NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHADAP Q.S AL-INSYIRAH

SKRIPSI

OLEH:

SALSABELA RIZQI MAZIDAH

NIM 210204110088

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS SYARIAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

MALANG

2025

NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHADAP Q.S AL-INSYIRAH

SKRIPSI

OLEH:

SALSABELA RIZQI MAZIDAH

NIM 210204110088

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS SYARIAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

MALANG

2025

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Demi Allah,

Dengan kesadaran dan rasa tanggung jawab terhadap pengembangan keilmuan, Penulis menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHADAP Q.S AL-INSYIRAH

Benar-benar merupakan skripsi yang disusun sendiri berdasarkan kaidah penulisan karya ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan. Jika dikemudian hari laporan penelitian skripsi ini merupakan hasil plagiasi karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, maka skripsi sebagai prasyarat mendapat predikat gelar sarjana dinyatakan batal demi hukum.

Malang, 02 Juni 2025

Penulis,

Salsabela Rizqi Mazidah

NIM 210204110088

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERSETUJUAN

Setelah membaca dan mengoreksi skripsi saudari Salsabela Rizqi Mazidah NIM: 210204110088. Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul:

NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHADAP Q.S AL-INSYIRAH

maka pembimbing menyatakan bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat-syarat ilmiah untuk diajukan dan diuji oleh Majelis Dewan Penguji.

Malang, 02 Juni 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Ali Hamdan, M.A., Ph.D.
NIP. 197601012011011004

Dosen Pembimbing.

Ali Hamdan, M.A., Ph.D.
NIP. 197601012011011004

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

Majelis Dewan Penguji skripsi saudari Salsabela Rizqi Mazidah NIM 210204110088 Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul:

NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHADAP Q.S AL-INSYIRAH

Telah dinyatakan lulus dalam sidang ujian skripsi yang dilaksanakan pada tanggal 12 Juni 2025, dengan nilai.

Dewan Penguji:

1. Abd. Rozaq, M.Ag ( ) Ketua
   NIP. 198305232023211009
2. Ali Hamdan, M.A., Ph.D ( ) Sekretaris
   NIP. 197601012011011004
3. Prof. Dr. Nasrullah, Lc., M.Th.I ( ) Penguji Utama
   NIP. 198112232011010002

Malang, 20 Juni 2025

Dekan, Prof. Dr. Sudirman, M.A
NIP. 197708222005011003

Dipindai dengan CamScanner

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“*Maka sesungguhnya Bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya Bersama kesulitan ada kemudahan.”*

(Q.S al-Insyirah [94]: 5-6)

PEDOMAN TRANSLITERASI

A. Umum

Transliterasi merupakan pengalihan jenis huruf ke dalam jenis huruf lainnya. Sebagaimana tulisan Arab ke dalam tulisan Indonesia (Latin), bukan terjemahan bahasa Arab ke dalam bahasa Indonesia. Termasuk dalam kategori ini adalah nama Arab dari bangsa Arab. Adapun nama Arab dari bangsa selain Arab ditulis sebagaimana ejaan bahasa nasionalnya, atau sebagaimana yang tertulis dalam buku yang menjadi rujukan. Meskipun demikian, penulis judul buku dalam footnote maupun daftar pustaka, tetap merujuk pada ketentuan transliterasi ini.

Transliterasi yang digunakan Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menggunakan EYD plus, yaitu transliterasi yang didasarkan atas surat keputusan bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1998, No. 158/1987 dan 0543. B/U/1987, sebagaimana tertera dalam buku pedoman Transliterasi Bahasa Arab (A Guide Arabic Transliterasi), INIS Fellow 1992.

B. Konsonan

Berikut daftar huruf bahasa Arab beserta transliterasinya ke dalam huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ṡa	Ṡ	Es titik di atas
ج	Jim	J	Je
ح	Ḣa	Ḣ	Ha titik di atas
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Ż	Ż	Zet titik di atas
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Ṣad	Ṣ	Es titik di bawah
ض	Ḍad	Ḍ	De titik di bawah
ط	Ṭa	Ṭ	Te titik di bawah
ظ	Ẓa	Ẓ	Zet titik di bawah
ع	‘Ain	‘	koma terbalik

غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qof	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء/أ	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (Á) pada posisi awal kata mengikuti vokalnya tanpa dibubuhi tanda apapun. Sebaliknya, jika hamzah terletak di tengah atau di akhir kata, maka ditulis dengan tanda apostrof (').

C. Vokal dan Diftong

Setiap penulisann bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin seperti vokal pendek *fathah* ditulis dengan "a". *Kasroh* dengan "i", *dlommah* dengan "u". Adapun vokal panjang ditulis menambahkan strip pada atas huruf seperti vocal "a" panjang ditulis ā, vocal "i" panjang ditulis ī, vocal "u" panjang ditulis. Secara detail akan disajikan contoh pada susunan tabel berikut ini:

Vokal (a) panjang	*fathah + alif*	ā	قال	ditulis	*Qāla*

Vokal (i) panjang	*kasrah + ya mati*	Ī	قيل	ditulis	*Qīla*
Vokal (u) panjang	*dammah + wawu mati*	ū	فروض	ditulis	*Furūḍ*

Khusus untuk bacaan ya' nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan "i", melainkan tetap ditulis dengan "iy" agar dapat menggambarkannya ' nisbat di akhirnya. Begitu juga, untuk suara diftong atau vokal rangkap wawu dan ya' setelah *fathah* ditulis dengan "aw" dan "ay". Perhatikan contoh berikut:

Diftong(aw)	*fathah + wawu mati*	قول	ditulis	Qawlun
Diftong (ay)	*fathah + ya' mati*	خير	ditulis	Khayrun

D. Ta' Marbuthah

Terdapat dua transliterasi pada *Ta' Marbuthah*. *Pertama,* ditulis dengan "*t"* jika berada di tengah kalimat. *Kedua*, ditulis dengan menggunakan *"h"* jika *Ta' Marbuthah* berada di akhir kalimat misalnya الرسلة المدرسة menjadi *al risalat li al-mudarrisah*, atau apabila berada di tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudhaf* dan *mudhaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "t" yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya في رحمة الله menjadi *fi rahmatillah.*

E. Kata Sandang dan Lafadh Al-Jalalah

Kata sandang berupa "al" (ال) ditulis dengan huruf kecil dan terletak di awal kalimat. Sedangkan "al" dalam lafaz jalalah di tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*), maka dihilangkan. Sebagaimana contoh berikut ini:

1. Al-Imam al-Bukhariy mengatakan
2. Al-Bukhariy dalam Mukadimah kitabnya memaparkan
3. Billah ‘azza wa jalla

F. Nama dan Kata Arab Terindonesiakan

Pada prinsipnya setiap kata yang berasal dari bahasa Arab ditulis dengan menggunakan sistem transliterasi. Apabila kata tersebut merupakan nama Arab dari orang Indonesia atau bahasa Arab yang sudah terindonesiakan, maka tidak lagi ditulis dengan menggunakan sistem transliterasi. Perhatikan contoh berikut: “…..***Abdurrahman Wahid**, Presiden RI keempat, dan **Amin Rais**, ketua MPR pada periode yang sama, telah melakukan kesepakatan untuk menghapuskan nepotisme, kolusi, dan korupsi dari muka bumi Indonesia, dengan salah satu caranya melalui pengintensifan **salat** di berbagai kantor pemerintahan, namun….*”

Penulisan kata “Abdurrahman Wahid”, “Amin Rais” dan “salat” ditulis dengan menggunakan tata cara kepenulisan bahasa Indonesia yang disepadankan dengan penulisan namanya. Kata-kata tersebut berasal dari bahasa Arab, Namun ia berupa nama dari orang Indonesia dan terindonesiakan, untuk itu tidak ditulis dengan cara “Abdal-Rahman Wahid”, “Amin Rais”, dan “Shalat”.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيْمِ

Alhamdulillahirabbil'alamin, yang telah memberikan rahmat dan pertolongan penulisan skripsi yang berjudul: "**NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHADAP Q.S AL-INSYIRAH**" dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW yang telah memberikan uswatun hasanah kepada kita dalam menjalani kehidupan ini secara syar'i. Dengan mengkuti beliau, semoga kita tergolong orang-orang yang beriman dan mendapatkan syafaatnya di hari akhir kiamat. Amien.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa ada bimbingan, dukungan, motivasi dan do'a yang dilangitkan dari berbagai pihak. Maka dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada**:**

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Sudirman, M.A., selaku Dekan Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ali Hamdan, M.A., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dan sekaligus selaku dosen pembimbing penulis yang telah mencurahkan waktu untuk memberikan pengarahan dan motivasi dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

4. Nurul Istiqomah, M.Ag., selaku Wali Dosen penulis, yang telah memberikan bimbingan, saran dan nasihat selama penulis menempuh perkuliahan.
5. Seluruh dosen Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terkhusus dosen-dosen program studi Ilmu Al-Qur'an dan tafsir yang telah memberikan pemahaman baru akan luasnya keilmuan al-Qur'an.
6. Orang tua penulis, yang biasa dipanggil ayah dan mamak, terimakasih atas setiap doa, pengorbanan, dukungan, kasih sayang, dan turut menjadi alasan penulis untuk bertahan dan menyelesaikan masa pendidikan dengan baik. Tanpa doa dan dukungan kalian, penulis tidak akan berada di titik ini.
7. Ummah Hj. Chusnul Inayah Bachro'an, pengasuh Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an As-Sa'adah yang telah menjadi layaknya ibu bagi penulis. Terimakasih atas segala doa, bimbingan, nasihat, dan motivasi yang diberikan, sehingga membentuk penulis menjadi pribadi yang lebih baik.
8. Saudara penulis, Mbak Vina, Pink, dan Sasa, yang selalu memberikan semangat dan keceriaan. Terima kasih atas doa, dukungan, cinta, dan kebersamaan yang kalian berikan. Dan tak lupa keponakan termanis Nana, Nata, dan Bara, dengan senyum dan tingkah lakunya mampu mengusir lelah dan menghadirkan semangat baru di tengah kesibukan menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih telah menjadi cahaya kecil yang menghangatkan hati di saat-saat sulit.
9. Rekan-rekan seperjuangan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Angkatan 2021 yang telah menemani proses perkuliahan dari awal hingga akhir serta menginspirasi penulis dalam banyak hal.

10. Segenap santri PPTQ As-Sa'adah, atas dukungan dan kebersamaan yang berharga. Kehangatan dan solidaritas kalian telah membantu penulis melalui berbagai tantangan.
11. Kepada Dhia' Ayu dan Aulia, yang selalu hadir memberikan semangat, tawa, serta dukungan yang tulus selama masa perkuliahan ini. Terimaksih atas kebersamaan, diskusi-diskusi panjang, dan semua kenangan indah yang tak ternilai.
12. Seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan semangat namun belum dapat penulis sebutkan dalam kesempatan ini.
13. *Thank you to myself—for holding on, fighting, and not giving up even when giving up seemed wasier. I'm proud of you.*

Dengan terselesaikannya laporan skripsi ini, harapannya ilmu yang telah kami peroleh selama kuliah dapat memberikan manfaat amal kehidupan di dunia dan akhirat. Sebagai manusia yang tak pernah luput dari kekhilafan, penulis sangat mengaharapkan pintu maaf serta kritikan dan saran dari semua pihak demi upaya perbaikan di waktu yang akan datang.

Malang, 02 Juni 2025

Penulis,

Salsabela Rizqi Mazidah

NIM. 210204110088

Dipindai dengan CamScanner

ABSTRAK

Salsabela Rizqi Mazidah, 2025. NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHDAPA Q.S AL-INSYIRAH. Skripsi, Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Syariah, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Pembimbing Ali Hamdan, M.A., Ph.D.

Kata Kunci: Stoikisme, Tafsir, Q.S al-Insyirah, Adi Hidayat

Penelitian ini berangkat dari adanya berbagai macam tantangan kehidupan yang mengakibatkan tekanan batin pada kehidupan manusia. Dalam sejarah pemikiran, filsafat stoikisme hadir menawarkan pendekatan untuk menjawab berbagai tantangan kehidupan. Tidak jauh berbeda dengan stoikisme, konsep dalam agama Islam yakni pada penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah juga menawarkan hal yang sama. penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah serta menggali relevansi nilai-nilai stoikisme dengan ajaran pada ayat-ayat tersebut. fokus penelitian mencakup tiga rumusan masalah, yaitu: bagaimana penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah, bagaimana metode dan corak yang digunakan Ustadz Adi Hidayat, serta bagaimana relevansi konsep stoikisme dengan nilai-nilai ajaran dalam penafsiran Q.S al-Insyirah.

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan metode *library research* (penelitian kepustakaan) dengan pendekatan deskriptif-analitis untuk menggambarkan dan menganalisis isi penafsiran Q.S al-Insyirah Ustadz Adi Hidayat serta menggali keselarasan konsep stoikisme dengan pesan dalam Q.S al-Insyirah. Sumber data pada penelitian ini berupa video kajian Ustadz Adi Hidayat pada channel YouTube-nya tentang Q.S al-Insyirah. Sumber data primer berupa video kajian Ustadz Adi Hidayat dalam channel YouTube-nya tentang tafsir Q.S al-Insyirah. Sedangkan data sekunder berupa buku, jurnal, artikel, maupun tesis yang berkaitan dengan filsafat stoikisme. Teknik pengumpulan data menggunakan Teknik dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah menekankan pada penguatan jiwa melalui konsep sabar, syukur, ikhtiar, dan tawakkal sebagai bekal menghadapi tekanan hidup. Metode yang digunakan dalam menafsirkan Q.S al-Insyirah pada channel YouTube nya menggunakan metode tahlili, dengan bentuk tafsir *bi al-ra'yi* serta corak *al adab al-ijtima'i*. pada penafsiran Q.S al-Insyirah ditemukan titik temu antara konsep stoikisme dengan konsep ajaran Islam. Terdapat tiga relevansi yang ditemukan pada penelitian ini. Pertama, relevansi pengendalian diri dengan sabar yang sama-sama mengajarkan untuk berlapang dada dan tidak mempersempit hati. Kedua, relevansi amor fati dengan syukur yang sama-sama mengajarkan cinta akan takdir. Ketiga, relevansi dikotomi kendali dengan tawakkal yang sama-sama mengajarkan fokus pada hal-hal yang dapat dikendalikan.

ABSTRACT

Salsabela Rizqi Mazidah, 2025. STOICISM REASONING IN USTADZ ADI HIDAYAT'S INTERPRETATION OF Q.S AL-INSYIRAH. Thesis, Department of Qur'an and Tafsir, Faculty of Sharia, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang, Supervisor Ali Hamdan, M.A., Ph.D.

Keywords: Stoicism, Tafsir, Q.S al-Insyirah, Adi Hidayat

This research departs from the existence of various kinds of life challenges that result in inner pressure on human life. In the history of thought, the philosophy of stoicism is present to offer an approach to answer life's various challenges. Not much different from stoicism, the concept in Islam, namely in Ustadz Adi Hidayat's interpretation of Q.S al-Insyirah also offers the same thing. This study aims to examine Ustadz Adi Hidayat's interpretation of Q.S al-Insyirah and explore the relevance of Stoicism values to the teachings in these verses. The focus of the research includes three problem formulations, namely: how Ustadz Adi Hidayat's interpretation of Q.S al-Insyirah, how the methods and patterns used by Ustadz Adi Hidayat, and how the relevance of the concept of stoicism to the values of teachings in the interpretation of Q.S al-Insyirah.

In answering these problems, the researcher uses *the library research method* with a descriptive-analytical approach to describe and analyze the content of the interpretation of Q.S al-Insyirah Ustadz Adi Hidayat and explore the harmony of the concept of stoicism with the message in Q.S al-Insyirah. The source of data in this study is in the form of a study video of Ustadz Adi Hidayat on his YouTube channel about Q.S al-Insyirah. The primary data source is in the form of a video study of Ustadz Adi Hidayat on his YouTube channel about the interpretation of Q.S al-Insyirah. Meanwhile, secondary data is in the form of books, journals, articles, and theses related to the philosophy of stoicism. The data collection technique uses documentation techniques.

The results of the study show that Ustadz Adi Hidayat's interpretation of Q.S al-Insyirah emphasizes strengthening the soul through the concepts of patience, gratitude, effort, and tawakkal as a provision to face the pressures of life. The method used in interpreting Q.S al-Insyirah on his YouTube channel uses the tahlili method, with the form of tafsir *bi al-ra'yi* and the pattern *of al adab al-ijtima'i*. In the interpretation of Q.S al-Insyirah, there is a common point between the concept of stoicism and the concept of Islamic teachings. There are three relevance found in this study. First, the relevance of self-control with patience which both teaches to be open and not narrow. Second, the relevance of amor fati with gratitude which both teach love for destiny. Third, the relevance of the dichotomy of control and tawakkal both teaches a focus on things that can be controlled.

مستخلص البحث

سلسبيلا رزقي مزدة, 2025. المنطق الرواقي في تفسير أوستادز عدي هدايت لقص السعيد الإنسيرة. أطروحة، قسم القرآن والتفسير، كلية الشريعة، مولانا مالك جامعة إبراهيم الإسلامية الحكومية، المشرفة علي حمدان، ماجستير، دكتوراه.

الكلمات المفتاحية: الرواقية، التفسير، ق.س. الإنسيرة، عدي هدايت

يبتعد هذا البحث عن وجود أنواع مختلفة من تحديات الحياة التي تؤدي إلى ضغط داخلي على حياة الإنسان. في تاريخ الفكر ، توجد فلسفة الرواقية لتقديم نهج للإجابة على تحديات الحياة المختلفة. لا يختلف كثيرا عن الرواقية، فإن المفهوم في الإسلام، وبالتحديد في تفسير الأستاذ عدي هدايت لقص الانتسيرة، يقدم أيضا نفس الشيء. تهدف هذه الدراسة إلى دراسة تفسير الأستاذ عدي هدايت لقص الانتسيرة واستكشاف صلة قيم الرواقية بالتعاليم الواردة في هذه الآيات. ويتضمن البحث ثلاث صيغ إشكالية، وهي: كيف تفسير الأستاذ عدي هدايت لقدوس الإنسيرة، وكيف الأساليب والأنماط التي استخدمها الأستاذ عدي هدايت، ومدى صلة مفهوم الرواقية بقيم التعاليم في تفسير ق.

في الإجابة على هذه الإشكاليات، يستخدم الباحث منهج *البحث المكتبي* بنهج وصفي تحليلي لوصف وتحليل مضمون تفسير ق.س. الإنسيرة الأستاذ عدي هدايت واستكشاف تناغم مفهوم الرواقية مع الرسالة في ق.س. الإنسيرة. مصدر البيانات في هذه الدراسة هو في شكل فيديو دراسي لأستاذ عدي هدايت على قناته على اليوتيوب حول ق.س. الإنسيرة. مصدر البيانات الأساسي هو في شكل دراسة فيديو لأستاذ عدي هدايت على قناته على يوتيوب حول تفسير ق.س. الإنسيرة. وفي الوقت نفسه ، تكون البيانات الثانوية في شكل كتب ومجلات ومقالات وأطروحات تتعلق بفلسفة الرواقية. تستخدم تقنية جمع البيانات تقنيات التوثيق.

