

**KONSEP SABAR DALAM BUKU *MAN SHABARA ZHAFIRA
SUCCESSION IN LIFE WITH PERSISTENCE* KARYA AHMAD
RIFA'I RIF'AN DAN RELEVANSINYA DENGAN
PEMBENTUKAN SIKAP SABAR
DI KALANGAN GENERASI Z**

SKRIPSI



Oleh

FITRIA ANGGA RIZA PERMANA

NIM. 201200293

**JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO
2024**

ABSTRAK

Permana, Fitria Angga Riza. 2024. Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan Relevansinya dengan Pembentukan Sikap Sabar di Kalangan Generasi Z. **Skripsi.** Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, Pembimbing: Nur Kolis, S.Ag., M.Ag., Ph.D.

Kata Kunci: Konsep Sabar, Buku *Man Shabara Zhafira Succes In Life With Persistence*, Pembentukan Sikap Sabar Generasi Z.

Generasi Z yang tumbuh dan berkembang pada era teknologi sekarang banyak yang tidak memahami makna sabar dalam berproses menuju tingkat kesuksesan. Berkaitan dengan problem generasi Z tersebut terdapat sebuah buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* yang dikarang oleh Ahmad Rifa'i Rif'an. Buku tersebut mengajarkan cara menyikapi sebuah kegagalan dan bersabar dalam meraih kesuksesan.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis (1) Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an; (2) relevansi buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi Z.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan atau *library research* dengan pendekatan kualitatif. Sumber data primer yakni buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an. Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan cara mengedit, mengorganisasikan, dan menemukan hasil, yang selanjutnya dianalisis dengan cara menganalisis isi (*content analysis*).

Penelitian ini menghasilkan (1) Konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Success in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an terdapat dua konsep, yaitu sabar dalam menyikapi sebuah kegagalan dan sabar dalam meraih kesuksesan. Karena dalam meraih sebuah kesuksesan itu pasti ada yang namanya gagal terlebih dahulu baru menemukan sebuah kesuksesan maka harus menyikapi kegagalan tersebut dengan ikhlas, tetap semangat, dan tidak menyerah. Menikmati sebuah proses kesuksesan dengan sabar karena dalam kesuksesan jika sabar maka juga akan membuahkan hasil. Rumus hidup manusia dalam menyikapi kegagalan dan meraih kesuksesan yaitu *Man Shabara Zhafira*, siapa yang bersabar maka dia akan beruntung (2) Relevansi buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi Z, yaitu terletak pada lima poin, yaitu rencana terprogram dalam menanamkan sikap sabar yang dimulai sejak usia dini, memotivasi diri dengan belajar dari tokoh yang dapat dijadikan sebagai panutan, berdoa atau berserah diri kepada Allah SWT karena sukses ataupun tidaknya seseorang berdasarkan kehendak Allah, jadilah orang yang proaktif bukan reaktif dengan menyikapi kritikan orang lain dengan tersenyum dan cukup dibuktikan dengan tindakan, dan bijaksana dalam mengambil sebuah keputusan bahwa dalam setiap permasalahan yang dihadapi akan ada hikmahnya.



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Fitria Angga Riza Permana
NIM : 201200293
Jurusan : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Judul Skripsi : Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* Karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan Relevansinya dengan Pembentukan Sikap Sabar di Kalangan Generasi Z

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqasah.

Pembimbing

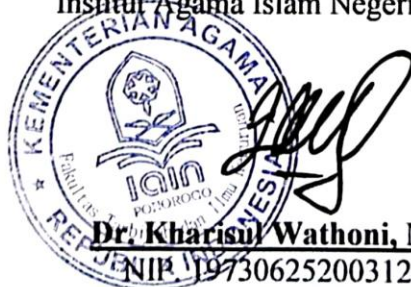
Nur Kolis, S.Ag., M.Ag., Ph.D.
NIP. 197106231998031002

Ponorogo, 5 Februari 2024

Mengetahui,

Ketua

Jurusan Pendidikan Agama Islam
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Institut Agama Islam Negeri Ponorogo



Dr. Kharisul Wathoni, M.Pd.I.
NIP. 197306252003121002



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO**

PENGESAHAN

Skripsi atas nama:

Nama : Fitria Angga Riza Permana
NIM : 201200293
Jurusan : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Judul Skripsi : Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* Karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan Relevansinya dengan Pembentukan Sikap Sabar di Kalangan Generasi Z

Telah dipertahankan pada sidang munaqasah di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Istitut Agama Islam Negeri Ponorogo pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 15 Maret 2024

dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, pada:

Hari : Senin
Tanggal : 25 Maret 2024

Ponorogo, 25 Maret 2024

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Institut Agama Islam Negeri Ponorogo



Dr. H. Moh. Munir, Lc., M.Ag.
KPP/189680/7051999031001

Tim Penguji :

Ketua Sidang : Dr. Moh. Miftachul Choiri, M.A.

Penguji I : Yuentie Sova Puspidalia, M.Pd.

Penguji II : Nur Kolis, S.Ag.,M.Ag.,Ph.D.

()
()
()

SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fitria Angga Riza Permana
NIM : 201200293
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan : Pendidikan Agama Islam
Judul Skripsi : Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Live with Persistence* Karya Ahmad Rifa'i Rifan dan Relevansinya dengan Pembentukan Sikap Sabar di Kalangan Generasi Z

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan Institut Agama Islam Negeri Ponorogo yang dapat di akses di etheses.iainponorogo.ac.id adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, 22 April 2024

Penulis



Fitria Angga Riza Permana
NIM. 201200293

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fitria Angga Riza Permana

NIM : 201200293

Jurusan : Pendidikan Agama Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Judul Skripsi : Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* Karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan Relevansinya dengan Pembentukan Sikap Sabar di Kalangan Generasi Z

Dengan ini, menyatakan yang sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil-alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Ponorogo, 5 Februari 2024

Yang membuat pernyataan



Fitria Angga Riza Permana

NIM. 201200293

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Semakin berkembangnya zaman, semakin berkembang juga dunia teknologi. Permasalahan yang sering muncul di generasi sekarang ini, yaitu makin banyak anak yang masih di usia muda dan yang masih menempuh kehidupan di sekolah, maupun yang sudah bekerja, sering terjadi peristiwa banyak yang melakukan bunuh diri, karena mereka merasa sudah putus asa dan menyerah dalam menghadapi sebuah permasalahan yang dihadapi, baik itu permasalahan ekonomi, pendidikan di sekolah, maupun masalah pekerjaan. Kebanyakan kasus bunuh diri berada di kalangan mahasiswa.¹

Seperti semua orang di dunia yang mengharapkan kesuksesan dalam beberapa hal. Namun sebagian besar orang juga mengalami kegagalan. Lalu, apa yang menyebabkan kegagalan ini? Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kegagalan. Awalnya orang tersebut tidak mengetahui cara memperoleh kesuksesan. Kedua, orang tersebut sudah mengetahui bagaimana mencapai kesuksesan yang telah diramalkannya, yang perlu mereka lakukan hanyalah cukup disiplin untuk melaksanakan semua langkah yang diperlukan sebelum mencapai kesuksesan yang diinginkan. Sabar sambil mengamati proses yang sedang berlangsung. Karena tidak ada yang namanya instan untuk sukses,

¹ Muchamad Zaid Wahyudi, Mahasiswa bunuh diri, Saatnya Universitas Lebih Peduli <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/10/14/bunuh-diri-di-kampus-saatnya-universitas-lebih-peduli> diakses pada tanggal 16 Maret 2024.

seseorang harus terlibat dalam kehidupan yang penuh dengan banyak rintangan yang berulang.

Pentingnya sikap sabar dalam menghadapi sebuah masalah, dan di dalam menghadapi masalah selain sabar kita juga harus ikhtiar. Sebab, setiap siapa saja yang bersabar dalam menghadapi sebuah permasalahan apapun pasti akan mendapatkan segala sesuatu yang diinginkan. Dalam kehidupan sehari-hari, konsep sabar digunakan seseorang ketika menghadapi persoalan seperti marah, stress dan masalah yang lainnya.² Sabar menurut Ahmad Rifa'i Rif'an dalam bukunya yang berjudul *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* kesabaran itu menolong segala pekerjaan.

Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* merupakan buku yang bergenre Religion dan Spirituality karya Ahmad Rifa'i Rif'an yang terbit pada bulan Agustus tahun 2021. Buku ini berisi tentang kisah hidup dan perjuangan yang nyata diambil dari sebuah kisah pribadi Ahmad Rifa'i Rif'an serta juga digabungkan dengan kisah-kisah dan berbagai pernyataan dari berbagai tokoh agama serta berbagai tokoh-tokoh dunia. Yang berawal dari paparan Ahmad Rifa'i Rif'an tentang mengapa harus menjadi orang yang bersabar dalam menjalani sebuah hidup dan melakukan tindakan yang mendampingi sikap sabar itu.

Ahmad Rifa'i Rif'an merupakan penulis buku *Man Shabara Zhafira* yang lahir di Lamongan tanggal 3 Oktober 1987. Selain buku *Man Shabara Zhafira*, ia juga menulis buku Tuhan, Maaf Kami Sedang Sibuk, Hidup Sekali Berarti Lalu

² Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi", *Jurnal Psikologi*, Vol.38, No. 2, (2011), 215-227.

Mati, *The Perfect Muslimah*, Ya Allah, Siapa Jodohku?, *God, I Miss You, My Life My Adventure*, dan lain-lain.³

Ada banyak peristiwa yang mengajarkan sikap kesabaran Ahmad Rifa'i Rif'an menyampaikan sebuah kisah kehidupan pribadinya yang dimulai saat bersekolah sampai lulus kuliah dan hendak memulai sebuah bisnis sendiri. Beliau menyampaikan mengenai perjuangan seorang guru sekolahnya dulu di MI Islamiyah yang bernama pak Maulan sholeh yang menjadi kepala sekolah sekaligus menjadi guru yang perjuangannya menjadi guru walaupun bergaji kecil. Namun, beliau tetap sabar mendidik muridnya di sekolah dengan ketulusan hati. Bekerja secara tulus dan ikhlas bukan sekedar untuk mendapatkan uang.⁴

Peneliti tertarik untuk meneliti buku Karya Ahmad Rifa'i Rif'an yang berjudul *Man Shabara Zhafira*. Karena itulah, *Man Shabara Zhafira* merupakan rumus kehidupan untuk mencapai sebuah kesuksesan. Dalam mencapai sebuah kesuksesannya, seseorang memerlukan sebuah proses yang sangat panjang dan perlu dilaluinya dengan sabar. Orang yang sukses itu jalannya tidak selalu mulus, orang yang sukses itu dulunya juga berada di bawah, lalu dengan kesabaran dan ikhtiarnya mereka bisa menuju puncak dari kesuksesannya. tidak ada yang namanya sukses itu instan. Semuanya pasti melalui jalan yang bertabur masalah, tantangan dan kesulitan yang dihadapi. karena seseorang yang bisa dikatakan sukses, yaitu orang yang sudah melalui proses dan percobaan yang tidak mudah.

Kelebihan buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an adalah buku salah satu karya beliau yang *best seller national*. karena di dalamnya tidak

³ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Success In Life with Persistence* (Jakarta: PT. Elek Media Komputindo Kompas-Gramedia, 2021), 267-268.

⁴ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Success in Life with Persistence* (Jakarta: PT. Elek Media Komputindo Kompas-Gramedia, 2021), 172.

hanya memberikan cara atau langkah-langkah mencapai kesuksesan tetapi juga memotivasi seorang pembaca dalam menghadapi sebuah masalah yang dihadapi harus dengan sabar yang dikutip dari beberapa tokoh ilmunan ternama di dunia, orang besar, orang sukses. Tidak sedikit para tokoh yang memberikan testimoni dalam buku ini seperti, Achmad Sjamsudin, Manajer Layanan Donatur Yatim Mandiri yang mengatakan “Buku yang menggugah. Karena sabar adalah hal yang sangat penting dalam islam, sehingga dikatakan bahwa orang-orang yang sabar adalah kekasih Allah”. dan Agus Cahyono SHI.,MHI, Ketua Umum DPD PKS Trenggalek “Man Shabara Zhafira, kesabaran menjadi energi besar meraih keberhasilan, sebagaimana kisah Thalut yang diabadikan dalam Al-Quran. semakin paham dan dekat dengan sabar, keberhasilan akan semakin nyata.”

Alasan peneliti tertarik meneliti buku ini, yaitu sesuai dengan pemaparan permasalahan yang ada bahwa banyak orang yang tidak memahami mengenai makna sabar dalam berproses menuju kesuksesan. Oleh karena itu, untuk mencapai tingkat keberhasilan tertentu, terdapat proses yang harus dilalui dengan hati-hati karena tidak ada langkah yang mudah dalam setiap langkah tersebut, dan kemungkinan besar banyak hambatan dan tantangan yang harus dihadapi. Setiap ada kesuksesan pasti akan dijumpai yang namanya kegagalan, dan bagaimana cara menghadapi sebuah kegagalan atau permasalahan tersebut baik dalam pekerjaan, sekolah, maupun dalam masalah kehidupan sehari-hari dengan kesabaran.

Dalam dunia pekerjaan, ketika seseorang mendapatkan sebuah pekerjaan yang diinginkan, terkadang hal yang diinginkan oleh seseorang itu belum tentu yang terbaik untuk diri seseorang tersebut. Cara menyikapi sebuah peristiwa tersebut hanya perlu melakukan introspeksi diri dan melihat potensi yang dimiliki

karena kegagalan tersebut bukan berarti hal yang buruk melainkan sebuah awal dari proses menuju puncak kesuksesan dan dibalik sebuah peristiwa tersebut pasti akan ada hikmah yang lebih baik.

Ada kaitan atau hubungan antara Buku *Man Shabara Zhafira* dengan Pembentukan sikap sabar di kalangan Generasi Z. Di dalam kehidupan sehari-hari, generasi muda yang masih melaksanakan pendidikan maupun bekerja pastinya banyak menjumpai permasalahan. Jika sebagai Generasi Z yang diposisi masih melaksanakan pendidikan pastinya mereka ingin segera lulus. Dalam mencapai kelulusan tersebut pasti ada permasalahan yang dihadapi seperti tugas-tugas yang perlu dikerjakan. Bahkan, jika masih kuliah ada beberapa orang yang mengikuti ujian berulang-ulang tetapi masih belum lulus. dan bagaimana cara menghadapi masalah tersebut dengan sabar. Bagi generasi muda yang tidak melanjutkan sekolah dan langsung bekerja mereka juga melewati proses demi proses yang tidak mudah yang harus dihadapi dengan kesabaran.

Dalam kehidupan sehari-hari sabar terkait dengan bekerja keras dan tidak putus asa dalam menghadapi permasalahan dan tantangan hidup. Oleh karena itu, jika seseorang ingin hidupnya bisa mencapai sebuah kesuksesan maka harus bersabar dalam menghadapinya baik datang dari pekerjaannya maupun pendidikannya. Dalam Buku *Man Shabara Zhafira* inilah yang menjadi rumus kesuksesan bagi generasi muda dalam meraih sebuah kesuksesan. Dan yang dapat diketahui bahwa *Man Shabara Zhafira* yaitu barang siapa yang bersabar maka dia akan menjadi orang yang beruntung. Petuah klasik yang diajarkan secara turun temurun dalam tradisi pesantren. Hidup tidak selalu berjalan dengan mulus. Dalam menggapai cita-cita pasti ada kendala. Namun, bagi orang yang memiliki tekad

yang kuat dan kesabaran yang tinggi, rintangan itu akan menghambatnya dalam meraih cita-cita. Justru, kendala itu menjadi tantangan yang sangat menarik untuk ditaklukkan.

Maka berdasarkan pemaparan tersebut, menarik kiranya, peneliti untuk memaparkan urgensi dan manfaat sabar yang terkandung dalam Buku *Man Shabara Zhafira* serta hubungannya dengan sikap sabar generasi z. Oleh karena itu tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Success in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa’i Rif’an dan Relevansinya dengan Pembentukan Sikap Sabar di Kalangan Generasi Z”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan, rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa’i Rif’an ?
2. Bagaimana relevansi konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi z ?

C. Fokus Penelitian

1. Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa’i Rif’an.
2. Relevansi konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi z.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mendeskripsikan Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an.
2. Untuk mendeskripsikan relevansi buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi z.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan bermanfaat bagi khazanah pendidikan Islam khususnya dalam kajian konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira*, dan untuk menambah wawasan keilmuan dan pemikiran pendidikan islam serta mengamalkan dan menerapkan ilmu pengetahuan mengenai konsep sabar dalam sehari-hari.

2. Manfaat Praktis

Secara praktik penelitian ini diharapkan:

- a. Menambah wawasan konsep sabar bagi masyarakat umum (pembaca).
- b. Menambah khazanah kepustakaan guna pengembangan karya-karya ilmiah lebih lanjut.
- c. Alternatif sebagai sarana atau media pendidikan dalam proses pembelajaran Pendidikan Agama Islam dalam pembentukan sikap sabar.

F. Batasan Istilah

Batasan istilah digunakan untuk menyajikan variabel, istilah, atau konsep yang terkait dengan yang diteliti. Batasan istilah penting dikemukakan agar memberikan kejelasan tentang variabel, istilah, atau konsep yang digunakan dalam penelitian. Batasan istilah pada penelitian ini antara lain:

1. Konsep

Konsep menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan dengan pengertian, proses, gambaran mental dari objek, paham (pendapat), rancangan (cita-cita) yang telah dipikirkan.⁵

2. Sabar

Sabar berasal dari bahasa Arab *Shabarashabura-Shabran-Shabaratan* yang berarti “menanggung” atau “menahan sesuatu” yang dapat diartikan sabar tidak tergesa-gesa, menunggu dengan tenang serta tidak membalas. sedangkan pengertian sabar dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah tahan dalam menghadapi cobaan (tidak lekas putus asa, tidak berburu nafsu, tidak lekas patah hati, tidak lekas marah, dan tidak tergesa-gesa dalam melaksanakan sesuatu).⁶

3. Buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence*

Man Shabara Zhafira Success in Life Persistence karya Ahmad Rifa'i Rif'an. Buku ini diterbitkan oleh PT Elex Media Komputindo pada tahun 2021 yang terdiri atas 269 halaman.

⁵ Pusat Pembinaan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1994), 520.

⁶ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), 763.

4. Pembentukan sikap

Sikap adalah sesuatu yang dapat dipelajari (tetapi tidak bawaan dari lahir), yang dapat menunjukkan bahwa sikap dapat berubah yaitu akibat interaksi antara manusia dan lingkungan sosialnya. Individu mungkin mengalami kejadian hubungan saling mempengaruhi antara individu satu dengan yang lainnya selama interaksi sosial. Selain itu, interaksi interpersonal juga dapat menimbulkan keriuhan timbal balik yang dapat mempengaruhi tingkat kinerja setiap orang. Hal ini menunjukkan kepada kita bahwa interaksi sosial lebih dari sekedar interaksi sosial dan persahabatan dalam kelompok sosial dalam pembentukan sikap.⁷

5. Generasi Z

Generasi Z merupakan generasi yang paling muda yang baru memasuki angkatan kerja. Dilansir dari BBC (*British Broadcasting Corporation*), generasi Z adalah generasi yang masih muda dan tidak pernah mengenal kehidupan tanpa teknologi sehingga terkadang sebagai i-gen atau generasi yang lahir dan tumbuh di era digital. Generasi ini merupakan generasi peralihan dari generasi Y dengan kondisi teknologi yang semakin berkembang.⁸

G. Penelitian Terdahulu

Ditinjau dari judul skripsi yang akan peneliti teliti, untuk menghindari kesamaan yang akan peneliti laksanakan berikut akan dipaparkan beberapa karya ilmiah yang relevan dengan judul skripsi:

⁷ Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta:PT. Bumi Aksara,2021), 41-42.

⁸ Kornelius & Rut Sabat, *The Way Of Timothy Guide Ministry Of Milenial Generation* (Yogyakarta: CV. Andi Offset,2023), 12.

Pertama, Penelitian Vika Dwi Agustin (2022) yang berjudul “*Konsep Sabar Dalam Tafsir Al-Azhar*”. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif jenisnya kepustakaan (*library research*). Hasil penelitian ini yakni dalam penafsiran Hamka selalu menyebutkan kata sabar dengan diikuti kata tabah, tahan hati dan tegu. sikap sabar adalah kunci ketika sedang dihadapkan dengan suatu ujian. ketika sabar telah ada pada jiwa seseorang maka mereka tidak akan merasa takut dalam menghadapi musibah karna ada Allah yang selalu membantunya. kemudian Hamka membagi macam-macam sabar menjadi delapan macam.⁹

Kemiripannya yaitu sama-sama membahas konsep sabar. perbedaannya saudara Vika Dwi Agustin konsep sabar dalam tafsir Al-Azhar sedangkan penelitian ini dalam buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa’i Rif’an.

