak dilanda fitnah, problem, dan musibah.oleh karena itu, setiap muslim dituntut untuk bersabar, bahkan meski harus menerima

²⁵ Ibnu Qayyim Al-Jauziyah. *Uddatush Shabirin* (Jakarta : Qitshi Press, 2010), hal. 4.

²⁶ *Ibid*, hal. 5.

penyiksaan pada diri kehormatan, harta, sebab beberapa tindak kejahatan terlihat lebih ringan dibanding tindak kejahatan lainnya²⁷. Firman Allah sebagai berikut:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung.”

sifat sabar atau menanamkan sifat sabar dalam diri seorang muslim akan melahirkan sifat tawakal. Sifat sabar juga dapat diartikan sabar dan tabah dalam menerima berbagai masalah yang Allah berikan kepadanya yang bahwa ia percaya dengan suatu masalah yang datang dan bersabar dan bertawakal kepada Allah maka akan selalu ada jalan. Dengan adanya sifat sabar dalam diri seorang muslim maka hati akan menjadi lebih rileks dan mempunyai hati yang lebih tangguh dan bersih dan selalu siap dalam menghadapi masalah dikarenakan hati sudah terpaut dan bertawakal kepada Allah.

3. Berhusnudzon Kepada Allah

Husnudzon merupakan yang harus dimiliki oleh setiap makhluk yang tunjukan untuk selalu bersikap positif terutama kepada Allah ta'ala.

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا أَهَبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ

وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

²⁷ Abdullah Al-yamani, *Sabar* (Jakarta : Qitshi press, 2008), hal. 2.

“Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan purba-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang.”(Q.s Al-Hujarat: 12).

Baik sangka adalah sebuah sifat yang menunjukkan ketiadaan kecurigaan terhadap hal-hal di luar diri seseorang. Disertai dengan sikap memandang bahwa yang diluar diri seseorang itu baik. Islam mengajarkan bahwa pada dasarnya manusia adalah baik karena Allah menciptakan manusia atas fitrah dengan tujuan kebaikan. Dengan baik sangka setiap muslim dapat menjalani hidup dengan tenang dan senang, karena tidak ada beban dan masalah yang menghampiri perasaan dan pikiran. Sangat berbeda dengan orang-orang yang selalu punya prasangka buruk yang hidup akan dihantui rasa resah, gelisah, dan tidak memiliki kenyamanan karena memikirkan hal jelek dari orang lain.²⁸

Sikap husnodzon kepada Allah , merupakan sikap husnudzon yang terpenting yang harus tertanam di dalam diri seorang muslim. Husnudzon kepada Allah adalah berbaik sangka kepada Allah atas apa apapun yang dihadapi dan alami dalam kehidupan seorang muslim.²⁹

Saat Allah menetapkan sesuatu untuk seorang hamba adakalanya terkadang manusia itu sendiri merasa tidak cocok dengan ketetapan Allah tersebut. Mengeluh tentang harapan yang tidak sesuai dengan kenyataan, tentang

²⁸ Taofik Yumansyah, *Akidah dan Akhlak* (Bandung: Penerbit Grafindo Media Pratama , 2006), hal. 82.

²⁹ Abdul Azis, Ajhari, Dkk, *Jalan Menggapai Ridho Illahi* (Bandung : Bahasa Arab dan Sastra Arab, 2019), hal. 277.

do'a yang tidak kunjung terkabulkan. Pemikiran tersebut justru akan menjauhkan diri dari Allah dan hidupnya juga tidak mendapatkan kenikmatan. Seharusnya lebih bijaksana dalam menanggapi permasalahan dengan berfikir bahwa ada hal yang lebih baik yang Allah berikan³⁰.

Dalam surah Al-Baqarah 216 : *"boleh jadi kamu membenci sesuatu padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu, Allah lebih mengetahui sedangkan kamu tidak mengetahui"*

Meskipun demikian seorang muslim tetap harus mencondongkan atau mengedepankan prasangka baik kepada Allah . Seperti contoh sabda Rasulullah Saw:

Dalam hadis dari Abu Hurairah Rasulullah Saw, bersabda: *aku selalu menurutkan sangkaan hambaku terhadap diriku, jika ia baik sangka kepadaku maka ia dapat dari apa yang ia sangka kepadaku.*(H.R. Tabrani dan Ibnu Hibban).