تظهر نتائج الدراسة أن تفسير الأستاذ عدي هدايت لقص الانتسيرة يؤكد على تقوية النفس من خلال مفاهيم الصبر والامتنان والجهد والتوكل كشرط لمواجهة ضغوط الحياة. وتستخدم الطريقة المستخدمة في تفسير قص الانتسيرة على قناته على اليوتيوب طريقة التحليلي، مع شكل تفسير *بالراعي ونمط الأدب الاجتماعي*. في تفسير ق. س. الانتسيرة، هناك نقطة مشتركة بين مفهوم الرواقية ومفهوم التعاليم الإسلامية. هناك ثلاثة أهمية موجودة في هذه الدراسة. أولا ، أهمية ضبط النفس بالصبر الذي يعلم أن يكون منفتحا وليس ضيقا. ثانيا ، أهمية أمور فاتي مع الامتنان الذي يعلمه كلاهما الحب للقدر. ثالثا، أهمية الانقسام بين السيطرة والتوكل يعلمان التركيز على الأشياء التي يمكن السيطرة عليها.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ii
HALAMAN PERSETUJUAN iii
HALAMAN PENGESAHAN iv
MOTTO v
PEDOMAN TRANSLITERASI vi
KATA PENGANTAR xi
ABSTRAK xiv
ABSTRACT xv
مستخلص البحث xvi
DAFTAR ISI xvii
DAFTAR TABEL xix
DAFTAR GAMBAR xx
BAB I 1
PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 7
E. Penelitian Terdahulu 8
F. Metode Penelitian 16
G. Sistematika Penulisan 18
BAB II 20
TINJAUAN PUSTAKA 20
A. Metode Tafsir Tahlili dalam Channel YouTube Adi Hidayat Official 20
B. Filsafat Stoikisme 30
C. Konsep Stoikisme dalam Ajaran Islam 44
BAB III 48
HASIL DAN PEMBAHASAN 48
A. Biografi Ustadz Adi Hidayat 48

B. Profil Channel YouTube Adi Hidayat Official 50
C. Tafsir Q.S Al-Insyirah dalam Channel YouTube Adi Hidayat Official 53
D. Analisis Penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S Al-Insyirah 65
E. Relevansi Nilai Stoikisme dengan Ajaran Islam pada Tafsir Q.S Al-Insyirah Pesrspektif Ustadz Adi Hidayat 68
BAB IV 74
PENUTUP 74
A. Kesimpulan 74
B. Saran 75
DAFTAR PUSTAKA 76
DAFTAR RIWAYAT HIDUP 79

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 12

Tabel 3.1 67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 50
Gambar 3.2 52

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini, dengan berkembangnya teknologi yang signifikan membantu masyarakat dalam keberlangsungan hidup. Di era digital seperti saat ini, keberadaan internet memudahkan manusia karena diakses oleh siapa pun. Selain itu, sifat internet yang fleksibel sehingga dapat digunakan kapanpun dan di manapun. Dengan hadirnya internet, segala kebutuhan manusia dapat dipenuhi.[1] Mulai dari kebutuhan bersosialisasi seperti komunikasi jarak jauh atau bahkan mengakses informasi. Hal ini menjadikan media sosial banyak diminati oleh masyarakat dari semua kalangan.

Namun dibalik kemudahan yang disuguhkan, ternyata juga memungkinkan adanya hambatan atau bahkan ancaman bagi penggunanya. Perubahan terhadap sosial masyarakat merupakan salah satu contoh dampak dari penggunaan media sosial. Munculnya kelompok-kelompok sosial yang mengatasnamakan agama dan suku sehingga memicu munculnya konflik, serta pola perilaku yang dianggap menyimpang dari norma yang ada.[2] Selain itu, dampak dari media sosial ialah ketergantungan dan kecemasan yang dirasakan oleh pengguna. Dalam hal ini, kecemasan sosial digolongkan ke dalam empat

[1] Silvia Fardila Soliha, "Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial," *Jurnal Interaksi* 4, no. 1 (2015): 1–10.
[2] A Rafiq, "DAMPAK MEDIA SOSIAL TERHADAP PERUBAHAN SIAL SUATU MASYARAKAT," *Global Komunika* 1 (2020): 27.

bentuk, yakni kecemasan membagikan konten, kecemasan terhadap data pribadi, kecemasan interaksi dan kecemasan evaluasi.[3] Kecemasan evaluasi merupakan kecemasan yang sering ditemukan dari pengguna media sosial. Kecemasan ini berawal dari *overthinking* pengguna media sosial karena pandangan orang lain terhadap dirinya dalam *platform* media sosial mereka.

Kecemasan, tekanan batin, serta berbagai bentuk kesulitan hidup merupakan bagian yang selalu ada dalam perjalanan kehidupan manusia. Baik dalam konteks sosial, psikologis, maupun spiritual, manusia terus berjuang menemukan cara untuk mengelola rasa cemas, dan terus menjaga kestabilan batin. Dalam sejarah pemikiran, berbagai aliran filsafat dan kepercayaan spiritual menawarkan pendekatan yang berbeda untuk menjawab tantangan ini. Salah satu pendekatan yang menonjol dalam filsafat klasik ialah stoikisme (*stoicism*).

Filsafat stoa atau stoikisme merupakan sebuah aliran filsafat klasik yang berasal dari Yunani kuno pada abad ke-3 SM. Melihat dari sejarah berdirinya, filsafat ini muncul sekitar 2300 tahun yang lalu yang di bawa oleh Zeno di Athena. Stoikisme merupakan salah satu filsafat yang cenderung bersifat praktis dan mengarah kepada kebikjasanaan. Dengan mengajarkan pandangan

[3] Muchammad Suryo Maulana Akbar and Moh. Abdul Hakim, "Peran Perbandingan Sosial Terhadap Timbulnya Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Akibat Perilaku Berjejaring Sosial Di Media Sosial," *Psikologi Sosial* Vol. 22 No (2024): 31–40, https://doi.org/https://doi.org/10.7454/jps.2024.05.

hidup yang berdasarkan pada etika, logika, fisika, serta mengajarkan bagaimana untuk meraih kebahagiaan dan ketentraman dalam kehidupan manusia.[4]

Meskipun stoikisme lahir dari tradisi non-religius, namun ajaran-ajaran, prinsip, serta nilai-nilai yang ada dalam stoikisme menunjukkan titik temu dengan ajaran moral, dan spiritual dari berbagai agama, termasuk agama Islam. Dalam agama Islam, ketabahan dalam menghadapi musibah, kesabaran, rasa syukur, dan tawakkal merupakan ajaran yang banyak tercantum dalam ayat-ayat Al-Qur'an. Salah satu surah yang secara eksplisit membahas dinamika jiwa manusia dalam menghadapi tekanan hidup ialah Q.S al-Insyirah. Surah *asy-Syarh* atau disebut Surah al-Insyirah merupakan salah satu surah yang yang memberikan penghiburan, kekuatan serta rasa tenang kepada Nabi Muhammad SAW, dengan menekankan bahwa setelah kesulitan pasti ada kemudahan. Surah ini juga mendorong umat Muslim untuk tetap teguh dan optimis dalam menghadapi berbagai tantangan dalam hidup.[5]

Dalam konteks kontemporer, muncul berbagai upaya untuk menafsirkan Al-Qur'an dengan pendekatan yang bersifat eksistensial dan filosofis. Salah satu tokoh yang memiliki gaya tafsir yang khas dan mampu mengaitkan pesan-pesan Al-Qur'an dengan problematika kehidupan umat manusia ialah Ustadz Adi Hidayat. Sebagai cendikiawan muslim yang populer di Indonesia juga dipengaruhi oleh media dakwah yang ia gunakan, Dengan memanfaatkan media

[4] Asmira Pratiwi, *Kuliah Ringkas Filsafat STOIK DAN STOIKISME Serta Penerapannya Dalam Kehidupan Sehari-Hari* (Yogyakarta: CV. Indoliterasi Publishing House, 2024), 10.
[5] M Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah; Pesan, Kesan dan Keserasian, Jilid 15* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 351.

seperti YouTube ia memperluas dakwahnya. Dalam channel Adi Hidayat Official, Ustadz Adi hidayat memiliki 5,8 juta subscriber dan ditonton lebih dari 500 ribu penonton (viewers).[6]

Dalam salah satu konten ceramahnya menyampaikan bahwa Q.S al-Insyirah mempunyai tema spesifik yang memberikan petunjuk bagi manusia bagaimana cara mengatasi problematika kehidupan sehingga melahirkan ketenangan yang komprehensif dan sempurna yang bisa dibawa dalam setiap aktivitas kehidupan. Dengan penekanan pada ayat 5 dan 6 yang berisi tentang penguatan bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan.[7]

Pada dasarnya, terdapat penelitian yang telah membahas seputar stoikisme dan Q.S al-Insyirah. Seperti penelitian oleh Ali Abdurahman Simangunsong yang berfokus pada konsep pengendalian diri dalam stoikisme yang dilihat dari perspektif Al-Qur'an[8] dan artikel yang ditulis oleh Nadea Sti Sa'adah dan Siti Chodijah yang berfokus pada konsep ketenangan hati yang didapatkan melalui nilai-nilai dalam surah al-Insyirah.[9] Namun, pada penelitian tersebut tidak secara spesifik membahas mengenai interpretasi prinsip-prinsip stoikisme dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah.

---

[6] Halaman Kanal YouTube Adi Hidayat Official, diakses pada 18 Juni 2025, https://www.youtube.com/@AdiHidayatOfficial

[7] Adi Hidayat, "[LIVE] Kajian Bakda Subuh Tafsir Al-Insyirah" YouTube, diunggah oleh Adi Hidayat Official, 31 Maret 2024, diakses 29 Oktober 2024, https://www.youtube.com/watch?v=L5Dt_BaG3kQ&t=230s.

[8] Ali Abdurahman Simangunsong, "Konsep Pengendalian Diri Filsafat Stoikisme Dalam Perspektif Al-Qur'an," 2024, 150.

[9] Nadea Siti and Siti Chodijah, "Peace of Heart Perspective of Surah Al-Insyirah : Study of Tafsir Maudu ' i Ketenangan Hati Perspektif Surah Al-Insyirah : Kajian Tafsir Maudu ' i" 4 (2021): 130–39.

Penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S Al-Insyirah menarik untuk ditelaah lebih lanjut karena secara implisit menampilkan pola pikir yang sejalan dengan prinsip-prinsip Stoikisme. Konsep sabar, menerima takdir *(amor fati)*, fokus pada hal-hal yang bisa dikendalikan *(Dichotomy of Control)*, dan memaknai penderitaan sebagai bagian dari penguatan diri merupakan nilai-nilai Stoik yang secara substansial juga terdapat dalam Islam. Dalam penafsirannya, tampak bahwa Ustadz Adi Hidayat tidak hanya menyampaikan makna lafziyah dari ayat, tetapi juga mengajak pendengar untuk menginternalisasi nilai-nilai ketahanan batin yang filosofis.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap kajian Al-Qur'an kontemporer dan memperkaya diskusi interaksi antara ajaran agama dengan filsafat stoikisme dalam konteks kehidupan modern. Selain itu, dengan mengkaji penafsiran Ustadz Adi hidayat terhadap Q.S al-Insyirah perspektif stoikisme, diharapkan menambah pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana ajaran Islam dapat memberikan solusi terhadap problematika kehidupan yang dihadapi manusia di era sekarang. Dan yang terakhir, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah refleksi bagi umat Islam dalam memaknai kesulitan hidup dengan sikap yang bijaksana, sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan prinsip-prinsip stoikisme dalam menghadapi tantangan kehidupan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, peneliti merumuskan beberapa rumusan masalah yang akan dijadikan acuan dalam penelitian. Berikut rumusan masalah, ialah sebagai berikut:

1. Bagaimana penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah dalam channel YouTube Adi Hidayat Official?
2. Bagaimana metode dan corak yang digunakan Ustadz Adi Hidayat dalam menafsirkan Q.S al-Insyirah?
3. Bagaimana relevansi nilai stoikisme dengan nilai ajaran Islam pada tafsir Q.S al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun peneliti, maka tujuan dari penelitian ini ialah:

1. Untuk menganalisis penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah dalam channel YouTube nya.
2. Untuk menganalisis metode dan corak yang digunakan Ustadz Adi Hidayat dalam menafsirkan Q.S al-Insyirah
3. Untuk menganalis relevansi nilai stoikisme dengan nilai ajaran Islam pada tafsir Q.S al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan dari penelitian ini, tentunya peneliti berharap penelitian ini bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan wawasan dan literatur mengenai interaksi antara Al-Qur'an dan filsafat stoikisme, khususnya dalam konteks modern. Sehingga dapat dijadikan rujukan dan pelengkap dari penelitian-penelitian yang telah ada sebelumnya. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menambah pustaka kajian dengan pendakatan yang berbeda yakni menggunakan perspektif stoikisme hal ini akan memberikan pandangan yang lebih luas tentang bagaimana ayat-ayat Al-Qur'an dapat ditafsirkan dengan berbagai sudut pandang filosofis.

2. Manfaat praktis

Sedangkan secara praktis, penulis berharap dengan adanya penelitian ini memberikan manfaat dan juga ilmu pengetahuan agama untuk masyarakat khususnya dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat. Penilitian ini dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam tentang interaksi antara tafsir Al-Qur'an dan konsep filsafat stoikisme.

E. Penelitian Terdahulu

Dalam pembahasan yang telah dipaparkan di atas, penelitian ini berfokus pada konsep atau prinsip filsafat stoikisme dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S Al-Insyirah. Oleh karena itu, sebelum peneliti melakukan kajian lebih lanjut, hal yang harus dilakukan terlebih dahulu ialah melakukan *literature riview* atau kajian pustaka. Tentunya keselarasan dan keterkaitan antara literatur dengan topik penelitian sangat penting dalam penelitian ini. Kajian pustaka dilakukan guna mengetahui persamaan, perbedaan dan keterkaitan dengan penelitian terdahulu. Hal ini bertujuan agar penelitian memiliki nilai manfaat dan terhindar dari duplikasi. Setelah melakukan penelusuran beberapa literatur dan kajian ilmiah yang relevan dengan topik penelitian.[10] Penulis mencoba mengkalsifikasikan menjadi dua topik sebagai pembahasan utama. *Pertama*, kajian stoikisme dalam perspektif Islam. *Kedua,* kajian tentang penafsiran Q.S al-Insyirah dalam berbagai perspektif.

1. Kajian Stoikisme dalam Perspektif Islam

Beberapa kajian telah dilakukan untuk menjembatani perbandingan antara filsafat Barat, termasuk Stoikisme, dan ajaran Islam. Pertama, artikel yang ditulis oleh Maulida Ilhami dan Ganjar Eka Subakti "Islam dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring". Peneltian ini menggunakan metode kualitatif dengan model penelitian pustaka (*library*

[10] Sulistyawati, *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Penerbit K-Media, 2023), 70.

research). Dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat relevansi antara konsep-konsep stoikisme dengan ajaran Islam seperti hidup selaras dengan alam yang terdapat pada konsep stoikisme memiliki persamaan dengan ajaran Islam yakni *sunnatullah*. Selain itu, *amor fati* yang berarti mencintai takdir juga selaras dengan konsep takdir, tawakkal, husnudzon serta ikhlas. Dan yang terakhir, persamaan antara konsep stoikisme dengan ajaran Islam terhadap cara pandang pada konsep kematian.[11] Persamaan dari penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dikaji ialah sama-sama membahas tentang filsafat stoikisme. Akan tetapi, pada penelitian yang akan dikaji berfokus pada kolerasi antara konsep stoikisme dengan Q.S al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat.

Kedua, artikel yang ditulis Taufik Rahman, Lola Pertiwi dan Ariyandi Batu Bara "Hakikat Kebahagiaan Hidup: Konsensus antara Al-Qur'an dan Filsafat Stoikisme". Penelitian ini menggunakan metode deskriptif-analisis dengan pendekatan kualitatif serta kajian pustaka sebagai sumber rujukan utamanya. Berdasarkan hasil penelitian ini ialah Al-Qur'an dan filsafat stoikisme bukanlah dua hal yang bertentangan. Kedua hal tersebut memiliki persamaan indikator dalam mencapai kebahagiaan. Konsensus yang dimiliki antara konsep filsafat stoikisme dengan Al-Qur'an diuraikan dalam penelitian ini. Seperti halnya konsep *amor fati* dengan syukur (Q.S Lukman: 12), konsep *qona'ah* dengan rasa cukup (Q.S al-Hajj: 36), konsensus antara sabar dan pengendalian emosi (Q.S Al-Baqarah: 155-156), dan yang terakhir konsensus

[11] Maulida Ilhami Zuhruful Ilmi and Ganjar Eka Subakti, "Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring," *Cakrawala: Jurnal Studi Islam* 18, no. 1 (2023): 39–48, https://doi.org/10.31603/cakrawala.8399.

antara *sunnatullah* dengan hidup selaras dengan alam (Q.S Al-Qashah: 77).[12] Kajian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dikaji. Namun tetap ada perbedaan dari penelitian sebelumnya yaitu terletak pada objek kajian. Pada penelitian terdahulu, penulis berfokus pada konsensus antara konsep stoikisme dengan ayat-ayat Al-Qur'an yang memiliki keterkaitan. Sedangkan pada penelitian yang akan dikaji berfokus pada relevansi antara konsep stoikisme dengan penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah.

Ketiga, tesis "KONSEP PENGENDALIAN DIRI FILSAFAT STOIKISME DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN" oleh Ali Abudurrahman Simangunsong yang menghasilkan konsep pengendalian diri dalam filsafat stoikisme memiliki relevansi dengan Al-Qur'an. Meskipun demikian, dimensi spiritual yang ada dalam Al-Qur'an cakupannya lebih luas yang ditunjukkan dengan adanya ketergantungan dan kebutuhan kepada Sang Maha Pencipta. Maka dari itu, nilai-nilai spiritual menjadi nilai tambahan dalam pemahaman terhadap konsep pengendalian diri filsafat stoikisme.[13] Dengan demikian, penelitian di atas memiliki persamaan dengan penelitian yang akan kaji, yaitu berfokus pada kajian filsafat stoikisme dalam perspektif Islam terkhusus kaitannya dengan Al-Qur'an. Sedangkan distingsi antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dikaji ialah pada letak objek penelitian. Jika penelitian sebelumnya menjelaskan keselarasan antara konsep pengendalian

[12] Taufik Rahman, Lola Pertiwi, and Ariyandi Batubara, "Hakikat Kebahagiaan Hidup: Konsensus Antara Al-Qur'an Dan Filsafat Stoikisme," *Jurnal Riset Agama* 2, no. 3 (2022): 151–65, https://doi.org/10.15575/jra.v2i3.19326.
[13] Abdurahman Simangunsong, "Konsep Pengendalian Diri Filsafat Stoikisme Dalam Perspektif Al-Qur'an."

diri dalam filsafat stoikisme dengan Al-Qur'an, pada penelitian yang akan dikaji berfokus pada relevansi antara konsep stoikisme dengan tafsir Q.S al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat.

