

LAMPIRAN

Lampiran 1: SK Seminar Proposal



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3257627; Faksimili (0511) 3254344;
Website: www.uin-antasari.ac.id; E-mail: info@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor 136 / Un. 14/III.3/PP.00.9/06/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir menerangkan bahwa:

Nama : Ahmad Zafirul Karim
NIM : 210103020128
Tempat Tanggal Lahir : Barabai, 10 Juli 2002
Program Studi : S1 Ilmu Al-Quran dan Tafsir
Tahun Akademik : Genap 2023/2024

Adalah benar telah melaksanakan seminar proposal dengan judul:

INTERPRETASI AYAT-AYAT RESILIENSI DIKALANGAN MAHASISWA PROGRAM KHUSUS ULAMA (PKU) FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UIN ANTASARI BANJARMASIN

Demikian surat keterangan ini diberikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 13 Juni 2024

Ketua Prodi Ilmu Al-Quran dan Tafsir,



Rizki Saputra, MA
NIP 198910252019031016

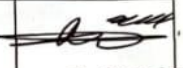
Lampiran 2: Surat Konsultasi Skripsi


KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
 Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Ahmad Zafinul Karim
 NIM : 210103020128
 Judul : Ayat-Ayat Referensi dalam Pemahaman
Mohafisawa Program Khusus Ustama (PKU)
Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin

Dosen Pembimbing :
 1. Drs. H. Basnan, M.Fil.
 2. Bashori, M.Ag

No	Tanggal	Deskripsi Masalah yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	14/2	Pengajuan Judul	
2	3/3	Revisi Proposal: Perbaikan rumusan masalah	
3	14/4	Revisi bab I: Perubahan Judul	
4	21/4	Penyusunan kerangka konseptual & pemilihan ayat: Revisi	
5	5/5	Revisi bab II: Penyusunan landasan teori	
6	12/5	Penyusunan bab III & Konsultasi Pedoman wawancara	
7	22/5	Konsultasi bab IV	
8	16/5	Revisi bab IV + Rancangan bab V	
9	2/6	Konsultasi bab V	
10	9/6	Revisi bab V	
11	17/6	Konsultasi bab I - V	
12	19/6	Setelah diujikan ke prodi	

with disidangkan
 Banjarmasin,
 Ketua Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

 Riza Saputra, MA
 NIP. 198910252019031016



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Ahmad Zafinul Karim
NIM : 210103020128
Judul : Ayat-Ayat Restitusi dalam Pemahaman Mahasiswa Program Khusus Ulama (PKU) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin

Dosen Pembimbing :
1. Dr. H. Basriah, M.Fil.
2. Basriah M. Ag

No	Tanggal	Deskripsi Masalah yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	4/3/2024	Koreksi struktur penulisan	
2	15/4/2024	Konsultasi Perubahan judul	
3	22/4/2024	Revisi bab I	
4	6/5/2024	Konsultasi bab II	
5	13/5/2024	Revisi bab II	
6	19/5/2024	Konsultasi bab III	
7	23/5/2024	Konsultasi bab IV	
8	27/5/2024	Revisi bab IV	
9	5/6/2024	Konsultasi bab V	
10	16/6/2024	Revisi bab V	
11	17/6/2024	Konsultasi bab I - V	
12	19/6/2024	Finalisasi bab I - V	

Banjarmasin,
Ketua Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Riza Saputra, MA
NIP. 198910252019031016

Lampiran 3: Surat Pengantar Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3266593
Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

Nomor : 710/Un.14/III.3/TL.00/04/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 (Satu) Lembar
Hal : Riset dalam Rangka Penyusunan Skripsi

Yth. Ketua PKU
Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari
Banjarmasin

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan Hormat, bersama ini kami mohon izin serta bantuan Bapak/Ibu agar berkenan kiranya memberikan informasi/data yang diperlukan mahasiswa(i) :

Nama : Ahmad Zafirul Karim
NIM : 210103020128
Jurusan : S1 Ilmu Al-Quran dan Tafsir
Alamat : Komp. Wengga Jln. Tulip Blok B No. 28 Kel. Pabahanan Kec.
Pelaihari Kab. Tanah Laut

sehubungan dengan penelitian yang akan dilaksanakan sebagaimana surat riset terlampir.

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu serta kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Banjarmasin, 24 April 2025

Dekan,



Dakri Nirwana

Lampiran 4: Surat Izin Riset

	KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593 Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id
---	---

SURAT RISET

Nomor: 709/Un.14/III.3/PP.00.9/04/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini menugaskan :

Nama	: Ahmad Zafriul Karim
NIM	: 210103020128
Semester	: VIII (Delapan)
Jurusan	: S1 Ilmu Al-Quran dan Tafsir
Alamat Sekarang	: Komp. Wengga Jln. Tulip Blok B No. 28 Kel. Pabahanan Kec. Pelaihari Kab. Tanah Laut
Untuk	: Melakukan riset / penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi dengan judul:

Ayat - Ayat Resiliensi dalam Pemahaman Mahasiswa Program Khusus Ulama (PKU) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin

Tempat yang dituju	: Program Khusus Ulama, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin
Barang yang dibawa	: Seperangkat Alat Penelitian
Lamanya Riset	: 2 (Dua) Bulan
Dari Tanggal	: 28 April 2025
Sampai Tanggal	: 28 Juni 2025

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian surat riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak-pihak terkait dapat memberikan bantuan sepenuhnya.

Banjarmasin, 24 April 2025

Dekan,


Adzikri Nirwana

Melayani Lebih Baik, Lebih Baik Melayani

Lampiran 5: SK Riset Selesai dari Mikwa



SURAT KETERANGAN

Nomor: 1732/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : Ahmad Zafirul Karim
 NIM : 210103020128
 Tempat Tanggal Lahir : Barabai, 10 Juli 2002
 Program Studi : S1 Ilmu Al-Quran dan Tafsir
 Semester : VIII (Delapan)
 Alamat : Komp. Wengga, jln Tulip, blok B no. 28, Kel. Pabahanan,
 Kec. Pelaihari, Kab. Tanah Laut, Kalimantan Selatan

telah melaksanakan Riset/Penelitian dalam rangka penyusunan Skripsi pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin selama 2 (Dua) Bulan dari tanggal 28 April 2025 s/d 28 Juni 2025 dengan judul

AYAT-AYAT RESILIENSI DALAM PEMAHAMAN MAHASISWA PROGRAM KHUSUS ULAMA (PKU) FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UIN ANTASARI BANJARMASIN

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Demikian surat keterangan ini agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 19 Juni 2025

Dekan,

Dekan, Nirwana

Lampiran 6: SK Riset Selesai dari PKU



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM KHUSUS ULAMA**

Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
e-mail: fuh@uin-antasari.ac.id website: http://www.fuh.uin-antasari.ac.id.

SURAT KETERANGAN SELESAI RISET

No: B-1370/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa:

Nama : Ahmad Zafirul Karim
NIM : 210103020128
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Alamat : Komp. Wengga, Jl. Tulip Blok B No. 28 Kel. Pabahanan Kec.
Pelaihari Kab. Tanah Laut

Yang bersangkutan benar-benar telah melakukan penelitian di Program Khusus Ulama dengan judul skripsi "*Ayat-Ayat Resiliensi dalam Pemahaman Mahasiswa Program Khusus Ulama (PKU) UIN Antasari Banjarmasin*" sejak tanggal 1 April 2025 sampai 30 Mei 2025.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 20 Juni 2025

Ketua Pengelola PKU,



Najib Irsyadi, S.Th.I., M.Hum.

Tembusan:

1. Dosen Pembimbing Skripsi;
2. Mahasiswa yang Bersangkutan;
3. Arsip.

Lampiran 7: Sertifikat Ujian Komprehensif



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

e-mail: fuh@uin-antasari.ac.id website: <http://www.fuh.uin-antasari.ac.id>.

SERTIFIKAT

Nomor: 135/Un.14/III.3/PP.01.1/01/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini memberikan sertifikat kepada :

N a m a : Ahmad Zafirul Karim
N I M : 210103020128

Telah L U L U S dalam menempuh UJIAN KOMPREHENSIF pada Jurusan Ilmu Al-Quran dan Tafsir dengan nilai akhir 86,33 (A) bobot : 3,75

Demikian sertifikat ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 23 Januari 2025

Dekan,



Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag
NIP. 197812272003121002

Lampiran 8: Pedoman Wawancara

Pedoman Wawancara Penelitian

Judul Skripsi:

Ayat-Ayat Resiliensi dalam Pemahaman Mahasiswa Program Khusus Ulama (PKU) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin

Tujuan Wawancara:

Menggali pemahaman, implementasi, dan relevansi nilai-nilai resiliensi (sabar, tawakkal, dan optimisme) berdasarkan ayat-ayat Al-Qur'an dalam kehidupan mahasiswa PKU.

A. Informasi Umum Informan

- Nama:
- Jenis Kelamin:
- Usia:
- Semester:
- Latar Belakang Pendidikan Sebelumnya:
- Kegiatan Organisasi/Kepemimpinan yang Diikuti (jika ada):

B. Pertanyaan Utama

1. Pemahaman terhadap Ayat-Ayat Resiliensi

a. Sabar

- Bagaimana pemahaman Anda tentang konsep sabar sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. al-Baqarah/2:155–157 dan Q.S. Âli ‘Imrân/3:186?
- Menurut Anda, apa makna penting dari sikap sabar dalam menghadapi ujian atau musibah, berdasarkan ajaran ayat-ayat tersebut?

b. Tawakkal

- Apa makna tawakkal menurut Anda berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65:3?
- Bagaimana Anda memaknai tawakkal dalam konteks usaha dan doa dalam kehidupan Anda sehari-hari?

c. Optimisme

- Bagaimana Anda memahami konsep optimisme dalam dan Q.S. az-Zumar/39:53 dan Q.S. Yûsuf/12:87?
- Menurut Anda, bagaimana nilai optimisme itu penting dalam menjaga semangat hidup?

d. Konteks Historis

- Sejauh mana Anda memahami latar belakang turunnya ayat-ayat tentang sabar, tawakkal, dan optimisme tersebut?

- Menurut Anda, apakah memahami konteks sejarah ayat membantu dalam menghayati pesan-pesan Qur'ani?

e. Keterkaitan dengan Kehidupan

- Bagaimana Anda mengaitkan makna ayat-ayat tersebut dengan pengalaman Anda sebagai mahasiswa PKU yang menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial?

2. Implementasi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Mahasiswa

a. Perilaku Sabar

- Dalam situasi apa saja Anda merasa perlu menerapkan nilai sabar dalam kehidupan akademik atau sosial Anda?
- Bisa ceritakan pengalaman saat Anda harus bersabar dalam menghadapi kegagalan atau kesulitan?

b. Tindakan Tawakkal

- Bagaimana Anda menunjukkan sikap tawakkal saat menghadapi ujian, keputusan penting, atau masalah kehidupan lainnya?
- Apakah ada pengalaman ketika Anda merasa tawakkal memberikan ketenangan dalam menghadapi situasi sulit?

c. Perilaku Optimisme

- Apakah Anda tetap menjaga optimisme ketika menghadapi kesulitan? Bagaimana Anda mempertahankan sikap tersebut?

- Apakah nilai optimisme mempengaruhi cara Anda menentukan tujuan atau mengatasi kegagalan?

d. Strategi Coping Qur'ani

- Strategi atau langkah apa yang biasanya Anda lakukan untuk bertahan dalam situasi sulit, dengan berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, khususnya tentang sabar, tawakkal, dan optimisme?

3. Relevansi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Kontemporer Mahasiswa

a. Persepsi Manfaat Nilai Resiliensi

- Menurut Anda, seberapa penting nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi masalah hidup di era sekarang?
- Dalam konteks mahasiswa PKU, bagaimana nilai-nilai ini membantu menghadapi tekanan akademik dan sosial?

b. Penilaian Efektivitas

- Bagaimana Anda menilai efektivitas ajaran sabar, tawakkal, dan optimisme dari Al-Qur'an dalam membantu Anda bertahan menghadapi tekanan hidup?

c. Kontekstualisasi dalam Kehidupan Modern

- Bagaimana Anda mengaplikasikan nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti persaingan akademik, teknologi, atau dinamika sosial?

C. Penutup

- Apakah ada pengalaman pribadi lain yang ingin Anda bagikan terkait nilai-nilai resiliensi dalam kehidupan Anda sebagai mahasiswa PKU?
- Menurut Anda, apa pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling menginspirasi Anda dalam menjalani hidup?

Lampiran 9: Verbatim Wawancara

VERBATIM WAWANCARA PENELITIAN

Nama : Ahmad Zafirul Karim
 NIM : 210103020128
 Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
 Judul Skripsi : Ayat-Ayat Resiliensi dalam Pemahaman Mahasiswa Program Khusus Ulama (PKU) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin

Ketentuan:

1. Wawancara dengan 6 orang informan

Tujuan Wawancara:

Menggali pemahaman, implementasi, dan relevansi nilai-nilai resiliensi (sabar, tawakkal, dan optimisme) berdasarkan ayat-ayat Al-Qur'an dalam kehidupan mahasiswa PKU.

Kriteria Informan:

1. Mahasiswa aktif Program Khusus Ulama
2. Menjalani pendidikan minimal selama 2 tahun
3. Mengikuti pembinaan keislaman secara aktif
4. Bersedia serta mampu memberikan informasi secara reflektif dan mendalam.