Kemudian sikap Husnudzon di dalam ranah kesehatan baik itu dalam ranah mental dan kesehatan fisik sangat disarankan karena dapat menyehatkan diri. Terutama jika mempunyai sikap husnudzon dalam diri maka akan terhindar dari gejala gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan itu sendiri bukanlah suatu penyakit melainkan gangguan gejala. Apabila sering kali muncul gangguan kecemasan maka akan timbul secara tersendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi³¹. Dapat diartikan bahwa dengan

³⁰ Faisal Faliyandra, *Konsep Kecerdasan Sosial Goleman Dalam Perspektif Islam*, Jurnal Inteligencia, Vol 7, No 2, 2019, hal. 20.

muncul gejala gangguan kecemasan maka akan menimbulkan gejala-gejala lain yang tidak diinginkan. Tentu saja sangat tidak nyaman dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Kebanyakan orang dengan kondisi demikian maka akan selalu di hantui oleh perasaan khawatir terhadap berbagai aspek kehidupan seperti kesehatan, uang, keluarga, pekerjaan, dan sebagainya. Jika berulang-ulang terjadi maka terjadi serangan kepanikan akut secara berulang dengan gejala-gejala yang lebih berbahaya³². Dengan kata lain gejala gangguan yang terjadi berulang-ulang tidak seharusnya di sepelekan di karenakan jika pikiran tidak sehat maka akan mempengaruhi kesehatan fisik antara lain, sistem saraf pusat, sistem kardiovaskular, sistem Eksresi dan pencernaan, sistem imun dan sistem pernapasan dan efek lainnya adalah dapat menimbulkan sakit kepala, ketegangan otot, insomnia, depresi, dan isolasi sosial. Jika dilihat maka kesehatan fisik dan kesehatan mental saling terkait.

Adapun ada empat macam faktor utama yang mempengaruhi perkembangan pola dasar yang menunjukkan reaksi rasa cemas yaitu :³³

- a. **Lingkungan:** lingkungan sekitar tempat tinggal dapat mempengaruhi cara berpikir Anda tentang diri Anda sendiri dan orang lain. Hal ini bisa saja disebabkan pengalaman anda dengan keluarga, dengan sahabat,

³¹ Savitri Ramaiah, *kecemasan, bagaimana mengatasi penyebabnya*. (jakarta : pustaka Populer Obor, 2003), hal. 3.

³² *Ibid*, hal. 25.

³³ *Ibid*, hal. 12.

dengan rekan kerja sekerja, dan lain-lain. Kecemasan wajar timbul jika anda merasa tidak aman dengan terhadap lingkungan anda.

- b. Emosi yang ditekan:** kecemasan bisa terjadi jika Anda tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan Anda menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang lama sekali.
- c. Keturunan:** sekalipun gangguan emosi ada yang ditemukan dalam keluarga-keluarga tertentu, ini bukan penyebab penting dari kecemasan.
- d. Sebab-sebab fisik:** pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Ini biasanya terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja, dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Seperti penjelasan di atas di bagian lingkungan yang menjelaskan bahwa lingkungan mendukung peran penting dalam mendidik pola dalam berpikir maka pentingnya memilih lingkungan yang sehat bagi diri agar terlatih dalam berpikir positif serta lingkungan yang dekat dengan nilai-nilai agama Islam agar tidak hanya terlatih berpikir positif kepada lingkungan sekitar namun juga dapat terlatih melihat berbagai kejadian/menelaah setiap peristiwa dan tetap berpositif kepada Allah dalam setiap peristiwa yang terjadi sehingga menjadi muslim yang cerdas.

Ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk membiaskan diri agar bisa bersikap husdnuzon yang merupakan contoh sikap Rasulullah yang harus diamalkan. Walaupun sikap Husdnudzon sangat sulit untuk selalu ada dalam diri

seseorang. Oleh karena itu, perlu cara atau usaha untuk membimbing sikap husnudzon dalam diri. Berikut adalah usaha yang dapat dilakukan dalam membimbing sikap husnudzon:

1. Meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah

Orang yang memiliki keimanan yang kuat kepada Allah, akan memiliki sifat husnudzon. Sebaliknya orang yang selalu berburuk sangka kepada Allah menunjukkan kualitas iman yang rendah. Oleh karena itu, kualitas keimanan seseorang harus selalu ditingkatkan dengan mempelajari ilmu ketuhanan, yaitu ilmu Ma'rifat.

2. Meningkatkan kualitas dan kuantitas amal saleh

Rasulullah selalu mengisi detik perdetik kehidupannya dengan amal saleh. Harus terus meningkatkan amal saleh yang setiap hari dilakukan. Artinya, kualitas dari segala hal berawal dari niatnya. Namun dari segi kualitas juga dibarengi dengan kuantitas sehingga menjadi pribadi yang bermanfaat bagi orang lain.

