

## BAB IV

### ANALISA MANIFESTASI RESILIENSI NABI MUSA AS

#### A. Manifestasi Resiliensi Nabi Musa as.

1. Ujian Awal Pembentukan Resiliensi dari Allah swt. yang Dihadapi oleh Nabi Musa as., Menuju Kerasulannya

Pada Q.S. Thâhâ/20: 40-41 tergambar jelas mengenai hal ini. Nabi Musa as. telah Allah swt. rancang perjalanan hidupnya sejak beliau masih bayi, hingga dewasa ia telah dihadapkan pada risiko bahaya ancaman dari Fir'aun dengan kekuasaan tiraninya beserta orang-orang sekitarnya (golongan Fir'aun).

Kisah berawal dari Fir'aun yang di beri mimpi mengenai keruntuhan singhsana kerajaannya, yang para ahli tafsir mimpi membacanya bahwa nanti pria dari golongan Bani Israella yang akan mewujudkan hal itu, setelah pembacaan mimpi itu Fir'aun langsung mengeluarkan perintah untuk membunuh anak laki-lakai dari golongan Bani Israel yang baru lahir untuk dibinasakan dan hal ini tentu terdengar sampai pada ibunda Nabi Musa as. dan membuatnya cemas.<sup>1</sup> Namun, dengan perlindungan pengawasan langsung oleh-Nya, ketika itu mengilhamkan ibundanya untuk menaruh bayi Musa kecil yang baru lahir ke dalam peti kemudian melemparkan kesungai.<sup>2</sup> Selama proses mengalirnya peti itu saudari perempuannya senantiasa mengikutinya ditepi sungai untuk mengawasi kemana sampainya peti

---

<sup>1</sup>Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 6*, 4421.

<sup>2</sup>Sayyid Quthb, *Tafsir Fî Zhilalil Qur'an di Bawah Naungan Al-Qur'an jilid 7*, terj. As'ad Yasin, dkk, 402.

itu. Tanpa disangka ternyata telah mendarat dikediaman Fir'aun yang bahkan ia rawat dalam asuhannya, karena keinginan istrinya.

Karunia ini tentu bukan tanpa sebab, karena Allah swt. telah menuangkan *mahabah* (cinta, kasih sayang)-Nya pada nabi,<sup>3</sup> tentu ia juga akan tersalur pada siapa saja yang melihatnya,<sup>4</sup> termasuk Fir'aun dan istrinya yang langsung timbul rasa cinta pada bayi itu tatkala mereka baru melihatnya. Sang istri langsung memohon untuk merawatnya. Namun, dengan karunia-Nya nabi dikembalikan ke pangkuan ibunya dengan jalur pengasuhan yang ketika itu diperintahkan oleh Fir'aun mencari ibu susu untuk sang bayi kecil, saudari perempuannya mendengar hal itu kemudian menawarkan ibundanya sebagai ibu susu, yang menyusui dan merawatnya, sebab saat itu Musa kecil menangis tidak ingin menyusui kepada orang lain.<sup>5</sup>

Tergambar melalui kisah ini bahwa disamping ujian yang Allah swt. berikan, juga terdapat kenikmatan dari Allah swt., berupa kasih sayangnya untuk dilindungi dari terkaman derasny sungai, dikembalikan kepada pengasuhan ibunya,<sup>6</sup> dan senantiasa ia tumbuh dalam pengawasan-Nya.<sup>7</sup> Pada fase pertama dari proses resiliensi nabi ini, AQ nabi masih masuk dalam kategori rendah (*low-AQ*) karena masih awal permulaan Allah mengujinya, potensi dalam menghadapi ujian

---

<sup>3</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj* Juz 15-16, 208.

<sup>4</sup>Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 6*, 4422.

<sup>5</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj* Juz 15-16, 208.

<sup>6</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj* Juz 15-16, 208.

<sup>7</sup>Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an di Bawah Naungan Al-Qur'an jilid 7*, terj. As'ad Yasin, dkk, 402.

pun belum tumbuh karena masih kecil. Ia hanya bisa menangis untuk mengeluarkan emosinya.

Tolak ukur resiliensi pada teori resiliensi (*resilience theory*) oleh Michael Rutter dapat diamati berdasarkan bagaimana faktor risiko berupa ujian kehidupan yang dihadapi oleh nabi kemudian dapat dikurangi dengan faktor pelindung yang terlibat.<sup>8</sup> Allah swt. telah menjadi faktor pelindung utama nabi bahkan sejak nabi lahir ke dunia yang merupakan anugerah kenikmatan juga merupakan rahmat dari-Nya yang telah ada padanya sengaimana Allah swt. jelaskan pada ayat ini, nikmat-nikmat yang senantiasa nabi dapatkan secara berkesianmbungan dan tiada putusya dari-Nya.<sup>9</sup> Dapat diketuhi berdasarkan kisah tersebut faktor pelindung terlibat ketika nabi masih bayi yaitu Allah swt., ibunya, saudari perempuannya, bahkan Fir'aun dan istrinya beserta pembantunya ikut terlibat dalam fase pertumbuhan nabi. Nabi tumbuh dewasa dalam istana Fir'aun dengan berbagai rizki disana serta pengawasan langsung dari Allah swt. sehingga mental nabi pun menjadi terjaga selama masa pertumbuhannya.

Berlanjut pada kisah pengasingan ke Madyan, akibat dari ketidaksengajaan nabi membunuh seorang Qibthi dari golongan Fir'aun. Peristiwa itu terjadi ketika nabi sudah dewasa dan kemudian berjalan keluar istana sampai ke kota,<sup>10</sup> di sana ia menjumpai dua orang sedang berkelahi, dan untuk melera nabi berniat mendorong. Namun, hal yang terjadi justru ia secara tak sengaja memukul salah

---

<sup>88</sup>Michael Rutter, "Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms." *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 57, no. 3, 320–330.

<sup>9</sup>Wahbah al Zuhaylî, *Al Tafsîr Al Munir fi Al 'Aqîdah wa al Syari'ah wa al Manhaj*. Juz 15-16 (Beirut, Lebanon: Dâr al Fikr al Mu'âsîr, 1991), 208.

