

**IMPLEMENTASI SABAR PERSPEKTIF AL-GHAZALI DALAM  
MENINGKATKAN *ADVERSITY QUOTIENT* MAHASISWA  
TASAWUF DAN PSIKOTERAPI IAIN KEDIRI**

**SKRIPSI**

Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Agama (S.Ag)



Oleh:

**RATNAWATI**

9336.003.17

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

**2021**

Halaman Persetujuan

IMPLEMENTASI SABAR PERSPEKTIF AL-GHAZALI DALAM  
MENINGKATKAN *ADVERSITY QUOTIENT* MAHASISWA TASAWUF DAN  
PSIKOTERAPI IAIN KEDIRI

RATNAWATI

NIM. 9336.003.17

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 19711121 200501 1 006

Pembimbing II



Abu Syamsudin, M.Th.I

NIDN. 2006078004

## NOTA DINAS

Kediri, 04 Juni 2021

Nomor :  
Lampiran : 4 (empat) berkas  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth, Bapak Ketua Institut  
Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo  
Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Ketua untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : RATNAWATI  
NIM : 9336.003.17  
Judul : IMPLEMENTASI SABAR PERSPEKTIF AL-GHAZALI DALAM MENINGKATKAN *ADVERSITY QUOTIENT* MAHASISWA TASAWUF DAN PSIKOTERAPI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. A. Halil Thahir, M.HI  
NIP.19711121 200501 1 006

Pembimbing II



Abu Syamsudin, M.Th.I  
NIDN. 2006078004

## NOTA BIMBINGAN

Nomor :  
Lampiran : 4 (empat) berkas  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth. Bapak Ketua Institut  
Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo  
Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Ketua untuk membimbing  
penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : RATNAWATI  
NIM : 9336.003.17  
Judul : IMPLEMENTASI SABAR PERSPEKTIF AL-  
GHAZALI DALAM MENINGKATKAN  
*ADVERSITY QUOTIENT* MAHASISWA TASAWUF  
DAN PSIKOTERAPI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, sesuai dengan  
petunjuk dan tuntunan dalam sidang munaqosah yang telah  
diselenggarakan pada 12 Juli 2021 kami berpendapat bahwa  
skripsi tersebut telah memenuhi syarat untuk disahkan sebagai  
kelengkapan memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S-1)  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Program Studi Tasawuf dan  
Psikoterapi.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami  
ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. A. Halil Thahir, M.HI  
NIP. 19711121 200501 1 006

Pembimbing II



Abu Syamsudin, M.Th.I  
NIDN. 2006078004

Halaman Pengesahan

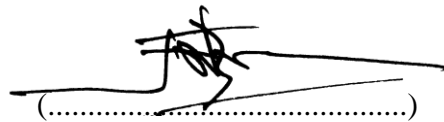
IMPLEMENTASI SABAR PERSPEKTIF AL-GHAZALI DALAM  
MENINGKATKAN ADVERSITY QUOTIENT MAHASISWA TASAWUF  
DAN PSIKOTERAPI IAIN KEDIRI

RATNAWATI  
NIM. 9336.003.17

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah Institut Agama Islam Negeri  
(IAIN) Kediri pada tanggal 12 Juli 2021

Tim Penguji,

1. Penguji Utama  
Prof. H. Fauzan Saleh, M.A., Ph.D  
NIP. 19530119 198703 1 001



(.....)

2. Penguji I  
Dr. A. Halil Thahir, M.HI  
NIP. 19711121 200501 1 006



(.....)

3. Penguji II  
Abu Syamsudin, M.Th.I  
NIDN. 2006078004

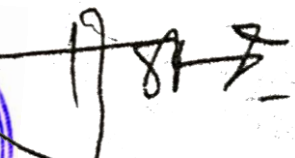


(.....)

Kediri, Juli 2021

Dekan Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah



  
**Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag**  
NIP. 19750613 200312 1 004

## MOTTO

وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصَبِّرْهُ اللَّهُ وَمَا أُعْطِيَ أَحَدٌ عَطَاءً خَيْرًا وَأَوْسَعَ مِنَ الصَّبْرِ

*"Siapa yang sungguh-sungguh berusaha untuk bersabar maka Allah akan memudahkan kesabaran baginya. Dan tidaklah seseorang dianugerahkan (oleh Allah Subhanahu wa ta'ala) pemberian yang lebih baik dan lebih luas (keutamaannya) daripada (sifat) sabar." (HR Al Bukhari).*

Mengerjakan skripsi adalah seni untuk mempraktikkan sabar. Didalamnya terdapat kesabaran mengelola waktu, menahan hawa nafsu, bersabar menunggu, hingga menerima ketetapan yang tak menentu. Siapa yang membuat seni itu dengan sungguh-sungguh, sesungguhnya ia laksana perwira yang tuntas melaksanakan perintah Allah juga RasulNya.