3. Meningkatkan Hubungan Silaturahmi

Silaturahmi artinya selalu menyambungkan kasih sayang. Kasih sayang terhadap sesama tidak akan terjalin tanpa adanya interaksi dan komunikasi melalui pertemuan atau kunjungan. Dengan melakukan silaturahmi, segala sakwasangka atau persepsi negatif terhadap oranglain akan sirna.

4. Meningkatkan kualitas ilmu

Seseorang yang memiliki ilmu yang tinggi atau ulama, akan memiliki sikap bijaksana. Selain itu, yang ditakutinya hanya Allah ta'ala atau yang dikhawatirkannya hanya kemurkaan Allah ta'ala.

Dia tidak akan terlalu memperdulikan kesalahan orang lain tetapi akan selalu sibuk mencari kesalahan yang terdapat pada dirinya. Dengan demikian, kemungkinan memiliki sikap berburuk sangka sangat kecil dan yang ada adalah sikap baik sangka.³⁴

Selain kebiasaan-kebiasan diatas yang dapat mempengaruhi diri untuk membiaskan diri bersikap positif disisi lain ada faktor-faktor yang mempengaruhi berpikir husnudzon adapun menurut El- Batanie beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk berpikir positif atau negatif antara lain sebagai berikut:³⁵

- a. Kedekatan dengan Allah: orang yang berpikir positif karena pikirannya terang (diterangi oleh cahaya Allah).tercantum dalam ayat Orang-orang yang mendapat cahaya dari Allah sudah pasti mampu berpikir positif. Individu tersebut mampu mengambil hikmah dan pelajaran dari setiap peristiwa yang dialami yang terjadi dalam hidupnya.

³⁴ Bachrul Ilmy, *Pendidikan Agama Islam Untuk Kelas X* (Bandung: Grafindo Media Habibie, 2007), hal. 52.

³⁵ Safrilsyah, *Psikologi Ibadah Dalam Islam*, (Banda Aceh : Lembaga Naskah Aceh (NASA), 2013), hal. 43.

- b. Pengalaman masa lalu: manusia tidak dapat hidup pada masa lalu, akan tetapi pikiran dan perasaanya dapat dibawa ke masa lalu. Jika hal itu dilakukan maka seseorang akan merasakan apa yang dirasakan pada masa lalunya. Jika yang dirasakan adalah pengalaman positif maka akan memberikan dampak yang baik bagi orang tersebut. Akan tetapi, jika yang dirasakan pengalaman negatif, maka semakin memberikan tekanan mental dalam dirinya. Oleh karena itu, pengalaman masa lalu dapat memberikan efek positif atau negatif bagi seseorang, sehingga mempengaruhi pikirannya.
- c. Pengaruh orang lain: faktor lainnya yang menyebabkan seseorang berpikir positif adalah pengaruh orang lain. Manusia tidak dapat hidup sendiri, melainkan bergaul dan bersosialisasi dengan orang lain, baik di lingkungan pendidikan, kerja, maupun masyarakat. Dalam proses sosialisasi tersebut, diri dan pikiran manusia sangat mungkin terpengaruh oleh orang lain. Jika pengaruh tersebut sesuatu yang positif maka akan memberikan dampak positif bagi orang tersebut.
- d. Bacaan : bacaan sangat mempengaruhi pola seseorang. Bahkan, bacaan memegang peranan sangat penting dalam membentuk pemikiran seseorang. Bacaan yang positif dapat mempengaruhi pembacanya untuk cenderung berpikir positif. Adapun sebaliknya, bacaan negatif juga akan mempengaruhi pembacanya untuk cenderung berpikir negatif.

- e. Media elektronik : faktor lain yang dapat mempengaruhi pikiran seseorang adalah media elektronik. Kebiasaan mengonsumsi berita dan informasi negatif akan cenderung membawa dampak mempengaruhi berpikir negatif. Namun sebaliknya, kebiasaan mengonsumsi berita dan informasi positif akan mempengaruhi seseorang untuk cenderung berpikir positif.
- f. Sudut pandang : pada dasarnya setiap peristiwa bersifat netral. Suatu peristiwa menjadi positif atau negatif tergantung pada pengamat siapa yang memaknainya. Lebih tepatnya, tergantung dari pandang dimana seseorang melihatnya. Peristiwa yang sama akan memunculkan/menghasilkan makna yang berbeda jika seseorang melihatnya dari sudut pandang yang positif maka orang tersebut akan memberikan makna positif. Namun sebaliknya, jika seseorang melihatnya dari sudut pandang negatif, maka akan memberikan makna yang negatif.