<sup>10</sup>Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 6*, 4425.

seorang dari mereka hingga terkapar sampai meninggal dunia walau hanya satu pukulan yang terkena yang ternyata ia merupakan orang Qibthi dari golongan Fir'aun, sedang yang dibela nabi atau yang tidak terpukul adalah seseorang dari golongan Bani Israel. Hal ini kemudian terdengar oleh Fir'aun kemudian nabi mulai diburu. Dari sinilah nabi mulai melarikan diri, mengasingkan diri ke negeri Madyan atas bantuan dari pemuda disana yang memberitahunya bahwa ia sedang diburu dan hendak dibunuh oleh Fir'aun.<sup>11</sup> Dapat diketahui berdasarkan kisah tersebut faktor pelindung terlibat ketika nabi tak sengaja membunuh yaitu Allah swt. yang melindungi nabi melalui pemuda yang membantunya membari tahu perihal pemburuan dirinya, Allah swt. juga membantu menenangkan hatinya dengan mengingatkan nabi untuk segera beristigfar.<sup>12</sup>

Pada fase kedua dari proses resiliensi nabi ini, AQ nabi masih masuk dalam kategori rendah karena ia tidak memaksimalkan potensi yang ada pada dirinya, masih belum berani menghadapi masalah akibat tak sengaja membunuh orang secara langsung, karena masih dalam tahap belajar membangun kekuatan mentalnya. Faktor risiko tekanan, kecemasan atas ketidaksengajaan pembunuhan yang dilakukannya menurun tatkala faktor pelindung (Allah swt.) terlibat langsung. Allah swt. menguatkan nabi dengan mengingatkannya untuk beristigfar agar lapang dadanya, dan tidak berlarut-larut dalam kesedihannya akibat dosa yang tak disengaja.

---

<sup>11</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an volume 7* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 588.

<sup>12</sup>Sayyid Quthb, *Tafsir Fî Zhîlalil Qur'an di Bawah Naungan Al-Qur'an jilid 7*, terj. As'ad Yasin, dkk, 403.

Ketika mengasingkan diri di negeri Madyan ia bertemu dengan kedua anak perempuan Nabi Syu'aib as. kemudian ia menikahi salah satu darinya dengan maharnya adalah ia menjadi penggembala disana selama sepuluh tahun.<sup>13</sup> Dapat diketahui berdasarkan kisah tersebut faktor pelindung terlibat ketika nabi tak sengaja membunuh kemudian melarikan diri dan mengasingkan diri ke negeri Madyan yaitu Allah swt. yang melindungi nabi melalui perantara dipertemukannya nabi dengan Nabi Syu'aib as. dan kedua anak perempuan, dibantu tinggal disana. Faktor risiko tekanan melarikan diri atas ketidaksengajaan pembunuhan yang dilakukannya menuju ke negeri Madyan menurun karena bantuan dari dipertemukannya nabi dengan kedua anak perempuan Nabi Syu'aib as. atas imbalan dibantunya mereka untuk diangkat penutup sumur, nabi kemudian di antar kerumah mereka, danizinkan oleh Nabi Syu'aib as. untuk tinggal di sana dan dinikahkan oleh salah satu putrinya. Tahapan pengasingan ini merupakan bagian dari pembentukan karakter resiliensi Nabi Musa as, di mana ia belajar tentang kesabaran, kerendahan hati, dan kekuatan mental, hingga sampai pantas kemudian ia diangkat menjadi rasul-Nya. Pada fase ketiga dari proses resiliensi nabi ini, AQ nabi sudah masuk dalam kategori tinggi (*high-AQ*), karena nabi mulai mengasah segala potensi yang ada pada dirinya, hingga akhirnya diangkatnya Nabi Musa as. menjadi rasul-Nya kemudian kembali ke Mesir untuk menghadapi Fir'aun dan pengikutnya, serta memulai penyebaran risalah-Nya.

---

<sup>13</sup>Wahbah al Zuhaylî, *Al Tafsi'r Al Munir fi Al 'Aqîdah wa al Syari'ah wa al Manhaj Juz 15-16*, 209.

Adapun resiliensi Nabi Musa as. termanifestasi melalui sikap *sabar* atas segala ujian kehidupan secara umum atau bahkan sampai berupa ujian kenabian yang dihadapinya, *syukur* yang muncul tatkala Allah swt. mengingatkan kembali akan segala anugerah nikmat yang diberikan kepadanya ketika nabi berdoa bermunajat dengan-Nya untuk diberi kelapangan dada dan kemudahan dalam menghadapi keotoriteran pemerintahan raja Fir'aun pada masa itu, dan *mengimani* segala rencana Allah swt. bahwa selama perjalanan hidupnya selalu dalam bimbingan dan perlindungan-Nya. Meskipun Nabi Musa as. awalnya takut berbicara di depan Firaun, ia mengatasinya dengan berdoa kepada Allah. Doanya pada permulaan kisah ini untuk kelancaran lidah dan kekuatan hati mencerminkan strategi coping yang diajarkan dalam agama.

Adapun resiliensi nabi yang paling menonjol termanifestasi melalui jiwa besar dan pantang menyerahnya nabi. Jiwa besar yang Nabi Musa as. tunjukkan melalui (1) kemampuannya mengatasi masa lalu, yang ia dibesarkan di istana Fir'aun, namun berakhir dengan pengasingan ke negeri Madyan akibat ketidaksengajaannya membunuh, (2) menghadapi tantangan dengan keberanian, terutama ketika nabi mengemban amanah untuk menjadi rasul-Nya menghadapi Fir'aun, (3) tidak terjebak dengan rasa takut dan kebencian akibat apa yang pernah dilakukan Fir'aun kepada nabi atau kepada golongannya, Bani Israel. Jadi resiliensi nabi dalam Q.S. Thâhâ/20: 40-41 termanifestasi melalui kesabaran, pantang menyerah dan sikap berjiwa besar.

Pada ayat ini tertera di akhir dimana kekuatan mental Nabi Musa as. yang telah dipersiapkan oleh Allah swt. dengan menghadapkannya dengan berbagai

ujian, membuatnya berhasil menguatkan jiwanya untuk mengemban misi dakwah kenabian untuk menyampaikan risalah-Nya atas bimbingan Allah swt.

