

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Mayoritas manusia mengakui bahwa hidup pasti menjumpai masalah. Pengakuan tersebut telah terdokumentasi dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Seery¹ terhadap 2398 responden bahwa manusia pasti memiliki masalah. Akan tetapi dari masalah tersebut mereka mendapat kekuatan untuk menjalani hidup. Memang masalah dapat menimpa siapapun, kapanpun dan dimanapun. Seperti halnya masalah orangtua, pelajar, hingga pekerja. Namun Al-Qur'an telah memberikan tuntunan, nabi telah memberi tauladan, bahkan fitrah manusia pun menyadari kekuatan sabar sebagai pokok sikap dalam menyelesaikan persoalan. Disaat terjadi sesuatu yang diinginkan atau tidak, sabar menjadi pilihan respon yang tepat.

Tentunya sabar tidak tiba-tiba muncul begitu saja. Dalam kitab *Ihya' Ulumuddin* karangan Imam Al-Ghazali terdapat serangkaian tahapan untuk mendapatkan sifat sabar. Mulai dari ilmu ma'rifat (pemahaman mengenai hakikat sabar), hal (keadaan jiwa), dan amal (bentuk perilakunya). Adapun tahapan teknisnya berupa memperlemah hawa nafsu dan meneguhkan tertanamnya sifat sabar melalui beberapa latihan.²

¹ Seery Holman dan Silver, *Whatever does not kill us: Cumulative Lifetime Adversity, Vulnerability, and Resilience*. *Journal of Personality and Social Psychology*: 99, 6. Hal. 1025-1041.

² Imam al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, (Kairo: Dar al-Hadits, 2004), 47.

Tahapan sabar haruslah didahului dengan ilmu bagaimana hakikat sabar beserta implementasinya, supaya tidak terjebak pada praktek sabar yang pasif dan keliru, atau sekedar di mulut tanpa ikhtiar yang berarti. Biasanya orang seperti ini mengatasnamakan sabar pada kemalasan untuk berjuang. Indikator seperti menerima keadaan, pasrah, mengalah memang sesuai bila pada kondisi dan tempat yang semestinya. Tetapi bila tidak sesuai justru akan mengacaukan makna sabar itu sendiri. Maka disinilah letak urgensi memahami konsep sabar yang aktif dan proporsional.

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Fahrudin dalam bukunya *Ensiklopedia Al-Qur'an*, bahwa terdapat dimensi kesabaran berupa keteguhan hati dalam menghadapi kesulitan dan kelapangan, serta teguhnya hati dalam meneruskan pekerjaan dan melanjutkan perjuangan.³ Artinya, sabar tidak hanya berlaku ketika kesulitan datang, melainkan juga ketika kemudahan datang sehingga manusia tidak tergelincir pada kelalaian. Bahkan sabar juga berarti berteguh hati untuk meneruskan perjuangan, bukan mengaku telah bersabar tetapi diam saja tanpa tergerak untuk menyelesaikan persoalan.

Fenomena demikian ini dapat terjadi dimanapun, termasuk di lingkup perkuliahan. Berkaca dari problematika mahasiswa IAIN Kediri, penulis melihat adanya masalah yang belum menunjukkan perubahan signifikan. Seperti rasa malas, ketidakcocokan dengan dosen, bosan dengan perkuliahan, kurangnya semangat *thalabul ilmi*, putus asa, mengeluh, mudah

³ Fahrudin H, *Ensiklopedia Al-Qur'an*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1992), 348.

menyerah, mudah menyalahkan pihak lain, melalaikan waktu, kurang mandiri, enggan berkreaitivitas dan masih banyak lagi. Semua hal diatas merupakan masalah yang semestinya diperjuangkan untuk diatasi, bukan dibiarkan.