Husnudzon merupakan sifat yang harus dimiliki oleh setiap manusia terutama setiap muslim. Memiliki sikap husnudzon juga merupakan bentuk keimanan seseorang terhadap Allah dan bukti cinta kepada Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Mengetahui karena percaya bahwa tau yang terbaik. Gabungan tawakal dan husnudzon tidak dapat dipisahkan jika tidak adanya sikap husnudzon dalam diri seseorang maka tidak dapat disebutkan seseorang tersebut bertawakal kepada Allah.

Sifat tawakal juga lahir dari sifat husnudzon. Adapun orang-orang yang mampu berhusnudzon kepada Allah maka akan semakin kuat rasa keimanan, cinta

kepada Allah, bertambah dekat dengan Allah dan menjalani hidup tenang. Serta orang yang berhusnuzon akan selalu Allah terangkan jalannya dan hidup yang dilalui oleh orang-orang yang berhusnuzon layaknya dibawah lindungan awan atau seperti seseorang yang meneduh dibawah pohon besar yang rindang disertai sayup-sayup angin. Sebaliknya orang yang selalu diliputi rasa suudzon maka akan selalu dilanda susah tidak dapat menikmati hidup yang seharusnya. Serta orang yang bersikap suudzon semakin jauh dari Allah karena biasanya tidak percaya akan kekuasaan Allah, atau hati yang selalu diiringi rasa dengki dan iri hati.

C. Pengembangan konseling Menurut Ayat Tawakkal

Perkembangan konseling sebagai respon terhadap kebutuhan manusia merupakan subpokok bahasan yang mengawali pembahasan tentang sejarah konseling. Praktik konseling sebenarnya telah ada sejak dahulu kala dan manusia membutuhkan konseling sejak awal manusia ada. Orang-orang pada zaman dahulu biasanya mendatangi kepala suku, pembesar agama/ulama dan para filosof agar mendapatkan arahan dan mendapatkan bimbingan guna mengambil keputusan.³⁶ Namun seiringnya perkembangan zaman maka lahirlah ilmu konseling yang berarti mulai diakui. Dan juga lahirnya konseling yang bertema Islam

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa didalam ayat-ayat tawakkal erat hubungan dengan konseling Islam. Didalam ayat-ayat tentang tawakkal Allah

³⁶ Nurul Hartini, Atika Dian Ariana, *Psikologi Konseling* (Surabaya : Airlangga University Press, 2016), hal. 1.

menyuruh hamba-hambanya untuk bersikap positif baik kepada Allah maupun kepada sesama manusia. Seperti yang disebutkan di ayat Al-Baqarah 216.

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ
 وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾

“ diwajibkan atas kamu berperang, Padahal berperang itu adalah sesuatu yang kamu benci. boleh Jadi kamu membenci sesuatu, Padahal ia Amat baik bagimu, dan boleh Jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, Padahal ia Amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”

Konselor juga diwajibkan bersikap positif terhadap klien bukan langsung berpikir buruk saat mendengarkan keluhan klien atau masalah klien karena mendengarkan dan tidak memihak siapapun juga merupakan kode etik dari seorang konselor.

Namun disisi lain konselor juga berkewajiban mengarah klien untuk berpikir positif agar klien dapat menjalani hidup dengan tenang dan lebih rileks tidak diadukan oleh pikiarn-pikiran yang mampu meracuni otak dan tubuh. Dengan bersikap berpikir positif maka dapat mencegah diri dari gangguan kecemasan yang berlebihan.

Dalam melakukan sesi konseling konselor juga diharuskan bertawakal kepada Allah dalam setiap pengambilan keputusan atau bertawakal bila keputusannya di abaikan oleh klien.

H.B. Siswanto menjelaskan dalam pengambilan keputusan adalah serangkaian aktivitas yang dilakukan oleh seseorang dalam berusaha memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi kemudian menetapkan berbagai cara

alternatif yang dianggap paling rasional dan sesuai dengan lingkungannya. Pengambilan keputusan adalah pemilihan terhadap berbagai alternatif tindakan yang mungkin dipilih prosesnya melalui upaya-upaya tertentu.³⁷

Dalam pengambilan keputusan tidak mudah bagi klien atau seseorang dalam pengambilan keputusan apalagi jika keputusan yang ingin diambil mengandung resiko tentu saja dalam pengambilan keputusan tersebut akan diikuti oleh rasa bimbang dan rasa takut.