Berdasarkan Teori Kepribadian Islami: Al-Ghazali, pada ayat ini Nabi Musa as. telah mencapai dua tahapan dalam penyucian jiwa *tazkiyah al-nafs*, yaitu tahapan *nafs ammarah* tergambar melalui perasaan takut nabi dan tidak percaya diri ketika menerima perintah Allah swt. Untuk pergi ke Mesir dan berhadapan dengan Fir'aun, sebab inilah nabi berdoa memohon dimudahkan. dan *nafs lawwamah* tergambar melalui sikap nabi menjadi lebih percaya diri menerima bimbingan dan dukungan dari Allah swt. dengan cara mengingatkannya kembali mengenai pertolongan dan kasih sayang-Nya yang senantiasa diberikan secara berkesinambungan bahkan mulai dari sebelum nabi menjadi rasul-Nya. Nabi yang rasa percaya dirinya meningkat dapat dikatakan bahwa nabi telah mendekati tingkat *nafs muthmainnah*. Namun, masih belum sempurna, karena masih perlu proses spiritual yang lebih lanjut. Sebab sempurnanya *nafs muthmainnah* adalah ketika nabi telah mencapai ketenangan dan kepercayaan diri yang tinggi. Adapun pembahasan secara sederhana peneliti uraikan dalam tabel berikut.

Tabel 4.A.1 Pembahasan Ujian Awal Pembentukan Resiliensi dari Allah swt. yang Dihadapi oleh Nabi Musa as., Menuju Kerasulannya: Q.S. Thâhâ/20: 40-41

| Teori Resiliensi ( <i>Resilience Theory</i> ) oleh Michael Rutter |   |
|---|---|
| Faktor risiko (ujian yang dihadapi oleh Nabi Musa as.)            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mulai dari bayi hingga dewasa dari ancaman Fir'aun dengan kekuasaan tiraninya beserta orang-orang sekitarnya (golongan Fir'aun).</li> <li>2. Pengasingan ke Madyan, akibat dari ketidaksengajaan nabi membunuh seorang Qibthi dari golongan Fir'aun.</li> </ol> |
| Faktor pelindung  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dukungan sosial: Ibundanya, kakak perempuannya, dan Allah swt.</li> <li>2. Kecerdasan: kecerdasan fisik dan emosional Nabi terlihat dari sikap yang sabar dan bersyukur atas rencana Allah swt.</li> </ol>  |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>3. Keyakinan (iman): Nabi mengimani atas rencana Allah swt, walaupun diliputi dengan kecemasan tanpa akhir yang dialami selama hidupnya bahkan sejak nabi masih bayi.</p> <p>4. <i>Self-efficacy</i>: Nabi diberikan keyakinan oleh Allah swt. mengenai hidupnya yang selalu dalam lindungan-Nya, sehingga nabi meningkat keyakinan atas dirinya.</p>                           |
| Manifestasi Resiliensi   |  |
| Reaksi emosi   | <i>Bersyukur</i> atas karunia dari Allah swt. kepadanya sejak nabi masih bayi.   |
| Pengalaman emosional   | <i>Cemas</i> , dalam ayat tidak disebutkan secara eksplisit mengenai pengalaman emosional nabi. Namun, dapat pengalaman emosional nabi dapat diidentifikasi melalui problematika kehidupan yang dialaminya melalui ayat ini.   |
| Manifestasi Resiliensi yang ditunjukkan Oleh Nabi Musa as.       | <i>Sabar, berjiwa besar, dan mengimani</i> segala rencana Allah swt. kepada nabi selama perjalanan hidupnya yang selalu dalam bimbingan dan perlindungan-Nya. Meskipun Nabi Musa as. awalnya takut berbicara di depan Firaun, ia mengatasinya dengan berdoa kepada Allah. Doanya untuk kelancaran lidah dan kekuatan hati mencerminkan strategi coping yang diajarkan dalam agama. |
| Dampak atau hikmah   | Nabi mendapatkan ketenangan dan keyakinan atas bimbingan dan lindungan-Nya.  |
| Teori Penyucian Jiwa ( <i>tazkiyah al-nafs</i> ) oleh Al-Ghazali |  |
| <i>Nafs Ammarah</i>  | Nabi merasa takut dan tidak percaya diri ketika menerima perintah Allah swt. Untuk pergi ke Mesir dan berhadapan dengan Fir'aun.   |
| <i>Nafs Lawwamah</i>   | Nabi menjadi lebih percaya diri menerima bimbingan dan dukungan dari Allah swt. dengan cara mengingatkannya kembali mengenai pertolongan dan kasih sayang-Nya yang senantiasa diberikan secara berkesinambungan bahkan mulai dari sebelum nabi menjadi rasul-Nya.  |
| <i>Nafs Muthmainnah</i>  | Nabi merasa lebih percaya diri yang mendekati tingkat <i>nafs muthmainnah</i> (belum sempurna) karena masih perlu proses spiritual yang lebih lanjut. Sebab sempurnanya <i>nafs muthmainnah</i> adalah ketika nabi telah mencapai ketenangan dan kepercayaan diri yang tinggi.   |

## 2. Ujian Kenabian dari Allah swt. yang Dihadapi oleh Nabi Musa as. (Kisah Patung Anak Lembu Emas)

Pada Q.S. al-A'râf/7: 148-151 tergambar jelas mengenai hal ini. Nabi Musa as. telah Allah swt. hadapkan dengan ujian kehidupan dalam dakwah kenabiannya, yaitu diujinya para pengikut nabi selama sepeninggalannya untuk bermunajat kepada-Nya. Ketika Allah swt. membritahukan perihal berpalingnya mereka

kepada menyembah patung anak lembu emas, nabi bergegas kembali menemui mereka dan menemukan kebenaran perihal kesalahan mereka, disini nabi merasa cemas, marah, sedih, kecewa yang menyebabkan stres akibat perilaku mereka, bahkan nabi sampai kehilangan kontrol atas dirinya atau *self-control* pada diri nabi seketika melemah karena dikuasai kemarahan yang meluap sampai tak sadar melemparkan loh-loh (taurat)<sup>14</sup> dari tangannya. Nabi Harun as. beserta golongan pemimpin lainnya mengalami kegagalan dalam memimpin mereka dan menasihati mereka, tatkala Nabi Musa as. pergi, bahkan mereka menganggap lemah Nabi Harun as. bahkan hendak membunuhnya ketika nasihat itu sampai pada mereka.<sup>15</sup> Hal ini juga berarti Nabi Musa as. terkena imbas kegagalan atau dapat dikatakan telah mengalami hambatan berupa kegagalan dalam memimpin mereka. Tolak ukur resiliensi pada teori ini diamati berdasarkan bagaimana faktor risiko berupa ujian kehidupan yang dihadapi oleh nabi kemudian dapat dikurangi dengan faktor pelindung yang terlibat.<sup>16</sup> Allah swt. tentu menjadi faktor pelindung utama nabi selama menjalankan misi dakwah kenabian ini, selain itu ada juga Nabi Harun as., dan juga para pengikutnya yang turut membantunya. Kecerdasan fisik dan emosional Nabi Musa as. pun turut terlibat. Hal ini terlihat dari tindakannya yang tidak langsung menghukum Samiri yang membuat berhala berupa patung anak lembu emas beserta kaumnya yang ingkar. Selain itu, Nabi mengimani atas rencana

---

<sup>14</sup>Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 4*, 68.

