

**TAWAKAL SEBAGAI SUMBER MOTIVASI KEHIDUPAN:  
TELAAH BUKU “BERSERAHLAH, BIARKAN ALLAH  
MENGURUS HIDUPMU” KARYA EMHA AINUN NADJIB**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)  
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh :

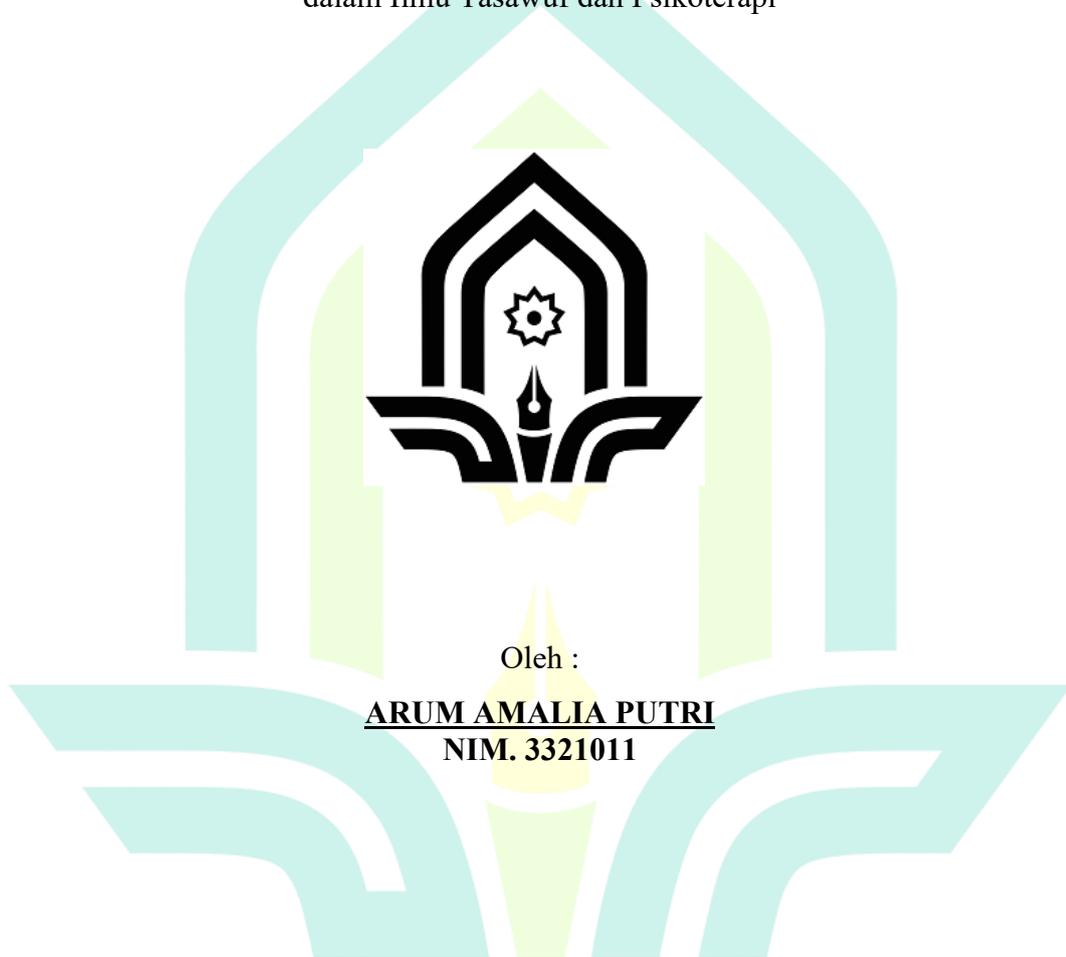
**ARUM AMALIA PUTRI**  
**NIM. 3321011**

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2025**

**TAWAKAL SEBAGAI SUMBER MOTIVASI KEHIDUPAN:  
TELAAH BUKU “BERSERAHLAH BIARKAN ALLAH  
MENGURUS HIDUPMU” KARYA EMHA AINUN NADJIB**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)  
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh :

**ARUM AMALIA PUTRI**  
**NIM. 3321011**

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2025**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Arum Amalia Putri  
NIM : 3321011  
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“TAWAKAL SEBAGAI SUMBER MOTIVASI KEHIDUPAN: TELAHAH BUKU BERSERAHLAH, BIARKAN ALLAH MENGURUS HIDUPMU KARYA EMHA AINUN NADJIB”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 28 Mei 2025

Yang Menyatakan,



Arum Amalia Putri  
NIM. 3321011

## NOTA PEMBIMBING

**Adib ‘Aunillah Fasya, M. Si**  
**Banjarsari, Banjarejo, Kec. Karanganyar, Kab. Pekalongan**

Lamp : 4 (Empat) eksemplar  
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Arum Amalia putri

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
c.q Ketua Prodi Tasawuf dan Psikoterapi  
di-

### **PEKALONGAN**

*Assalamu’alaikum Wr. Wb.*

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Arum Amalia Putri  
NIM : 3321011  
Judul : **TAWAKAL SEBAGAI SUMBER MOTIVASI KEHIDUPAN:  
TELAAH BUKU BERSERAHLAH, BIARKAN ALLAH  
MENGURUS HIDUPMU KARYA EMHA AINUN NADJIB**