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Telah usai sudah perjalanan dan perjuanganku dalam menulis skripsi. Atas nama cinta dan rasa syukur dalam hatiku yang teramat dalam, melalui untaian kata ini ingin kupersembahkan rasa terimakasihku untuk:

1. Allah SWT, sebagai satu-satunya Dzat yang tak mungkin tak terlibat dalam seluruh kehidupanku. Terimakasih atas nikmat kesempatan hidup, akal, jiwa dan raga, serta ujian yang membuatku semakin kuat dan memahami apa arti hidup ini.
2. Diriku sendiri, atas kesediannya menemaniku mengerjakan skripsi dengan segala kesabaran dan keikhlasannya.
3. Orang tuaku, karena telah memberikan dukungan baik spirituil maupun materiil sehingga aku dapat tergerak untuk menyelesaikan kuliahku dan membanggakannya, meski diri ini tak dapat membeli secuilpun pengorbanan Bapak dan Ibu.
4. Dosen pembimbing Bapak Dr. A. Halil Thahir serta Bapak Abu Syamsudin, M.Th.I yang telah bersabar membimbing dalam penyelesaian skripsi ini. Nasihat-nasihat *Panjenengan* senantiasa saya laksanakan dalam kehidupan sehari-hari.
5. Teman-teman seperjuangan sekaligus keluarga besar Tasawuf dan Psikoterapi, kalian adalah penyemangat yang senantiasa menemani langkahku hingga detik-detik akhir kuliahku. Semoga kelak kita bisa bersama menuju kesuksesan dunia akhirat.
6. Dan semua orang yang telah berjasa dalam kehidupanku, termasuk mereka yang telah mendahului. Jiwa kalian tetap hidup sampai kapanpun. Terimakasih telah menitipkan nasihat kematian sehingga diri ini lebih berhati-hati dari kelalaian dan lebih semangat dalam kebaikan.

## PEDOMAN TRANSLITERASI

### A. Huruf Transliterasi

Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
ء	'	ض	Ḍ
ب	B	ط	Ṭ
ت	T	ظ	Z
ث	Th	ع	'
ج	J	غ	Gh
ح	Ḥ	ف	F
خ	Kh	ق	Q
د	D	ك	K
ذ	Dh	ل	L
ر	R	م	M
ز	Z	ن	N
س	S	و	W
ش	Sh	ه	H
ص	Ṣ	ي	Y

### B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap (*Shaddah*), yang bersumber dari ya' nisbah (ya' yang ditulis sebagai penunjuk sifat) ditulis coretan diatasnya.

أحمدية : ditulis *Aḥmadiyah*

Konsonan rangkap yang bukan berasal dari ya' nisbah ditulis dobel hurufnya

دلّ : ditulis *dalla*

### C. Ta' Marbūṭah

1. Bila dimatikan ditulis "ah",a

جماعة : ditulis *jamā'ah*



2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain (sebagai Muḍaf), ditulis “at”.

نعمة الله : ditulis *ni'mat Allah*

زكاة الفطر : ditulis *zakāt al-fiṭr*

#### **D. Vokal Pendek**

Fathah ditulis a, kasrah ditulis i, dan dammah ditulis u, masing-masing dengan huruf tunggal.

#### **E. Vokal Panjang (madd)**

a panjang ditulis *ā*, i panjang ditulis *ī* dan u panjang ditulis *ū*, masing-masing dengan coretan di atas huruf a, i, dan u

#### **F. Bunyi Hidup Dobel**

Bunyi hidup dobel (*diphthong*) Arab ditransliterasikan dengan menggabung dua huruf “ay” dan “aw” masing-masing untuk (أي) dan (أو)

#### **G. Kata Sandang Alif + Lam**

Jika terdapat huruf alif + lam yang diikuti huruf qamariyah maupun diikuti shamsiyah, huruf *al* ditulis al-

الجامعة : ditulis *al-Jāmi'ah*

الشيعة : ditulis *al-Shī'ah*

#### **H. Huruf Besar**

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

#### **I. Kata dalam Rangkaian Frase dan Kalimat**

Tetap konsisten dengan rumusan di atas, kata dalam frase dan kalimat ditulis kata per kata

شيخ الإسلام : ditulis *Shaikh al-Islām*

#### **J. Lain-lain**

Kata-kata yang sudah dibakukan dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (seperti kata *ijmak*, *nash*, *al-Qur'an*, *Hadits*, dll.), tidak mengikuti pedoman transliterasi ini dan ditulis sebagaimana dalam kamus tersebut.