Kedua, Penelitian Yulia Agustin (2022) yang berjudul “*Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali Di Tinjau Dari Perspektif Konseling Islam*”. Penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian kepustakaan atau *library research*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sabar menurut Imam Al-Ghazali ialah kuatnya dorongan ilmu agama seseorang dalam melawan dan menentang nafsu syahwatnya, apabila manusia mampu melawan dan menentang nafsu syahwatnya maka ia dapat dikatakan sebagai orang yang sabar namun jika ia dikuasai oleh nafu syahwat dan tidak mampu melawannya maka ia tergolong dalam pengikut setan. sabar menurut imam Al-Ghazali dan bimbingan konseling islam sangat berkaitan erat karena didalam proses

⁹ Vika Dwi Agustin, *Konsep Sabar dalam Tafsir Al-Azhar*, Skripsi Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Purwokerto, 2022.

konseling harus ada kesabaran pada diri konselor dan klien, konselor harus sabar terhadap kliennya dengan cara mendekatkan diri kepada Allah agar konselor dapat menahan segala amarah yang dapat memberikan dampak negatif terhadap proses konseling. sabar menurut imam Al-Ghazali juga dapat diterapkan dalam konseling islam dengan 3 cara yakni: 1) dzikir, membaca Al-Quran, dan melakukan amal perbuatan, 2) mengetahui balasan sabar, 3) membiasakan diri menjadi pribadi yang sabar.¹⁰

Kemiripannya yaitu sama-sama membahas tentang konsep sabar. Perbedaannya saudara Yulia Agustin konsep sabar menurut Imam Ghazali sedangkan penelitian ini menurut buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an.

Ketiga, Penelitian Mita Nurjanah (2022) yang berjudul "*Nilai Pendidikan Karakter Dalam Buku Man Shabar Zhafira Karya Ahmad Rifa'i Rif'an*". Penelitian yang dilakukan Mita Nurjanah menggunakan metode penelitian kepustakaan atau *library research*. Hasil penelitian ini yakni nilai-nilai dalam buku *Man Shabara Zhafira* meliputi nilai karakter: 1) religius, 2) disiplin, 3) kerja keras, 4) mandiri, 5) kreatif, 6) menghargai prestasi, 7) peduli sosial, dan 8) percaya diri.¹¹

Kemiripannya yaitu sama-sama membahas buku *Man Shabara Zhafira*. Perbedaannya saudara Mita Nurjanah membahas tentang nilai pendidikan

¹⁰ Yulia Agustin, Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali Di tinjau Dari Perspektif Bimbingan Konseling Islam, Skripsi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, Banda Aceh, 2020.

¹¹ Mita Nurjanah, Nilai Pendidikan Karakter Dalam Buku Man Shabara Zhafira Karya Ahmad Rifa'i Rif'an, Skripsi Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq, Jember, 2022.

karakter sedangkan penelitian ini membahas konsep sabar dari buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an.

Keempat, Penelitian Amrullah (2019) yang berjudul "*Pembentukan Sikap Sabar Dan Jujur Anak Usia Dini Perspektif Al-Quran Melalui Sirah Nabawiyah*". Penelitian yang dilakukan Amrullah menggunakan metode penelitian kepustakaan atau *library research*. Hasil penelitian ini yakni menunjukkan bahwa konsep Pembentukan Karakter Jujur dan Sabar Anak Usia Dini Perspektif Al-Quran dengan berbagai macam metode: 1) menggunakan cerita, 2) keteladanan dari guru atau orangtua, 3) penanaman nilai. adapun ukuran terbentuknya sebuah karakter adalah seperti yang Thomas Lickona (1991) sampaikan, karakter berkaitan dengan (moral knowing), (moral felling), dan (moral behavior). dan bisa dilakukan dengan konsep Sirah Nabawiyah.¹²

Kemiripannya yaitu sama-sama membahas tentang pembentukan sikap sabar. Perbedaannya saudara Amrullah pembentukan sikap sabar pada anak usia dini sedangkan penelitian ini pada generasi z.

Kelima, Penelitian Siti A'malina (2018) yang berjudul "*Analisis Wacana Kesabaran Dalam Buku Man Shabara Zhafira Karya Ahmad Rifa'i Rif'an*". Penelitian yang dilakukan Siti A'malina menggunakan metode pendekatan kualitatif. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa muatan wacana kesabaran yang ada dalam buku *Man shabara Zhafira* menonjolkan pada wacana kesabaran bahwa ketika kita memiliki impian, terus berusaha dan

¹² Amrullah, Pembentukan Karakter Sebab dan Jujur Anak Usia Dini Perspektif Al-Quran melalui Sirah Nabawiyah, Skripsi Institut PTIQ, Jakarta, 2019.

bersabar dalam menghadapi masalah dan cobaan maka keberuntungan itu akan datang.¹³

Kemiripannya yaitu sama-sama membahas buku *Man Shabara Zhafira*. Perbedaannya saudara Siti A'malina membahas tentang analisis wacana sedangkan peneliti ini membahas konsep sabar.

Beberapa penelitian terdahulu sebagaimana peneliti uraikan di atas, merupakan kajian yang relevan dengan topik penelitian ini, yaitu tentang sikap sabar dan relevansinya. Namun, di antara penelitian terdahulu di atas belum ada yang membahas tentang sikap sabar pada generasi z. Penelitian ini akan melengkapi penelitian sebelumnya dalam aspek konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes In Life With Persistence* Karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi z.

H. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, dapat diartikan bahwa prosedur ini akan menghasilkan data deskriptif berupa tulisan kata-kata atau lisan dari hal yang diamati oleh pancaindra.¹⁴

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan atau *Library Research*, yaitu proses kegiatan yang berkaitan dengan pengumpulan data-data pustaka, dengan cara membaca, mengelola data serta mencatat data sebagai bahan penelitian.¹⁵ Untuk memperoleh data

¹³ Siti A'malina, Analisis Wacana Kesabaran dalam Buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an, Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2018.

¹⁴ Muhammad Ramdan, *Metode Penelitian* (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021), 6.

¹⁵ Evaniroso, et.al, *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research* (Jawa Barat: CV. Media Sains Indonesia, 2022), 83.

penelitian dilakukan dengan cara memanfaatkan sumber-sumber dari perpustakaan. Jenis penelitian ini berfokus pada bahan koleksi lapangan tanpa melakukan sebuah penelitian di lapangan. Bahan-bahan koleksi yang dimaksud ialah karya ilmiah seperti buku, jurnal, artikel dan sebagainya. Penelitian ini merupakan studi mengenai konsep sabar dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Success in Life Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an.

2. Sumber Data

Sumber data merupakan data-data yang diperoleh untuk dijadikan penelitian.¹⁶ Maksudnya data-data penelitian yang diperoleh untuk mendapatkan informasi yang valid darimana saja diperoleh sumber referensinya. Dalam penelitian ini, terdapat dua sumber yaitu:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer yaitu buku yang menjadi pokok utama penelitian yang akan dikaji dalam penelitian.¹⁷ Dalam penelitian ini bersumber dari buku yang berjudul *Man Shabara Zhafira Success in Life Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an. Buku ini diterbitkan oleh PT Elex Media Komputindo pada tahun 2021 yang terdiri atas 269 halaman.

¹⁶ Evanirosa, et.al, *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research* (Jawa Barat: CV. Media Sains Indonesia, 2022), 84.

¹⁷ Ibid, 85.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu data-data yang mendukung penjelasan dari data primer yang akan menjadi penelitian.¹⁸Data sekunder tersebut bisa berwujud buku, jurnal dan data-data yang sesuai dengan fokus penelitian, Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah: buku, jurnal, dan artikel yang berkaitan dengan konsep sabar dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar dikalangan generasi muda dalam buku *Man Shabara Zhafira*.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah upaya dalam mencari informasi yang relevan dengan topik dan permasalahan yang sedang diteliti.¹⁹ peneliti biasanya menggunakan sebuah teknik menelaah data atau disebut dengan studi kepustakaan. Metode ini merupakan cara dalam mencari data tentang hal-hal berupa buku, jurnal, catatan dan lainnya.²⁰

Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data dari buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an tentang konsep sabar dan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi z. Untuk mendapatkan data mengenai konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an, peneliti membaca buku tersebut. Kemudian data dari buku tersebut dikumpulkan, dikategorikan, dan diklarifikasi ke dalam bab-bab dan sub-bab dalam penelitian ini. Konsep sabar tersebut dapat diketahui dari

¹⁸ Ibid, 86.

¹⁹ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research* (Malang: Literasi Nusantara, 2020), 59.

²⁰ Milya Sari, et.al, "Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA," *Jurnal IPA dan Pendidikan IPA*, Vol. 6, No. 1, (2020), 45.

perkataan, pemikiran, dan perbuatan Ahmad Rifa'i Rif'an yang menunjukkan konsep sabar dalam menyikapi sebuah kegagalan dan sabar meraih kesuksesan. Selain itu, konsep sabar tersebut dapat bersumber dari pemaparan tokoh lain di dalam buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an.

Setelah data dari sumber buku *Man Shabara Zhafira* terkumpul, maka tahap selanjutnya mengklasifikasikan data. Klasifikasi data didasarkan pada hasil data yang diperoleh dari buku, jurnal, dan artikel yang berupa kajian teori.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yaitu serangkaian cara untuk mencari serta menyusun data yang mudah dipahami secara sistematis dari hasil catatan dan bahan-bahan lainnya. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*). teknik ini digunakan untuk mengumpulkan muatan berupa sebuah teks berupa kata-kata, segala bentuk pesan yang dikomunikasikan.²¹ teknik analisis isi ini untuk memahami sekaligus mengambil konsep sabar dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar dalam generasi z di dalam buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an.

Analisis ini berfungsi untuk mendapatkan data yang valid dan secara mendalam sehingga dapat diteliti berdasarkan koteksnya. Analisis ini dikaji melalui memilih, menggabungkan, dan memilah sampai ditemui data yang relevan.

²¹ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research* (Malang: Literasi Nusantara, 2020), 74.

Dengan hal itu, peneliti akan berfokus pada *buku Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dengan menerapkan teknik analisis isi, untuk memahami konsep sabar dan relevansinya dalam pembentukan sikap sabar generasi z dalam buku tersebut. Analisis dengan langkah-langkah antara lain, yaitu: pertama, peneliti membaca buku *Man Shabara Zhafira* dan melakukan pemilihan data dari data yang sudah terkumpul sesuai dengan topik penelitian yaitu, konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life with Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar dikalangan generasi z. Kedua, peneliti akan mengidentifikasi kalimat yang menunjukkan konsep sabar dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar. Ketiga, peneliti menguraikan pembahasan tentang konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira* dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi z dengan teori yang diperoleh dari data yang mendukung. Keempat, peneliti akan menyimpulkan hasil dari penelitian.²²

I. Sistematika Pembahasan

Agar para pembaca mudah untuk memahami pola pemikiran penulis yang terangkum didalam skripsi ini, maka sistematika pembahasan penulisan yang akan disusun sebagai berikut:

Bab pertama, berisi pendahuluan untuk memberikan gambaran secara umum yang berhubungan dengan tulisan ini. Nantinya diharapkan pembaca dapat memahami latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan

²² Sumarno, "Analisis Isi dalam Penelitian Pembelajaran Bahasa dan Sastra," *Jurnal Elsa*, Vol. 18, No. 2, (2020), 42-47

penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, berisi penjelasan tentang penjelasan sabar, konsep sabar, dan pembentukan sikap sabar dikalangan generasi z.

Bab ketiga, berisi gambaran umum tentang buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an, sinopsis buku *Man Shabara Zhafira* dan konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira* .

Bab keempat, berisi relevansinya dengan pembentukan sikap sabar dikalangan generasi z.

Bab kelima, berisi penutup, berfungsi untuk memudahkan pembaca dalam mengambil intisari skripsi yang berisi kesimpulan dan saran.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA
PEMBENTUKAN SIKAP SABAR GENERASI Z

A. Kajian Teori

1. Konsep Sabar

a. Pengertian konsep

Konsep menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan dengan pengertian, proses, gambaran mental dari objek, paham (pendapat), rancangan (cita-cita) yang telah dipikirkan.¹ Menurut Kant yang dikutip oleh Harifudin Cawindu bahwasannya konsep merupakan gambaran yang bersifat umum atau abstrak tentang sesuatu.²

Fungsi konsep memang bermacam-macam, namun secara umum konsep mempunyai fungsi untuk mempermudah memahami sesuatu yang dilakukan. Kemudian, dalam perencanaan rinci kegiatan, terdapat gagasan, inisiatif yang perlu karena sifat konsepnya mudah dipahami. Oleh karena itu, konsep merupakan gambaran umum atau abstraksi yang digunakan untuk perencanaan sebelum melakukan suatu kegiatan. Agar segala kegiatan dapat berjalan lancar sesuai tujuan, maka perlu dibuat suatu rencana yang sederhana dan mudah dipahami. Proses perencanaan yang matang ini dapat meningkatkan kualitas kegiatan dilaksanakan

¹ Pusat Pembinaan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1994), 520.

² Harifudin Cawidu, *Konsep Kufr Dalam al-Qur'an, Suatu Kajian Teologis Dengan Pendekatan Tematik* (Jakarta: Bulan Bintang, 1991), 13.

oleh kelompok atau individu tertentu. Perencanaan ini dapat berbentuk peta konsep.

b. Pengertian Sabar

Sabar berasal dari bahasa Arab *Shabarashabura-Shabran-Shabaratan* yang berarti “menanggung” atau “menahan sesuatu” yang dapat diartikan sabar tidak tergesa-gesa, menunggu dengan tenang serta tidak membalas. sedangkan pengertian sabar dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah tahan dalam menghadapi cobaan (tidak lekas putus asa, tidak berburu nafsu, tidak lekas patah hati, tidak lekas marah, dan tidak tergesa-gesa dalam melaksanakan sesuatu).³

Sabar Menurut Etimologi atau bahasa adalah memiliki sejumlah makna yang diantaranya; menahan, mencegah, kuat, menyatu dan menggabungkan. Makna yang pertama tersebut diambil dari kata *shabr* yang artinya menahan. Siapapun yang bersabar terhadap segala sesuatu berarti ia menahan. *Shabbartu nafsi ‘aladzalikal amr* artinya aku menahan diri untuk melakukan suatu hal.⁴

Makna kedua berasal dari kata *syidah* dan *quwwah* yang masing-masing berarti keras dan kuat, seperti halnya kata *shubhrah* yang berarti batu berarti batu yang keras. *shibar* bentuk jamaknya. *Shubr* hanyalah sebidang tanah yang dipenuhi pasir namun tidak keras. Oleh karena itu tanah berpasir disebut *ummu shabbar*. Sebaliknya, kata "*shabarratusy syita*" adalah udara yang sangat dingin.

³ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan Bahasa, Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), 763.

⁴ Umar Mujtahid, *Dahsyatnya Energi Sabar* (Solo: Multazam, 2013), 19.

Makna sabar yang ketiga yaitu menggabungkan serta menyatukan seperti pada kalimat *shubratuth tha'am*, artinya tumpukan makanan. *Shubrah* juga berarti bebatuan keras yang disatukan.⁵

Sabar menurut istilah adalah menahan diri dari sifat kegundahan dan rasa emosi, kemudian menahan lisan dari keluh kesah, dan terakhir menahan anggota tubuh dari perbuatan yang tidak terarah. Sabar adalah prinsip utama dan landasan iman Islam saat ini. Landasannya adalah kesabaran yang mempengaruhi setiap aspek kehidupan manusia. Kesempurnaan agama dan dunia ini sering berhubungan dengan kesabaran. Selain itu, kemerosotan keduanya erat hubungannya dengan Kesabaran.⁶ Menurut beberapa para ahli sabar memiliki arti beragam. Berikut pendapat para ulama tentang pengertian sabar:⁷

- 1) Menurut Al-Ghazali dalam buku *Rahasia Superdahsyat dalam Sabar & Shalat*, menerangkan pengertian sabar yaitu ketika hawa nafsu bergejolak, sanggup mengendalikan dirinya atau kemampuan untuk memilih melakukan sebuah perintah agama tatkala datang dengan desakan nafsu. Artinya, kalau nafsu menuntut kita untuk berbuat sesuatu, tetapi kita memilih kepada apa yang dikehendaki oleh Allah, maka disitulah adanya kesabaran.

⁵ Umar Mujtahid, *Dahsyatnya Energi Sabar* (Solo: Multazam,2013), 20.

⁶ Sukino, "Konsep Sabar Dalam Al-Quran dan Kontekstualisasinya Dalam Tujuan Hidup Manusia Melalui Pendidikan" *Jurnal RUHAMA*, Vol. 1, No.1,2018),67-68.

⁷ Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata,2010), 4.

- 2) Ibnu Qayim Al-Jauziyah mengatakan bahwa “sabar merupakan menahan perasaan gelisah, putus asa, dan amarah, menahan lidah dari mengeluh, dan menahan anggota tubuh dari menyakiti orang lain”.
- 3) Asy-Syarif Ali Muhammad Al-Jurjani menyebutkan, sabar adalah sikap tidak mengeluh karena sakit, baik karena Allah, apalagi bukan karena Allah, atau hasil perbuatan sendiri.
- 4) Junaid Al-Baghdadi ketika ditanya tentang makna sabar, ia menjawab, “Sabar ialah meneguk sesuatu yang pahit tanpa merasa memberengut”.
- 5) Dzun Nun Al-Misri mengartikan sabar dengan menjauhi larangan, tenang ketika menghadapi musibah dan menampakkan dirinya orang yang cukup, meskipun ia orang berada.
- 6) Abu Qasim Al-Junaidi menuturkan, sabar adalah menahan diri atau membatasi jiwa dari keinginan-keinginannya demi mencapai sesuatu yang lebih baik atau bertahan dalam kesempitan.
- 7) Al-Qusyairi mengartikan sabar dengan menerima dan penuh kerelaan mengenai ketetapan-ketetapan Tuhan yang tidak terelakan lagi.

Dari pernyataan-pernyataan para ulama agama tersebut dapat disimpulkan bahwa sabar tidak selalu berarti lemah, menerima apa pun yang diberikan, berdoa dengan penuh keyakinan, dan menyerahkan segalanya kepada Allah. Namun Sabar adalah usaha tanpa rasa lelah dan putus asa atau gigih yang menggambarkan jiwa dari pelakunya agar mampu mengendalikan nafsunya.

Pengertian Sabar menurut Al-Quran dapat diartikan dengan menahan diri dari sesuatu yang tidak disukai, karena mengharap ridha Allah

SWT. Sabar merupakan sifat manusia yang berfungsi untuk melawan arah yang tidak sesuai dengan kesucian. Sifat sabar ini tidak terdapat pada binatang sebagai kekurangannya dan didalam diri malaikat sebagai faktor kesempurnaannya.⁸ Oleh Karena itu Allah dalam Al-Quran memerintahkan sabar kepada manusia, dalam harkat dan martabat manusia agar tidak terjerumus dalam jiwa kebinatangan. Begitu banyak Ayat Al-Quran yang membahas tentang sabar dalam Surah Al-Baqarah ayat 155-157:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (١٥٥)

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (١٥٦)

أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (١٥٧)

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata, ‘inna lillahi wa inna ilaihi raji’un’ (sesungguhnya kami milik Allah dan kepadaNya lah kami kembali). Mereka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhannya, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk!” (Al-Baqarah [2]: 155-157)

⁸ Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata, 2010), 6.

Penjelasan dari ayat tersebut yaitu kami pasti menguji kalian atau manusia dengan sebagian musibah dan kesulitan, agar terlihat siapa yang benar dan siapa yang berdusta, seperti ujian berupa rasa takut terhadap musuh, minimnya bahan makanan, kondisi yang tidak baik, kehilangan sebagian harta kekayaan, kematian orang yang dicintai dan lain sebagainya. Dengan adanya sebuah kondisi yang berat tersebut harus kita barengi dengan kesabaran. Kesabaran tersebut menguji kita bahwa siapa yang sabar berarti dialah yang menjadi pemenangnya. Dan dialah yang akan diberikan pahala yang tanpa batas dari Allah SWT. dan para malaikat masuk menemui nya melalui segala pintu.