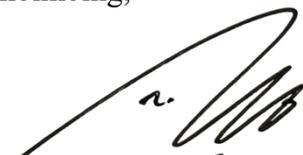
Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

*Wassalamu’alaikum Wr. Wb.*

Pekalongan, 28 Mei 2025

Pembimbing,

  
**Adib ‘Aunillah Fasya, M. Si**  
**NIP. 199201212022031001**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161  
Website: [fuad.uingusdur.ac.id](http://fuad.uingusdur.ac.id) | Email : [fuad@uingusdur.ac.id](mailto:fuad@uingusdur.ac.id)

**PENGESAHAN**

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri

K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **ARUM AMALIA PUTRI**

NIM : **3321011**

Judul Skripsi : **TAWAKAL SEBAGAI SUMBER MOTIVASI  
KEHIDUPAN: TELAAH BUKU “BERSERAHLAH,  
BIARKAN ALLAH MENGURUS HIDUPMU” KARYA  
EMHA AINUN NADJIB**

yang telah diujikan pada Hari Kamis, 26 Juni 2025 dan dinyatakan **LULUS** serta  
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)  
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi

Dewan Penguji

**Penguji I**

**Annisa Mutoharroh, M. Psi**  
NIPPPK. 199106022023212033

**Penguji II**

**Aris Priyanto, M. Ag**  
NIPPPK. 198804062025211006

Pekalongan, 8 Juli 2025

Disahkan Oleh  
**Dekan**



**Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag**  
NIP. 197411182000032001

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi dalam penelitian ini berdasarkan hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No.0543 b/U/1987. Secara garis besar pedoman transliterasi tersebut sebagai berikut:

### 1. Konsonan

No	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
1.	ا	Alif	-	tidak dilambangkan
2.	ب	bā'	b	be
3.	ت	tā'	t	te
4.	ث	śā'	ś	es (dengan titik di atas)
5.	ج	jīm	j	je
6.	ح	hā'	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
7.	خ	khā'	kh	Ka da ha
8.	د	dal	d	de
9.	ذ	zal	z	zet (dengan titik di atas)
10.	ر	rā'	r	er
11.	ز	zai	z	zet
12.	س	sīn	s	es
13.	ش	syīn	sy	es dan ye
14.	ص	sād	ṣ	es (dengan titik di bawah)
15.	ض	dād	ḍ	de (dengan titik di bawah)
16.	ط	tā'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
17.	ظ	dā'	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
18.	ع	'ain	'	koma terbalik (di atas)
19.	غ	gain	g	ge
20.	ف	fa'	f	ef

21.	ق	qāf	q	qi
22.	ك	kāf	k	ka
23.	ل	lām	l	el
24.	م	mīm	m	em
25.	ن	nūn	n	en
26.	و	wāwu	w	we
27.	ه	Hā'	h	ha
28.	ء	hamzah	'	apostrof (tetapi lambang ini tidak dipergunakan untuk hamzah diawal kata
29.	ي	yā'	Y	ye

## 2. Vokal

Vokal Tunggal	Vokal Rangkap	Vokal Panjang
ا = a		ا = ā
إ = i	اي = ai	إي = ī
أ = u	او = au	أو = ū

## 3. Ta Marbuṭah

Ta marbuṭah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh:

مرأة جميلة = *mar'atunjamīlah*

Ta marbuṭah mati dilambangkan dengan /h/

Contoh:

فاطمة = *fātimah*

## 4. Syaddah (*tasydid*, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan yang diberi tanda syaddah tersebut.

Contoh:

ربنا = *rabbānā*

الْبِرِّ = *al-birr*

#### 5. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang di ikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشمس = *asy-syamsu*

الرجل = *ar-rajulu*

السيدة = *as-sayyidah*

Hamzah Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qamariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /l/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القمر = *al-qamar*

البدیع = *al-badī'*

الجلال = *al-jalāl*

#### 6. Huruf hamzah

yang berada pada awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada ditengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof /'/.

Contoh:

أمرت = *umirtu*

شيء = *syai'un*

## PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan hamdalah, Syukur Alhamdulillah kepada Allah Swt. atas rahmat, hidayah, karunia dan inayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat serta salam tak lupa dipanjatkan kepada Nabi Muhammad SAW. Sebagai rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya tercinta yang telah berjuang mengupayakan yang terbaik dengan kerja kerasnya tanpa lelah dan doa yang selalu ditujukan untuk anak-anaknya tanpa henti memberikan nasihat, semangat, kasih sayang, dalam mengiringi langkah agar tercapainya keinginan dan cita-cita.
2. Kepada Kakak ku yang selalu mendukung, dan memberikan semangat serta arahan kepada penulis.
3. Teman-teman TP angkatan 2021 terimakasih atas dukungan semangat, dan pengalaman, dan kebersamaan selama menjalani perkuliahan hingga kelulusan. Khususnya Tukang Turu yang telah menemani dari awal masa perkuliahan hingga akhir.
4. Untuk seorang berinisial AAM, terimakasih atas dukungan, doa, dan semangatnya.
5. Kepada teman-teman dan orang di sekitarku yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih atas doa dan dukungannya kepada penulis.

## **MOTTO**

“Kalau anda tidak bisa percaya kepada diri sendiri, bagaimana mungkin anda bisa dipercaya Gusti Allah?”.