Apalagi di era pandemi saat ini, seperti dilansir pada Berita Kediri, RadarBangsa.co.id - Satria, Mahasiswa IAIN Kediri mengatakan bahwa *Online Learning* belum cukup menjadi *problem solving* yang efektif bagi mahasiswa, justru menjadikan mahasiswa bosan dan stress. Penyebabnya adalah beban tugas yang terus menerus, *video confrence* yang rutin, dan signal yang tidak merata. Kegagalan adaptasi terhadap kebiasaan pembelajaran yang baru mengancam keselamatan fisik dan psikis mahasiswa.⁴

Dari berita tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa masih belum mampu bersabar dan beradaptasi dengan kondisi perkuliahan saat ini. Terlihat respon mereka yang cenderung malas, mengeluh, dan pesimis. Padahal dalam teori *Adversity Quotient* orang yang memiliki AQ tinggi menunjukkan respon positif terhadap perubahan yang terjadi. Mereka berpikir bahwa perubahan adalah kenyataan yang tak mungkin dihindari, justru menjadikannya sebagai tantangan, kesempatan, dan penyesuaian diri.⁵

⁴ Satria, *Menyoal Pembelajaran Daring Bikin Kebosanan*, Radarbangsa.co.id. <https://radarbangsa.co.id/menyoal-pembelajaran-daring-bikin-kebosanan/>, 10 Oktober 2020. diakses pada tanggal 28/12.2020

⁵ Paul G. Stolz, *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, (Jakarta: Grasindo, 2000). 31

Sedangkan dalam konsep sabar, sabar berarti menahan diri dari keluh kesah. Mengeluh merupakan hawa nafsu yang seharusnya ditahan dan dikendalikan. Positifnya, masih ada mahasiswa yang merasa bahwa kondisi perkuliahan saat ini membuat dirinya semakin terlatih bersabar.

“Ya sebenarnya sabar itu tidak mudah, selama proses skripsi hingga selesai saya sempat malas dan revisi berkali-kali apalagi ditambah corona. Tapi dengan sabar, keyakinan diri, sering istighfar, tabah menghadapi dosen, dan semangat mengerjakan akhirnya selesai juga”.⁶

Perjalanan mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi ketika menyelesaikan tugas akademiknya sebagaimana wawancara diatas memberikan pemahaman bahwa sabar memiliki peran penting yang idealnya dimiliki mahasiswa sebagai senjata untuk berperang melawan hawa nafsu kemalasannya. Kekuatan sabar yang didapat melalui ikhtiar dzahir dan batin nyatanya membawa dampak positif bagi daya juang mahasiswa dalam mengatasi kesulitannya. Tentu saja hal ini sangat relevan dengan AQ mereka. Dimana AQ merupakan dorongan dalam diri manusia untuk menjadi kuat, optimis dan pantang mundur dalam menghadapi berbagai kesulitan yang tampaknya terasa berat.

Sabar memang telah menjadi bagian dalam ajaran dan praktik bertasawuf. Satu hal menarik yang menjadi ciri khas ajaran ini khususnya pemikiran imam Al-Ghazali adalah peniadaan keakuan pada diri seorang hamba. Segala kekuatan dan kemampuan tak luput dari kehendak dan petunjukNya. Sehingga tak akan dapat orang bersabar sebelum ia

⁶ Syadia Ade, *Wawancara Mahasiswi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri*, Kediri, 10 Maret 2021.

mendapat petunjuk dari Allah mengenai keutamaannya hingga tertanam dalam keyakinannya dan berbuah pada perilaku sabar di setiap ujian hidupnya.

Seirama dengan ajaran sabar, dalam artikel Kompasiana.com yang ditulis Wahyu Aji, ia menjelaskan bahwa ujian sebenarnya mahasiswa adalah kesabaran. Kesulitan di awal yang emosional merupakan pendakian awal. Kesulitan selanjutnya merupakan fase emosi yang mulai bercampur dengan rasa penerimaan. Jika situasi itu terus berulang dan daya juang meningkat, maka sabar mulai terbentuk. Pengalaman-pengalaman tersebut membentuk latihan-latihan yang terakumulasi menjadi kebiasaan dan akhirnya berwujud kemampuan.⁷ Tentu saja titik sabar itu tidak tercapai bila mahasiswa memilih putus asa dan menyerah.