Menurut M. Quraish Shihab,⁹ di dalam Al-Quran ditemukan perintah bersabar berkaitan dengan sekian banyak konteks, antara lain:

- 1) Dalam menanti ketetapan Allah, seperti dalam QS Yunus (10): 109, Dan bersabarlah sehingga Allah memberi putusan.
- 2) Menanti datangnya hari kemenangan, seperti dalam QS. Al-Rum (30): 60, Dan bersabarlah, sesungguhnya janji Allah adalah hak (pasti).
- 3) Menghadapi ejekan (gangguan) orang-orang yang tidak percaya, seperti dalam QS Thaha (20): 130, Dan bersabarlah menghadapi apa yang mereka ucapkan (berupa ejekan dan kritik').
- 4) Menghadapi kehendak nafsu untuk melakukan pembalasan yang tidak setimpal, seperti dalam QS Al-Nahl (16): 127, Dan

⁹ M. Quraish Shihab, *Secercah Cahaya Ilahi Hidup Bersama Al-quran* (Bandung:Mizan Pustaka,2007), 169.

bersabarlah, dan tiada kesabaranmu melainkan dengan pertolongan Allah dan janganlah kamu bersedih hati terhadap mereka.

- 5) Dalam melaksanakan ibadah, seperti dalam QS Maryam (19): 65, Maka mengabdilah kepada-Nya dan bersabarlah dengan penuh kesungguhan dalam pengabdian kepada-Nya. Demikian juga pada QS Thaha (20): 132, Perintahkanlah keluargamu (melaksanakan) shalat dan bersabarlah dalam pelaksanaannya.
- 6) Dalam menghadapi malapetaka, seperti dalam QS Luqman (31): 17, Dan bersabarlah menghadapi apa yang menimpamu.
- 7) Dalam usaha memperoleh apa-apa yang dibutuhkan, misalnya dalam QS AlBaqarah (2): 153, Dan mintalah bantuan (makanan dalam menghadapi segala kebutuhanmu) dengan sabar (ketabahan) dan shalat (doa).

Perintah bersabar juga banyak terdapat dalam banyak hadist. Rasulullah SAW selalu menganjurkan sahabat dan pengikutnya untuk bersabar dalam menghadapi segala keadaan dan situasi. Berikut beberapa hadis tentang perintah sabar.

- 1) Hadis tentang bersabar dalam menghadapi segala keadaan dan situasi

Dari Anas bin Malik bahwa Ummu Rubayyi' binti Bara' yaitu ibunya Harits bin Suraqah, datang kepada Nabi SAW, lalu dia berkata, "Wahai Nabi Allah, hendaklah engkau memberitakan kepadaku tentang (nasib) Haritsah; dimana ia terbunuh pada perang

Badar terkena anak panah yang asing (tidak diketahui siapa pemanahnya dan darimana datangnya). Jika ia di surga, maka aku bersabar, dan jika tidak demikian, maka aku hendak bersungguh-sungguh menangisinya.” Beliau bersabda: “Wahai ibunya Haritsah, sesungguhnya itu derajat-derajat di surga, dan sesungguhnya anakmu mendapat surga Firdaus yang luhur.” (HR. Bukhari)

2) Hadis tentang bersabar dalam menghadapi cobaan dan rintangan

“Diriwayatkan al-Atha’ dari Ibnu Abbas, bahwa ketika Rasulullah SAW masuk ke tempat orang-orang Anshar, lalu beliau bertanya: “Apakah kamu semua orang beriman? semua mereka diam. Maka menjawab Umar ra, “Ya, wahai Rasulullah! Nabi SAW lalu bertanya, “Apakah tandanya keimanan kamu itu? Mereka menjawab, “Kami bersyukur atas kelapangan. Kami bersabar atas cobaan. Dan kami rela dengan ketetapan Tuhan (Qadha). “Lalu Nabi SAW menjawab, “Demi Tuhan Pemilik Kabah! Benar kamu itu orang beriman!” Nabi SAW menjawab. “Demi Tuhan pemilik Kabah! Benar kamu itu orang beriman!” Nabi SAW bersabda, “Pada kesabaran atas yang tidak engkau sukai itu banyak kebajikan.” Isa Al-Masih as berkata, “Engkau sesungguhnya tidak akan memperoleh apa yang engkau sukai, selain dengan kesabaranmu atas apa yang tiada engkau sukai. (HR. Tirmidzi)¹⁰

¹⁰ Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata, 2010), 11- 12.

c. Hakikat Sabar

Hakikat adalah keyakinan yang pasti. Jika pada puncaknya kita tidak menemukan keragu-raguan atau kekeliruan sama sekali, karena dalam hakikat realitas ini terdapat semacam kesatuan ruhani dan nyata antara yang mengetahui ('arif) dengan sesuatu yang diketahui (ma'rifah).¹¹

Hakikat kesabaran adalah akhlak mulia yang dimiliki oleh seseorang, dan karena itu, orang tersebut mampu melindungi dirinya dari situasi yang tidak diinginkan. Sabar adalah kualitas yang dimiliki seseorang yang membantu menjadikannya seseorang menjadi pribadi yang baik.¹²

Hakikat sabar adalah ketika kita dapat menahan diri dari melakukan kekejian dan dosa, ketika kita dapat menaati segala perintah Allah, ketika kita dapat berpegang teguh pada iman Islam, dan ketika kita dapat bertahan dan tidak mengeluh atas musibah dan hal-hal buruk atau tentang apa yang terjadi pada kita. Contoh terbaik dari kesabaran kita temukan pada orang-orang yang menghadapi berbagai kesulitan hidup, namun tetap tabah dan beriman kepada Allah swt.¹³

Dan dapat diketahui bahwa hakikat sabar adalah ilmu, keadaan dan amal. Dimana ilmu ibarat pohon, keadaan ibarat rantingnya, dan perbuatan ibarat buahnya. Jadi manfaat agama yang sebenarnya terletak

¹¹ Tallal Alie Turfe, *Mukjizat Sabar, Penelitian Seorang Doktor Muslim di Amerika tentang Dahsyatnya Sabar* (Bandung: PT Mizan Pustaka,2009),32-33.

¹² Ibnul Qayyim Al-Jauziyyah,*Uddat ash-Shabirin: Bekal untuk orang-orang yang sabar*, (Jakarta: Qisthi Press,2010), 15.

¹³ Tallal Alie Turfe, *Mukjizat Sabar, Penelitian Seorang Doktor Muslim di Amerika tentang Dahsyatnya Sabar* (Bandung: PT Mizan Pustaka,2009),30.

pada kesabaran. Biarkan kesabaran melahirkan kekuatan yang memotivasi kita untuk beramal. Anda juga bisa memotivasi diri sendiri untuk beribadah atau meredam bisikan nafsu.

Dalam keadaan bagaimanapun, kesabaran mendorong pelaku untuk melakukan apa yang diperbolehkan menurut hukum Syariah, agar tidak melampaui batas. Artinya, sabar dalam beribadah berarti mengetahui bahwa orang yang sabar akan mendapat pahala berupa kebahagiaan abadi, selain itu juga diperlukan kedisiplinan agar tidak dirugikan oleh sifat riya'. Tingkat kesabaran yang paling sulit adalah ketika kita menahan hawa nafsu dan mengungkapkannya melalui saluran-saluran yang dibolehkan oleh syariat.

Hakikat kesabaran tidak terlepas dari pengendalian diri. karena kesabaran memampukan hamba untuk mengendalikan dirinya ketika orang lain menganiayanya. Dia bahkan menanggapi dengan baik dan itu sungguh etika yang patut ditirul. Bukan karena dia tidak mampu membalas dengan cara yang sama, namun sebenarnya dia mampu membalas kesalahan dengan cara yang sama.

Kesabaran jugalah yang membantu seseorang untuk menahan diri dari prasangka buruk meskipun ia menemui nasib yang dianggap buruk. Pahitnya hidup pun tak mampu memperlambat langkahnya untuk selalu bangkit melampaui ketaatan. Oleh karena itu, kesabaran

merupakan suatu keutamaan yang mempunyai pengaruh besar dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas ketaatan seseorang.¹⁴

d. Urgensi Sabar

Urgensi berasal dari kata latin “urgere” yang berarti (kata kerja) mendorong. dalam versi bahasa Inggris disebut “urgent” (kata sifat) dan dalam bahasa Indonesia disebut “urgensi” atau kata benda. Oleh karena itu, kita dapat menyimpulkan bahwa urgensi adalah sesuatu yang memotivasi kita atau memaksa kita untuk mencapai sesuatu. Jadi ini mengasumsikan ada masalah yang perlu segera diselesaikan.¹⁵ Maka Urgensi dapat diartikan dengan keadaan dimana kita harus mementingkan suatu hal yang benar-benar membutuhkan untuk segera ditindak lanjuti.

Sifat sabar mempunyai prinsip yang sangat penting dalam hal moralitas dan agama. Karena sabar bukanlah suatu kebutuhan yang jahat atau kebutuhan yang lengkap, melainkan kebutuhan manusia untuk berkembang dalam hal pertumbuhan material dan spiritual serta pemenuhan pribadi dan sosial. Karena harus selalu ada semacam kesabaran yang mendasarinya, agama di dunia ini tidak bisa menjadi unggul dan sempurna tanpa kesabaran.

Kesabaran merupakan kebutuhan dasar dunia, namun juga merupakan kebutuhan dasar agama. karena tidak ada kesuksesan di

¹⁴ Roni Nuryusmansyah, *Jika Ustaz Jadi Wasit, Kumpulan Artikel Islami & Inspiratif* (Jakarta:PT Elex Media Komputindo, (2014), 27.

¹⁵ Maslina Daulay, “Urgensi Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Mental Yang Sehat”, *Jurnal Hikmah*, Vol.12, No.1, (2018),10.

dunia dan selanjutnya tidak ada keberuntungan tanpa kesabaran. Di dunia ini harapan tidak akan terwujud, tujuan hidup tidak akan tercapai dan bisnis tidak akan mudah jika tidak bersabar. Sebab siapa yang bersabar akan mendapat manfaat, tetapi siapa yang tidak sabar tidak akan memperoleh apa-apa.¹⁶

Kalau bukan karena kesabaran, seorang petani tidak akan panen. Dan kalau bukan karena kesabaran petani tidak akan memetik buahnya. Kalau bukan karena kesabaran, seorang pelajar tidak akan lulus. Kalau bukan karena kesabaran, seorang pejuang di medan laga tidak akan menang.

Oleh karena itu, semua orang sukses di dunia mewujudkan impiannya dengan kesabaran, merasakan kepahitan, kesakitan, mengatasi kesulitan, berjalan di jalan yang berduri, melintasi gurun dengan telapak kaki, dan mereka tidak peduli dengan batu-batu yang berserakan di jalan, mereka tidak peduli dengan hinaan dan makian. Mereka terus berjalan tanpa mengeluh dan tidak pernah berhenti karena dilindungi oleh kesabaran.¹⁷

Abu Thalib Al-Makki didalam kitabnya, *Qut Al-Qulub*, menyatakan, “Ketahuilah sabar adalah sebab akan mengantarkan ke surga dan menyelamatkan dari neraka, sebagaimana disebutkan didalam khabar, “surga dikelilingi oleh hal yang tidak menyenangkan dan neraka dikelilingi oleh hal yang menyenangkan.” oleh karena itu seorang

¹⁶Ulya Ali Ubaid, *Sabar & Syukur Gerbang Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat* (Jakarta:AMZAH JI,2012) ,23.

¹⁷ Ulya Ali Ubaid, *Sabar & Syukur Gerbang Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat* (Jakarta:AMZAH JI,2012),24.

mukmin perlu bersabar atas hal-hal yang menyenangkan agar selamat dari neraka.” Dengan demikian sabar merupakan kebutuhan dasar manusia pada umumnya dan kaum mukmin pada khususnya.¹⁸

e. Keutamaan Sabar

Sifat sabar menempati posisi yang sangat istimewa. Al-Quran mengaitkan sifat sabar dengan sifat mulia lainnya seperti dikaitkan dengan keyakinan iman, syukur, tawakal, ikhlas dan taqwa. Karena sifat sabar merupakan sifat yang menempatkan posisi istimewa dan mulia maka berikut ini keutamaan dari sifat Sabar:

1) Sabar Sebagai Bukti Keimanan Seseorang

Sabar dan iman tidak dapat dipisahkan. Orang yang bersabar menandakan bahwa imannya kuat. Karena orang yang bersabar biasanya mampu berbuat sabar dalam situasi dan kondisi apapun. Di sini sabar merupakan bukti nyata keimanan seseorang. Jangan mengaku beriman kalau kita masih suka mengeluh, menggerutu, marah serta tergesa-gesa. Rasulullah SAW bersabda, “*Sabar itu sebagian dari iman*”. (HR. Abu Nu’aim). Dasar keimanan itu ada dua, yakni yakin dan sabar. Yakin bahwa pengetahuan yang pasti terhadap dasar agama yang berpangkal dari wahyu, sedangkan sabar adalah praktek dari sebuah keyakinan. Ali Ibn Abu Thalib mengatakan, hubungan iman dan sabar laksana kepala dan badannya. Badan tidak akan berarti tanpa kepala. Bahkan Ali

¹⁸ Ulya Ali Ubaid, *Sabar & Syukur Gerbang Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat* (Jakarta:AMZAH JI,2012), 26.

menjadikan sabar sebagai salah satu rukun iman. Ia berkata bahwa islam itu dibangun dengan empat fondasi, yaitu yakin, sabar, jihad dan adil.

2) Sabar Merupakan Kunci Sukses Hidup

Seperti pepatah *Man Shabara Dhafira*, barangsiapa yang bersabar maka pastia akan sukses. Orang yang sukses salah satunya adalah memiliki kecerdasan emosional yang tinggi atau orang-orang yang sabar. Keadaan ini menunjukkan bahwa ada hubungan erat antara sukses dengan kecerdasan emosional. Dalam buku *Emotional Intellegence* karya Daniel Golleman disebutkan bahwa yang menentukan sukses tidaknya seseorang bukanlah kecerdasan intelektual, tetapi kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional diukur dari kemampuan manusia dalam mengendalikan emosi dan menahan diri. Dalam islam kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri itu disebut sabar. Dengan demikian, orang yang paling sabar adalah orang yang paling tinggi kecerdasan emosionalnya. maka tidak akan tercapai kemenangan dan kesuksesan, baik di dunia maupun di akhirat. keculai dengan kesabaran. Agama tidak akan tegak dan dunia tidak akan tegak, keculai dengan sabar pula. Oleh sebab itu Allah memerintahkan kita untuk menjadikna sabar sebagai penolong, sebagaimana firman-Nya “*Hai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat...*”(QS. Al-Baqarah:153)

3) Sabar Merupakan Kunci Masuk Surga

Setiap muslim tentu ingin masuk surga, sedangkan tidak ada seorang pun yang ingin masuk neraka. Sayangnya, mencapai surga tidaklah mudah. Seperti halnya barang surgawi yang merupakan barang mahal, maka untuk membelinya harus menawar dengan harga yang sangat tinggi. Harga tersebut dapat dibayar dengan sabar menjalankan segala macam tugas, menjauhi larangan, dan menunjukkan kesabaran dalam menghadapi tantangan.

Abu Thalib al-Makki dalam bukunya *Quulul Quluub* menegaskan bahwa sabar merupakan kunci masuk surga dan penyelamat siksa api neraka, karena Rasulullah SAW bersabda, “Surga itu diliputi oleh hal-hal yang tidak menyenangkan, sedangkan neraka diliputi oleh hal-hal yang tidak menyenangkan, sedangkan neraka diliputi oleh nafsu syahwat.” Dan ketahuilah bahwa kebanyakan maksiat yang dilakukan manusia disebabkan oleh dua faktor kurang sabar dalam hal-hal yang disenangi dan kurang sabar dalam hal-hal yang tidak disenangi.

4) Sabar Merupakan Solusi Masalah

Kesabaran memungkinkan kita untuk selalu sadar terhadap apa yang terjadi pada diri kita secara pribadi. Saat Anda sedang mengalami musibah, misalnya saja Anda bisa menggunakan sabar untuk mengendalikan emosi. Hal ini membuat Anda lebih sulit

untuk mengeluh atau orang yang menyalahkan diri sendiri. Demikian pula setelah kita bersabar, mengetahui bahwa kita mempunyai kemampuan untuk mengatasi rintangan, kita segera mulai mengambil langkah-langkah untuk memperbaiki diri. Pada akhirnya, apapun masalah dan tantangan yang muncul, tidak akan membuat kita tegang, sakit, atau cemas. Begitu pula dengan Ridha yang menerima musibah dan menyikapinya dengan penuh ketabahan, sehingga tenanglah jiwa dan raga kita. Maka dengan sabar apapun problematika dan musibah yang datang tidak akan membuat kita setres dan putus asa karena sabar merupakan pengendali hidup, pengontrol perilaku negatif dan kunci dari segala kebaikan.

5) Sabar Merupakan Ibadah Istimewa

Sabar adalah amalan yang paling membosankan dan tidak menarik bagi kita. karena ada hal-hal di dunia ini yang terus-menerus bertentangan dengan kode moral kita. Salah satu dari sekian banyak perjuangan seseorang ketika mengejar dan mengatasi rintangan adalah memiliki sikap pesimis atau tidak percaya terhadap prestasi dan nikmat Allah SWT.

Sabar adalah bentuk agama yang penting secara umum. Manusia juga mampu mempunyai kedudukan istimewa di sisi Allah SWT. Dan keyakinan orang bertanggung jawab bahwa yang mendapatkan kecintaan-Nya tersebut adalah golongan orang yang

bertanggung jawab terhadap ujian dan cobaan-Nya. Allah SWT berfirman “...Dan Allah itu mencintai orang-orang yang sabar.” (QS. Ali-Imran: 146).¹⁹

f. Pembagian Sabar

Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu Abbas ra. Rasulullah SAW bersabda; “*Sabar dalam Al-Quran terbagi ke dalam tiga bentuk, yaitu sabar dalam melaksanakan perintah Allah, sabar dalam menjauhi larangan Allah, dan sabar pada saat pertama kali tertimpa musibah.*”(HR. Ibnu Abi Hibban)

Berdasarkan hadis di atas, dalam bukunya Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi yang berjudul *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* sabar terdiri dari tiga tingkatan atau tiga macam, sebagai berikut:

1) Sabar Dalam Menjalankan Perintah Allah SWT

Menjalankan perintah Allah memang membutuhkan kesabaran. seperti dengan peristiwa yang dialami oleh Nabi Ibrahim. Suatu saat Nabi Ibrahim mendapatkan wahyu dari Allah melalui mimpinya agar menyembelih Ismail putra kesayangannya. Awalnya ia pikir itu hanya mimpi biasa. Namun setelah berulang kali terjadi dalam mimpinya, ia meyakini bahwa menyembelih Ismail adalah perintah Allah. kemudian Nabi Ibrahim akhirnya menyembelih putra kesayangannya Ismail. Nabi Ibrahim telah menjalankan

¹⁹ Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata,2010), 24-31.

perintah Allah dengan penuh kesabaran. Nabi Ibrahim telah mengalahkan egonya dan kepentingan pribadinya untuk memenuhi tugas dan pengabdianya kepada Allah SWT.

2) Sabar Dalam Menjauhi Larangan Allah

Walaupun Allah tidak mengetahui kita ketika kita melakukan perbuatan sesuatu yang diharamkan oleh Allah tetapi kita harus sabar dalam menahan nafsu agar tidak menuruti keinginan nafsu tersebut. sebagaimana kisah dari zaman sahabat yang bernama Al-Qais orang yang paling baik ibadahnya di mata penduduk Makkah. Yang diajak gadis pinangan orang Quraisy ingin melakukan perbuatan zina. Dan Al-Qais berhasil menghindari perbuatan yang diharamkan oleh Allah, yakni berzina, padahal ia bisa melakukannya tanpa ada yang tahu. Namun al-Qais menahan dirinya (bersabar) untuk tidak menuruti keinginan hawa nafsu.

3) Sabar Ketika Menghadapi Musibah

Kesabaran dalam menghadapi musibah atau cobaan merupakan tingkat kesabaran yang paling berat diantara yang lainnya, karena setiap mukmin dapat dengan sabar menjalankan tugasnya dan menjauhi berbagai larangan, sedangkan tidak semua orang mampu mengatasi tantangan dari Allah untuk menghadapinya. Karena jenis kesabaran yang ketiga ini adalah jenis kesabaran yang paling sulit.