<sup>15</sup>Wahbah al Zuhaylî, *Al Tafsîr Al Munir fi Al 'Aqîdah wa al Syari'ah wa al Manhaj Juz 9-10*, 102.

<sup>16</sup>Michael Rutter, "Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms." *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 57, no. 3, 320–330.

Allah swt, walaupun diliputi dengan kecemasan dan stres setelah Allah swt. memberitahukan perihal kaumnya yang berpaling menyembah berhala.

Dalam hal *self-efficacy* nabi menunjukkan keyakinan pada untuk memimpin dan mengendalikan umatnya yang sedang mengalami krisis keimanan. Hal ini terwujud tatkala Nabi Musa as. mengingatkan kembali kepada mereka perihal sesembahan patung anak lembu emas itu yang tidak dapat memberikan manfaat pada mereka, dan tak pantas untuk disembah dengan bahasa yang tegas, kemudian memintakan ampunan bagi mereka yang bertaubat, meminta ampun atas dirinya karena tersulut emosinya, dan memintakan ampun untuk saudaranya Nabi Harun as. beserta orang-orang yang menyertainya dalam dakwah kenabian.<sup>17</sup> Faktor risiko tekanan, kecemasan, stress atas perilaku kaumnya menurun tatkala faktor pelindung (Nabi Harun as.) terlibat, yaitu ketika emosinya tersulut Nabi Harun as. menjelaskan dengan sabar bahwa ia telah memberi peringatan kepada umatnya, namun mereka menganggapnya lemah bahkan hampir membunuhnya.<sup>18</sup> Amarah nabi segera mereda dan hal ini menunjukkan kemampuan nabi dalam menghadapi konflik internal dengan pemimpin lain tanpa merusak hubungan dan menjaga integritas misinya.

Pada ayat ini resiliensi Nabi Musa as. termanifestasi melalui sikap *Sabar* nabi dalam menghadapi kebodohan kaumnya yang terhasut oleh Samiri untung berpaling menyembah patung anak lembu emas. *Regulasi emosi* yang baik pada nabi tergambar melalui sikapnya yang tidak langsung menghukum Samiri atas tindakan

---

<sup>17</sup>Wahbah al Zuhaylî, *Al Tafsîr Al Munir fi Al 'Aqîdah wa al Syari'ah wa al Manhaj Juz 9-10*, 102-103.

<sup>18</sup>Wahbah al Zuhaylî, *Al Tafsîr Al Munir fi Al 'Aqîdah wa al Syari'ah wa al Manhaj Juz 9-10*, 102.

menghasut Bani Israel untuk membuat dan menyembah patung anak lembu emas buaatannya, melainkan nabi kembali kepada saudaranya Nabi Harun as. Untuk mendapatkan petunjuk untuk mengatasi hal tersebut walaupun sempat emosi lantaran marah dan sedih atas tindakan tersebut dan atas kelemahan lembutan saudaranya dalam mengingatkan mereka. Ketika itu lonjakan emosi nabi disalurkan melalui saudaranya dengan menarik rambut kepala dan janggutnya.<sup>19</sup> Namun, emosi nabi segera mereda setelah saudara menjelaskan mengenai peringatan yang ia sampaikan kepada mereka tak dianggap bahkan mereka hendak membunuh saudaranya.<sup>20</sup> Nabi juga tetap menghadapi kaumnya dengan sabar dengan menyampaikan kembali perihal kesalahan mereka dan mengingatkan akan perbuatan mereka yang menyalahi akidah.

Nabi memperlihatkan sikap *berjiwa besarnya* ketika nabi mengakui kesalahannya kepada Tuhan karena cepatnya nabi tersulut emosi dan kehilangan kesabaran, sesaat setelah mendengar berita mengenai keberpalingan akidah Bani Israel, nabi juga langsung menerima permintaan maaf saudaranya atas kelemahannya dalam mengingatkan kaumnya yang terhasut oleh Samiri untuk menembah berhala patung anak lembu emas, dan penerimaan atas pertaubatan atas kaumnya karena mereka menyadari kesalahan mereka diri, kemudian nabi berdo'a memohon ampun kepada Allah swt. atas dirinya, saudaranya, dan kaumnya atas kesalahan yang telah mereka perbuat.<sup>21</sup>

---

<sup>19</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj* Juz 9-10, 101.

<sup>20</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj* Juz 9-10, 102.

<sup>21</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj* Juz 9-10, 102-103.

Berdasarkan Teori Kepribadian Islami: Al-Ghazali, pada ayat ini Nabi Musa as. telah mencapai dua tahapan dalam penyucian jiwa *tazkiyah al-nafs*, yaitu tahapan *nafs ammarah* dan *nafs lawwamah*. Perilaku Bani Israel yang menembah berhala patung anak lembu emas melambangkan dorongan *nafs ammarah* yang harus dikendalikan. Sebab pada peristiwa ini nabi marah dan kecewa atas perbuatan mereka. Tahapan *nafs lawwamah* tergambar melalui perjuangan nabi dalam meluruskan umatnya menunjukkan perjuangan moral pemimpin dalam menegakkan kebenaran. Setelah reda amaramah nabi, kemudian nabi segera mengevaluasi diri dan memohon ampun atas dirinya, kelemahan kekhalifahan Nabi Harus as. selama sepeninggalannya dan atas petobatan Bani Israel yang tersadar akan kesalahan yang mereka perbuat. Tidak tercapainya *nafs muthmainnah* karena dalam peristiwa ini nabi masih mengalami kemarahan dan kekecewaan, sehingga belum bisa dikatakan bahwa nabi telah mencapai tahap ini. Sebab sempurnanya *nafs muthmainnah* adalah ketika nabi telah mencapai ketenangan dan kepercayaan diri yang tinggi.