-Emha Ainun Nadjib-



## ABSTRAK

Putri, Arum Amalia. 2025. *Tawakal Sebagai Sumber Motivasi Kehidupan: Telaah Buku Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu Karya Emha Ainun Nadjib*. Skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.  
Pembimbing: Adib Aunillah Fasya, M. Si

### **Kata kunci : tawakal, motivasi, kehidupan**

Setiap individu mendambakan kehidupan yang bahagia, tetapi tantangan serta kesulitan sering menghalangi terwujudnya tujuan tersebut. Kecenderungan manusia membuatnya merasa lebih istimewa dan abai akan kekurangan diri. Hal ini menyebabkan kecemasan dan kekhawatiran saat menghadapi kegagalan. Di tengah kondisi ini, Al Quran memberikan ajaran dengan menawarkan pegangan hidup yang esensial, menuntun manusia untuk memiliki iman dan takwa serta mengamalkan akhlak mulia. Salah satu ajaran yang penting terlebih di dalam ajaran tasawuf adalah bertawakal. Tawakal bukan sekedar pasrah melainkan sikap berserah terhadap sesuatu yang ditujukan kepada Allah setelah melakukan usaha maksimal. Dengan bertawakal individu akan memiliki motivasi yang positif dan keyakinan bahwa Allah memiliki rencana terbaik, sehingga ia dapat menghadapi setiap cobaan dengan hati yang tenang dan damai.

Rumusan masalah pada penelitian ini ada dua yaitu, 1) Bagaimana konsep tawakal dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib?, 2) Bagaimana relevansi tawakal sebagai sumber motivasi dalam menghadapi tantangan hidup?. Tujuan dari penelitian ini 1) untuk mengetahui bagaimana konsep tawakal dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib. 2) untuk mengetahui bagaimana relevansi tawakal dalam menghadapi tantangan hidup. Penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan analisis isi (*content analysis*).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa, 1) konsep tawakal dalam buku ini sebagai penyerahan hasil dari apa yang sudah diusahakan kepada Allah, dengan memenuhi hakikat tawakal dan memperkuat keimanan supaya tawakal yang dilakukan tidak bernilai rusak serta mendapatkan rida dari Allah, 2) Buah dari tawakal akan memberikan dampak spiritual dan psikologis seperti memberikan ketenangan dan ketentraman, kekuatan batin, kemuliaan, rida, dan munculnya harapan. Berkaitan dengan hal tersebut tawakal memberikan relevansi dalam menghadapi tantangan hidup dan dapat menjadi sumber motivasi seseorang dengan berusaha secara maksimal untuk mencapai hasil yang diinginkan tetapi dengan melalui aspek spiritual penyerahan hasil dan pengharapan rida dari Allah serta menerima dengan lapang dada dari hasil yang diperoleh.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah*, Puji syukur kehadiran Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul : *“Tawakal sebagai sumber motivasi kehidupan: telaah buku berserahlah, biarkan Allah Mengurus Hidupmu karya Emha Ainun Nadjib”*. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat dalam menempuh ujian Sarjana Agama di Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Usuluddin, Adab dan Dakwah.

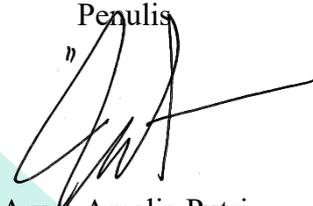
Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Atas segala kekurangan pada skripsi ini penulis mengharapkan segala bentuk saran dan kritik yang membangun dari berbagai pihak, sehingga dapat memberikan manfaat yang baik untuk skripsi ini. Proses penyusunan skripsi tidak lepas dari arahan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Zaenal Mustakim, M.Ag selaku rektor UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk dapat menyelesaikan pendidikan di UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan
2. Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag selaku Dekan Fakultas Usuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. Afith Akhwanudin, M.Hum selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Usuluddin, Adab dan Dakwah UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Adib ‘Aunillah Fasya, M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Fakultas Usuluddin, Adab dan Dakwah yang telah memberikan ilmu yang sangat berharga selama penulis menempuh pendidikan.