Lahmuddin Lubis dalam buku *Bimbingan Konseling Islam Dalam perspektif Islam*, menjelaskan problem solving (pengambilan keputusan) dilakukan melalui dua tahap:³⁸

1. Tahap wawancara

Pada tahap ini ada enam langkah yang dilakukan seseorang konselor kepada klien demi kesuksesan program yang direncanakan yaitu:

- a) Fokuskan perhatian pada klien sewaktu wawancara (memperhatikan verbal dan non verbal)
- b) Memberikan semangat dan kesempatan kepada klien untuk berbicara dan menjelaskan persoalan yang sedang dihadapinya.
- c) Menumbuhkan semangat percaya diri pada klien, dan yakinkan bahwa setiap persoalan pasti ada jalan keluarnya.
- d) Ingat dan catatlah hal-hal penting dari bicara klien

³⁷ Ali Musa Lubis, *konseling Islami dan problem Solving*, Ri'ayah, Vol 01, No. 2, 2016. , hal. 115.

³⁸ *Ibid*, hal. 117

- e) Buatlah pengklasifikasian tentang jenis masalah yang dihadapi klien (seperti masalah keluarga, social, ekonomi, pendidikan, karir, dan agama dan sebagainya).

2. Tahap Terapi (rawatan)

- a) Pelajari dengan sungguh latar belakang klien (seperti keadaan ekonomi, pendidikan, lingkungan masyarakat dimana ia lahir dan dibesarkan, keadaan orang tua dan agamanya). Dalam hal ini setiap konselor harus menilai dan mengevaluasi (asemen) klien.
- b) Lakukan pendekatan (*communicate approach*) dengan berbagai unsur, seperti orang tua, teman dekatnya dan guru.
- c) Pilihlah waktu yang tepat untuk melaksanakan rawatan atau terapi
- d) Mulailah terapi dalam bentuk sederhana dan terbatas
- e) Laksanakan terapi dengan penuh kesungguhan dan ketelitian
- f) Analisis dari setiap aspek atau reaksi yang berkembang
- g) Adakan tindak lanjut (*follow-up*) dari setiap terapi yang dilaksanakan.

kembali lagi seperti pernyataan di atas tetap berpikir positif bahwa Allah Maha tau yang terbaik. Tidak hanya konselor yang harus bertawakal dalam pengambilan keputusan konselor juga mengarahkan klien agar percaya bahwa keputusan yang diambil oleh klien mengikut sertakan kepada Allah yang dimaksudkan yakin pasrahkan kepada Allah.

Serta tetap mengikuti prosedur-prosedur tehnik pengambilan keputusan sesuai dengan tehnik konseling Islami bukan pasrah saja tanpa melalui proses prosedur tehnik pengambilan keputusan sesuai sesi konseling Islami.

Jika memasrahkan segala keputusan kepada Allah bila sesuai dengan keinginan maka akan menambah rasa keimanan kepada Allah dan mencintai Allah tetapi jika tidak sesuai dengan apa yang ingin dituju maka tidak akan terlalu mencewakan diri karena Allah lebih Maha mengetahui . Sebagaimana firman Allah Ali Imran 159.

فِيمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ^ط وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ^ط
فَاعْفُ عَنْهُمْ^ط وَأَسْتَغْفِرْ لَهُمْ^ط وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ^ط فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ^ج إِنَّ اللَّهَ^ج
تُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾

“ Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.

Di dalam tawakal juga terdapat unsur motivasi dikarenakan menurut peneliti hampir ayat-ayat yang berhubungan dengan tawakal adalah bentuk dari cara Allah menyemangati hambah-Nya. Jika melakukan tawakal kepada Allah dihadiahkan kemakmuran hidup, termasuk tanda ciri-ciri orang beriman, serta

masuk dalam ranah hamba yang dicinta Allah. Contoh ayat Al-Qur'an Al-Nahl 41-42 Allah memotivasi hambanya yang bertawakal kepada-Nya.

Jika seseorang hilang rasa motivasi dalam hidup maka akan jatuh pada rasa putus asa. Sedangkan sifat putus asa merupakan sifat yang Allah larang dari hambanya maka itulah tugas konselor membimbing hambanya kembali agar dapat menikmati hidup yang semestinya.

Adapun menurut peneliti konselor juga hendaknya mempelajari tentang tawakal-tawakal para sahabat serta mengambil hikmah dari setiap kejadiannya agar saat melakukan sesi konseling lebih mendalami. Wallahu 'alam.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Layanan bimbingan dan konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada seseorang atau individu agar individu yang bersangkutan dapat mencapai taraf perkembangan dan kebahagiaan yang optimal dalam menjalani proses pemahaman, penerimaan, dan penyesuaian diri dan lingkungan di mana ia berada. Berdasarkan hasil yang peneliti analisis bahwa yang menjadi konsep tawakkal di dalam Al-Qur'an yaitu tawakkal dalam mengambil keputusan, mendukung perdamaian, tawakkal adalah sifat orang beriman, kemudian faktor-faktor yang memunculkan seseorang menjadi orang yang bertawakkal adalah sebagai berikut yaitu, pertama, beriman kepada Allah, kedua, mempunyai sikap penyabar, ketiga, berhusnudozn kepada Allah.

