

ABSTRACT

Ruwaid Aryan Rafifah
432022238147

The rising identity confusion among adolescents in the digital era has become a serious concern. Social media plays a major role in shaping idealized self-images and unrealistic life standards, creating pressures such as emotional instability, low self-confidence, and difficulties in developing a stable sense of identity. To live meaningfully and face life's challenges, individuals need a strong and coherent identity. Therefore, resilience and religious understanding become essential psychological capacities. In line with Reivich and Shatté's framework of seven resilience components, the stories of Prophet Yusuf and Prophet Ya'qub offer relevant and practical guidance in addressing these issues.

The purpose of this study is to uncover the components of self-resilience found in Surah Yusuf and to analyze their role in addressing the problem of identity crisis in the modern era.

This research employs a literature-based method (library research) combined with thematic exegesis (*tafsir maudhu'i*), focusing exclusively on examining data related to the concept of self-resilience in the story of Prophet Yusuf and Prophet Ya'qub, as well as its relevance to the issue of identity crisis.

The findings of this study indicated a clear relationship between the five components of self-resilience and the narratives of Prophet Yusuf and Prophet Ya'qub, namely emotional regulation, optimism, causal analysis, impulse control, and self-efficacy. These five components are highly relevant to the identity crisis issue, serving as guidance in preserving one's sense of self, managing emotions and desires, understanding the root of problems, and developing confidence in overcoming the challenges of identity crisis.

This research does not close the door for further exploration or development. For future studies, it is suggested to examine this theme more deeply through the narratives of other Prophets, thereby expanding the scope of discussion. It may also be beneficial to link the analysis to social challenges that are more directly relevant to contemporary life, so that it can serve as a valuable reference for Muslims in strengthening their own self-resilience.

Keywords: Identity Crisis, Nabi Ya'qub, Nabi Yusuf, Self-Resilience.

ABSTRAK

Ruwaid Abyan Rafifah

432022238147

Meningkatnya kebingungan identitas pada remaja di era digital telah menjadi permasalahan yang serius. Media sosial berperan besar dalam membentuk citra ideal dan standar hidup yang tidak realistis, sehingga menimbulkan tekanan seperti ketidakstabilan emosi, rendahnya kepercayaan diri, dan kesulitan dalam membangun identitas diri. Untuk dapat menjalani hidup dengan makna dan menghadapi berbagai tantangan, individu membutuhkan identitas yang kuat dan stabil. Karena itu, resiliensi serta pemahaman keagamaan menjadi kemampuan psikologis yang penting dimiliki. Sejalan dengan penelitian Reivich dan Shatte yang mengemukakan tujuh komponen resiliensi serta kisah Nabi Yusuf dan Yaqub menjadi contoh jawaban atas permasalahan tersebut.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengungkap komponen Self-Resilience yang terdapat di dalam surah Yusuf dan menganalisis perannya terhadap permasalahan krisis identitas di era modern.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian literatur atau library research dan tafsir tematik (*maudhu'i*) yang hanya berfokus mengkaji data yang berkaitan dengan konsep self-resilience dalam kisah Nabi Yusuf dan Yaqub serta relevansinya dengan krisis identitas pada era modern.

Kemudian, hasil yang ditemukan dari penelitian ini ialah terdapat hubungan antara lima komponen self-resilience dengan kisah Nabi Yusuf dan Nabi Ya'qub, yakni *emotion regulation, optimism, causal analysis, impulse control* dan *self-efficacy*. Dan dari kelima komponen tersebut menjadi relevan pada permasalahan krisis identitas. Menjadi pedoman dalam menjaga jati diri, mengendalikan emosi dan keinginan, memahami akar permasalahan dan yakin mampu menyelesaikan permasalahan krisis identitas tersebut.

Penelitian ini tidak menutup ruang untuk lebih diperdalam atau dikembangkan lagi. Saran peneliti untuk kedepannya, mungkin dapat menganalisis lebih dalam tentang tema ini dengan kisah Nabi lain sehingga pembahasan ini meluas. Serta dapat mengaitkan dengan tantangan sosial yang lebih relevan dengan kehidupan saat ini, sehingga dapat menjadi sandaran para Muslim dalam mengendalikan Self-resilience nya masing-masing.

Kata kunci: Krisis Identitas, Nabi Ya'qub, Nabi Yusuf, Resiliensi Jiwa.