2. Kajian Penafsiran Q.S al-Insyirah dalam Berbagai Perspektif

Pertama, penelitian yang ditulis Tri Wulandari, Hasep Saputra, dan Emmi Kholilah Harahap "MENGATASI KESULITAN HIDUP DENGAN NILAI-NILAI SURAH AL-INSYIRAH: PERSPEKTIF BIMBINGAN KONSELING". Penggunaan metode deskriptif dengan pendekatan *library research* dalam penelitian ini guna menghasilkan penelitian yang relevan. Hasil dari penelitian mengungkapkan bahwa setiap nilai yang terkandung dalam Surah al-Insyirah dapat diterapkan dalam bimbingan konseling melalui beberapa teknik seperti relaksasi, meditasi, journaling, bimbingan kelompok, serta aktivitas spiritual.[14] Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dikaji ialah sama-sama membahas tentang mengatasi kesulitan dalam kehidupan yang sesuai dengan kandungan surah al-Insyirah. Apabila penelitian terdahulu cenderung ke perspektif bimbingan konseling, dalam penelitian yang akan dikaji penulis mencari korelasi penafsiran Surah al-Insyirah menurut Ustadz Adi Hidayat dengan salah satu ilmu filsafat yakni filsafat stoa atau stoikisme.

[14] Tri Wulandari, Hasep Saputra, and Emmi Kholilah Harahap, "Mengatasi Kesulitan Hidup Dengan Nilai-Nilai Surah Al-Insyirah: Perspektif Bimbingan Konseling," *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Islam*, no. 2 (2024): 61–70, https://e-journal.uin-al-azhaar.ac.id/index.php/muhafadhah/index.

Kedua, artikel dengan judul "Ketenangan hati Perspektif Surah Al-Insyirah: Kajian Tafsir *Maudhu'i*". Penelitian yang dilakukan Nadea Siti Sa'adah dan Siti Chodijah menggunakan metode studi literatur yang bersifat kualitatif. Dengan mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an khususnya Surah al-Insyirah secara tematik maka penelitian ini menghasilkan bahwa seseorang yang mampu menerapkan konsep tabah, sabar serta tawakkal dalam hidupnya maka akan mendapatkan ketenangan, ketentraman, dan kelapangan dada dalam hidupnya yang sesuai dengan nila-nilai pada Surah al-Insyirah.[15] Meskipun memiliki persamaan yaitu menjadikan Surah al-Insyirah sebagai topik dalam penelitiannya, akan tetapi penelitian ini memiliki perbedaan yaitu penelitian yang akan dikaji lebih berfokus dengan mencari relevansi penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah dengan nalar stoikisme.

Table 1.1

Persamaan dan Perbedaan Penelitian Terdahulu dengan Sekarang

No	Judul dan Penulis	Persamaan	Perbedaan
Stoikisme dalam perspektif Islam			
1.	"Islam dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras	Objek formal penelitian, yaitu stoikisme dalam perspektif Islam.	Penelitian ini lebih berfokus pada kajian bagaimana relevansi ajaran Islam dengan

[15] Siti and Chodijah, "Peace of Heart Perspective of Surah Al-Insyirah : Study of Tafsir Maudu ' i Ketenangan Hati Perspektif Surah Al-Insyirah : Kajian Tafsir Maudu ' i."

	Karya Henry Manampiring" Maulida Ilhami dan Ganjar Eka Subakti		prinsip stoikisme dalam buku Filosofi Teras. Sedangkan penelitian yang akan dikaji berfokus bagaimana prinsip-prinsip stoikisme tercermin dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah.
2.	"Hakikat Kebahagiaan Hidup: Konsensus antara Al-Qur'an dan Filsafat Stoikisme" Taufik Rahman, Lola Pertiwi dan Ariyandi Batu Bara	Objek formal penelitian, yaitu stoikisme dalam perspektif Al-Qur'an.	Penelitian ini berfokus pada konsensus konsep bahagia yang terdapat pada ayat-ayat Al-Qur'an dengan filsafat stoikisme. Sedangkan penelitian yang akan dikaji berfokus pada bagaimana prinsip-prinsip stoikisme tercermin dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah.

3.	"KONSEP PENGENDALIAN DIRI FILSAFAT STOIKISME DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN" Ali Abudurrahman Simangunsong	Objek formal penelitian, yaitu stoikisme dalam perspektif Al-Qur'an.	Penelitian ini berfokus pada konsep pengendalian diri filsafat stoikisme dalam Al-Qur'an. sedangkan penelitian yang akan dikaji berfokus pada bagaimana prinsip-prinsip stoikisme tercermin dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah.
Penafsiran Q.S al-Insyirah dalam berbagai perspektif			
1.	"MENGATASI KESULITAN HIDUP DENGAN NILAI-NILAI SURAH AL-INSYIRAH: PERSPEKTIF BIMBINGAN KONSELING"	Objek formal penelitian, yaitu penafsiran Q.S al-Insyirah.	Penelitian ini berfokus pada mengatasi kesulitan hidup menggunakan perspektif bimbingan konseling. Sedangkan fokus utama penelitian yang akan dikaji adalah penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-

	Tri Wulandari, Hasep Saputra, dan Emmi Kholilah Harahap		Insyirah menjadi sumber utama utama untuk dianalisis yang kemudian disandingkan dengan filsafat stoikisme.
2.	"Ketenangan hati Perspektif Surah Al-Insyirah: Kajian Tafsir *Maudhu'i*" Nadea Siti Sa'adah dan Siti Chodijah	Objek formal penelitian, yaitu penafsiran Q.S al-Insyirah	Penelitian ini menguraikan tentang konsep ketenangan hati yang didapatkan melalui nilai-nilai yang terkandung dalam Surah al-Insyirah. Sedangkan fokus utama penelitian yang akan dikaji adalah penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah menjadi sumber utama utama untuk dianalisis yang kemudian disandingkan dengan filsafat stoikisme.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggolongkan penelitian ke dalam jenis penelitian kepustakaan atau *library research*. Studi pustakan atau *library research* merupakan suatu metode yang mengedepankan kegiatan membaca, menelaah, mempelajari buku atau literatur imiah yang dapat menjawab rumusan masalah dari penelitian ini.[16]

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini bersifat kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif-analitis. Metode kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk memahami fenomena, peristiwa, atau perilaku sosial dari perspektif orang yang mengalaminya.[17] Hal ini bertujuan untuk memahami dan menganalisis prinsip-prinsip stoikisme yang tercermin dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat. Adapun pendekatan penelitian ini bersifat deskriptif-analisis yang bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis isi penafsiran Q.S al-Insyirah oleh Ustadz Adi Hidayat serta menggali keselarasan antara konsep stoikisme dengan pesan dalam Q.S al-Insyirah.

[16] Mustika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2017), 4, https://webadmin-ipusnas.perpusnas.go.id/ipusnas/publications/books/22531.
[17] Abdul Fattah Nasution, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: CV. Harfa Creative, 2023), 34.

3. Sumber Data

Moleong berpendapat seperti kutipan dari Lofland bahwa sumber data utama dalam penelitian kualitatif itu berupa kata-kata serta tindakan, sedangkan selebihnya merupakan data tambahan yang berupa dokumen atau lainnya.[18] Dalam penelitian ini terdapat dua jenis sumber data yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Data primer penelitian ini terdiri atas video ceramah Ustadz Adi Hidayat dalam channel YouTubenya yang membahas tentang penafsiran Q.S al-Insyirah. Adapun data sekunder penelitian ini diambil dari literatur berupa buku-buku, artikel, tesis, maupun skripsi yang berkaitan dengan filsafat stoikisme dan tafsir Al-Qur'an khususnya Q.S al-Insyirah.

4. Metode Pengumpulan Data

Dalam mengumpulkan data, penulis menggunakan teknik dokumentasi. Penggunaan teknik dokumentasi dalam penelitian ini karena teknik dokumentasi mampu merekam berbagai peristiwa atau kejadian masa lalu dalam berbagai bentuk, baik berupa tulisan, gambar, foto, video, dan lain-lain.[19] Dengan demikian, penulis mengumpulkan video ceramah Ustadz Adi Hidayat yang membahas tentang penafsiran Q.S al-Insyirah dalam youtube Adi Hidayat Official. Selain itu, penulis juga akan mengumpulkan teks-teks yang berkaitan dengan filsafat stoikisme dan tafsir Al-Qur'an sebagai bahan analisis.

[18] Endah Marendah Ratnaningtyas et al., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, ed. Nanda Saputra (Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2023), 16.
[19] Endah Marendah Ratnaningtyas et al., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, ed. Nanda Saputra (Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2023), 34.

5. Metode Pengolahan Data

Agar hasil penelitian ini komprehensif maka dibutuhkan metode pengolahan data. Adapun langkah-langkan yang dilakukan dalam pengolahan data berawal dari pemeriksaan data primer dan data sekunder *(editing)* yang akurat dengan topik penelitian. Kemudian melakukan pengklasifikasian *(classifying)* data dan mengelompokkan data lebih lanjut untuk mempermudah dalam memperoleh data yang diperlukan. Selanjutnya penulis melakukan pemeriksaan data *(verifying),* kemudian menganalisis data *(analysing)* menggunakan metode deskriptif-analitis. Setelah melakukan beberapa tahapan tersebut, penulis membuat kesimpulan *(concluding)* data-data yang konkret dalam penelitian ini.[20]

G. Sistematika Penulisan

Dalam penyusunan sebuah penelitian keberadaan sistematika penulisan sangatlah penting guna menghasilkan penelitian yang sistematis dan mudah dipahami oleh pembaca. Maka dari itu, penulis membagi penelitian normative ini menjadi empat bab yang mengacu pada buku "Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah tahun 2022" Fakultas Syari'ah UIN Maulana Malik Ibrahim.[21]

Bab satu, dalam bab ini berisi pendahuluan. Penulis mencoba untuk menguraikan beberapa aspek dasar dalam penelitian seperti pembahasan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian,

[20] Zaenul Mahmudi et al., "Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Tahun 2022," *Jurnal Fakultas Syariah Uin Malang* 1, no. 1 (2022): 20–21.
[21] Mahmudi et al., 16–22.

metode penelitian, *literature riview* atau penelitian terdahulu, dan ditutup dengan sistematika penulisan.

Adapun **bab dua** yang berisi tinjauan pustaka. Pada bagian ini, penulis akan membahas tentang paradigma dasar tentang objek penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dikaji. Pembahasan ini dimulai dari definisi stoikisme, sejarah stoikisme, konsep dasar stoikisme hingga pembahasan tokoh filsafat stoikisme yang berfungsi sebagai landasan teori untuk mejawab rumusan masalah yang telah dirancang. Kemudian untuk teori yang menjawab tentang penafsiran Ustadz Adi Hidayat, penulis menggunakan teori Tafsir Tahlili yakni metode menafsirkan Al-Qur'an secara analitis.

Memasuki **bab tiga** yang akan memaparkan profil Ustadz Adi Hidayat beserta profil akun YouTube miliknya. Kemudian akan diuraikan mengenai penafsiran Q.S al-Insyirah menurut Ustadz Adi Hidayat dalam channel YouTube-nya. Kemudian akan ditarik relevansi antara konsep stoikisme dengan Q.S al-Insyirah

Bab empat adalah bab penutup dalam penelitian. Pada bab ini, penulis mencoba untuk menarik kesimpulan penelitan mulai dari awal hingga akhir. Selain itu penulis juga memasukkan saran-saran yang berkaitan dengan penelitian ini.

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Metode Tafsir Tahlili dalam Channel YouTube Adi Hidayat Official

1. Definisi Tafsir Tahlili

Dalam bidang ilmu tafsir, terdapat beberapa metode dalam menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an, salah satunya ialah metode tafsir tahlili. Metode tahlili atau dikenal sebagai metode analitis merupakan salah satu metode yang menerapkan penafsiran Al-Qur'an secara runtut dimulai dari awal hingga akhir surah yang sesuai dengan urutan mushaf 'Utsmāni yakni urutan yang dimulai dari suraf al-Fatihah hingga surah an-Nas.[22]

Menurut pendapat Nashruddin Baidan, metode tahlili merupakan suatu metode penafsiran Al-Qur'an yang menjelaskan makna ayat-ayat Al-Qur'an dari berbagai aspek yang sesuai dengan keahlian serta kecenderungan dari mufasir. Adapun aspek-aspek yang dipaparkan dalam metode tahlili sebagai berikut:[23]

- Penjelasan makna kosakata pada ayat Al-Qur'an
- Konotasi atau menjelaskan arti kalimat yang dikehendaki
- Terdapat unsur-unsur i'jaz maupun balaghah
- Asbabun nuzul atau latar belakang turunnya suatu ayat

[22] M. Alfatif Suryadilaga, *Metodologi Ilmu Tafsir* (Yogyakarta: Penerbit TERAS, 2005), 42.
[23] Nashruddin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005), 31.

- Interaksi antara satu ayat dengan ayat lainnya (munasabah)
- Serta, pendapat-pendapat yang dikemukakan oleh Nabi, Sahabat, para tabi'in dan ahli tafsir lainnya yang berkaitan dengan penafsiran ayat-ayat tersebut.

Jika dilihat dari sejarahnya, metode tafsir tahlili merupakan metode yang paling tua. Menurut M. Quraish Shihab, eksistensi metode tahlili jauh sebelum munculnya metode maudhu'i atau tematik. Metode ini dikenal sejak tafsir alfarra (W.206 H/821 M) atau Ibnu Majjah (W. 237 H/851 M), atau paling lambat pada masa Al-Thabari (W. 310 H/933 M).[24] kitab-kitab tafsir tersebut ditulis pada saat awal-awal pembukuan dan dalam penulisannya menggunakan metode tahlili.

Dari beberapa definisi metode tafsir tahili dapat ditarik kesimpulan bahwa metode tahlili salah satu metode tafsir lahir jauh sebelum metode maudhu'i. Dalam metode ini, mufasir menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an dengan berbagai aspek-aspek yang telah disebutkan yang sesuai dengan keilmuan dan kecenderungan dalam menafsirkan Al-Qur'an. Sehingga hasil dari penafsiran tersebut merupakan cerminan dari mufasir itu sendiri.

Beberapa metode dalam menafsirkan Al-Qur'an tentunya memiliki tahapan-tahapan yang harus dilakukan, termasuk metode tahlili yang memiliki tahapan-tahapan dalam menafsirkan Al-Qur'an, di antara nya ialah:[25]

[24] M. Quraihs Shihab, *Membumikan Al-Qur'an* (Jakarta: Mizan, 1997), 73.
[25] Lilian Pratiwi, "Verbal Abuse Dalam Perspektif Qs. Al-Hujurat Ayat 11-12 Dan Dampaknya Di Sosial Media," *Skripsi* 3 (2023): 46–47.

1) Yang pertama adalah menjelaskan secara singkat seputar nama surat, urutan surat sesuai dengan turunnya, serta tujuan utama surat yang akan ditafsirkan.
2) Mencari hubungan (munasabah) antara ayat yang ditafsirkan dengan ayat sebelumnya.
3) Menjelaskan asbabun nuzul atau sebab-sebab turunnya ayat, akan tetapi tidak semua ayat terdapat asbabun nuzul.
4) Memaparkan makna pada potongan ayat yang penting dan substansial.
5) Selain beberapa hal di atas, dalam metode tahlili mengutip pendapat ulama tentang suatu ayat yang akan dikaji juga merupakan hal yang harus diperhatikan.
6) Kemudian, mengutip suatu hadis yang berkaitan dengan ayat yang diterjemahkan dan memperhatikan kualitas hadis tersebut.
7) Dan yang terakhir merupakan kesimpulan yang diambil dari beberapa ikhtilaf atau perbedaan pendapat ulama yang ada.

2. Bentuk-bentuk Metode Tafsir Tahlili

a. Tafsir *bi al-ma'tsūr*

Dalam sejarahnya, tafsir *bi al-ma'tsūr* muncul pertama kali sebagai salah satu jenis penafsiran dalam bidang ilmu Al-Qur'an dan tafsir. Maksud dari tafsir *bi al-ma'tsūr* ialah menafsirkan ayat satu dengan ayat-ayat yang lainnya yang memiliki kesinambungan, menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an dengan riwayat Nabi Muhammad SAW atau para sahabat serta para tabi'in.

Adapun kumpulan kitab-kitab yang menggunaakan *bi al-ma'tsūr* sebagai sumber penafsiran, diantaranya adalah Kitab *Jāmi' al-Bayān fī Tafsīr al-Qur'ān* karya Ibn Jarīr al-Thabarī dan Kitab *Tafsīr al-Qur'ān al'Azhīm* karya Ibn Katsīr.[26]

b. Tafsir *bi al-ra'yi*

Secara etimologi kata ra'yi bermakna keyakinan (I'tiqad), analogi (qiyas), serta ijtihad.[27] Pengertian secara terminologi, menukil pendapat Syaikh Manna' al-Qaththan tafsir *bi al-ra'yi* merupakan penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an yang berdasarkan pada pemahaman mufasir. Dalam hal ini, mufasir menjelaskan makna yang terkandung dalam al-Qur'an yang berdasarkan akal atau logika.[28]

Tafsir *bi al-ra'yi* merupakan penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an yang berdasarkan ijtihad serta penalaran dari mufasir. Pada posisi ini, mufasir diharuskan mempunyai intelektual dan moral. Dilihat dari segi intelektualitasnya, mufasir harus menguasai segala aspek dalam bahasa arab serta ilmu yang berkaitan dengan penafsiran Al-Qur'an. Di sisi lain, mufasir diharuskan memiliki reputasi dan moral yang bagus. Seperti sifat jujur, ikhlas, bertanggung jawab, tidak cenderung pada madzhab tertentu, serta terhindar dari pengaruh hawa nafsu duniawi.[29]

---

[26] Suryadilaga, *Metodologi Ilmu Tafsir*, 42–43.
[27] Sri Indah Triani et al., "Memahami Pesan Al- Qur'an Dalam Pendekatan Tafsir Bil Ra'yi," *Al-Akhbar (Jurnal Ilmiah Keislaman)* 8, no. 1 (2022): 35.
[28] Rohison Anwar, *'Ulum Al-Qur'an* (Bandung: Pustaka Setia, 2008), 72.
[29] Suryadilaga, *Metodologi Ilmu Tafsir*, 44.