Kemudian tawakkal dan konseling saling berkaitan menurut hasil yang telah di analisis dengan hubungan ayat tawakkal adalah sebagai berikut:

1. Berpikir positif, tawakkal erat kaitannya dengan berpikir positif dalam segala hal termasuk dalam setiap melakukan sesi konseling tetap positif kepada Allah. Q.S Al-Baqarah 216
- 1) Tawakkal dalam pengambilan keputusan baik itu yang dilakukan oleh konselor maupun konseli itu sendiri. Q.S. Ali Imran 159

- 2) Motivasi, memberikan arahan semangat untuk klien agar dapat beraktivitas seperti semestinya dan jauh dari rasa putus asa. Q.S An-Nahl 41-42
- 3) Mendalami tawakal dari kisah sahabat menjadikan konselor pribadi yang mampu menelaah dari setiap kejadian dan mengambil hikmah dari setiap kejadian.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, berikut beberapa saran yang ingin penulis kemukakan mengenai konsep tawakal dan pengembangannya dalam konseling Islam:

1. Setiap manusia diusahakan berlatih menanamkan sifat tawakal dalam diri agar dapat lebih mencintai makna kehidupan itu sendiri dan sang Maha Pencipta
2. Konselor juga mampu menelaah dari setiap kejadian agar terlatih diri baik untuk diri sendiri maupun untuk klien
3. Konselor harus memahami makna tawakal itu sendiri agar sesi konseling berkesimbangan dan terarah

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah F, Hasan, *Mukjizat energi tawakal* Jakarta: Gramedia, 2014.
- Ahmad, Wahyudin, *Pendidikan agama islam*, Jakarta: Grasindo, 2009.
- Ajhari Aziz Abdul ,dkk, *Jalan menggapai ridho ilahi* Bandung: Bahasa dan sastra arab, 2019.
- Ajhari, Azis Abdul , dkk, *Jalan Menggapai Ridho Illahi* Bandung : Bahasa Arab dan Sastra Arab, 2019
- Al-Jauziah Qayyim, *Uddatush Shabirin* Jakarta : Qitshi Press, 2010
- Al-Yamani Abdullah, *Sabar* Jakarta : Qitshi press, 2008
- Anwar, M Fuad, *landasan bimbingan dan konseling Islam*, Yogyakarta: Deepublish,2019.
- Arafat Yasser Gusti, *Membongkar Isi Pesan dan Media Dengan Content Analysis*, Jurnal Alhadharah, Vol 17 No. 33 2018.
- Chaliq Abdul, dahlan, *Bimbingan Konseling Islam : sejarah konsep dan pendekatannya* Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009.
- Cipta hening, *Di dalam diri ada Allah*, jakarta: Pt elex media komputindo,2010
Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Jakarta: Balai Pustaka, 1989,
- Didik andriawan, *Mengubah nasib dengan al-Qur'an*, yogyakarta: mutiara media, 2013.
- Abdullah, *Tafsir Ibnu Katsir*, Jakarta : Imam Asy-Syafi'i, 2017
- Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* Medan : Perdana Publishing, 2018
El-Bantanie M,Syafi'e, *Sabar Tanpa Batas Syukur Tiada Ujung*, Elex Media Komputindo, 2014
- Faliyandra Faisal, *Konsep Kecerdasan Sosial Goleman Dalam Perspektif Islam*, Jurnal Inteligencia, Vol 7, No 2, 2019.

Ghoni Abdul, *Konsep Tawakal Dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam: Studi Komparasi mengenai Konsep Tawakal menurut M. Quraish Shihab dan Yunan Nasution*. Vol,3.no.1, juli 2016

H. Supriyanto, *Tawakal bukan pasrah*, jakarta selatan: Qultummedia, 2010 .

Hamdani, *Bimbingan Dan penyuluhan*, Bandung : CV pustaka setia, 2012
 Hening Cipta , *di dalam diri ada Allah ada sifat-Nya, ada Asma-Nya, ada Af'al-Nya dan ada Dz'at-Nya*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo

Hudarrohman, *Rukun Iman*, Jakarta Timur: Balai Pustaka, .

Ilymy Bachrul , *Pendidikan Agama Islam* Bandung: galindo media pratama, 2006.