1. Informasi Umum

- a. Nama/Inisial: Maulana
- b. Jenis Kelamin: Laki-laki
- c. Semester: 8 (delapan)
- d. Latar Belakang Pendidikan Sebelumnya: Pondok Pesantren Darussalim Bati-Bati
- e. Kegiatan Organisasi/Kepemimpinan yang Diikuti (jika ada): Ketua asrama putra PKU tahun 2023 dan aktif dalam organisasi keagamaan lainnya

1.	Pemahaman terhadap Ayat-Ayat Resiliensi	Bagaimana pemahaman Anda tentang konsep sabar sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. al-Baqarah/2:155–157 dan Q.S. Âli ‘Imrân/3:186?	Sabar
	I	Jadi sedikit yang aku pahami tentang ayat itu adalah bahwa sabar dalam pengertian ayat ini artinya Tuhan memberikan cobaan terlebih dahulu terhadap hambanya berupa tadi seperti harta, makanan dan sebagainya nah artinya kalau manusia itu atau hamba Allah tersebut mampu bertahan dalam kondisi yang cobaan tersebut maka ganjarannya kabar kegembiraan ya lo terhadap orang yang sabar itu, nah dalam itu yang aku pahami. (Q.S. al-Baqarah/2:155-157) menurut ku, ayat ini memberikan pemahaman lawan kita bahwa sabar itu bukan cuma tahan lawan musibah, tapi jua tahan hati lawan omongan orang, fitnah, bahkan gangguan dari orang yang benci lawan kita. Di ayat itu dijelaskan bahwa orang-orang beriman itu pasti akan diuji, baik lewat harta, jiwa, maupun lewat orang-orang yang memusuhi, kaya ahli kitab atau orang musyrik. Jadi, sabar di sini menurut ku artinya adalah kuat menahan diri, tetap	

		istiqamah, sabar lawan godaan dan tekanan, jangan sampai kita balas dengan hal yang kada baik jua.	
		Menurut Anda, apa makna penting dari sikap sabar dalam menghadapi ujian atau musibah, berdasarkan ajaran ayat-ayat tersebut?	
	I	Makna sabar yang bisa diambil dari ayat tdi, yang pertama adalah keteguhan hati kita terhadap cobaan-cobaan yang datang dari Tuhan berupa hal apapun itu baik sesama manusia ataupun selain itu. Seberapa sabar kita terhadap cobaan yang diberikan oleh Allah dengan berbagai cobaan baik itu ee apa baik itu cobaannya sesama manusia ataupun yang lain.	
		Apa makna tawakkal menurut Anda berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65:3?	Tawakkal
	I	Tawakkal yang ku pahami dari konteks ayat ini kita mengusahakan sesuatu ya kalo namun kemudian apakah sesuatu tersebut eee apa berakhir dengan baik atau tidak naa itu kita serahkan kepada Tuhan naa jika kita bertawakkal berserah diri pada Tuhan tadi jika kita tawakkal maka Allah akan aa apa tdi, membantu urusan kita nah kayaitu dan tadi Allah akan memberikan apa yang tidak disangka-disangka tadi apa? Rezeki yang tidak disangka-sangka naa itu kita berserah diri tdi, tapi dalam artian diawal ada usaha yang diperbuat.	
		Bagaimana Anda memaknai tawakkal dalam konteks usaha dan doa dalam kehidupan Anda sehari-hari?	
	I	Pakai misal boleh kalo? Misal nih menggawi skripsi misalnya ni kita sudah meusahakannya misalnya meluangkan waktu sebaik-baiknya untuk menggawi skripsi tadi lalu kemudian kita mengerjakan ibadah-ibadah dengan apa dengan berdoa kepada Tuhan untuk dimudahkan, lalu kemudian aaa dan ekspektasi untuk bisa	

		lulus tepat waktu aa misalnya lalu kemudia aaa disitu lah aa tawakkal itu kita tanamkan di akhir tadi sudah berusaha sudah berdoa naa tawakkal ditanamkan jika sesuai harapan maka itu anugrah dari Tuhan artinya apa Tuhan kabulkan doa tadi lalu kemudian jika kada sesuai harapan naaa itu tadi aa apa bentuk rahasia Tuhan aa apa tdi rezeki yang tidak terduga-duga kita kada tau naaa, hikmanya toh tdi.	
		Bagaimana Anda memahami konsep optimisme dalam Q.S. az-Zumar/39:53 dan Q.S. Yûsuf/12:87?	Optimisme
	I	Aku pakai contoh lah kyaini nah misal kita apa aaa rancak kada sumbahyang misalnya lalu kemudian tertanam di dirinya itu apaaa rasa ketidakpercayaan diri terhadap dosa yang inya perbuat selama ini karena meninggalkan sholat tadi, lalu kemudain jar Tuhan laa taqnatu min rahmatillah (janganlah berputus asa dari rahmat Allah) artinya yang seharusnya inya perbuat adalah tetap percaya diri bahwa rahmat Tuhan itu luas dan jangan menzhalimi dirinya maksudnya adalah jangan tetap kada sumbahyang, dengan tetap kada sumbahyang itu tadi sama artiannya bahwa inya mendzalimi dirinya sendiri maka dari itu tetap percaya diri bahwa Tuhan itu Maha Luas ampunannya. (Q.S. az-Zumar/39: 53) Sama kaya tadi contoh lain nih misal mencari data skripsi misalnya lalu kemudian data tersebut ternyata kurang, naah apa jar Tuhan tadi orang yang berputus asa sama dengan orang kafir. Maka dari itu kata Tuhan jangan berputus asa dari tahmat Allah karena kita tidak tau Allah memberi jalan seperti apa kena. (Q.S. Yûsuf/12: 87)	
		Menurut Anda, bagaimana nilai optimisme itu penting dalam menjaga semangat hidup?	

	I	Sangat penting sebab kalau tidak optimis maka kepercayaan diri itu bisa runtuh, contohnya tadi pas masa-masa menggawi skripsi. Munnya kada optimis bahwa skripsi itu selesai maka ketidakpercayaan dirinya bisa runtuh dan menyebabkan celaka pada dirinya.	
		Sejauh mana Anda memahami latar belakang turunnya ayat-ayat tentang sabar, tawakkal, dan optimisme tersebut?	Konteks Historis
	I	Masalah sabar tuh kan kisahnya ceritanya Rasulullah perang anu apa ketika Rasulullah perang, kaum Muslimin kalau kada salah mengalami peperangan, maka dari itu turun ayat itu supaya anu kamu Muslim nih sabar	
		Menurut Anda, apakah memahami konteks sejarah ayat membantu dalam menghayati pesan-pesan Qur'ani?	
	I	Sangat membantu sebab dengan tau cerita itu contohnya tadi perihal ayat tentang sabar ketika kaum Muslimin mengalami kekalahan untuk disuruh sabar maka kita bisa menerapkannya di kehidupan kita bahwa ketika kita mengalami kekalahan misalnya toh terhadap diri kita sendiri maka kita bisa menghalanya dengan sabar	
		Bagaimana Anda mengaitkan makna ayat-ayat tersebut dengan pengalaman Anda sebagai mahasiswa PKU yang menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial?	Keterkaitan dengan Kehidupan
	I	Dari sabar dulu lah, misal dari ayat sabar tadi ketika menjadi mahasiswa PKU maka ketakutan itu datang bahwa apakah aku bisa menyelesaikan ini atau tidak. Maka melalui konteks ayat ini maka kita disuruh untuk sabar dan sebagainya, kaya kelaparan tadi. Habis itu untuk tawakkal tadi ketika aku sudah berusaha untuk menjalankan semua apa yang sudah diberikan kepadaku tentang perkuliahan ini misalnya lalu kemudian	

		aku serahkan semuanya pada Tuhan, maka dari itu. Oh kyaini, ketika aku susah menjalankan semua pekerjaan yang diserahkan kepada ku tentang dunia perkuliahan ini lalu kemudian diserahkan hasilnya ataupun akhirnya kepada Tuhan, maka ini menjadi konteks konteks tawakkal dalam ayat-ayat ini. Lalu kemudian tentang optimisme bahwa ketika aku sudah mengerjakan semuanya tadi lalu kemudian sudah tawakkal kepada Tuhan tanpa berprasangka buruk kepada Tuhan, nah artinya optimis lo? Nah bahwa Tuhan tu pasti memberikan jalan	
2.	Implementasi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Mahasiswa	Dalam situasi apa saja Anda merasa perlu menerapkan nilai sabar dalam kehidupan akademik atau sosial Anda berdasarkan Q.S. al-Baqarah/2:155-157 dan Q.S. Âli `Imrân/3: 186?	Perilaku Sabar
	I	Dalam perihal menggawi skripsi, sabarnya ketika misal berhadapan dengan dosen pembimbing misalnya, banyaknya revisi yang diberikan. Lalu kemudian buntunya pikiran, nah itu sabar dalam proses akademik. Dalam kehidupan sehari-hari misalnya sedang bekerja menghadapi anak-anak yang nakal	
		Bisa ceritakan pengalaman saat Anda harus bersabar dalam menghadapi kegagalan atau kesulitan?	
	I	Waktu aku lomba MTQ misalnya di Kotabaru kemaren lomba tilawah, nah aku kan kalah, sikap diriku menerapkan sabar karena menurutku itu yang paling penting disaat itu sebab hasil itu kadang tidak sesuai dengan apa yang kita inginkan, nah sabar ae	
		Bagaimana Anda menunjukkan sikap tawakkal saat menghadapi ujian, keputusan penting, atau masalah kehidupan lainnya berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65: 3?	Tindakan Tawakkal

	I	Kan tadi aku menjelaskan tawakkal dalam pemahaman tadi bahwa ada usaha yang diberikan lalu diserahkan hasilnya terhadap Tuhan klo? Misalnya menggawi skripsi tadi lalu kemudian ke dospem nah disitulah terletak tawakkal kita pada Tuhan, bagaimana pun dosen tadi membarikan komentar nah kita sudah tawakkal dh. Sudah berserah kepada Tuhan artinya terserah Tuhan menggerakkan hati si dosen hendak kyapa kah.	
		Apakah ada pengalaman ketika Anda merasa tawakkal memberikan ketenangan dalam menghadapi situasi sulit?	
	I	Ada. Contoh kaya lomba lah, kan latihan nih sudah latihan setiap hari lalu kita menampilkan yang terbaik lalu kemudain kita mendengarkan hasil. Nah disitu ditanamkan tawakkal, berserah artinya terserah Tuhan apa keputusan si hakim tadi. Nah makanya tadi pas sudah tahu ternyata kalah sudah ae, lebih ikhlas	
		Apakah Anda tetap menjaga optimisme ketika menghadapi kesulitan berdasarkan Q.S. az-Zumar/39: 53 dan Q.S. Yûsuf/12: 87? Bagaimana Anda mempertahankan sikap tersebut?	Perilaku Optimisme
	I	Tetap optimis. Kyapa cara mempertahankan optimisme yaitu tetap percaya diri dan mengusahakan supaya apa yang sudah dikerjakan tadi selesai	
		Apakah nilai optimisme mempengaruhi cara Anda menentukan tujuan atau mengatasi kegagalan?	
	I	Iya mempengaruhi, dengan cara ketika aku sudah berusaha tadi untuk bisa menang lalu kalah, dengan rasa optimisme itu aku lebih giat lagi untuk berlatih.	
		Strategi atau langkah apa yang biasanya Anda lakukan untuk	Strategi Coping Qur'ani

		bertahan dalam situasi sulit, dengan berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, khususnya tentang sabar, tawakkal, dan optimisme?	
	I	Dengan menjalani hidup dengan keteguhan hati lalu kemudian menyerahkan segala urusan kepada Tuhan dan tetap percaya diri bahwa Tuhan memberikan yang terbaik	
3.	Relevansi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Kontemporer Mahasiswa	Menurut Anda, seberapa penting nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi masalah hidup di era sekarang?	Persepsi Manfaat Nilai Resiliensi
	I	Sangat penting. Contohnya ketika kita sebagai mahasiswa PKU angkatan 2021 misalnya sudah berekspektasi bahwa kita akan diberikan asrama khusus untuk PKU lalu kemudian ekspektasi tersebut jatuh dan ternyata angkatan tersebut tidak termasuk dalam kategori itu nah maka dari itu langkah yang diambil adalah sabar dan tawakkal kepada Tuhan artinya kan kita sudah menjalankan prosedur yang ada di PKU lalu kemudian kita serahkan kepada Tuhan, terserah Tuhan apa lagi memberikan jalan itu, bisa aja Tuhan itu tempat yang lebih baik. Dan kita tetap optimis bahwa Allah beisi jalan terbaik sagan mahasiswa angkatan 2021	
		Dalam konteks mahasiswa PKU, bagaimana nilai-nilai ini membantu menghadapi tekanan akademik dan sosial?	
	I	Dengan kesibukan sebagai mahasiswa akhir menggawi skripsi, nilai-nilai seperti sabar, tawakkal dan optimis itu sangat membantu untuk menjaga diri untuk tetap waras	
		Bagaimana Anda menilai efektivitas ajaran sabar, tawakkal, dan optimisme dari Al-Qur'an dalam	Penilaian Efektivitas

		membantu Anda bertahan menghadapi tekanan hidup?	Kontekstualisasi dalam Kehidupan Modern
	I	Efektif sebab dengan menerapkan nilai sabar tadi bisa meneguhkan pendirian kemudian tawakkal tadi tetap berpegang terhadap Tuhan, berserah terhadap Tuhan. Optimisme artinya tetap percaya diri dengan apa yang ia lakukan	
		Bagaimana Anda mengaplikasikan nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti persaingan akademik, teknologi, atau dinamika sosial?	
	I	Sebagai mahasiswa PKU, aku berusaha mengamalkan nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam kehidupan sehari-hari. Sabar kuterapkan pas menghadapi tekanan akademik, kaya tugas yang menumpuk atau persaingan dengan teman, terus berusaha tanpa mudah menyerah. Amn tawakkal kulakukan setelah ikhtiar maksimal, misal pas ujian, aku pasrahkan hasilnya kepada Allah karena percaya semua bergantung pada-Nya. Optimisme jua penting di tengah pesatnya perkembangan teknologi dan dinamika sosial, aku selalu berusaha berpikir positif dan yakin setiap tantangan pasti ada jalan keluarnya.	
4.	Penutup	Menurut Anda, apa pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling menginspirasi Anda dalam menjalani hidup?	
	I	Menurut ku lah, pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling nginspirasi dalam hidup itu sabar lawan tawakkal. Misalnya dalam Q.S. al-Baqarah ayat 155-157, Allah tuh kada cuma ngasih tahu bahwa hidup pasti ada ujian, tapi jua menunjukkan bahwa sabar itu jalan utama menuju rahmat-Nya. Itu nang meolah semangat, karena apa yang aku hadapi kada sia-sia.	