Menilik dari sejarahnya, keberadaan tafsir *bi al-ra'yi* muncul setelah tafsir *bi al-ma'tsūr*. Dengan berkembangnya keilmuan Islam pada masa itu, terutama dalam bidang tafsir yang menghasilkan karya-karya tafsir dari mufasir. Para mufasir menulis karya-karnya berdasarkan dengan bidang keilmuan yang mereka kuasai. Sehingga lahirlah beragamnya metode dan corak dalam menafsirkan Al-Qur'an.[30]

Tidak sedikit dari kalangan mufasir yang menggunakan tafsir bi al-ra'yi sebagai metode dalam menafsirkannya. Demikian lahirlah karya-karya seperti kitab *Mafātiḥ al-Gharib* karya Fakhruddin al-Razi, kitab *Anwār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta'wīl* karya Al-Baidhawi, dan lain-lain.[31]

3. Corak Tafsir

Seiring dengan berkembangnya keilmuan islam dalam bidang tafsir Al-Qur'an juga mempengaruhi munculnya berbagai corak dalam menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an. Hal ini didasari oleh keilmuan mufasir dalam menafsirkan Al-Qur'an. Demikian corak tafsir dipetakan ke dalam beberapa macam, diantaranya adalah:[32]

a. Tafsir al-Shufi

Tafsir shufi merupakan suatu corak tafsir yang penyampaiannya menggunakan makna batin, kiasan, simbol, atau pun metafora. Mufasir yang

[30] Triani et al., "Memahami Pesan Al- Qur'an Dalam Pendekatan Tafsir Bil Ra'yi," 35.
[31] Jurnal Kajian Al-quran, Eksistensi Tafsir, and Bil Ra, "Al-MUBARAK Al-MUBARAK" 7, no. 2 (2022): 56.
[32] Suryadilaga, *Metodologi Ilmu Tafsir*, 44–45.

menggunakan corak shufi dalam menafsirkan Al-Qur'an berasal dari kaum sufi yang lebih cenderung pada persoalan-persoalan moral batin dari pada masalah zahir dan nyata. Diantara karya-karya kitab tafsir yang menggunakan corak shufi ialah kitab *Tafsīr al-Qur'ān al-Karīm* karya al-Tusturī dan *Haqā'iq al-Tafsīr* karya al-Salamī.

b. Tafsir al-Fiqhi

Sesuai dengan nama nya, corak tafsir ini muncul ketika madzhab fiqih berkembang sangat pesat. Dalam penyampaiannya, tafsir fiqhi berorientasi kepada persoalan-persoalan hukum Islam. Al-Qurthubi merupakan salah satu mufasir yang menggunakan corak fiqhi dalam penafsirannya. Dengan kecenderungannya yang dimiliki oleh al-Qurthubi sehingga melahirkan karya yang fenomental berjudul *al-Jāmi' li aḥkām al-Qur'ān*. selain itu, terdapat kitab karya al-Jashas yang menggunakan corak fiqhi dengan judul *Aḥkām al-Qur'ān*.

c. Tafsir Falsafi

Eksistensi corak tafsir falsafi dimulai setelah ilmu filsafat berkembang pesat di dunia Islam. corak tafsir ini sangat jarang ditemukan bahkan ada yang mengatakan bahwa tidak ada karya tafsir bercorak falsafi yang lengkap.

d. Tafsir al-Ilmi

Awal munculnya corak tafsir ini pada masa kejayaan dan majunya peradaban Islam. Corak ini berkembang dengan pesat, namun meski demikian tidak banyak kitab tafsir yang menggunakan corak tafsir ilmi. Pada dasarnya, tafsir ilmi berkaitan dengan ayat-ayat kauniyah yang merupakan tanda kebesaran Allah seperti ayat-ayat tentang langit, bumi, dan segala hal yang berada di alam semesta. Maka dari itu, ayat-ayat tersebut secara khusus ditujukan kepada para ilmuwan.[33] Ada yang memasukkan salah satu karya dari al-Razi yakni kitab tafsir *Mafātiḥ al-Ghaib* ke dalam tafsir ilmi.

e. Tafsir *al-Adab al-Ijtima'i*

Penafsiran al-Qur'an yang menggunakan corak ini berusaha menghubungkan makna Al-Qur'an dengan fenomena sosial dan budaya yang ada di tengah masyarakat. Dengan penggunaan bahasa yang indah dan jauh dari istilah ilmu dan teknologi lebih memudahkan pembaca untuk memahami tafsir yang bercorak *al-adab al-ijtima'i*. Karya-karya mufasir yang dapat digolongkan ke dalam corak ini diantaranya ialah Tafsir *al-Manār* karangan Muhammad 'Abduh dan Rasyid Ridha.

[33] Hemlan Elhany, "Metode Tafsir Tahlili Dan Maudhu'I," *Ath Thariq Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 2, no. 1 (2018): 9, https://doi.org/10.32332/ath_thariq.v2i1.1078.

4. Keunggulan dan Kelemahan

Pada dasarmya, setiap metode memiliki keunggulan maupun kelemahannya dalam menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an. Sama halnya dengan metode tahlili yang dapat dilihat dari pemaparan sebagai berikut:

a. Kunggulan

Salah satu keungulan yang dimiliki oleh metode ini ialah ruang lingkup yang luas. Alasan mengapa metode tahlili termasuk salah satu metode yang jangkauannya luas karena dalam bentuknya terdapat dua macam yakni tafsir secara *ma'tsūr* dan *ra'yi*. Selain itu, dengan adanya dua bentuk macam penafsiran terseebut, juga melahirkan berbagai corak yang sesuai dengan bidang keilmuan mufasir seperti fiqih, filsafat, *sains*, dan lain sebagainya.[34] Maka dengan ini bisa dikatakan bahwa metode tahlili memiliki ruang lingkup yang sangat luas.

Keunggulan lain yang dimiliki oleh metode ini adalah peran mufasir yang memiliki kebebasan dalam ide-ide serta gagasan baru dalam menafsirkan Al-Qur'an disbanding dengan metode ijmali. Hal ini dikarenakan metode tahlili memiliki corak yang beragam sehingga para mufasir juga memiliki banyak gagasan dan menuangkan ide-idenya dalam menafsirkan Al-Qur'an.[35]

[34] Wely Dozan and Muhamad Turmuzi, *SEJARAH METODOLOGI TAFSIR AL-QUR'AN (Teori, Aplikasi, Dan Model Penafsiran)* (Yogyakarta: Bintang Pustaka Abadi, 2020), 36–37.
[35] Dozan and Turmuzi, 54.

b. Kelemahan

Meskipun metode tahlili memiliki ruang lingkup yang luas dan memuat berbagai ide sebagai suatu keunngulannya. Namun tidak menutup kemungkinan juga memiliki kelemahan-kelemahan dalam menafsirkan Al-Qur'an, di antaranya sebagai berikut:

Yang pertama adalah menjadikan petunjuk Al-Qur'an parsial atau terpecah-pecah. Hal ini juga seakan-akan menjadikan Al-Qur'an tidak memiliki pedoman yang tidak utuh dan konsisten. Ketidakkonsistenan dalam menafsirkan ayat-ayat kemungkinan terjadi karena mufasir yang kurang memperhatikan ayat-ayat yang mirip. Karena pada dasarnya, metode tahlili atau analitis tidak ada suatu keharusan bagi mufasir untuk membandingkan penafsiran suatu ayat dengan ayat lainnya seperti yang ditemukan pada metode muqaran atau komparatif.[36]

Dengan adanya ruang lingkup yang luas serta memuat berbagai ide dalam metode tahlili juga mengakibatkan munculnya penafsiran yang subjektif. Hal ini dikarenakan adanya sikap subjektifitas yang berlebihan dari mufasir dalam menafsirkan Al-Qur'an. Awal mula munculnya sikap subjektif adalah ketika adanya fanatisme yang mendalam terhadap aliran madzhab. Para mufasir yang demikian tidak mementingkan penafsiran mereka itu benar atau salah, bagi mereka mencari legitimasi Al-Qur'an

[36] Suryadilaga, *Metodologi Ilmu Tafsir*, 55.

untuk membenarkan tindakan mereka serta meyakinkan para pengikut bahwa penafsiran mereka adalah benar. [37]

5. Metode Tafsir Tahlili dalam YouTube Channel Adi Hidayat Official

Secara umum, metode tafsir tahlili telah diuraikan sebelumnya. Pada bagian ini penulis akan menyampaikan metode tahlili yang digunakan Ustadz Adi Hidayat. Berikut merupakan tahapan-tahapan penggunaan metode tafsir tahlili dalam channel YouTube Adi Hidayat Official:

1) Langkah awal yang dilakukan Ustadz Adi Hidayat dalam menafsirkan Al-Qur'an ialah dengan menjelaskan secara singkat Yang pertama adalah menjelaskan secara singkat seputar nama surat, urutan surat sesuai dengan turunnya, serta tujuan utama surat yang akan ditafsirkan. Selanjutnya ialah membacakan ayat yang akan ditafsirkan beserta membaca makna dari ayat tersebut secara berurutan.
2) Sebelum menjelaskan penafsirannya, Ustadz Adi Hidayat menyampaikan *asbabun nuzul* serta munasabah ayat. Pada pembahasan ini, Ustadz Adi Hidayat menjelaskannya secara umum dan tidak terlalu rinci. Karena target dari audiensnya merupakan masyarakat yang hanya menginginkan inti dari penafsiran tersebut.
3) Menjelaskan kosa kata pada ayat yang ditafsirkan dan terdapat beberapa penjelasan mengenai gaya bahasa (balaghah) serta kedudukan bahasa (ilmu nahwu) pada ayat yang ditafsirkan.

[37] Suryadilaga, 57.

4) Mengkaitkan penafsirannya dengan permasalahan masyarakat sekarang

Beberapa hal tersebut merupakan metode tahlili yang penulis temukan dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat dalam channel-nya.

B. Filsafat Stoikisme

1. Definisi dan Sejarah Stoikisme

Stoikisme berasal dari kata "Stoicsm", jika melihat kutipan dari kamus bahasa Inggris Oxford *(The Oxford English Dictionary)*: *"austerity, repression of feeling and fortitude as characteristics of a Stoical attitude towards life—sikap tegas keras, menekan perasaan dan berteguh pada hati adalah ciri-ciri perilaku stoik menghadapi kehidupan"*. Stoikisme merupakan salah satu aliran filsafat dari zaman Yunani Hellenistik yang memiliki pengaruh besar pada zamannya bahkan pengaruhnya hingga ke beberapa pemikir modern seperti Montaigne, Descartes, Pascal, dan lain-lain.[38]

Henry Manampiring dalam bukunya "Filosofi Teras" berpendapat, stoikisme merupakan aliran filsafat yang menekankan kemampuan dalam mengelola emosi negatif. Selain itu, stoikisme mengajarkan kebajikan untuk munuju kehidupan yang tenang, damai serta tentram sebagai pengendalian

[38] A. Setyo Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme* (Yogyakarta: PT Kanisius, 2019), 34, https://ipusnas2.perpusnas.go.id/book/23d8109b-20d8-4aff-b081-e053fcbe0f11/789493d9-4f7c-48d1-ad32-e2c120461f68.

diri yang efektif.[39] Di sisi lain, menurut Dr. Listiyono Santoso selaku Dosen Filsafat Universitas Airlangga berpendapat bahwa aliran stoikisme menawarkan kepada manusia untuk hidup lebih realistis, untuk melihat, mengantisipasi, serta mengevaluasi diri sehingga manusia akan siap dengan tantangan yang ada untuk menuju kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya.[40] Singkatnya, stoikisme merupakan salah satu aliran filsafat Yunani Kuno yang mengajarkan pentingnya pengendalian diri, fokus pada hal-hal yang bisa dikendalikan untuk mencapa ketenangan batin dan kebahagiaan.

Sebagai sebuah aliran filsafat, stoikisme bukan sekedar wacana teoritis tentang kodrat dunia, manusia, ataupun teori tentang kebenaran. Meskipun dalam stoikisme terdapat berbagai teori seperti fisika, logika, serta etika, akan tetapi stoikisme harus dipahami dalam konteks yang khusus. Dalam hal ini, kaum stoik menganggap filsafat berhubungan dengan bagaimana seseorang menjalani hidupnya.[41] Maksudnya ialah apabila ingin mengajarkan sebuah filsafat (stoikisme), tidak hanya berpegangan pada teori melainkan harus tercermin pada tindakan kita dalam kehidupan sehari-hari.

Sejarah berdirinya filsafat stoikisme dibawa oleh Zeno dari Citium (c.334-c.262) sekitar 300 tahun lalu sebelum masehi atau sekitar 2.300

[39] Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, ed. Patricia Wulandari (Jakarta: Buku Kompas, 2019), 8.
[40] Amirotussolihah, "Stoikisme Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik) Skripsi," *Skripsi UIN SAIZU Purwokerto*, 2023, 21.
[41] Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme*, (Yogyakarta: PT Kanisius, 2019), 35.

tahun yang lalu. Awal mula berdirinya aliran filsafat ini, ketika Zeno mengalami musibah besar yaitu kehilangan seluruh kekayaannya karena kapalnya tenggelam saat melakukan perjalanan. Ia kehilangan segalanya karena tindakan yang di luar kendalinya.

Setelah itu, ketika Zeno berada di Athena ia mulai mengenal filsafat dan bertemu dengan beberapa filsuf. Ia mempelajari filsafat yang berbeda dan berlanjut mengajari pemikiran filsafatnya. Di saat Zeno mengajar filsafat kepada murid-muridnya, ia senang mengajar di teras berpilar (dalam bahasa Yunani disebut Stoa). Dari situlah para pengikut ajaran Zeno memiliki julukan "kaum Stoa" dan dikenal sebagai filsafat Stoa atau Stoikisme.[42]

2. Konsep Dasar Stoikisme

Pada dasarnya, filsafat stoikisme merupakan salah satu ajaran untuk meraih kehidupan yang harmonis. Saat berwacana filosofis, mengajarkan apa yang diyakini sebagai jalan hidup, kaum Stoik berbicara tentang Fisika, Etika, dan Logika.[43] Ke tiga bidang ilmu tersebut menjadi konsep dasar dalam pemikiran stoikisme. Dalam menjelaskan suatu konteks yang hendak dituju kepada seseorang, maka dengan ketiga komponen tersebut memudahkan seseorang untuk menjabarkannya.

[42] Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, ed. Patricia Wuandari (Jakarta: Buku Kompas, 2019), 24–26.
[43] Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme*, 51.

Menurut Donald Robertson dalam bukunya *"Stoicism and The Art of Happines"* menjelaskan bahwa keutamaan *(arete)* bermakna menjalankan sifat dan esensi dasar kita dengan sebaik mungkin, dengan cara sehat dan terpuji.[44] Dengan kata lain, menjalankan hidup dengan sebaik-baiknya sesuai dengan standart kita. Dalam stoikisme, terdapat empat kebajikan utama, diantaranya ialah:[45]

1) Pengendalian diri atau menahan diri (*temperance*)

Menurut Berk, definisi pengendalian diri ialah kapasitas seseorang untuk menekan atau membatasi keinginannya yang bertentangan dengan perilaku menyimpang dari norma sosial. Di sisi lain, Averill berpendapat bahwa pengendalian diri merupakan kapasitas untuk mengendalikan hal-hal yang dinginkan dan yang tidak diinginkan. Dalam filsafat stoikisme, pengendalian diri memiliki tujuan yakni agar manusia mampu menyikapi suatu hal secara rasional, sehingga keputusan yang diambil dan cara menyikapi suatu kejadian sama-sama tidak memberatkan. Selain itu, fungsi dari pengendalian diri menurut Martin Seligman yaitu sebagai upaya untuk mengurangi emosi negatif sehingga seseorang dapat merasakan perasaan positif sebagai hasil dari melatih pengendalian diri dan menentukan kebahagiaan.[46]

[44] Manampiring, *Filosofi Teras*, 28.
[45] Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme*, 50.
[46] Cut Puja Kasma, Hasyimsyah Nasution, and Abrar M. Dawud Faza, "Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoikisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring)," *Tsaqofah* 3, no. 5 (2023): 1002–10, https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v3i5.1759.

2) Keberanian (*courage*)

Dalam ajaran stoikisme, keberanian merupakan salah satu kemampuan untuk menghadapi kecemasan, penderitaan, serta ketidakpastian dengan ketenangan. Keberanian yang dimaksud dalam stoikisme merupakan keberanian untuk berpegang teguh pada prinsip dan melakukan perbuatan yang benar.[47] Bagi kaum stoik, keberanian bagi seseorang bukan hanya tentang melawan bahaya dengan fisik, namun keberanian merupakan kemampuan untuk menghadapi masalah tanpa keluhan.[48] Jadi, keberanian disini bukan hanya dibatasi dengan keberanian fisik tetapi juga mencakup keberanian mental yang dimiliki seseorang.

3) Keadilan (*justice*)

Seperti yang telah kita ketahui, bahwasannya manusia merupakan makhluk sosial. Tidak menutup kemungkinan akan selalu ada interaksi antara manusia satu dengan lainnya. Dalam hal ini, stoikisme memiliki ajaran tentang keadilan yaitu setiap individu memiliki kewajiban untuk memperlakukan orang lain dengan adil dan jujur.[49] Keadilan merupakan salah satu bentuk moral yang dimiliki manusia yang mana mereka memiliki

[47] Ilmi and Subakti, "Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring."
[48] Hilalludin Hilalludin, Haris Januardi, and Jumadi Jumadi, "Eksplorasi Nilai Nilai Stoikisme Dalam Sudut Pandang Islam" 1, no. 2 (2024): 77–83.
[49] Manampiring, *Filosofi Teras*, 27.

pilihan untuk menyesuaikan dengan apa yang ada untuk mereka (sesuai dengan standar masing-masing).[50]

4) Kebijaksanaan (*wisdom*)

Kebikjanasaan dalam stoikisme diartikan sebagai kemampuan untuk memahami realitas dan bertindak berdasarkan pemahaman yang benar.[51] Selain itu, kebajikan mengajarkan kita untuk mengambil keputusan terbaik dalam situasi apapun.[52] Dengan kata lain, kebijaksanaan merupakan inti dari semua kebajikan dalam stoikisme. Pada dasarnya kemampuan untuk mengendalikan diri, keberanian serta keadilan berasal dari kebajikan.

3. Nilai-nilai Ajaran Stoikisme

1) Hidup selaras dengan alam

Salah satu prinsip yang dimiliki aliran stoikisme adalah "hidup selaras dengan alam" atau in accordance with nature. Maksud dari hidup selaras dengan alam ialah memelihara harmoni dengan lingkungan hidup. Namun, bila ditelaah lebih lanjut maksud dari hidup selaras dengan alam bukan hanya sebatas menjaga alam dengan baik. Namun, apabila melihat dari sudut pandang manusia, konteks nature pada stoikisme lebih menekankan pada nalar, akal sehat, pemikiran, rasio, serta kemampuan menerapkannya untuk hidup berkebajikan. Hal inilah yang menjadi

[50] Danil Faeza Letra et al., "Keadilan Universal Menurut Pemikiran Zeno of Citium," 2024, 5, https://doi.org/10.11111/praxis.xxxxxxx.
[51] Hilalludin, Januardi, and Jumadi, "Eksplorasi Nilai Nilai Stoikisme Dalam Sudut Pandang Islam," 79.
[52] Manampiring, *Filosofi Teras*, 27.

perbedaan antara manusia dengan binatang. Maka, manusia yang hidup selaras dengan akal ialah manusia yang hidup sesuai dengan desainnya, yakni makhluk yang bernalar.[53]

2) Dikotomi kendali

Mengutip pendapat dari salah satu tokoh Stoikisme yakni Epictetus, *"Some things are up to us, some things are not up to us, ada sesuatu yang di bawah kendali kendali kita, ada sesuatu yang berada di luar kendali kita".* Prinsip tersebut dikenal sebagai "dikotomi kendali" *(dichotomy of control)*.[54] Adapun hal-hal yang berada dalam kendali kita adalah pikiran, opini, persepsi, serta tindakan kita. Sedangkan hal-hal yang berada di luar kendali kita seperti kekayaan, kesehatan, kecantikan, ketenaran, dan lain sebagainya.

Dalam stoikisme semua hal yang berada di luar kendali kita merupakan *indifferent*, maksudnya ialah tidak berpengaruh baik atau buruk dalam kehidupan kita. Meskipun stoikisme mengajarkan untuk tidak fokus terhadap hal-hal yang di luar kendali kita, akan tetapi stoikisme tidak mengajarkan tentang kepasrahan terhadap keadaan. Hal ini dikarenakan stoikisme terdapat pikiran dan persepsi yang merupakan bagian hal-hal yang dapat kita kendalikan.[55]

[53] Manampiring, 36.
[54] Henry Manampiring*, Filosofi Teras*, ed. Patricia Wulandari (Jakarta: Buku Kompas, 2019), 46–48.
[55] Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, ed. Patricia Wulandari (Jakarta: Buku Kompas), 54.

3) *Premiditaio Malorum*

Premiditaio Malorum merupakan sebuah konsep kehidupan dengan seni memvisualkan kenegativitas an dalam kehidupan sehari-hari. Maksudnya ialah latihan *stoic* tentang mengimajinasikan hal-hal yang dapat membuat sesuatu jadi buruk atau gagal. Tujuan dari praktik ini ialah mengkontemplasikan derita. Secara psikologis teknik ini membantu kita untuk lebih siap secara mental dalam menghadapi kenyataan yang buruk. Selain itu, hal ini juga membantu kita untuk lebih bersyukur apabila hal buruk yang telah dibayangkan tidak terjadi dalam kehidupan kita.[56]

4) *Amor Fati*

Amor fati atau cinta pada takdir merupakan salah satu bentuk penerimaan seperti ketika kita berdoa. Di dalam kehidupan manusia terdapat hal-hal yang bisa diubah dan hal-hal yang tidak bisa diubah. Stoikisme tidak hanya mengajarkan untuk ikhlas menerima takdir yang terjadi, akan tetapi stoikisme mengajarkan bagaimana untuk mencitai takdir dengan sungguh-sungguh. Seperti yang dikatakan Epictetus *"jangan mencari hal-hal yang terjadi seperti yang anda inginkan. Sebaliknya, berharaplah apa yang terjadi, terjadi seperti bagaimana itu terjadi; maka anda akan bahagia"*.[57]

[56] Geofakta Razali, *Refleksi Stoikisme, Komunikasi Diri, Dan Keterangan Psikologis Manusia Era Media Sosial* (Jakarta: Salemba Humanika, 2023), 71.
[57] Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, 145.

5) *Memento Mori*

Memento Mori berasal dari Bahasa Latin yang memiliki arti *"ingatlah anda akan mati"*. Jika disederhanakan kira-kira memiliki arti *"mengingat kematian"*. Masyarakat Yunani kuno menggunakan istilah ini sebagai ungkapan ketika mereka memenangkan peperamangan dalam perang.[58] Mengutip perkataan Marcus Aurelius dalam bukunya, *"Orang-orang yang sangat menginginkan dikenang setelah mati lupa bahwa mereka juga akan mengalami kematian. Begitu pula seseorang sesudahnya. Hingga ketenangan tentang kita, diibaratkan bagaikan nyala lilin yakni yang berakhir meredup lalu padam"*.[59] Dalam konteks tersebut menerangkan bahwa setiap masa ada orangnya, dan setiap orang ada masanya atau bahasa sederhananya semua ada masanya.

Dengan adanya *memento mori*, mengajarkan kita untuk lebih menikmati dan mensyukuri kehidupan sekarang.[60] Dalam filsafat stoikisme kematian menjadi bagian dari alam. Para filsuf stoa menyebuttnya sebagai "alam yang mengundang kita masuk ke dalam hidup". Jika kita bisa menerima realitas alam, maka kita berhenti bersusah hati dan stress mengenai kematian, karena pada dasarnya manusia menjalani kehidupan dan hukum alam.[61]

[58] Ziyadul Ifdhal Ghazali, "Nilai-Nilai Kepemimpinan Pendidikan Islam Dalam Filsafat Stoikisme," *Al-Abshar: Journal of Islamic Education Management* 2, no. 2 (2023): 173, https://doi.org/10.58223/al-abshar.v2i2.96.
[59] Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, 274.
[60] Geofakta Razali, *Refleksi Stoikisme, Komunikasi Diri, Dan Keterangan Psikologis Manusia Era Media Sosial*, 76–77.
[61] Henry Manampiring, *Filosofi Teras*. 278.

4. Tokoh-tokoh Stoikisme

Stoikisme merupakan salah satu bidang ilmu filsafat yang mengajarkan bagaimana menghadapi kehidupan dengan ketenangan dan kebijaksanaan. Ajaran-ajaran yang dimiliki oleh stoikisme sangatlah relevan dengan persoalan masyarakat di era sekarang. Di balik semua ajaran-ajaran stoikisme berawal dari pemikiran tokoh-tokoh filsuf. Adapun tokoh-tokoh stoikisme sebagai berikut:

1) Zeno

Zeno merupakan salah satu tokoh filsuf sekaligus pendiri aliran filsafat stoikisme. Ia berasal dari Citium yang lahir sekitar tahun 334 SM dan meninggal sekitar tahun 262 SM di Athena. Selain sebagai pendiri aliran filsafat stoikisme, zeno juga mendirikan sekolah stoik di Athena.[62] Dengan pemikiran yang dimilikinya maka lahirlah dasar-dasar ajaran stoikisme.

Sebelum menjadi seorang tokoh filsuf, zeno merupakan seorang saudagar kaya raya raya. Barang dagangan zeno berupa pewarna tekstil khas daerah Phoenicia yang memiliki nilai jual tinggi, sehingga ia berdagang hingga melintasi laut Mediterania. Akan tetapi, saat perjalanan terjadi suati musibah yang menimpa Zeno. Kapal yang ia tumpangi tenggelam Bersama barang-barang dagangannya dan ia berakhir terdampar di Athena.

[62] Pratiwi, *Kuliah Ringkas Filsafat STOIK DAN STOIKISME Serta Penerapannya Dalam Kehidupan Sehari-Hari*, 15.

Awal mula perjalanan menjadi seorang tokoh filsuf di mulai ketika ia mengunjungi sebuah perpustakaan di Athena. Dan ia menemukan sebuah buku filsafat yang menarik baginya hingga ia bertemu dengan filsuf-filsuf, salah satunya ialah Crates yang merupakan filsuf aliran Cynic. Zeno belajar filsafat kepada Crates dan berlanjut mempelajari filsafat dari berbagai filsuf. Dan berakhir ia memiliki pemikirannya sendiri tentang filsafat dan mulai mengajar filsafatnya sendiri. Biasanya Zeno mengajar filsafat di teras yang berpilar (dalam bahasa Yunani disebut stoa).[63] Maka dari itu, para pengikut Zeno dikenal sebagai kaum Stoa atau ajarannya yang dikenal sebagai Stoikisme. Salah satu kutipan Zeno yang terkenal dalam ajarannya adalah "Manusia menaklukkan dunia dengan menaklukkan dirinya sendiri".[64]

2) Seneca

Lucius Annaeus Seneca atau biasa dikenal dengan Seneca merupakan filsuf stoikisme. Ia lahir di Cordoba, Spanyol, sekitar 4 SM. Meskipun dalam sejarah dikatakan bahwa ia memiliki kesehatan yang tidak baik, namun Seneca tergolong orang yang memiliki popularitas di Roma. Hal ini karena ia memiliki beragam latar belakang seperti menjadi filsuf stoikisme, negarawan, pengacara hingga sastrawan.[65]

Untuk mencurahkan pemikirannya tentang stoikisme, ia menulis surat-surat. Terdapat beberapa kalimat dalam surat tersebut terpotong dan

[63] Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, 22–24.

[65] Seneca, *Surat-Surat Stoa* terj. Wawan Kurniawan (Yogyakarta: Penerbit BASABASI, 2021), 3.

bahkan tidak ditemukan potongannya. Hal ini diduga karena terjadi peristiwa kebakaran di Lyon sebelum Seneca meninggal. Meski demikian, surat-surat yang dapat diselamatkan sudah cukup untuk mengetahui pemikiran Seneca.

Di dalam suratnya, ia menyampaikan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan seputar segala aspek yang terjadi dalam kehidupan, bagaimana menghilangkan ketakutan, menstigmatisasi sifat buruk, serta memberi afirmasi positif pada kebajikan yang dilakukan manusia. Meski isi surat-surat tersebut ditujukan kepada Lucilius yang berjarak sangat jauh dengan masa sekarang, akan tetapi isi surat tersebut masih relevan hingga sekarang.[66]

3) Epictetus

Epictetus merupakan seorang filsuf stoik yang terkenal. Sebelum ia menjadi seorang filsuf stoik, Epctitus merupakan seorang budak. Epictetus salah satu filsuf stoik yang hidup kisaran tahun 55-135 M.[67] Meskipun tidak begitu banyak data tentang Epictetus, namun ada perkiraan bahwa ia lahir di Hierpolis. Nama Epictetus memiliki dua makna, yang pertama berarti kata sifat yang merujuk pada arti *"yang diperoleh yang diambil dari…."*. Makna ini menunjukkan bahwa ia merupakan seorang budak. Makna yang

[66] Seneca, Seneca, *Surat-Surat Stoa* terj. Wawan Kurniawan, 4.
[67] Asmira Pratiwi, *Kuliah Ringkas Filsafat STOIK DAN STOIKISME Serta Penerapannya Dalam Kehidupan Sehari-Hari*, 16.

kedua merujuk pada suatu daerah di Phrygia. Hal ini menjadi suatu hal yang biasa jika budak diberi nama sesuai dengan asalnya.[68]

Meskipun Epictetus lahir menjadi seorang budak, hal tersebut tidak menutup kemungkinan untuk tetap belajar. Bahkan tuannya memberi izin kepada Epictetus untuk belajar filsafat. Pada tahun 60-80, ia berguru kepada Musonius Rufus yang merupakan guru stoa terkenal di wilayah Roma. Dari sinilah ia mengenal ajaran stoikisme,[69] Selain itu, ia juga mendapatkan kemerdekaan dari status budaknya setelah kaisar Nero tewas. Pada saat itu, ia terus belajar filsafat dan mengajarkan nilai-nilai filsafat di Roma.[70]

Epictetus terkenal dengan ajaran tentang betapa pentingnya kendali diri, menerima takdir, serta bagaimana mencapai kebahagiaan melalui pemahaman filsafat stoikisme. Ia menyampaikan tentang pentingnya pengendalian diri pada salah satu kutipannya, "Ingatlah: semakin kita menghargai hal-hal di luar kendali kita, semakin sedikit kendali yang kita miliki".[71]

4) Marcus Aurelius

Pemilik nama Marcus Annius Verus atau biasa kita kenal Marcus Aurelius merupakan salah satu filsuf stoikisme. Putra dari pasangan Annius Verus dan Domitia Lucilla ini lahir pada tanggal 26 April 121 M. Marcus

[68] Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme*, 42.
[69] Wibowo, 44.
[70] Epictetus, *Petuah Emas, terj. Carissa Fadina Permata* (Yogyakarta: Penerbit BASABASI, 2021), 7.
[71] Pratiwi, *Kuliah Ringkas Filsafat STOIK DAN STOIKISME Serta Penerapannya Dalam Kehidupan Sehari-Hari*, 16–17.

berasal dari daerah Spanyol (daerah Andalusia), akan tetapi sejak satu abad nenek moyangnya tinggal di Italia dan berhasil memiliki kekuasaan di Roma hingga akhirnya Marcus Aurelius menjabat sebagai kaisar pada tahun 161-180 M. [72]

Perjalanan pendidikan Marcus Aurelius muda di mulai dengan mempelajari puisi liris, tragis, serta epik. Selain mempelajari kurikulum sastra di rumahnya, rupanya ia juga mempelajari seni menyanyi dan menari. Salah satu alasan ia mempelajari semua hal tersebut di rumahnya karena ia memiliki kondisi fisik yang kurang bangus, sehingga Domitia memutuskan putranya untuk dididik di rumah. Marcus mempunyai ketertarikan pada filsafat sejak muda. Bahkan ia dikenalkan dengan pemikiran-pemikiran stoik (Epiktetos dan Apollonius) oleh Junius Rusticus.[73]

Perjalanan ia menjadi seorang kaisar di Romawi tidaklah mudah. Ia diangkat menjadi kaisar pada tahun 161 M menggantikan Kaisar Antoninus. Selama masa kekuasaan menjadi kaisar Romawi banyak rintangan yang ia hadapi. Seperti pemberontakan di Inggris yang terjadi pada awal kekuasaannya. Di sisi lain, ia harus memimipin pasukannya dalam dua ekspedisi militer ke daerah jerman karena serangan dari bangsa barbar (suku-suku di Jerman) yang terjadi pada tahun 170-174 M dan 178-180 M.

Masalah yang di hadapi tidak berhenti di situ, ia juga dihadapi dengan wabah pes di kota roma. Dan di wilayah timur, ia juga harus

[72] Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme*, 140.
[73] Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme* , 141.

meredakan pemberontakan yang dilakukan Avidius Cassius yang merupakan salah satu jendral kepercayaannya. Bahkan ia juga ditinggal meninggal dunia oleh orang-orang tersayangnya yaitu Lucius Verus yang merupakan saudaranya pada tahun 169 M dan Faustina selaku istinya pada tahun 176 M.[74]

Perjalanan kehidupan yang dialami Marcus sebagai kaisar Roma cukup memberikan sebuah pembelajaran bagi dirinya. Ia memiliki banyak kutipan yang berdasarkan dengan apa yang ia alami selama hidupnya. Salah satu kutipan terkenalnya adalah *"karena sesuatu tampaknya sulit bagimu, jangan berpikir mustahil bagi siapa pun untuk mempercayainya".*[75] Marcus Aurelius menutup usianya pada tanggal 9 April 180 M.

C. Konsep Stoikisme dalam Ajaran Islam

Seperti yang telah diuraikan sebelumnya, aliran stoikisme mengajarkan bagaimana cara untuk mencapai ketenangan batin dan kebahagian. Yang mana hal tersebut didapatkan melalui ajaran-ajaran yang ditawarkan seperti hidup selaras dengan alam, dikotomi kendali, *amor fati*, dan lain sebagainya. Begitu pula dengan agama Islam yang memiliki ajaran untuk mencapai ketenangan batin. Ajaran-ajaran yang ditawarkan Agama Islam untuk mencapai ketenangan batin banyak ditemukan dalam Al-Qur'an. Berikut merupakan ajaran-ajaran Islam yang selaras dengan ajaran stoikisme:

[74] Wibowo, *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme* , 142.
[75] Asmira Pratiwi, *Kuliah Ringkas Filsafat STOIK DAN STOIKISME Serta Penerapannya Dalam Kehidupan Sehari-Hari*, 18.

1. Sabar

Secara etimologi kata sabar bermakna "menahan pada tempat yang sempit". Namun, apabila dikaitkan dengan manusia, kata sabar berarti menahan jiwa dari hal-hal yang dapat dibenarkan oleh logika dan wahyu.[76] Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata sabar memiliki arti tahan menghadapi cobaan (tidak lekas marah, tidak lekas putus asa, tidak lekas patah hati), tetap tenang dan tidak terburu-buru.[77] Kesabaran memiliki keterkaitan dengan manajemen hati, karena kesabaran merupakan sebuah karakter khusus yang dimiliki oleh manusia.

Dalam aliran stoikisme, nilai sabar memiliki keselarasan dengan pengendalian diri. Tujuan dari nilai sabar ini ialah mencapai kehidupan yang bahagia atas kesadaran lingkaran kendali. Karena pada konsep sabar mengutamakan pemahaman kepada sesuatu yang dapat dikendali dan sesuatu yang di luar kendali kita.[78] Hal ini sangat selaras pada konsep dikotomi kendali pada stoikisme. Maka dengan demikian, seseorang dapat mengambil keputusan dengan bijak.

2. Syukur

Kata syukur berarti pujian kepada manusia dengan cara yang baik. Dilihat secara hakikatnya, makna syukur ialah rida atas nikmat yang Allah

[76] M Yusuf, Dona Kahfi, and M A Ibala, "Sabar Dalam Perspektif Islam Dan Barat" 1, no. 2 (2018): 235.
[77] Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, "Kamus Besar Bahasa Indonesia VI Daring," 2016, https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/sabar, diakses 03 Maret 2025.
[78] Amirotussolihah, "Stoikisme Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik) Skripsi," 27.

berikan. Syukur merupakan bentuk ekspresi atas nikmat Allah dengan cara yang baik.[79] Dari beberapa pengertian syukur dapat dipahami bahwa syukur merupakan rasa yang dimiliki manusia (rida) dengan nikmat yang diberikan Allah kemudian mengekspresikannya dengan menjalankan kebaikan.

Selain nilai tawakal yang memiliki keselaran dengan ajaran amor fati dalam stoikisme, nilai syukur juga memiliki keselarasan dengan ajaran amor fati. Amor fati memiliki konsep mencintai setiap peristiwa yang dialami manusia, baik peristiwa yang menyenangkan ataupun sebaliknya. Dengan menerapkan syukur dalam kehidupan sehari-hari maka seseorang akan memperoleh kebahagiaan, kesempurnaan serta bertambahnya nikmat yang diberikan Sang Pencipta.[80]

3. Tawakkal

Dalam bahasa Arab, kata tawakal bermakna lemah. Tawakkal diartikan sebagai berserah diri kepada Allah. Maksudnya ialah apabila seorang hamba telah berusaha melakukan hal yang diinginkan, maka kemudian menyerahkan hasilnya kepada Allah. Selain mengajarkan untuk bekerja keras, Islam juga memperingatkan umatnya bahwa segala sesuatu merupakan ketetapan dari Allah SWT.[81] Karena pada dasarnya, Allah lebih mengetahui apa yang terbaik bagi hamba-Nya.

---

[79] Ahmad Rusdi, "Syukur Dalam Psikologi Islam Dan Konstruksi Alat Ukurnya," *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 2 (2016): 42.
[80] Rahman, Pertiwi, and Batubara, "Hakikat Kebahagiaan Hidup: Konsensus Antara Al-Qur'an Dan Filsafat Stoikisme," 815.
[81] Ilmi and Subakti, "Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring," 45.

Jika dilihat dari sudut pandang stoikisme, nilai tawakkal merupakan bentuk implementasi dari konsep *Amor Fati* atau cinta pada takdir.[82] Seseorang yang menerapkan sikap tawakal dalam hidupnya, maka tidak akan ada ruang untuk kecewa di dalamnya. Manfaat dari menerapkan tawakkal dalam kehidupan manusia ialah mampu beradaptasi dengan masalah, memiliki mental yang tangguh, tidak mudah putus asa dan menjadi pribadi yang lebih mandiri. Selain itu, nilai tawakal selaras dengan ajaran dikotomi kendali dalam stoikisme. Hal ini dibuktikan dengan hal-hal yang berada dalam kendali kita dan hal-hal yang berada di luar kendali kita. Tawakal masuk ke dalam kategori hal yang di luar kendali kita.

[82] Ilmi and Subakti, 45.

BAB III
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Biografi Ustadz Adi Hidayat

Ustadz Adi Hidayat merupakan salah satu dai muda yang dikenal secara luas oleh masyarakat Indonesia. Putra dari pasangan Warso Supena dan Hj. Rafiah Akhyar yang lahir pada tanggal 11 Sepetember 1984 di Pandeglang, Banten. Beliau adalah sosok pendakwah yang aktif di media sosial. Ceramah-ceramahnya banyak dipublikasikan di berbagai platform seperti YouTube, Facebook, dan media TV yang merupakan milik Ustadz Adi Hidayat sendiri Bernama AkhyarTV.

Perjalanan pendidikan Ustadz Adi Hidayat dimulai dengan pendidikan formal. Pada tahun 1989 Ustadz Adi Hidayat lulus dari TK Pertiwi di Pandeglang dengan predikat siswa terbaik. Pada Tahun 1997, ia lulus dari sekolah dasar. Pada saat sekolah dasar, ia juga belajar di Madrasah Salaffiyah Sanusiyyah. Kemudian, ia melanjutkan pendidikannya di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut. Di pesantren tersebut ia menempuh pendidikan Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah. Di pondok pesantren beliau mulai menekuni ilmu Agama Islam terkhusus pada ilmu Al-Qur'an dan hadis. Ia terpengaruh oleh gurunya yakni Buya KH. Miskun As-Syatibi sehingga ia selalu semangat mendalami Al-Qur'an dan hadis. Berkat ketekunan, usaha serta kecerdasannya, ia pernah menjadi perwakilan

termuda pada program Daurah Tadribiyah dari Universitas Islam Madinaha, saat itu bertempat di Pondok Pesantren Taruna Al-Qur'an Yogyakarta.[83]

Selain giat belajar ilmu agama, Ustadz Adi Hidayat juga berkesempatan berdakwah di Banten yang ditunjuk langsung oleh pamannya, KH. Rafiuddin Akhyar. Ia juga berkesempatan untuk menganyam pendidikan di Fakultas Dirasat Islamiyah UIN Syarif Hidayatullah yang bekerja sama dengan Universitas Al-Azhar Kairo. Akan tetapi, pada tahun 2005 ia tidak bisa melanjutkan studinya hingga akhir karena mendapatkan undangan khusus untuk melanjutkan studinya di Kuliyya Dakwah Islamiyah Libya. Dalam mempelajari Ilmu Al-Qur'an, Ustadz Adi Hidayat berguru kepada beberapa syekh diantaranya ialah Syekh Muhammad al-Aalim al-Dokali. Sedangkan dalam bidang ilmu tafsir, ia berguru kepada Syekh Tantawi Jauhari.[84] Dalam ilmu fiqih, ia berguru kepada Syekh Wahbah az-Zuhaili. Selain ulama-ulama tersebut, Ustadz Adi Hidayat juga berguru kepada Shiddiq Basyr Nashr, Syekh Ar-Rabithi, Syekh Abdul Latif as-Syuwairij, Muhammad Djibran, Abdullah Ustha, Budairi al-Azhari, Ammar al-Labiiy, dan masih banyak guru yang lainnya.[85]

Setelah melewati perjalan intelektualnya, Ustadz Adi Hidayat memiliki beberapa karya tulis yang telah dibukukan, diantaranya ialah:[86]

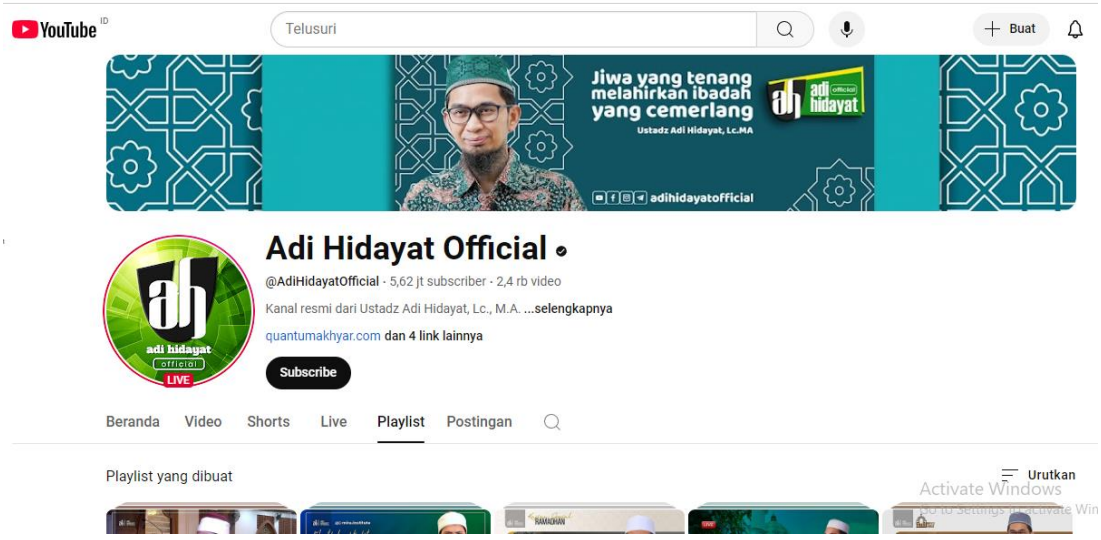
[83] Rusydie Anwar, *Ustadz Adi Hidayat Kisah Hidup Dan Dakwah Yang Fenomenal* (Yogyakarta: Laksana, 2021), 15.
[84] Anwar, 17.
[85] Anwar, 19.
[86] Quantum Akhyar Institute, "Sekilas Tentang Ust. Dr. Adi Hidayat, Lc., MA.," 2021, diakses 5 Mei 2025, https://quantumakhyar.com/uah/.

1) “Minhatul Jalil Bita’rifi Arudil Khalil” (Pengantar Kaidah Bahasa Arab) yang terbit pada tahun 2010
2) “Quantum Arabic Metode Akhyar” (Cara Cepat Belajar Bahasa Arab) terbit pada tahun 2011
3) “Ma’rifatul Insan: Pedomal Al-Qur’an Menuju Insan Paripurna” terbit pada tahun 2012
4) “Makna Ayat Puasa, Mengenal Kedalaman Bahasa Al-Qur’an” terbit pada tahun 2012
5) “Al-Arabiyyah Lit Thullabil Jami’iyyah” (Modul Bahasa Arab UMJ) terbit pada tahun 2012
6) “Menyoal Hadist-hadist Populer” terbit tahun 2013
7) “Ilmu Hadist Praktis” terbit tahun 2013
8) “Tuntunan Praktis Idul Adha” terbit tahun 2014
9) “Pengantin As-Sunnah” terbit tahun 2014
10) “Buku Catatan Penuntut Ilmu” terbit tahun 2015
11) “Pedoman Praktis Ilmu Hadist” terbit tahun 2016
12) “Al-Majmu, Bekal Nabi Bagi Para Penuntut Ilmu” terbit tahun 2016
13) “Bahagia dalam Naungan Al-Qur’an dan Sunnah” terbit tahun 2018
14) “Manusia Paripurna” terbit tahun 2019

Ustadz Adi Hidayat merupakan salah satu pendakwah yang menarik dari bagi berbagai kalangan mulai dari anak remaja hingga para orang tua. Hal ini dikarenakan Ustadz Adi Hidayat memilikikarakteristik, gaya serta sarana dakwah yang menarik. Diantaranya ialah beliau memiliki sikap yang tegas, sensitif dalam

berdakwah, menyisipkan humor dalam setiap dakwahnya, dakwah dengan retorika yang bagus, menggunakan media papan tulis, serta memanfaatkan media sosial.

B. Profil Channel YouTube Adi Hidayat Official



Gambar 3.1

Channel Youtube Adi Hidayat Official

Channel Youtube Adi Hidayat Official merupakan salah satu akun yang berisi dakwah di Indonesia. Saluran resmi milik Ustadz Adi Hidayat, L.c., M.A. telah bergabung dengan Youtube sejak 28 Februari 2019. Channel Youtube milik Ustadz Adi Hidayat dapat dikatakan sangat popular. Hal ini ditunjukkan dari jumlah pengikut yang mencapai 5,62 juta[87]hingga

[87] "Adi Hidayat Official – YouTube" diakses 11 Maret 2025, https://www.youtube.com/@AdiHidayatOfficial/featured

tanggal 11 Maret 2025 dan sangat memungkinkan jumlah pengikut akan terus bertambah.

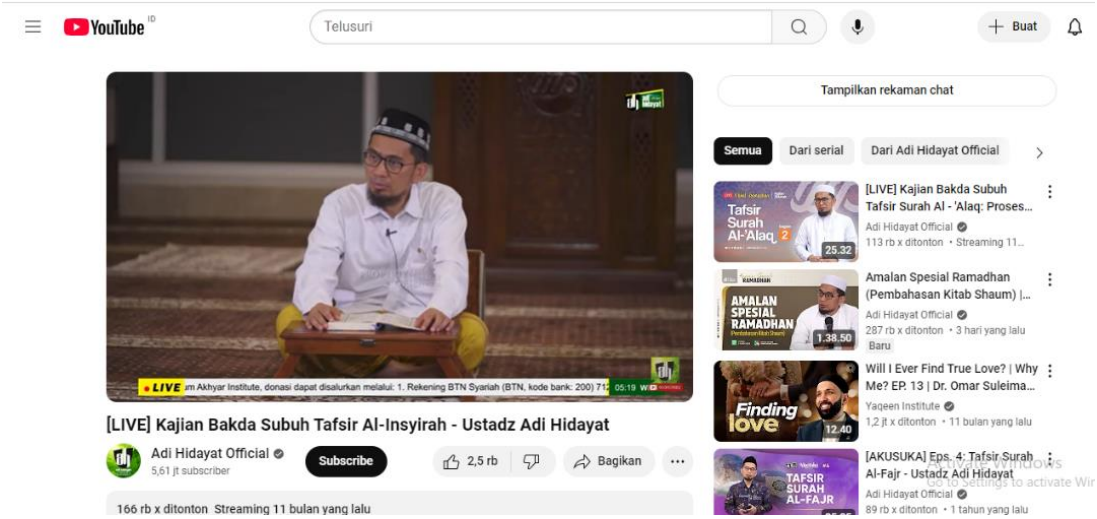
Awal mula keberadaan channel ini karena banyaknya pertanyaan yang muncul dari web ta'lim yang merupakan web resmi Ustadz Adi Hidayat ataupun pertanyaan-pertanyaan online lainnya. Dengan banyaknya pertanyaan yang muncul serta keterbatasan waktu yang dimiliki Ustadz Adi Hidayat untuk membahas pertanyaan tersebut secara langsung, maka lahirlah channel Youtube Adi Hidayat Official untuk menjawab pertanyaan yang telah disampaikan.

Adi Hidayat Official tergolong salah satu channel yang rutin mengunggah video kajian sesuai dengan tema yang telah ditentukan. Video yang telah diunggah sebanyak 2.478 yang dapat diakses audien khususnya para pengikut (*subscribers*) channel Adi Hidayat Official. Adapun konten-konten yang disampaikan Ustadz Adi Hidayat cukup beragam seperti tafsir Al-Qur'an, pembahasan kitab, sejarah keislaman, pembahasan tentang fiqih, amalan-amalan harian, murottal dan lain sebagainya.

Dalam video kajian yang telah diunggah, Ustadz Adi Hidayat mendapatkan banyak respon positif yang ditandai dengan banyaknya *like* dan komentar bahkan *viewers* yang dimiliki mencapai lebih dari 100 ribu. Selain beberapa hal di atas, penunjang dari banyaknya *viewers* channel youtubenya karena gaya penyampaian yang dimiliki Ustadz Adi Hidayat

sangatlah khas. Beliau kerap menggunakan bahasa yang santai, tidak kaku, sistematis, jelas, serta runtut.[88]

C. Tafsir Q.S Al-Insyirah dalam Channel YouTube Adi Hidayat Official



Gambar 3.2

Penafsiran Q.S al-Insyirah pada akun YouTube Adi Hidayat Official

Pada video *live* kajian bakda subuh dalam channel Youtube Adi Hidayat official telah ditonton sebanyak lebih dari 1 juta *viewers*. Video yang diunggah pada tanggal 31 Maret 2024, diawali dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan penyampaian kalimat pengantar (*muqaddimah*). Selanjutnya ustadz Adi Hidayat mengajak para jamaah dan audiens untuk berdoa agar Allah senantiasa meridhoi segala niat baik hamba-Nya, segala perbuatan yang telah dilakukan adalah amal sholih, serta mendapatkan rahmat dari-Nya. Selain itu, pada kajian ini yang bertepatan

[88] Anwar, *Ustadz Adi Hidayat Kisah Hidup Dan Dakwah Yang Fenomenal*, 24.

dengan bulan suci Ramadhan, beliau berharap bahwa segala rangkaian ibadah mendapatkan penerimaan yang terbaik di sisi Allah.

Pada kesempatan di bulan ramadhan, beliau membahas sepintas mengenai interaksi Al-Qur'an dengan bulan Ramadhan. Ustadz Adi Hidayat menyampaikan bahwa, *"apabila ada seorang insan beriman di bulan Ramadhan tak mampu untuk berinteraksi dengan Al-Qur'an, maka hal ini menunjukkan ketidaksempurnaan dalam menunaikan ibadah ramadhannya. Karena keistimewaan bulan Ramadhan adalah penyertaan Al-Qur'an di dalamnya".*[89] Selain itu, beliau juga berpendapat bahwa Al-Qur'an merupakan pedoman sekaligus petunjuk bagi manusia. Al-Qur'an yang terdiri atas 30 Juz, 114 surah, serta 6.236 ayat memuat tema-tema yang dapat menjawab segala persoalan kehidupan. Salah satunya ialah Al-Qur'an memberi petunjuk untuk mengatasi persoalan, memberikan ketenangan secara komprehensif dan sempurna, sehingga dapat diterapkan dalam setiap aktivitas kehidupan.

Sebelum beranjak pada pembahasan tentang tafsir Surah al-Insyirah, Langkah awal yang dilakukan Ustadz Adi Hidayat ialah mengartikan kata *al-syarh* dan *al-insyirah*. Beliau berpendapat bahwa dalam bahasa Arab, sesuatu yang telah lapang (keadannya) sehingga mudah menerima apapun dan mudah mendapatkan solusi, maka hal itu disebut dengan *syarh*.

[89] Adi Hidayat Official, "*[LIVE] Kajian Bakda Subuh Tafsir Al-Insyirah"* YouTube, diunggah oleh Adi Hidayat Official, 31 Maret 2024, diakses 24 April 2025, https://www.youtube.com/watch?v=L5Dt_BaG3kQ&t=230s.

Sedangkan kata *insyirah* merujuk pada suatu kedamaian yang begitu luas sehingga segala sesuatu yang kita hadapi menjadi lapang, tenang, dan nyaman.

Surah al-Insyirah menjelaskan tentang bagaimana cara melapangkan hati di setiap situasi sehingga problematika kehidupan mudah diatasi dan mendapatkan solusinya. Surah al-Insyirah merupakan urutan surah ke-94 setelah surah ad-Dhuha. Beliau berpendapat bahwa kedua surah tersebut memiliki keterkaitan (*munasabah*). Sebab turunnya kedua surah ini karena kegelisahan yang dirasakan Nabi Muhammad yang sangat dalam, terdapat tuduhan kepada Nabi Muhammad dari orang-orang sekitar, serta adanya tekanan yang tidak mudah. Dengan hadirnya surah ini sebagai hiburan bagi Nabi Muhammad.

Selanjutnya, Ustadz Adi Hidayat membaca keseluruhan surah al-Insyirah dan menafsirkan ayat demi ayat. Berdasarkan video tersebut, berikut penjelasan Ustadz Adi Hidayat terhadap tafsir surah al-Insyirah ayat 1-8:

Tafsir Q.S al-Insyirah [94]: 1

اَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَۙ

"Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Nabi Muhammad),"[90]

[90] Al-Qur'an Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019).

Dalam ilmu balaghah terdapat uslub, pengertian uslub merupakan suatu cara untuk mengungkapkan pikiran atau perasaan melalui bahasa. Penyampaian suatu pikiran atau perasaan yang melalui bahasa dinilai lebih cepat karena dapat mempengaruhi cara audiens memahami dan merasakan pesan yang disampaikan.[91] Pada ayat pertama, ustadz Adi Hidayat menyampaikan bahwa terdapat uslub pada kata (نشره).

Kata (نشره) pada ayat pertama diungkapkan dengan bentuk نَ yang disebut dengan *ta'dhīmun nafsī li ta'dhīmi shānī* (تعظيم النفس لتتعظيم الشأ).

Dalam ilmu balaghah yang merujuk pada penggunaan bentuk jamak (seperti kata ganti "kami") oleh seseorang untuk menunjukkan penghormatan atau pengagungan terhadap diri sendiri. Dalam konteks ini, penggunaan kata ganti jamak tidak berarti bahwa yang berbicara adalah lebih dari satu orang, melainkan untuk memberi kesan keagungan dan kebesaran. Allah mempertaruhkan keagungan zat-Nya untuk menunjukkan keistimewaan Al-Qur'an. Keistimewaan yang dimiliki Al-Qur'an juga menjadikan beberapa aspek yang berkaitan dengan Al-Qur'an menjadi istimewa. Seperti waktu turunnya Al-Qur'an menjadi malam yang istimewa (malam *lailatul qadr*) yang mana pada malam ini, nilai ibadah yang dilakukan manusia lebih dari 1000 bulan atau 85 tahun.

[91] Muhammad Sapil, "Stilistika Dan Al-Qur'an: Fenomena Budaya Uslûbiyah Bangsa Arab," *Ulumul Qur'an: Jurnal Kajian Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 2, no. 2 (2022): 192, https://doi.org/10.58404/uq.v2i2.109.

Selain itu, pada ayat pertama ini beliau menyampaikan bahwa ketika manusia mendapatkan cobaan, masalah atau musibah dalam hidupnya, maka jangan merasa sedih tetapi berbahagialah. Artinya, manusia yang diberi cobaan akan diberi kelapangan jiwa. Pada dasarnya, di dalam kehidupan terdapat banyak ujian dan melewati sebuah ujian juga akan memberikan ketahanan pada manusia. Apabila kita sering diberi ujian oleh Sang Pencipta maka kita juga akan semakin kuat untuk menghadapi ujian-ujian berikutnya.

Tafsir Q.S al-Insyirah [94]: 2-3

وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ ۝ الَّذِيْٓ اَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۝

"Meringankan beban (tugas-tugas kenabian) darimu. Yang memberatkan punggungmu,"[92]

Selanjutnya, Ustadz Adi Hidayat menjelaskan ayat kedua dan ketiga secara bersamaan. Ayat ini merupakan lanjutan dari ayat sebelumnya yang menjelaskan tentang kelapangan jiwa ketika mendapatkan sebuah permasalahan. Kemudian ayat ini juga menegaskan apabila berhadapan dengan sebuah masalah, maka jangan sekali-kali untuk mempersempit hati karena hal ini akan membuat kita kesulitan dalam menghadapi ujian yang ada. Maksud dari jangan mempersempit hati merupakan bersikap sabar dalam menghadapi kesulitan. Ustadz Adi Hidayat juga menyampaikan

[92] Al-Qur'an Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*.

bahwa untuk melihat kekuatan lapang hati manusia dengan cara mengingat bagaimana kita bisa melewati semua ujian yang pernah menimpa kita. Bersabar atas

Pada kalimat (اَنْقَض ظَهْرَكَ) merupakan sebuah kinayah atau ilustrasi.

Dalam ilmu Balaghah, pengertian kinayah yang ditinjau dari istilahnya yakni:

لفظ أريد به غير معناه الذي وضع له, مع جواز ارادة المعنى الاصلي لعدم وجود قرينة ما نعة من ارادته

"Lafazh yang dimasukkan pada selain (makna aslinya) sebagaimana telah buat untuknya, dengan bolehnya menghendaki makna asli karena tidak terdapat qarinah yang menghalanginya".[93]

Dengan kata lain, kinayah merupakan ungkapan dari bahasa ataupun perkataan yang tidak jelas, karena menggunakan kiasan atau ilustrasi yang mana hal tersebut untuk dimaksudkan pada pengertian yang lain.