Respon nabi terhadap peristiwa ini menunjukkan tipe *high AQ (climbers/pendaki)*<sup>22</sup>. Walaupun pada awalnya nabi sempat terkejut, kemudian marah, kecewa sekaligus cemas akan perilaku kaumnya dan Samiri yang membuat berhala patung anak lembu dari emas. Namun, nabi tidak berhenti atau mundur untuk menghadapi tantangan moral yang berat sebagai seorang pemimpin. Nabi dapat mengontrol emosi pada dirinya dengan baik, berpegang teguh pada

---

<sup>22</sup>Tristiadi Ardi Ardani dan Istiqamah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, 59.

tanggungjawabnya dan menghadapi kesalahan kaumnya secara langsung dengan memberikan teguran yang tegas untuk kembali ke jalan yang benar dan nabi juga memohon ampun kepada Allah swt. agar mengampuni mereka. Pendekatan tafsir *adabi al-ijtima'iy* pada ayat ini adalah menekankan pentingnya pemimpin yang tegas dan sabar dalam menghadapi kelemahan masyarakat. Adapun pembahasan secara sederhana peneliti uraikan dalam tabel berikut.

Tabel 4.A.2. Pembahasan Ujian Kenabian dari Allah swt. yang Dihadapi oleh Nabi Musa as. (Kisah Patung Anak Lembu Emas): Q.S. al-A'râf/7: 148-151

| Teori Resiliensi ( <i>Resilience Theory</i> ) oleh Michael Rutter |   |
|---|---|
| Faktor risiko (ujian yang dihadapi oleh Nabi Musa as.)            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Potensi kehilangan kontrol diri (<i>self-control</i>).</li> <li>2. Kegagalan nabi dalam memimpin dan mengarahkan umatnya yang kala itu sedang mengalami krisis keimanan hingga mereka berani ingkar berpaling imannya.</li> </ol>   |
| Faktor pelindung  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dukungan sosial: Nabi Harun as., pengikut Nabi Musa as., dan Allah swt.</li> <li>2. Kecerdasan: kecerdasan fisik dan emosional Nabi Musa as. terlihat dari tindakannya yang tidak langsung menghukum Samiri yang membuat berhala berupa patung anak lembu emas beserta kaumnya yang ingkar.</li> <li>3. Keyakinan (iman): Nabi mengimani atas rencana Allah swt, walaupun diliputi dengan kecemasan dan stres setelah Allah swt. memberitahukan perihal kaumnya yang berpaling menyembah berhala.</li> <li>4. <i>Self-efficacy</i>: Nabi menunjukkan keyakinan untuk memimpin dan mengendalikan umatnya yang sedang mengalami krisis keimanan.</li> </ol> |
| Manifestasi Resiliensi  |   |
| Reaksi emosi  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Marah</i> dan <i>sedih</i> lantaran kecewa atas Bani Israel yang berpaling dari ajaran nabi mengenai ajaran Tauhid untuk hanya menyembah Tuhan Yang Maha Esa.</li> <li>2. <i>Tenang</i> ketika nabi telah reda amarahnya atas tindakan kaumnya yang berpaling atas ajarannya dan menyembah berhala patung anak lembu emas yang kemudian nabi memohon ampun atas kemarahannya, kelemahan kekhalifahan saudaranya Nabi Harun as., dalam menegur kaumnya.</li> </ol>  |
| Pengalaman emosional  | <i>Cemas</i> dan <i>stres</i> ketika nabi mengetahui bahwa kaumnya telah berpaling atas ajarannya.  |
| Manifestasi Resiliensi yang                                       | 1. <i>Sabar</i> yaitu dari regulasi emosi yang baik pada nabi yang tergambar melalui sikapnya yang tidak langsung menghukum   |

|  |   |
|--|---|
| ditunjukkan Oleh Nabi Musa as.                                   | Samiri atas tindakan menghasut Bani Israel untuk membuat dan menyembah patung anak lembu emas buaatnya, beserta pengikutnya yang telah melakukan kesalahan.<br>2. Nabi memperlihatkan sikap <i>berjiwa besarnya</i> ketika nabi mengakui kesalahannya kepada Tuhan karena cepatnya nabi tersulut emosi dan kehilangan kesabaran, sesaat setelah mendengar berita mengenai keberpalingan akidah Bani Israel, nabi juga langsung menerima permintaan maaf saudaranya atas kelemahannya dalam mengingatkan kaumnya yang terhasut oleh Samiri untuk menembah berhala patung anak lembu emas, dan penerimaan maaf dari kaumnya yang berbuat. |
| Dampak atau hikmah   | Nabi Musa as. belajar untuk lebih bisa mengendalikan dirinya ( <i>self-regulation</i> ).  |
| Teori Penyucian Jiwa ( <i>Tazkiyah Al-Nafs</i> ) oleh Al-Ghazali |   |
| <i>Nafs Ammarah</i>  | Perilaku Bani Israel yang menembah berhala patung anak lembu emas melambangkan dorongan nafs ammarah yang harus dikendalikan. Sebab pada peristiwa ini nabi marah dan kecewa atas perbuatan mereka.   |
| <i>Nafs Lawwamah</i>   | Perjuangan nabi untuk meluruskan umatnya menunjukkan perjuangan moral pemimpin dalam menegakkan kebenaran. Setelah reda amaramah nabi, kemudian nabi segera mengevaluasi dir dan memohon ampun atas dirinya, kelemahan kekhalifahan Nabi Harus as. selama sepeninggalannya dan atas petobatan Bani Israel yang tersadar akan kesalahan yang mereka perbuat.   |
| <i>Nafs Muthmainnah</i>  | Dalam peristiwa ini nabi masih mengalami kemarahan dan kekecewaan, sehingga belum bisa dikatakan bahwa nabi telah mencapai tahap ini.   |

### 3. Ujian dari Allah swt. yang Dihadapi oleh Nabi Musa as. dalam Menuntut Ilmu Berguru dengan Khidir

Pada Q.S. al-Kahf/18: 66-82 tergambar jelas mengenai hal ini. Nabi Musa as. telah Allah swt. hadapkan dengan ujian kehidupan dalam berguru menuntut ilmu bersama Khidir yaitu nabi mengalami risiko kognitif, sulit menyerap ilmu atau mempelajari yang nampak dihadapannya karena perilaku yang tak logis yang dilakukan

oleh Khidir yang tiba-tiba. Seperti, Khidir yang tiba-tiba merusak kapal,<sup>23</sup> membunuh seorang anak muda,<sup>24</sup> sampai memperbaiki tembok yang runtuh di sebuah desa yang tidak ramah tanpa di upah.<sup>25</sup> Nabi mengalami risiko spiritual atas pemahaman hikmah ilahi tatkala mengikuti Khidir, melihat perilakunya yang tak biasa, aneh dan sukar ditangkap secara logis. Hal ini juga yang menyebabkan kegagalan nabi dalam menahan diri untuk bertanya sebelum waktu yang tepat ketika berguru dengan Khidir.