		Di tambah lagi ayat tentang tawakkal di Q.S. ath-Thalaq ayat 3, "Barang siapa yang bertawakkal kepada Allah, maka Allah cukup baginya." Itu benar-benar menyentuh hati. Kadang aku merasa takut, bingung, atau ragu, tapi pas aku baca ayat itu, rasanya kayak Allah bilang langsung bahwa selama kita yakin dan berserah, Allah pasti bantu. Jadi, ayat-ayat ini ngajari aku untuk tetap tenang, sabar, dan yakin, walau hidup tuh kadang keras jua.	
--	--	---	--

2. Informasi Umum

- a. Nama/Inisial: Edo/E
- b. Jenis Kelamin: Laki-laki
- c. Semester: 6 (enam)
- d. Latar Belakang Pendidikan Sebelumnya: Pendidikan formal dari SMAN 3 Banjarmasin dan non-formal dari Pondok Pesantren Tahfidz Al-Haramain
- e. Kegiatan Organisasi/Kepemimpinan yang Diikuti (jika ada):

1.	Pemahaman terhadap Ayat-Ayat Resiliensi	Bagaimana pemahaman Anda tentang konsep sabar sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. al-Baqarah/2:155–157 dan Q.S. Âli ‘Imrân/3:186?	Sabar
	I	Kalo melihat dari teks ayat ini, artinya sebagaimana dari kita itu pasti diuji oleh Allah. Menurut ulun kita pasti akan selalu diuji dan tidak ada yang lepas dari diuji, maka ketika kita diuji dengan berbagai macam, seperti ketakutan akan kelaparan, kekurangan harta dan segala macamnya maka diperintahkan untuk mengucap innalillahi wa innalillahi rojiun. Ketika kita mengucap itu secara teks ini kita akan diberikan lindungan dan rahmat akan Tuhan. Sederhananya	

		dari ulun ketika kita mendapat ujian itu, maka kita dianjurkan mengucapkan innalillahi wa innalillahi rojiun karena itu sebagai hal yang pertama kali kita ucapkan ketika kita mendapat musibah. Daripada ketika kita mendapat musibah, kita malah bersumpah. Mantap ini dari al-quran ini, ketika kita dapat musibah ada jawaban yang langsung bisa kita ucapkan. (Q.S. al-Baqarah/2:155-157) Menurut ulun, sabar dalam Q.S. Âli 'Imrân ayat 186 itu lebih mengarah kepada kesabaran dalam menghadapi ujian sosial, seperti dicaci, dihina, atau diprovokasi oleh orang-orang yang tidak sejalan dengan keimanan kita, misalnya orang kafir atau munafik. Di ayat itu, Allah mengingatkan bahwa kita pasti akan diuji lewat lisan dan perbuatan mereka, tapi kita diminta untuk tetap sabar dan bertakwa. Jadi menurut ulun, sabar di sini bukan cuma menahan emosi, tapi juga menahan diri dari membalas dengan cara yang tidak baik, tetap menjaga akhlak, dan tetap berpegang pada prinsip keimanan walaupun diuji secara berat oleh lingkungan sekitar. (Q.S. Âli 'Imrân/3: 186)	
		Menurut Anda, apa makna penting dari sikap sabar dalam menghadapi ujian atau musibah, berdasarkan ajaran ayat-ayat tersebut?	
	I	Bagi ulun sabar itu bukan hanya sifat tapi itu berbuah sikap, artinya ketika misalnya kita dihadapkan dengan ujian kada hanya cukup misalnya dengan kita diam saja. Dengan kita sabar misalnya itu menahan diri kita, seperti ada satu musibah contohnya nauzubillah kebakaran, kehilangan. Nah, itu bukan hanya kita cukup diam dan kada marah saja itu ada buah sikap dari sabar itu, yaitu misal dengan kita kehilangan duit lalu kada mehamuk-hamuk. Sabar itu dengan perilaku juga.	

		Apa makna tawakkal menurut Anda berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65:3?	Tawakkal
	I	Kalo ulun pribadi masalah tawakkal ini adalah sebelumnya ulun sangat percaya dengan kausalitas artinya sebab akibat seberapa banyak sebab yang kita lakukan, maka sebegitulah yang kita dapatkan. Artinya tetap kita sebagai manusia itu berupaya dengan semaksimal mungkin. Bagi ulun bertawakkal atau menyerahkan diri itu misalnya ketika maksimal banar sudah berusaha baru sisanya diserahkan kepada Allah.	
		Bagaimana Anda memaknai tawakkal dalam konteks usaha dan doa dalam kehidupan Anda sehari-hari?	
	I	Mungkin sering mendengar istilah, jika berdoa tanpa usaha itu omong kosong dan berusaha tanpa doa itu mungkin sama dengan sia-sia. Bagi ulun keduanya itu harus tetap berjalan, karena kita sebagai umat Islam, itu pasti ditekankan bahwa di dalam setiap usaha kita harus diiringi dengan doa. Jadi, bagi ulun ketika kita berusaha untuk mencapai sesuatu diusahakan dengan semaksimal mungkin dan berdoa dengan semaksimal mungkin. Karena ulun pernah dapat semacam kata-kata, jika misalnya kita belum berdoa sampai menangis-nangis untuk mendapat sesuatu, artinya kita masih belum seserius itu untuk mencapai sesuatu. Artinya kalo usahanya maksimal, doanya harus kek begitu jua.	
		Bagaimana Anda memahami konsep optimisme dalam dan Q.S. az-Zumar/39:53 dan Q.S. Yûsuf/12:87?	Optimisme
	I	Ketika ada seorang hamba melampaui batas, kan artinya orang-orang yang berbuat dosa. Artinya ketika kita sebagai manusia berbuat dosa, lalu kita harus tetap optimis jangan sampai berputus asa dengan rahmat Allah untuk	

		bertaubat. Tapi menurut ulun harus ada pengecualian karena bagi ulun kada setiap dosa itu dapat diterima. Karena, di ayat-ayat yang lain ulun lupa di ayat apa bahwa ada dosa yang tidak diampuni Allah, yaitu dosa syirik. (Q.S. az-Zumar/39: 53) Kalo dari ayat itu, kalo orang yang berputus asa adalah orang kafir. Jika melihat dari teks tersebut dan dilihat dari sejarahnya, sepertinya orang-orang kafir pada saat itu mudah berputus asa. Jadi, jika dalam konteks teks itu kita jangan mudah berputus asa dengan orang kafir. Sedangkan, orang kafir itu jaminan itu adalah neraka apa lagi jika dia kada masuk islam sampai akhir hayatnya. Artinya, jangan sampai ketika kita berputus asa lalu malah menjadikan kita seperti orang kafir akhirnya masuk neraka. (Q.S. Yûsuf/12: 87)	
		Menurut Anda, bagaimana nilai optimisme itu penting dalam menjaga semangat hidup?	
	I	Jika menurut ulun optimis ini sangat penting, karena kalo misal optimisme itu kadada dalam setiap langkah kita bisa jadi kita kehilangan arah, tidak ada motivasi dan segala sesuatunya itu jadi tidak maksimal. Jadi, menurut ulun optimisme itu sangat penting. Optimisme itu juga menurut ulun rasa kepercayaan diri atau rasa husnudzon hasilnya ini pasti bisa. Jadi dengan optimis itu kita jadi termotivasi untuk melakukan segala sesuatu.	
		Sejauh mana Anda memahami latar belakang turunnya ayat-ayat tentang sabar, tawakkal, dan optimisme tersebut?	Konteks Historis
	I	Kalo ulun pernah baca-baca di bagian surah al-baqarah itu. Jika tidak salah ada segerombolan orang kafir yang dia ini setelah mendengar ayat tentang “kecuali orang yang syirik pasti bakal masuk neraka”. Lalu dia bertanya, lalu kami ini	

		yang telah mengerjakan kesyirikan, membunuh orang bagaimana jika kami mau masuk Islam. Maka, turunlah ayat ini untuk menyemangati kalo misal tetap ada keinginan untuk menjadi orang yang lebih baik dan berubah maka masih bisa. Asal jangan berputus asa.	
		Menurut Anda, apakah memahami konteks sejarah ayat membantu dalam menghayati pesan-pesan Qur'ani?	
	I	Sangat membantu, artinya kita jadi mengetahui yang pertama ayat itu turun karena ada sebab nya, lalu dari sejarah itu mungkin ada beberapa hal yang dari segi bahasa, misal ada terjadi pergeseran makna dari satu ayat itu kan kita sangat diharuskan untuk melihat sejarahnya. Karena kemungkinan saat itu secara bahasa berbeda dengan sekarang ini, jika melihat dari segi bahasa. Jika dari maknanya membantu kita memahami lebih detail sejarahnya.	
		Bagaimana Anda mengaitkan makna ayat-ayat tersebut dengan pengalaman Anda sebagai mahasiswa PKU yang menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial?	Keterkaitan dengan Kehidupan
	I	Kalo misal ulun bisa urutkan dengan tiga hal itu adalah yang pertama, ulun harus bertawakal dulu. Jadi artinya ulun berusaha dengan semaksimal mungkin, lalu ulun iringi dengan optimisme bahwasanya apa yang ulun usahakan khususnya dalam hal akademik, karena background ulun tidak sama dengan kawan ulun yang dipondok ulun berusaha semaksimal mungkin bagaimana caranya ulun bisa setara dengan yang lainnya diiringi dengan optimisme, ulun yakin itu bisa. Kemudian apapun hasilnya dari akademik itu ulun serahkan kepada Allah., dan misalnya sudah keluar hasilnya dan tidak sesuai dengan ekspektasi ulun maka ulun bersabar.	

2.	Implementasi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Mahasiswa	Dalam situasi apa saja Anda merasa perlu menerapkan nilai sabar dalam kehidupan akademik atau sosial Anda berdasarkan Q.S. al-Baqarah/2:155-157 dan Q.S. Âli `Imrân/3: 186?	Perilaku Sabar
	I	Ada, mungkin ini semasa mencalon menjadi ketua Dema. Itu sebenarnya banyak tekanan dari eksternal kemudian dari internal pribadi juga yang agak roboh jua rasa optimismenya, dan ada juga orang yang berupaya menjatuhkan. Nah, karena kembali lagi terkait optimisme, ulun optimis ulun bisa dengan ujian-ujian itu, ulun bisa jadi semakin kuat. Ulun bisa menahan diri ulun dan tetap bisa bersabar dengan ujian-ujian itu dan alhamdulillah akhirnya bisa.	
		Bisa ceritakan pengalaman saat Anda harus bersabar dalam menghadapi kegagalan atau kesulitan?	
	I	Jawabannya gabung dengan diatas.	
		Bagaimana Anda menunjukkan sikap tawakkal saat menghadapi ujian, keputusan penting, atau masalah kehidupan lainnya berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65: 3?	Tindakan Tawakkal
	I	Ulun biasanya menunjukkan sikap tawakkal itu dengan cara berusaha sabar dulu, lawan berikhtiar sebisa mungkin. Misalnya waktu menghadapi ujian kuliah atau keputusan penting tentang masa depan, ulun belajar sungguh-sungguh, minta saran guru, orang tua, lawan kawan dekat. Tapi setelah itu, ulun pasrahkan hasilnya ke Allah. Ulun sering baca doa, minta ditunjukkan jalan yang terbaik. Kadang ulun jua salat hajat atau tahajjud, supaya hati lebih tenang. Ulun percaya, kalau kita sudah usaha, hasil apapun yang didapat itu pasti yang paling baik menurut Allah. Jadi walaupun kada sesuai harapan, ulun belajar menerima	

		dengan ikhlas, karena yakin pasti ada hikmah di balik itu semua. Tawakkal bagi ulun itu bukan berarti diam aja, tapi lebih ke menyerahkan hasil setelah usaha maksimal, sambil tetap menjaga keyakinan bahwa Allah tahu apa yang terbaik untuk hambanya.	
		Apakah ada pengalaman ketika Anda merasa tawakkal memberikan ketenangan dalam menghadapi situasi sulit?	
	I	Ini sama dengan yang tadi, tapi beda konteks. Kalo yang tadi itu prosesnya. Kalo ini pas di hari H nya, karena ulun sudah berusaha segala macam dan pas di hari H ketika pemilihan ulun merasa tenang, ulun kada merasa takut. Karena ulun yakin apa yang sudah ulun usahakan InsyAllah akan berhasil.	
		Apakah Anda tetap menjaga optimisme ketika menghadapi kesulitan berdasarkan Q.S. az-Zumar/39: 53 dan Q.S. Yûsuf/12: 87? Bagaimana Anda mempertahankan sikap tersebut?	Perilaku Optimisme
	I	Kadang itu tidak selalu optimis jua, kembali lagi motivasi dengan apa yang dicapai. Jadi, sangat penting bagi ulun motivasi itu. Kembali lagi apa tujuan kita untuk mencapai itu, jadi optimis itu bisa meningkat lagi.	
		Apakah nilai optimisme mempengaruhi cara Anda menentukan tujuan atau mengatasi kegagalan?	
	I	Iya, nilai optimisme sangat mempengaruhi ulun dalam menentukan tujuan hidup dan menghadapi kegagalan. Ulun merasa kalau kita berpikir positif dan yakin bahwa Allah selalu memberi jalan terbaik, itu membuat semangat ulun kada cepat turun. Optimisme itu seperti energi yang bikin ulun tetap bergerak maju. Dalam menentukan tujuan jua, ulun berusaha	

		berpikir bahwa apapun yang dicita-citakan pasti bisa dicapai asal tekun, sabar, dan terus minta pertolongan Allah. Jadi walaupun jalan itu kadang berliku, ulun tetap berani melangkah karena yakin hasil akhirnya akan baik.	
		Strategi atau langkah apa yang biasanya Anda lakukan untuk bertahan dalam situasi sulit, dengan berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, khususnya tentang sabar, tawakkal, dan optimisme?	Strategi Coping Qur'ani
	I	Bagi ulun sangat penting di era sekarang ini banyak sekali, terkhusus di media sosial itu ada konten-konten <i>flexing</i> banyak anak-anak muda yang suksesnya dengan cepat dengan trading, tripel dan segala macamnya itu. Mungkin sedikit banyaknya ulun pribadi seperti “oh, mau juga ini sukses dengan cepat”, tetapi kita tidak bisa karena itu konten <i>flexing</i> bisa saja bohong. Jadi, terkadang kalo melihat anak muda yang sukses saat ini bisa sabar, artinya semua orang punya proses masing-masing dan tetap bertawakkal, optimis melihat orang-orang lebih cepat sukses.	
3.	Relevansi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Kontemporer Mahasiswa	Menurut Anda, seberapa penting nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi masalah hidup di era sekarang?	Persepsi Manfaat Nilai Resiliensi
	I	Menurut ulun, nilai sabar, tawakkal, dan optimisme itu pentingnya luar biasa dalam menghadapi masalah hidup zaman sekarang. Dunia sekarang ini banyak tantangan baik di kuliah, keluarga, pekerjaan, sampai pergaulan. Kada sabar, bisa-bisa kita cepat stres atau menyerah. Sabar itu jadi pondasi utama, supaya kita bisa tetap tenang dan mikir jernih. Tawakkal penting jua, karena kadang	

		sudah usaha maksimal pun hasilnya belum sesuai harapan, jadi dengan tawakkal kita serahkan hasilnya ke Allah sambil tetap berikhtiar. nah, optimisme tu menyambung harapan. Kalau kita pesimis, hidup rasanya berat terus. Tapi dengan optimisme, kita yakin setiap masalah pasti ada jalan keluarnya. Ulun merasa tiga nilai ini seperti kawan seperjalanan yang terus menguatkan kita menghadapi kehidupan yang makin kompleks ini.	
		Dalam konteks mahasiswa PKU, bagaimana nilai-nilai ini membantu menghadapi tekanan akademik dan sosial?	
	I	Dalam konteks mahasiswa PKU, nilai sabar, tawakkal, dan optimisme itu sangat membantu lawan tekanan akademik dan sosial. Sebagai mahasiswa PKU, tanggung jawab kami kada hanya di kuliah, tapi juga di halaqah, kegiatan asrama, bahkan kadang diminta aktif di kegiatan luar. Kadang itu bisa bikin capek pikiran dan fisik. Sabar menolong supaya ulun bisa menahan diri saat tugas banyak, atau saat ada perbedaan pendapat dengan kawan. Tawakkal bikin hati jadi tenang, karena ulun yakin selama sudah berusaha, hasilnya serahkan saja kepada Allah. Kadang ujian bertumpuk atau nilai belum sesuai harapan, tapi dengan tawakkal ulun bisa ikhlas menerimanya. Optimisme juga sangat terasa manfaatnya. Ulun jadi tetap semangat, yakin bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan. Apalagi di lingkungan PKU yang kompetitif, kadang muncul rasa minder atau merasa kurang mampu dibanding yang lain. Tapi dengan optimisme, ulun yakin setiap orang punya jalan dan proses masing-masing. Tiga nilai ini, menurut ulun, jadi bekal utama menghadapi tekanan di PKU ini.	