Seperti pada kalimat (اَنْقَضَ ظَهْرَكَ) yang bermakna "memberatkan punggungmu". Pada kalimat ini, Ustadz Adi Hidayat memberikan ilustrasi bahwa sesuatu yang memberatkan punggung itu seperti mengangkat beban olahraga, sama halnya dengan kita mengangkat barbel. Meskipun hanya satu bagian anggota tubuh kita yakni kedua tangan yang mengangkat barbel,

[93] Khamim and Ahmad Subakir, *Ilmu Balaghah Dilengkapi Dengan Contoh-Contoh Ayat, Hadits Nabi Dan Syair Arab*, *Studi Islam Dan Sosial*, 2018, 148, http://repository.iainkediri.ac.id/61/1/ilmu balaghah_2018_new.pdf.

akan tetapi seluruh anggota tubuh juga merasakan beban dari barber tersebut.

Kemudian dalam video kajian tersebut, Ustadz Adi Hidayat juga menyampaikan, "*dalam ayat ini Allah SWT berpesan bahwasannya janganlah mempersempit hati, yang mana hal tersebut menyebabkan manusia merasakan kegelapan dan sempoyongan seakan-akan terkena beban yang begitu berat hanya dengan satu persoalan. Padahal apabila kita melihat ke belakang, terdapat banyak persoalan yang telah Allah tuntaskan. Seberat apapun persoalan, kuncinya adalah melapangkan dada. Berbicara kepada diri sendiri dan meyakinkan diri bahwa semua masalah yang ada akan selesai. Meskipun solusi belum datang, setidaknya hati kita menjadi tenang".*[94]

Maksudnya ialah apabila kehidupan kita sedang diuji dengan datangnya sebuah masalah, maka jangan berfokus pada satu masalah yang baru datang. Hal tersebut hanya akan membebani pikiran kita, sehingga memicu datangnya stress. Maka untuk menghindari munculnya stress yang ada, kita mengingat bahwasannya semua masalah yang pernah ada dalam hidup kita dahulu telah berhasil kita lewati tentunya atas izin Allah SWT. Terkadang kita hanya perlu meyakinkan diri, menanamkan dalam alam bawah sadar kita bahwasannya semua masalah pasti akan selesai. Karena Allah memberikan ujian sesuai dengan kemampuan hamba-Nya.

[94] Adi Hidayat Official, "*[LIVE] Kajian Bakda Subuh Tafsir Al-Insyirah*," 2024, https://www.youtube.com/watch?v=L5Dt_BaG3kQ&t=230s.

Tafsir Q.S al-Insyirah [94]: 4

وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ

"Dan meninggikan (derajat)-mu (dengan selalu) menyebut-nyebut (nama)-mu?"[95]

Pada ayat ini, Ustadz Adi Hidayat menyampaikan bahwa Allah telah mengangkat derajat hamba-Nya, dimulai dari tidak memiliki sesuatu hingga memiliki segalanya. Allah memberikan kenikmatan berupa harta yang melimpah seperti rumah, mobil, dan lain sebagainya. Akan tetapi ketika Allah menguji hamba-Nya dengan mendatangkan satu kegagalan, maka seketika itu pula manusia melupakan anugerah terdahulu yang telah diberikan. Allah mendatangkan sebuah cobaan bukan tanpa suatu alasan, melainkan agar hamba-Nya selalu bersyukur.

Pada ayat ini mengajarkan kepada manusia untuk tidak berprasangka buruk atas ujian yang diberikan Allah. Hal yang harus dilakukan ialah melapangkan hati, bersyukur dan mengingat segala kenikmatan yang diberikan Allah sebelumnya. Apabila seorang hamba memiliki rasa syukur dalam hidupnya, maka Allah akan melipat gandakan dengan sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya. Seperti yang tercantum pada Q.S Ibrahim ayat 7:

[95] Al-Qur'an Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*.

وَاِذْ تَاَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَاَزِيْدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ اِنَّ عَذَابِيْ لَشَدِيْدٌ

"(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."

Ayat di atas berpesan bahwa ketika umat manusia sedang mengalami kesulitan yakni dengan datangnya musibah dan ia menghadapinya dengan sabar dan bersyukur seperti halnya ketika mendapatkan kesenangan dan kenikmatan. Maka Allah SWT akan memberikan nikmat yang lebih. Begitu pula sebaliknya, apabila umat manusia kufur atas pemberian nikmat dari Allah SWT maka akan dibalas dengan siksaan di dunia berupa dicabutnya nikmat-nikmat dan hukuman diakhirat seperti hukuman orang yang memiliki sikap kufur.[96]

Tafsir Q.S al-Insyirah [94]: 5-6

فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝

"Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan".[97]

Setelah pembahasan ayat keempat tentang hamba yang diangkat derajatnya karena selalu berprasangka baik, bersyukur, serta berlapang hati

[96] Wahbah Az-Zuhaili, *TAFSIR AL MUNIR AQIDAH SYARI'AH MANHAJ JILID 7* (Jakarta: Gema Insani Press, 2016), 206.
[97] Al-Qur'an Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*.

ketika dilanda masalah. Maka pada ayat lima dan enam ini akan membahas tentang bagaimana menguatkan jiwa agar permasalahan yang datang dapat kita terima dengan mudah dan hati yang lapang.

Ustadz Adi Hidayat mengawali penafsiran ayat ke-lima dengan penjelasan huruf ف *(fa')* pada kata فَإِنَّ *(fa inna)* yang termasuk ke dalam *'athaf* atau kata sambung. Huruf *fa'* pada ayat ini berfungsi sebagai perangkai dari dua peristiwa, yang mana peristiwa pertama dan kedua disambung tanpa jeda. Seperti halnya pada peristiwa Nabi Zakaria yang tercantum dalam Q.S Ali Imran ayat 38-39 yang mana pada ayat ke-39 diawali dengan huruf *fa'*.

Ketika Nabi Zakaria divonis tidak memiliki keturunan, bahkan jika dilihat secara medis istrinya divonis *menopause* dan mandul (tidak bisa memiliki keturunan). Meski demikian Nabi Zakaria tidak berhenti memohon kepada Allah untuk dianugrahkan keturunan. Beliau berdoa sambil berdiri atau dalam keadaan sholat. Nabi Zakaria yakin bahwa sesuatu yang mustahil bagi manusia bisa terjadi atas izin Allah. Ini merupakan adab dalam Al-Qur'an bahwasannya ketika manusia menganggap sesuatu mustahil untuk terjadi, maka hal tersebut merupakan tanda dari Allah untuk meninggalkan prasangka atau dugaan manusia. Karena Allah akan memberikan tanda langsung untuk meminta kepada-Nya dan mengabulkan permintaan hamba-Nya tanpa campur tangan makhluk.

Selajutnya, kata انّ (*inna*) pada ayat ke-enam merupakan bentuk *ta'kid* atau taukid yang bermakna penegasan atau penguatan. *Ta'kid* merupakan suatu kata atau lafadz yang berfungsi sebagai penguat suatu makna kata ataupun kalimat yang bertujuan untuk meyakinkan pendengar atau pembaca dan menghilangkan keraguan terhadap apa yang disampaikan. Jadi, ketika terdapat suatu ayat yang sepertinya diulang, maka sebetulnya hal tersebut merupakan penguat kepada makna yang baru dan berbeda dengan ayat sebelumnya. Seperti pada ayat ke-lima dan ke-enam, yang mana kedua ayat tersebut mengalami perluasan makna yakni kemudahan itu akan datang berulang atau dalam berbagai bentuk, meski kesulitan hanya satu.

Maka dari penjelasan di atas, ketika kita dilanda masalah dan ingin melapangkan hati dengan cepat maka jangan ada jeda. Dalam ayat ini ditegaskan bahwa dalam setiap kesulitan pasti ada kemudahan. Tanamkan pada diri kita bahwa setiap masalah pasti ada solusinya dan semua masalah yang menimpa kita dapat kita lewati dengan bantuan Allah SWT.

Tafsir Q.S al-Insyirah [94]: 7-8

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ

"apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebaikan), teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain)"[98]

[98] Al-Qur'am Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*.

Setelah pembahasan ayat ke-lima dan ke-enam tentang penguatan jiwa ketika dilanda masalah. Apabila kita telah menemukan ketenangan jiwa, maka janganlah berhenti dan teruslah berikhtiar. Pada dasarnya, inti dari penafsiran ayat ke-tujuh ini ialah tentang ikhtiar. Beliau menyampaikan bahwa apabila terdapat pekerjaan apapun, maka hadapilah dengan optimis.

وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ

"Dan hanya kepada Tuhanmu berharaplah!"[99]

Pada ayat sebelumnya, telah membahas tentang ikhtiar. Selanjutnya, pada ayat terakhir pembahasan tentang tawakkal atau berserah diri kepada Allah. Apabila kita berusaha mengerjakan sesuatu (berikhtiar) maka jangan berorientasi pada hasil karena yang menentukan hasil tersebut ialah Allah SWT. Maka dari itu, Allah memerintahkan kita untuk bertawakkal (berserah diri kepada Allah) agar terhindar dari rasa kecewa.

Dari pemaparan di atas, bisa ditarik kesimpulan bahwa penafsiran Ustadz Adi Hidayat tentang Q.S al-Insyirah secara garis besar mengajarkan manusia untuk bersikap syukur, sabar, ikhtiar, tawakkal untuk menghadapi kesulitan dalam hidup. Pada dasarnya manusia tidak akan lepas dari permasalahan di kehidupannya. Maka, dengan permasalahan yang menimpanya juga akan membentuk mental yang lebih Tangguh serta akan diangkat derajatnya oleh Sang Maha Pencipta.

[99] Al-Qur'an Kemanterian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Tejemahannya.*

D. Analisis Penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S Al-Insyirah

Setelah membahas penafsiran Surah al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat dalam channel YouTube-nya, selanjutnya penulis akan menganalisis tentang metode penafsiran, bentuk penafsiran serta corak tafsir yang digunakan Ustadz Adi Hidayat dalam menafsirkan Surah al-Insyirah.

1. Metode Penafsiran

Metode penafsiran yang digunakan Ustadz Adi Hidayat dalam Video Live Kajian Bakda Subuh Tafsir Surah al-Insyirah menggunakan metode tahlili. Hal ini bisa dilihat dari beberapa aspek:[100]

a) Terdapat penjelasan makna kosakata pada ayat. Pada bagian ini, Ustadz Adi Hidayat membaca ayat kemudian mengartikannya. Setelah mengartikan ayat dilanjutkan dengan membahas ayat secara mendalam.

b) Terdapat unsur-unsur balaghah atau biasa dikenal dengan gaya bahasa. Dalam hal ini, penulis menemukan beberapa penafsiran Ustadz Hidayat yang menggunakan balaghah. Seperti pada ayat kedua di kalimat (اَنْقَضَ ظَهْرَكَ) termasuk ke dalam kinayah.

c) Terdapat asbabun nuzul dan munasabah atau keterkaitan dengan ayat lainnya. Ustadz Adi Hidayat menyampaikan bahwa surah al-Insyirah memiliki keterkaitan dengan surah sebelumnya yakni ad-Dhuha. Meskipun dalam menjelaskan asbabun nuzul surah al-

[100] Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*, 31.

Insyirah tidak dijabarkan secara mendetail, akan tetapi kesimpulannya ialah surah ini diturunkan sebagai kabar gembira serta hiburan ketika Nabi Muhammad merasa gelisah karena dakwahnya.

2. Bentuk Tafsir

Dalam menjelaskan tafsir surah al-Insyirah pada channel YouTubenya, Ustadz Adi Hidayat cenderung menggunakan bentuk penafsiran berdasarkan pemikiran rasional atau dikenal sebagai tafsir *bi al-ra'yi*. Dalam video tersebut, beliau sering melakukan analisis linguistik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an, menjelaskan makna kata-kata dalam konteks bahasa Arab, dan mengaitkannya dengan kondisi sosial serta psiokologis umat Islam khususnya masyarakat Indonesia saat ini.

Hal ini dibuktikan dengan beberapa analisis linguistik yang dilakukan Ustadz Adi Hidayat dalam menafsirkan Surah al-Insyirah, diantaranya:

a) Dalam ayat pertama, tepatnya pada kalimat (نشره) pada ayat pertama diungkapkan dengan bentuk نَ yang disebut dengan *ta'dhīmun nafsī li ta'dhīmi shānī* (تعظيم النفس لتتعظيم الشأ). Dalam ilmu balaghah yang merujuk pada penggunaan bentuk jamak (seperti kata ganti "kami") oleh seseorang untuk menunjukkan penghormatan atau pengagungan terhadap diri sendiri. Dalam konteks ini, penggunaan kata ganti jamak tidak berarti bahwa yang berbicara adalah lebih dari satu orang,

melainkan untuk memberi kesan keagungan dan kebesaran. Allah mempertaruhkan keagungan zat-Nya untuk menunjukkan

b) Dalam ayat kedua, yakni pada pada kalimat (اَنْقَضَ ظَهْرَكَ) yang bermakna "memberatkan punggungmu". Analisis beliau pada kalimat tersebut menggolongkannya ke dalam bagian kinayah atau kata kiasan.

c) Dalam ayat ke-lima, huruf ف *(fa')* pada kata فَإِنَّ *(fa inna)* yang termasuk ke dalam *'athaf* atau kata sambung. Huruf *fa'* pada ayat ini berfungsi sebagai perangkai dari dua peristiwa, yang mana peristiwa pertama dan kedua disambung tanpa jeda.

d) Dalam ayat ke-enam, kata انّ (*inna*) pada ayat ke-enam merupakan bentuk *ta'kid* atau taukid yang bermakna penegasan atau penguatan.

Di samping itu, dalam video kajian tersebut, Ustadz Adi Hidayat menafsirkan ayat Al-Qur'an dengan makna lafadz ayat tersebut bukan karena sebab turunnya ayat. Sehingga pada saat menjelaskan ayat-ayat tersebut beliau mengaitkan dengan kondisi sosial masyarakat Indonesia saat ini. Seperti pada ayat ke-empat, beliau menyampaikan *"kamu dengan satu masalah ini, seakan-akan semua hilang dari apa kamu dapatkan. Padahal Allah telah angkat engkau dari status yang tidak memikiki apapun hingga memiliki apapun. Seperti rumah mewah, kendaraan bagus, aset banyak, tabungan masih 10 milyar. Tetapi ketika proyek gagal 50 milyar langsung berputus asa seakan-akan ngga kenal Allah dan mengatakan "kenapa saya ya Allah yang harus begitu?" kenapa hitungan yang luas tidak pernah kamu pikirkan untuk*

melapangkan hati tetapi dengan satu persoalan kamu melupakan semua anugerah yang telah Allah berikan".[101]

3. Corak Tafsir

Corak dalam menafsirkan Al-Qur'an tidak hanya terbatas satu corak saja, tetapi terdapat berbagai corak yang didasari oleh keilmuan mufasir dalam menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an. Dalam video kajian tafsir al-Insyirah dalam kanal Youtube resminya, Ustadz Adi Hidayat cenderung menggunakan corak tafsir *al-adab al-ijtima'i*, Hal ini dapat dilihat dari penafsirannya yang sering kali mengaitkannya dengan masalah sosial kontemporer seperti krisis moral, tekanan ekonomi, hingga kesehatan mental. Beliau mengajak audiens untuk menjadikan Al-Qur'an sebagai solusi praktis dalam kehidupan sehari-hari.

E. Relevansi Nilai Stoikisme dengan Nilai Ajaran Islam pada Tafsir Q.S al-Insyirah Perspektif Ustadz Adi Hidayat

Secara bahasa, relevansi berasal dari kata relevan yang memiliki makna kait-mengait; bersangkut paut; berguna secara langsung.[102]Sedangkan secara istilah, relevansi bermakna hubungan atau kaitan dengan perkara atau hal yang sedang dibicarakan. Pada pembahasan ini, peneliti merelevansi nilai stoikisme dengan nilai ajaran Islam pada tafsir Q.S al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat. Setelah melakukan penelitian lebih lanjut, pembahasan nilai stoikisme memiliki

[101] Adi Hidayat Official, "[LIVE] Kajian Bakda Subuh Tafsir Al-Insyirah," 2024, https://www.youtube.com/watch?v=L5Dt_BaG3kQ&t=230s. menit ke 05.10
[102] Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, "Kamus Besar Bahasa Indonesia VI Daring,"2016, https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/relevan, diakses pada 17 Juni 2025.

keterkaitan dengan ajaran Islam yang tercantum pada penafsiran Q.S al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat.

Tabel 3.1

Indikator Relevansi Konseptual

No	INDIKATOR RELEVANSI KONSEPTUAL		
	Konsep Stoikisme	Konsep Islam	Penjelasan Relevansi Konseptual
1	Pengendalian diri	Sabar	Sama-sama mengajarkan untuk menahan tekanan atau emosi
2	*Amor Fati*	Syukur	Sama-sama mengajarkan untuk menerima terhadap takdir dengan sikap positif
3	Dikotomi kendali	Tawakkal	sama-sama mengajarkan untuk bersikap fokus pada hal yang bisa dikendalikan

Berdasarkan analisis di atas, bahwa nilai stoikisme dengan ajaran Islam memiliki keselarasan dalam mencapai ketenangan hidup dan mengatasi kesulitan dalam hidup, yakni seperti relevansi konsep *amor fati* dengan konsep syukur; relevansi konsep dikotomi kendali dengan konsep sabar; serta relevansi konsep pengendalian diri dengan konsep tawakkal.

1. Relevansi konsep pengendalian diri dengan konsep sabar

Jika dilihat secara keseluruhan, pesan yang terdapat dalam Q.S al-Insyirah merupakan bentuk penguatan jiwa dari Allah kepada Nabi Muhammad sekaligus menjadi pelajaran penting bagi umat Islam dalam membangun ketenangan batin dan kemampuan pengendalian diri. Salah satu

tema sentral dalam surah ini adalah ajaran tentang bagaimana mengelola emosi, menjaga keteguhan hati, dan mengendalikan diri di tengah tekanan hidup. Relevansi pengendalian diri dengan konsep sabar pada penafsiran Q.S al-Insyirah ditunjukkan pada ayat kedua dan ke-tiga. Dalam penafsirannya, Ustadz Adi Hidayat menyampaikan bahwa ketika dihadapkan dengan kesulitan hidup maka sikap yang diambil ialah bersabar dan tidak mempersempit hati. Hal ini juga memiliki keselarasan dengan konsep stoikisme yakni pengendalian diri.

2. Relevansi konsep amor fati dengan konsep syukur

Dalam ajaran Islam, konsep amor fati memiliki persamaan konsep dengan ajarannya, yakni konsep syukur. Setiap umat Islam wajib mempercayai akan takdir yang diberikan Allah. Karena percaya terhadap takdir merupakan bagian dari rukun iman yang ke-enam. Cinta akan takdir atau dikenal sebagai *amor fati* dalam stoikisme merupakan salah satu nilai yang terdapat dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah.

Amor Fati bukan hanya menerima kenyataan hidup, melainkan mencintai segala bentuk takdir, baik yang menyenangkan atau pun sebaliknya yang merupakan bagian tak terpisahkan dalam kehidupan manusia. Konsep Syukur dan *amor fati* muncul ketika manusia diajak untuk menerima atau bahkan mencintai realita kehidupan termasuk kesulitan yang merupakan bagian dari kehendak Sang Pencipta. Dalam stoikisme, seseorang yang mencintai takdir dalam hidupnya akan menemukan ketenangan karena tidak

terus-menerus melawan keadaan. Demikian pula, pada penafsiran Q.S al-Insyirah yang mengajarkan bahwa setiap permasalahan kehidupan merupakan jembatan untuk menuju kebaikan yang lebih besar.