Dalam psikologi, masalah-masalah akademis tergolong dalam kategori *academic stressor*.⁸ Stress akademik merupakan gejala psikologis dalam diri pelajar berupa stress, depresi dan sejenisnya yang diakibatkan oleh stimulus berupa beban akademik yang harus diselesaikan. Seringkali stressor-stressor tersebut berpotensi melemahkan daya tahan diri mahasiswa. Apalagi mahasiswa yang ber-AQ rendah, mereka lebih pesimis dan malas dalam melawan stressor. Sebaliknya, mahasiswa yang optimis akan memiliki kekuatan untuk memenangkannya.

⁷ Wahyu Aji, *Ujian Sebenarnya Mahasiswa Adalah Kesabaran*. Kompasiana.com <https://www.kompasiana.com/wahyu07670/5e684a4b097f363e636c10e2/ujian-sebenarnya-mahasiswa-adalah-kesabaran/> diakses pada tanggal 22/01/2021

⁸ Heiman & Kariv, *Task-Oriented versus Emotion-Oriented Coping Strategies: The Case of College Students*. 2005, *College Student Journal*, 39 (1): 72-89.

Menanggulangi stress akademik tentu membutuhkan solusi. Salah satunya dengan bersabar. Seseorang dapat bersabar dengan bertindak yang positif. *Coping* secara positif dapat dilakukan dengan cara mendekati diri kepada Allah, memandang positif sesuatu yang dianggap negatif, mencari sesuatu yang dapat meningkatkan keimanan dan kesemangatan diri, menghibur diri dengan mencari dukungan emosional, memfokuskan diri untuk menghadapi stressor dan penerimaan diri. Kemudian berusaha menghindari *coping* secara negatif seperti pelontaran atau penahanan emosi secara berlebihan, putus asa, tidak mau berusaha lagi, menyalahkan diri sendiri atau Tuhan sebagai sumber masalah, hingga melarikan diri pada aktifitas negatif.⁹

Agamapun telah mengajarkan hendaknya manusia senantiasa bersabar dalam menghadapi kesulitan hidup. Sebagaimana QS. Al-Baqarah ayat 45-46, yang artinya:

“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat kecuali bagi orang-orang yang khusyu’, yaitu orang-orang yang meyakini bahwa mereka akan menemui Tuhannya dan bahwa mereka akan kembali kepada-Nya”.

Memang hal ini tidak mudah dilakukan, karena terkait dengan akhlak (kebiasaan). Tetapi perannya sangat dibutuhkan dalam masalah akhirat maupun dunia. Artinya, selain kebutuhan ukhrawi, sabar juga berkontribusi dalam peningkatan kualitas hidup seseorang di dunia, misalnya perkuliahan.

⁹ Ajeng Safitri, *Hubungan Antara Kesabaran dengan Stress Menghadapi Ujian Pada Mahasiswa*, Jurnal Islamika Vol.1 No.1, 2018, 35.

Sikap sabar sangat berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan internal mahasiswa dalam mengatasi tugas akademiknya, terlebih mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi dimana secara formal mereka telah mendapatkan penanaman nilai-nilai sabar melalui beberapa mata kuliah yang telah ditempuhnya. Mahasiswa program studi Tasawuf dan Psikoterapi memang didesain memiliki penghayatan nilai-nilai tasawuf dalam setiap kehidupan kesehariannya. Sehingga menjadi sangat potensial ketika konsep sabar diimplementasikan oleh mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi.

Mengingat pentingnya memahami konsep sabar sebagai modal untuk menyelesaikan persoalan, Imam Al-Ghazali menambahkan bahwa lahirnya sikap sabar disebabkan penggerak agama dalam diri manusia memperkuat diri dan bertarung melemahkan musuhnya yakni penggerak nafsu.¹⁰ Menangnya penggerak agama membuat manusia terhindar dari sikap mengeluh, malas, dan putus asa. Maka sabar menjadi relevan dengan *Adversity Quotient* (daya juang). Dalam psikologi, kemampuan untuk berjuang keras, mendaki kesulitan, mengerahkan potensi tertinggi dan bertahan menyelesaikan masalah disebut *Adversity Quotient*.¹¹ Seseorang yang memiliki daya juang ini akan bertahan dalam menghadapi situasi yang menyakitkan. *AQ* akan tampak pada mahasiswa yang memiliki

¹⁰ Imam al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, (Kairo: Dar al-Hadits, 2004), 11.