		Bagaimana Anda menilai efektivitas ajaran sabar, tawakkal, dan optimisme dari Al-Qur'an dalam membantu Anda bertahan menghadapi tekanan hidup?	Penilaian Efektivitas
	I	Efektiv. Balik lagi dengan kasus tadi, ketika kita melihat orang lebih cepat suksesnya dengan seumurannya kita atau lebih muda dari kita, diri itu lebih tenang. Jadi, tidak perlu khawatir tetap bersabar, berusaha bersabar dan kita tetap optimis karena kita punya jalan kita masing-masing. Pengaruhnya sebesar itu, jadi tidak stres dan dapat menekan stres dan jadi lebih tenang.	
		Bagaimana Anda mengaplikasikan nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti persaingan akademik, teknologi, atau dinamika sosial?	Kontekstualisasi dalam Kehidupan Modern
	I	Kalo dalam hal akademik, ini sudah pasti. Karena dengan adanya target ulun yang mungkin harus jadi yang paling baik misalnya dikelas itu, jadi mindset ulun. Tapi jika ternyata ada yang lebih baik, itu biasanya ketika ada yang lebih baik dari ulun, ulun lebih bersabar. Tetapi bukan berarti dengan sabar ulun ini diam saja, tapi beda dalam ranah akademik, sabarnya itu ketika keluar hasilnya harus sabar tapi setelah itu optimisnya akan semakin lebih kuat. Karena merasa kemarin, prosesnya masih kurang dan optimis ulun akan semakin tinggi lagi dan bagi ulun dalam akademik ini bedalah. Karena ada mindset jadi yang terbaik itu yang membuat ulun ketika ada yang lebih baik ulun sabar tapi kada cukup sampai disitu, malah optimis ulun meningkat dan sabar ulun semakin kuat juga.	
4.	Penutup	Menurut Anda, apa pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling menginspirasi Anda dalam menjalani hidup?	

	I	Ada, mungkin ayat tentang sabar karena ulun sangat percaya dari 100% yang kita rencanakan, hanya 20% yang bisa terealisasi. Artinya, dalam kehidupan lebih banyak yang gagal kalo kita merencanakan sesuatu. Artinya bagi ulun, sabarlah yang bagi ulun yang paling tepat untuk menenangkan hati supaya tidak terlalu stres. Jadi, sabarlah menurut ulun yang paling bermaknalah bagi ulun pribadi.	

3. Informasi Umum

- a. Nama/Inisial: Mustapa
- b. Jenis Kelamin: Laki-laki
- c. Semester: 4 (empat)
- d. Latar Belakang Pendidikan Sebelumnya: Pondok Pesantren Darul Hijrah Putra
- e. Kegiatan Organisasi/Kepemimpinan yang Diikuti (jika ada): Ketua Umum OPKU

1.	Pemahaman terhadap Ayat-Ayat Resiliensi	Bagaimana pemahaman Anda tentang konsep sabar sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. al-Baqarah/2:155–157 dan Q.S. Âli ‘Imrân/3:186?	Sabar
	I	Menurut ulun ayat itu langsung Allah menyebutkan, bahwasanya Allah menguji dengan beberapa cobaan yang empat tadi. Artinya disitu menjadi sunnatullah, yaitu menjadi hal yang pasti dari Allah berikan kepada umatnya. Artinya, disitu ada perintah untuk kita sabar. Misal kita ada diberikan cobaan atau musibah, maka ayat itu memberikan pelajaran kepada kita. Maksudnya cobaan, musibah itu	

		pasti ada. Dan Allah meminta kita untuk sabar. (Q.S. al-Baqarah/2:155-157) Mungkin menurut pemahaman ulun ayat ini tentang harta dan nafsu jiwa, kita diuji dengan kita menghadapi cobaan harta, misal kita diberi kesusahan sehari-hari dalam perkuliahan, tidak diberi uang yang kira-kira cukup. Itu mau tidak mau kita harus bisa manage diri kira, di samping sabar kita juga harus mengatur untuk keuangan kita dalam kehidupan itu. Kira-kira uang yang diberikan untuk kita ini cukupnya berapa hari. Istilahnya, di samping sabar kita juga harus bisa menerima keadaan dan tidak bisa memaksakan untuk mendapatkan yang lebih dengan perilaku mencuri dan segala macam. Artinya di samping sabar ada yang harus kita kerjakan, seperti mengatur keuangan tadi. Misalkan masalah diri sendiri itu, yang ulun kerjakan selama ini jika ada ujian segala macam dengan salat. Di samping sabar kita memang ada berusaha, meminta kepada Allah dalam menghadapi cobaan-cobaan yang kita dapatkan. (Q.S. Âli `Imrân/3: 186)	
		Menurut Anda, apa makna penting dari sikap sabar dalam menghadapi ujian atau musibah, berdasarkan ajaran ayat-ayat tersebut?	
	I	Menurut ulun pribadi sabar itu pasti ada tertanam untuk setiap diri seseorang. Cuman berbeda di setiap orang, ada misalnya orang yang jika ditimpa musibah atau ujian dia menerima dengan sabar dan ikhlas, karena ini sunatullah. Tetapi, ada orang yang tidak bisa menerima karena mungkin dia merasa dirinya sudah berusaha dan melakukan berbagai cara tetap tertimpa musibah. Artinya, tidak bisa menerima lah. Menurut ulun pribadi, ketika kita mendapat ujian kita harus bisa	

		menerima. Kita harus husnudzoon kepada Allah.	
		Apa makna tawakkal menurut Anda berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65:3?	Tawakkal
	I	Itu tadi menyebutkan Allah memberikan rezeki yang tidak terduga-duga, mesti kita tawakal artinya kita ada usaha sebelum kita berserah diri kepada Allah. Kita berusaha sebisa kita, mengusahakan apa yang kita inginkan dan setelah itu kita bertawakal menyerahkan apa yang telah kita usahakan kepada Allah. Setelah itu ada juga dorongan dengan doa. Kembali lagi dengan yang pertama, Allah memberikannya dengan yang tidak terduga-duga. Jadi, kita tidak bisa Allah itu kapan mau memberinya. Misalnya kita mau hp baru, kita bekerja begini-begini, ternyata uangnya belum tercukupi. Artinya Allah belum menghendaki kita hp baru, karena hp yang ada ini masih bisa dipakai. Artinya uang itu masih bisa digunakan untuk yang lebih urgent dari hp baru. Walaupun tidak sesuai harapan mungkin Allah masih memberikan jalan lain.	
		Bagaimana Anda memaknai tawakkal dalam konteks usaha dan doa dalam kehidupan Anda sehari-hari?	
	I	Ulun ada diberitahu ustadz pada saat di pondok, sebuah istilah “Usaha tanpa doa itu sombong, berdoa tanpa usaha itu sia-sia” Artinya, kedua hal ini usaha dan doa ini memiliki hubunganlah yang erat. Dimana jika kita usaha terus tanpa adanya doa kita sombong, artinya kita merasa diri kita ini bisa saja usaha bagaimana saja tanpa ada minta bantuan dari Tuhan. Sebenarnya secara hakiki, badan kita dan semua yang kita miliki adalah pemberian dari Allah. Dan begitu juga jika kita berdoa saja, tanpa ada usaha itu hal yang sia-sia. Allah	

		meminta kita berusaha terlebih dahulu baru bertawakal.	
		Bagaimana Anda memahami konsep optimisme dalam dan Q.S. az-Zumar/39:53 dan Q.S. Yûsuf/12:87?	Optimisme
	I	Optimis disitu menurut ulun, ketika kita melakukan sesuatu harus ada sifat optimis. Artinya yakin, bahwa usaha kita itu akan berhasil. Akan tetapi, kembali lagi ke tawakal, artinya ini berhubungan lagi dengan sebelumnya antara tawakal dan sabar tadi. Apabila kita optimis itu juga harus ada dorongan tawakal dan sabar tadi. Dan Allah menyebutkan kata Allah janganlah kamu berputus asa, Allah saja meminta kita untuk jangan sampai kita berputus asa. Walaupun misalnya usaha kita beberapa kali, berulang-ulang mencoba belum berhasil. Cuman di ayat itu mengatakan jangan sampai berputus asa, berusahalah dan mungkin itu Allah belum memberikan jalannya, karena disisi lain Allah sudah merencanakan jalan yang lain, bukan yang kita inginkan. Ada dalam surah al-baqarah mengatakan, bahwa terkadang sesuatu yang kamu inginkan belum tentu baik bagi kamu kata Allah, dan terkadang sesuatu yang tidak kamu suka baik bagi kamu bagi Allah. (Q.S. az-Zumar/39: 53) Ini lebih ekstrim ayatnya, karena disitu jika kita tersesat bisa dibilang kita kafir. Optimis itu menurut ulun harus ada dalam setiap pribadi seseorang, karena misalnya dia berusaha tetapi dia tidak optimis artinya, memiliki rasa pesimis. Artinya apa yang dia inginkan ini yang persennanya ini besar, tapi karena dia pesimis jadi yang dia inginkan ini tidak pernah tercapai. Jadi, harus ada rasa optimis, tapi misal berkaitan dengan ayat ini, balik lagi kita harus berusaha. Tapi itu ada penafsirannya yang ulun tidak tahu. Dapat kita artikan secara	

		kontekstual saja, jika kita tidak optimis dalam menjalankan sesuatu bisa dibilang kita itu kafir. (Q.S. Yûsuf/12: 87)	
		Menurut Anda, bagaimana nilai optimisme itu penting dalam menjaga semangat hidup?	
	I	Penting, mungkin yang ulun pernah rasakan misalnya di perkuliahan ini tidak boleh, sangat kurang masalah keilmuan dengan kawan-kawan. Karena kawan-kawan yang seangkatan ini bisa dibilang lebih tua, dan lebih banyak belajar dari ulun. Jadi, ulun optimis dalam belajar juga, karena jika kita pesimis kita tidak bisa melebihi atau setidaknya setara dengan kawan-kawan tadi. Kenapa kita harus menyamai, ini kita sudah duduk dibangku perkuliahan, misal kita diam saja, pesimis saja dan jalani apa yang ada, ikuti alur itu akan menjadi hal yang sia-sia kita kuliah lebih baik kita berhenti kuliah. Menjalankan pekerjaan yang bermanfaat bagi kita. Jika kita menjalani kuliah dengan alurnya saja tidak ada apa-apanya, oleh sebab itu optimis itu penting untuk membangkitkan semangat kita juga. Tentu bisa mencapai target kita, dalam bangku perkuliahan.	
		Sejauh mana Anda memahami latar belakang turunnya ayat-ayat tentang sabar, tawakkal, dan optimisme tersebut?	Konteks Historis
	I	Artinya kita itu diharuskan sabar dengan adanya sebab. Sedangkan diturunkan al-baqaroh Allah menguji kita dengan kekurangan makanan dan segala macam. Disitu meminta kita untuk sabar. Dan untuk tawakkal tadi, kita sudah berusaha dengan semaksimal mungkin dan sepenuh hati, disitu Allah memang tidak menjanjikan, tetapi Allah berkata Allah akan memberikan engkau rezeki yang tidak terduga-duga. Disitu	

		mungkin sebab turunnya ayat itu karena atas adanya perintah tawakal. Artinya Allah pasti akan ada memberikan kita apa yang kita kehendaki, tapi dengan syarat kita harus sudah berusaha dan segala macam. Kalo untuk perintah jangan berputus asa yang ulun pahami, artinya memang Allah menyuruh kita untuk optimis dalam melakukan sesuatu jangan sampai kita berputus asa. Balik lagi kita, sikap optimis dalam mengerjakan sesuatu, maka bertawakal. Apabila kita sudah bertawakal namun belum diberi jalannya dari Allah kita harus sabar.	
		Menurut Anda, apakah memahami konteks sejarah ayat membantu dalam menghayati pesan-pesan Qur’ani?	
	I	Sangat membantu, dalam kehidupan sehari-hari banyak yang kita inginkan. Di samping itu banyak permohonan dan rintangan yang datang kepada kita. Disitu membantu kita, misalnya kita ada keinginan dan segala macam jangan lupa untuk bertawakal. Untuk berdoa kepada Allah bahwasanya yang kita minta ini kita mohon begitu. Mungkin ulun ke optimis dulu, jangan sampai kita berputus asa dan kita harus berusaha semaksimal mungkin. Terus, jika optimis maka bertawakal. Tapi optimis dulu baru kita bertawakal.	
		Bagaimana Anda mengaitkan makna ayat-ayat tersebut dengan pengalaman Anda sebagai mahasiswa PKU yang menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial?	Keterkaitan dengan Kehidupan
	I	Masalah perpindahan asrama, untuk angkatan 21 itu sudah tidak diasramakan lagi dan angkatan 22 tidak akan lama lagi. Karena melihat asrama yang ada ruangan tidak mencukupi dengan jumlah mahasiswanya. Artinya, dalam menghadapi masalah itu kita ada optimis, kita mengusahakan kepada	

		pengelola kepada dekan bagaimana jalan keluarnya. Kita bukan menerima apa adanya, tapi kita mengusahakan jangan sampai kita berputus asa. Jika kita berputus asa banyak pihak yang dirugikan, salah satunya mahasiswa tadi. Jadi, berusaha optimis kita diskusikan bagaimana jalan keluarnya. Misalnya, setelah kita diskusikan tadi, kita bertawakal kepada Allah bagaimana jalannya. Semoga ada solusi untuk masalah asrama ini, apakah akan dibangun kamar lagi dan segala macam di dalamnya itu. Karena kita tidak bisa menduga-duga rezeki yang Allah berikan setelah bertawakal, kita sabar sambil menunggu hasil yang ada untuk menghadapi hasil dari masalah tadi.	
2.	Implementasi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Mahasiswa	Dalam situasi apa saja Anda merasa perlu menerapkan nilai sabar dalam kehidupan akademik atau sosial Anda berdasarkan Q.S. al-Baqarah/2:155-157 dan Q.S. Âli `Imrân/3: 186?	Perilaku Sabar
	I	Mungkin di akademik, dibangku perkuliahan ini karena beda dengan pondok dulu. Jika, dipondok itu kurang lebih masalah tugas dan lainnya. Sedangkan di perkuliahan ini harus ada referensi-referensi mengacu pada kitab-kitab tadi. Ulun menyikapinya harus sabar dengan tidak paham dengan pelajaran dikelas tadi, jangan sampai berputus asa dan tetap berusaha.	
		Bisa ceritakan pengalaman saat Anda harus bersabar dalam menghadapi kegagalan atau kesulitan?	
	I	Seperti, ulun yang belajar dan berusaha dengan kawan. Jadi, sambil belajar dan mendabit segala macam itu ulun sendiri susah menerimanya. Cuman ulun tidak berputus asa, setelah belajar dengan kawan kita belajar sendiri dengan bantuan dari internet dan dapat menghasilkan sesuatu tanpa sia-sia.	