Tolak ukur resiliensi pada teori ini diamati berdasarkan bagaimana faktor risiko berupa ujian kehidupan yang dihadapi oleh nabi kemudian dapat dikurangi dengan faktor pelindung yang terlibat.<sup>26</sup> Allah swt. tentu menjadi faktor pelindung utama nabi, kemudian kecerdasan emosional yang baik pada nabi, terlihat dari sikap yang sabar bertanya tentang boleh tidaknya ia mengikutinya untuk belajar ilmu yang tak dia ketahui, meski sudah diperingatkan oleh Khidir bahwa nabi tak akan bias sabar mengikutinya. Namun, karena kesopanan dalam meminta izin akhirnya Khidir pun menerima permintaan nabi untuk mengikutinya, dan sikap meminta maaf ketika melakukan kesalahan dengan tenang yang juga memperlihatkan kecerdasan emosional nabi. Faktor pelindung lain yang ada pada nabi adalah mengenai iman yang ada pada dirinya. Nabi mengimani atas rencana Allah swt, nabi juga menunjukkan kemampuannya untuk senantiasa tekun dalam menuntut ilmu berguru dengan Khidir, walaupun diliputi dengan rasa gelisah dan

---

<sup>23</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* volume 7, 348.

<sup>24</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj Juz 15-16*, 296.

<sup>25</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* volume 7, 351-352.

<sup>26</sup>Michael Rutter, "Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms." *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 57, no. 3, 320-330.

kebingungan selama proses pembelajaran. (Q.S. al-Kahf/18: 66-77). Namun, pada akhirnya nabi merasa tenang kembali karena menerima pengetahuan berupa hikmah di balik tindakan Khidir. (Q.S. al-Kahf/18: 78-82).

Pada ayat ini resiliensi Nabi Musa as. termanifestasi melalui sikap sabar bertanya tentang boleh tidaknya ia mengikutinya untuk belajar ilmu yang tak dia ketahui, meski sudah diperingatkan oleh Khidir bahwa nabi tak akan bisa sabar mengikutinya. Sikap *berjiwa besar* nabi tunjukkan ketika nabi menerima akan keterbatasan pengetahuan yang dimilikinya, sebab pengetahuan nabi adalah dalam ranah ilmu pengetahuan duniawi sedangkan pengetahuan Khidir masuk kedalam ranah ilmu pengetahuan ilahi.

Berdasarkan Teori Penyucian Jiwa (*tazkiyah al-nafs*) oleh Al-Ghazali, pada ayat ini Nabi Musa as. telah mencapai semua tahapan dalam penyucian jiwa *tazkiyah al-nafs*. Yaitu, melalui rasa keingintahuan tinggi nabi dalam menuntut ilmu berguru bersama Khidir yang menggambarkan *nafs ammarah*, nabi menjadi lebih kritis dan evaluatif terhadap peristiwa yang terjadi untuk memahami segala tindakan yang Khidir lakukan yang menggambarkan *nafs lawwamah*, dan keteguhan nabi dalam menerima takdir ilahi dan kebijaksanaan yang didapatkan selama berguru dengan Khidir menggambarkan tingkatan tertinggi kepribadian yang tenang (*nafs muthmainnah*) dan puas dengan keputusan Allah swt.

Respon Nabi Musa as. terhadap peristiwa dalam kisah ini menunjukkan tipe *high AQ (climbers/pendaki)*<sup>27</sup> yang ditunjukkan oleh sikap nabi yang selalu haus

---

<sup>27</sup>Tristiadi Ardi Ardani dan Istiqamah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, 59.

akan pengetahuan, gigit mencari kebenaran dan pemahaman serta terus mendorong dirinya untuk memahami berbagai situasi yang sulit. Pendekatan tafsir *adabi al-ijtima'iy* tergambar melalui sikap nabi dalam belajar dan pelajaran tentang menerima kebijakan ilahi sebagai landasan resiliensi dalam menghadapi kesulitan hidup. Adapun pembahasan secara sederhana peneliti uraikan dalam tabel berikut.

Tabel 4.A.2 Analisa Ujian dari Allah swt. yang Dihadapi oleh Nabi Musa as. dalam Menuntut Ilmu Berguru dengan Khidir: Q.S. al-Kahf/18: 66-82

| Teori Resiliensi ( <i>Resilience Theory</i> ) oleh Michael Rutter |  |
|---|--|
| Faktor risiko (ujian yang dihadapi oleh Nabi Musa as.)            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Risiko kognitif<sup>28</sup> dan spiritual atas pemahaman hikmah ilahi.</li> <li>2. Kegagalan dalam menahan diri untuk bertanya sebelum waktu yang tepat ketika berguru dengan Khidir.</li> </ol>  |
| Faktor pelindung  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dukungan sosial: Allah swt.</li> <li>2. Kecerdasan: kecerdasan emosional Nabi terlihat dari sikap yang sabar bertanya tentang boleh tidaknya ia mengikutinya untuk belajar ilmu yang tak dia ketahui, juga kesopanan dalam meminta izin dan meminta maaf ketika melakukan kesalahan dengan tenang dan tidak memaksa.</li> <li>3. Keyakinan (iman): Nabi mengimani atas rencana Allah swt, walaupun diliputi dengan kebingungan selama proses pembelajaran.</li> <li>4. <i>Self-efficacy</i>: Nabi menunjukkan kemampuannya untuk senantiasa tekun dalam menuntut ilmu berguru dengan Khidir, meskipun nabi dihadapkan oleh situasi kondisi yang membingungkan selama proses pembelajaran.</li> </ol> |
| Manifestasi Resiliensi  |  |
| Reaksi emosi  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Gelisah</i> dan bingung karena ketidaktahuan nabi atas hikmah di balik tindakan Khidir.</li> <li>2. <i>Tenang</i> karena nabi menerima pengetahuan berupa hikmah di balik tindakan Khidir.</li> </ol>   |
| Pengalaman emosional  | <i>Cemas, stres</i> dan kebingungan karena ketidaktahuan nabi atas hikmah di balik tindakan Khidir.  |