¹¹ Murisal dan Dian Arianti, *Pengaruh Membaca Al-Qur'an Terhadap Peningkatan Adversity Quotient Pada Siswi Asrama Siti Khadijah*, 2018, *Jurnal Psikologi Islam: Al-Qalb* Vol.10 No.02 Desember, 97.

inisiatif, respon positif, dan ketanggahan terhadap kesulitan yang tengah dihadapinya.¹²

Artinya ketika penggerak agama dalam diri mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi telah menguat maka disaat menghadapi kesulitan-kesulitan mengerjakan tugas, menghadapi dosen ataupun hal lain mereka tidak mudah mengeluh atau menyalahkan keadaan. Sebaliknya mereka menjadi lebih bersemangat untuk menghadapi keadaan tersebut. Hal ini berarti khasanah keilmuan yang dimiliki mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi bersifat implementatif. Implementatif artinya saling menyesuaikan antara teori (perencanaan yang matang) dan aksi nyata.¹³

Oleh karenanya, berdasarkan urgensi penelitian yang terpapar di latar belakang diatas penulis memutuskan untuk mengangkat penelitian kualitatif dengan judul, “Implementasi Sabar Perspektif Al-Ghazali dalam Meningkatkan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan paparan diatas, fokus dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana sabar dalam perspektif Al-Ghazali ?
2. Bagaimana relevansi sabar perspektif Al-Ghazali dengan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi ?
3. Bagaimana implementasi sabar perspektif Al-Ghazali dalam meningkatkan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi ?

¹² Ibid. 96.

¹³ Nurdin Usman, *Konteks Implementasi Berbasis Kurikulum*, (Bandung: CV Sinar Baru, 2002), 70.

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian tentu memiliki tujuan. Adapun tujuan diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui perspektif Al-Ghazali tentang sabar
2. Untuk mengetahui relevansi sabar perspektif Al-Ghazali dengan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi
3. Untuk mengetahui implementasi sabar perspektif Al-Ghazali dalam meningkatkan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat atau kegunaan bagi berbagai pihak, diantaranya sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah manfaat bagi khazanah ilmu pengetahuan, khususnya bagi ilmu pengetahuan Tasawuf dan Psikoterapi
 - b. Penelitian ini juga diharapkan mampu mengembangkan dan menambah wawasan tentang teori tasawuf perspektif al-Ghazali serta keilmuan psikologi
2. Kegunaan Praktis
 - a. Bagi IAIN Kediri

Diharapkan penelitian ini dapat memperkaya karya ilmiah khususnya di bidang keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi. Kemudian ditindaklanjuti sebagai riset yang khas dan berkualitas, bahkan

teralisasi dalam praktik perilaku bernuansa tasawuf oleh semua kalangan di IAIN Kediri.

b. Bagi Mahasiswa IAIN Kediri

Diharapkan mampu memberikan kontribusi pendidikan serta sudut pandang baru tentang *problem solving* mahasiswa IAIN Kediri disaat menemui berbagai problematika perkuliahan.

c. Bagi Penelitian Sebelumnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi pembanding dan penyempurna bagi penelitian sebelumnya. Dengan demikian, penelitian sebelumnya dapat melihat perkembangan dengan cara membandingkan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian setelahnya.

d. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi gambaran atau contoh praktik bertasawuf secara sederhana untuk seluruh kalangan masyarakat.

E. Telaah Pustaka

Dalam penelitian ini, peneliti mencari beberapa tulisan ilmiah terdahulu mengenai konsep sabar al-Ghazali dan *adversity quotient* yang bersumber dari jurnal dan skripsi. Hal ini dilakukan untuk meminimalisir kesamaan pembahasan dengan penelitian sebelumnya. Selain itu juga sebagai bahan rujukan dan gambaran bagi penelitian yang akan peneliti lakukan. Adapun penelitian-penelitian yang ada sebelumnya juga dapat

membantu peneliti dalam menyusun proposal skripsi yang berpedoman pada langkah-langkah ilmiah,¹⁴ sehingga penelitian tidak sekadar coba-coba belaka dan dapat dipertanggungjawabkan. Berikut adalah beberapa sumber penelitian sebelumnya mengenai sabar al-Ghazali dan *adversity quotient*.