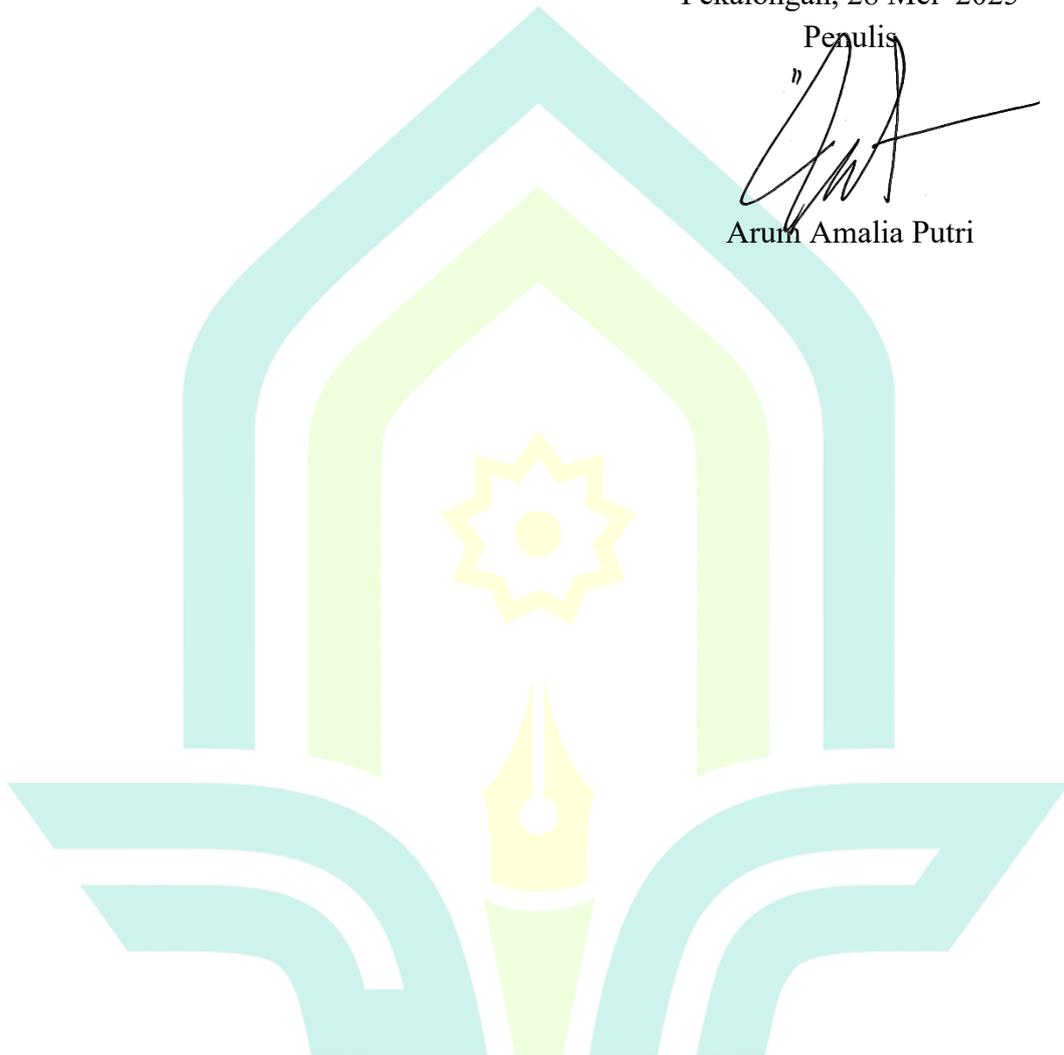
6. Teman teman mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2021 yang telah kebersamai penulis dari awal pendidikan sampai penulis dapat menyelesaikan skripsi, serta semua pihak yang membantu dan mendukung dalam proses penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Pekalongan, 28 Mei 2025

Penulis



Arum Amalia Putri



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>NOTA PEMBIMBING</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI</b> .....	v
<b>HALAMAN ERSEMBAHAN</b> .....	viii
<b>MOTTO</b> .....	ix
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Telaah Pustaka.....	10
F. Metode Penelitian.....	20
G. Sistematika Penulisan.....	24
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	26
<b>A. Tawakal</b> .....	26
1. Pengertian tawakal.....	26
2. Tingkatan Tawakal .....	30
3. Macam-macam tawakal.....	35
4. Ciri-Ciri Tawakal.....	35
5. Buah memiliki sikap tawakal .....	36
<b>B. Motivasi</b> .....	38

1. Pengertian Motivasi.....	38
2. Bentuk Motivasi .....	41
3. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi .....	43
4. Fungsi Motivasi .....	47
<b>BAB III KONSEP TAWAKAL DALAM BUKU “BERSERAHLAH BIARKAN ALLAH MENGURUS HIDUPMU” .....</b>	<b>49</b>
A. Gambaran Umum Buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu”.. .....	49
B. Konsep Tawakal dalam Buku “Berserahlah Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib .....	62
C. Relevansi Tawakal sebagai Sumber Motivasi dalam Menghadapi Tantangan Hidup.....	71
<b>BAB IV ANALISIS KONSEP TAWAKAL DALAM BUKU “BERSERAHLAH BIARKAN ALLAH MENGURUS HIDUPMU” .....</b>	<b>81</b>
A. Analisis Konsep Tawakal dalam Buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib.....	81
B. Relevansi Tawakal sebagai Sumber Motivasi dalam Menghadapi Tantangan Hidup.....	90
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>96</b>
A. Kesimpulan.....	96
B. Saran.....	97
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>98</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>103</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Karya Emha Ainun Nadjib.....	53
Tabel 3.2 Gambaran Isi Buku .....	55



## DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Kerangka Berpikir.....	20
----------------------------------	----



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Setiap kehidupan pasti memiliki makna tersendiri, dan setiap manusia pasti menginginkan kehidupan yang bahagia. Hidup yang sejalan dengan apa yang ada dipikiran. Tetapi konsep kehidupan yang telah ditata tidak mudah untuk terealisasi dan dicapai, karena masih banyak faktor-faktor dari luar sebelum mencapai mimpi itu. Dalam menjalani kehidupan, semua manusia menghadapi banyak tantangan dan kesulitan. Saat ini, banyak orang menghadapi berbagai masalah dan musibah. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan mereka untuk menganggap diri mereka lebih baik dan istimewa dari pada yang sebenarnya, sehingga mereka mengabaikan kelemahan dan kekurangan mereka. Banyaknya keinginan untuk menjadi paling baik diantara orang lain menjadikan pikiran terbebani. Keinginan-keinginan ini akan membuat iri dengki yang menambah terbebannya pikiran. Akibatnya hidup akan penuh tekanan yang berasal dari dirinya sendiri.<sup>1</sup>