Ilymy Bachrul, *Pendidikan Agama Islam Untuk Kelas X* Bandung: Grafindo Media Habibie, 2007

Imaduddin Fida Abul, *Tafsir Ibnu Katsir*, Jawa Tengah: Insan Kamil Solo, 2016.
 Jazuli Samiun Ahazani, *Al-Hayatul fil-Qur'an al-kariim* riyadh: darut Thuwaiq, 1997.

Lubis Akhyar Saiful , *Konseling Islami Dalam Komunitas Pesantren*. Bandung: Citapustaka Media, 2015.

Lubis Musa Ali, *konseling Islami dan problem Solving*, Ri'ayah, Vol 01, No. 2, 2016.

Masduki Anang , *Al-qur'an dan Budaya Komunikasi dalam Musyawarah: Telaah Surah Ali Imron 159 dalam Pandangan Musaffir* , Jurnal Channel, Vol 3, No. 2, Oktober 2015,

Muhammad Maulana, *The Religion Of Islam* Usa: Ahmadiyah Anjuman Ishaat Islam Lahore, 2013

Mujieb M Abdul, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, Jakarta Selatan: PT Mizan Publika, 2009.

Munir Samsul , *Bimbangan dan konseling Islam*, Jakarta: Amzah 2013.

Munir, Samsul, *Bimbingan dan konseling islam*. jakarta: AMZAH, 2015.

Musnawar Tohari, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* Jakrata: UII Press, 1992.

- Mustafa Syeikh Ahmad, *Tafsir al-imam asy-Syafi'i*, jakarta timur: Almahira, 2006.
- Noorsaid Harun, *Manajemen sekuriti Muslimah Samudra*, 2002.
- Nurhidayah . *Bimbingan Konseling Dalam Perpektif Islam*, Skripsi Program S1 Bimbingan dan Konseling Islam, Institut Islam Negeri Palopo, 2019.
- Panngabean Islahuddin , *Pahlawan Super Kumpulan Artikel Islami*, Medan : Gerhana Media Kreasi, 2019.
- Permatasari Vera ,dan Gamayanti Witrin, *Gambaran Penerimaan Diri Self-Acceptance pada Orang yang Mengalami Skizofrenia* Vol. 3. No. 1, 2016.
- Putra Sastria John. *Penrimaan Diri Kebersyukuran Pada Mahasiswa*. Bekasi: Universitas Islam, 2018
- Rukaya, *Aku bimbingan dan konseling*, Guepedia Publisher, 2019.
- Satriah Lilis, *Pendekatakan Spritual Dalam Konseling Konseling Spritual, IRSYAD, VOL.I, Juli-Desember 2008.*
- Setiawan Dede, Mufariah Silmi, *Tawakal Dalam Al-Qur'an Serta Implikasinya Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*, Jurnal Studi Al-Qur'an, Vol. 17, No 1, Tahun 2021.
- Shihab M, Quraish *Tafsir Al-Misbah* Jakarta: Penerbit Lantera Hati, 2002.
- Shihab M. Quraish, *Tafsir Al-Misbah*, terj Wahid Hisbullah. Jakarta : Lentera Hati, 2002
- Stony Abah, *Menggapai Cinta Ilahy* Yogyakarta: Elmaterra Yogyakarta, 2017.
- Sugiyono, *metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif,kualitatif dan R&D* Bandung: Alfabeta,2010.
- Supriyanto, *perdamian dan Kemanusiaan Dalam Pandangan Islam*. Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam, Vol 7, No 2, Desember 2013.
- Susanto, Ahmad, *bimbingan dan konseling disekolah*. Jakarta: Prenadamedia, 2018.
- Wulandari Ratih Ayu, dan Pande Kadek Luh, Susilawati Ary, *,Peran Penerimaan Dan Dukungan Sosial Terhadap Konsep Diri Remaja Yang Tinggal*

Di Panti Usaha Di Bali. Program Studi Sarjana Psikolog: Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana.

Yani , H Ahmad, *Be Exellent: menjadi pribadi terpuji.*Jakarta: Al-qalam, 2007.