<sup>28</sup>Risiko kognitif merupakan keadaan terjadinya gangguan kognitif, seperti menurunnya kemampuan berfikir, belajar, dan melakukan kemampuan eksekutif seperti melakukan evaluasi, menilai, merencanakan sesuatu yang berperan penting dalam kehidupan sehari-hari. Dalam penelitian ini risiko kognitif yang terjadi pada Nabi Musa as., adalah tatkala ia harus memahami makna dibalik tindakan Khidir yang tiba-tiba dan tidak logis. Lihat NK Agustin, "Konsep Kognitif pada Lansia." *Skripsi* (Malang: STIKes Panti Waluya Malang, 2024), 8.

|  |   |
|--|---|
| Manifestasi Resiliensi yang ditunjukkan Oleh Nabi Musa as.       | <i>Sabar dan berjiwa besar</i> ketika nabi dihadapkan pada situasi kondisi yang membingungkan karena ketidaktahuannya atas hikmah di balik tindakan Khidir.   |
| Dampak atau hikmah   | Nabi menerima akan keterbatasan pengetahuan yang dimilikinya, sebab pengetahuan nabi adalah dalam ranah ilmu pengetahuan duniawi sedangkan pengetahuan Khidir masuk kedalam ranah ilmu pengetahuan ilahi. |
| Teori Penyucian Jiwa ( <i>Tazkiyah Al-Nafs</i> ) oleh Al-Ghazali |   |
| <i>Nafs Ammarah</i>  | Rasa keingintahuan tinggi nabi dalam menuntut ilmu berguru bersama Khidir   |
| <i>Nafs Lawwamah</i>   | Nabi menjadi lebih kritis dan evaluatif terhadap peristiwa yang terjadi untuk memahami segala tindakan yang Khidir lakukan.   |
| <i>Nafs Muthmainnah</i>  | Keteguhan nabi dalam menerima takdir ilahi dan kebijaksanaan yang didapatkan selama berguru dengan Khidir menggambarkan tingkatan tertinggi kepribadian yang tenang dan puas dengan keputusan Allah swt.  |

## B. Relevansi Resiliensi Nabi Musa as. dengan Konteks Kehidupan Modern

### 1. Menghadapi Krisis dan Tekanan

Relevansi resiliensi Nabi Musa as. dalam konteks kehidupan modern saat ini memiliki keterkaitan dengan berbagai tantangan dalam kehidupan (seperti krisis ekonomi, sosial, lingkungan, hingga masalah kesehatan mental) yang dapat dilihat dari keadaan saat ini dimana banyak dari masyarakat di Indonesia yang mengalami tekanan akibat dari kehilangan pekerjaan, krisis identitas (ketidakpastian tentang diri sendiri), kebingungan spiritual, kehilangan makna hidup atau pun masalah keluarga.<sup>29</sup> Menurut Pargament, dalam pandangan psikologi agama, keimanan membantu individu dalam mengatasi stres dengan memberikan makna pada

<sup>29</sup>Laila. "Krisis Identitas: Pengertian, Penyebab, dan Cara Menghadapinya." Dalam [https://www.gramedia.com/literasi/krisis-identitas/?srsltid+AfmBOorM\\_6PLyY3\\_4VAQIPed3fvBi0Nf6h25IAJGvRYsSTwrncjRBNeutm](https://www.gramedia.com/literasi/krisis-identitas/?srsltid+AfmBOorM_6PLyY3_4VAQIPed3fvBi0Nf6h25IAJGvRYsSTwrncjRBNeutm), diakses pada 31 Desember 2024.

kehidupan. Tawakal dapat memperkuat resiliensi spiritual individu.<sup>30</sup> Iman yang kuat memberi rasa aman dan keyakinan akan pertolongan Allah swt. Dalam Islam, iman adalah fondasi resiliensi spiritual yang mendukung kesabaran dan keteguhan hati.<sup>31</sup>

Dalam hal ini, resiliensi Nabi Musa as. dapat dijadikan acuan sebagai teladan ketika mengalami tekanan hidup, karena untuk mencapai keberhasilan atau kesuksesan dalam perjalanan hidup tentu tidak digapai dengan mudah, tetapi harus dilalui dengan penuh ketekunan, kesabaran, dan iman yang kuat kepada Allah swt. Seperti halnya nabi ketika Allah swt. hadapkan terus-menerus dengan berbagai ujian atau cobaan yang berat dan berisiko sepanjang perjalanan hidupnya, (Q.S. Thâhâ/20: 40-41) baik sebagai individu atau pun perannya sebagai pemimpin.<sup>32</sup> Resiliensi Nabi Musa as. dalam menghadapi suatu masalah yang dapat menimbulkan tekanan hidup dapat dijadikan teladan agar dapat menjadi pribadi yang resilien hingga dapat bertahan dalam segala tekanan dalam menghadapi problematika kehidupan dalam dinamika perubahan masyarakat dan lingkungan sekitar.

## 2. Kepemimpinan yang Tangguh di Masa Sulit

Goleman menekankan bahwa kecerdasan emosional merupakan kunci kepemimpinan dalam masa krisis. Seorang pemimpin harus mampu menjaga ketenangan dan memberi arahan yang jelas.<sup>33</sup> Relevansi resiliensi Nabi Musa as. dalam konteks kepemimpinan yang tangguh di masa sulit dalam kehidupan modern

---

<sup>30</sup>K.I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*, 130-135.

<sup>31</sup>Abu Hamid al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, 45-49.

<sup>32</sup>Teungku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nuur* 3, 2529.