Usaha yang dilakukan dan tak satu pun kepastian berada dalam genggamannya diri seseorang, serta tak satu pun yang dapat dikuasai di dalam kehidupannya. Karena yang dapat dilakukan hanyalah berusaha (berikhtiar) untuk mencapai hasil, tetapi hasilnya berada dalam kuasa Allah yang

---

<sup>1</sup> Emha Ainun Nadjib, *Berserahlah Biarkan Allah Mengurus Hidupmu*, (Jakarta: Noura books, 2022), hlm. 7.

Mahakuasa.<sup>2</sup> Ada saatnya ketika seseorang berusaha keras dalam pekerjaannya dan berhasil, sementara orang lain berusaha keras namun gagal mencapai hasil yang diharapkan. Di sisi lain, ada orang yang hanya bekerja secukupnya namun meraih sukses. Hal ini menunjukkan bahwa kita tidak dapat menjamin akan kesuksesan hanya dengan usaha kita sendiri.<sup>3</sup>

Jika memiliki hati banyak mengarah ke dalam keburukan maka sulit untuk mengarahkan kembali dirinya kembali lagi kepada Sang Penciptanya. Terutama di kehidupan sekarang semuanya berlomba-lomba untuk menjadi kaya. Jika ada yang gagal dalam memperoleh kekayaan, orang tersebut menjadi iri dan dengki terhadap orang lain yang lebih sukses dari padanya, dan inilah penyakit hati yang sering dirasakan orang saat ini.<sup>4</sup> Seakan-akan usahanya yang dilakukan hanyalah sia-sia. Hal ini dapat menimbulkan rasa cemas, khawatir, dan ketakutan. Dalam situasi ini, manusia membutuhkan pegangan hidup untuk tetap teguh dan tenang dalam menghadapi berbagai situasi terutama dengan Al Qur'an.<sup>5</sup>

Manusia selalu terbebani akan kondisi dan tekanan yang ada dalam hidupnya. Padahal kondisi ini akibat pikiran negatif yang ada dalam dirinya sendiri. Dalam menghadapi berbagai hal yang ada di dalam hidup perlu adanya pegangan ajaran agama. Agama senantiasa mendorong umatnya

---

<sup>2</sup> Emha Ainun Nadjib, *Berserahlah Biarkan Allah Mengurus Hidupmu*, (Jakarta: Noura books, 2022), hlm. 8.

<sup>3</sup> Tammar, A., Abubakar, A., & Mahfudz, M. Kajian Literatur Tentang Konsep Tawakal Serta Relevansinya Dalam Kehidupan Sosial. (*Jurnal Farabi*, 20(2), 157-179, 2023), hlm. 2

<sup>4</sup> A. Maulidi, Konsep Tawakal Perspektif Buya Hamka Dan Relevansinya Terhadap Ketenangan Hati (*Bachelor's thesis, FU*, 2023), hlm. 4

<sup>5</sup> N. A. Aginta, Zuhri A. & Wanto S, Solusi Al Quran Menghadapi Kecemasan pada fase Quarter Life Crisis Perspektif Tafsir As Sa'di (*Doctoral dissertation, Universitas Negeri Islam Sumatera Utara Medan*, 2023), hlm. 48.

untuk memiliki iman dan taqwa kepada Tuhan serta mengamalkan akhlak mulia.<sup>6</sup> Semua makhluk di bumi ini pasti memiliki asal-usul, tujuan yang membuat mereka semua diciptakan. Oleh karena itu Allah memutuskan untuk semua makhluk beribadah kepada-Nya. Jika seseorang tidak mengetahui tujuan dari dia diciptakan, maka dia tidak akan memiliki alur kehidupan yang baik. Nilai-nilai tasawuf sangat penting bagi manusia untuk mengetahui tujuan hidupnya, tetapi untuk mengetahui tujuan hidup tersebut dia harus mengenal dirinya terlebih dahulu. Seseorang yang telah mengerti akan Tuhannya berarti dia yakin akan kuasa Tuhan. Keyakinan ini yang akan memupuk ketauhidan seseorang. Jika ketauhidan manusia telah tertanam, maka disaat dia dihadapi masalah dia tidak akan gelisah karena dalam dirinya akan yakin Allah akan menolongnya.<sup>7</sup> Salah satu pegangan hidup yang dapat membantu manusia dalam menghadapi cobaan dan rintangan adalah dengan memegang konsep Tawakal.

Tawakal merupakan sikap kepasrahan dan berserah atas segala sesuatu hanya kepada Allah. Jika seseorang selalu beriman kepada Allah maka dirinya juga akan selalu bertawakal, dengan tawakal hati akan bebas dari segala ketergantungan karena dia meyakini Allah akan mengatur segala kehidupannya.<sup>8</sup> Salah satu alasan mengapa tawakal sering digunakan untuk

---

<sup>6</sup> Fitria Irawarni Mbagho, Ahsanatul K., & Desy N., Peran Guru PAI Dalam Pembentukan Akhlak Siswa di SMP Negeri 2 Diwek Jombang, *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan Vol 1, No 2, (2021)*, hlm. 117.