Kesabaran dalam menghadapi kesulitan itu luar biasa. Hanya orang-orang pilihan saja yang bersedia bersabar menghadapi hal tersebut, seperti rasul, nabi, sahabat Allah, tabi'in, ulama, dan para pencintanya. Di antara para utusan Allah yang paling terkenal kesabarannya adalah Nabi Ayub.²⁰

Selain ketiga macam sabar tersebut, terdapat bentuk sabar lainnya yang perlu diketahui, yaitu menurut Imam Al-Qusyairi menjelaskan bahwa sabar terbagi menjadi dua yaitu:

1) Sabar Terhadap Sesuatu Yang Diupayakan

Bersabar terhadap sesuatu yang hendak dilakukan berarti bersabar dalam menjalankan hukum syariah yang diperintahkan Allah dan menghindari berbagai larangan. Kesabaran tersebut bisa berupa sabar menjalankan kewajiban shalat sejak awal waktu, sabar menjalankan ibadah sunah, seperti shalat dhuha, meski kondisi perekonomian tidak membaik. Lalu ada pula bentuk sabar menghindari ajakan teman yang semata-mata untuk kesenangan, sabar menghindari segala perbuatan yang mengarah pada maksiat.

2) Sabar Terhadap Apa Yang Diupayakan

Sabar dalam mencoba memahami kondisi apa pun yang telah Allah tentukan. Sebab terkadang beberapa kondisi yang tidak diantisipasi sebelumnya tiba-tiba terwujud dan perlu diatasi. Situasi

²⁰ Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata, 2010), 13-19.

apa pun akan lebih mudah dipahami dengan menerapkan sikap sabar.²¹

Pembagian sabar dari hukumnya terbagi menjadi lima macam yakni wajib, sunah, haram (dilarang) dan makruh dan mubah:

- 1) Sabar Wajib, yaitu sabar dari perkara-perkara yang diharamkan dan diperintahkan dalam segala kondisi, sabar dalam menunaikan kewajiban dan sabar terhadap musibah.
- 2) Sabar Sunah, yaitu sabar terhadap perkara-perkara yang makruh, sabar terhadap perkara-perkara sunah, dan sabar dalam membalas kejahatan dengan perbuatan yang sama.
- 3) Sabar Haram, atau sabar yang melakukan segala sesuatu yang dilarang, adalah sabar yang tidak melaksanakan apa yang diwajibkan. sabar dalam hal makanan dan orang lain hingga ia meninggal. Sabar dari memakan bangkai, darah, dan daging babi saat terjadi kekeringan yang jika tidak diantisipasi dapat mengakibatkan kematian. Misalnya, kesabaran yang diungkapkan adalah kesabaran seseorang terhadap sesuatu yang ingin diperbaiki, seperti menghadapi binatang buas.
- 4) Sabar Makruh, yaitu sabar meninggalkan hal-hal yang boleh atau sangat perlu, padahal sabar itu sangat berbahaya bagi tubuh dan orang lain. yaitu sabar terhadap perkara sunnah, sabar terhadap makanan, minuman, pakaian dan kegiatan yang membahayakan diri.

²¹ Halimatussa'diyah, *Mempertajam Mata Batin dengan Amalan Puasa Ya Man Huwa* (Surabaya: CV. Jakad Media Publishing, 2014), 35.

- 5) Sabar Mubah, yaitu sabar terhadap perbuatan yang mempunyai dua pilihan yang sama baiknya, antara mengerjakannya dan meninggalkannya, dan bersabar terhadapnya.²²

g. Aspek Sabar

Menurut Yusuf aspek-aspek sabar dibagi menjadi tiga hakikatnya yaitu sebagai berikut:

1) Teguh Pada Pendirian dan Prinsip

Teguh pada pendirian dan prinsip berarti kuat dalam menjalankan apa yang telah direncanakan dan berpegang teguh pada aturan dan tujuan yang tidak berubah atau konsisten dengan apa yang telah direncanakan. Tekad akan membuat pelaku menunjukkan keberanian dalam menghadapi tantangan dan tidak berusaha menghindarinya. Di dalam aspek teguh pendirian dan prinsip meliputi beberapa hal sebagai berikut:

- a. Konsekuensi: artinya melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah direncanakan sebelumnya, seperti a) keyakinan terhadap apa yang harus dilakukan, b) keberanian mengambil resiko: bersedia menerima tantangan untuk melakukan sesuatu dengan kemampuan terbaiknya, baik atau buruk.
- b. Konsisten: yaitu bertingkah laku secara selaras dan sesuai dengan apa yang telah diyakini.

²² Ahmad Farid, Tazkiyatun Nafs, *Penyucian Jiwa Dalam Islam*, (Jakarta: Ummul Qura, 2017), 316.

- c. Disiplin : bagaimana seseorang dapat patuh/taat terhadap aturan dengan menunjukkan seberapa mampu dan mau seseorang mengikuti aturan yang berlaku. Dan seseorang yang menjalankan peraturan dengan tertib, menunjukkan bagaimana seseorang menjadikan peraturan itu berlaku secara terus menerus dan sistematis hingga tujuannya tercapai.

2) Tabah

Pengertian Tabah Menurut kamus besar bahasa indonesia artinya kekuatan dalam menghadapi (cobaan, bahaya, ujian, kesulitan). Tabah merupakan menggambarkan kemampuan seseorang untuk tetap berpegang pada tujuannya dan menjadi kuat dalam menghadapi berbagai cobaan dan tantangan. Tabah terdiri dari beberapa hal yaitu sebagai berikut:

- a. Daya tahan dalam menghadapi kesulitan diartikan sebagai waktu bertahan yaitu lamanya seseorang melakukan sesuatu intensitas kerja.
- b. Daya juang yaitu kegigihan dalam mencapai tujuan
- c. Toleransi terhadap stress yaitu kemampun menghadapi atau mengatasi masalah yang menimbulkan stress dalam mencapai target.
- d. Mampu belajar dari kegagalan yaitu mampu suatu hal yang gagal sebagai peluang untuk selalu memperbaiki hasil kerja menjadi lebih baik.

- e. Bersedia menerima ucapan balik untuk memperbaiki diri atau perilaku yaitu mau menerima masukan tersebut sebagai hal yang positif agar hasil yang dicapai menjadi lebih baik.

3) Tekun

Tekun mempunyai arti kegigihan, ketabahan dalam pendirian, tekun, berani, kesungguhan dan kesinambungan dalam bekerja walaupun menghadapi kesulitan, rintangan, dan hambatan. Tekun terdiri dari beberapa hal yaitu:

- a. Antisipatif yaitu tanggap terhadap sesuatu yang sedang atau akan terjadi dan memiliki rencana cadangan apabila menghadapi kesulitan dalam mencapai sebuah target atau tujuan.
- b. Terencana yaitu memiliki rencana-rencana dalam mencapai tujuan dan merealisasikan rencana-rencana tersebut.
- c. Terarah yaitu mengarahkan energi pada pencapaian tujuan dalam proses pembelajaran.²³

h. Tingkatan Sabar

Menurut Amirulloh Syarbini & Novi Hidayati Afsari dalam bukunya yang berjudul *Rahasia Superdahsyat dalam Sabar & Shalat*, bahwa sabar mempunyai tiga tingkatan sebagai berikut:

- 1) As-Shabru nillah, artinya selalu meminta pertolongan kepada Allah SWT dan meyakini bahwa dialah yang memberikan kesabaran, sehingga ketika bersabar kita tidak merasa sendirian, karena Allah

²³ Umar Yusuf, *Sabar (Konsep, Proposisi, dan Hasil Penelitian)*, (Bandung: Fakultas Psikologi Unisba, 2010), 44-45.

selalu bersama kita, Allah SWT berfirman, “*Dan bersabarlah, dan tiadalah kesabaranmu itu melainkan dengan pertolongan Allah.*”

(QS. An-Nahl:127)

- 2) As-Shabru lillah, artinya bahwa yang membuat kita mampu bersabar adalah kecintaan kita kepada Allah SWT dan ikhlas mengharap ridha-Nya saja. Kita bersabar bukan karena ingin dipuji atau dikagumi orang lain, tetapi karena Allah memang memerintahkan demikian.
- 3) As-Shabru ma'allah, artinya berkomitmen untuk selalu mengikuti perintah Allah SWT. inilah tingkatan sabar yang paling tinggi sekaligus yang paling sulit dan merupakan kesabaran shiddiqun (orang-orang yang benar atau senantiasa menjaga kejujuran).²⁴

i. Hikmah Sabar

Kesabaran adalah hikmah dari segala kebaikan dan kebahagiaan hidup dunia dan akhirat. Banyak pelajaran perilaku yang bisa dipelajari untuk melatih kesabaran. Paling tidak beberapa hikmah yang dapat kita ambil dalam perilaku sabar adalah:

- a. Dapat melaksanakan setiap perintah dan larangan agama dengan baik.

Jika tidak ada sifat sabar dalam diri seseorang maka dalam setiap kesulitan dan musibah yang dihadapi dalam melaksanakan

²⁴ Amirulloh Syarbini & Novi Hidayati Afsari, *Rahasia Superdahsyat dalam Sabar & Shalat* (Jakarta:Qultum Media,2012),180.

perintah agama dan memunculkan rasa keluh kesah, hilang semangat, dan mudah putus asa. Dengan munculnya sifat-sifat tersebut tentunya akan menghilangkan penghayatan dalam menjalankan ibadah tersebut.

b. Menjadikan pikiran lebih matang

Jika nafsu telah menguasai akal dan tidak dapat berpikir secara rasional di dalam menghadapi tindakan yang akan dilakukan. segala kelakuan yang diperbuat hanyalah mengikuti keinginan hawa nafsu belaka. Sabda Rasulullah saw., “*Sejahat-jahat musuh kamu yaitu nafsu yang ada diantara dua lambungmu.*” (HR. Tirmidzi)

c. Menjadikan hati lebih tenang dan bahagia

Bukannya dikarenakan kekayaan atau berada, tetapi dirinya merasa puas dengan apa yang telah ada dalam dirinya. Sabar menerima apa yang telah diberikan oleh Allah SWT.²⁵

Hikmah sabar dalam Al Quran. Dikisahkan Nabi Ayyub adalah seorang yang sangat kaya raya. Ini memiliki peternakan, kebun, dan sawah. Secara fisik, Nabi Ayyub dianggap sempurna. Kuat dan besar. Istrinya juga luar biasa cantik. Tak hanya itu, Allah juga menganugerahinya 12 orang putra yang sama-sama pemberani dan cerdas. Dikisahkan juga bahwa Nabi Ayyub mengalami nikmatnya

²⁵ Yunus Hanis Syam, *SABAR dan SYUKUR Bikin Hidup Lebih Bahagia* (Yogyakarta: MedPress Digital, 2012), 30-31.

hidup, kebahagiaan dan kekayaan selama 20 tahun. Dua puluh tahun tanpa cobaan. Sampai tiga hari itu tiba.

Pada hari pertama Allah mendatangkan penyakit kulit yang menyelimuti seluruh tubuh Nabi Ayyub, penyakit itu menular dan akhirnya Nabi Ayyub ditinggalkan oleh orang-orang. Sosok gagahnya berangsur-angsur memudar seiring penyakit menyebar ke seluruh tubuhnya. Oleh karena itu, ia harus pindah ke tempat yang jauh bersama istrinya. Pada hari kedua, Allah mencabut nyawa 12 anaknya. Konon saat mereka sedang berkumpul, tiba-tiba bangunan itu runtuh dan mereka tewas seketika. Pada hari ketiga, Allah mengambil seluruh harta kekayaan Nabi Ayyub. Tidak ada yang tersisa ketika keadaan sakit, ketika anak-anaknya meninggal, ketika hartanya habis. Di sini kita bisa melihat bahwa Nabi Ayyub memiliki jiwa penenang, tidak pernah mengeluh, bahkan Al-Quran mengakui bahwa Nabi Ayyub adalah orang yang sangat sabar. Maka didalam Al-Qur'an, Allah berfirman dalam Q.S. Sad ayat 44,

Artinya: "Sesungguhnya Kami dapati dia (Ayyub) seorang yang sabar. Dialah sebaik-baik hamba. Sungguh, dia sangat taat (kepada Allah)".

Belasan tahun dilalui oleh nabi Ayyub dengan cobaan seperti itu. Namun hikmahnya jadi banyak, sebab dengan begitu manusia jadi dapat pelajaran untuk tidak pernah mengeluh dan bersabar.

Hikmahnya adalah perjalanan kesabaran, jangan pernah mengeluh. Allah akan memberi Anda hal-hal yang jauh lebih indah

daripada apa yang pernah dimiliki manusia sebelumnya. Seperti Nabi Ayyub yang kehilangan hartanya dalam satu hari, anak-anaknya dalam satu hari dan juga jatuh sakit dalam satu hari. Betapa cepatnya waktu ini berlalu. Itu juga menjadi pelajaran bagi setiap manusia, jangan berpuas diri dengan apa yang dimiliki karena segala sesuatu adalah anugerah titipan dari Allah..²⁶

Kisah Nabi Ayyub diatas merupakan kisah sabar dalam menghadapi sebuah percobaan yang diberikan oleh Allah dengan kesabaran yang dapat diambil hikmah sabar.

2. Pembentukan Sikap Sabar

a. Sikap

Yang dimaksud dengan “sikap” atau “attitude” adalah kesediaan bereaksi terhadap suatu hal, atau dalam ungkapan lain yang lebih tepat, Sikap atau disebut juga dengan attitude adalah sikap terhadap obyek tertentu yang disertai dengan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan sikap terhadap obyek.

Menurut Allport serta Rokeach menyatakan bahwa sikapberisi unsur kognisi dan konasi. Maka dapat dikatakan bahwa sikap adalah kecenderungan individu untuk merespon sesuatu yang didasari oleh proses kognisi seseorang terhadap objek yang disikapi.²⁷

²⁶ Ulfa Muaziroh dan Zukhrifa ‘Amilatun Sholihah, *Aktualisasi Konsep Sabar Dalam Perspektif Al-Quran*, Jurnal At-Tibyan, Vol.3, No. 2,(2018), 208-210.

²⁷ Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta:PT. Bumi Aksara,2021), 40.

Menurut Walgito, sikap merupakan keyakinan atau pendapat seseorang terkait situasi subjek atau objek yang disertai dengan munculnya perasaan tertentu. Perasaan inilah yang akan dijadikan dasar orang tersebut untuk berperilaku dan merespon menggunakan cara tertentu sesuai pilihannya.²⁸

Sikap menurut Ahmadi (1988: 52) adalah kesadaran individu yang menentukan tindakan nyata dan tindakan yang akan terjadi, oleh karena itu sikap adalah sesuatu yang menentukan sikap, sifat, dan watak orang tersebut. tindakan saat ini dan masa depan. Memahami konsep sikap, nampaknya sikap selalu diarahkan pada suatu benda, suatu objek. Tidak ada sikap tanpa objek. Objek tersebut bisa berupa benda, orang, peristiwa, lembaga atau organisasi, bisa juga berupa norma, nilai atau hal lainnya.

Attitude atau sikap ini di dalamnya sedikitnya mempunyai tiga aspek pokok, yaitu:

- a. Pertama, Aspek Kognitif, aspek yang berhubungan dengan gejala yang mengenai pikiran yang merupakan pengolahan, pengalaman dan keyakinan serta harapan-harapan individu tentang obyek atau sekelompok obyek.
- b. Kedua, Aspek Afektif, aspek yang merupakan suatu proses yang menyangkut perasaan-perasaan tertentu seperti ketakutan, kedengkian, simpati, antipasti dan sebagainya yang ditujukan pada obyek-obyek tertentu.

²⁸ Nuryantika dkk, *Strategi penerapan Akhlak Islami "Sadar Sampah" Di Sekolah Islam Terpadu* (Jawa Barat: CV. Adanu Abimata, 2020), 29.

- c. Dan Ketiga Aspek Konatif, Suatu aspek yang berwujud suatu proses tendensi atau kecenderungan untuk berbuat sesuatu pada obyek.²⁹

Sikap memiliki ciri tertentu, menurut Walgito (2010) menguraikannya sebagai berikut:

1. Sikap dapat dipelajari sehingga bukan merupakan suatu ciri khas yang dibawa sejak lahir. Ini menandakan bahwa sikap merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya. Hasil interaksi ini terbentuk melalui pengetahuan yang dimiliki individu dan pengalaman yang didapat individu, baik secara langsung maupun tidak langsung.
2. Sikap berhubungan dengan objek tertentu dan tertuju pada objek yang bersifat pada nilai-nilai yang bergerak secara kontinum dari titik paling negatif ke arah titik yang paling positif.
3. Sikap merupakan penafsiran dari perilaku yang dapat dijadikan indikator.
4. Sikap memiliki sifat yang relatif, namun konsisten atau memiliki nilai keajegan, terorganisir secara logis sesuai dengan logika yang berlaku. namun sikap juga dapat bersifat sementara jika sikap belum mendalam ada dalam diri individu.³⁰

²⁹ Ati Dahniar, Memahami Pembentukan Sikap (Attitude) Dalam Pendidikan Dan Pelatihan, *Jurnal Diklat Keagamaan*, Vol. XIII, No.2,(2019), 204.

³⁰ Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta:PT. Bumi Aksara,2021), 41.

b. Proses Pembentukan Sikap

Sikap adalah sesuatu yang dapat dipelajari (tetapi tidak bawaan dari lahir), yang dapat menunjukkan bahwa sikap dapat berubah yaitu akibat interaksi antara manusia dan lingkungan sosialnya. Individu mungkin mengalami kejadian hubungan saling mempengaruhi antara individu satu dengan yang lainnya selama interaksi sosial. Selain itu, interaksi interpersonal juga dapat menimbulkan keriuhan timbal balik yang dapat mempengaruhi tingkat kinerja setiap orang. Hal ini menunjukkan kepada kita bahwa interaksi sosial lebih dari sekedar interaksi sosial dan persahabatan dalam kelompok sosial. Faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan sikap antara lain kepentingan pribadi, perlakuan terhadap orang lain yang penting, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan, lembaga keagamaan, dan faktor emosional.

- 1) Dalam pengalaman pribadinya, individu akan menemukan hal-hal baru yang membentuk dan mempengaruhi apresiasinya terhadap stimulus. Reaksi terhadap pengalaman tersebut akan menciptakan kondisi psikologis tertentu yang akan membentuk sikap. Jika individu tidak memiliki pengalaman terhadap suatu objek psikologis, maka ia akan cenderung mempunyai sikap negatif terhadap objek tertentu.
- 2) Melalui orang lain di sekitar kita merupakan salah satu faktor sosial yang mempengaruhi pembentukan sikap. Individu-individu yang dianggap penting atau yang kita harapkan dapat disetujui, yang tidak

ingin kita kecewakan atau yang spesial bagi kita akan sangat mempengaruhi pembentukan sikap terhadap sesuatu.

- 3) Kebudayaan juga menjadi faktor yang tidak terpisahkan dalam pembentukan sikap. Budaya memberikan beberapa informasi tentang pengalaman pribadi yang dapat mempengaruhi sikap. Selain budaya, media massa seperti radio, televisi, surat kabar, Instagram, Facebook dan media lainnya mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembentukan opini dan keyakinan pribadi. Media massa dapat menyiarkan pesan-pesan provokatif yang mempengaruhi sikap individu. Informasi dalam media memberikan individu pengetahuan baru yang dapat menjadi landasan emosional dalam mengevaluasi sesuatu guna membentuk orientasi sikap tertentu.
- 4) Hal lain yang dapat menjadi perhatian dalam pembentukan sikap yaitu lembaga pendidikan dan lembaga agama sebagai suatu sistem yang dapat memberikan pengetahuan mengenai konsep-konsep tertentu pada individu. Pemahaman yang didapat individu akan menjadi dasar individu tersebut dalam memunculkan sikap. Sikap juga didasari situasi emosi individu sebagai bentuk mekanisme pertahanan ego. Sikap dalam bentuk ini (ego defence mechanism) bersifat sementara dan menghilang sejalan dengan selesainya hal yang membuat munculnya sikap pertahanan diri. Namun ada pula sikap yang lebih persisten dan bertahan lama.³¹

³¹ Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta:PT. Bumi Aksara,2021), 41-42.

3. Generasi Z

a. Pengertian generasi Z

Generasi Z merupakan generasi yang paling muda yang baru memasuki angkatan kerja. Dilansir dari BBC (*British Broadcasting Corporation*), generasi Z adalah generasi yang masih muda dan tidak pernah mengenal kehidupan tanpa teknologi sehingga terkadang sebagai i-gen atau generasi yang lahir dan tumbuh di era digital. Generasi ini merupakan generasi peralihan dari generasi Y dengan kondisi teknologi yang semakin berkembang.