Pada pembahasan ini memiliki persamaan dengan penafsiran Ustadz Adi Hidayat pada ayat ke-empat. Beliau menguraikan bahwa apabila seseorang didatangkan kesulitan berupa musibah atau yang lainnya maka hadapilah dengan sabar dan syukur. Karena jika menerapkan syukur ketika sedang kesulitan maka Allah akan memberikan nikmat yang lebih dari sebelumnya.

Dengan demikian, Q.S al-Insyirah menanamkan nilai *amor fati* dalam konteks keimanan Islam, yaitu menerima dan mencintai takdir sebagai wujud keimanan terhadap kebijaksanaan dan kasih sayang Allah. Nilai ini memperkuat ketahanan batin seorang mukmin dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan dengan sikat tenang, optimis, dan penuh rasa syukur.

3. Relevansi konsep dikotomi kendali dengan konsep tawakkal

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia kerap dihadapkan dengan situasi-situasi yang menekan, seperti kegagalan dalam ujian, kehilangan pekerjaan, masalah kesehatan, dan lain sebagainya. Situasi-situasi ini sering kali berada di luar kendali manusia. Dalam konsep dikotomi kendali yang diajarkan secara tersirat dalam penafsiran Q.S al-Insyirah perspektif Ustadz Adi Hidayat, seseorang diajak untuk menerima bahwa kejadian-kejadian tersebut merupakan bagian dari takdir yang tidak bisa dihindari. Akan tetapi,

terdapat hal-hal yang bisa di bawah kendali kita yakni respon batin atas situasi-situasi yang terjadi dalam kehidupan kita.

Dalam konteks Q.S al-Insyirah, prinsip ini tercermin sangat jelas, khususnya dalam ajaran tentang sikap menghadapi kesulitan dan kemudahan hidup. Allah mengingatkan Nabi Muhammad bahwa segala penderitaan yang dialaminya bukanlah tanpa tujuan, dan bahwa kemudahan akan selalu menyertai kesulitan. Bahkan dalam surah ini, ayat yang membahas tentang "setiap kesulitan terdapat kemudahan" diulang dua kali yakni pada ayat ke-lima dan ke-enam. Pada kedua ayat tersebut menegaskan bahwa meskipun manusia tidak dapat mengendalikan datangnya cobaan, namun mereka tetap memiliki kendali atas bagaimana mereka meresponnya.

Dalam video kajian Ustadz Adi Hidayat, beliau memberikan contoh peristiwa yang dialami oleh Nabi Zakaria. Kisah Nabi Zakaria yang tercantum pada Q.S Ali Imran [3]: 38-39. Ketika Nabi Zakaria ditimpa kesulitan dalam hidupnya yaitu divonis tidak memiliki keturunan karena Istrinya *menopause* dan mandul. Hal tersebut merupakan situasi di luar kendali Nabi Zakaria. Akan tetapi, Nabi Zakaria memiliki kendali penuh atas bagaimana menaggapi hal tersebut. Nabi Zakaria menghadapi ujian yang diberikan Allah tidak dengan putus asa, melainkan beliau terus berusaha yaitu dengan berdoa kepada Allah.

Selain itu, pada ayat ketujuh dan kedelapan memberikan instruksi konkret mengenai sikap yang harus diambil setelah menemukan ketenangan jiwa. Ayat ini mengajarkan kedisiplinan dan fokus. Pengendalian diri bukan

hanya berupa kemampuan menahan emosi tetapi juga mencakup kemampuan untuk tetap konsisten dalam aktivitas yang bermanfaat dan tidak terjebak dalam zona nyaman setelah memperoleh kemudahan.

Jika di dalam ajaran spiritual Islam, setalah Allah memberikan ketenangan batin, hal yang dilakukan manusia ialah terus berikhtiar atau berusaha. Kemudian setelah berikhtiar, Langkah selanjutnya ialah tawakal atau berserah diri kepada Allah. Hal ini juga tercermin pada konsep dikotomi kendali bahwasannya hasil yang diberikan Allah merupakan di luar kendali manusia.

Dengan kata lain, Surah al-Insyirah membimbing setiap individu untuk memusatkan perhatian dan energinya pada hal-hal yang berada dalam kendali, seperti kesengguhan. Ketekunan, dan sikap batin serta untuk melepaskan keterikatan berlebihan pada hal-hal di luar kendali seperti hasil, opini orang lain, dan peristiwa eksternal lainnya. Inilah bentuk harmoni antara ajaran spiritual Islam dan prinsip rasional dikotomi kendali dalam filsafat stoikisme yang mengarahkan manusia menjadi pribadi yang tenang, Tangguh, dan penuh harapan, meskipun berada dalam tekanan hidup yang berat.

BAB IV
PENUTUP

A. Kesimpulan

Dalam pemaparannya, Ustadz Adi Hidayat menjelaskan bahwa Q.S al-Insyirah merupakan surah yang berisi tentang penguatan jiwa. Sesuai dengan namanya yakni *as-syarh* yang bermakna sesuatu yang lapang, penafsiran ayat ini juga berisi tentang kelapangan jiwa. Secara garis besar, penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah menjelaskan cara untuk menghadapi kesulitan hidup sehingga mendapatkan ketenangan jiwa. Ustadz Adi Hidayat menjelaskan bahwa beberapa ajaran dalam Q.S al-Insyirah seperi konsep sabar, syukur dan tawakkal dapat diterapkan pada saat datangnya ujian kehidupan.

Penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah dalam channel YouTube nya menggunakan metode tahlili. Hal ini ditandai dengan adanya sebab turunnya Q.S al_insyirah karena Nabi Muhammad merasa gelisah akan dakwahnya. Selain itu, adanya korelasi atau munasabah Surah al-Insyirah dengan Surah ad-Dhuha. Selain itu, bentuk penafsiran yang digunakan Ustadz Adi Hidayat cenderung pada tafsir *bi al-ra'yi*. Hal ini ditunjukkan pada beberapa pembahasan yang menggunakan analisis linguistik dan Ustadz Adi Hidayat menfasirkan ayat-ayat dengan makna lafadz bukan karena sebab turunnya ayat. dan yang terakhir, corak yang digunakan cenderung pada tafsir *al-adab al-ijtima'i* karena penafsirannya sering kali mengaitkan dengan masalah kontemporer.

Pada penafsiran Q.S al-Inyirah, ditemukan titik temu antara konsep stoikisme dengan konsep ajaran Islam dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Relevansi konsep stoikisme dengan konsep ajaran Islam bisa dilihat dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat. Terdapat tiga relevansi yang ditemukan pada penelitian ini. Pertama, relevansi konsep pengendalian diri dengan konsep sabar pada ayat kedua dan ketiga mengajarkan untuk berlapang dada dan tidak mempersempit hati ketika didatangkan masalah. Kedua, relevansi konsep *amor fati* dengan konsep syukur pada ayat ke-empat yang sama-sama mengajarkan untuk cinta akan takdir dengan bersyukur. Ketiga, relevansi konsep dikotomi kendali dengan tawakkal pada ayat ke-lima hingga ke-delapan yang sama-sama mengajarkan untuk fokus pada hal-hal yang dapat dikendalikan.

B. Saran

Setelah penulis melakukan penelitian tentang nalar stoikisme dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah, maka penulis memberikan beberapa saran yang kiranya dapat menjadi acuan pada penelitian selanjutnya, yakni sebagai berikut:

1. Pembahasan dalam penelitian ini hanya mengeksplorasi beberapa nilai-nilai stoikisme dalam penafsiran Ustadz Adi Hidayat terhadap Q.S al-Insyirah. Oleh karena itu, masih terdapat banyak surah dalam Al-Qur'an yang memiliki persamaan konsep dalam stoikisme.
2. Pengkajian mengenai implementasi nilai-nilai stoikisme yang terintegrasi dengan perspektif Al-Qur'an dalam beberapa bidang keilmuan seperti pendidikan, parenting, dan kepemimpinan.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurahman Simangunsong, Ali. "Konsep Pengendalian Diri Filsafat Stoikisme Dalam Perspektif Al-Qur'an," 2024, 150.

Akbar, Muchammad Suryo Maulana, and Moh. Abdul Hakim. "Peran Perbandingan Sosial Terhadap Timbulnya Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Akibat Perilaku Berjejaring Sosial Di Media Sosial." *Psikologi Sosial* Vol. 22 No (2024): 31–40. https://doi.org/https://doi.org/10.7454/jps.2024.05.

Al-quran, Jurnal Kajian, Eksistensi Tafsir, and Bil Ra. "Al-MUBARAK Al-MUBARAK" 7, no. 2 (2022): 44–61.

Amirotussolihah. "Stoikisme Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik) Skripsi." *Skripsi UIN SAIZU Purwokerto*, 2023, 104.

Anwar, Rohison. *'Ulum Al-Qur'an*. Bandung: Pustaka Setia, 2008.

Anwar, Rusydie. *Ustadz Adi Hidayat Kisah Hidup Dan Dakwah Yang Fenomenal*. Yogyakarta: Laksana, 2021.

Az-Zuhaili, Wahbah. *TAFSIR AL MUNIR AQIDAH SYARI'AH MANHAJ JILID 7*. Jakarta: Gema Insani Press, 2016.

Bahasa, Badan Pengembangan dan Pembinaan. "Kamus Besar Bahasa Indonesia VI Daring," 2016. https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/sabar.

Baidan, Nashruddin. *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005.

Dozan, Wely, and Muhamad Turmuzi. *SEJARAH METODOLOGI TAFSIR AL-QUR'AN (Teori, Aplikasi, Dan Model Penafsiran)*. Yogyakarta: Bintang Pustaka Abadi, 2020.

Elhany, Hemlan. "Metode Tafsir Tahlili Dan Maudhu'I." *Ath Thariq Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 2, no. 1 (2018): 288. https://doi.org/10.32332/ath_thariq.v2i1.1078.

Epictetus. *Petuah Emas*. Yogyakarta: BASABASI, 2021.

Ghazali, Ziyadul Ifdhal. "Nilai-Nilai Kepemimpinan Pendidikan Islam Dalam Filsafat Stoikisme." *Al-Abshar: Journal of Islamic Education Management* 2, no. 2 (2023): 156–75. https://doi.org/10.58223/al-abshar.v2i2.96.

Hilalludin, Hilalludin, Haris Januardi, and Jumadi Jumadi. "Eksplorasi Nilai Nilai Stoikisme Dalam Sudut Pandang Islam" 1, no. 2 (2024): 77–83.

Ilmi, Maulida Ilhami Zuhruful, and Ganjar Eka Subakti. "Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring." *Cakrawala: Jurnal Studi Islam* 18, no. 1 (2023): 39–48. https://doi.org/10.31603/cakrawala.8399.

Institute, Quantum Akhyar. “Sekilas Tentang Ust. Dr. Adi Hidayat, Lc., MA.,” 2021. https://quantumakhyar.com/uah/.

Kasma, Cut Puja, Hasyimsyah Nasution, and Abrar M. Dawud Faza. “Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoikisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring).” *Tsaqofah* 3, no. 5 (2023): 1002–10. https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v3i5.1759.

Khamim, and Ahmad Subakir. *Ilmu Balaghah Dilengkapi Dengan Contoh-Contoh Ayat, Hadits Nabi Dan Syair Arab*. *Studi Islam Dan Sosial*, 2018. http://repository.iainkediri.ac.id/61/1/ilmu balaghah_2018_new.pdf.

Letra, Danil Faeza, Akbar Rajendra Putra, Mohammad Alvi, and Pratama Fakultas. “Keadilan Universal Menurut Pemikiran Zeno of Citium,” 2024, 1–16. https://doi.org/10.11111/praxis.xxxxxxx.

Mahmudi, Zaenul, Khoirul Hidayah, Erik Sabti Rahmawati, Fakhruddin, Musleh Harry, Ali Hamdan, Faridatus Suhadak, et al. “Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Tahun 2022.” *Jurnal Fakultas Syariah Uin Malang* 1, no. 1 (2022): 75.

Manampiring, Henry. *Filosofi Teras*. Edited by Patricia Wulandari. Jakarta: Buku Kompas, 2019.

Nasution, Abdul Fattah. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Harfa Creative, 2023.

Official, Adi Hidayat. *[LIVE] Kajian Bakda Subuh Tafsir Al-Insyirah*, 2024. https://www.youtube.com/watch?v=L5Dt_BaG3kQ&t=230s.

Pratiwi, Asmira. *Kuliah Ringkas Filsafat STOIK DAN STOIKISME Serta Penerapannya Dalam Kehidupan Sehari-Hari*. Yogyakarta: CV. Indoliterasi Publishing House, 2024.

Pratiwi, Lilian. “Verbal Abuse Dalam Perspektif Qs. Al-Hujurat Ayat 11-12 Dan Dampaknya Di Sosial Media.” *Skripsi* 3 (2023): hlm.1.

Rafiq, A. “DAMPAK MEDIA SOSIAL TERHADAP PERUBAHAN SIAL SUATU MASYARAKAT.” *Global Komunika* 1 (2020): 18–29.

Rahman, Taufik, Lola Pertiwi, and Ariyandi Batubara. “Hakikat Kebahagiaan Hidup: Konsensus Antara Al-Qur’an Dan Filsafat Stoikisme.” *Jurnal Riset Agama* 2, no. 3 (2022): 151–65. https://doi.org/10.15575/jra.v2i3.19326.

Ratnaningtyas, Endah Marendah, Ramli, Syafruddin, Edi Saputra, Desi Suliwati, Bekty Taufiq Ari Nugroho, Nanda Saputra, Khaidir, and Adi Susilo Jahja. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edited by Nanda Saputra. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2023.

Razali, Geofakta. *Refleksi Stoikisme, Komunikasi Diri, Dan Keterangan Psikologis Manusia Era Media Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika, 2023.

RI, Al-Qur'an Kementerian Agama. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019.

Rusdi, Ahmad. "Syukur Dalam Psikologi Islam Dan Konstruksi Alat Ukurnya." *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 2 (2016): 37–54.

Sapil, Muhammad. "Stilistika Dan Al-Qur'an: Fenomena Budaya Uslûbiyah Bangsa Arab." *Ulumul Qur'an: Jurnal Kajian Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 2, no. 2 (2022): 188–208. https://doi.org/10.58404/uq.v2i2.109.

Seneca. *Surat-Surat Stoa*. Yogyakarta: Penerbit BASABASI, 2021.

Shihab, M. Quraihs. *Membumikan Al-Qur'an*. Jakarta: Mizan, 1997.

Shihab, M Quraish. "Tafsir Al-Misbah; Pesan, Kesan Dan Keserasian, Vol. 15." *Jakarta: Lentera Hati* 15 (2002): 392–418.

Siti, Nadea, and Siti Chodijah. "Peace of Heart Perspective of Surah Al-Insyirah : Study of Tafsir Maudu ' i Ketenangan Hati Perspektif Surah Al-Insyirah : Kajian Tafsir Maudu ' i" 4 (2021): 130–39.

Soliha, Silvia Fardila. "Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial." *Jurnal Interaksi* 4, no. 1 (2015): 1–10.

Sulistyawati. *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Penerbit K-Media, 2023.

Suryadilaga, M. Alfatif. *Metodologi Ilmu Tafsir*. Yogyakarta: Penerbit TERAS, 2005.

Triani, Sri Indah, Siti Saodah, Farhah Salsabila, Muhammad Yasin Fadhilah, Gilang Hermawan, Dicky Adhi Prayogi, Yoga Nur Afizal, and Syafa'atun Nahriyah. "Memahami Pesan Al- Qur'an Dalam Pendekatan Tafsir Bil Ra'yi." *Al-Akhbar (Jurnal Ilmiah Keislaman)* 8, no. 1 (2022): 89–101.

Wibowo, A. Setyo. *Atraxia Bahagia Menurut Stoikisme*. Yogyakarta: PT Kanisius, 2019. https://ipusnas2.perpusnas.go.id/book/23d8109b-20d8-4aff-b081-e053fcbe0f11/789493d9-4f7c-48d1-ad32-e2c120461f68.

Wulandari, Tri, Hasep Saputra, and Emmi Kholilah Harahap. "Mengatasi Kesulitan Hidup Dengan Nilai-Nilai Surah Al-Insyirah: Perspektif Bimbingan Konseling." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Islam*, no. 2 (2024): 61–70. https://e-journal.uin-al-azhaar.ac.id/index.php/muhafadhah/index.

Yusuf, M, Dona Kahfi, and M A Ibala. "Sabar Dalam Perspektif Islam Dan Barat" 1, no. 2 (2018).

Zed, Mustika. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2017. https://webadmin-ipusnas.perpusnas.go.id/ipusnas/publications/books/22531.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama	: Salsabela Rizqi Mazidah
Tempat, Tanggal Lahir	: Banyuwangi, 03 Februari 2002
Alamat Rumah	: Dusun Kunir, Desa Singojuruh, Kec. Singojuruh, Kab. Banyuwangi, Jawa Timur.
Nama Ayah	: Hayatul Maki
Nama Ibu	: Wakiatus Sulasa
E-mail	: salsabelarizqi@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

Formal

(2006-2008) Paud Hidayatul Mubtadi'in

(2008-2014) SDN 4 Singojuruh

(2014-2016) SMP Bustanul Makmur

(2017-2020) SMA Nurul Jadid

Non-Formal

(2017-2020) Pondok Pesantren Nurul Jadid

(2021-2022) Ma'had Al-Jami'ah UIN Maulana Malik Ibrahim

(2020-sekarang) PPTQ As-Sa'adah

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS SYARIAH
Terakreditasi "A" SK BAN-PT Depdiknas Nomor : 157/BAN-PT/Ak-XVI/S/VII/2013 (Al Ahwal Al Syakhshiyyah)
Terakreditasi "B" SK BAN-PT Nomor : 021/BAN-PT/Ak-XIV/S1/VIII/2011 (Hukum Bisnis Syariah)
Jl. Gajayana 50 Malang 65144 Telepon (0341) 559399, Faksimile (0341) 559399 Website:
http://syariah.uin-malang.ac.id/

BUKTI KONSULTASI

Nama : Salsabela Rizqi Mazidah
NIM/Jurusan : 210204110088/ Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Dosen Pembimbing : Ali Hamdan, M.A.,Ph.D
Judul Skripsi : NALAR STOIKISME DALAM PENAFSIRAN USTADZ ADI HIDAYAT TERHADAP Q.S AL-INSYIRAH

No	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf
1.	9 Agustus 2024	Konsultasi Judul	
2.	15 Agustus 2024	Konsultasi Proposal Skripsi	
3.	28 Oktober 2024	Revisi Proposal Skripsi	
4.	5 November 2024	ACC Proposal Skripsi	
5.	24 November 2024	Konsultasi BAB II	
6.	28 November 2024	Konsultasi BAB II-III	
7.	17 Maret 2025	Konsultasi BAB III	
8.	16 April 2025	Konsultasi BAB III-IV	
9.	8 Mei 2025	ACC BAB II-IV	
10.	2 Juni 2025	ACC BAB I-IV	

Malang, 02 Juni 2025

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Ali Hamdan, M.A.,Ph.D
NIP 197601012011011004

© BAK Fakultas Syariah
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dipindai dengan CamScanner