<sup>7</sup> M. Khatib, *Rahasia Agar selalu Ditolong Allah*, (Surabaya: Pustaka Media, 2020), hlm.31.

<sup>8</sup> Umar Faruq Thohir, Konsep Tawakal dalam Perspektif pasangan perkawinan anak di Desa Wedusan Probolinggo Jawa Timur, *Jurnal Hukum Islam Vol 17 (2), 2019*, hlm 215.

menggambarkan sikap ketakwaan seseorang kepada Allah Swt. adalah tawakal sebagai bentuk ekspresi diri dari iman yang ada dalam hati seseorang yang mendorong mereka untuk bergantung kepada Allah. Tawakal sebagai fokus akhir dalam berusaha. Hal ini dikarenakan usaha yang tidak menggunakan tawakal memunculkan jiwa yang penuh kegelisahan, dan diikuti oleh kecemasan. Selanjutnya dari hal ini usaha diikuti tawakal memunculkan jiwa yang lebih tenang, sebab ujung sebuah usaha yang dilakukan bersamaan dengan penyerahan diri terhadap Allah Swt.<sup>9</sup>

Dalam Islam, hubungan tawakal dan usaha selalu saling melengkapi. Karena tawakal tidak akan memiliki makna jika seseorang tidak berusaha atau pasif. Dengan tawakal mengajarkan seseorang untuk terus berusaha sebaik mungkin dengan bergantung kepada Allah pada segala aspek kehidupannya. Dengan percaya kepada Allah atas hasil yang didapat akan membebaskan seseorang dari rasa ketakutan, kecemasan. Pada akhirnya jika upaya yang dilakukan tidak mencapai hasil yang diinginkan, orang yang telah memiliki sikap tawakal akan menerimanya tangan terbuka dan akan meyakini bahwa Allah memiliki rencana yang lebih baik lagi untuk dirinya.<sup>10</sup>

Dalam ilmu tasawuf, tawakal adalah salah satu *maqamat* yang membantu untuk mengarahkan perhatian manusia dari kehidupan dunia

---

<sup>9</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al Qur'an, Vol.5*, (Jakarta: Lentera Hati, 2021), hlm. 526.

<sup>10</sup> M. Faiza & S. Arifin, Konsep Tawakal dalam Al-Qur'an dan Relevansinya terhadap Pendidikan, *Putih: Jurnal Pengetahuan tentang Ilmu dan Hikmah Vol 8 No 2, 2023*, hlm. 6-7.

menuju hanya kepada wujud Allah Swt. Dikutip oleh A. Naldi, tawakal menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziy yaitu prinsip yang harus diingat yaitu *la haula wa la quwwata illa billah*, yang artinya tidak akan ada daya dan kekuatan kecuali daya dan kekuatan yang berasal dari Allah. Selesai melakukan usaha tidak boleh menyombongkan upaya kita dan menyerahkannya kepada Tuhan. Maka dengan hal ini tanamkan dalam jiwa untuk tidak melupakan anugerah yang berasal dari Tuhan ketika berhasil.<sup>11</sup> Tawakal memberikan ketabahan dan tekad yang diperlukan dalam hidup yang menantang ini, utamanya dalam memperjuangkan kesenangan dan kepuasan pribadi. Seseorang yang bertawakkal bisa dibedakan dari hidupnya di mana mereka akan selalu merasakan ketenangan dan ketenteraman, serta siap untuk sesuatu yang akan mereka terima. Tawakal ini penting bagi setiap manusia, sebab dengan bertawakkal akan merasa tenang dan damai dalam menghadapi segala rintangan dan cobaan.<sup>12</sup>

Menurut Imam Ar-Razi yang dikutip oleh M. Quraish Shihab tawakal diartikan sebagai upaya mencapai tujuan melalui sebab lahiriah. Hal ini menyiratkan bahwa usaha yang dilakukan dapat berupa tindakan nyata atau sekedar formalitas yang harus dikerjakan. Manusia harus menyadari dari awal bahwa setiap usaha akan memiliki potensi untuk

---

<sup>11</sup> Naldi, A., Cahaya, C., & Damanik, M. Z, Konsep Tawakal Dalam Kajian Akhlak Tasawuf Berdasarkan Dalil Pada Al Qur'an. *Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 10(2), 320-329, 2023, hlm. 321.

<sup>12</sup> Husni Dzulkakor Rosyik, "Pengaruh Tawakal dan *adversity Quotient* untuk mengurangi stres akademik pada mahasiswa prodi Tasawuf & Psikoterapi angkatan 2014-2015 Fakultas Ushuluddin & Humaniora UIN Walisongo Semarang", *Skripsi Sarjana Agama*, (Semarang: Perpustakaan UIN Walisongo, 2019), hlm. 21.

berhasil. Tetapi kadang hasil tidak selalu sesuai dengan yang diharapkan. Tawakal menjadi sandaran paling akhir dalam sebuah usaha. Tanpa adanya tawakal seseorang akan mengalami kegelisahan, dan dibayangi oleh rasa kecemasan. Kebalikan dari itu suatu usaha yang dilengkapi dengan tawakal, akan terbangun jiwa yang tenang karena ujung dari usaha yaitu melalui penyerahan diri hanya kepada Allah Swt..<sup>13</sup>