		Bagaimana Anda menunjukkan sikap tawakkal saat menghadapi ujian, keputusan penting, atau masalah kehidupan lainnya berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65: 3?	Tindakan Tawakkal
	I	Mungkin masalah asrama bagaimana menunjukkan tawakalnya, ulun dapat menerima kabar pembagian asrama ini ada yang tidak pas dan sepihak tanpa melibatkan mahasiswa. Sedangkan, yang menjalani di lapangan adalah mahasiswa. Dan dari pihak atasan tidak ada pengontrolan diasrama dan dari atasan tidak mengetahui apa saja yang terjadi diasrama untuk mengatasi solusi itu ulun berdiskusi dengan kawan u yang lebih tua. Agar atasan juga bisa menerima saran dari mahasiswa.	
		Apakah ada pengalaman ketika Anda merasa tawakkal memberikan ketenangan dalam menghadapi situasi sulit?	
	I	Dipondok pernah melakukan pelanggaran yang harus ulun pulang, dan ulun dapat mengambil pelajaran apa yang ulun lakukan itu dapat memberikan ulun untuk bertawakkal, dan menyadari kesalahan perbuatan ulun.	
		Apakah Anda tetap menjaga optimisme ketika menghadapi kesulitan berdasarkan Q.S. az-Zumar/39: 53 dan Q.S. Yûsuf/12: 87? Bagaimana Anda mempertahankan sikap tersebut?	Perilaku Optimisme
	I	Ulun jika menghadapi kesulitan itu akan selalu optimis dan tidak pernah pesimis. Caranya dengan adanya niat dan mengamalkan ayat-ayat diatas tadi. Sehingga itu yang membuat kita harus optimis. Dan ulun jika melakukan segala sesuatu itu optimis dan menginginkan segala sesuatu tercapai dan tidak lupa berdoa	
		Apakah nilai optimisme mempengaruhi cara Anda	

		menentukan tujuan atau mengatasi kegagalan?	Strategi Coping Qur'ani
	I	Selagi keputusan itu masih bisa diusahakan akan selalu optimis, karena segala sesuatu itu harus diusahakan selagi keputusan itu tidak mutlak.	
		Strategi atau langkah apa yang biasanya Anda lakukan untuk bertahan dalam situasi sulit, dengan berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, khususnya tentang sabar, tawakkal, dan optimisme?	
	I	Ulun pribadi ketika menghadapi masalah, seperti belajar. Pertama menerima dengan sabar, berusaha untuk memahami pelajaran tadi dalam konteks perkuliahan. Beda dengan organisasi jika ada yang kurang baik ulun optimis dulu, mengusahakan dulu dan pertama mencari jalan keluar lalu mendiskusikan. Baru setelah itu tawakal, dan selanjutnya mendoakan hati para atasan itu lembut dan hasilnya apapun itu harus sabar, ulun juga tergantung pada masalahnya bagaimana.	
3.	Relevansi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Kontemporer Mahasiswa	Menurut Anda, seberapa penting nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi masalah hidup di era sekarang?	Persepsi Manfaat Nilai Resiliensi
	I	Dari tiga komponen itu sangat penting, misal dari tiga ini berkurang. Sehingga tiga komponen itu tidak dapat berkaitan. Ulun sendiri tergantung pada masalahnya bisa sabar terlebih dahulu, atau tawakal terlebih dahulu. Dan yakin semuanya milik Allah.	
		Dalam konteks mahasiswa PKU, bagaimana nilai-nilai ini membantu menghadapi tekanan akademik dan sosial?	
	I	Sudah dijawab diatas.	

		Bagaimana Anda menilai efektivitas ajaran sabar, tawakkal, dan optimisme dari Al-Qur'an dalam membantu Anda bertahan menghadapi tekanan hidup?	Penilaian Efektivitas
	I	Kalo kita persentasekan ulun sendiri 90%, kalo kita menerapkan yang tiga ini sudah cukup dan sangat efektif.	
		Bagaimana Anda mengaplikasikan nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti persaingan akademik, teknologi, atau dinamika sosial?	Kontekstualisasi dalam Kehidupan Modern
	I	Kalo konteks ini kita mengambil, menerima, menelusuri dan ruang lingkupnya sulit dijangkau misalnya, yang RUU tadi. Kita bisa mendemokrasikannya lewat sosial media. Setelah itu, kembali lagi bertawakkal sebagai rakyat biasa dan keputusan ada di atasan-atas kepemimpinan dan jangan lupa berdoa. Dan setelah itu harus sabar. Sedangkan untuk demo seperti mahasiswa datang ke kantor DPR dan lainnya. kalo di Banjarmasin ini menurut ulun sia-sia, karena kurang efektif. Dan ada cara yang lebih baik menyuarakan nya. selain dari demo itu seperti melalui media sosial.	
4.	Penutup	Menurut Anda, apa pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling menginspirasi Anda dalam menjalani hidup?	
	I	Ayat tentang janganlah berputus asa, sehingga ulun sangat menanamkan sikap optimisme itu, jangan sampai ada sedikitpun dari kita berputus asa.	

4. Informasi Umum

- a. Nama/Inisial: Aisyah/A
- b. Jenis Kelamin: Perempuan
- c. Semester: 4 (empat)
- d. Latar Belakang Pendidikan Sebelumnya: Pondok Modern Darussalam
Gontor Putri
- e. Kegiatan Organisasi/Kepemimpinan yang Diikuti (jika ada): Sekretaris
Bidang Intelektual OPKU

1.	Pemahaman terhadap Ayat-Ayat Resiliensi	Bagaimana pemahaman Anda tentang konsep sabar sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. al-Baqarah/2:155–157 dan Q.S. Âli ‘Imrân/3:186?	Sabar
	I	Menurut ulun di dalam ayat tersebut makna sabarnya yang mana tumbuhnya rasa sadar dalam diri kita itu, terhadap segala sesuatu itu Allah lah yang memberikannya. Jadi, dengan kita sadar akan semua urusan atau segala permasalahan yang ada atau hadir pada diri kita itu bahwa Allah yang memberikan. Jadi, kita disitu meletakkan sabar. (Q.S. al-Baqarah/2:155-157) Kalo dalam surah ini, sama halnya tadi tapi ketika kita sudah bisa menerapkan sabar dalam kehidupan kita, maka kita percaya bahwa setelah kita bersabar Allah itu pasti memberikan kepada kita rahmat dan hidayahnya. (Q.S. Âli ‘Imrân/3: 186)	
		Menurut Anda, apa makna penting dari sikap sabar dalam menghadapi ujian atau musibah, berdasarkan ajaran ayat-ayat tersebut?	
	I	Menurut ulun sendiri sabar itu sangat penting. Kenapa/ karena ketika kita menghadapi ujian dan cobaan yang	

		mana misalnya yang kita pikir itu kita tidak sanggup menghadapinya. Tetapi, dengan sabar dan percaya semua ujian dari Allah., maka disitu kita akan merasakan ketenangan walaupun cobaan itu berat ataupun sulit.	
		Apa makna tawakkal menurut Anda berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65:3?	Tawakkal
	I	Menurut ulun misal kita itu harus berusaha dalam menghadapi sesuatu, setelah kita mau berusaha kita serahkan kepada Allah yang terpenting kita mau berusaha.	
		Bagaimana Anda memaknai tawakkal dalam konteks usaha dan doa dalam kehidupan Anda sehari-hari?	
	I	Menurut ulun dalam setiap usaha itu perlu tawakal. Kenapa? Karena kita tidak memiliki kesanggupan untuk melakukan segala hal di dunia ini, semuanya juga perlu bantuan dari Allah.	
		Bagaimana Anda memahami konsep optimisme dalam dan Q.S. az-Zumar/39:53 dan Q.S. Yûsuf/12:87?	Optimisme
	I	Dalam ayat ini, kita sebagai manusia semestinya melakukan dosa, khilaf yang disengaja maupun tidak disengaja. Jadi, di sana tergantung lagi pada keimanan seseorang, ketika iman kita kuat maka kita akan sadar bahwa sudah melakukan banyak dosa jadi aku harus bertaubat. Walaupun kita masih melakukan dosanya sedikit atau banyak tetap saja kita harus bertaubat kepada Allah dan kita harus optimis Allah pasti mengampuni kita. (Q.S. az-Zumar/39: 53) Sama seperti halnya tadi, dimana kita dapat pelajaran dari surah itu walaupun kita kehilangan sesuatu atau kegagalan, kita harus tetap optimis. Kenapa? Karena Allah lah yang memampukan kita. (Q.S. Yûsuf/12: 87)	

		Menurut Anda, bagaimana nilai optimisme itu penting dalam menjaga semangat hidup?	
	I	Menurut ulun sangat penting, karena tanpa nilai optimisme dalam diri kita itu akan putus asa sedikit demi sedikit putus asa. Padahal segala urusan apapun baik sulit atau ringan kita bisa minta tolong kepada Tuhan yang maha Esa, dengan segala usaha kita.	
		Sejauh mana Anda memahami latar belakang turunnya ayat-ayat tentang sabar, tawakkal, dan optimisme tersebut?	Konteks Historis
	I	Sedikit tahu saja, bahwasanya di yang tentang dosa-dosa tadi bahwa orang-orang munafik atau musrik, bahwasanya mereka mengatakan bahwa kami telah memiliki banyak dosa-dosa dan tidak mungkin Allah memaafkan. Jadi, dengan turun ayat ini kita diberitahu bahwa sebanyak apapun dosa kita akan diampuni oleh Allah. Terus yang terakhir surah yusuf, bahwa ceritanya itu nabi yusuf dijahili atau dibuang oleh saudara-saudaranya, terus nabi yakub bersedih dengan kehilangan nabi yusuf tadi. Jadi, beliau memberitahu kepada anak-anak beliau cari yusuf, bahwasanya dengan kita berusaha mencari yusuf dan optimis bahwa rahmat Tuhan pasti akan datang.	
		Menurut Anda, apakah memahami konteks sejarah ayat membantu dalam menghayati pesan-pesan Qur'ani?	
	I	Untuk ayat-ayat tersebut membantu karena kita dapat mengambil pelajaran dari ayat tersebut. Bahwasanya walaupun sebanyak apa dosa-dosa kita, baik disengaja maupun tidak di sengaja dan kita bertaubat, maka lakukan saja taubatnya, serahkan kepada Allah dan kita percaya Allah mengampuninya.	
		Bagaimana Anda mengaitkan makna ayat-ayat tersebut dengan	

		pengalaman Anda sebagai mahasiswa PKU yang menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial?	Keterkaitan dengan Kehidupan
	I	Untuk hal tersebut, sebagai contohnya waktu pendaftaran PKU itu benar-benar tidak tahu apa-apa. Karena ulun terlambat serta tidak tahu syaratnya apa dan itu saat masuk, tiba-tiba besoknya diminta untuk ujian. Dan malamnya baru tahu ada sejarah, bahasa arab, bahasa inggris, dan lainnya untuk ujiannya. Dimalam itu juga ulun berusaha untuk apa adanyalah untuk berusaha seperti, belajar, minta doa orang tua, dan doa sendiri juga. Setelah berusaha itu, disitu juga ulun berserah diri masuk atau tidak itu yang terbaik.	
2.	Implementasi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Mahasiswa	Dalam situasi apa saja Anda merasa perlu menerapkan nilai sabar dalam kehidupan akademik atau sosial anda berdasarkan Q.S. al-Baqarah/2:155-157 dan Q.S. Âli 'Imrân/3: 186?	Perilaku Sabar
	I	Untuk sabar itu dalam segala hal ulun terapkan, baik dalam akademik maupun sosial itu pasti ada tantangannya. Contohnya di perkuliahan, karena tidak semua mata kuliah itu ulun paham dan bisa. Jadi, semuanya harus berusaha tadi dengan rasa sabar, pastikan ada rasanya kita merasa tidak bisa tapi dengan itu kita harus berusahalah tetap dan sabar. Untuk sosialnya berorganisasilah khususnya di PKU, karena tidak semua kawan itu mengerti dengan segala keadaan. Dari situlah kita sabar dan memahami kawan itu, karena kita tidak tahu apakah kawan ini sengaja atau bagaimana jadi kita harus sabar. Karena jika tidak sabar pasti emosi itu akan timbul.	
		Bisa ceritakan pengalaman saat Anda harus bersabar dalam menghadapi kegagalan atau kesulitan?	
	I	Untuk sabar tersebut, pengalaman ulun sebagaimana diorganisasi itu sulit	

		rasanya membawa kawan-kawan itu untuk ke dalam hal kebaikan semua. Pastinya latar belakang kawan-kawan itu berbeda, dari situ kita harus sabar dengan cara berkomunikasi atau memberikan contoh.	
		Bagaimana Anda menunjukkan sikap tawakkal saat menghadapi ujian, keputusan penting, atau masalah kehidupan lainnya berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65: 3?	Tindakan Tawakkal
	I	Untuk tawakkal itu, dari pengalaman ulun sendiri dari setiap apapun kegiatan ulun dari hal-hal yang datang pada diri ulun, seperti sekolah, beribadah atau kegiatan sosial itu dengan segala kesulitan dan cobaan itu berusaha untuk melakukan segalanya dengan segala usaha yang ulun keluarkan dan setelah usaha tadi berserah diri kepada Allah. “Ya Allah ini sudah ulun usahakan, baik buruknya tergantung kepada pian. Jika baik Alhamdulillah dan jika buruk maka belum waktunya”.	
		Apakah ada pengalaman ketika Anda merasa tawakkal memberikan ketenangan dalam menghadapi situasi sulit?	
	I	Pernah, waktu itu ulun kena musibah keluarga di kampung, pas bersamaan dengan jadwal presentasi penting di kampus. Ulun bingung antara balik kampung atau tetap di sini menyelesaikan tanggung jawab. Rasa galau, sedih, dan bingung itu campur jadi satu. Tapi ulun mencoba menenangkan diri, shalat, dan baca Al-Qur'an. Ulun ingat ayat wa mayyatawakkal ‘alallâhi fahuwa ḥasbuh, bahwa siapa yang bertawakkal kepada Allah, maka cukuplah Allah baginya. Akhirnya ulun memilih menyelesaikan tugas dulu di sini, sambil terus mendoakan keluarga di kampung. Ulun pasrahkan hasilnya kepada Allah. Dan	

		subhānallāh, ternyata semua bisa dilalui dengan lancar, presentasi berjalan baik, dan keluarga juga diberi kekuatan menghadapi musibah itu	
		Apakah Anda tetap menjaga optimisme ketika menghadapi kesulitan berdasarkan Q.S. az-Zumar/39: 53 dan Q.S. Yûsuf/12: 87? Bagaimana Anda mempertahankan sikap tersebut?	Perilaku Optimisme
	I	Untuk optimis, walaupun kadang bisa optimis dan kadang bisa putus asa. Kadang dalam diri ulun sendiri ada rasa bangkit. “Oh ini sudah kelawasan pang, rasa pasrah ini seperti tidak ada apa-apa yang dilakukan, tetapi ketika sadar itu bangkit dan merasa harus berusaha untuk mencari solusi apa yang harus dilakukan untuk jalan terbaiknya”. Untuk ulun sendiri untuk bertahan walaupun masih ada rasa pesimis, tapi untuk mempertahankan optimis itu percaya terlebih dahulu kepada Allah yang memberikan kemudahan kepada kita, sehingga merasa nyaman walaupun ada masalah atau kesulitan apapun.	
		Apakah nilai optimisme mempengaruhi cara Anda menentukan tujuan atau mengatasi kegagalan?	
	I	Menurut ulun sangat berpengaruh, karena ketika tidak optimis terhadap diri sendiri itu akan merasa kehilangan dalam hidup. Jadi, yang ulun terapkan itu pertama Allah, jika ada kesadaran pada diri ulun “ Oo, Allah sudah menentukan ini, Allah sudah memberikan ujian, kemudahan kebahagiaan” disitu akan nyaman menjalani kehidupan.	
		Strategi atau langkah apa yang biasanya Anda lakukan untuk bertahan dalam situasi sulit, dengan berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, khususnya tentang sabar, tawakkal, dan optimisme?	Strategi Coping Qur'ani

