



Konsep Hadis Optimis dengan Lisan dalam Perspektif Psikologi Islam (Studi Kasus pada Mahasiswi Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember)

The Concept of Optimistic Verbally Hadith from an Islamic Psychology Perspective (Case Study on Students of Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember College)

Maimunah Nur Hadi^a, Salsabila Amatullah Zulfa^b, Wahyu Griza Septi Nuraini^c, Nurul Intihan^d, Nurul Budi Murtini^e

^a Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember, Indonesia; Email: maimunah121nh@gmail.com

^b Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember, Indonesia; Email: salsabilaamatullah20@gmail.com

^c Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember, Indonesia; Email: grizasepti@gmail.com

^d Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember, Indonesia; Email: nurulintihan84@gmail.com

^e Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember, Indonesia; Email: nurulb@stdiis.ac.id

Abstract

Islam pays special attention to behavior, one of which is being optimistic when facing tests and trials from Allah Ta'ala. An optimistic attitude in Islam teaches that trials are a tool to lead to personal development in a better direction. Islamic psychology is a style of psychology based on the image of humans according to Islamic teachings. Imam Syafi'i Jember Dirasat Islamiyah College (STDI) is a Private Islamic Religious College (PTKIS), located in Summersari District, Jember Regency, East Java Province. The aim of this research is to find *syarah*, the concept of optimistic verbally hadith from an Islamic psychology perspective, as well as the implementation of verbally optimistic hadith in students at STDI Imam Syafi'i Jember. The research approach used in this research is a qualitative approach with a case study type. The results of this research show that (1) Optimistic verbally is an attitude recommended in Islam and has three concepts, (2) Optimistic verbally according to Islamic psychology, namely good words that are pleasant to hear and have a good influence on the soul of the listener and the spoken words can influence someone to do various good deeds, (3) Most of the informants have heard, know and understand the optimistic hadith verbally, then put it into practice.

Keywords: *hadith, optimism, Islamic psychology*

Abstrak

Islam memberikan perhatian khusus dalam hal berperilaku, salah satunya yaitu bersikap optimisme ketika mendapat ujian dan cobaan dari Allah Ta'ala. Sikap optimis dalam Islam mengajarkan bahwa cobaan adalah salah satu alat untuk membawa kepada perkembangan diri menuju ke arah yang lebih baik. Psikologi Islam adalah corak psikologi berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam. Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah (STDI) Imam Syafi'i Jember merupakan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta (PTKIS), yang terletak di Kecamatan Summersari, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur. Tujuan dari penelitian ini adalah menemukan *syarah*, konsep hadis optimis dengan lisan dalam perspektif psikologi Islam, serta implementasi hadis optimis dengan lisan pada mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Optimis dengan lisan merupakan sikap yang dianjurkan dalam Islam dan memiliki tiga konsep, (2) Optimis dengan lisan menurut psikologi Islam yaitu kata-kata yang baik yang enak didengar dan berpengaruh baik dalam jiwa pendengarnya dan ucapan yang bisa memberikan pengaruh terhadap seseorang agar melakukan berbagai kebaikan.

(3) Sebagian besar informan telah mendengar, mengetahui dan memahami hadis optimis dengan lisan, kemudian mengamalkannya.

Kata kunci: hadis, optimis, psikologi Islam

Article Info:

Received: 14 June 2024
Revised: 22 September 2024
Accepted: 22 September 2024
Published: 27 September 2024

How to cite:

Maimunah Nur Hadi, Salsabila Amatullah Zulfa, Wahyu Griza Septi Nuraini, Nurul Intihan, Nurul Budi Murtini, "Konsep Hadis Optimis dengan Lisan dalam Perspektif Psikologi Islam (Studi Kasus pada Mahasiswi Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember)", *JAWAMI'UL KALIM: Jurnal Kajian Hadis* 2, No. 2 (2024): 123-138. doi: 10.36701/jawamiulkalim.v2i2.1740.

PENDAHULUAN

Al-Qur'an dan Sunah merupakan pedoman utama dalam Islam. Rasulullah *Shallallahu Alaihi Wasallam* telah menjelaskan segala apa yang diturunkan kepadanya yakni Al-Quran dan Sunah Nabi untuk kebaikan seluruh umat manusia dan sebagai pedoman bagi kehidupan di dunia dan akhirat. Dalam Islam terdapat perintah pada setiap perkara yang dapat membawa kebaikan bagi setiap muslim pada badan, akal, agama, kesehatan, harta, dan lainnya.

Islam memberikan perhatian khusus dalam hal berperilaku, termasuk di dalamnya adalah bersikap optimisme ketika mendapat tekanan berupa ujian dan cobaan yang datangnya dari Allah *Ta'ala*. Sikap optimis dalam Islam mengajarkan bahwa cobaan adalah salah satu alat untuk membawa kepada perkembangan diri menuju ke arah yang lebih baik.

Perasaan optimisme membawa individu pada tujuan yang diinginkan, dengan percaya pada kemampuan yang dimiliki. Sedangkan pesimis merupakan bentuk pola pikir seseorang dalam menerima kenyataan dunia yang berbanding terbalik dengan kenyataannya, yang mana seseorang selalu berfikir bahwa apapun yang dilakukan akan selalu gagal dan lemah dalam melakukan hal tersebut.

Psikologi Islam adalah corak psikologi berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam, yang mempelajari keunikan dan pola perilaku manusia sebagai ungkapan interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar dan alam keruhanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan.¹

Telah banyak penelitian yang menemukan bahwa pola pikir negatif serta pesimis memiliki banyak dampak buruk pada psikologis manusia. Sedangkan psikologi yang berkembang sekarang tidak lepas dari budaya Barat, yang mana cenderung menganggap bahwa psikologi adalah ilmu yang hanya melihat perilaku manusia saja. Berbeda dengan psikologi Islam berusaha untuk menjelaskan seluruh fenomena psikis manusia, baik fenomena yang timbul dari *nafs, qalb*, ataupun ruh.²

Dengan berkembang dan majunya ilmu teknologi memberikan dampak yang kuat terhadap pola pikir masyarakat, sehingga muncul perasaan galau, gelisah, cemas, dan

1. Ema Yudianti, "Pengantar Psikologi Islam," *Jurnal Ilmu Agama UIN Raden Fatah*, Vol. 14, No. 2

2. Ahmad Rusydi, "

,"

merasa hampa dalam kehidupannya. Hal tersebut berdampak terhadap peningkatan angka depresi, khususnya di kalangan remaja dan mahasiswa, sehingga tidak sedikit yang memilih untuk mengakhiri hidupnya. Contohnya kabar yang masih hangat bahwa seorang mahasiswa di salah satu Universitas Negeri di Malang memilih untuk mengakhiri hidupnya dengan menceburkan diri di aliran Sungai Brantas, diketahui pemicu hal tersebut karena depresi akibat skripsi tak bisa diselesaikan.³

Berangkat dari uraian diatas, nampak jelas bahwa kondisi psikis remaja dan mahasiswa sangat mengkhawatirkan. Oleh karena itu, pentingnya menanamkan nilai-nilai syariat yang memotivasi untuk berpikir positif dan bersikap optimis. Sebagaimana Allah telah melarang hamba-Nya berputus asa dari rahmat Allah, sebagaimana firman Allah dalam Q.S. az-Zumar/39 ayat 53,

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِيْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ
الرَّحِيْمُ

Terjemahnya:

Katakanlah (Nabi Muhammad), “Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas (dengan menzalimi) dirinya sendiri, janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”⁴

Ayat tersebut menjelaskan tentang larangan berputus asa dari rahmat Allah. Karena ampunan dan rahmat Allah yang sangat luas diberikan kepada hamba-Nya yang ingin dan berusaha untuk mendapatkannya. Oleh karena itu, sudah seharusnya manusia selalu menanamkan sikap optimis dalam segala hal.

Realita di lingkungan masyarakat, sekolah, rumah bahkan individu masing-masing banyak terpengaruh dengan perkataan yang bernada pesimis, mudah mengeluh, tidak sabar, dan menganggap semua terjadi dengan kesialan. Padahal melalui ucapan bernada mengeluh adalah awal dari pesimisme. Menunjukkan betapa pentingnya ucapan baik sehingga mempengaruhi orang lain untuk selalu berkata baik dan berpikiran positif.⁵

Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah (STDI) Imam Syafi'i Jember merupakan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta (PTKIS) yang menyelenggarakan pendidikan tinggi bagi generasi Islam berbasis Al-Qur'an dan Sunah. STDI Imam Syafi'i merupakan sekolah tinggi berbasis Islam dan satu-satunya perguruan tinggi yang memiliki dua kurikulum pada satu program studi: Kurikulum Nasional dan kurikulum Universitas Islam Madinah. Tidak hanya berbasis Islam, tetapi kampus STDI Imam Syafi'i Jember menerapkan lingkungannya sesuai dengan syariat Islam.⁶ Di STDI Imam Syafi'i Jember terdapat dua program studi yaitu Ilmu Hadis dan Hukum Keluarga Islam. STDI Imam Syafi'i Jember juga mendirikan program persiapan Bahasa Arab bagi calon mahasiswa

Qur'an.
Siti Hatifah, Dzikri Nirwana, “Pemahaman Hadis tentang Optimisme,”

baru yang belum lancar atau bahkan belum mampu berbahasa arab secara aktif. Alamat STDI Imam Syafi'i Jember adalah Jl. MH. Tamrin G. Kepodang No.5, Gladak Pakem, Kranjangan, Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur 68123. Bagi mahasiswi yang belajar di STDI Imam Syafi'i Jember, disediakan asrama untuk menunjang pembelajaran, dan agar lebih terjaga, demikian juga bagi mahasiswi yang sudah menikah, diperbolehkan untuk menetap di asrama.

Peneliti telah melakukan observasi dan mendapati beberapa permasalahan yang dialami mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember berkaitan dengan sikap optimis dalam akademik dan non-akademik. Hal tersebut disebabkan karena tingginya kualitas kurikulum, serta padatnya waktu yang mengakibatkan adanya dampak psikis, seperti pesimis, berburuk sangka, putus asa, hingga depresi.⁷

Menimbang bahwa sikap optimis adalah suatu hal yang sangat penting dalam menghadapi semua masalah kehidupan, menjadikan peneliti tertarik untuk mengangkat topik pembahasan mengenai konsep optimis dengan lisan serta implementasi mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember dalam bersikap optimis. Sehingga diharapkan penelitian ini dapat menjadi lebih akurat, relevan dan terpercaya.

Dari latar belakang di atas terdapat tiga rumusan masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini, di antaranya:

1. Bagaimana syarah dan konsep hadis optimis dengan lisan?
2. Bagaimana optimis dengan lisan dalam tinjauan psikologi Islam?
3. Bagaimana implementasi hadis optimis dengan lisan pada mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember?

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Menganalisis dan menemukan syarah dan konsep hadis optimis dengan lisan.
2. Menganalisis dan menemukan optimis dengan lisan dalam tinjauan psikologi Islam.
3. Menganalisis dan menemukan implementasi hadis optimis dengan lisan pada mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan yang disebut pendekatan kualitatif. Menurut Creswell. J. W penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti masalah manusia dan sosial, dimana peneliti akan melaporkan dari hasil penelitian berdasarkan laporan pandangan data dan analisa data yang didapatkan di lapangan, kemudian dideskripsikan dalam laporan penelitian secara rinci.⁸ Tujuan penelitian kualitatif adalah untuk menjelaskan secara rinci fenomena yang terjadi di masyarakat dengan mengumpulkan data secara rinci dan lengkap.⁹ Penelitian ini menggunakan penelitian jenis studi kasus. Studi kasus merupakan penelitian tentang suatu kasus yang setiap prosesnya dilakukan secara rinci, tajam dan mendalam, kasus di sini bisa berupa individu, kelompok, organisasi, maupun lembaga.¹⁰ Informan pada penelitian ini adalah mahasiswi aktif STDI Imam Syafi'i Jember. Harapannya agar peneliti mendapatkan hasil yang komprehensif tentang rumusan masalah dalam penelitian ini.

Data dari hasil penelusuran penulis terhadap beberapa penelitian terdahulu, sejauh ini belum ditemukan adanya kajian tentang “Konsep Hadis Optimis dengan Lisan dalam Perspektif Psikologi Islam (Studi Kasus pada Mahasiswi Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi’i Jember).” Dari hasil penelusuran tersebut adalah sebagai berikut: Pertama, Suriyati, Muhammad Zulkarnain Mubhar, dan Siar Ni’mah yang meneliti tentang “Sabar dan Optimisme dalam Tinjauan Hadis,” yang dilakukan pada tahun 2022.¹¹ Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan tematik hadis. Hasil dari penelitian tersebut adalah ditemukannya hadis-hadis tentang sabar dan optimisme pada kitab hadis mu’tabar. Sisi persamaannya adalah membahas hadis optimis. Sedangkan sisi perbedaannya adalah penelitian ini meneliti konsep hadis optimis dengan lisan dalam perspektif psikologi Islam dan implementasi hadis optimis dengan lisan pada mahasiswi STDI Imam Syafi’i Jember. Kedua, Annisa Rismawati dan Muhammad Abdul Jabbar yang meneliti tentang “Optimis dan Sabar dalam Al-Qur’an dan Hadits: Kajian Tafsir Tematik,” yang dilakukan pada tahun 2023.¹² Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan kualitatif. Hasil dari penelitian tersebut adalah optimisme dalam Islam merupakan sikap yakin atas datangnya pertolongan dan ampunan Allah *Ta’ala*. Sikap tersebut lahir atas dasar Iman seseorang. Sisi persamaannya adalah mengenai optimisme. Sedangkan sisi perbedaannya adalah penelitian ini meneliti tentang konsep hadis optimis dengan lisan dalam perspektif psikologi Islam dan implementasi hadis optimis dengan lisan pada mahasiswi STDI Imam Syafi’i Jember.

PEMBAHASAN

Syarah dan Konsep Hadis Optimis Dengan Lisan

Optimisme merupakan sebuah sikap atau perasaan yakin pada diri seseorang, dimana ketika orang tersebut memiliki keyakinan dan merasa bahwa suatu hal yang diinginkan atau dicita-citakan akan tercapai.

a. Syarah hadis optimis dengan lisan

Optimis dengan lisan merupakan sikap yang dianjurkan dalam Islam. Sebagaimana sabda Nabi Muhammad *shalallahu alaihi wasallam*:

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: لا طَيْرَةَ، وَحَيْرُهَا الْقَالُ. قالوا: وما القَالُ؟ قال: الكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ.

Artinya:

Dari Abu Hurairah Radhiyallahu ‘anhu ia berkata, “Rasulullah sallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda: ‘Tidak ada Tiyyarah (tanda buruk) dan yang terbaik di antaranya adalah Fa’al (tanda baik)’ Meraka bertanya: ‘Apa itu tanda baik wahai Rasulullah?’ Beliau menjawab: ‘Kata-kata yang baik yang di dengar oleh salah satu dari kalian.’¹³

Suriyati, dkk. “ dan Optimisme dalam Tinjauan Hadis,”

Annisa Rismawati, Muhammad Abdul Jabbar, “Optimis dan Sabar dalam Al Qur’an dan Hadits: Kajian Tafsir Tematik,” *Jurnal Muta’allim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, bin Isma’il al

Hadis ini menjelaskan bahwa tidak ada kepercayaan terhadap pertanda buruk dalam agama Islam. Maksud dari *Tiyarah* disini adalah suatu praktik pada zaman *Jahiliyah* (sebelum Islam) dimana banyak orang menganggap bahwa burung atau hewan tertentu dapat membawa nasib buruk. Kemudian maksud dari kata *Fa'al* adalah pertanda baik atau biasa disebut pada zaman sekarang sebagai optimisme. Dalam hadis ini *Fa'al* merujuk pada kata-kata baik yang didengar seseorang. Hal tersebut menandakan bahwa sebagai seorang muslim sudah seharusnya selalu berharap dan berdoa untuk hal yang terbaik, dan tidak mempercayai pertanda buruk maupun nasib buruk atau kesialan. Selain itu, dalam hadis tersebut menunjukkan kepada manusia bahwa pentingnya berpikiran positif serta selalu memiliki harapan dan kepercayaan penuh terhadap Allah *Ta'ala* dan tidak membiarkan diri terpengaruh pada kepercayaan atau *takhayul* yang sebenarnya hal tersebut belum tentu terjadi, namun sangat memperengaruhi pikiran serta tindakan manusia.

b. Konsep Hadis Optimis dengan Lisan

1) Optimis dengan lisan ketika melakukan sesuatu

Optimis dengan lisan ketika melakukan sesuatu dengan mengucapkan kata-kata yang baik dan memotivasi akan memberikan dampak positif pada diri seseorang, menjadikan seseorang tersebut yakin dan percaya diri bahwa apa yang dilakukannya akan berjalan dan berakhir dengan baik. Salah satu bentuk kata-kata yang baik adalah doa, karena doa merupakan ibadah, dan Allah menjanjikan kepada hamba-Nya akan mengijabahkan doanya jika dia berdoa dengan yakin dan bersungguh-sungguh. Di antara doa yang Nabi ajarkan kepada umatnya yaitu:

عن بسر بن أرطاة القرشي يقول سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يدعو اللهم أحسن عاقبتنا في الأمور كلها ، وأجرنا من خزي الدنيا وعذاب الآخرة .

Artinya:

Dari Busr bin Artha'ah Al Qurasyi berkata, aku mendengar Rasulullah –shallallahu alaihi wa sallam- berdoa, Ya Allah jadikanlah baik akhir dari segala urusan kami, dan lindungilah kami dari bencana dunia dan adzab akhirat.¹⁴

Hadis ini menunjukkan bahwa Nabi Muhammad *shallallahu alaihi wa sallam* memohon kepada Allah agar segala perbuatan beliau berakhir dengan baik, karena baik buruknya perbuatan itu tergantung akhirnya. Beliau juga berindung kepada Allah dari *khizyud dunya* yaitu malapetaka, kemalangan, penipuan, kejahatan musuh-musuh di dunia, serta berindung dari adzab di akhirat.¹⁵ Negeri akhirat adalah surga dan neraka yang telah Allah siapkan untuk hamba-hambaNya yang bahagia dan sengsara, dinamakan akhirat karena penciptaannya lebih akhir dari penciptaan dunia dengan jarak sembilan ribu tahun.¹⁶

2) Optimis dengan lisan ketika sesuatu yang dilakukan tidak sesuai harapan

Jāmi' al

Syāfi'i, 1408 H .

Pada dasarnya seorang muslim dituntut untuk menjadi pribadi yang kuat dan memiliki adzam yang kuat, mampu menanggung berbagai cobaan dan kesulitan dalam menjalankan ibadah maupun menjalani kehidupannya. Manusia dituntut untuk selalu berwaspada dalam berbagai hal, dan selalu berusaha mencari solusi dan kebaikan dengan mempertimbangkan berbagai faktor dan menggunakan pemikiran tentang akibatnya. Sebagaimana Nabi *shalallahu alaihi wasallam* bersabda dalam hadisnya:

عن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ حَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ حَيْرٍ إِحْرَاصٌ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتِعْنِ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ، فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ؛ فَإِنَّ (لَوْ) تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ.

Artinya:

Dari abu Hurairah Radhiyallahu Anhu berkata: “Rasulullah *shalallahu alaihi wasallam* bersabda: Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada orang mukmin yang lemah. Pada masing-masing memang terdapat kebaikan. Capailah dengan sungguh-sungguh apa yang berguna bagimu, mohonlah pertolongan kepada Allah dan janganlah kamu menjadi orang yang lemah. Apabila kamu tertimpa suatu kemalangan, maka janganlah kamu mengatakan; seandainya tadi saya berbuat begini dan begitu. Tap katakanlah; ini sudah takdir Allah dan apa yang dikehendaki-Nya. Karena sesungguhnya ungkapan kata ‘law’ (seandainya) akan membukakan jalan bagi godaan syaitan.¹⁷

المؤمن القوي: ini ditunjukkan untuk orang yang tekun dalam melakukan amalan kebaikan, mampu menanggung berbagai cobaan dalam menjalankan ibadah atau ketakwaan kepada Allah ta’ala, sabar dalam menghadapi masalah yang menimpanya, selalu bertawakal kepada Allah, dan berikhtiar dalam mencari solusi untuk kebahagiaannya dengan mempertimbangkan berbagai faktor dan berfikir tentang akibatnya. *احرص*: berasal dari kata ‘*hirs*’ yang berarti berusaha keras dan berpengetahuan. *فعلت كذا وكذا*: menunjukkan kepada penyesalan atas sesuatu yang telah menimpa seseorang. Kata ‘seandainya’ digunakan untuk mengungkapkan harapan, dan ini adalah perbuatan syaitan, yaitu percaya bahwa segala sesuatu tergantung pada kerja keras manusia dan bahwa upaya manusia itu sendiri adalah berpengaruh.

Hadis ini menunjukkan bahwa orang mukmin yang kuat lebih dicintai oleh Allah daripada orang mukmin yang lemah. Hadis ini menunjukkan keharusan bagi setiap mukmin untuk menjadi pribadi yang kuat dan selalu bergantung kepada Allah *Ta’ala*, tidak berekspektasi tinggi terhadap diri sendiri. Hadis ini juga menunjukkan larangan berputus asa, perintah untuk selalu bertawakal serta berikhtiar kepada Allah *Ta’ala*, dan anjuran untuk selalu menjaga lisan dari perkataan yang yang dibenci oleh Allah *Ta’ala*.

3) Menebarkan sikap optimis pada orang lain

Optimis dengan lisan mampu menciptakan hal positif dan penuh semangat, sehingga dapat membawa kebahagiaan bagi banyak orang. Sebagai seorang muslim, sudah

¹⁷ Arabī, 1374 H no. 2664.

seharusnya untuk selalu menyebarkan sikap optimis dan positif terhadap orang lain, terutama optimis dengan lisan dalam ketika dalam keadaan yang baik atau sebaliknya.

عن ابن عباس رضي الله عنهما: أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ دَخَلَ عَلَى أَعْرَابِيٍّ يَعْوُدُهُ، قَالَ: وَكَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا دَخَلَ عَلَى مَرِيضٍ يَعْوُدُهُ قَالَ: لَا بَأْسَ، طَهُورٌ إِنْ شَاءَ اللهُ، فَقَالَ لَهُ: لَا بَأْسَ، طَهُورٌ إِنْ شَاءَ اللهُ، قَالَ: قُلْتَ: طَهُورٌ؟ كَلَّا، بَلْ هِيَ حُمَّى تَفُورُ - أَوْ تَثُورُ - عَلَى شَيْخٍ كَبِيرٍ، تُزِيْرُهُ الْقُبُورَ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: فَتَعَمَّ إِذْنٌ.

Artinya:

Bahwa suatu ketika Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam mengunjungi seorang Badui yang sedang sakit. Dan setiap mengunjungi orang sakit, beliau mengucapkan: “Tidak apa, insya Allah menjadi penghapus dosa”. Begitu juga beliau ucapkan kepada orang Badui tersebut. Sang Badui pun berkata: “Penghapus dosa? Sekali-kali tidak, penyakit (yang saya derita) ini berupa panas bergejolak yang menimpa orang tua lanjut usia, yang mengantarkannya ke alam kubur.” Maka Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: “Iya, kalau begitu”.¹⁸

Hadis ini menceritakan bahwa Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam mengunjungi seorang Badui yang sedang sakit. Beliau mendoakan dengan mengucapkan (لا بأس) “Tidak apa-apa” yang menunjukkan bahwa beliau shallallahu 'alaihi wa sallam memberikan motivasi dan memberikan harapan agar tidak putus asa kepada orang-orang yang sedang ditimpa musibah dan ujian. Lalu beliau juga mengucapkan (طهور) “Bersih”, Ibnu Hajar menjelaskan “Mudah-mudahan membersihkan dosa-dosa-mu.”¹⁹ Yang menunjukkan bahwa sakit dapat menghapus dosa-dosa. Dan beliau juga mengucapkan (إن شاء الله) “Jika Allah Menghendaki” yang mana perkataan ini dibolehkan bahkan sangat dianjurkan, karena ini termasuk dalam kategori berita dan pengharapan, bukan dalam kategori doa. Lalu orang badui menjawab perkataan Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam dengan mengeluh dan putus asa,

كَلَّا، بَلْ هِيَ حُمَّى تَفُورُ - أَوْ تَثُورُ - عَلَى شَيْخٍ كَبِيرٍ

Artinya:

“Sekali-kali tidak, penyakit (yang saya derita) ini berupa panas bergejolak yang menimpa orang tua lanjut usia, yang mengantarkannya ke alam kubur”.²⁰

Ini adalah salah satu bentuk ungkapan tidak sabar dan putus asa dalam menghadapi ujian, termasuk sakit. Walaupun Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam mendoakannya dan berharap kesembuhan atas dirinya, serta bisa menghapus dosa-dosa, dia pun tidak mau menerima. Bahkan, beliau mengeluh dengan membayangkan bahwa penyakitnya sangat berat dan akan mengantarkannya ke alam kubur.

Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bertujuan untuk mendidik umat Islam bahwa di balik suatu penyakit ada hikmahnya, salah satunya menjadi penghapus dosa. Diantara

hammad bin Isma'il al

19

hammad bin Isma'il al

ā

hikmahnya juga menunjukkan bahwa sembuhnya suatu penyakit, kadangkala tergantung kepada keyakinan orang yang terkena penyakit. Jika dia benar-benar ingin sembuh dan merasa dirinya akan sembuh, maka Allah akan mengabulkan harapan dan keinginannya, bahkan dengan cara yang tidak pernah diperkirakan oleh kebanyakan manusia.

Paparan di atas dapat disimpulkan bahwa syarah dari hadis optimis dengan lisan, yaitu: optimis dengan lisan merupakan sikap yang dianjurkan dalam islam, adapun konsep hadis optimis dengan lisan ada tiga, yaitu 1) Optimis dengan lisan ketika melakukan sesuatu, 2) Optimis dengan lisan ketika sesuatu yang dilakukan tidak sesuai harapan, 3) Menebarkan sikap optimis pada orang lain.

Optimis dengan Lisan dalam Tinjauan Psikologi Islam

Menurut Karim Abdul Ghaffar optimisme merupakan kata-kata yang baik yang enak didengar dan berpengaruh baik dalam jiwa pendengarnya dan ucapan yang bisa memberikan pengaruh terhadap seseorang agar melakukan berbagai kebaikan.²¹ Sebagaimana dalam firman Allah *Ta'ala*

يَا بَنِي إِدْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيَاسُّوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾

Terjemahnya:

Wahai anak-anakku! Pergilah kamu, carilah (berita) tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah, hanyalah orang-orang yang kafir.²²

As-Sa'di dalam kitab

mengatakan bahwa Nabi Ya'qub berkata kepada anak-anaknya untuk mencari berita tentang Yusuf dan saudaranya dengan bersungguh-sungguh dan tidak berputus asa dari rahmat Allah, karena optimisme akan mendorong seorang hamba kepada usaha dan ketekunan serius untuk mencapai apa yang diharapkannya. Sedangkan putus asa, hanya akan mengakibatkan perasaan berat dan bermalas-malasan baginya. Pengharapan yang paling utama diinginkan seorang hamba ialah kemurahan dan curahan kebaikan Allah, rahmat dan kasihNya. Dan faedah yang dapat diambil dari ayat ini adalah: Sesungguhnya jalan keluar (datang) bersama kesengsaraan, dan sesungguhnya kemudahan bersama dengan kesulitan. Ketika masa kesedihan sudah begitu panjang dialami Ya'qub dan semakin berat sampai pada ambang batasnya, kemudian terancam bahaya pada keluarga Ya'qub dan mereka ditimpa kesulitan, maka Allah mengizinkan munculnya jalan keluar. Terjadilah perjumpaan di masa yang sangat berat, sangat butuh, dan terdesak. Dengan itu, terailah pahala dan kebahagiaan. Dapat diketahui dari situ, bahwa Allah menguji hambaNya dengan kesengsaraan dan kebahagiaan, kesulitan dan kemudahan, untuk menguji tingkat kesabaran dan rasa syukur mereka. Sehingga keimanan, keyakinan dan ma'rifah mereka semakin bertambah.

Dan dalam tafsir Kemenag dikatakan bahwa Nabi Yakub sebenarnya tahu Nabi Yusuf masih hidup, hanya saja Allah belum memberitahukan tempat keberadaannya.

Qur'an.

Untuk itulah nabi Yakub meminta anak-anaknya mencari Yusuf dan menjemput Bunyamin dengan tidak berputus asa dari rahmat Allah dan pertolongan Allah.²³

Dengan demikian ayat ini menyatakan bahwa orang yang beroptimis dengan lisan dan tidak berputus asa serta menebarkan sikap tersebut kepada yang lain, akan membangun keyakinan bahwa Allah Subhanahu Wa Ta'ala akan memberikan kebahagiaan baginya.

Paparan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa optimis dengan lisan menurut psikologi Islam yaitu kata-kata yang baik yang enak didengar dan berpengaruh baik dalam jiwa pendengarnya dan ucapan yang bisa memberikan pengaruh terhadap seseorang agar melakukan berbagai kebaikan. Sebagaimana dalam surat Yusuf ayat 87, Nabi Ya'qub memberikan semangat atau mendorong anak-anaknya untuk tetap optimis dan tidak merasa pesimis dengan mengatakan: “janganlah kalian berputus asa dari rahmat Allah”.

Implementasi Hadis Optimis dengan Lisan pada Mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember

Mengenai implementasi hadis optimis dengan lisan pada mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap 23 orang mahasiswi STDI Imam Syafi'i Jember. Peneliti mendapati bahwa sebagian besar informan telah mendengar, bahkan mengetahui dan memahami hadis tentang optimisme dengan lisan. Akan tetapi, hampir seluruhnya sudah mengamalkan konsep optimis dengan lisan dan juga menerapkan dengan doa yang semakna dengan konsep ini meskipun belum pernah mendengar hadis tersebut.

Berikut adalah doa atau perkataan yang diucapkan ketika merasa yakin dan optimis:

a. Bismillah

Segala kekuatan bersumber dari Allah. Apabila kekuatan tersebut tidak diberikan Allah kepada hamba-Nya, maka tidak akan mungkin ia mampu melakukan aktivitas apapun. Oleh karenanya suatu aktivitas tidak akan dapat dilakukan tanpa atas nama Allah. Karena hakikatnya manusia itu sangat butuh terhadap pertolongan Allah. Dengan demikian orang yang mengucapkan bismillah akan bersikap optimis bahwa segala sesuatu berasal dari Allah.²⁴ Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh H mahasiswi Ilmu Hadis semester 6 “bismillah, insyaAllah bisa. karena Allah sesuai prasangka hamba-Nya.”²⁵ Pernyataan serupa juga dituturkan oleh AKW, mahasiswi Ilmu hadis semester 6 “Biasanya ana mengucapkan basmalah.”²⁶ Hal ini menunjukkan bahwa bismillah merupakan salah satu ucapan dan doa ketika merasa yakin dan optimis.

b. Insyaaallah

Pada dasarnya, kalimat Insyaaallah adalah sebuah komitmen seorang muslim untuk menyerahkan segala sesuatu itu kepada Allah. Kalimat ini juga bermakna optimisme akan hari esok. Hal ini dituturkan oleh H, mahasiswi Ilmu Hadis semester 6 “Bismillah,

Yuzaidi, Winda Sari, “Nilai Nilai Optimisme dalam Isti'adzah dan Basmallah Studi tafsir Ar Razi ” Jurnal U

insyaallah bisa. karena Allah sesuai prasangka hamba-Nya.”²⁷ Pernyataan serupa dituturkan oleh HS, mahasiswi Hukum Keluarga Islam semester 2 “Insyaallah biidznillah, bisa!”²⁸

c. Saya Bisa

Kalimat “saya bisa” adalah bentuk perkataan yang biasa diucapkan ketika merasa optimis dan yakin, kalimat ini menunjukkan adanya pemikiran positif dan motivasi diri. Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh SN, mahasiswi Ilmu Hadis semester 6 “saya bisa saya percaya pada diri sendiri dan pada kemampuan saya.”²⁹ Hal senada juga diucapkan dituturkan oleh EMS, mahasiswi Ilmu Hadis semester 6 “jangan pesimis, ini ga suburuk yang kita pikirkan kok. udah jalanin aja bisaa kok bisaa, masalah hasilnya nanti belakangan.”³⁰

d. Yakin

Seseorang yang optimis pasti akan memilih percaya dan yakin pada kemampuan diri sendiri, serta memiliki kepercayaan bahwa kondisi kesulitan di tengah mereka bukanlah hal yang akan menjadi penghalang. Hal ini sebagaimana yang diucapkan oleh AA, mahasiswi Ilmu Hadis semester 2 “Yakin bahwa apapun yang terjadi baik dan buruk merupakan ketentuan dari Allah, Allah tahu yang terbaik untuk hambanya, ujian, masalah demi masalah yang ada, sehingga terkadang kata menyerah itu ada, tapi disaat rasa optimis atau percaya atau selalu berbaik sangka pada Allah ada, maka kata menyerah itu kalah bahkan hilang karena keyakinan tersebut. Wallahua'lam.”³¹ Hal senada juga dituturkan oleh KH, mahasiswi Ilmu Hadis semester 6 “Berbicara kepada diri sendiri dan mengulang ngulang kalimat meyakinkan. Berdoa kepada Allah dan berharap kemudahan.”³²

Peneliti juga menemukan bahwa informan mampu bersikap optimis dengan lisan karena adanya berbagai faktor pendorong, diantaranya:

a. Keyakinan

Keyakinan adalah faktor utama pendorong untuk senantiasa beroptimis mahasiswi. Sebagaimana yang disampaikan KH, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 “keyakinan bahwa ketakutan tidak memperbaiki apapun, dan bahwa selalu ada peluang bahwa hasil yang baik bisa muncul bahkan dari kejadian terburuk sekalipun, bahwa Allah tidak akan pernah menyia-nyiaikan hamba-Nya maupun membebani-Nya, semua pasti berasal dan berakhir dengan hikmah.”³³

Hal serupa disampaikan oleh EMS, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 “Tidak ada, saya hanya percaya diri saja. Tapi sudah saya sebutkan bahwa saya juga tak jarang pesimis. Ya layaknya seorang manusia, terlebih saya adalah wanita.”³⁴

b. Orang tua, pikiran dan lingkungan

Dukungan orang tua, pikiran dan lingkungan juga tidak terlepas dari faktor pendorong untuk senantiasa beroptimis, sebagaimana yang disampaikan ANH, mahasiswi prodi

Hukum Keluarga Islam semester 6 “Keimanan seseorang, dukungan orang terdekat (orang tua, teman,dll) baik secara moral, keuangan, psikologis, lingkungan rumah yang hangat, lingkungan pertemanan yang sehat, lingkungan perkuliahan yang sesuai dengan Ahlussunnah Wal Jamaah, mental yang sehat,dll.”³⁵

Hal serupa disampaikan oleh INA, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 “Keluarga dan orang-orang di sekitar dan tentunya untuk diri ana pribadi. Semoga dapat menjadi kemaslahatan untuk diri ana dan orang banyak baik di dunia maupun di akhirat.”³⁶

c. Bersyukur dan bersabar

Sebagai manusia yang tidak terlepas dari ujian maupun nikmat, yang selalu diatur oleh Allah mewajibkan kita untuk bersyukur dan bersabar. Bersyukur bukan hanya dilakukan ketika mendapatkan nikmat, melainkan disaat diberikan ujian pun perlu bersyukur.

Bersyukur dan bersabar menjadi salah satu faktor pendorong untuk senantiasa beroptimis. Sebagaimana yang disampaikan AS, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 “Seorang mukmin selalu berada di dua keadaan, bersyukur atau bersabar. Ketika seorang berusaha optimis dia juga dituntut untuk sabar dalam bersikap optimis.”³⁷

Peneliti juga mendapati adanya berbagai faktor penghambat dalam bersikap optimis dengan lisan, diantaranya:

a. Tidak percaya diri

Tidak percaya diri merupakan faktor utama penghambat untuk selalu beroptimis, yaitu tidak percaya atas hasil usaha yang dilakukan dan selalu menganggap rendah diri sendiri. Sebagaimana yang disampaikan FIY, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 4 “Rasa tidak percaya diri dan takut dianggap remeh jika salah.”³⁸

Hal serupa disampaikan SQA, mahasiswi prodi Hukum Keluarga Islam semester 4 “Dalam diri sendiri, seperti merasa rendah diri ketika melihat orang lebih baik.”³⁹

b. Pikiran negatif dan ketakutan terhadap masa depan

Pikiran negatif tidak terlepas juga dari faktor penghambat untuk selalu beroptimis. Sebagaimana yang disampaikan HH, mahasiswi prodi ilmu hadis semester 6 “Emosi negatif: perasaan seperti ketidakberdayaan, ketidakpastian, dan rasa tidak aman dapat merusak sikap optimis.”⁴⁰

Hal serupa disampaikan KH, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 “Terlalu banyak menjudge diri sendiri. Ketakutan terhadap masa depan, dan insecurity.”⁴¹

c. Pengalaman buruk

Pengalaman buruk pasti pernah dialami oleh semua orang, dan cara menghadapinya berbeda-beda setiap individu, ini menjadi salah satu faktor penghambat untuk selalu beroptimis. Sebagaimana yang disampaikan HS, mahasiswi prodi Hukum Keluarga Islam semester 2 “mengingat kegagalan sejenak akan membuat saya menjadi pesimis, namun

itu tidak akan bertahan lama, karena saya orangnya ambis jika sudah menginginkan sesuatu.”⁴²

Hal serupa disampaikan INA, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 “Overthinking, karena melihat dari kegagalan-kegagalan yang lalu membuat merasa *down* dan juga kebiasaan ana membanding-bandingkan diri dengan yang lain. Ya intinya karena minset ana sih.”⁴³

Berdasarkan hasil wawancara, peneliti menemukan berbagai dampak positif dari penerapan konsep hadis optimis dengan lisan dalam kehidupan sehari-hari, diantaranya:

a. Kuat menghadapi tantangan

Seseorang yang senantiasa menerapkan konsep optimis dengan lisan dalam diri akan kuat dalam segala tantangan yang terjadi dalam kehidupannya. Ia tidak akan takut untuk memulai sesuatu yang dianggap sebagai tantangan besar dalam hidupnya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh HH, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6, ia mengatakan bahwa dampak positif yang dirasakan ketika mengamalkan konsep optimis dalam dirinya adalah “Meningkatkan ketahanan dalam menghadapi tantangan dan kesulitan.”⁴⁴ Hal senada juga diungkapkan oleh SN, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 “Mempertahankan sikap positif bahkan dalam keadaan sulit.”⁴⁵

b. Menyehatkan mental, menjadi tidak stress, dan menjadikan ketenangan dalam jiwa

Pentingnya sikap optimis yang telah tertanam dalam diri seseorang berdampak pada mental, sehingga tidak mudah stress serta menjadikan ketenangan dalam jiwa. Sebagaimana yang diungkapkan oleh AA, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 2 bahwa dengan menerapkan konsep optimis dengan lisan dalam dirinya adalah “Lebih tenang dalam menjalani kehidupan, lebih nyaman, dan selalu berusaha untuk menanamkan sifat positif tersebut dalam kehidupan sehari-hari.”⁴⁶ Hal senada juga diungkapkan oleh HH, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6. Ia mengatakan bahwa dengan beroptimis dapat “Memperbaiki kesehatan mental dengan mengurangi stress dan depresi.”⁴⁷

c. Lebih percaya kepada Allah dan semakin bertambah ketakwaan kepada Allah

Sebagaimana yang diungkapkan oleh KH, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6, bahwa dengan selalu memegang teguh konsep optimis dalam kehidupan sehari-hari adalah “*self recognition*, keyakinan yang menghibur terhadap diri sendiri dan juga kepercayaan yang lebih kepada Allah.”⁴⁸ Hal senada juga diungkapkan oleh AN, mahasiswi prodi Hukum Keluarga Islam semester 6. Ia mengatakan bahwa dengan selalu menerapkan konsep optimis dalam dirinya adalah “Memperkuat ketakwaan kepada Allah dengan menambah keimanan.”⁴⁹

d. Merasa yakin dan lebih percaya diri

Perasaan yakin serta percaya diri akan muncul pada jiwa orang yang selalu beroptimis dalam setiap urusannya. Sebagaimana yang disampaikan oleh AMS, mahasiswi prodi

Ilmu Hadis semester 4 “Selalu percaya dan yakin pada kemampuan diri sendiri, tetapi jangan sampai sikap optimis yang kita punya mencondongkan kepada kesombongan.”⁵⁰ Hal senada juga diungkapkan oleh FI, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 4. Ia mengatakan bahwa dampak positif yang dirasakan ketika senantiasa beroptimis “Setelah saya berdoa, saya merasa percaya diri dan ketakutan saya hilang, karena saya percaya Allah pasti mengabulkan doa hamba-Nya.”⁵¹

e. Semakin menambah rasa syukur dan perasaan lega dihati

Jika seseorang telah menanamkan sikap optimisme dalam segala urusan maka, dampak yang dirasakan adalah semakin bertambah rasa syukurnya akan kehidupan yang saat ini tengah dijalani. Sebagaimana yang dikatakan oleh HS, mengenai dampak penerapan sikap optimis “Bersyukur karena masih bisa mengamalkan hadis Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam*.”⁵² Hal senada juga diungkapkan oleh EL, mahasiswi prodi Ilmu Hadis semester 6 bahwa dengan selalu optimis menjadikannya “Lega di hati.”⁵³

Peneliti mendapati sebagian besar informan telah mendengar, mengetahui dan memahami hadis optimis dengan lisan, kemudian mereka mengamalkannya dengan mengucapkan kata-kata yang baik dan bernadakan optimisme seperti ucapan: “Bismillah” dan “Insyallah”. Para informan mampu bersikap optimis dengan adanya faktor-faktor pendorong, seperti orang tua, pikiran, lingkungan, dan keyakinan. Akan tetapi, ketika berusaha untuk selalu optimis mereka juga mendapati faktor-faktor penghambat, seperti tidak percaya diri, pikiran negatif dan ketakutan terhadap masa depan, serta pengalaman buruk. Sikap optimis yang mereka terapkan dalam kehidupan sehari-hari memberikan dampak positif pada jiwa mereka, di antaranya yaitu: kuat menghadapi tantangan, sehat mental, tidak stress, lebih bertakwa kepada Allah, lebih percaya diri, semakin menambah rasa syukur dan perasaan lega dihati.

KESIMPULAN

1. Optimis dengan lisan merupakan sikap yang dianjurkan dalam Islam. Konsep hadis optimis dengan lisan ada tiga, yaitu 1) Optimis dengan lisan ketika melakukan sesuatu, 2) Optimis dengan lisan ketika sesuatu yang dilakukan tidak sesuai harapan, 3) Menebarkan sikap optimis pada orang lain.
2. Optimis dengan lisan menurut psikologi Islam yaitu kata-kata yang baik yang enak didengar dan berpengaruh baik dalam jiwa pendengarnya dan ucapan yang bisa memberikan pengaruh terhadap seseorang agar melakukan berbagai kebaikan. Sebagaimana dalam surat Yusuf ayat 87, Nabi Ya'qub memberikan semangat atau mendorong anak-anaknya untuk tetap optimis dan tidak merasa pesimis dengan mengatakan: “janganlah kalian berputus asa dari rahmat Allah”.
3. Sebagian besar informan telah mendengar, mengetahui dan memahami hadis optimis dengan lisan, kemudian mereka mengamalkannya dengan mengucapkan kata-kata yang baik dan bernadakan optimisme. Para informan mampu bersikap optimis dengan adanya faktor-faktor pendorong. Akan tetapi, ketika mereka berusaha untuk

selalu optimis mereka juga mendapati faktor-faktor penghambat. Sikap optimis yang mereka terapkan dalam kehidupan sehari-hari memberikan dampak positif pada jiwa mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Qur'an al
 Bukhari, Muhammad bin Isma'il.
 "Optimisme dan Sabar dalam Al Qur'an"
Jurnal Muta'allim: Jurnal Pendidikan Agama
- Hatifah, Siti. "Pemahaman Hadis Tentang Optimisme" Skripsi,
 H
 Kurniawan, Willytiyo. "Relationship Between Think Positive Towards
 Rusydi, Ahmad. "Husn Al
 Siti Hatifah and Dzikri Nirwana. "Pemahaman Hadis tentang Optimisme."
 Zulkarnain Mubhar and Siar Ni'mah "Sabar dan Optimisme dalam
 "Optimisme Perspektif Pendidikan Islam dan Implementasinya dalam Layanan
 Yudiani, Ema. "Pengantar Psikologi Islam"
 "Nilai Nilai Optimisme dalam Isti'adzah dan Basmallah
 Zulkifli. "Mewujudkan Generasi Optimis: Perspektif Islam"

- D Indonesia. “Tafsir Al-Qur’an Surah Yusuf Ayat 87 يوسف Lengkap Arti Terjemah Indonesia”. <https://daaralatsarindonesia.com/tafsir-012-087/>. Diakses pada 23 April 2024.
- Gramedia. “Metode Penelitian Studi Kasus: Metodologi, Jenis, dan Manfaatnya”. https://www.gramedia.com/literasi/studi-kasus/#Apa_Itu_Studi_Kasus. Diakses pada 26 Februari 2024.
- Gramedia. “Penelitian Kualitatif: Pengertian, Ciri-Ciri, Tujuan, Jenis, dan Prosedurnya”. <https://www.gramedia.com/literasi/penelitian-kualitatif/>. Diakses pada 26 Februari 2024.
- Muhammad Aminudin. “Motif Mahasiswa Malang Bunuh Diri gegara Depresi Skripsi Tak Selesai”. <https://www.detik.com/jatim/berita/d-7132997/motif-mahasiswa-malang-bunuh-diri-gegara-depresi-skripsi-tak-selesai>. Diakses pada 27 Februari 2024.
- Salmaa. “Metode Penelitian Kualitatif: Definisi, Jenis, Karakteristiknya”. <https://penerbitdeepublish.com/metode-penelitian-kualitatif/amp/>. Diakses pada 26 Februari 2024.
- STDIIS. “Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi’i Jember”. <https://stdiis.ac.id/>. Diakses pada 27 Februari 2024.