Pertama, skripsi yang ditulis oleh Yulfita Anggraini mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2020 dengan judul “Implementasi Terapi Sabar Perspektif Al-Ghazali untuk Santri Korban *Bullying* di Pondok Pesantren Al-Husna Surabaya”. Dalam skripsi tersebut menggunakan jenis penelitian kualitatif dan metode analisis deskriptif. Hasil penelitian menjelaskan bahwa Terapi Sabar yang diajarkan imam al-Ghazali dapat menjadi terapi yang bermanfaat dan cukup efektif untuk mengatasi santri korban *bullying*. Dengan memperlakukan korban supaya memperkuat penggerak dorongan agama dengan cara memahami dalam-dalam makna sabar, meningkatkan ibadah dan memaafkan yang menyakiti korban. Alhasil, empat data dari informan, tiga diantaranya mengaku merasakan efek lebih tenang, tidak mudah marah dan bisa mengontrol diri. Dengan catatan terapi tersebut harus dilakukan dengan serius, sungguh-sungguh, konsisten dan atas kesadaran diri.¹⁵

Kedua, skripsi yang ditulis oleh Amin Husni pada tahun 2011 dengan judul, “Relevansi Konsep Imam Al-Ghazali tentang Sabar dalam Kitab Ihya Ulumuddin dengan Tujuan Pendidikan Islam”. Skripsi tersebut

¹⁴ Sugiyono, *Skripsi, Tesis dan Disertasi*, (Bandung: Alfabeta, 2014), 54.

¹⁵ Yulfita Anggraini, *Implementasi Terapi Sabar Perspektif Al-Ghazali untuk Santri Korban Bullying di Pondok Pesantren Al-Husna Surabaya*, (Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2020), 67.

menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif dan menggunakan model studi pustaka (*library research*). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa menurut Al-Ghazali konsep sabar sangat relevan dengan tujuan pendidikan, khususnya bagi kode etik pendidik dan peserta didik. Bahkan Ali bin Abi Thalib juga mengatakan bahwa gudang ilmu selalu diliputi oleh cobaan dan ujian yang mengharuskan pencarinya untuk bersabar. Selain itu, tujuan pendidikan islam yang sesungguhnya adalah membentuk insan al-kamil yang kaffah (utuh/lengkap/menyeluruh) sesuai dengan Konferensi Dunia Pertama tentang Pendidikan Islam (1977).¹⁶

Ketiga, skripsi yang ditulis oleh Chotimatul Muzaro'ah pada tahun 2018 dengan judul, "Konsep Sabar dalam Menangani Anak Tunagrahita (Studi terhadap Pemahaman Guru di KB-TK Assakinah Inklusi Wirosari)". Penelitian tersebut menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan model penelitian lapangan (*field research*). Penelitian tersebut menghasilkan konsep sabar guru dalam memahami anak tunagrahita berwujud menerima segala perlakuan anak tunagrahita, menyayangi dengan tulus, penuh perhatian, menerima apa adanya dan memberikan toleransi. Faktor-faktor yang mendorong pemahaman konsep sabar tersebut adalah adanya faktor umur, pengalaman, penguasaan ilmu dan religiusitas.¹⁷

Keempat, skripsi yang ditulis oleh Nurul Ramadhani Chintya Sabrina pada tahun 2018 dengan judul "Tingkat Kesabaran dan Resiliensi

¹⁶ Amin Husni, *Relevansi Konsep Imam Al-Ghazali tentang Sabar dalam Kitab Ihya Ulumuddin dengan Tujuan Pendidikan Islam*, (Skripsi IAIN Walisongo Semarang, 2011), 78.

¹⁷ Chotimatul Muzaro'ah, *Konsep Sabar dalam Menangani Anak Tunagrahita: Studi Pemahaman Guru di KB-TK Assakinah Inklusi Wirosari*, (Skripsi: UIN Walisongo Semarang, 2018), 86.

pada Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren”. Penelitian tersebut menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional dengan teknik analisis *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan dan kuat antara tingkat kesabaran dan resiliensi. Data menunjukkan besarnya pengaruh tingkat kesabaran terhadap resiliensi sebesar 39,6%.¹⁸

Kelima, skripsi yang ditulis oleh Listari pada tahun 2006 dengan judul “Konsep Pendidikan Sabar Perspektif Al-Qur’an: Surat Al-Anfal Ayat 46, 65, dan 66”. Penelitian ini menggunakan jenis kualitatif dan model kajian pustaka (*library research*). Hasil penelitian menyebutkan bahwa sabar dalam perspektif Al-Qur’an memiliki dua aspek yaitu, menahan diri dari sesuatu yang disenangi dan menahan diri dari sesuatu yang tidak disenangi. Selain itu, sabar merupakan suatu keharusan sebagai kekuatan untuk bertempur dengan lawan dan mencapai kemenangan. Kesabaran juga sangat mempengaruhi keberhasilan pendidikan agama islam. Karena di dalam proses belajar mengajar pasti terjadi berbagai halangan rintangan yang menuntut seseorang harus mengaplikasikan kesabarannya.¹⁹

Keenam, skripsi yang ditulis oleh Azizah Sipati pada tahun 2019 dengan judul “Deskripsi *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu yang Bekerja”. Penelitian

¹⁸ Nurul Ramadhani Chintya Sabrina, *Tingkat Kesabaran dan Resiliensi pada Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren*, (Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), 27.

¹⁹ Listari, *Konsep Pendidikan Sabar Perspektif Al-Qur’an*, (Skripsi STAIN Salatiga, 2006), 73.

ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Hasil penelitian menunjukkan data bahwa kelima informan mampu mengontrol diri ketika menghadapi masalah dan menerimanya dengan baik. Kemudian bertanggungjawab atas apa yang terjadi, mereka tidak menyebarkan masalah dalam kehidupan lainnya. Mereka juga memiliki daya tahan yang tangguh dibuktikan dengan sikap mereka yang senantiasa semangat, gigih dan optimis hingga yakin bahwa kendala hanya bersifat sementara dan pasti mereka dapat menyelesaikan kuliahnya sambil bekerja.²⁰

Ketujuh, jurnal yang ditulis oleh Murisal dan Dian Arianti, Dosen UIN Imam Bonjol Padang, dalam Jurnal Al-Qalb Jilid 10 No.2 Desember 2018 dengan judul “Pengaruh Membaca Al-Qur’an terhadap Peningkatan *Adversity Quotient* pada Siswi Asrama Siti Khadijah”. Desain penelitian yang digunakan peneliti adalah jenis eksperimen ulang dengan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat adanya pengaruh dari membaca Al-Qur’an terhadap *Adversity Quotient* pada siswi Asrama Siti Khadijah dengan tingkat peningkatan 29%.²¹

Kedelapan, jurnal yang ditulis oleh Ajeng Safitri, dosen Universitas Muhammadiyah Riau, dalam jurnal Islamika Vol.1 No.1 2018 dengan judul “Hubungan antara Kesabaran dengan Stress Menghadapi Ujian pada Mahasiswa”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif

²⁰Azizah Sipati, *Deskripsi Adversity Quotient pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu yang Bekerja*, (Skripsi IAIN Bengkulu, 2019). 71.

²¹Murisal dan Dian Arianti, *Pengaruh Membaca Al-Qur’an terhadap Peningkatan Adversity Quotient pada Siswi Asrama Siti Khadijah*, (Jurnal Al-Qalb UIN Imam Bonjol Padang Jilid 10 No. 2 Desember 2018), 98.

korelasional. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang negatif adanya kesabaran dengan tingkat stress mahasiswa ketika menghadapi ujian. Tingkat kesabaran berpengaruh terhadap penurunan stress sebesar 27%. Sedangkan 73% tingkat stress dipengaruhi oleh berbagai faktor lain.²²

Kesembilan, jurnal yang ditulis oleh Indah Indria, Juliarni Siregar dan Yulia Herawaty, dosen Universitas Islam Riau dalam jurnal *An-Nafs* Vol. 13 No. 1 tahun 2019 dengan judul “Hubungan antara Kesabaran dan Stress Akademik pada Mahasiswa di Pekanbaru”. Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif korelasional dengan analisis *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif antara kesabaran dan tingkat stress akademik. Semakin tinggi kesabaran mahasiswa maka stress akademik akan semakin rendah, demikian pula sebaliknya. Tingkat prediksi sabar terhadap stress sebesar 31,2%.²³

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang saat ini peneliti lakukan adalah pada subjek yang diteliti, dimana peneliti hendak melakukan penelitian dengan subjek mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri. Sedangkan penelitian sebelumnya lebih kepada mahasiswa yang bekerja, mahasiswa yang berada di pondok, santri korban *bullying*, anak tunagrahita, siswi asrama, serta penelitian dengan objek kitab (non fenomenologis). Kemudian penelitian ini menarik karena

²² Ajeng Safitri, *Hubungan antara Kesabaran dengan Stress Menghadapi Ujian pada Mahasiswa*, (Jurnal Islamika Vol.1 No.1 tahun 2018 Universitas Muhammadiyah Riau), 39.

²³ Indah Indria, dkk, *Hubungan antara Kesabaran dan Stress Akademik pada Mahasiswa di Pekanbaru*, (Jurnal *An-Nafs* Vol.13 No. 1 tahun 2019 Universitas Islam Riau), 21.

latar belakang masalah muncul di tengah era pandemi yang tergolong masih baru dilihat dari segi waktunya. Selain itu, secara kuantitas, mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi telah mendapat mata kuliah tentang konsep sabar lebih banyak dibanding program studi lain, sehingga idealnya mereka dapat menjadi contoh praktik sabar dalam berkuliah dibandingkan program studi lain di IAIN Kediri.

Tabel 1.1 Tabel Perbandingan

Nama Peneliti	Judul	Objek	Jenis	Data	Kesimpulan
Yulfita Anggraini	Implementasi Terapi Sabar Perspektif Al-Ghazali untuk Santri Korban <i>Bullying</i> di Pondok Pesantren Al-Husna Surabaya	Santri PonPes Al-Husna Surabaya korban <i>Bullying</i>	Kualitatif (Analisis-Deskriptif)	Observasi, Wawancara, Dokumentasi	Tiga diantara empat informan mampu melaksanakan ibadah dengan baik dan bersabar dalam mengontrol diri untuk memaafkan sehingga tidak lekas marah ketika mendapat <i>bully</i> dari temannya
Amin Husni	Relevansi Konsep Imam Al-Ghazali tentang Sabar dalam Kitab Ihya Ulumuddin dengan Tujuan Pendidikan Islam	Kitab Ihya' Ulumuddin	Kualitatif (Studi Pustaka)	Deskriptif	Menurut Al-Ghazali konsep sabar sangat relevan dengan tujuan pendidikan, khususnya bagi kode etik pendidik dan peserta didik. Sebab ilmu selalu diliputi oleh cobaan yang mengharuskan pencarinya untuk bersabar. Selain itu, tujuan pendidikan islam sesungguhnya adalah membentuk insan al-kamil yang kaffah.
Chotimatul Muzaro'ah	Konsep Sabar dalam Menangani Anak Tunagrahita (Studi terhadap Pemahaman	Pemahaman Guru di KB-TK Assakinah Inklusi Wirosari	Kualitatif (<i>field research</i> – Deskriptif)	Observasi, Wawancara, Dokumentasi	Konsep sabar guru dalam memahami anak tunagrahita berwujud menerima segala perlakuan anak tunagrahita, menyayangi dengan tulus, penuh