## ABSTRAK

RATNAWATI, 2021. *Implementasi Sabar Perspektif Al-Ghazali Dalam Meningkatkan Adversity Quotient Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri*. Skripsi, Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri. Pembimbing (1) Dr. A. Halil Thahir, M. HI dan (2) Abu Syamsudin, M.Th.I

Kata kunci: Implementasi, Sabar, *Adversity Quotient*.

Mayoritas manusia mengakui bahwa hidup pasti menjumpai masalah. Tetapi dari masalah tersebut lahirlah kekuatan untuk menjalani hidup. Tentunya didukung Al-Qur'an sebagai tuntunan, nabi sebagai tauladan, dan fitrah manusia sebagai kesadaran alami dalam bersabar menyelesaikan persoalan. Sabar menjadi pilihan sikap yang tepat disaat menemui kondisi yang tepat pula. Terlebih di era pandemi seperti saat ini, banyak sektor kehidupan yang turut terdampak tak terkecuali dunia pendidikan. Mahasiswa IAIN Kediri merasakan berbagai cobaan dalam menuntut ilmu yang kini berubah model menjadi daring. Respon mahasiswa dalam menghadapi problem belajar daring tersebut akan menentukan seberapa kuat *Adversity Quotient* yang mereka miliki. Praktik sabar yang aktif dan AQ mereka dalam merespon kesulitan merupakan satu sikap penuh makna yang idealnya harus dimiliki mahasiswa, terkhusus mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi dimana penanaman nilai sabar telah mereka dapatkan di bangku kuliah.

Penelitian ini dimaksudkan untuk : (1) Mengetahui perspektif Al-Ghazali tentang sabar. (2) Mengetahui relevansi sabar perspektif Al-Ghazali dengan *Adversity Quotient* (3) Mengetahui implementasi sabar perspektif Al-Ghazali dalam meningkatkan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis dan pendekatan kualitatif-deskriptif. Sedangkan metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil penelitian, terungkap bahwa konsep sabar perspektif Al-Ghazali menekankan keteguhan hati pada jalan Allah dan menahan diri dari yang bukan jalan Allah, semata-mata karena pemberian ma'rifatNya yang membuahkan *hal* dan *amal*. Dalam praktiknya berwujud sikap menahan diri dari segala macam godaan hawa nafsu. Hal ini menimbulkan kemiripan aspek dengan konsep *Adversity Quotient* yang menekankan sikap bertahan diri dalam menghadapi berbagai macam godaan dan kesulitan hidup. Akan tetapi keduanya juga berbeda, sabar lebih menekankan pada pendekatan keagamaan sedangkan AQ merupakan pendekatan positivistik. Disaat mengimplementasikan sabar, Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi telah mendapatkan penanaman ilmu sabar sebagai penguat diri dalam menaklukkan hawa nafsunya dan mampu bersabar dalam menyelesaikan skripsi tanpa putus asa dengan senantiasa melibatkan Allah dalam setiap prosesnya. Adapun perilaku mahasiswa yang pantang menyerah tersebut juga sesuai dengan kategori *Climbers* dalam pandangan AQ.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

*Alhamdulillah* penulis panjatkan puji syukur atas rahmat dan karunia Allah sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dan tak mungkin terlewatkan pula shalawat untuk Nabi Muhammad SAW junjungan kita, atas kesucian lahir batinnya yang membawa agama serta kehidupan ini menjadi lebih baik.

Penulis menyampaikan terimakasih dengan setulus hati kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam penulisan skripsi ini. Terimakasih yang terdalam penulis sampaikan terutama kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Nur Chamid, MM selaku rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
2. Bapak Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag. selaku ketua Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri
3. Ibu Yuli Darwati, M.Si selaku ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri
4. Bapak Dr. A. Halil Thahir, M.HI serta Bapak Abu Syamsudin, M.Th.I selaku dosen pembimbing
5. Bapak/Ibu dosen pengajar yang telah mengabdikan diri untuk memberi bekal keilmuan yang sangat bermanfaat bagi penulisan skripsi ini
6. Semua keluarga besarku yang telah memberikan dukungan dan do'a tiada henti
7. Teman-temanku khususnya dari program studi Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2017
8. Dan semua pihak yang terlibat yang tak bisa penulis sebutkan satu per satu.

Semoga semua pihak yang telah membantu penulisan skripsi ini kelak mendapatkan jariahnya dan diberikan limpahan kebaikan oleh Allah SWT. Dan bagi siapapun yang membaca, semoga karya ilmiah ini membawa berkah dan manfaat yang terus menerus mengalir.

Kediri, Juli 2021

Ratnawati  
9336.003.17

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
NOTA DINAS .....	iii
NOTA BIMBINGAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	viii
ABSTRAK .....	xi
KATA PENGANTAR .....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Konteks Penelitian .....	1
B. Fokus Penelitian.....	8
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Kegunaan Penelitian .....	9
E. Telaah Pustaka .....	10
BAB II : SABAR DAN <i>ADVERSITY QUOTIENT</i> .....	21
A. Tinjauan Tentang Implementasi.....	21
1. Pengertian Implementasi .....	21
2. Tahapan Implementasi .....	22
B. Tinjauan Tentang Sabar .....	22
1. Pengertian Sabar.....	22
2. Sabar Menurut Al-Qur'an .....	24
3. Keutamaan Sabar.....	26
4. Macam-macam Sabar .....	28
5. Hikmah Sabar .....	29

	6. Kiat Menjadi Orang Sabar.....	31
	C. Adversity Quotient.....	32
	1. Pengertian Adversity Quotient.....	33
	2. Dimensi Adversity Quotient.....	35
	3. Tipe-tipe Adversity Quotient .....	37
BAB III	: METODOLOGI PENELITIAN .....	40
	A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	40
	B. Kehadiran Peneliti.....	41
	C. Lokasi Penelitian.....	41
	D. Sumber Data.....	42
	E. Metode Pengumpulan Data.....	43
	F. Analisis Data.....	44
	G. Pengecekan Keabsahan Data .....	46
	H. Tahap-Tahap Penelitian .....	47
BAB IV	: HASIL PENELITIAN.....	49
	A. Gambaran Umum Prodi Tasawuf dan Psikoterapi.....	49
	1. Sejarah.....	49
	2. Visi dan Misi .....	50
	3. Profil Lulusan.....	51
	4. Pemetaan Mata Kuliah .....	52
	B. Gambaran Umum Mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi .....	57
	1. Sekilas Pandang Mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi....	57
	2. Mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Sebagai Informan .	58
	C. Sabar Perspektif Al-Ghazali.....	60
	1. Hakikat Sabar .....	60
	2. Konsep Sabar Menurut Al-Ghazali .....	62
	3. Pembagian Sabar .....	65
	4. Rahasia Sabar .....	66
	D. Relevansi Sabar Al-Ghazali Dengan <i>Adversity Quotient</i> Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi .....	69

	E. Implementasi Sabar Al-Ghazali Dalam Meningkatkan <i>Adversity Quotient</i> Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi .....	74
BAB V	: PEMBAHASAN .....	94
	A. Sabar Menurut Perspektif Al-Ghazali .....	94
	B. Relevansi Sabar Perspektif Al-Ghazali Dengan <i>Adversity Quotient</i> Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi .....	98
	C. Implementasi Sabar Perspektif Al-Ghazali Dalam Meningkatkan <i>Adversity Quotient</i> Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi .....	104
BAB VI	: PENUTUP .....	111
	A. Kesimpulan .....	111
	B. Saran .....	112
DAFTAR PUSTAKA	.....	113

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Tabel Perbandingan.....	17
Tabel 4.1 Tabel Mata Kuliah Prodi Tasawuf dan Psikoterapi .....	52
Tabel 4.2 Tabel Identitas Informan.....	59



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lampiran Foto Penelitian .....	I
Lampiran 2. Lampiran Pedoman Wawancara.....	III
Lampiran 3. Daftar Konsultasi Penyelesaian Skripsi.....	VI
Lampiran 4. Daftar Riwayat Hidup	