Berbeda dengan generasi sebelumnya, Yaitu Baby Boomers, X dan Y yang peluang dan kesempatan kerja masih sedikit dan terbatas oleh karena perkembangan dunia yang tidak lebih baik dari masa generasi Z. Generasi Z adalah remaja atau pemuda yang berusia antara 9-25 tahun. Generasi ini biasa disebut dengan generasi langgas. Generasi langgas merupakan tidak terikat kepada sesuatu atau kepada seseorang atau bebas.³²

Menurut Betz (2019) menyatakan dalam M. Ichsan Nawawi (2020:198-199) Generasi Z merupakan generasi pertama yang tumbuh pada dunia maya (digital), dengan pandangan mereka tidak dibentuk seperti generasi sebelumnya melainkan tentang pemahaman pada akses kemajuan informasi dan teknologi di dunia. Generasi Z memiliki kelahiran sekitar tahun 1995 hingga 2012, mereka tidak sempat

³² Kornelius & Rut Sabat, *The Way Of Timothy Guide Ministry Of Milenial Generation* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2023), 12.

merasakan kehidupan tanpa teknologi dan internet bahkan pengasuhan mereka banyak dibantu oleh kemajuan teknologi dan internet.

Menurut Lasti Yossi Hastini, dkk (2020:13) mengemukakan bahwa generasi Z merupakan generasi yang berhubungan kuat dengan teknologi. Kehidupan Generasi Z sangat dipengaruhi oleh kemajuan teknologi dan pesatnya arus informasi melalui internet. Gen Z sudah terbiasa berkomunikasi dengan menggunakan alat komunikasi digital seperti HP dan Laptop, bermain game, mencari informasi tentang berbagai informasi dunia luar melalui internet. Generasi Z suka melakukan transaksi jual beli secara online dengan smartphone (gadget).³³

b. Ciri-ciri Generasi Z

Menurut Perrez, dkk (2016) dalam Lasti Yossi Hastini, dkk (2020:13) Generasi Z memiliki ciri-ciri seperti orientasi yang bagus tentang pendidikan terutama yang berkaitan dengan pembelajaran seumur hidup, memiliki kemampuan dan pengetahuan tentang teknologi yang diperoleh melalui internet.

Fitriyani (2018) dalam Arif Nurohman dan Rina Sari Qurniawati (2021:16) berpendapat bahwa Gen Z menempatkan uang dan pekerjaan sebagai tujuan utama hidup mereka. Namun Gen Z juga tetap menjadikan perkembangan dan kemajuan sebagai hal yang penting. Keinginan Gen Z untuk selalu berkembang tidak lepas dari kemampuan

³³ Idam Ragil Widiyanto Atmojo, dkk. *Assesment Kognitif Pada Kelas Digital Dalam Pembelajaran Abad 21*. (Surakarta: CV. Pajang Putra Wijaya, 2013). 39-40

dalam menggunakan teknologi informasi dan selalu meng-update ilmu, pengetahuan, pemahaman, serta ketrampilan dan kreativitas diri.³⁴

Generasi Z selalu terus menerus mengecek berita terbaru. Generasi Z dinilai sebagai generasi yang ambisius, mahir tentang hal digital, percaya diri, banyak menggunakan bahasa gaul, lebih menghabiskan waktu sendiri, dan rasa ingin tahu yang sangat tinggi. Smartphone hampir tidak pernah terlepas dalam tangannya. Generasi yang suka hidup independen, hidupnya adalah teknologi, sangat menyukai media sosial, banyak yang menjadi influencer, dan generasi yang terbiasa hidup di dalam lingkungan beragam, generasi yang suka menyesuaikan peraturan.³⁵

c. Karakteristik Generasi Z

Berkup (2014) dalam Lasti Yossi Hastini, dkk (2020:13) menjelaskan karakteristik Gen Z yang berhubungan dengan digitalisasi. Beberapa karakteristik yang diantaranya, yaitu Gen Z senang melakukan hubungan sosial dengan memanfaatkan internet. Gen Z lebih cenderung lebih efisien dan inovatif dalam memanfaatkan teknologi. Para Gen Z juga mengonsumsi internet dengan sangat cepat, dan Gen Z memanfaatkannya untuk mengembangkan kompetensi diri mereka disamping untuk menghibur diri.

³⁴ Idam Ragil Widiyanto Atmojo, dkk. *Assesment Kognitif Pada Kelas Digital Dalam Pembelajaran Abad 21*. (Surakarta: CV. Pajang Putra Wijaya, 2013), 45

³⁵ Kornelius & Rut Sabat, *The Way Of Timothy Guide Ministry Of Milenial Generation* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2023), 12-13.

Menurut buku “ *iGen : Why Today’s Super – Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood—and What That Means for the Rest of Us*” karya Jean Twenge (2017), seorang profesor psikologi di San Diego State University menjelaskan karakteristik Generasi Z antara lain

1) *More comfortable with technology/* super terhubung

Generasi Z tumbuh di era teknologi dan internet, sehingga mereka sangat terhubung dengan teknologi dan media sosial. Mereka sering menggunakan smartphone dan perangkat teknologi lainnya untuk mengakses informasi dan terhubung dengan orang lain.

2) *Less rebellious/* kurang memberontak

Generasi Z lebih sedikit memberontak dan kurang agresif dibandingkan generasi sebelumnya seperti Generasi X dan Baby Boomer. Mereka cenderung menghindari konflik dan mencari cara damai dalam mengatasi masalah.

3) *More tolerant/* lebih toleran

Generasi Z lebih terbuka terhadap keanekaragaman budaya, agama, dan orientasi seksual. Mereka cenderung lebih toleran dan tidak mudah menilai orang lain berdasarkan perbedaan yang mereka miliki.

4) *Less happy/* kurang bahagia

Generasi Z cenderung kurang bahagia dibandingkan generasi sebelumnya. Mereka lebih sering mengalami tekanan dan kecemasan karena tuntutan yang tinggi dari lingkungan sosial dan media sosial.

5) Unprepared for adulthood/ tidak siap dewasa

Generasi Z dianggap kurang siap dalam menghadapi dunia dewasa. Mereka cenderung kurang mandiri dan lebih membutuhkan bimbingan dan dukungan dalam mengambil keputusan dan menghadapi tantangan hidup.³⁶

³⁶ Muhammad Misbakul Munir, *Islamic Finance For Gen Z*, (CV. Green Publisher Indonesia,2023), 6.

BAB III

KONSEP SABAR DALAM BUKU *MAN SHABARA ZHAFIRA SUCCES IN LIFE WITH PERSISTENCE* KARYA AHMAD RIFA'I RIF'AN

A. Biografi Ahmad Rifa'i Rif'an

1. Riwayat Hidup dan Pendidikan Ahmad Rifa'i Rif'an

Ahmad Rifa'i Rif'an lahir pada tahun 1990 di Lamongan, Jawa Timur. Ahmad Rifa'i Rif'an dilahirkan dari keluarga yang sederhana tetapi beliau diajarkan pendidikan keislaman yang sangat kental sejak beliau kecil. Pendidikan formal Ahmad Rifa'i Rif'an dimulai dari TK Assa'adah, MI Islamiyah Karang Wedoro Turi Lamongan, SMPN 1 Turi Lamongan, kemudian melanjutkan kuliah S1 jurusan Teknik Mesin di ITS Surabaya, kemudian Ahmad Rifa'i Rif'an tidak hanya berhenti di S1 saja tetapi beliau melanjutkan S2 dengan jurusan Bahasa dan Sastra di Universitas Islam Darul Ulum. Sedangkan pendidikan nonformal Ahmad Rifa'i Rif'an, yaitu beliau menuntut ilmu di Pondok Pesantren Miftahul Qulub, Lamongan.¹

Hobinya menulis Ahmad Rifa'i Rif'an baru muncul ketika ia menjalani pertengahan kuliah S1, di antara padatnya aktivitas kuliah dan organisasinya, beliau menulis di waktu-waktu yang luang. Setelah lulus kuliah Ahmad Rifa'i Rif'an bekerja di sebuah perusahaan konstruksi dan manufaktur sebagai *Mechanical Engineer*. Di tengah aktivitasnya bekerja, beliau juga masih menyempatkan untuk menulis. Produktivitasnya dalam menulis tersebut dapat mengukuhkan beliau hingga menjadi penulis muda

¹ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 267

yang produktif di Indonesia. Usianya yang masih berkepala dua, Ahmad Rifa'i Rif'an telah menerbitkan lebih dari 100 judul buku. selain menulis beliau juga menjadi pembicara di berbagai instansi pemerintahan, perusahaan, dan lembaga pendidikan, baik di dalam negeri maupun luar negeri.

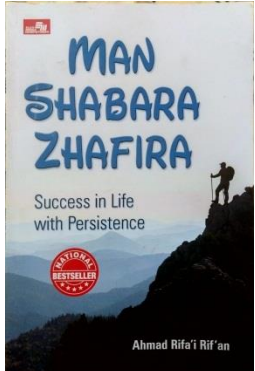
Buku-buku Ahmad Rifa'i Rif'an menempati rak *bestseller* nasional di Gramedia dan toko buku besar di Indonesia. Bahkan beberapa buku Ahmad Rifa'i Rif'an masuk dalam Top Ten Gramedia, 10 buku terlaris di Gramedia se-Indonesia. Dari ratusan bukunya yang telah terbit, karyanya yang paling diminati oleh pembaca yaitu:²

- a. Tuhan, Maaf, Kami sedang Sibuk
- b. Ketika Tuhan Tak Lagi Dibutuhkan
- c. Generasi Emas
- d. *The Perfect Muslimah*
- e. Man Shabara Zhafira
- f. Hidup Sekali, Berarti, Lalu Mati
- g. Bertauhid, Berakhlak, Berprestasi
- h. Tuhan, Maaf Kami Sedang Sibuk
- i. Menyembah Tuhan Yang Salah
- j. Ketika Tuhan Tak Lagi Dibutuhkan
- k. dan lain lain.

² Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 268

2. Profil Buku Man Shabara Zhafira

Berikut ini adalah profil dari buku Man Shabara Zhafira

Judul	Man Shabara Zhafira	
Penulis	Ahmad Rifa'i Rif'an	
Tahun Terbit	Agustus 2021	
Cetakan ke-	18 (delapan belas)	
Penerbit	PT Elex Media Komputindo	
ISBN	978-623-00-2807-6	

3. Gambaran Umum Buku *Man Shabara Zhafira*

Man Shabara Zhafira merupakan sebuah rumus kesuksesan seseorang. karena Man Shabara Zhafira diartikan dengan kesabaran menjadi energi besar meraih keberhasilan. Seorang pengusaha, pelajar, petani yang sukses, hampir semuanya orang mengalami kesuksesan itu karena kesabaran dalam bekerja. Kesabaranlah yang menjadi kunci kesuksesan seseorang.

Buku ini terbagi menjadi 6 bagian. Pertama, *Dream*. Pembaca diajak menelusuri bahwa seseorang dalam hidup manusia harus mempunyai mimpi, karena jika kita tidak mempunyai mimpi maka hidup kita akan diam dalam keadaan seperti itu-itu saja. karena kesuksesan seseorang berawal dari mimpi. Kedua, *Action*. Penulis mengajak pembaca untuk stop bermimpi, dan mulailah bergerak atau melakukan sebuah usaha apa yang menjadi mimpi kalian agar sebuah impian kita terwujud, karena impian seseorang itu tidak hanya diangan-

angan tetapi juga butuh sebuah tindakan. Ketiga, *Beautiful Life*. jika kita hidup hanya ingin menuruti perkataan orang lain dan ingin memuaskan orang lain pasti tidak ada habisnya, dan pasti tidak akan mendapatkan apa-apa. Maka, manusia harus berani menjadi diri-sendiri dan melaksanakan kehidupan dengan penuh bahagia. Keempat, *Love*. Para manusia yang besar adalah manusia yang berusaha menjadi bermanfaat, mandiri, peduli terhadap sesama, giving oriented dan segala bentuk kepedulian sosial yang lain. Kelima, *Pray*. Sekuat apapun seseorang dalam berusaha, namun tidak ada izin dari Allah SWT, itu sama saja, selain berusaha juga dibarengi dengan ikhtiar berdo'a meminta kepada Allah SWT. Keenam, *Wisdom*. Menyikapi kegagalan maupun keberhasilan dengan cara yang bijaksana.³

B. Konsep Sabar dalam Buku *Man Shabara Zhafira* Karya Ahmad Rifa'i Rif'an

Sifat sabar mempunyai prinsip yang sangat penting dalam hal moralitas dan agama. Karena sabar bukanlah suatu kebutuhan yang jahat atau kebutuhan yang lengkap, melainkan kebutuhan manusia untuk berkembang dalam hal pertumbuhan material dan spiritual serta pemenuhan pribadi dan sosial. Karena harus selalu ada semacam kesabaran yang mendasarinya, agama di dunia ini tidak bisa menjadi unggul dan sempurna tanpa kesabaran. Kesabaran merupakan kebutuhan dasar dunia, namun juga merupakan kebutuhan dasar

³ Ahmad Rifa'i Rif'an, *The Perfect Muslimah* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2016), 273.

agama. karena tidak ada kesuksesan di dunia dan selanjutnya tidak ada keberuntungan tanpa kesabaran.⁴

Kesabaran adalah modal dasar para pemenang. Kesabaran membuat kualitas orang-orangnya melejit berkali lipat dibanding orang yang tidak sabar.

Allah SWT mengatakan dalam surah Al-Anfal ayat 66:

أَلَنْ خَفَّفَ اللَّهُ عَنْكُمْ وَعَلِمَ أَنَّ فِيكُمْ ضَعْفًا فَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ صَابِرَةٌ يَغْلِبُوا
مِائَتَيْنِ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ أَلْفٌ يَغْلِبُوا أَلْفَيْنِ بِإِذْنِ اللَّهِ وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: Sekarang (saat turunnya ayat ini) Allah telah meringankan kamu karena Dia mengetahui sesungguhnya ada kelemahan padamu. Jika di antara kamu ada seratus orang yang sabar, niscaya mereka dapat mengalahkan dua ratus (orang musuh) dan jika di antara kamu ada seribu orang (yang sabar), niscaya mereka dapat mengalahkan dua ribu orang dengan seizin Allah. Allah beserta orang-orang yang sabar.⁵

Menurut Ahmad Rifa'i Rif'an dalam bukunya *Man Shabara Zhafira* arti dari kesabaran merupakan upaya menahan godaan hawa nafsu dari sesuatu yang buruk untuk meraih sesuatu yang baik, atau menahan diri dari sesuatu yang baik untuk meraih sesuatu yang lebih baik. Kesabaran adalah sikap hidup yang insyaAllah akan menghantarkan kita kepada sesuatu yang kita idam-idamkan atau inginkan.⁶

⁴ Ulya Ali Ubaid, *Sabar & Syukur Gerbang Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat* (Jakarta:AMZAH JI,(2012) ,23.

⁵ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), xxiv.

⁶ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 64.

Berdasarkan hadis diriwayatkan oleh Ibnu Abbas ra. Rasulullah SAW bersabda; “*Sabar dalam Al-Quran terbagi ke dalam tiga bentuk, yaitu sabar dalam melaksanakan perintah Allah, sabar dalam menjauhi larangan Allah, dan sabar pada saat pertama kali tertimpa musibah.*”(HR. Ibnu Abi Hibban) dalam bukunya Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi yang berjudul *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* sabar terdiri atas tiga tingkatan atau tiga macam yaitu sabar Dalam Menjalankan Perintah Allah SWT, sabar Dalam Menjauhi Larangan Allah dan sabar ketika menghadapi musibah.⁷ Dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* karya Ahmad Rifa’i Rif’an terbagi menjadi 2 konsep sabar, yakni sabar dalam menyikapi kegagalan dan sabar dalam meraih kesuksesan:

1. Sabar menyikapi kegagalan

Menurut Ahmad Rifa’i Rif’an Kebahagiaan itu hadir tatkala apa yang diberikan oleh Allah, kita anggap sebagai karunia terbaik dari-Nya. Ketika Allah memberikan kita ujian sakit, ‘Ah, mungkin inilah saatnya aku beristirahat.’ Waktu Allah memberikan kegagalan, ‘Mungkin Allah sedang menguji kesabaranku.’ Saat Allah memberi rezeki yang pas-pasan Mungkin kalau rezekiku berlebih saat ini, aku belum siap.’ Begitu seterusnya.⁸

Maka pemberian yang dikaruniai oleh Allah itu adalah sudah dianggap yang baik untuk diri seseorang, karena sejatinya manusia yang ketika melihat orang lain, dikiranya orang tersebut lebih bahagia dibandingkan dengan kita, tetapi juga sebaliknya orang yang kita lihat itu

⁷ Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata,2010), 13-19

⁸ Amirulloh Syarbini & Jumari Haryadi, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata,2010), 115.

mungkin dia juga merasakan sebaliknya seperti apa yang seseorang rasakan. Misalnya melihat seseorang yang kaya, pasti menganggapnya enak bener jadi mereka yang hidupnya serba kecukupan, padahal orang tersebut berpikrnya juga sebaliknya enak bener mereka hidupnya yang serba pas-pasan tetapi mampu tertawa dalam keterbatasannya dan tanpa tanggung jawab yang berat. Maka sejatinya sebuah kebahagiaan itu hadir tatkala apa yang diberikan oleh Allah. Misalnya saat ketika mengalami sebuah kegagalan dalam membuka sebuah usaha, maka dalam menghadapi kegagalan tersebut harus berpikir bahwa mungkin Allah SWT menguji kesabaran seorang hambanya, dan jangan sampai putus asa. Terkadang, menurut kita baik itu belum tentu baik, menurut Allah. Maka apapun yang dikaruniai oleh Allah harus disikapinya dengan sabar dalam menerimanya.

Dalam buku *Man shabara zhafira* dijelaskan bahwa seseorang akan tahu bahwa masalah yang dihadapi itu remeh, ketika seseorang itu sadar bahwa di tempat lain, ada begitu banyak manusia yang sedang bekerja keras menuntaskan masalah yang jauh berkali lipat lebih besar daripada kita.⁹

Maka apapun masalah yang menimpa di kehidupan seseorang harus mampu menghadapinya dengan sabar, karena setiap permasalahan tersebut yang dianggap besar pasti diluar sana ada yang lebih berat daripada permasalahan yang menimpa diri seseorang. Setiap permasalahan yang muncul pasti ada hikmah dibalik permasalahan tersebut. Mungkin Allah menguji seseorang dengan hadirnya permasalahan tersebut apakah

⁹ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 124.

seseorang itu kuat atau tidak. Dan dalam menghadapi sebuah permasalahan jangan terburu-buru mencari jalan keluarnya, dan jangan mengikuti hawa nafsu, hadapi sebuah permasalahan dengan tenang, dan jangan mudah mengeluh. Karena Tuhan punya banyak cara untuk menegur hambanya lewat beragam musibah. Lewat jutaan sebab, masalah itu hadir untuk mengingatkan kita agar kembali ke jalan yang mendekatkan kepada kebaikan.

Dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dijelaskan mengenai keberanian dalam mencoba bahwa perjalanan hidup manusia sejak lahir hingga bisa *survive* menggapai tangga-tangga kesuksesan di masa depannya tidak bisa dilepaskan dari keberaniannya untuk terus mencoba. Keberanian mencoba seharusnya sudah melekat kuat dalam pribadi semua manusia. Terdapat barisan kalimat mengenai *Dare to Try* (Berani mencoba), yaitu¹⁰ :

Kita dilahirkan untuk mencoba (*We were born to try*)

Cobalah berjalan (*try to walk*)

Cobalah untuk berbicara (*try to talk*)

Cobalah membaca (*try to read*)

Mencoba untuk lulus dari sekolah (*try to graduate from school*)

Mencoba untuk mencapai karir yang hebat (*try to achieve great career*)

Mencoba untuk membangun bisnis (*try to build a business*)

Cobalah untuk mencintai seseorang (*try to love someone*)

¹⁰ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 72-73

Mencoba membangun sebuah keluarga (*try to build a family*)

Mencoba untuk membangun kehidupan yang lebih baik (*try to make a better life*)

Mencoba untuk bertahan hidup (*try to survive*)

Tidak akan pernah berhenti kecuali kita sudah mati (*We'll never stop trying unless we have died*)

Semua yang terjadi pada kita adalah akibat dari cobaan kita (*All things that have happened to us are the result of our trial*)

Keseluruhan hidup manusia terdiri atas rangkaian mencoba dan mencoba. Mulai dari mencoba belajar berjalan, mencoba belajar berbicara, mencoba belajar membaca, mencoba lulus dari sekolah dan kampus, mencoba membangun bisnis, sampai dengan membangun keluarga adalah diawali dengan aktivitas.