<sup>33</sup>D. Goleman, *Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building*, 100-105.

saat ini memiliki keterkaitan yang dapat dilihat dari keadaan saat pandemic Covid-19 yang terjadi pada Maret-Juli 2020 misalnya, di mana Indonesia menjadi salah satu dari sepuluh negara dengan kasus tertinggi dengan salah satu faktornya yaitu karena ketika terjadi mudik terutama saat hari raya, terjadi peningkatan kapasitas tes setiap harinya. Hal ini disebabkan oleh pemahaman akan kepemimpinan krisis (*crisis leadership*) yang masih rendah.<sup>34</sup>

Resiliensi Nabi Musa as. terutama dalam hal memimpin umat yang sering kali meragukannya.<sup>35</sup> relevan dalam konteks kepemimpinan modern saat ini, baik dalam lingkungan bisnis, politik, maupun sosial, yang membuat seorang pemimpin mengemban tugas berat yang mengharuskannya untuk mampu mengelola kelompok yang tidak selalu searah dengan tujuan visi misinya. Kepemimpinan yang tangguh membutuhkan *adversity quotient* (AQ) untuk tetap tenang dalam mencari solusi dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi suatu konflik internal.<sup>36</sup> Sikap Nabi Musa as. dalam menghadapi kaumnya yang sulit diatur, terutama ketika terjadi peristiwa ingkarnya kaum nabi akibat krisis keimanan yang membuat mereka berbalik menyembah berhala berupa anak lembu emas yang dapat mengeluarkan suara yang dibuat oleh Samiri dari perhiasan emas mereka ketika nabi bermunajat berbicara kepada Allah swt. serta menerima wahyu dari-Nya.<sup>37</sup> (Q.S. al-A'râf/7: 148-151). Dalam situasi konsisi yang terjadi pada saat itu, nabi tetap berusaha untuk

---

<sup>34</sup>Frederik Masri Gasa, Herma Retno Prabayanti, Yoshephine Aurelia Purnomo, "Refleksi Kepemimpinan Krisis Pemerintah Pada Fase Awal Covid-19 di Indonesia" *Jurnal Pustaka Komunikasi*, Vol. 5, No. 1, Maret 2022, 2.

<sup>35</sup>Wahbah al Zuhaylî, *Tafsir Al-Munir Jilid 5*, terj. Abdul Hayyie Al Kattani, dkk, 106-107.

<sup>36</sup>Tristiadi Ardi Ardani dan Istiqamah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, 59.

<sup>37</sup>Wahbah al Zuhaylî, *Al Tafsîr Al Munir fi Al 'Aqîdah wa al Syarî'ah wa al Manhaj Juz 9-10*, 95.

mempimpin mereka ke jalan kebenaran, meskipun nabi telah berulang kali mengalami pengkianatan dan ketidakpatuhan. Oleh karena itu, Nabi Musa as. bisa dijadikan contoh teladan yang baik untuk kepemimpinan era modern dalam menghadapi tekanan agar tetap fokus untuk mencapai tujuan yang lebih besar.

### 3. Kesabaran dalam Menghadapi Problematika Kehidupan yang Tak Pasti

Menurut Viktor Frankl, kesabaran dalam menghadapi penderitaan adalah bentuk tertinggi dari resiliensi. Frankl menekankan bahwa seseorang yang mampu menemukan makna dalam penderitaan akan lebih kuat dalam mengatasi krisis.<sup>38</sup> Relevansi resiliensi Nabi Musa as. dalam konteks kehidupan modern yang seringkali dihadapkan pada situasi yang tak pasti, seperti cepatnya perkembangan teknologi, perubahan iklim, atau pandemi yang membuat individu tertekan. Adapun persiapan yang dapat dilakukan untuk menghadapi situasi tersebut sebagaimana yang dapat dicontoh dari negara yang berhasil beradaptasi, dengan bertahan bahkan dapat berkembang pesat seperti Singapura diantaranya melakukan pembelajaran dengan memanfaatkan teknologi dan data analitik, sehingga dapat secara cepat menanggapi situasi ketidakpastian tersebut termasuk dalam krisis kesehatan, dan ekonomi tatkala terjadi pandemic global. Oleh karena itu, individu dapat melakukan persiapan dengan setiap hari bahkan seumur hidupnya untuk senantiasa memperbaharui pengetahuan dan keterampilan,<sup>39</sup> serta dengan memperkuat

---

<sup>38</sup>Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning*, 85-88.

<sup>39</sup>EU Ekonomi Update. "Menghadapi Ketidakpastian dan Proyeksi untuk 2025", dalam <https://ekonomiupdate.com/menghadapi-ketidakpastian-penelitian-dan-proyeksi-untuk-2025/?utm>, diakses pada 6 Maret 2025.

resiliensi dengan bersabar dan berjiwa besar sehingga dapat menciptakan peluang di tengah ketidakpastian hidup.<sup>40</sup>

Sebagaimana sikap sabar yang ditunjukkan oleh Nabi Musa as., meskipun menghadapi berbagai tantangan berat, nabi tetap teguh dalam menjalankan misinya. Misalnya ketika nabi menghadapi situasi kondisi yang membingungkan selama perjalanan berguru menimba ilmu dengan Khidir yang membuat nabi tertekan dan mengalami kecemasan. Pada saat itu, nabi sedang menghadapi ujian resiliensi intelektual ketika diminta untuk bersabar oleh Khidir dalam menghadapi hal-hal yang tampak tidak logis dalam perjalanan mereka, seperti Khidir yang tiba-tiba merusak kapal,<sup>41</sup> membunuh seorang anak muda,<sup>42</sup> sampai memperbaiki tembok yang runtuh di sebuah desa yang tidak ramah tanpa di upah<sup>43</sup> yang berakhir pada pemahamannya terhadap hikmah dibalik tidakan Khidir, yaitu memahami bahwa ada taraf pengetahuan baru, yaitu berupa ilmu pengetahuan pada ranah yang ghaib yang merupakan karunia Allah swt. kepada Khidir.<sup>44</sup> (Q.S. al-Kahf/18: 66-82). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi tidak hanya membahas mengenai ketangguhan fisik dan mental, tetapi juga tentang spiritualitas kesabaran untuk menerima bahwa dalam menjalani hidup akan banyak ditemui hal-hal yang di luar kendali.

---

<sup>40</sup>Tristiadi Ardi Ardani dan Istiqamah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, 69-7.

<sup>41</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an volume 7*, 348.

<sup>42</sup>Wahbah al Zuhayli, *Al Tafsir Al Munir fi Al 'Aqidah wa al Syari'ah wa al Manhaj Juz 15-16*, 296.

<sup>43</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an volume 7*, 351-352.

<sup>44</sup>Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an di Bawah Naungan Al-Qur'an jilid 7*, terj. As'ad Yasin, dkk, 337.