	I	Untuk kesulitan pasti ada dalam kehidupan kita, pastinya salat terlebih dahulu. Ketika salat itu merasa nyaman hati, karena walaupun di dunia kita merasakan kesulitan setelah salat ataupun apa. Yang penting kita sudah berserah diri kepada Allah.	
3.	Relevansi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Kontemporer Mahasiswa	Menurut Anda, seberapa penting nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi masalah hidup di era sekarang?	Persepsi Manfaat Nilai Resiliensi
	I	Untuk menghadapi hal tersebut, pastinya kita harus berusaha terlebih dahulu. Ketika kita sudah berusaha apapun yang sudah kita usahakan, pastinya kita berserah diri kepada Allah, yang terpenting sudah usaha ke arah kebaikan dan kesuksesan. Jadi, setelah kita berusaha tadi kita serahkan diri kepada Allah. Setelah berserah diri kepada Allah maka sabarlalah. Dengan hal tersebut kita ikhlas dengan apa yang diberikan Allah.	
		Dalam konteks mahasiswa PKU, bagaimana nilai-nilai ini membantu menghadapi tekanan akademik dan sosial?	
	I	Sebagai mahasiswa PKU, tekanan akademik itu memang berat, apalagi ditambah jadwal pembinaan, halaqah, tahsin, tahfizh, dan tugas-tugas kuliah. Kadang kada cukup rasanya waktu, apalagi kalau ada masalah pribadi atau tekanan dari luar. Tapi ulun merasa nilai sabar, tawakkal, dan optimisme itu sangat membantu. Misalnya sabar, ulun belajar sabar saat harus bangun pagi-pagi untuk halaqah padahal malamnya begadang nyelesaikan tugas. Tawakkal jua ulun terapkan saat menghadapi ujian, ulun belajar dan berusaha, tapi hasilnya ulun	

		pasrahkan kepada Allah. Itu bikin hati lebih tenang. Optimisme juga penting. Di PKU ini, ulun banyak belajar dari para ustadz dan pembina bahwa kita harus yakin masa depan itu cerah asal kita berusaha dan menjaga niat lillāh. Jadi walaupun tantangan berat, tapi ulun merasa lebih kuat karena nilai-nilai itu, dan karena suasana PKU juga mendukung teman-teman saling menguatkan. Intinya, nilai-nilai itu bukan cuma teori, tapi benar-benar jadi kekuatan dalam menghadapi tekanan sehari-hari, baik di akademik maupun sosial.	
		Bagaimana Anda menilai efektivitas ajaran sabar, tawakkal, dan optimisme dari Al-Qur'an dalam membantu Anda bertahan menghadapi tekanan hidup?	Penilaian Efektivitas
	I	Sangat Efektiv, karena dari situ semuanya ujian dan kebahagiaan itu yang kita dapatkan itu datang dari Allah.	
		Bagaimana Anda mengaplikasikan nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti persaingan akademik, teknologi, atau dinamika sosial?	Kontekstualisasi dalam Kehidupan Modern
	I	Dalam kehidupan modern ini, tantangan memang banyak. Persaingan akademik semakin ketat, perkembangan teknologi cepat namar jua, kadang bikin merasa ketinggalan. Belum lagi tekanan sosial di media sosial dan lingkungan sekitar. Nah, menurut ulun, nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme sangat penting jadi pegangan. Misalnya dalam hal akademik, ulun berusaha sabar menghadapi proses belajar yang panjang. Kada langsung bisa paham materi atau dapat nilai bagus itu biasa, asal tetap sabar dan terus belajar. Tawakkal ulun tanamkan saat hasilnya kadang kada sesuai harapan	

		ulun tetap yakin bahwa Allah tahu yang terbaik. Dalam hal teknologi, ulun berusaha menyikapi dengan bijak. Kada ikut-ikutan tren yang merusak waktu atau nilai. Kalau lihat orang lain lebih dulu sukses atau terkenal di medsos, ulun belajar optimis bahwa setiap orang punya waktunya masing-masing. Dinamika sosial jua kadang berat. Tapi kalau kita punya prinsip dan nilai-nilai dari Al-Qur'an seperti yang diajarkan di PKU, insyaAllah bisa lebih kuat dan tidak mudah goyah. Intinya, nilai-nilai ini jadi acuan yang membimbing ulun dalam menyikapi tantangan hidup zaman sekarang.	
4.	Penutup	Menurut Anda, apa pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling menginspirasi Anda dalam menjalani hidup?	
	I	Bagi ulun, pesan utama dari ayat-ayat resiliensi itu adalah supaya kita tetap kuat dan kada mudah menyerah dalam menghadapi ujian hidup. Misalnya dalam Q.S. az-Zumar ayat 53 yang menyuruh kita untuk jangan berputus asa dari rahmat Allah, itu sangat menguatkan, apalagi saat merasa banyak kekurangan. Ayat-ayat itu seolah-olah bilang bahwa hidup ini memang ada cobaan, tapi selama kita sabar, tawakkal, dan tetap optimis, pasti ada jalan keluar. Allah itu Maha Pengasih, jadi ulun merasa lebih tenang ketika mengingat ayat-ayat itu. Di saat banyak tantangan, ayat-ayat itu seperti penuntun bahwa kita harus tetap berjuang, karena Allah selalu ada untuk hamba-Nya yang berusaha dan percaya kepada-Nya.	

5. Informasi Umum

- a. Nama/Inisial: Tia
- b. Jenis Kelamin: Perempuan
- c. Semester: 6 (enam)
- d. Latar Belakang Pendidikan Sebelumnya: Pondok Pesantren Al-Ittifaqiah
Indralaya Palembang
- e. Kegiatan Organisasi/Kepemimpinan yang Diikuti (jika ada): Bendahara
Umum OPKU 2024

1.	Pemahaman terhadap Ayat-Ayat Resiliensi	Bagaimana pemahaman Anda tentang konsep sabar sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. al-Baqarah/2:155–157 dan Q.S. Âli ‘Imrân/3:186?	Sabar
	I	Jadi, dijelaskan di jelaskan di dalam sana bahwasanya jaminan untuk orang sabar adalah pahala. Jadi, menurut ulun pribadi konsep sabar di sini kita harus menjalankan dan menerima apa yang sudah ditetapkan oleh Allah walaupun itu berat, misalnya diuji karena kelaparan, ketakutan. Tetapi, disitu kita menerapkan konsep sabar, menerapkan bagaimana kita harus menghadapi hal tersebut dengan bersabar, yaitu dengan kita berserah diri kepada Allah. Jadi, konsep sabar di sini harus dijalankan agar hati kita menjadi tenang. (Q.S. al-Baqarah/2:155-157) Jadi, di sini lagi-lagi balasan untuk orang yang sabar itu dapat jaminan dari Allah SWT. Jadi, di sini konsep sabar yang harus dijalankan ketika kita itu tidak sesuai dengan apa yang kita inginkan, di situ kita harus menerapkan konsep sabar. Karena, kalo misalnya kita tidak menerapkan konsep sabar, maka kita akan merasa kecewa dengan harapan yang telah kita harapkan atau	

		ekspektasi yang terlalu berlebihan. (Q.S. Âli `Imrân/3: 186)	
		Menurut Anda, apa makna penting dari sikap sabar dalam menghadapi ujian atau musibah, berdasarkan ajaran ayat-ayat tersebut?	
	I	Jadi, menurut ulun pribadi sabar itu menjadi kekuatan bagi ulun sendiri, Misalnya ketika ekspektasi atau hal-hal yang ulun inginkan itu tidak sesuai dengan ekspektasi. Jadi, dari situ ulun menerapkan konsep sabar, jadi karena makna sabar itu kekuatan untuk ulun sehingga ketika ulun sabar itu ulun jadi kuat, kuat hati, kuat diri menerima semua cobaan atau masalah-masalah yang telah di berikan oleh Allah.	
		Apa makna tawakkal menurut Anda berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65:3?	Tawakkal
	I	Jadi, makna tawakal menurut ulun pribadi. Kan tawakal itu berserah diri kepada Allah setelah kita berikhtiar, nah disanakan setelah kita berikhtiar itu yang artinya kita sudah melakukan usaha terlebih dahulu, kemudian bertawakal. Jadi, tawakal itu cara kita menyerahkan diri karena kita tidak bisa walaupun kita berusaha seberapa mungkin kalau kita tidak tawakal, tidak berdoa kepada Allah bakal tidak akan itu terjadi.	
		Bagaimana Anda memaknai tawakkal dalam konteks usaha dan doa dalam kehidupan Anda sehari-hari?	
	I	Tawakal dalam konteks sehari-hari. Contohnya itu, ulun sebelum masuk ke PKU itu kan awalnya tidak ingin kuliah di Indonesia. Nah, tapi karena ada beberapa hal yang di situ harus mengharuskan ulun kuliah di Indonesia, saat itu ulun izin dengan orang tua untuk berangkat ke Banjar dan pada saat itu tidak diizinkan. Kemudian, ulun berikhtiar terlebih dahulu setelah itu ikut tes, izin dengan orang tua. Lalu,	

		setelah itu ulun bertawakal dengan selalu berdoa kepada Allah serta mengirimkan surah yasin itu kepada orang tua. Agar orang tua itu mengizinkan dan di situ letak tawakalnya, yaitu berserah diri benar-benar kepada Allah karena jika tidak digerakkan Allah, kemungkinan tidak bakal ke Banjar.	
		Bagaimana Anda memahami konsep optimisme dalam dan Q.S. az-Zumar/39:53 dan Q.S. Yûsuf/12:87?	Optimisme
	I	Sebelum itu, optimis ini adalah ketika kita berpositif thinking kepada Allah, bahwasanya semua hal itu akan baik-baik. Jadi, sikap optimis yang perlu dilakukan dengan surah Az-Zumar, karena di dalam surah Az-Zumar itu ada kata-kata berputus asa, maka disitu dijelaskan bahwasanya Allah SWT, itu untuk berpositif thinking dan jangan sampai kita berputus asa. Karena jika sampai kita berputus asa itu kita tidak bakal lagi bersikap optimis. Jadi, sikap optimis itu harus kita tanamkan dalam diri kita sendiri. (Q.S. az-Zumar/39: 53) Di sini, lagi-lagi berputus asa. Di sini surah yusuf itu kan perintah dari bapaknya untuk mencari yusuf. Di situkan bapaknya beroptimis, berpositif thinking supaya yusuf itu ketemu. Karena setelah mencari, bapaknya sudah berpositif thinking. Itu juga dari Allah ketika kita sudah mencari, kita sudah berpositif thinking bakalan ketemu si Yusuf. Jadi, disitu kita harus menerapkan sikap optimis, karena kalo seandainya dari pikiran kita sendiri yang tidak optimis, tidak bakal mendapatkan. Karena sesuatu itu dari pikiran, pikiran menjalar kesemuanya. Jika, pikiran kita berpositif thinking atau optimis, maka itu akan kejadian. Dalam psikologis pun biasanya begitukan. (Q.S. Yûsuf/12: 87)	

		Menurut Anda, bagaimana nilai optimisme itu penting dalam menjaga semangat hidup?	
	I	Optimis dalam menjaga semangat hidup, menurut ulun pribadi itu sangat berguna atau sangat bermanfaat bagi kehidupan ulun. Karena itu, positif thinking kalo seandainya ulun kada positif thinking atau kada optimis itu tidak akan terjadi, misalnya lagi-lagi pas ulun mau tes kemarin atau ulun mau berangkat. Contohnya, saat ulun berangkat ke Banjar itu benar-benar sendiri. Jadi, disitu optimis berpositif thinking ulun ke Banjar ini akan baik-baik saja dan bakalan selamat. Karena seandainya dari pikiran ulun saja tidak optimis, misal ini tidak bakal selamat atau bakal kejadian apa-apa dijalan. Nah, itu kan berarti ulun sudah pesimis tapi di situ ulun menanamkan optimis, dari rumah dari Palembang sampai Banjar itu bakalan selamat.	
		Sejauh mana Anda memahami latar belakang turunnya ayat-ayat tentang sabar, tawakkal, dan optimisme tersebut?	Konteks Historis
	I	Jadi, ulun memahami 5 ayat tersebut. karena misal, kita diuji dari ketakutan, kesabaran itu di dalam kehidupan pribadi kita pun bakalan terjadi. Jadi, di situ kita harus memahami bagaimana konteks ayat itu diturunkan dan untuk siapa ayat-ayat itu diturunkan. Kemudian, untuk yang rezeki yang layak tadi, itu sering diamalkan dan ulun pribadi pun sering mengamalkan itu. Karena saat di rumah itu diminta orang tua untuk mengamalkan itu, karena itu bukti kita untuk berdoa kepada Allah., dengan kita membaca itu tadi.	
		Menurut Anda, apakah memahami konteks sejarah ayat membantu dalam menghayati pesan-pesan Qur'ani?	

	I	Iya, karena jika kita memahami konteks ayat itu kita akan tahu” oh ini konteksnya, ini untuk siapa dan ini diterapkan untuk apa”, kalo seandainya kita tidak memahami konteksnya kita akan keliru ketika menerapkannya di kehidupan sehari-hari.	
		Bagaimana Anda mengaitkan makna ayat-ayat tersebut dengan pengalaman Anda sebagai mahasiswa PKU yang menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial?	Keterkaitan dengan Kehidupan
	I	Jadi, langsung ke contoh misalkan itu di masalah akademik atau sosial. Misal di asrama, mungkin kemarin itu kan ketika ingin pindah ada percekcoanlah ibaratnya. Nah, disitu kami yang PK18 itu awalnya kan dipisah-pisahkan itu, kan pada kebiasaannya itu digabung. Jadi, kami melapor ke pihak atasan sebelum kami ke atasan, kami harus optimis bahwasanya kami akan terkumpul di asrama atau sekamar. Sebelum itu kami cekcok dulu kan diasrama dengan musy’rifah, jadi di situ kata beliau kita harus sabar. Jadi, kami harus sabar dulu , kita coba ikhtiar dan optimis dulu dengan mencoba melapor ke atasan. Setelah melapor dan ternyata boleh dan memang untuk angkatan diatas itu digabungkan. Selanjutnya, keputusannya lagi karena kami sudah sabar, sudah berikhtiar lalu hasilnya kami tawakalkan apakah ini hasilnya bakal sekamar dengan orang-orang yang menurutnya yang sefrekuensi, karena di sana juga akan dirombak tidak sesuai awal. Dan di situ kami harus tawakal karena kami tidak tahu dengan siapa sekamar orangnya. Jadi, disitu kami bertawakal berdoa dengan Allah agar kami dikumpulkan dengan orang yang sefrekuensi.	
2.	Implementasi Ayat-Ayat Resiliensi	Dalam situasi apa saja Anda merasa perlu menerapkan nilai sabar dalam kehidupan akademik atau sosial	Perilaku Sabar

	dalam Kehidupan Mahasiswa	Anda berdasarkan Q.S. al-Baqarah/2:155-157 dan Q.S. Âli `Imrân/3: 186?	
	I	Kalo ulun pribadi kalo di dalam akademik itu tidak terlalu bermasalah dengan siapapun, tapi dalam konteks sosial pasti orang itu kan pasti ada masalah atau kekeliruan dalam hal berteman. Dan di sini ulun menerapkan sabar itu ketika menemukan kawan atau orang-orang yang dia itu harus kita yang memahami, tapi dia tidak mau memahami kita. Nah, di situ jika ada masalah dia tidak mau mengalah, jadi di situ ulun harus sabar. Mungkin kita sabar saja, mungkin orangnya memang begini. Karena kalo kita tidak sabar akan berantem atau cekcoklah dengan orang-orang itu.	
		Bisa ceritakan pengalaman saat Anda harus bersabar dalam menghadapi kegagalan atau kesulitan?	
	I	Lagi- lagi karena ulun pribadi tidak ingin kuliah di Indonesia, karena dari awal ulun masuk pondok selama 6 tahun itu ulun mau ke mesir. Intinya sudah berusaha, kalo seandainya ada belajar bahasa arab ulun pasti ikuti dan salah satunya hafalan. Jadikan untuk ke Mesir itu sudah ada usaha dari awal, setelah itu karena ada sebuah kendala yang mengharuskan ulun tidak jadi ke Mesir walaupun itu berat walaupun sudah 6 tahun menunggu ternyata tidak jadi. Di situ ulun menerapkan sabar, mungkin ini belum rezekinya sama sekali. Mungkin di lain waktu itu, bakalan ada rezekinya walaupun di S1 ini ulun kada bakalan ada belajar di Mesir.	Tindakan Tawakkal
		Bagaimana Anda menunjukkan sikap tawakkal saat menghadapi ujian, keputusan penting, atau masalah kehidupan lainnya berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65: 3?	
	I	Tawakalkan berserah diri, contohnya itu di akademik. Kan mungkin pernah	

		belajar yang benar-benar sudah begadang, belajar untuk dapat nilai yang baik. Terus cara ulun menerapkan tawakal, ulun sudah ikhtiar, sudah berdoa dan sudah juga belajar. Jadi, letakkannya ujian itu harus tawakal, bagaimanapun hasilnya harus menerima karena sudah keputusan Allah dengan catatan kita harus sudah ikhtiar. Intinya kita harus sabar dengan segala hal walaupun hasilnya tidak sesuai. Jadi tawakal dan sabar itu beriringan.	
		Apakah ada pengalaman ketika Anda merasa tawakkal memberikan ketenangan dalam menghadapi situasi sulit?	
	I	Mungkin ini ulun pribadi anak rantau, jadi misalnya ada masalah atau ada masalah duit atau masalah di rumah. Di sana kan akan terbawa-bawa di sini. Dan karena ulun tidak di rumah jadi ulun tidak bisa membantu masalah ini, jadi ulun akan berdoa dan bertawakal semoga masalah yang ada di rumah ini bakalan selesai.	
		Apakah Anda tetap menjaga optimisme ketika menghadapi kesulitan berdasarkan Q.S. az-Zumar/39: 53 dan Q.S. Yûsuf/12: 87? Bagaimana Anda mempertahankan sikap tersebut?	Perilaku Optimisme
	I	Untuk strategi adalah cara bagaimana kita bertahan ketika ada masalah, yaitu dengan menerapkan kita harus percaya dengan adanya masalah atau hal-hal yang baik buruk itu sudah diatur oleh Allah SWT., jadi kita di sini itu Cuma menjalani apa yang telah ditakdirkan oleh Allah tetapi dengan adanya tawakal itu kita harus berdoa dan bertawakal kepada Allah. Karena ketika kita menjalani itu belum tentu sesuai dengan ekspektasi kita, di situ kita menetapkan konsep sabar. Ketika ada cobaan kita tidak mungkin lari dari kenyataan. Di situ kita harus menetapkan sabar	

		menjalani hidup ini agar kita menerima keadaan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT., kemudian kita harus bertawakal karena semuanya dari Allah., jadi jika kita tidak bertawakal dan meminta kepada Allah itu tidak bakalan bisa.	
		Apakah nilai optimisme mempengaruhi cara Anda menentukan tujuan atau mengatasi kegagalan?	
	I	Iyah, sangat mempengaruhi. Ulun merasa bahwa dengan optimis, ulun jadi berani menetapkan tujuan yang tinggi. Kada takut gagal, karena yakin aja kalau gagal itu bagian dari proses belajar. Optimisme itu kaya memberikan energi positif, supaya ulun terus berusaha dan kada cepat menyerah.	
		Strategi atau langkah apa yang biasanya Anda lakukan untuk bertahan dalam situasi sulit, dengan berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, khususnya tentang sabar, tawakkal, dan optimisme?	Strategi Coping Qur'ani
	I	Biasanya, kalau menghadapi situasi sulit, ulun pertama kali mencoba untuk sabar. Ulun ingatkan diri sendiri supaya kada terburu-buru mengambil keputusan dan selalu berusaha untuk berpikir jernih. Sabar itu kunci, seperti yang diajarkan dalam Al-Qur'an, kalau kita sabar dalam menghadapi ujian, insya Allah kita akan diberikan jalan keluar. Setelah itu, ulun berusaha untuk tawakkal, yaitu menyerahkan segala hasilnya kepada Allah setelah berusaha maksimal. Ulun mencoba untuk tidak terlalu khawatir dan percaya bahwa Allah sudah menyediakan yang terbaik untuk kita. Tawakkal membantu ulun merasa lebih tenang. Dan yang terakhir, ulun selalu berusaha untuk optimis. Meski situasi sulit, ulun yakin pasti ada hikmahnya. Ulun	

		berusaha untuk melihat sisi positif dan berpegang pada ayat-ayat yang mengingatkan kita untuk tidak mudah putus asa.	
3.	Relevansi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Kontemporer Mahasiswa	Menurut Anda, seberapa penting nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi masalah hidup di era sekarang?	Persepsi Manfaat Nilai Resiliensi
	I	Sangat penting, karena menurut ulun pribadi ketiga hal itu merupakan kekuatan agar bisa bertahan hidup.	
		Dalam konteks mahasiswa PKU, bagaimana nilai-nilai ini membantu menghadapi tekanan akademik dan sosial?	
	I	Mungkin di dalam PKU itu kita bakalan terus-terusan baik, pasti ada huru hara dengan siapapun itu. Baik dengan kaka tingkat, ading tingkat walaupun misal kita seandainya kita tidak menerapkan sabar, optimis dan tawakal itu kita tidak akan bertahan di PKU. Oleh karena itu kita penting menerapkan ketiga itu dalam kehidupan kita. Jika masalah bersaing atau tertinggal dengan yang lain, mungkin itu sekarang ulun merasa tertinggal. Karena melihat orang IPK nya tinggi 3,9 sedangkan ulun di bawah itu. Dan ulun merasa tertinggal, padahal menurut orang yang di bawah ulun itu sudah tinggi. Nah, di situ merasa tertinggal dan ini bakalan harus bersaing dengan orang itu agar lebih dari dia. Dan tertinggal itu menurut ulun pasti melihat di mahasiswa PKU ini, memahami kitabnya lancar, bahasa arabnya lancar dan prestasinya pun di akademik pasti banyak. Di situ ulun merasa tertinggal dengan orang lain, orang sudah punya prestasi, kenapa ulun kek gini saja. Padahal hidup yang kita jalani sekarang, bisa jadi hidup yang kita doakan di	

		masalalu dan bisa jadi hidup yang diinginkan orang lain.	
		Bagaimana Anda menilai efektivitas ajaran sabar, tawakkal, dan optimisme dari Al-Qur'an dalam membantu Anda bertahan menghadapi tekanan hidup?	Penilaian Efektivitas
	I	Sangat efektif, karena jika kita tidak menerapkan itu kita tidak akan tenang dan hidup kita akan selalu menyalahkan Allah., karena tidak menerapkan tiga tadi, karena itu bagi ulun benteng.	
		Bagaimana Anda mengaplikasikan nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti persaingan akademik, teknologi, atau dinamika sosial?	Kontekstualisasi dalam Kehidupan Modern
	I	Misalnya contohnya RUU atau kebijakan-kebijakan baru, seperti contohnya itu efisiensi anggaran. Misalnya dalam efisiensi anggaran ini banyak sekali yang harus dikorbankan. Contoh pribadi, OPKU. Biasanya setiap kegiatan pasti ada turun duit tapi karena efisiensi itu, OPKU ini sama sekali tidak memiliki dana. Di situ jika seandainya ki tidak menerapkan konteks sabar, optimis dan tawakal itu kita pasti akan menyalahkan bahkan mendemo fakultas atau rektorat. Karena pada umumnya itu telah tradisi atau sudah turun menurut setiap OPKU itu pasti ada uangnya, ketika kegiatan. Dan untuk tahun ini itu tidak ada sama sekali, jadi kalo kita tidak sabar kita akan demo dan menyalahkan atasan. Tapi karena kita sudah tahu ini dari pihak atasan pun tidak bisa berbuat apa-apa. Karena sudah ada aturan dari yang di atas lagi. Jadi, dari situ kita harus sabar dan optimis. Optimisnya apa? Yaitu berpositif thinking pasti ada rezeki lain yang masuk dalam dana OPKU.	
4.	Penutup	Menurut Anda, apa pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling	

		menginspirasi Anda dalam menjalani hidup?	
	I	Menurut ulun pribadi, pesan utama dari ayat-ayat ini menjadi penguat kita pribadi atau setiap orang untuk tetap bertahan hidup, menjalankan sesuatu itu di jalan yang benar sesuai ketentuan Allah SWT. Kalo ulun pribadi semuanya itu berperan atau semuanya ulun terapkan, tetapi untuk tawakal lagi-lagi banyak dari sesuatu atau benih dari kehidupan ulun tadi tawakal, Misalnya ingin kuliah, permasalahan di kampus atau permasalahan dimanapun itu	

6. Informasi Umum

- Nama/Inisial: Rahmawati
- Jenis Kelamin: Perempuan
- Semester: 8 (delapan)
- Latar Belakang Pendidikan Sebelumnya: Ponpes Nurul Hidayah.
- Kegiatan Organisasi/Kepemimpinan yang Diikuti (jika ada): Wakil Ketua Umum OPKU tahun 2023, serta terlibat dalam organisasi kampus seperti UPZ, Antasari Cendekia, dan Pemuda Tani.

1.	Pemahaman terhadap Ayat-Ayat Resiliensi	Bagaimana pemahaman Anda tentang konsep sabar sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. al-Baqarah/2:155–157 dan Q.S. Âli ‘Imrân/3:186?	Sabar
	I	Konteks sabar di sanakan kelaparan, merasa takut dengan rezeki itu tidak bakal datang. Itu sama kek orang yang takut punya anak karena merasa punya anak itu beban. Padahal itu sudah diatur oleh Allah dalam Al-quran. Dan orang	

		yang merasa takut akan kelaparan itu juga musibah, jadi di dalam konteks di situ karena dapat musibah bisa saja dapat bencana. Apalagi misalnya banjir otomatis orang yang mencari kerjaan di sekitar sana seperti itu, karena dampak dari banjir itu banyak. Makanya banyak kerusakan dari alam, oleh sebab itu tidak ada lagi untuk orang makan di sana. Nah, itu muncul perasaan takut. Oleh karena takut itu maka harus sabar dan percaya bahwa Allah akan memberikan rezeki yang tak disangka dan datang dari segala arah asal yakin dan dicari ini dari quran surah at-thalaq. (Q.S. al-Baqarah/2:155-157) Karena kebanyakan dari orang kristen itu kaya, dari situ di ujinya orang Muslim. Dan kebanyakan yang aku lihat memang orang Muslim itu kebanyakan jarang ada orang yang kaya, kebanyakan itu memang orang kristen. Tidak sedikit juga karena harta itu banyak yang kafir, karena merasa bahwa dia percaya dengan statement orang kristen itu pasti kaya. Karena surganya orang kristen itu di dunia. Tetapi ada juga yang mengatakan bahwasanya surganya orang kristen itu kata orang kristennya di dunia dan akhirat. Makanya orang-orang Islam yang berani meninggalkan agama itu karena itu. Jadi konteks sabarnya itu , walaupun bagaimana saja masalah rezeki, diri di siksa apalagi zaman dulu itu tidak setara dengan zaman sekarang, banyak contoh, misal tidak ikut agama nenek moyangnya sampai dibunuh. Sedangkan, sekarang ini masih biasa saja paling digoda dengan harta, wanita, cinta yang seperti itu. Kalo dulu sampai dibunuh. (Q.S. Âli `Imrân/3: 186)	
		Menurut Anda, apa makna penting dari sikap sabar dalam menghadapi ujian atau musibah, berdasarkan ajaran ayat-ayat tersebut?	

