

Abstrak

Apriyia Dwi Syafitri, 2024, *Konsep Tawakal Syekh Abdus Shamad Al – Falimbani dan Relevansinya Terhadap Resiliensi Masa Kini*, Pembimbing: Assoc. Prof. Dr. Jarman Arroisi, S.Ag., M.Ud

Kata Kunci: *Tawakal, Resiliensi, Syekh Abdus Shamad Al – Falimbani*

Di era modern ini, banyak orang menghadapi berbagai masalah akibat pengabaian terhadap kelemahan diri dan perasaan istimewa yang berlebihan. Tahun 2023 meninggalkan banyak tantangan, dan memasuki 2024, diperlukan resiliensi untuk menghadapi turbulensi. Faktor-faktor seperti kemiskinan dan rendahnya literasi kesehatan jiwa memperbesar risiko gangguan mental, yang diperparah oleh dampak pandemi COVID-19. Sementara itu, perkembangan teknologi dan arus informasi global menciptakan ketidakseimbangan mental dalam masyarakat melupakan tujuan utama di dalam kehidupan ini yaitu kebahagiaan di akhirat atau kembali kepada Allah yang menciptakan manusia.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti menggunakan teori tawakal Al - Ghazali untuk menyelesaikannya yaitu dengan menganalisa karyanya yang didalamnya terdapat konsep tawakal sebagai gambaran solusi dari permasalahan yang ada saat ini. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep tawakal dan hakikatnya, derajatnya, tawakal terhadap mencari rezeki, adab saat terkena musibah dan relevansinya dengan resiliensi saat ini.

Penelitian ini merupakan kajian kepustakaan dengan pendekatan sufi psychology, dan bertujuan untuk memahami konsep tawakal menurut Syekh Abdus Shamad Al - Falimbani yang kemudian dianalisa dengan beberapa tokoh ulama Muslim. Oleh sebab itu, dalam metodenya peneliti menggunakan metode deskriptif-analisis. Metode deskriptif digunakan untuk mendeskriptifkan tentang resiliensi dan aspeknya, dan metode analisis untuk menganalisa apakah tawakal membantu dalam mengatasi masalah kesehatan mental terhadap seseorang yang beresiliensi rendah.

Dari pemaparan diatas peneliti sampai pada kesimpulan bahwa; *Pertama*, tawakal menurut Syekh Abdus Shamad Al-Falimbani adalah penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah dalam setiap langkah dan usaha yang yang ditempuh. Ia menekankan bahwa tawakal merupakan amal yang mulia dan wajib bagi semua mukmin, menunjukkan bahwa hal ini merupakan bagian integral dari keimanan seorang Muslim. *Kedua*, relevansi antara resiliensi dan tawakal menurut Syekh Abdus Shamad Al-Falimbani yaitu sebagai asas dalam membangun resiliensi, terutama di era modern yang penuh tantangan. Tawakal sebagai penyerahan diri kepada Allah setelah berusaha maksimal, menjadi landasan penting menghadapi tekanan sosial, ekonomi, dan psikologis. Konsep ini memberikan ketenangan batin dan keyakinan bahwa segala sesuatu terjadi atas kehendak Allah, membantu individu tetap tenang dalam kesulitan. Dengan demikian, tawakal dan resiliensi bersama-sama membangun ketahanan hidup yang kokoh secara mental dan spiritual.

Terakhir, karena keterbatasan waktu penelitian ini jauh dari kata maksimal dan belum mampu tergagas secara utuh meski dengan segala kesungguhan. Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat mengintegrasikan nilai-nilai spiritual ke dalam psikoterapi, dengan fokus pada studi tentang tawakal menurut Syekh Abdus Shamad Al-Falimbani.

الملخص البحث

أبريليا دوي سفطري، ٢٠٢٤، مفهوم التوكل عند شيخ عبد الصمد الفلمباني وعلاقته بالمرونة
اليوم، المشرف المشارك الدكتور جرمان الرئسي، S.Ag. M.Ud

الكلمة الرئيسية: التوكل، المرونة، الشيخ عبد الصمد الفلمباني

يواجه من الأشخاص في هذا العصر الحديث مشكلات مختلفة بسبب تجاهل نقاط ضعفهم والشعور الزائد بالتميز. يترك عام ٢٠٢٣ وراءه العديد من التحديات ومع دخول عام ٢٠٢٤، هناك حاجة إلى المرونة لمواجهة الاضطرابات. تزيد عوامل مثل الفقر وانخفاض المعرفة بالصحة العقلية من خطر الاضطرابات النفسية، والتي تتفاقم بسبب تأثير جائحة كوفيد-١٩. وفي الوقت نفسه، فإن التطورات التكنولوجية وتدفق المعلومات العالمية تخلق خللاً نفسياً في المجتمع، مما يؤدي إلى نسيان الهدف الأساسي في هذه الحياة، ألا وهو السعادة في الآخرة أو العودة إلى خالق البشر فهو الله تعالى.

وبناء على هذه المشكلة استخدمت الباحثة نظرية التوكل للغزالي لحل المشكلة، وذلك من خلال تحليل من مؤلفاته التي ورد فيها مفهوم التوكل كتوضيح لحلول المشكلات الحالية. الهدف من هذا البحث هو فهم مفهوم التوكل وجوهره، ودرجاته، والتوكل في طلب الرزق، وآدابه عند التعرض للكوارث وارتباطه بالمرونة الحالية.

هذا البحث عبارة عن مراجعة للأدبيات ذات منهج علم النفس الصوفي، ويهدف إلى فهم مفهوم التوكل عند الشيخ عبد الصمد الفلمباني، والذي يتم تحليله بعد ذلك مع الكثير من العلماء المسلمين. ولذلك استخدمت الباحثة في منهجها الوصفي التحليلي. يستخدم المنهج الوصفي لوصف المرونة وجوانبها، والمنهج التحليلي هو تحليل في التغلب على مشاكل الصحة النفسية لدى الأشخاص المرونة منخفضة

ومن نتيجة هذا البحث أولاً، التوكل عند الشيخ عبد الصمد الفلمباني هو الاستسلام التام لله في كل خطوة وجهد يتم اتخاذه. وأكد أن التوكل صدقة شريفة واجبة على جميع المؤمنين، مبيناً أن ذلك جزء لا يتجزأ من عقيدة المسلم. ثانياً، علاقتة المرونة والتوكل عند الشيخ عبد الصمد الفلمباني كأساس في بناء المرونة، فإن أهمية المرونة والاستسلام لها أهمية كبيرة في بناء القدرة على المرونة، خاصة في العصر الحديث المليء بالتحديات. والتوكل، كالاستسلام لله بعد بذل أقصى الجهد، هو أساس مهم لمواجهة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية والنفسية. بالإضافة إلى ذلك، فإن التوكل يقوي الإيمان والمرونة العقلية، ويشجع الأفراد على الاعتماد على قوة الله. بهذه الطريقة، تعمل الثقة والمرونة معاً على بناء مرونة قوية في الحياة عقلياً وروحياً.

أخيراً، للوقت المحدود لهذا البحث فهو بعيد كل البعد عن الحد الأقصى ولم يتمكن من البدء به ككل حتى مع كل الإخلاص. اقترحت الباحثة على البحث اللاحق لدمج القيم الروحية في العلاج النفسي، مع التركيز على دراسة التوكل عند الشيخ عبد الصمد الفلمباني.

UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR