



MAKNA TAWAKAL DAN SYUKUR SEBAGAI IMPLEMENTASI AKHLAK KEPADA ALLAH PADA ANAK USIA REMAJA

**Rizqy Lutfi Atqiya¹, Ilham Maskur², Nafisa Salma Afa³, Riza Sasmitasari⁴,
Robingun Suyud El Syam⁵**

Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Sains Al-Qur'an, Indonesia

*Email: rizkylutfi70@gmail.com¹, ilhammaskur321@gmail.com², nafisosalmaafa5@gmail.com³,
rizasasmita130@gmail.com⁴, robyelsyam@unsiq.ac.id⁵*

Abstrak. This study examines the meaning of tawakkul (religious trust) and gratitude as manifestations of morality towards Allah in adolescents. Using a qualitative literature study, this study examines spiritual concepts derived from the Qur'an, hadith, and the thoughts of scholars such as Al-Ghazali, Ibn Qayyim, and other Sufi scholars. Tawakkul is understood as an attitude of complete reliance on Allah after maximum effort has been made, which gives rise to serenity, surrender, and confidence in His decree. Gratitude is understood as a deep acknowledgment and appreciation for Allah's blessings through knowledge, the condition of the heart, and deeds involving the tongue, heart, and limbs. This study found that tawakkul and gratitude are two important levels in morality towards Allah that complement each other. Tawakkal forms steadfastness in facing the future, while gratitude fosters appreciation for the blessings already received. In adolescents, these two attitudes play a role in shaping noble morality towards Allah, fostering optimism, contentment, spiritual tranquility, and positive behavior in daily life. Thus, trust in God and gratitude are not only theological teachings, but also essential foundations for developing the character of Muslim youth with commendable morals and balanced personalities.

Keywords: Trust in God, Gratitude, Morality, Youth, Sufism, Moral Education.

Abstrak Penelitian ini membahas makna tawakal dan syukur sebagai manifestasi akhlak kepada Allah pada anak usia remaja. Melalui metode studi pustaka dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini mengkaji konsep-konsep spiritual yang bersumber dari Al-Qur'an, hadis, serta pemikiran para ulama seperti Al-Ghazali, Ibn Qayyim, dan ulama sufi lainnya. Tawakkal dipahami sebagai sikap bersandar sepenuhnya kepada Allah setelah usaha maksimal dilakukan, yang melahirkan ketenangan, kepasrahan, dan keyakinan pada ketetapan-Nya. Syukur dipahami sebagai pengakuan dan penghargaan mendalam atas nikmat Allah melalui ilmu, kondisi hati, dan amal perbuatan yang melibatkan lisan, hati, dan anggota tubuh. Penelitian ini menemukan bahwa tawakkal dan syukur merupakan dua maqam penting dalam akhlak kepada Allah yang saling melengkapi. Tawakkal membentuk keteguhan menghadapi masa depan, sedangkan syukur menumbuhkan penghargaan atas nikmat yang telah diterima. Pada remaja, kedua sikap ini berperan dalam membentuk akhlak mulia kepada Allah, menumbuhkan optimisme, qonaah, ketenangan spiritual, serta perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, tawakkal dan syukur bukan hanya ajaran teologis, tetapi juga fondasi penting bagi pembentukan karakter remaja muslim yang berakhlak terpuji dan memiliki kepribadian seimbang.

Kata Kunci: Tawakal, Syukur, Akhlak kepada Allah, Remaja, Tasawuf, Pendidikan Akhlak.

PENDAHULUAN

Allah Subhanahu Wa Ta'ala merupakan *Al-Wakil* yang artinya tempat bergantung. Manusia adalah makhluk ciptaan-Nya yang diberi akal untuk berfikir dan mengolah perasaan. Tetapi manusia tidak pernah benar-benar bisa menyelesaikan urusannya sendiri atau sekedar dibantu sesama manusia lain. Untuk itu manusia

hendaknya selalu bergantung dan bersandar kepada Allah SWT. Dalam keadaan senang maupun sedih, dalam susah maupun mudah, dalam sakit maupun sehat. Manusia seharusnya menggantungkan dan menyandarkannya kepada Allah SWT agar manusia terhindar dari sifat sombong.

Salah satu bentuk kebergantungan kita kepada Allah adalah dengan berdo'a. Tetapi Allah punya wewenang untuk mengabulkan atau tidak. Oleh sebab itu setelah berdo'a manusia juga harus memasrahkan nasibnya kepada Allah dan menerima apapun yang terjadi. Imam Al Ghozali berkata, bahwa siapa yang menghabiskan waktunya hanya untuk beribadah kepada Allah seperti berpikir, berdzikir dan lain-lain, sedangkan usaha itu mengganggu untuk melakukan ibadah dan nafsunya tidak mengharapkan suatu pemberian dari orang yang masuk kepadanya, dan hatinya tidak merasa marah apabila ternyata rizkinya sulit, maka tawakal baginya adalah lebih utama karena didalamnya terdapat sifat sabar dan memerangi nafsu. Dalam ilmu tasawuf juga mengajarkan untuk senantiasa bertawakal. Seperti yang dikatakan Dzun al-Nur al-Mishri, maqam dapat diketahui berdasarkan tanda-tanda, simbol-simbol dan amalannya. Dari segi jenis-jenis maqam, al-Mishri mengemukakan bahwa salah-satu maqom dalam ilmu tasawuf adalah tawakal.

KAJIAN TEORITIS

Akhhlak kepada Allah merupakan fondasi utama dalam ajaran Islam yang menjadi dasar bagi terbentuknya seluruh perilaku manusia. Akhhlak ini mencerminkan sikap batin dan lahir seorang hamba dalam mengenal, mencintai, mengagungkan, serta menaati Allah SWT. Hubungan manusia dengan Allah menjadi titik awal pembentukan akhhlak lainnya, karena dari hubungan spiritual yang lurus akan lahir perilaku sosial yang baik. Para ulama menegaskan bahwa pendidikan Islam sejatinya bertujuan membersihkan hati dan menata hubungan hamba dengan Tuhannya, sehingga akhhlak kepada Allah menempati posisi sentral dalam pembinaan kepribadian muslim.

Dalam konteks akhhlak kepada Allah, tawakal dan syukur merupakan dua sikap batin yang sangat penting dan saling melengkapi. Tawakal secara etimologis bermakna bersandar dan mempercayakan urusan kepada pihak lain, sedangkan secara terminologis tawakal dipahami sebagai sikap berserah diri sepenuhnya kepada Allah setelah melakukan ikhtiar secara maksimal. Tawakal bukanlah sikap pasif atau menyerah tanpa usaha, melainkan perpaduan antara kerja keras dan penyerahan hasil kepada kehendak Allah. Al-Ghazali menjelaskan bahwa tawakal adalah ketergantungan hati kepada Allah Yang Maha Mengatur, dengan keyakinan bahwa segala manfaat dan mudarat hanya berada dalam kekuasaan-Nya. Ibn Qayyim juga menegaskan bahwa tawakal mencakup kesungguhan dalam melakukan sebab-sebab dan ketulusan hati dalam menyerahkan hasil kepada Allah.

Tawakal memiliki dimensi spiritual yang mendalam karena membentuk ketenangan jiwa, menghilangkan kecemasan berlebihan, serta menumbuhkan keyakinan bahwa setiap ketentuan Allah mengandung hikmah. Dalam kehidupan seorang muslim,

tawakal menjadi kekuatan batin yang menjaga keseimbangan antara usaha dan keimanan. Sikap ini melatih seseorang untuk tidak bergantung sepenuhnya pada kemampuan diri atau makhluk, melainkan menjadikan Allah sebagai sandaran utama dalam setiap aspek kehidupan.

Syukur merupakan sikap pengakuan dan penghargaan atas segala nikmat yang Allah anugerahkan kepada manusia. Secara bahasa, syukur berarti memuji dan berterima kasih, sedangkan secara istilah syukur dimaknai sebagai penggunaan nikmat sesuai dengan kehendak Pemberi nikmat. Para ulama tasawuf memandang syukur sebagai salah satu maqam spiritual yang tersusun dari unsur ilmu, keadaan hati, dan amal perbuatan. Ilmu berkaitan dengan kesadaran bahwa nikmat berasal dari Allah, keadaan hati berupa rasa senang dan tunduk kepada-Nya, sedangkan amal perbuatan tampak dalam penggunaan nikmat untuk kebaikan dan ketaatan.

Syukur tidak hanya diwujudkan melalui ucapan lisan, tetapi juga melalui sikap batin dan perbuatan nyata. Syukur dengan hati melahirkan rasa cukup (qonaah) dan menjauhkan diri dari iri serta keluh kesah. Syukur dengan lisan terwujud dalam pujian kepada Allah, sedangkan syukur dengan perbuatan tampak dalam ketaatan dan pemanfaatan nikmat sesuai ajaran Islam. Dengan demikian, syukur menjadi sarana pembentukan karakter yang rendah hati, optimis, dan bertanggung jawab.

Tawakal dan syukur memiliki hubungan yang erat sebagai manifestasi akhlak kepada Allah. Tawakal mengatur cara seorang hamba menyikapi masa depan, sedangkan syukur mengatur respons terhadap nikmat yang telah diterima. Keduanya saling melengkapi dalam menjaga keseimbangan spiritual seorang muslim. Tawakal tanpa syukur dapat membuat seseorang kurang menghargai nikmat yang ada, sementara syukur tanpa tawakal dapat menjadikan seseorang terlena dengan kondisi saat ini tanpa kesiapan menghadapi ujian. Ketika keduanya diamalkan secara bersamaan, akan terbentuk kepribadian yang tenang, optimis, dan dekat dengan Allah.

Pada masa remaja, tawakal dan syukur memiliki peran strategis dalam pembentukan akhlak dan kepribadian. Remaja berada pada fase pencarian jati diri yang penuh dengan tekanan psikologis, sosial, dan akademik. Tawakal membantu remaja menghadapi tantangan hidup dengan lebih tenang dan tidak mudah putus asa, sedangkan syukur menumbuhkan sikap menerima diri, menghargai kehidupan, dan memunculkan motivasi untuk berbuat baik. Dengan pembiasaan tawakal dan syukur, remaja dapat tumbuh menjadi pribadi yang beriman, berakhlak mulia, stabil secara emosional, serta memiliki keseimbangan antara usaha dan kepasrahan kepada Allah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini, yang berjudul "Makna tawakal dan syukur sebagai manifestasi akhlak kepada Allah pada anak remaja," menggunakan studi pustaka (library research) sebagai metode utama. Pendekatan kualitatif diterapkan untuk menggali dan memperdalam konsep tawakal dan syukur dari perspektif akhlak. Data primer diperoleh dari Al-Qur'an dan Hadis Rasulullah Saw sebagai sumber utama dalam memahami ajaran

Islam. Selain itu, buku-buku atau kitab-kitab yang relevan juga menjadi bahan eksplorasi. Data sekunder diperoleh melalui telaah dan kajian berbagai buku serta karya tulis ilmiah yang berkaitan dengan tema penelitian. Analisis data dilakukan secara deduktif dan induktif [Naldi, et al., 2023]. Metode deduktif digunakan untuk memperoleh gambaran umum tentang dalil-dalil yang mengkaji konsep tawakal melalui akhlak tasawuf. Sementara itu, metode induktif digunakan untuk memperoleh dan mengungkapkan gambaran yang lebih rinci mengenai konsep tawakal yang terseskrripsikan melalui akhlak tasawuf, sebagaimana yang diambil dari Al-Qur'an dan Hadis Rasulullah Saw.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Akhlak Kepada Allah

Akhhlak kepada allah adalah perilaku lahir dan batin seorang hamba dalam menghormati, mengagungkan, mencintai, serta menaati allah. Akhlak kepada allah menjadi dasar bagi akhlak lainnya karena sebelum manusia beehubungan dengan sesama, hubungan manusia dengan allah sebagai pencipta harus lurus dan benar. Akhlak kepada Allah merupakan manifestasi perilaku dan sikap seorang hamba dalam hubungannya dengan Tuhan. Akhlak ini berbeda dengan akhlak sosial, karena fokus utamanya adalah ketaatan, penghambaan, dan hubungan spiritual dengan Allah. Berdasarkan literatur klasik dan modern, ruang lingkup akhlak kepada Allah mencakup aspek Iman, ketaatan ibadah, tawakal, syukur, qonaah. Pendidikan Islam tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi terutama membentuk hubungan yang benar antara hamba dan Tuhannya sebagai inti dari seluruh akhlak. Imam al-Ghazali menjelaskan bahwa tujuan utama pendidikan adalah menjernihkan hati agar dekat kepada Allah, dan akhlak kepada Allah merupakan inti penyucian tersebut.

2. Makna Tawakal

Tawakkal, istilah ini berasal dari akar kata dalam bahasa Arab "tawakkala" yang berarti "mempercayakan" atau "mengandalkan". Keduanya mengandung makna memperlihatkan ketidakmampuan dan bersandar atau pasrah kepada orang lain. Bisa juga berarti berserah diri sepenuhnya kepada Allah Swt dalam menghadapi atau menunggu hasil suatu pekerjaan dan usaha yang telah dilakukan¹. Namun bertawakal tidak serta merta memasrahkan urusannya kepada allah. Sebelum tawakal, manusia harus melewati suatu proses yang disebut dengan ikhtiar atau usaha secara maksimal. Dalam QS. Ali Imran: 159, Allah memerintahkan Nabi Muhammad agar bermusyawarah, mengambil keputusan, lalu bertawakal kepada Allah.

¹ Misbahul faizah dan syamsul arifin. KONSEP TAWAKAL DALAM AL-QUR'AN DAN RELEVANSINYA TERHADAP PENDIDIKAN. Putih: Jurnal Pengetahuan tentang Ilmu dan Hikmah. Vol. VIII, No. 2 (September 2023). Hal 3

Beberapa definisi lain dari makna tawakal menurut para ulama sufi ialah sebagai berikut: Imam Al-Ghazali menyatakan bahwa tawakal ialah pengendalian hati kepada Tuhan Yang Maha pelindung karena segala sesuatu tidak keluar dari ilmu dan kekuasaan-Nya, sedangkan selain Allah Swt tidak dapat membahayakan dan tidak dapat memberinya manfaat (Imam Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al Ghazali 2005). Sedangkan Abu Nashr Siraj Ath-Thusi menyebutkan bahwa syarat tawakal alah nelepaskan anggota tubuh dalam penghambaan, mengantungkan hati dengan kuliah, menggantungkan hati dengan ketuhanan, dan bersikap merasa cukup. Apabila ia mendapatkan yang diinginkan maka dia Dalil Al-Qur'an dan Hadist tentang Tawakal

فِيمَا رَحْمَةٌ مِّنَ اللَّهِ إِلَّا نَتَّلَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَطَّا غَلِيلَنِ الْقَلْبِ لَا فَضُّلُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَارِرُهُمْ فِي
الْأَمْرِ قَادِرًا عَزَّمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ أَنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Maka, berkat rahmat Allah engkau (Nabi Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Seandainya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka akan menjauh dari sekitarmu. Oleh karena itu, maafkanlah mereka, mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal. (Q.S. Ali Imron: 159)

وَإِذْ تَأْذَنَ رَبُّكُمْ لِئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ أَنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

(Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya azab-Ku benar-benar sangat keras.”(Q.S. Ibrahim: 7)

3. Makna Tawakal Menurut Ulama (Al-Ghazali, Ibn Qayyim, dll.)

Al-Ghazali menjelaskan bahwa tawakal adalah bersandarnya hati kepada Allah secara total setelah seseorang melakukan usaha yang maksimal. Artinya, usaha tetap wajib dilakukan, tetapi hati tidak menggantungkan hasil pada usaha itu, melainkan kepada Allah. Menurut Ibn Qayyim, tawakal mencakup kepasrahan hati, keyakinan kuat pada ketetapan Allah, dan kesungguhan dalam melakukan sebab-sebab. Ia menegaskan bahwa tawakal bukan meninggalkan usaha, tetapi memurnikan ketergantungan hanya kepada Allah. Imam Nawawi menyebut tawakal sebagai sifat hati yang yakin bahwa semua ketentuan Allah adalah yang paling baik, sehingga seorang hamba tetap tenang menghadapi hasil apa pun setelah berusaha. Qaradawi mendefinisikan tawakal sebagai perpaduan harmonis antara upaya rasional manusia dan kebergantungan spiritual kepada Allah. Kemajuan datang dari usaha, tetapi ketenangan datang dari tawakal.

Unsur-nsur Tawakal antara lain adalah Ikhtiar, Ts iqah, dan Tafwidh. Syariat menegaskan bahwa tawakal tidak berarti meninggalkan usaha, tetapi menggabungkan kerja dan doa secara seimbang (Ibn Qayyim al-Jauziyyah, Madārij al-Sālikīn, Jilid 2, hal. 118–120). Ts iqah, yaitu rasa percaya penuh bahwa Allah tidak akan menelantarkan hamba-Nya; keyakinan ini tumbuh dari iman kepada sifat Allah sebagai al-Wakīl, Zat yang mengurus seluruh keperluan manusia (Al-Ghazālī, Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn, Kitab Tawakkul wa at-Tafsīr, hal. 88–92). Tafwidh, yakni menyerahkan

seluruh hasil dan ketetapan akhir kepada Allah setelah berusaha; seorang hamba menyadari bahwa segala sesuatu berada dalam kekuasaan-Nya, sehingga hati menjadi tenang meskipun hasilnya tidak sesuai harapan (As-Sayyid Sābiq, Riyāḍus Ṣāliḥīn Syarḥ, Bab Tawakkul, Dar al-Fikr, hal. 55–56).

4. Makna Syukur

Syukur secara bahasa diambil dari kosakata bahasa Arab, yaitu alsyukur (الشكور) atau al-syukru (الشك). Kata al-syukur merupakan bentuk isim masdar (kata benda) yang berasal dari kata شکرا و شکرا يشکر شکر, artinya berterima kasih atau ucapan terimakasih². Syukur merupakan salah satu maqom para penempuh jalan ruhani. Sedangkan menurut kajian tematik digital, syukur merupakan sikap menerima dan memuji Allah secara total atas Karunia dan Ni'mat yang telah diberikan. Adapun bentuk dari memujinya yaitu dengan melaksanakan berbagai ketaatan³. Syukur juga terbentuk dari amal perbuatan. Syukur adalah mengerahkan secara total segenap potensi untuk hal yang paling dicintai Allah. Menurut Al-Raghib, syukur ada tiga macam yaitu syukurnya hati (syukr al-qalb) berupa penggambaran nikmat, syukurnya lisan (syukr al-lisan) berupa pujiannya kepada Allah sebagai sang pemberi nikmat dan syukurnya anggota tubuh yang lain (syukr sair al-jawarih) dengan mengimbangi nikmat itu menurut kadar kepentasannya⁴. Oleh sebab itu, Rasulullah saw bersabda:

أَفَلَا أَكُونُ عَبْدًا شُكُورًا

"Apakah aku tidak seharusnya menjadi hamba yang banyak bersyukur.?"

Syukur secara lisan adalah termasuk salah satu wujud syukur. Ada pendapat yang menyatakan bahwa syukur adalah pengakuan terhadap ni'mat dari Sang Pemberi ni'mat dengan penuh ketundukan. Ada pula pendapat yang mengatakan bahwa syukur merupakan pujiannya untuk Sang Pemberi kebaikan dengan menyebut kebaikan-Nya.⁵

5. Hubungan Tawakal dan Syukur Sebagai Manifestasi Akhlak Kepada Allah Tawakal sebagai Akhlak Hamba kepada Allah

Tawakal seorang hamba kepada Allah SWT adalah manifestasi dari keyakinan mendalam bahwa hanya Allah SWT yang Maha Kuasa atas segala sesuatu dan menjadi ukuran tingginya keimanan seseorang kepada Allah⁶. Tawakal bukan sekadar berserah diri tanpa usaha, melainkan puncak dari ikhtiar maksimal yang diiringi dengan keyakinan penuh bahwa hasil akhir berada di sisi Allah SWT. Sikap tawakal mencerminkan keimanan yang kokoh, ketenangan hati, dan penerimaan terhadap segala ketentuan-Nya, baik yang menyenangkan maupun yang tidak. Dalam buku "Tazkiyatun Nafs: Mensucikan Jiwa" karya Said Hawwa, dijelaskan bahwa tawakal

² Mahmud Yunus, Kamus Arab Indonesia, (Jakarta: PT. Mahmud Yunus wa Dzurriyyah, 2010),

³ Tatang Hidayat, dkk. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar. *MAKNA SYUKUR BERDASARKAN KAJIAN TEMATIK DIGITAL AL-QURAN DAN IMPLIKASINYA DALAM PENDIDIKAN AKHLAK DI SEKOLAH DASAR*. Vol. IV, No. 1. 2019

⁴ Ar-Ragib al-Isfahani, Mu'jam Mufradat Alfaz al-Qur'an (Beirut: Dar al-Fikr, t.t.), hlm. 272.

⁵ al-Ghazali, Ihya' 'Ulumuddin, terj. Muhammad Zuhri (Jakarta: Republika, 2016)

⁶ Anni Naldi, dkk. KONSEP TAWAKAL DALAM KAJIAN AKHLAK TASAWUF BERDASARKAN DALIL PADA AL QUR'AN. Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education Volume 10 Nomor 2 Juni 2023.

adalah salah satu kunci untuk mensucikan jiwa dan mendekatkan diri kepada Allah, karena dengan bertawakal, seorang hamba melepaskan ketergantungan kepada makhluk dan hanya bergantung kepada Sang Pencipta. Selain itu, dalam buku "La Tahzan: Jangan Bersedih" karya Dr. Aidh Al-Qarni, tawakal digambarkan sebagai obat penenang hati yang ampuh, karena dengan bertawakal, seorang hamba menyerahkan segala urusannya kepada Allah dan yakin bahwa Allah akan memberikan yang terbaik baginya.

Syukur sebagai Wujud Penghamaan kepada Allah

Syukur termasuk salah satu maqam para penempuh jalan ruhani (salikin). Syukur juga tersusun dari ilmu, hal (kondisi spiritual) dan amal perbuatan. Ilmu adalah dasar lalu melahirkan hal (kondisi spiritual) sedangkan hal melahirkan amal perbuatan. Ilmu adalah mengetahui ni'mat dari Pemberi ni'mat. Hal adalah kegembiraan yang terjadi karena pemberian ni'mat-Nya. Sedangkan perbuatan adalah melaksanakan apa yang menjadi tujuan Pemberi ni'mat dan apa yang dicintai-Nya. Amal perbuatan tersebut berkaitan dengan hati, anggota badan dan lisan. Semua ini harus dijelaskan agar hakikat syukur dapat dipahami dengan benar, karena semua keterangan yang dikemukakan tentang definisi syukur kurang meliputi kesempurnaan maknanya. Dasar pertama: Ilmu, yaitu ilmu tentang tiga perkara: Ni'mat itu sendiri. segi keberadaanya sebagai ni'mat baginya, dan Dzat Pemberi ni'mat serta keberadaan sifat-sifat-Nya yang dengan sifat-sifat tersebut terjadilah pemberian ni'mat dan berlangsunglah pemberian ni'mat dari-Nya kepadanya. Dasar kedua: Hal (kondisi spiritual) yang berlandaskan pada dasar pengetahuan, yaitu kegembiraan kepada Pemberi ni'mat disertai keadaan tunduk dan tawadhu'. Dasar ketiga: Amal perbuatan sesuai dengan tuntutan kegembiraan yang terjadi dari pengetahuan tentang Pemberi ni'mat. Amal perbuatan ini berkaitan dengan hati, lisan dan anggota badan.

Keseimbangan Spiritual Tawakal dan Syukur dalam Kehidupan Muslim

Tawakal dan syukur adalah dua sikap hati yang saling melengkapi. Tawakal mengatur cara seorang muslim menghadapi masa depan, sedangkan syukur mengatur sikapnya terhadap apa yang telah Allah berikan. Keduanya membentuk karakter yang kuat, tenang, dan penuh kedekatan dengan Allah. Tawakal bukan menyerah, tetapi menggabungkan ikhtiar yang sungguh-sungguh dengan penyerahan hati kepada Allah. Seorang muslim bekerja keras, merencanakan, berdoa, lalu meyakini bahwa hasil akhirnya berada di tangan Allah. Dengan tawakal, seseorang tidak mudah gelisah terhadap kemungkinan buruk, karena ia percaya Allah memilihkan yang terbaik. Syukur muncul setelah seorang muslim menerima apa yang Allah tetapkan. Syukur ini tampak dalam ucapan, seperti memuji Allah, dalam hati, yaitu merasa cukup dengan pemberian-Nya, dalam perbuatan, yaitu memakai nikmat untuk kebaikan. Syukur menjaga seseorang dari rasa tidak puas, iri, dan tamak. Tawakal tanpa syukur membuat seseorang hanya berfokus pada masa depan, tetapi tidak menghargai nikmat yang sedang ia miliki. Sebaliknya, syukur tanpa tawakal bisa membuat seseorang terlena dengan kenyamanan sekarang tanpa mempersiapkan diri menghadapi ujian. Tawakal memberikan ketenangan, syukur memberikan kekuatan

untuk tetap optimis. Syukur mencegah sompong, sementara tawakal mengingatkan bahwa nikmat datang dari Allah, bukan semata usaha pribadi. Jika gagal, ia menguatkan diri dengan tawakal. Jika berhasil, ia memperkuat diri dengan syukur. Keduanya menjaga hati agar tetap seimbang dan tidak berlebihan. Tawakal mengajarkan kebergantungan, syukur mengajarkan penghargaan. Keduanya membuat hubungan seorang hamba dengan Allah lebih hangat dan bernilai.

6. Peran Tawakal dan Syukur dalam Pembentukan Kepribadian Remaja Tawakal dan Syukur dapat mendorong remaja untuk berakhhlak mulia.

Akhhlak mulia adalah sikap dan perilaku baik yang tumbuh dari hati yang bersih, sesuai ajaran Al-Qur'an dan Sunnah. Akhhlak bukan hanya teori, tetapi kebiasaan yang tercermin dalam ucapan, tindakan, dan karakter sehari-hari. Tujuannya untuk membentuk pribadi bertakwa, menumbuhkan perilaku yang bermanfaat bagi diri dan orang lain, mencegah akhhlak buruk seperti dusta, iri, sompong, dan malas, membiasakan hidup disiplin, jujur, dan bertanggung jawab, menghasilkan generasi yang beradab dan bermoral. Syukur juga bisa membentuk emosi positif yang bisa mendatangkan kebahagiaan⁷

Tawakal menumbuhkan keyakinan bahwa setiap usaha akan bernilai ketika diserahkan hasilnya kepada Allah SWT. Sikap ini membuat remaja lebih tenang menghadapi berbagai tekanan. Karena sejatinya usia remaja merupakan usia pencarian jati diri dimana banyak tekanan dan tantangan dalam dunia pendidikan maupun lingkungan sosial. Dengan memiliki sikap tawakal, remaja akan lebih pandai mengolah perasaan sehingga terhindar dari stress dan memperoleh ketenangan⁸. Ketenangan yang muncul dari tawakal membantu remaja untuk lebih fokus dalam menjalankan ibadah, seperti salat, membaca Al-Qur'an, serta memperbaiki akhhlak, karena hati mereka tidak dipenuhi kecemasan berlebih. **Syukur** membuat remaja lebih mampu menghargai nikmat yang diberikan Allah kepada manusia. Kesadaran akan nikmat tersebut mendorong mereka untuk mendekatkan diri kepada Allah sebagai bentuk terima kasih, misalnya dengan memperbanyak ibadah, menjauhi perbuatan yang merugikan diri, dan meningkatkan amal baik. Remaja yang bersyukur cenderung memiliki motivasi internal yang kuat untuk berbuat kebaikan dan menjauhi perilaku negatif karena mereka merasa hidupnya bernilai dan penuh karunia.

Tawakal dan syukur dapat menumbuhkan rasa optimis dan qonaah dalam hidup adalah dua pilar penting dalam membangun mentalitas yang kuat dan meraih kebahagiaan yang sempurna. Optimisme memungkinkan kita bisa melihat peluang di balik setiap tantangan, memelihara harapan dan mengambil tindakan positif untuk mencapai tujuan yang baik. Qonaah, di sisi lain, juga mengajarkan kita untuk

⁷ Handrix Chris Haryanto and Fatchiah E Kertamuda, 'Syukur Dalam Sebuah Pemaknaan', *InSight*, 18.2 (2016), 2548–1800 <<http://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/psikologi/article/view/395/314>>.

⁸ Anni Zulfiani Husnar, Siti Saniah, and Fuad Nashori, 'Harapan, Tawakal, Dan Stres Akademik', *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2.1 (2017), 94 <<https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1179>>.

menerima dan mensyukuri apa yang telah kita miliki, mengurangi rasa iri dan ketidakpuasan yang seringkali menghantui pikiran kita. Kombinasi keduanya menciptakan keseimbangan yang harmonis, memungkinkan kita untuk menjalani hidup dengan lebih damai dan bermakna. Kombinasi keduanya menciptakan keseimbangan yang harmonis, memungkinkan kita untuk menjalani hidup dengan lebih damai dan bermakna. Dalam buku "Atomic Habits" karya James Clear, ditekankan pentingnya perubahan kecil dan berkelanjutan dalam membentuk kebiasaan positif, termasuk memupuk optimisme melalui fokus pada kemajuan, bukan hanya hasil akhir.

KESIMPULAN

Tawakal dan syukur merupakan dua ajaran fundamental dalam akhlak kepada Allah yang saling melengkapi dan menjadi pilar penting dalam pembentukan karakter seorang muslim, termasuk pada anak usia remaja. Tawakal berarti bersandar sepenuhnya kepada Allah setelah melakukan ikhtiar secara maksimal, sebagaimana ditegaskan oleh ulama seperti Al-Ghazali dan Ibn Qayyim. Ia melahirkan ketenangan hati, keyakinan pada ketetapan Allah, serta kemampuan menghadapi masa depan tanpa kecemasan berlebih. Syukur, bermakna pengakuan dan penghargaan mendalam atas nikmat Allah melalui hati, lisan, dan amal perbuatan. Syukur menumbuhkan rasa cukup (qonaah), menghindarkan dari sikap iri, dan memperkuat hubungan spiritual hamba dengan Allah.

Dalam akhlak kepada Allah, tawakal dan syukur bukan sekadar sikap batin, tetapi juga manifestasi dari iman, ketundukan, dan penghambaan. Tawakal mengatur sikap hamba menghadapi masa depan, sedangkan syukur mengatur respons terhadap nikmat yang telah diterima. Keduanya menyeimbangkan kepribadian seorang muslim: tawakal menumbuhkan keberanian dan keteguhan hati, sementara syukur menumbuhkan kerendahan hati serta kesadaran bahwa semua kebaikan berasal dari Allah.

Bagi remaja, tawakal dan syukur berperan besar dalam pembentukan akhlak dan kesehatan mental. Tawakal membantu mereka menghadapi tekanan hidup, ujian, dan perubahan masa remaja dengan lebih tenang dan terarah. Syukur menumbuhkan kebahagiaan, rasa cukup, motivasi untuk berbuat baik, serta perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari. Ketika keduanya diamalkan bersama, remaja akan tumbuh menjadi pribadi yang disiplin, optimis, bertanggung jawab, dan dekat dengan Allah—menjadi generasi berakhhlak mulia yang mampu menghadapi tantangan hidup dengan keseimbangan spiritual yang kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazālī, Abū Ḥāmid. *Iḥyā' 'Ulūm ad-Dīn. Kitāb at-Tawakkul wa at-Tafsīr.*
Al-Ghazali, Ihya' 'Ulumuddin, terj. Muhammad Zuhri (Jakarta: Republika, 2016)
Al-Qarni, Aidh. 2006. La Tahzan: Jangan Bersedih. Qisthi Press.

- Anni Naldi, dkk. 2023. *KONSEP TAWAKAL DALAM KAJIAN AKHLAK TASAWUF BERDASARKAN DALIL PADA AL QUR'AN*. Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education Volume 10 Nomor 2.
- Anni Zulfiani Husnar, Siti Saniah, and Fuad Nashori, 'Harapan, Tawakal, Dan Stres Akademik', *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2.1 (2017), 94 <<https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1179>>.
- Ar-Ragib al-Isfahani, Mu'jam Mufradat Alfaz al-Qur'an (Beirut: Dar al-Fikr, t.t.), hlm. 272.
- Clear, James. 2018. *Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones*. Avery.
- Handrix Chris Haryanto and Fatchiah E Kertamuda, 'Syukur Dalam Sebuah Pemaknaan', *InSight*, 18.2 (2016), 2548–1800 <<http://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/psikologi/article/view/395/314>>.
- Hawwā, Sa'īd. *Tazkiyatun Nafs: Membersihkan Jiwa Menurut Imam al-Ghazali dan Para Sufi*. Terj. Abdul Qodir al-Jailani. Jakarta: Gema Insani Press, 2005.
- Ibn Qayyim al-Jauziyyah. *Madārij al-Sālikīn*, Jilid 2. Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, t.t.
- M. Quraish Shihab, 2007, *Akhlaq Mulia*, Tangerang:Lentera Hati
- Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, (Jakarta: PT. Mahmud Yunus wa Dzurriyyah, 2010)
- Misbahul faizah dan syamsul arifin. KONSEP TAWAKAL DALAM AL-QUR'AN DAN RELEVANSINYA TERHADAP PENDIDIKAN. Putih: Jurnal Pengetahuan tentang Ilmu dan Hikmah. Vol. VIII, No. 2 (September 2023).
- Naldi, A., Fajar Hasan Mursyid, Febri Fauzia Adami, Zahrani Alawiah, Rahma Dinda & Pepi Yusrita Harahap. *Kontribusi Pendidikan Agama Islam dalam Mempertahankan Kelestarian Lingkungan di Era Tantangan Masyarakat Modern*. At-Tazakki, Vol. 7 No. 2, 2023.
- Sābiq, As-Sayyid. *Riyāḍuṣ Ṣāliḥīn Syarḥ*. Beirut: Dār al-Fikr, t.t.
- Tatang Hidayat, dkk. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar. *MAKNA SYUKUR BERDASARKAN KAJIAN TEMATIK DIGITAL AL-QURAN DAN IMPLIKASINYA DALAM PENDIDIKAN AKHLAK DI SEKOLAH DASAR*. Vol. IV, No. 1. 2019