	I	Berarti masalah keimanan harus dikuatkan. Karena konteksnya yang pertama karena kelaparan ini banyak menghancurkan pemikiran orang, misal karena takut kelaparan itu jadi mencuri karena tidak kuat imannya dan harus berpegang teguh dengan iman, karena jika tidak kuat iman karena kelaparan jadi bisa mencuri. Karena ingin kaya itu jadi kafir, mengikuti agama diluar dari Islam. Jadi konteks sabar itu harus berbanding lurus dengan kuatnya iman.	
		Apa makna tawakkal menurut Anda berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65:3?	Tawakkal
	I	Berarti ini berkaitan juga dengan sabar, iman yang kuat baru bertawakal kepada Allah., terus diserahkan kepada Allah tetapi harus dengan usaha. Jika ayat ini menurut aku setelah sudah mengerjakan semuanya baru berpikir Allah itu akan memberikan rezeki dari arah yang tidak disangka-sangka, jadi setelah kita sudah mengerjakan semua baru bertawakal.	
		Bagaimana Anda memaknai tawakkal dalam konteks usaha dan doa dalam kehidupan Anda sehari-hari?	
	I	Sangat relate, apalagi saat sudah lulus kuliah. Itu perlu usaha mendaftar lowongan pekerjaan terus di iringi dengan doa, lalu bertawakal. Apalagi saat mengerjakan skripsi ujiannya sangat banyak, tiba-tiba di semester terakhir itu ujian ini tiba-tiba datang, seperti keluarga banyak yang sakit di sana sudah pesimis tidak mungkin skripsi ini tekerjakan. Tetapi, usaha lagi walaupun siang malam itu sudah hampir pesimis lagi, karena merasa banyak ketinggalan, seperti ayat banyak ketinggalan apalagi PKU . Itu sangat banyak persyaratannya, padahal kita tidak tahu orang dibelakang seperti apa. Ada keluarga sakit, kekurangan harta. Hampir pesimis tetapi berdoa, entah doa siapa hingga akhir bisa selesai	

		semuanya. Tetapi, setelah selesai ternyata ada ujiannya lagi hingga akhirnya bertawakal lagi. Setelah bertawakal ternyata bisa sampai saat ini.	
		Bagaimana Anda memahami konsep optimisme dalam dan Q.S. az-Zumar/39:53 dan Q.S. Yûsuf/12:87?	Optimisme
	I	Banyak orang yang merasa dirinya itu banyak dosa, padahal kan orang yang belum nafasnya sampai kerongkongan itu masih bisa diampuni, seandainya dia bertaubat. Jadi, jangan merasa diri itu banyak dosa atau banyak melakukan kesalahan selagi ada waktu itu harus optimis dalam bertaubat dan jangan mengulangi lagi. (Q.S. az-Zumar/39: 53) Kadang melihat pengalaman orang yang sudah terpuruk tapi masih bisa bangkit dan bisa melewati ternyata dia bisa, otomatis bisa. Jadi orang menjadi acuan aku untuk beroptimis. (Q.S. Yûsuf/12: 87)	
		Menurut Anda, bagaimana nilai optimisme itu penting dalam menjaga semangat hidup?	
	I	Sangat penting, karena pesimis itu bisa datang kapan saja. Sehingga sikap optimis itu tidak boleh hilang, sisakan lah ruang optimis. Jadi, harus punya tujuan dan memang ada dari awal tujuan itu ingin membahagiakan orang tua fokus ke situ saja. Dan jika ingin lulus 3,5 tahun fokusnya juga ke situ. Walaupun kata orang tidak mungkin kata orang kita berhasil tapi aku berusaha dan belajar. Nah, sana usahanya juga. Selain, tawakal di optimis itu mengusahakan yang masih bisa diusahakan.	Konteks Historis
		Sejauh mana Anda memahami latar belakang turunnya ayat-ayat tentang sabar, tawakkal, dan optimisme tersebut?	
	I	Berarti yang awal tadi ada hubungannya, seperti tafsir quran surah	

		Ali-Imram ada hubungannya dengan surah yusuf yang masalah, banyak orang kafir dulu membunuh anak karena merasa takut tidak bisa membiayai. Padahal rezeki itu datang dari arah mana saja yang masuk di surah at-talaq.	
		Menurut Anda, apakah memahami konteks sejarah ayat membantu dalam menghayati pesan-pesan Qur'ani?	
	I	Sangat berperan, karena turunnya ayat ini karena takut miskin berpengaruh jangan takut kekurangan harta misalnya dan segala macam. Karena berdasarkan ayat ini dan sejalan dengan konteksnya kita bertawakal pun Allah akan membantu membantu mendatangkan rezeki.	
		Bagaimana Anda mengaitkan makna ayat-ayat tersebut dengan pengalaman Anda sebagai mahasiswa PKU yang menghadapi tantangan akademik dan kehidupan sosial?	Keterkaitan dengan Kehidupan
	I	Jadi, pada semester 3-4 perkuliahan ku. Ada sekitar 2 tahunan keluargaku di ganggu orang sampai ingin hancur. Jadi, di sana itu kata sabar jauh dan aku merasa ingin membunuh orangnya. Jadi, di situ perlu iman yang kuat, bagaimana orang yang masa adaptasi itu, sedangkan di keluarga itu di uji. Belum lagi persyaratan yang ada di PKU ini, halaqohnya, waktunya jangan sampai malam dan hafalan aku masalah segi hafalan dari awal tidak punya tabunga. Maka dari keluarga tadi diganggu orang dan itu selama 2 tahunan. Jadi kata sabar itu kemarin jauh, tapi karena di PKU lingkungannya bagus, karena gama maksudnya yang dipelajari, al-quran kada jauh-jauh jadi masih bisa berpikir jernih. Ditambah kawan-kawa meminta sabar, serahkan kepada Allah, berdoa dan bertawakal. Jadi, dalam menghadapi ujian sosial sangat membantu.	

2.	Implementasi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Mahasiswa	Dalam situasi apa saja Anda merasa perlu menerapkan nilai sabar dalam kehidupan akademik atau sosial Anda berdasarkan Q.S. al-Baqarah/2:155-157 dan Q.S. Âli `Imrân/3: 186?	Perilaku Sabar
	I	Karena aku sudah menjalani skripsi, jadi di situ harus banyak-banyak sabar karena sangat banyak ujian. Maksud ujian ini, seperti dosen. Karena ada juga kita seperti ditekan apalagi diminta untuk terus revisi-revisi. Dan dikatakan tulisan tidak baik. Ditambah orang tuaku sakit pas dimasa skripsian. Dan bapak aku tidak terlalu bisa bekerja sebenarnya aku di masa studi akhir. Jika masalah akademik di masalah hafalan dari situ pentingnya aku menerapkan ayat-ayat itu. Seandainya aku kada menerapkan itu, maka banyak kerusakan yang terjadi, contohnya aku akan menipu bahwa aku sudah selesai hafalan.	
		Bisa ceritakan pengalaman saat Anda harus bersabar dalam menghadapi kegagalan atau kesulitan?	
	I	Aku lupa apa kegagalan yang aku hadapi, karena aku orangnya mudah melupakan. Dan konsepku adalah menumbuhkan yang baru dan melupakan kegagalan. Tapi masa sulitku mungkin saat kehilangan orang sekitar seperti meninggal.	
		Bagaimana Anda menunjukkan sikap tawakkal saat menghadapi ujian, keputusan penting, atau masalah kehidupan lainnya berdasarkan Q.S. ath-Thalâq/65: 3?	Tindakan Tawakkal
	I	Jika tawakal itu merupakan opsi terakhir. Aku biasanya mengusahakan dulu, misalnya setelah ini ingin lanjut studi lagi, jadi aku mengusahakan dulu semuanya baru tawakal dan itu pun harus berdoa juga. Tawakal aku berusaha baru berdoa. Terkadang ada orang yang mendahulukan doa. Padahal	

		baiknya di barengi dengan usaha dan doa. Soalnya ada contohnya, teman aku dia mau lomba dan katanya aku santai saja, berdoa ke mesjid membaca al-quran tapi dia tidak belajar membaca materi dan lombanya ini cerdas cermat. Disitu dia langsung berdoa dan tidak belajar, tetapi bisa saja dia dapat kemukzamatan. Dan kemarin memang menang tapi juara 2. Seandainya dia berusaha bisa jadi juara 1.	
		Apakah ada pengalaman ketika Anda merasa tawakkal memberikan ketenangan dalam menghadapi situasi sulit?	
	I	Yang membuat tidak tenang pada saat skripsi adalah hafalan. Kesalahan di awal, kenapa tidak mengejar di awal dan mengejar di akhir. Dan usahanya tidak di awal, jadi dengan doa. Dari sana aku bertawakkal agar hati tenang, karena di akhir pasti deket-deket jika ngebut.	
		Apakah Anda tetap menjaga optimisme ketika menghadapi kesulitan berdasarkan Q.S. az-Zumar/39: 53 dan Q.S. Yûsuf/12: 87? Bagaimana Anda mempertahankan sikap tersebut?	Perilaku Optimisme
	I	Iya, dengan ada tujuan.	
		Apakah nilai optimisme mempengaruhi cara Anda menentukan tujuan atau mengatasi kegagalan?	
	I	Berpengaruh untuk mengatasi kegagalan dalam mencapai tujuan dengan optimis. Jadi, dengan optimis itu sebagai solusi untuk menghindari kegagalan. Kadang merasa seperti tidak mungkin dengan kebiasaan orang mencapai tujuan, tapi ada prinsip tidak ada yang tidak mungkin selagi berusaha.	
		Strategi atau langkah apa yang biasanya Anda lakukan untuk bertahan dalam situasi sulit, dengan	Strategi Coping Qur'ani

		berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, khususnya tentang sabar, tawakkal, dan optimisme?	
	I	Biasanya dan jujur aku sangat mendekatkan diri ke Tuhan. Dan merasa sangat terpuruk dimasa akhir. Karena ada kawan yang memang dunia saja yang dikejar dan masalahnya bertubi-tubi. Dan karena aku sebagai kawan, jadi aku bilang coba kamu mengaji, tahajud, salat duha. Karena disitu aku merasa tenang dan di awal itu aku juga merasa gelisah, merana menangis. Menangis itu wajar, terpuruk ada tetapi sabar baru bertawakkal dengan mendekatkan diri kepada Tuhan. Awalnya memang salat sunah, tapi belum ada salat sunah yang seperti duha, tapi setelah itu konsisten berjadwal selama 2 bulan. Selain itu, dukungan dari orang tua juga sangat penting.	
3.	Relevansi Ayat-Ayat Resiliensi dalam Kehidupan Kontemporer Mahasiswa	Menurut Anda, seberapa penting nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi masalah hidup di era sekarang?	Persepsi Manfaat Nilai Resiliensi
	I	Dengan adanya tiga nilai tadi, masih ada terpacu untuk semangat.	
		Dalam konteks mahasiswa PKU, bagaimana nilai-nilai ini membantu menghadapi tekanan akademik dan sosial?	
	I	Sebagai mahasiswa PKU, itu sangat banyak kegiatan. Dan apalagi masalah aku di hafalan. Walaupun aku dari jurusan al-quran dan tafsir tapi bacaan ku ini masih amburadul dan belum sempurna. Apalagi anak PKU ini terkenal dengan kecerdasan dan kepintarannya otomatis pukul rata. Sebenarnya kemampuan itu ada masing-masing, belum tentu semuanya jiwa qurani, bahasa, atau apapun itu.	

		Tapi kerana kita anak PKU jadi pukul rata semuanya. Nah dari situ, jika kita tidak sabar dan optimis untuk menyamakan dengan kawan-kawan yang diatas kita, supaya yang pukul rata itu benar terjadi walaupun di kasih rate dari 10-100 kita masih di 70, tapi masih ada usahkan untuk mengejar agar pukul rata.	
		Bagaimana Anda menilai efektivitas ajaran sabar, tawakkal, dan optimisme dari Al-Qur'an dalam membantu Anda bertahan menghadapi tekanan hidup?	Penilaian Efektivitas
	I	Efektiv sedang, karena namanya manusia pesimis itu pasti ada. Tapi, berdiam saja dan tidak meumbar-umbar. Jika meumbar itu bisa ke sambang lihum.	
		Bagaimana Anda mengaplikasikan nilai-nilai sabar, tawakkal, dan optimisme dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti persaingan akademik, teknologi, atau dinamika sosial?	Kontekstualisasi dalam Kehidupan Modern
	I	Persaingan akademik itu, aku sangat memerlukan yang tiga hal itu. Karena PKU diminta haarus ikut lomba dan lainnya. dan kawan-kawan luar biasa lomba MTQ dan lainnya. tetapi, sabar mungkin belum dan lain kemampuan kita. Tapi harus ada usahanya dan mencoba ikut lomba menulis artikel agar ada juga.	
4.	Penutup	Menurut Anda, apa pesan utama dari ayat-ayat resiliensi yang paling menginspirasi Anda dalam menjalani hidup?	
	I	Aku paling ternotis ayat seribu dinar, karena aku mengamalkan ayat itu setelah selesai salat. Dari lulus pondok sampai sekarang. Dari pesan ayat itu sangat menyentuh hati hingga mengamalkan dan yakin bahwa rezeki itu tidak akan putus asal diusahakan	

Lampiran 10: Dokumentasi





DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama : Ahmad Zafirul Karim
2. Tempat, Tanggal Lahir : Barabai, 10 Juli 2002
3. Agama : Islam
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Alamat : Komp. Wengga Idaman Pelaihari, blok. B no. 28, Kel. Pabahanan, Kec. Pelaihari
6. No. HP/Email : 085349819880/ 66zafirizza@gmail.com
7. Pendidikan : TK Nusa Indah 2007-2008
 : SDN Pabahanan 2008-2014
 : SMP Darul Hijrah Putera 2014-2017
 : SMA Darul Hijrah Putera 2017-2020
 : UIN Antasari Banjarmasin 2021-Sekarang
8. Orang Tua
 Ayah
 Nama : Choiril Anam
 Pekerjaan : PNS
 Alamat : Komp. Wengga Idaman Pelaihari, blok. B no. 28, Kel. Pabahanan, Kec. Pelaihari
 Ibu
 Nama : Dicky Haryani
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Alamat : Komp. Wengga Idaman Pelaihari, blok. B no. 28, Kel. Pabahanan, Kec. Pelaihari
9. Saudara : 1 (satu)
 (jumlah saudara)
10. Pengalaman Organisasi : KAMUSH (Kepala Bidang ADVES) 2022-2023

- : Organisasi Program 2023-2024
Khusus Ulama (Ketua Umum)
11. Pengalaman Lainnya : Guru Pengabdian Muhammadiyah Boarding School of Nurul Amin Alabio

Banjarmasin, 09 Mei 2025

Penulis



Ahmad Zafirul Karim