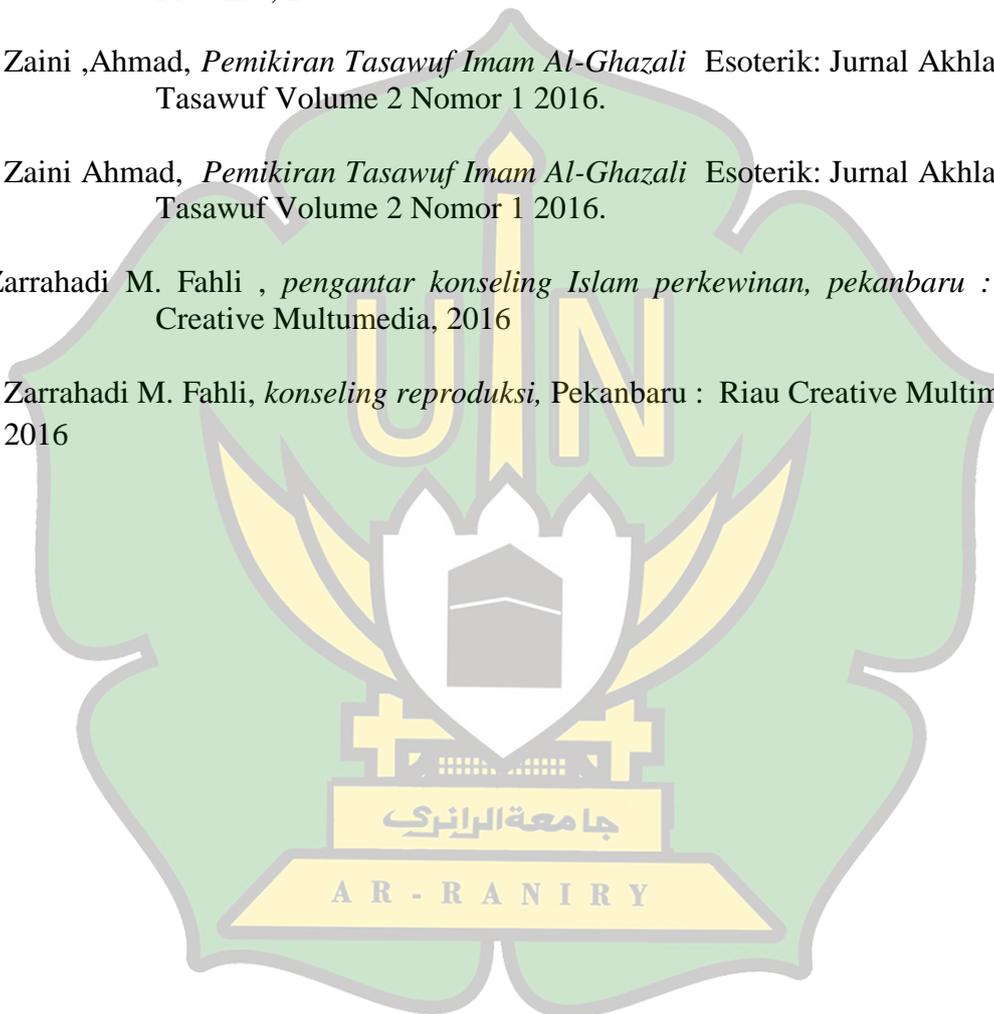
Yumansyah Taofik, *Akidah dan Akhlak* Bandung: Penerbit Grafindo Media Pratama , 2006

Zaini ,Ahmad, *Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali* Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf Volume 2 Nomor 1 2016.

Zaini Ahmad, *Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali* Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf Volume 2 Nomor 1 2016.

Zarrahad M. Fahli , *pengantar konseling Islam perkewinan, pekanbaru* : Riau Creative Multimedia, 2016

Zarrahad M. Fahli, *konseling reproduksi*, Pekanbaru : Riau Creative Multimedia, 2016



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Riska Ovi Burzana
2. Tempat/ Tgl Lahir : Simpang peut/ 15 february 1998
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Nim : 160402059
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat : Simpang peut
 - a. Kecamatan : Kuala
 - b. Kabupaten : Nagan Raya
 - c. Provinsi : Aceh
8. No Hp : 082213930153

Riwayat Pendidikan

9. SD/ MI : SD N Simpang Peut, Tahun Lulus 2010
10. SMP/ MTS : SMP N 2 Kuala, Simpang Peut, 2013
11. SMA/ MA : SMA Inshafuddin, Banda Aceh, 2016
12. PERGURUAN TINGGI : Uin Ar-Raniry Banda Aceh

Orangtua/Wali

13. Nama Ayah : Burdan
14. Nama Ibu : Nurzana
15. Pekerjaan Ayah : Wiraswasta
16. Pekerjaan Ibu : IRT
17. Alamat Orang Tua : Simpang peut
 - a. Kecamatan : Kuala
 - b. Kabupaten : Nagan Raya
 - c. Provinsi : Aceh

Banda Aceh, 28 Juli 2021
Peneliti,

Riska Ovi Burzana
NIM. 160402059