Dalam usia yang semakin dewasa, keberanian dalam mencoba justru makin lama makin terkikis. Kita takut mencoba hal baru karena kita takut kehilangan kadaan dan apa yang ada sekarang, kita takut gagal, takut malu, takut ditertawakan, takut jatuh, takut dikatakan bodoh, hingga pada akhirnya kita pun takut dan terus takut mencoba. Padahal suatu kesalahan terbesar yang dilakukan banyak orang bukanlah takut gagal, tetapi justru takut mencoba untuk sukses.

Orang yang tidak berani mencoba pada hakikatnya itulah orang yang gagal. Kalau kita mencoba melakukan sesuatu lalu kita gagal, itu hal biasa. Itu jauh lebih baik daripada tidak mencoba dan tidak gagal. (*Ya iyalah, mana mungkin bisa gagal kalau tidak pernah mencoba melakukan*). Dengan

berani mencoba, secara tidak langsung kita dituntut untuk belajar dari kesalahan dan kegagalan yang kita alami. Jika seseorang berani mencoba dan tidak takut gagal maka orang tersebut dituntut belajar dari sebuah kegagalan dan kesalahan. Jika seseorang berani mencoba melakukan segalasesuatu dari luar yang dikuasai maka seseorang tersebut akan bertumbuh menjadi besar. Karena jika seseorang mau belajar maka kemampuan dalam dirinya akan meningkat. Seseorang di dunia rata-rata hanya melakukan apa yang dia bisa. Karena orang-orang sukses selalu bertanya kepada dirinya, “*Saya harus bisa apa lagi?*”

Bagi seorang pemenang, kegagalan itu biasa. Gagal merupakan sebuah pembelajaran yang sangat berharga dalam perjalanan hidup mereka. Kegagalan adalah guru terbaik yang dapat mendewasakan dan mendidik mental untuk bersiap menjadi pribadi tangguh.¹¹

Maka dapat disimpulkan bahwa dalam segala hal apapun, baik dalam melaksanakan perjalanan hidup harus berani mencoba walaupun hasilnya belum sesuai dengan apa yang diharapkan, karena yang namanya sebuah proses dalam hidup hasil itu adalah hal belakangan, dan yang terpenting berani dalam mencoba dan berani dalam kegagalan. Kalau hanya diam dan tidak berani dalam mencoba, tidak akan ada sebuah keberhasilan yang akan diraih oleh seseorang. Tetapi jika berani mencoba dan berani dalam hal kegagalan maka akan mendapatkan peluang dalam keberhasilan. Ketika seseorang berani mencoba, itu berarti punya 50% kemungkinan

¹¹ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 74-75.

untuk berhasil dan 50% kemungkinan untuk gagal. Tetapi jika tidak berani mencoba, berarti punya 0% kemungkinan berhasil, dan 100% kemungkinan kegagalan. Jadi, dalam menyikapi sebuah kegagalan dalam berproses yaitu harus tetap berani mencoba, tidak hanya satu atau dua kali saja melainkan berkali-kali hingga kegagalan tersebut dapat ditaklukkan.

Dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* Ahmad Rifa'i Rif'an menerangkan bahwa dengan mengetahui kemampuan diri, kita pun bisa lebih percaya diri bahwa diri kita adalah karya agung Zat yang Maha agung. Kita adalah manusia spesial. Tidak ada satu pun manusia lain di muka lain di muka bumi ini yang memiliki hidup sama persis dengan kehidupan kita. Mengukur diri sendiri mungkin sudah jarang dijumpai pada manusia saat ini. Padahal kebiasaan ini sangat baik untuk mengetahui kualitas serta hasil kerja kita selama ini. Untuk itu jugalah di pendidikan formal seperti sekolah atau kampus setiap selesai diberikan materi, selalu ada ujian. Ujian tidak lain adalah cara mengukur kadar siswa dalam menerima materi yang diajarkan.

Terdapat sebuah cerita dari Ahmad Rifa'i Rif'an. Menjelang kelulusan dari Perguruan Tinggi, ada banyak sekali perusahaan yang mengadakan perekrutan pegawai. Mereka mengumumkan di kampus-kampus besar untuk mencari calon pegawai baru yang bisa diajak bekerja sama di perusahaan. Tidak ketinggalan dengan kampus rifai, yang akhir bulan akan diwisuda, tetapi sebelum wisuda, sudah banyak sekali tes. Teman-teman Rifai kaget melihat Rifai ada dibarisan pendaftar kerja.

Mengingat sejak kuliah, mereka mengenai Rifai sebagai salah seorang yang anti banget dengan dunia karyawan.

*“Tujuan utama saya mengikuti tes kerja saat itu adalah pengen tahu, bisa nggak saya lolos? Atau kemampuan saya dalam bidang teknik (mengingat saya kuliah teknik) sudah dinilai layak atau tidak oleh perusahaan? Saya pengen menguji kemampuan saya saja”.*¹²

Dan pada akhirnya Rifai tidak bisa lolos dalam rangkaian tes tersebut karena kemampuan atau bakatnya tidak bisa masuk menjadi karyawan perusahaan. Karena menurut Rifai mengukur kemampuan diri adalah salah satu hal yang wajib kita lakukan agar kita tahu sampai seberapa potensi yang dimiliki oleh seseorang. Dengan mengetahui potensi diri, kita pun bisa lebih percaya diri untuk menggunakannya dengan sebaik mungkin.¹³

Maka dapat disimpulkan bahwa jika seseorang mengalami sebuah kegagalan dalam hidupnya saat mencari pekerjaan. Mungkin saat mengikuti tes masuk ke perusahaan untuk menjadi karyawan, seseorang mengalami kegagalan dalam hal tersebut, tetapi dengan kegagalan tersebut janganlah berputus asa dan tetap bersabar dalam menghadapinya karena dengan kegagalan tersebut pasti akan ada hikmah dibalik peristiwa tersebut mungkin saja potensi dan bakat yang dimiliki oleh bukan di perusahaan tersebut, dan mungkin saja bakat yang dimiliki di pekerjaan yang lain. Dan jadikan sebuah kegagalan saat tidak lolos tes tersebut untuk mengukur

¹² Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 237.

¹³ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 234-237.

kemampuan diri yang dimiliki oleh seseorang. Karena ada banyak orang yang tidak kunjung melakukan sebuah pekerjaan besar hanya karena mereka tidak sadar bahwa di dalam dirinya tersimpan potensi luar biasa, yang jika digunakan bisa melahirkan sesuatu yang besar. Mereka terpaku pada sebuah kekurangan diri tanpa pernah meraba-raba, bahwa dirinya menyimpan potensi luar biasa yang tidak dimiliki orang lain. Dengan adanya kegagalan tersebut dapat mengetahui potensi diri, kita pun bisa lebih percaya diri untuk menggunakannya dengan sebaik mungkin.

Dalam buku *Man Shabara Zhafira* tentang belajar dari kesalahan. Yang dikisahkan pada anak kelas 2 SMP.

“Pada saat itu saya tiba di sekolah pukul 7 kurang 15 menit. Saya berangkat lebih awal karena pagi itu kelas kami dapat giliran menjadi petugas upacara. sampa di lapangan upacara, semua kelas ternyata sudah berbaris rapi di lapangan. Dan kemudian saya bergegas mempersiapkan diri sebagai pembaca UUD 45. Ketika sedang bersiap berdiri di lapangan, seorang guru menghampiri saya, dan.....

PLAK PLAK PLAK.

Tiga kali tangannya menampar pipi saya, saya kaget bukan main. Tiga kali tamparan meluncur ke pipi saya. Saya hanya bisa nunduk di depan ribuan teman lain yang dari tadi menonton wajah saya dengan wajah tegang. Dalam aturan sekolah kami, bagi kelas akan bertugas hari senin mendatang. pada hari minggu semua siswa yang diunjuk sebagai petugas upacara harus datang ke sekolah untuk latihan. Nah, saya pikir, teman-teman saya sudah sangat berpengalaman. Tidak perlu lagi latihan-latihan segala. Akhirnya saya memutuskan untuk tidak memberi tahu teman-teman kalau minggu besok ada latihan upacara. Kesalahan terbesar saya adalah

*lupa memberi tahu guru kalau kami tidak perlu latihan esok minggu, karena kami sudah sangat siap. Kesalahan itu berdampak besar. Dari kejadian tersebut, dapat belajar dari kesalahan di masa kecil itu untuk bekal di masa mendatang. Saya belajar tentang kedisiplinan, tentang bagaimana menjadi pemimpin, tentang bagaimana menghargai orang lain. Saya belajar semua itu melalui kesalahan. Tamparan dari guru saya adalah tamparan kasih sayang, agar di masa yang akan datang tidak melakukan kesalahan yang sama”.*¹⁴

Maka setiap kesalahan yang dialami oleh seseorang itu dapat dijadikan sebuah pembelajaran di masa yang akan datang. Karena setiap kesalahan yang dialami oleh seseorang itu bukan berarti hal yang sepenuhnya salah dan tidak baik. karena setiap kesalahan seseorang tersebut dapat digunakan untuk memperbaikinya dan agar tidak terjadi kesalahan yang berulang kali. Seperti halnya mengenai tentang kegagalan, jika menjumpai sebuah kegagalan dalam hidup jadikan kegagalan tersebut menjadi sebuah pembelajaran agar tidak terjadi kegagalan yang sama berulang kembali. Oleh karena itu belajarlh dari semua kesalahan yang telah dilakukan di masa lalu. Jadilah diri pembelajar sejati yang mempunyai falsafah; semakin banyak salah, akan semakin banyak belajar dari kegagalan. Semakin banyak belajar berarti kesalahan lama tidak akan terulang dan pasti bisa diperbaiki. Jika semakin banyak kesalahan yang sudah diperbaiki, langkah berikutnya akan semakin mudah.

2. Sabar dalam meraih kesuksesan

¹⁴ Ahmad Rifa’i Rif’an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 247-249

Menurut Ahmad Rifa'i Rif'an ada dua konsep kesuksesan. Yaitu Sunnatullah dan Inayatullah. Dua konsep ini kalau kita pegang dan dijalankan, hati dan pikiran kita akan terbuka kesempatan dan kebahagiaan. Dalam Islam, ada dua konsep meraih keberhasilan dalam hidup. Konsep ini hadir sebagai pengejawantahan atas hukum Allah yang diberlakukan terhadap seluruh makhluk-Nya di muka bumi. Sebagaimana kita tahu, ketika Allah menciptakan makhluk, Allah sudah menyertakan aturan mendasar yang diberlakukan kepada seluruh makhluk-Nya.

Aturan itu sejak awal penciptaan sudah diberlakukan secara konsisten oleh Allah. Benar memang Allah tak punya kewajiban untuk menaati aturan yang berlaku itu. Tetapi jauh-jauh hari Allah sudah mengungkapkan dalam firman-Nya, bahwa Allah adalah Zat yang paling menepati janji. Jadi ketika Allah menerapkan sebuah hukum, Allah jugalah yang paling konsisten menerapkan hukum itu.

Lalu, apa sajakah hukum Allah ketika akan menetapkan takdir kepada manusia? Apa sih pedoman yang dijadikan Allah untuk menentukan nasib kita? Paling tidak ada dua hal, yaitu;

1. Sunnatullah, yaitu hukum sebab akibat. Mengapa air menjadi uap? Karena dipanaskan hingga temperatur 100° Celcius pada tekanan 1 atmosfer. Ini adalah contoh penerapan sunnatullah. Jadi ketika kita ingin menjadikan air menjadi uap, silakan panaskan air itu hingga mencapai 100° Celcius pada tekanan 1 atmosfer. Kalau mau pintar, tentunya harus belajar. Kalau mau punya penghasilan, bekerjalah. Kalau mau menggapai keberhasilan, bekerja keras dan pantang menyerah. Inilah

hukum alam. Kesuksesan itu adalah hasil retasan dari usaha dan kerja keras dengan didukung oleh kecerdasan dalam bertindak. Hukum alam mengatakan, ketika manusia mau berusaha dan kerja keras, kemungkinan besar ia akan menuai kesuksesan. Silakan amati tokoh-tokoh besar dalam sejarah. Mereka bukanlah para manusia yang selalu bersantai dalam hidupnya. Mereka bukan generasi manja yang hidupnya hanya diisi dengan kemalasan. Kita sudah menyaksikan, orang-orang yang namanya diabadikan dengan tinta emas oleh sejarah adalah para pekerja keras. Mereka berletih-letih dalam hidupnya. Mereka hidup dalam aktivitas yang fokus. Mereka pantang menyerah. Hidupnya diisi dengan aktivitas yang produktif. Wajar jika mereka pada akhirnya menemukan momentum kesuksesannya.

2. Inayatullah, yaitu pertolongan Tuhan. Berusaha dan bekerja keras apapun, tetapi jika pertolongan Allah tidak datang, maka kesuksesan tidak akan pernah datang menghampirinya. Oleh karena itu, manusia harus mendekatkan diri kepada Khaliq-nya, tidak melanggar aturan-Nya, dan selalu memegang prinsip usaha yang memiliki nilai hidup.¹⁵

Dua konsep ini kalau kita pegang dan jalankan, hati dan pikiran akan terbuka kesempatan dan kebahagiaan.

Wasiat kesabaran disampaikan berulang kali di dalam Al-Quran. Bahkan Allah berfirman bahwa Dia senantiasa bersama dengan orang-orang yang sabar. Tetapi di dunia yang semakin berkembang dan maju ini sudah

¹⁵ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 209-210.

menguras kadar kesabaran dalam diri seorang manusia. sekarang dengan ambisinya yang sudah melambung tinggi terhadap urusan dunianya masing-masing, serta telah mengubah paradigma dari perjuangan.¹⁶

Maka dapat dikatakan bahwasannya banyak orang yang mimpinya runtuh ditengah jalan karena sebuah ketergesaan dalam menuju proses dari puncak kesuksesannya. Banyak orang yang mau dengan kesuksesannya saja, tetapi tidak mau menikmati akan sebuah proses menuju puncak kesuksesan tersebut. Ketika sedang menghadapi masalah hidup, dan memiliki impian yang sangat besar serta ada sebuah rintangan yang menghalangi jalannya menuju kesuksesan rumusnya yaitu bersabarlah sejenak. karena dengan sabar dalam menghadapi sebuah ujian dan tantangan maka akan ada kemudahan yang segera hadir setelah bersabar. Karena setiap jalan menuju kesuksesan itu hidup manusia tidak selalu berjalan mulus, dan harus menghadapinya dengan semangat dan pantang menyerah dan selalu bersabar dalam menikmati prosesnya. maka jika seseorang bersabar maka rintangan yang dihadapi tersebut akan mudah untuk ditaklukan.

Dalam buku *Man Shabara Zhafira* menjelaskan arti sabar dalam menuntut ilmu khususnya dalam dunia perkuliahan yang diibaratkan bahwasannya, Dunia adalah sebuah kampus besar kehidupan. *University of life*. Mahasiswanya adalah manusia. kampusnya adalah dunia. Kurikulumnya adalah alur kehidupan. Diktatnya Firman Tuhan, hadis

¹⁶ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 63.

Rasul, ijma', dan qiyas. Ujiannya adalah masalah demi masalah yang diberikan Tuhan kepada hamba-hamba-Nya.¹⁷ Maka kesabaran dalam mencapai sebuah kesuksesan itu sangat diperlukan. karena jika kita sabar dalam proses yang kita lalui maka akan ada sebuah kebahagiaan yang kita inginkan. Walaupun dalam sebuah proses tersebut pasti ada sebuah masalah. Masalah tersebut bukan untuk dihindari, melainkan harus ditaklukan. karena saat mendapatkan musibah tersebut mungkin kita menangis hingga meneteskan air mata, tetapi kita harus yakin bahwasannya masalah yang diberikan oleh Allah tersebut pasti yang terbaik untuk hambanya. seperti yang dijelaskan dalam Al-Quran pada Q.S Ali 'Imran ayat 142:

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَعْلَمِ اللَّهُ الَّذِينَ جَاهَدُوا مِنْكُمْ وَيَعْلَمِ الصَّابِرِينَ

Artinya: “Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum nyata bagi Allah orang-orang yang berjihad di antaramu dan belum nyata orang-orang sabar.”

Dalam buku *Man Shabara Zhafira* juga mengajarkan tentang kesabaran dalam sebuah pekerjaan. seperti yang dikutip dalam buku ada seorang guru yang namanya Pak Maulan guru MI Islamiyah, yang ketika hujan turun, beliau tetap masuk mengajar, dan rumahnya jauh dari sekolah kurang lebih 5 km. jalannya masih tanah liat bergelombang, yang kalau musim hujan,tak bisa dilewati sehingga terpaksa muter lewat jalan yang lain

¹⁷ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 142.

yang jaraknya tiga kali lipat. tetapi bukan itu masalahnya. Yang bikin miris sebenarnya adalah gaji dari Guru di MI Islamiyah tersebut yang kecil.¹⁸

Dari kutipan tersebut mengajarkan bahwasannya mengajarkan kesabaran dalam dunia pekerjaan serta ikhlas walaupun hanya digaji kecil. karena Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wasallam menyebutkan bahwa manusia terbaik adalah manusia yang kadar manfaatnya amat tinggi terhadap sesama.

Tuhan Lebih Tahu Apa Yang Kau Butuhan: Terima apa pun pemberian Allah dengan penyikapan yang bijak. Ketika Allah menggunakan kemudahan, mari kita menyikapinya dengan syukur. Di saat Allah memberikan kesulitan kepada seorang hambanya, mari menyikapinya dengan sabar. Tidak ada satu pun pemberian Allah yang sia-sia, merupakan sebuah kutipan dari Ahmad Rifa’i Rif’an. Yang dijelaskan dengan kisah di masa Rasulullah, ada seorang sahabat yang sangat miskin, namanya Sya’laba. Setiap selesai sholat berjamaah di masjid, ia tidak pernah menyempatkan berdzikir sejenak bersama Rasulullah.

Suatu hari Rasulullah bertanya kepadanya, *“Wahai Sya’laba, mengapa setiap selesai jemaah bersamaku engkau langsung meninggalkan masjid tanpa menunggu berdzikir sejenak?”*. Mendengar pertanyaan Rasul, Sya’laba kemudian menjelaskan, *“Wahai Rasul, saya hanya memiliki satu pakaian saja untuk shalat. Ketika saya berjamaah di masjid, istri saya di rumah sedang menunggu giliran pakaian untuk melaksanakan shalat. Jadi saya tidak sempat untuk berdzikir karena*

¹⁸ Ahmad Rifa’i Rif’an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 173.

*harus segera pulang karena agar istri saya tidak ketinggalan waktu shalat wajib”.*¹⁹

Mendengar penjelasan itu Rasulullah lantas tersenyum. Sya’laba kemudian mengungkap suatu permintaan kepada Rasulullah,

“Ya Rasul, sebenarnya sudah lama saya ingin meminta sesuatu kepadamu. Tetapi saya malu untuk mengungkapkannya.”

“Permintaan apa wahai Sya’laba?”

*“Saya mohon engkau berkenan mendoakan agar Allah mengaruniakan kekayaan kepada saya, Agar saya bisa lebih khusyuk dalam beribadah.”*²⁰

Mendengarkan permintaan tersebut Rasulullah memberikan nasihat kepada Sya’laba bahwasannya belum tentu jika orang yang dijadikan kaya ia akan lebih khusyuk beribadah dan bisa jadi ia lupa dalam beribadah, tetapi Sya’laba berjanji kepada Allah untuk lebih khusyuk beribadah. Kemudian Rasulullah memberikan seekor kambing kepada Sya’laba. tetapi setelah kaya Sya’laba menjadi sering meninggalkan sholat dan tidak mau membayar Zakat.²¹

Maka konsep Sabar yang bisa diambil dari kutipan diatas yaitu Nikmatilah Perjalanan hidup,dimana suka maupun duka datang silih berganti. Nikmatilah dunia dimana kaya dan miskin saling bergiliran. Semoga dalam suka kita bersyukur dan dalam duka kita bersabar.

¹⁹ Ahmad Rifa’i Rif’an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 199.

²⁰ Ibid, 200.

²¹ Ibid, 200.

Karena Dunia adalah termasuk ujian bagi setiap manusia, terkadang ujian dapat berupa kemudahan bisa juga berupa kesulitan. Belum tentu ujian itu berupa kemudahan lebih mudah dihadapi manusia ketimbang ujian yang berupa kesulitan. Adakalanya jika diberikan ujian kemiskinan seseorang tersebut lebih mendekatkan diri kepada Allah, Ia rajin sholat berjamaah, dan ia tertib membaca Al-Quran, dan Ia tiap malam bermunajat tanpa lelah. dan tekun puasa sunnah. tetapi jika ia sudah dikaruniai oleh kekayaan ia justru meremehkan sholat berjamaah dan menjadi sombong serta meninggalkan kewajibannya kepada Allah. Maka sebagai umat manusia menerima apapun pemberian dari Allah dengan penyikapan yang bijak. Syukur ketika diberi nikmat oleh Allah dan menghadapinya dengan sabar jika diberikan musibah oleh Allah. karena tidak ada pemberian Allah yang sia-sia.