Tabel 1.1 Tabel Perbandingan

	Guru di KB-TK Assakinah Inklusi Wirosari)				perhatian, menerima apa adanya dan memberikan toleransi. Faktor-faktor yang mendorong pemahaman konsep sabar tersebut adalah adanya faktor umur, pengalaman, penguasaan ilmu dan religiusitas
Nurul Ramadhani Chintya Sabrina	Tingkat Kesabaran dan Resiliensi pada Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren	Mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren	Kuantitatif-korelasional	Teknik <i>product moment</i>	Ada hubungan positif yang signifikan dan kuat antara tingkat kesabaran dan resiliensi. Data menunjukkan besarnya pengaruh tingkat kesabaran terhadap resiliensi sebesar 39,6%
Listari	Konsep Pendidikan Sabar Perspektif Al-Qur'an: Surat Al-Anfal Ayat 46, 65, dan 66	Tafsir Ibnu Katsir, Tafsir Al-Maragi, Tafsir Al-Misbah	Kualitatif (<i>Library research</i>)	Interpretasi, deduktif, induktif	Sabar dalam perspektif Al-Qur'an memiliki dua aspek yaitu, menahan diri dari sesuatu yang disenangi dan menahan diri dari sesuatu yang tidak disenangi. Selain itu, sabar merupakan suatu keharusan sebagai kekuatan untuk bertempur dengan lawan dan mencapai kemenangan. Kesabaran juga sangat mempengaruhi keberhasilan pendidikan agama islam.

Tabel 1.1 Tabel Perbandingan

Azizah Sipati	Deskripsi <i>Adversity Quotient</i> pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu yang Bekerja	Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu yang Bekerja	Kualitatif fenomenologis	Observasi, Wawancara, Dokumentasi	Kelima informan mampu mengontrol diri ketika menghadapi masalah dan menerimanya dengan baik dan bertanggungjawab atas apa yang terjadi, tidak menyebarkan masalah dalam kehidupan lainnya. Mereka juga memiliki daya tahan yang tangguh dibuktikan dengan sikap mereka yang senantiasa semangat, gigih dan optimis hingga yakin bahwa kendala hanya bersifat sementara dan pasti mereka dapat menyelesaikan kuliahnya sambil bekerja
Murisal dan Dian Arianti	Pengaruh Membaca Al-Qur'an terhadap Peningkatan <i>Adversity Quotient</i> pada Siswi Asrama Siti Khadijah	Siswi Asrama Siti Khadijah	Kuantitatif	Eksperimen lanjutan	Terdapat pengaruh dari membaca Al-Qur'an terhadap <i>Adversity Quotient</i> pada siswi Asrama Siti Khadijah dengan tingkat peningkatan 29%
Ajeng Safitri	Hubungan antara Kesabaran dengan Stress Menghadapi Ujian pada Mahasiswa	Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII	Kuantitatif korelasional	Teknik <i>product moment</i>	Terdapat hubungan negatif tentang kesabaran dengan tingkat stress mahasiswa ketika menghadapi ujian. Pengaruhnya terhadap penurunan stress sebesar 27%. Sedangkan 73%

Tabel 1.1 Tabel Perbandingan

					tingkat stress dipengaruhi oleh berbagai faktor lain.
Indah Indria, dkk	Hubungan antara Kesabaran dan Stress Akademik pada Mahasiswa di Pekanbaru	Mahasiswa Universitas X di Pekanbaru	Kuantitatif korelasional	Teknik <i>product moment</i>	Terdapat hubungan negatif antara kesabaran dan tingkat stress akademik. Semakin tinggi kesabaran mahasiswa maka stress akademik akan semakin rendah, demikian pula sebaliknya. Tingkat prediksi sabar terhadap stress sebesar 31,2%
Peneliti	Implementasi Sabar Perspektif Al-Ghazali dalam Meningkatkan <i>Adversity Quotient</i> Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri	Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi yang telah menyelesaikan skripsi	Kualitatif deskriptif	Observasi, Wawancara, Dokumentasi	Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri telah mengindikasikan kemampuan kesabarannya melalui pola pikir dan perilaku yang senantiasa melibatkan Allah dan sikap aktif berupa pantang menyerah dalam menyelesaikan puncak tugas akhir kuliah