Ahmad Rifa'i Rif'an mengkisahkan Perjalanan Anak Pandai Besi. yang mengisahkan Mahmoud Ahmadinejad yang Ia lahir di Aradan, sebuah kawasan udik yang terletak sekitar 120 kilometer arah Asia Tenggara Teheran. Dia anak keempat dari tujuh bersaudara. Dia lahir dari keluarga yang kurang berkecukupan dan suatu hari keluarga Mahmoud mengambil keputusan untuk meninggalkan Aradan dan Hijrah ke Teheran demi kehidupan yang lebih baik. Di Teheran, ayahnya bekerja sebagai seorang pandai besi, sementara Mahmoud tetap melanjutkan pendidikannya. lalu Mahmoud berhasil masuk universitas saat kuliah ia aktif dalam organisasi kemahasiswaan, Dia tercatat sebagai pendiri Himpunan Mahasiswa Islam. kemudian tahun 1980 Irak menyerang Iran, Mahmoud pun terjun ke medan perang dalam Pasukan Khusus Pengawal Revolusi Islam. Kemudian pada 3 Mei 2003 Mahmoud terpilih menjadi wali

kota Taheran. Tahun 2005, Karier politiknya mencapai puncak setelah ia berhasil terpilih sebagai Presiden keenam Republik Islam Iran.²²

Dengan mempelajari perjalanan hidup Mahmoud Ahmadinejad, bahwa kemiskinan adalah bukan penghambat seseorang untuk mencapai sebuah kesuksesan. karena sebuah mimpi dan kerja keras merupakan sebuah pilar untuk menyangga sebuah menara kesuksesan. dengan menjalani hidup penuh pengorbanan dan selalu sabar dalam menghadapi sebuah tantangan dalam mencapai tujuan hidup yang diinginkan. karena setiap kelemahan dan kekurangan yang dimiliki oleh seseorang biarlah menjadi sisi manusiawi, agar tidak menjadi sombong, dan agar selalu ingat, bahwa dibalik semua apa yang seseorang miliki, ada kelemahan manusiawi pada dirinya yang menjadi penyeimbang.

Ahmad Rifa'i Rif'an mengatakan bahwa "*Musibah adalah cara Tuhan menyaring manusia dari loyangnya hingga yang lolos hanyalah emas-emas yang punya nilai tinggi dihadapan Rabb-Nya.*"²³

Sabar merupakan salah satu rumus kesuksesan orang-orang besar. Masalah dalam hidup memang kadang kala terasa berat untuk kita pikul.

"Ujian yang kita hadapi memang kadang membuat kita menjadi lemah, Tapi apakah kita akan berlarut-larut hidup dalam masalah tanpa adanya energi untuk menjalani hidup dengan normal dan kembali semangat? apakah kita akan membiarkan sisa hidup kita hanya terisi oleh kemurungan karena musibah demi musibah yang menimpa?"

²² Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 231-232.

²³ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 239.

*apakah kita menjalani sisa hidup kita hanya untuk menangis dan menangis? ”.*²⁴

Rugi jika seseorang tidak bisa menormalkan kondisinya dari keterpurukan. Tuhan sudah menjanjikan, tidak ada satu pun orang yang dibiarkan menjalani hidup tanpa ada ujian sama sekali. ujian adalah sarana Allah untuk membangkitkan kualitas manusia. Maka dalam mencapai sebuah kesuksesan rumusnya adalah hanya kesabaran. Jika seseorang tersebut tidak sabar dalam menikmati sebuah proses menuju kesuksesan maka tidak akan mencapai kesuksesan dalam hidupnya karena semua jalan menuju kesuksesan itu tidak ada yang mulus pasti ada sebuah hambatan dan rintangannya. Karena setiap kehidupan manusia, masalah demi masalah adalah cara Tuhan untuk menempa hamba-hamba Nya untuk menjadi manusia tangguh. Maka musibah adalah cara Tuhan menyaring manusia dari loyangnya, hingga yang lolos hanyalah emas-emas yang punya nilai tinggi di hadapan Rabb-Nya.

Dalam buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an menjelaskan bahwa hidup adalah sebuah perjalanan panjang untuk menggapai kebahagiaan. Sementara kebahagiaan adalah sebuah rasa yang bukan diproduksi oleh pikiran, melainkan oleh hati. Banyak orang yang menghubungkan kebahagiaan dengan perolehan materi atau fasilitas dalam kehidupannya. mereka mensyaratkan hadirnya kesuksesan setelah menjadi direktur, dan sebagainya. Padahal pencapaian materi tidak bisa menentukan tingkat kebahagiaan seseorang.

²⁴ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021),, 241.

*“Misalnya ketika anda meraih gelar kesarjanaan, apakah lantas anda bahagia? belum tentu. Banyak sarjana yang lebih sedih daripada mahasiswa, karena terpikir olehnya betapa sulitnya mencari pekerjaan. Apakah dengan duit banyak lantas anda pasti bahagia? Belum tentu, ada begitu banyak miliader yang justru mengakhiri hidupnya dengan cara-cara konyol. Apakah dengan popularitas anda pasti bahagia? belum tentu. Anda tahu Mr. Bean kan? Kurang terkenal gimana lagi dia. Tetapi penghasilannya justru habis untuk membiayai pengobatannya di rumah sakit jiwa. Maka kebahagiaan tidak bisa diukur dari fasilitas materi yang kita miliki”.*²⁵

Salah satu penyebab kebanyakan orang tidak bahagia adalah karena kebiasaannya yang selalu menuntut lebih terhadap sesuatu yang tidak ada. Salah satu langkah untuk bahagia sebenarnya adalah rasa syukur yang selalu menyertai jiwa kita. Syukuri setiap hal yang terjadi dalam kehidupan anda saat ini. Nyatakan hormat dan terima kasih Anda pada Tuhan atas setiap apa yang Anda miliki saat ini, barang-barang milik Anda, rumah sederhana Anda, dan semua (seberapa pun) uang yang Anda miliki saat ini. Nyatakan rasa syukur Anda dengan segenap hati.²⁶

Maka dalam menuju sebuah kesuksesan jangan terbiasa menuntut lebih terhadap sesuatu yang ada, karena tingkat kebahagiaan seseorang itu tidak dilihat dari gelar, banyak uang, rumah mewah, maupun mobil mewah tetapi jika seseorang tersebut bisa bersyukur dengan apa yang dimiliki sekarang, walaupun banyak maupun sedikit yang dimiliki saat ini harus di syukuri, karena setiap kesuksesan seseorang itu tidak bisa diukur dari harta benda maupun gelar yang

²⁵ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 147.

²⁶ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 147-149.

dimiliki tetapi kebahagiaan yang diperoleh saat bisa berada di titik puncak dan bersyukur atas pencapaian yang diperoleh. Karena jika seseorang sudah merasa hidupnya bahagia dan bersyukur atas apa yang diperoleh serta tidak membandingkan pencapaian hidupnya dengan orang lain itu sudah dapat dikatakan sukses. Karena kebanyakan orang mensyaratkan hadirnya kebahagiaan setelah meraih pencapaian materi. Padahal pencapaian materi tidak bisa menentukan tingkat kebahagiaan seseorang.

Konsep sabar menurut Ahmad Rifa'i Rif'an dalam buku *Man Shabara Zhafira* ialah terdapat dua konsep sabar yaitu sabar dalam menyikapi sebuah kegagalan dan sabar dalam meraih kesuksesan. Karena dalam meraih sebuah kesuksesan itu pasti ada yang namanya gagal terlebih dahulu baru menemukan sebuah kesuksesan maka harus menyikapi kegagalan tersebut dengan ikhlas dan tetap semangat dan tidak menyerah. Serta menikmati sebuah proses kesuksesan dengan sabar karena dalam kesuksesan jika kita sabar maka juga akan berhasil. Karena rumus hidup manusia dalam menyikapi kegagalan dan meraih kesuksesan yaitu *Man Shabara Zhafira*, siapa yang bersabar maka dia akan beruntung.

BAB IV

**RELEVANSI KONSEP SABAR DALAM BUKU *MAN SHABARA*
ZHAFIRA SUCCES IN LIFE WITH PERSISTENCE KARYA AHMAD
RIFA'I RIF'AN DENGAN PEMBENTUKAN SIKAP SABAR DI
KALANGAN GENERASI Z**

Relevansi secara harfiah dapat diartikan dengan makna bersangkutan paut, berhubungan, dan selaras. Menurut kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI) relevansi artinya hubungan, kaitan.¹ Dengan demikian dapat dipahami bahwasannya relevansi merupakan hubungan, keterkaitan, dengan pembentukan sikap seseorang.

Pada bab ini peneliti akan merelevansikan konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes In Life With Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dengan pembentukan sikap sabar di kalangan generasi z.

Sikap adalah sesuatu yang dapat dipelajari tetapi tidak bawaan dari lahir, yang dapat menunjukkan bahwa sikap dapat berubah yaitu disebabkan akibat interaksi antara manusia dan lingkungan sosialnya. Individu mungkin mengalami kejadian hubungan saling mempengaruhi antara individu satu dengan yang lainnya selama interaksi sosial. Selain itu, interaksi interpersonal juga dapat menimbulkan keriuhan timbal balik yang dapat mempengaruhi tingkat kinerja setiap orang. Hal ini menunjukkan kepada kita bahwa interaksi sosial lebih dari sekedar interaksi sosial dan persahabatan dalam kelompok sosial. Faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan sikap antara lain kepentingan pribadi, perlakuan terhadap orang lain

¹ Paus Apartando, Kamus Populer, (Surabaya: PT, Arkola, 1994). 666.

yang penting, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan, lembaga keagamaan, dan faktor emosional.²

Generasi Z merupakan generasi yang sudah terbiasa menggunakan teknologi sebagai alat untuk berkomunikasi serta bersosialisasi dengan orang lain. Mereka sudah terbiasa menggunakan aplikasi media sosial, seperti instagram, facebook, snapchat, untuk berinteraksi dengan teman dan keluarga. Generasi Z mengakui bahwasannya mereka menghabiskan waktu lebih banyak untuk berkomunikasi dengan teman-teman secara online dibandingkan dengan bertemu langsung. Generasi Z ini juga memiliki emosi-emosi dalam diri yang cepat depresi (sedih dan putus asa), kemudian melawan dan memberontak, luapan emosinya adalah sangat agresif.³ Selain itu Generasi Z dalam menghadapi sebuah permasalahan itu kurang sabar dan masih tergesa-gesa, dan terburu-buru agar cepat selesai serta keinginannya bisa tercapai dan kebanyakan tidak memikirkan sebab akibatnya dari ketidaksabaran tersebut. Dalam permasalahan seperti ini peran orangtua di rumah serta guru di sekolah berperan sangat penting dalam pembentukan sikap sabar bagi Generasi Z. Pembentukan sikap sabar bagi Generasi Z sangat penting ditanamkan mulai sejak usia dini karena agar mereka terbiasa sehingga menjadi terbentuk sikap sabar yang tertanam di dalam hidup Generasi Z. Jika dikaitkan dengan buku *man shabara zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an cara menanamkan sikap sabar dikalangan Generasi Z dimulai dari:

² Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta:PT. Bumi Aksara(2021), 41-42.

³ Kornelius & Rut Sabat, *The Way Of Timothy Guide Ministry Of Milenial Generation* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2023), 13.

1. Rencana terprogram

Usaha agar dapat menumbuhkan sikap sabar bagi Generasi Z yang perlu dilaksanakan yaitu dengan adanya kegiatan yang terprogram. Jika sebuah rencana tersebut menjadi metode sebuah metode pembiasaan dalam menumbuhkan sikap sabar. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Thomas Carlyle dalam buku *man shabara zhafira karya Ahmad Rifa'i Rif'an* bahwasannya, jika impian merupakan harapan yang masih tinggi mengawang, cita-cita merupakan target hidup yang benar-benar terperinci tahap penggapaiannya. Agar impian tidak menjadi angan kosong semata, paling tidak ada empat hal yang harus dipenuhi dalam menghasilkan sebuah target hidup yang benar-benar berpengaruh dan menggerakkan kita yaitu, sebuah target yang spesifik adalah target yang tidak membutuhkan penjelasan panjang lagi untuk memahaminya, terukur yakni kita harus memiliki parameter yang jelas kapan target yang telah kita tulis itu tercapai, jangka waktunya yang jelas karena jangan sampai menyusun target tanpa disertai dengan waktu yang jelas, memberikan kontribusi karena target yang kita susun harus memiliki kontribusi yang besar bagi banyak orang.⁴ Jika dikaitkan dengan pembentukan sikap sabar bagi Generasi Z yaitu guru dan orangtua sangat berperan penting dalam hal ini, agar bisa menanamkan sikap sabar didalam diri Generasi Z dapat ditanamkan dari sejak anak usia dini karena di usia dini itulah yang mana usia yang masih mudah dalam membiasakan anak dalam membentuk sikap khususnya sikap sabar dengan kegiatan terprogram misalnya dengan pemberian materi yang sesuai dengan

⁴ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 48-50.

rincian dengan kegiatan harian dalam menanamkan perilaku sabar. Misalnya dengan memberikan contoh orang yang sabar, perilaku sabar dan keharusan bagi Generasi Z memiliki sikap sabar. Tahap perubahan perilaku khususnya pembentukan sikap sabar dilaksanakan dengan memberikan sebuah stimulus dan rangsangan terhadap anak guna menerapkan sikap sabar. pada sebuah proses pembentukan sikap sabar ini direncanakan oleh guru di sekolah agar Generasi Z dapat memiliki sikap sabar didalam dirinya serta dapat mengaplikasikan sikap sabar dikehidupan sehari-hari.⁵

2. Memotivasi diri

Memotivasi diri merupakan sebuah kemampuan untuk mendorong diri dalam rangka mencapai sebuah tujuan dalam menyelesaikan sebuah tugas maupun ingin merubah hidupnya. jika seseorang menginginkan sesuatu namun tidak pernah termotivasi dan mau bekerja keras serta membayar harga untuk mewujudkan atau mendapatkannya, itu hanyalah angan-angan yang tak terdampak sedikit pun bagi perbaikan hidup seseorang. Sebagaimana kisah dari Abraham Lincoln, mantan presiden Amerika Serikat. dalam buku *Man Shabara Zhafira* Perjuangannya untuk menjadi presiden Amerika Serikat tidaklah semulus dengan yang kita bayangkan. sebelum terpilih menjadi presiden, rentetan kegagalan telah dilaluinya.

- 1831 : Mengalami kebangkrutan dalam usahanya

⁵ Silvi Lusi,dkk, “Metode Pembiasaan Dalam Menumbuhkan Perilaku Sabar dalam Menumbuhkan Perilaku Sabar Pada Anak di Raudhatul Athfal Buntul Temil”, *Jurnal Islamic Education and Social Humanities*, Vol. 1, No.2, 2021.37.

- 1832 : Menderita kekalahan dalam pemilihan tingkat lokal
- 1833 : Kembali menderita kebangkrutan
- 1835 : Istrinya meninggal dunia
- 1837 : Menderita kekalahan dalam suatu konteks pidato
- 1840 : Gagal dalam pemilihan senat Amerika Serikat
- 1842 : Gagal dalam pemilihan kongres Amerika Serikat
- 1848 : Ia kalah lagi dalam kongres Amerika Serikat
- 1855 : Ia gagal lagi di senat Amerika Serikat
- 1856 : Ia kalah dalam pemilihan wakil presiden
- 1858 : Ia kalah lagi di senat Amerika Serikat
- 1860 : Baru akhirnya menjadi presiden Amerika Serikat

Dari berkali-kali mengalami kegagalan tetapi Lincoln maju terus, kata putus asa sama sekali tidak ada di otaknya. Hasilnya, ia pun mencapai sebuah kesuksesan yang luar biasa. karena setiap kegagalan bukanlah akhir dari segalanya. kegagalan justru menjadi tanjakan yang sangat berharga untuk meleset menuju gerbang kesuksesan. karena sebuah kegagalan merupakan keberhasilan yang tertunda. Jangan terlalu fokus menghitung berapa kali kita gagal, tapi hitunglah seberapa kuat kita untuk bangkit lagi setelah terjatuh.⁶ Jika dikaitkan dengan pembentukan sikap sabar bagi Generasi Z yaitu dalam menempuh dunia pendidikan pastinya semua orang menginginkan yang namanya kelulusan dan mendapatkan prestasi yang diinginkan. Dalam mencapai puncak kesuksesan atau puncak kelulusan

⁶ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 227-228.

pasti ada sebuah kegagalan dan permasalahan yang dialami oleh seseorang, seperti tugas-tugas yang perlu diselesaikan, ujian yang harus ditempuh kadang mengalami yang namanya mendapatkan nilai ujian yang rendah tetapi dengan mendapat hasil nilai yang rendah tersebut harus tetap bersemangat dengan meningkatkan belajar agar bisa mendapatkan nilai yang diinginkan, atau bahkan mungkin saat ujian tidak lulus dan tertinggal oleh teman lainnya, dan sudah ujian berulang kali tetapi masih tetap belum lulus dengan adanya sebuah permasalahan tersebut jangan sampai muncul keinginan untuk menyerah dan putus asa karena apa yang dihadapi dan alami sekarang ini pastinya masih ada orang yang lebih berat dari masalah yang dihadapi sekarang, yang tidak bisa melanjutkan pendidikannya karena suatu alasan tertentu, maka sebagai orang yang beruntung yang bisa menempuh pendidikan hingga kuliah kita harus tetap bersemangat dalam mewujudkan sebuah kesuksesan yang kita inginkan dan kita harus belajar dari para tokoh terkenal yang sudah berulang kali mengalami kegagalan tetapi tidak putus asa. Kaitannya dalam pembentukan sikap sabar Generasi Z yaitu kita harus belajar dari mereka yang selalu sabar, karena kita selalu punya kecenderungan untuk mencontek kehidupan orang lain, termasuk soal perilaku dalam mencapai kesuksesan hidupnya, dan carilah seseorang tokoh yang hidupnya dapat menjadi panutan dalam hal bersabar.

3. Berdoa atau berserah diri kepada Allah SWT

Dalam buku *Man Shabara Zhafira*, Ahmad Rifa'i Rif'an menjelaskan bahwasannya "Banyak manusia yang hanya mengandalkan usahanya semata serta mengabaikan peran Zat Agung yang punya

kekuasaan mutlak terhadap nasib dan takdirnya. Tahulah kita bahwa Zat Agung itu adalah Allah.” Sebagai muslim, mari mengingat, bahwa peran Tuhan sangatlah penting dalam kehidupan manusia. Tuhan punya hak penuh terhadap sukses tidaknya kita. Ketika Tuhan memerintahkan kita beragam ritual peribadatan, sungguh itulah salah satu jalan yang disediakan oleh Tuhan sebagai pemercepat jalan kita menuju keberhasilan dalam hidup. Ketika Tuhan menyuruh kita menghadapnya dengan shalat 5 waktu, berarti shalat itu memiliki potensi luar biasa untuk menyukkseskan kita. Ketika Allah menyuruh kita berzakat, berarti zakat itu adalah jalan cepat meraih keberhasilan, begitu seterusnya.⁷ Jika dikaitkan dengan pembentukan sikap sabar Generasi Z yaitu jika dalam dalam menuju puncak kesuksesan yang kita inginkan kita sudah berusaha semaksimal mungkin hingga bekerja keras, tetapi hasil yang diperoleh itu masih belum sesuai apa yang diharapkan, maka harus introspeksi diri bahwasannya diri kita itu sudah mentaati perintah agama atau belum. Karena akibatnya jika menjadi manusia hanya fokus bekerja sekuat tenaga untuk mencapai apa yang kita inginkan tanpa mau menggunakan jalan spiritual yang diajarkan oleh agama. Dan terkadang orang menganggap bahwasannya kewajiban agama hanya akan menyita waktunya. Shalat, puasa, zikir, baca Al-Quran dianggap sebagai pekerjaan yang tidak produktif. Baginya, amalan-amalan itu tidak punya pengaruh sedikit pun terhadap penentuan hasil kerja dan usahanya. Jika kita berusaha sekuat apapun dan tidak diimbangi dengan beribadah, berdoa, berserah diri kepada Allah maka hasilnya pun tidak akan sesuai

⁷ Ahmad Rifa’i Rif’an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 198.

dengan apa yang kita inginkan, karena semuanya itu mustahil Baginya, jika kita sudah berusaha tetapi Allah tidak memberikan berkehendak maka itu sama saja. Maka jika ada orang yang usahanya sekuat tenaga tetapi tidak diimbangi dengan mendekatkan diri kepada Allah dibandingkan dengan orang yang usahanya standart tetapi ia ibadahnya sangat tekun maka Allah akan mengkabulkan permintaan orang yang mempunyai figur religius yang dahsyat tersebut. Karena Faktanya agama adalah salah satu sarana ampuh untuk membuat kita menjadi manusia sabar lagi. Jika selama ini kita merasa jauh dari Tuhan, maka cobalah untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap sang pencipta. Dengan lebih mendekat kepada Allah, kamu akan merasa lebih tenang dalam bertindak, sikap ketidak sabaran kita akan berkurang dengan sendirinya.

4. Jadilah orang yang Proaktif bukan Reaktif,

Reaktif adalah merespon segala sesuatu dengan cepat, misalnya begitu kamu mendengar kata-kata yang menyakiti hati atau tindakan yang kurang menyenangkan, di detik itu juga kamu akan segera merespon. Dan jika proaktif adalah kebalikannya, yang artinya dapat menunda merespon, seperti indra kamu akan memberi jeda untuk merespon dengan cara berpikir sejenak dan mencari tahu penyebabnya. Seperti kisah Thommas Jefferson yang diceritakan dalam buku *Man Shabara Zhafira* karya Ahmad Rifa'i Rif'an, Timothy Dwight, salah seorang mantan rektor di Yale University, melontarkan cela dan kritik habis-habisan kepada Thommas Jefferson calon presiden Amerika Serikat yang sedang melakukan kampanye. Timothy Dwight mengatakan kepada masyarakat, "Jika orang itu terpilih sebagai

presiden Amerika Serikat, kita akan melihat istri dan anak-anak gadis kita jadi korban pelacuran legal, dinodai, dan dipermalukan secara halus. Dijadikan sampah masyarakat, jauh dari kebajikan, menjijikan, dan jadi aib di mata manusia dan Tuhan.” Padahal justru sejarah mencatat Thomas Jefferson sebagai salah seorang pahlawan yang merumuskan Declaration of Independent, serta dikenal sebagai pahlawan yang melindungi HAM dan demokrasi. Rata-rata orang besar dalam sejarah memiliki cara yang jitu untuk menyikapi kritik-kritik pedas yang disampaikan oleh orang lain terhadap dirinya. mereka seolah punya imunitas yang cukup tinggi ketika kerjanya, prestasinya, langkah-langkahnya, dikritik oleh orang lain.⁸ Dikaitkan dengan pembentukan sikap sabar bagi Generasi Z yaitu, jika kita berada di dunia pendidikan maupun di dunia pekerjaan pasti ada orang yang tidak suka dengan kita, bahkan jika diibaratkan yang suka dengan tidak itu banyak yang tidak suka, misalnya jika dikritik oleh teman mengenai tugas maupun pekerjaan kita yang kurang baik ataupun yang kurang jelas dan bahkan orang lain menganggapnya diri kita adalah tempatnya salah, maka hadapi ocehan orang tersebut seperti anjing yang menggonggong yang nantinya kalau sudah capek pasti orang tersebut akan diam dengan sendirinya, dan hadapi kritikan orang lain tersebut dengan tertawa maupun tersenyum agar orang tersebut kebingungan dengan sendirinya, karena kita salah sedikit saja kita dikritiknya habis-habisan. padahal kalau kita bisa mikir hidup ini adalah hidup saya, yang ngerjain saya, kenapa orang lain mengkritik, maka kita hadapi dengan tersenyum dan sambil introspeksi diri.

⁸ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 127-128.

Selain itu buktikan kepada orang yang mengkritik kita dengan cara lakukan hal yang terbaik dan jadikan kritikan tersebut sebagai cambuk yang membuat kita bangkit dari zona nyaman. karena kita tidak akan pernah bisa memuaskan semua manusia, akan selalu ada yang muji dan nyaci, tetapi ambil sisi positif dari kritikan tersebut jangan sampai bikin kita loyo menggapai impian. Orang kerdil senang sekali jika bisa menemukan kesalahan orang besar. jika dikaitkan dengan pembentukan sikap sabar Generasi Z yaitu kita belajar menanggapi sebuah kritikan seseorang dengan tersenyum dan tidak membawa emosi kita sesaat maka akan ketidak sabaran kita sedikit demi sedikit akan hilang dan akan tertanam sikap sabar dalam diri kita.

5. Bijaksana dalam megambil keputusan

Bijaksana dalam mengambil keputusan merupakan ketika kita mengambil sebuah keputusan harus dipikirkan terlebih dahulu sebab dan akibatnya dari sebuah keputusan tersebut. Seperti yang diceritakan oleh Ahmad Rifa'i Rif'an dalam bukunya Man Shabara Zhafira yakni dalam *Unlimited Power* dan *Awaken the Giant Within*, Anthony Robbins menuturkan bahwa kehidupan orang-orang besar telah menunjukkan kepada kita bahwa kualitas hidup kita tidak ditentukan oleh apa yang terjadi pada diri kita, tetapi lebih ditentukan oleh makna yang kita berikan dan tindakan yang kemudian kita ambil sesuai dengan makna hasil tafsiran tersebut. Rumusan Anthony Robbins itu bukanlah suatu hal baru. Sebelumnya, penganut *positive thinking* dan *promoter positive mental attitude*, seperti Napoleon Hill dan Norman Vincent Peale telah menuturkan

hal selaras. Hill dan Peale sejak semula sudah menekankan pentingnya memberikan makna positif terhadap segala peristiwa dan pengalaman hidup yang kita jalani. Jika kita selalu bersikap positif, kehidupan ini menjadi nikmat dijalani sekalipun banyak peristiwa memilukan menimpa diri kita. Yang datang suka atau duka, hiburan atau musibah, jika kita dapat meneguk makna positif yang terkandung dalam peristiwa itu, semua akan menjadi jalan menuju hidup yang penuh kebijaksanaan. Karena setiap masalah bisa jadi jadi adalah ujian dari Allah atas ketaatan yang kita lakukan. Dengan masalah, Allah ingin menguji seberapa kadar ketakwaan dan kepatuhan kita terhadap-Nya. Jika dalam keadaan normal kita bersedia patuh, taat ibadah, tekun mengerjakan yang sunah, sanggup menjauhi yang haram, Tuhan ingin tahu, kalau diberi masalah, apakah kita tetap bersikap seperti itu.⁹ Jika dikaitkan dengan pembentukan sikap sabar bagi Generasi Z sekarang ini sering menjumpai berita yakni banyak mahasiswa yang bunuh diri dikarenakan masalah keluarga, stress, maupun putus dengan pacarnya hal tersebut merupakan contoh seorang mahasiswa yang menanggapi sebuah permasalahan yang tidak memikirkan sebab dan akibatnya. Kemudian ketika kita diberi ekonomi yang cukup kita begitu rajin datang sholat jamaah, puasa senin dan kamis nggak pernah bolong, dan sedekahnya tidak pernah ketinggalan. Tetapi ketika kita mendapatkan ekonomi yang sulit, apakah kita masih bisa konsisten seperti sebelumnya?. karena sebuah konsisten itu sangat susah. Mungkin Allah memberikan sebuah masalah itu bisa bermakna teguran dari Allah. karena yang sebelumnya ibadahnya rajin

⁹ Ahmad Rifa'i Rif'an, *Man Shabara Zhafira Succes in life With Persistence* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 243-244.

tetapi beberapa waktu terakhir sering meninggalkan sholat. Maka apapun yang kita peroleh dari upaya meraih mimpi, mau itu kegagalan maupun keberhasilan kita harus bisa menyikapinya dengan cara yang bijaksana, karena setiap apapun itu pasti akan ada hikmahnya. Jika kita belajar menanggapi segala sesuatu dengan bijaksana dan pasti setelah itu ada hikmah dibalik peristiwa tersebut maka sikap sabar dalam diri Generasi Z akan mulai tertanam dan sikap ketidaksabaran akan semakin memudar.

Tabel 4.1.Relevansi Konsep Sabar dalam Buku Man Shabara Zhafira Succes In Life With Persistence Karya Ahmad Rifa'i Rif'an dengan Pembentukan Sikap Sabar Generasi Z

No	RELEVANSI	
	Konsep Sabar	Generasi Z
1	Impian dan cita-cita merupakan sebuah target hidup dan harus tercapai, dan dalam proses menuju cita cita harus dibarengi dengan kesabaran	Dengan rencana terprogram yaitu guru dan orang tua sangat berperan penting dalam hal ini. kegiatan terprogram ini seperti pemberian materi yang sesuai dengan rincian kegiatan sehari-hari dalam menanamkan perilaku sabar agar dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.
2	Melihat perjuangan Lincoln menjadi presiden Amerika serikat yang berulang kali mengalami kegagalan, tetapi kegagalan	Jika dikaitkan dengan Generasi Z yaitu dengan motivasi diri yakni dengan cara belajar dari para tokoh yang selalu sabar dalam mencapai

No	RELEVANSI	
	Konsep Sabar	Generasi Z
	merupakan akhir dari segalanya. Dan tidak pernah putus asa dan selalu sabar menjalani sebuah proses.	puncak kesuksesan, karena Generasi Z mempunyai kecenderungan mencontek kehidupan orang lain dalam mencapai kesuksesan, dan mencari tokoh yang hidupnya dapat menjadi panutan dalam hal bersabar.
3	Dalam setiap langkah menuju sebuah kesuksesan tidak hanya mengandalkan usahanya saja melainkan juga berdoa dan berserah diri kepada Allah SWT. Karena sukses ataupun tidaknya seseorang itu atas kehendak Allah	Dalam menuju puncak kesuksesan, jika sudah berusaha semaksimal mungkin tetapi hasil yang diperoleh belum sesuai dengan keinginan, maka harus intropeksi diri bahwasanya sudah menaati perintah agama tau belum. karena kebanyakan generasi Z menganggap bahwasannya menunaikan kewajiban agama hanya akan menyita waktunya. Padahal faktanya agama adalah salah satu sarana ampuh untuk membuat menjadi manusia menjadi sabar.
4	Menjadi orang yang Proaktif bukan reaktif, karena rata-rata orang besar dalam bersejarah	Di keadaan Generasi Z jika dikritik oleh seseorang yang sering muncul yaitu emosi dan akan membuat

No	RELEVANSI	
	Konsep Sabar	Generasi Z
	memiliki cara yang jitu untuk menyikapi kritik-kritik pedas yang disampaikan orang lain terhadap dirinya.	pembuktian kepada orang bahwa kritikan tersebut tidak benar dan jika dikaitkan dengan pembentukan sikap sabar Generasi Z yaitu harus belajar menanggapi sebuah kritikan seseorang dengan tersenyum dan tidak membawa emosi kita sesaat maka akan ketidak sabaran kita sedikit demi sedikit akan hilang dan akan tertanam sikap sabar dalam diri kita.
5	Bijaksana dalam mengambil keputusan yakni Yang datang suka atau duka, hiburan atau musibah, jika kita dapat meneguk makna positif yang terkandung dalam peristiwa itu, semua akan menjadi jalan menuju hidup yang penuh kebijaksanaan	Generasi Z kurang bijaksana dalam mengambil sebuah keputusan dalam hidupnya dan sering mengambil sebuah keputusan dengan tergesa-gesa tanpa memikirkan sebab akibatnya. jika dikaitkan dengan pembentuka sikap sabar Generasi Z Maka apapun yang kita peroleh dari upaya meraih mimpi, mau itu kegagalan maupun keberhasilan kita harus bisa menyikapinya dengan cara

No	RELEVANSI	
	Konsep Sabar	Generasi Z
		yang bijaksana, karena setiap apapun itu pasti akan ada hikmahnya. Jika kita belajar menanggapi segala sesuatu dengan bijaksana dan pasti setelah itu ada hikmah dibalik peristiwa tersebut maka sikap sabar dalam diri Generasi Z akan mulai tertanam dan sikap ketidaksabaran akan semakin memudar.

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Dari hasil data yang diperoleh, peneliti dapat disimpulkan bahwa konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar generasi z adalah sebagai berikut:

1. Konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an yaitu terdapat beberapa konsep sabar yaitu sabar dalam menyikapi sebuah kegagalan dan sabar dalam meraih kesuksesan. Dalam mencapai sebuah kesuksesan yang diinginkan oleh seseorang dalam menempuh prosesnya agar mencapai titik puncak tujuan harus dilalui dan menyikapi sebuah permasalahan dengan sabar, karena kesabaran merupakan kunci kesuksesan dalam hidup seseorang.
2. Relevansi konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dengan pembentukan sikap sabar dikalangan generasi z yaitu pada dengan cara : membuat rencana terprogram seperti metode pembiasaan dalam menumbuhkan sikap sabar pada anak usia dini, memotivasi diri dengan mencari tokoh yang diidolakan agar dapat mencontek perjuangan tokoh tersebut dalam mencapai kesuksesan dengan sabar, berdoa dan berserah diri kepada Allah karena dengan lebih mendekat kepada Allah seseorang akan merasa lebih tenang dalam bertindak dan sikap ketidak sabaran tersebut akan berkurang dengan sendirinya, jadilah orang yang Proaktif bukan Reaktif, bijaksana dalam

mengambil keputusan karena ketika mengambil sebuah keputusan harus dipikirkan terlebih dahulu sebab dan akibatnya dari sebuah keputusan tersebut.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari data penelitian yang telah peneliti laksanakan terhadap konsep sabar dalam buku *Man Shabara Zhafira Succes in Life With Persistence* karya Ahmad Rifa'i Rif'an dan relevansinya dengan pembentukan sikap sabar generasi z, penulis akan memberikan sebuah saran, yaitu:

1. Pendidik

Bagi pendidik diharapkan berbagai media untuk diterapkan dalam pembelajaran. seperti buku cerita untuk memotivasi peserta didik dalam membentuk sikap sabar.

2. Pembaca

Dari kajian yang telah ditulis oleh peneliti semoga bisa diambil hikmahnya dari pembelajaran yang ada untuk diamalkan dalam kehidupannya sehari-hari dan dapat menjadi sumber belajar baru dalam membentuk sikap sabar dalam diri agar menjadi pribadi yang ikhlas dan sabar.

3. Penelitian selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dan referensi untuk penelitian, dan sebagai bahan pertimbangan untuk lebih memperdalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Ubaid, Ulya. *Sabar & Syukur Gerbang Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat*. (Jakarta:AMZAH JI,(2012).
- Amrullah, Pembentukan Karakter Sebab dan Jujur Anak Usia Dini Perspektif Al-Quran melalui Sirah Nabawiyah, Skripsi Institut PTIQ, Jakarta, 2019.
- Cawidu, Harifudin. *Konsep Kufr Dalam al-Qur'an, Suatu Kajian Teologis Dengan Pendekatan Tematik* . (Jakarta: Bulan Bintang, 1991).
- Dahniar, Ati. Memahami Pembentukan Sikap (Attitude) Dalam Pendidikan Dan Pelatihan, Jurnal Diklat Keagamaan, Vol. XIII, No.2,(2019).
- Daulay, Maslina. Urgensi Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Mental Yang Sehat, Jurnal Hikmah, Vol.12, No.1, (2018).
- Effendy, Yudy. *SABAR & SYUKUR Rahasia Meraih Hidup Supersukses* (Jakarta Selatan: Qultum Media,2012).
- Evanirosa, et.al, *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research*. (Jawa Barat: CV. Media Sains Indonesia, 2022).
- Farid, Ahmad., Tazkiyatun Nafs, *Penyucian Jiwa Dalam Islam*. (Jakarta: Ummul Qura,(2017).
- Halimatussa'diyah, *Mempertajam Mata Batin Dengan Amalan Puasa Ya Man Huwa* (Surabaya: CV. Jakad Media Publishing,(2014).
- Hamzah, Amir. *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research*. (Malang: Literasi Nusantara,2020).
- Hanis Syam, Yunus. *SABAR dan SYUKUR Bikin Hidup Lebih Bahagia*. (Yogyakarta: MedPress Digital (2012).
- Idam Ragil Widiyanto Atmojo, dkk. Assesment Kognitif Pada Kelas Digital Dalam Pembelajaran Abad 21. (Surakarta: CV. Pajang Putra Wijaya, 2013).
- Jasad, Usman. Dakwah Melalui Media Cetak, Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial, Vol.2, No.2, (2019).
- Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya: Juz 1-30* (Jakarta: PT. Kumudasmoro Grafindo Semarang, 1994).
- Kornelius & Rut Sabat, *The Way Of Timothy Guide Ministry Of Milenial Generation* (Yogyakarta: CV. Andi Offset (2023).
- Milya Sari, et.al, Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA, Jurnal IPA dan Pendidikan IPA, Vol. 6, No. 1, (2020).

- Mita Nurjanah, Nilai Pendidikan Karakter Dalam Buku Man Shabara Zhafira Karya Ahmad Rifa'i Rif'an, Skripsi Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq, Jember, 2022.
- Muaziroh, Ulfa dan Zukhrifa. 'Amilatun Sholihah, Aktualisasi Konsep Sabar Dalam Perspektif Al-Quran, Jurnal At-Tibyan, Vol.3, No. 2,(2018).
- Muhammad Misbakul Munir, Islamic Finance For Gen Z, (CV. Green Publisher Indonesia(2023)
- Mujtahid, Umar. *Dahsyatnya Energi Sabar*. (Solo: Multazam,2013),19.
- Munir, Moh, *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Kuantitatif, Kualitatif, Kajian Pustaka, Penelitian Tindakan Kelas, Dan Penelitian Pengembangan* (Ponorogo: Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan IAIN Ponorogo, 2023), 138.
- Nuryantika dkk, *Strategi penerapan Akhlak Islami "Sadar Sampah" Di Sekolah Islam Terpadu*. (Jawa Barat: CV. Adanu Abimata(2020).
- Nuryusmansyah, Roni. *Jika Ustadz Jadi Wasit, Kumpulan Artikel Islami & Inspiratif*. (Jakarta:PT Elex Media Komputindo, (2014).
- Pusat Pembinaan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakrta: Balai Pustaka, 1994).
- Qayyim Al-Jauziyyah, Ibnul . *Uddat ash-Shabirin: Bekal untuk orang-orang yang sabar*, (Jakarta: Qisthi Press,2010).
- Rahman Rahim, Abd. *Cara Praktis Penulisan Karya Ilmiah*. (Yogyakarta: Zahir Publishing, 2020).
- Rahmawati, Intan. *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta:PT. Bumi Aksara(2021).
- Ramdan, Muhammad. *Metode Penelitian* . (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021).
- Rifa'i Rif'an, Ahmad. *Man Shabara Zhafira Success In Life Persistence*. (Jakarta: PT. Elek Media Komputindo Kompas-Gramedia, 2021).
- Shihab, M. Quraish. *Secercah Cahaya Ilahi Hidup Bersama Al-quran*, (Bandung:Mizan Pustaka,2007).
- Siti A'malina, Analisis Wacana Kesabaran dalam Buku Man Shabara Zhafira karya Ahmad Rifa'i Rif'an, Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2018.
- Subandi, Sabar: Sebuah Konsep Psikologi, Jurnal Psikologi, Vol.38, No. 2, (2011).
- Sukino, Konsep Sabar Dalam Al-Quran dan Kontekstualisasinya Dalam Tujuan Hidup Manusia Melalui Pendidikan. Jurnal RUHAMA, Vol. 1, No.1,(2018).

- Sumarno, Analisis Isi dalam Penelitian Pembelajaran Bahasa dan Sastra, Jurnal Elsa, Vol. 18, No. 2, (2020).
- Syarbini, Amirulloh & Jumari Haryadi. *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas Muhammad SAW* (Bandung: Ruang Kata,2010).
- Tallal Alie Turfe, *Mukjizat Sabar, Penelitian Seorang Doktor Muslim di Amerika tentang Dahsyatnya Sabar*. (Bandung: PT Mizan Pustaka,(2009).
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1993).
- Vika Dwi Agustin, *Konsep Sabar dalam Tafsir Al-Azhar*, Skripsi Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Purwokerto, 2022.
- Yulia Agustin, *Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali Di tinjau Dari Perspektif Bimbingan Konseling Islam*, Skripsi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, Banda Aceh, 2020.
- Yusuf, Umar. *Sabar (Konsep, Proposisi, dan Hasil Penelitian)*,(Bandung: Fakultas Psikologi Unisba, (2010).