Sebagaimana dikutip oleh M. faizah dan S. Arifin yang menyebutkan penjelasan tawakal Al-Ghazali berasal dari keyakinan terhadap Allah sebagai Sang pencipta alam semesta, yang berkuasa terhadap manusia. Oleh karena itu manusia harus menyerahkan dirinya kepada Allah dengan penuh keyakinan.<sup>14</sup> Untuk menggambarkan tawakal, Al Ghazali menjadikan tawakal sebagai suatu prinsip dasar dalam mencapai kesejahteraan spiritual. Untuk mencapai kesejahteraan spiritual ini, manusia harus sepenuhnya mengandalkan dan bergantung kepada Allah pada setiap aspek hidupnya dan melepaskan dirinya dari dunia materi. Dengan meyakini bahwa Allah sebagai pengendali yang mutlak terhadap kehidupan ini, maka seseorang akan mencapai kedamaian dan ketenangan dalam menghadapi segala permasalahan dalam hidupnya.<sup>15</sup>

Tawakal dapat dijadikan sebagai sumber motivasi dalam kehidupan.

Dengan bertawakal akan memiliki potensi yang luar biasa dalam

---

<sup>13</sup> Shihab, M. Q. Konsep Tawakal Dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam, *Jurnal: An-Nuha*, 3, 2016, hlm. 6.

<sup>14</sup> Ahmad Zaini, Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali, *Esoterik: Jurnal Akhlak Tasawuf Vol 2 No1*, 2016, hlm. 154.

<sup>15</sup> M. Faizah & S. Arifin, Konsep Tawakal dalam Al-Qur'an dan Relevansinya terhadap Pendidikan, *Putih: Jurnal Pengetahuan tentang Ilmu dan Hikmah Vol 8 No 2*, 2023, hlm. 5.

mendorong motivasi. Pengaruh motivasi ini akan menghasilkan sifat *positive thinking* terhadap apa yang terjadi pada diri kita. Karena dengan memiliki sifat ini akan meyakini bahwa selalu ada sisi baik dengan apa yang akan terjadi. Tetapi jika seseorang tidak memiliki sifat *positive thinking* maka suatu saat jika terjadi hal buruk yang menimpa akan sulit untuk menerima dan menjadi beban untuk dirinya sendiri, menjadikan sulit untuk menemukan jalan keluar karena kurangnya sikap optimisme dan kepercayaan pada diri sendiri.<sup>16</sup> Karena itu *positive thinking* dapat menjadikan sumber utama untuk menemukan motivasi dalam kehidupan. Terlebih untuk tidak berputus asa dalam melakukan usaha.

Motivasi adalah dorongan dasar yang mengubah seseorang untuk bertingkah laku. Dorongan ini berasal dari perbuatan seseorang yang mengandung tema yang sesuai dengan dasar motivasinya. Ada beberapa motivasi yang muncul dalam teori, yaitu motivasi belajar, motivasi kerja, motivasi berprestasi, dan lainnya. Teori motivasi juga berasal dari azas kebutuhan (*need*). Kebutuhan ini yang nantinya berusaha untuk seseorang memenuhinya. Maka, motivasi disebut sebagai dorongan yang menimbulkan perilaku yang terarah untuk mencapai tujuan tertentu.<sup>17</sup> Dengan memiliki tujuan dan motivasi mendorong manusia untuk berusaha dan pantang menyerah mencapai keinginannya.

---

<sup>16</sup> Riza Noviana, *Hidup ini Asyik, Jangan Dibikin Pelik*, Araska Publisher, 2023, hlm.10.

<sup>17</sup> S. Rahman, Pentingnya motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar, *prosiding seminar nasional pendidikan dasar*, 2022, hlm. 290

Emha Ainun Nadjib atau dikenal dengan Cak Nun, lahir di Jombang pada tanggal 27 Mei 1953 adalah salah satu tokoh budayawan, sastrawan, dan cendekiawan yang berlatar Islami. Di dalam karyanya, Cak Nun sering memberikan gambaran pemikiran untuk masyarakat Indonesia dalam bentuk tulisan. Karya-karya Cak Nun banyak membahas tentang isu sosial, spiritual, dan keagamaan. Sudah banyak karya Cak Nun yang telah diterbitkan dari tahun 1975 hingga saat ini. Dari berbagai karyanya mengajak pembaca untuk merenungkan makna hidup dan hubungan manusia dengan Tuhan. Salah satunya adalah buku Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu yang terbit tahun 2022.

Buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib membahas tentang konsep tasawuf yang dikaitkan dengan kehidupan. Di dalam buku ini Cak Nun mengajak pembaca memahami tentang tawakal, syukur, rida dengan mentadabburi ayat-ayat yang berkaitan. Melalui buku ini, Cak Nun merangkai pemikirannya tentang keimanan, spiritualitas, dan kebijaksanaan hidup dengan mengarahkan pembaca untuk menemukan makna berserah diri yang sejati dalam menghadapi berbagai tantangan dan harapan. Kemampuan dalam berserah akan menjadi kunci untuk meraih ketenangan batin dan keikhlasan dalam menjalani hidup. Di dalam isi buku ini sangat relevan dengan kehidupan sehari-hari yang diwarnai oleh tekanan, persaingan, dan tuntutan pencapaian materi. Oleh karena itu, penulis ingin memahami dan mengetahui konsep tawakal sebagai sumber motivasi kehidupan: telaah

buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib.

### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana konsep tawakal dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib?
2. Bagaimana relevansi tawakal sebagai sumber motivasi dalam menghadapi tantangan hidup?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bagaimana konsep tawakal dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib.
2. Untuk mengetahui bagaimana relevansi tawakal sebagai sumber motivasi dalam menghadapi tantangan hidup.

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Secara Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu memberikan tambahan pengetahuan akan ilmu tasawuf khususnya konsep tawakal dalam Buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib yang dapat menjadikan sumber motivasi.

2. Secara Praktis

- a. Untuk penulis, penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperluas wawasan ilmu taswuf khususnya konsep tawakal.

- b. Untuk akademisi, penelitian ini dapat menjadi literatur tambahan bagi mahasiswa, akademisi, atau peneliti lain yang tertarik mengkaji keterkaitan antara spiritualitas, motivasi, dan pengembangan diri.
- c. Untuk pembaca, penelitian ini dapat dijadikan sebagai inspirasi dengan pendekatan nilai-nilai spiritualitas khususnya tawakal yang dapat digunakan sebagai bahan refleksi dalam pengembangan karakter.

## E. Telaah Pustaka

### 1. Analisis Teori

#### a. Konsep Tawakal

Tawakal berarti bersandar hanya kepada Allah. Tawakal juga sebagai salah satu *maqamat* dan tahapan kemajuan keimanan seorang mukmin. Tawakal atau berserah diri adalah mempercayakan suatu urusan kepada orang lain dan percaya sepenuhnya. Orang yang diberi kepercayaan itu disebut dengan *al-wakil* (orang yang disertai kepercayaan) dan orang yang menyerahkan kepercayaan tersebut disebut dengan *muwakkil*.<sup>18</sup>

Tawakal menurut Ibnu Qayyim Al Jauziyah yang dikutip oleh Yusuf Al Qardhawi yaitu suatu keadaan yang tersusun dari beberapa perkara dan tak sempurna hakikatnya kecuali dengan seluruh rangkaiannya. Perkara ini yang disebut dengan tingkatan.

---

<sup>18</sup> Al Ghazali, *Tawakal*, alih bahasa Purwanto B.Sc. (Bandung: Penerbit Marja, 2019) hlm.11.

Tingkatan pertama, mengenal Allah beserta sifatnya termasuk *Qudrah* (Kemahakusaan), *Kifayah* (perlindungan), *Qayyumiyah* (Esa dalam kepengurusan, dan *Ma'rifah* (menenal sifat Allah dan ini adalah tingkatan pertama). Kedua, Teguhnya hati dalam kemuliaan ketauhidan. Ketiga, ketergantungan hati kepada Allah. Keempat, Husnuzan (berprasangka baik) kepada Allah. Kelima, ketundukan hati pada Allah dan ketertarikan kepada faktor penggerak hati yang memutuskan perkara yang bertentangan dengan-Nya. Keenam, *tafwidh* (intisari dari hakikat tawakal) yaitu memasrahkan segala urusan kepada Allah. Ketujuh, rida atau buah tawakal.<sup>19</sup>

Hal ini sejalan dengan pendapat Al Ghazali yang dikutip oleh Imam Kanafi yang mengemukakan tawakal adalah bentuk penyandaran diri yang ditujukan kepada Allah, baik dalam menghadapi sesuatu kepentingan ataupun yang lainnya. Al-Ghazali menegaskan bahwa tawakal melibatkan ketabahan hati saat diuji musibah, disertai dengan ketenangan jiwa dan batin. Dalam hal ini juga tawakal menghubungkannya dengan tauhid, menekankan bahwa tauhid merupakan sebagai landasan untuk bertawakal.<sup>20</sup>

Tingkatan Tawakal menurut Al Ghazali dibagi menjadi tiga kelompok, pertama, seseorang percaya akan segala sesuatu kepada

---

<sup>19</sup> Yusuf Al-Qadhawi, *Keutamaan Tawakal*, (Solo: Fatiha, 2022), hlm. 43-49.

<sup>20</sup> Imam Kanafi, *Ilmu Tasawuf (Penguatan mental-spiritual dan Akhlaq)*, (Pekalongan: Penerbit NEM, 2020), hlm. 54

wakil yang ditunjuk berdasarkan kemampuan, kemurahan hati dan kepedulian yang sudah jelas. Kedua, hubungan antara hamba dengan Tuhan-Nya seperti hubungan anak dengan sang Ibu untuk mendapatkan haknya. Hal ini sama seperti anak kecil yang tidak mengenal seorangpun kecuali ibunya. Terkadang pada saat suatu bahaya yang datang dan mengancamnya, anak akan merasa aman jika berada dalam lindungan ibunya saat ada ancaman di sekitarnya. Ketiga, dalam tingkatan ini seseorang yang berpikir bahwa tindakannya akan sesuai dengan takdir yang telah ditetapkan. Semua gerak, kekuatan, pengetahuan, dan sifat hanya dapat bergerak jika Tuhan ingin.<sup>21</sup>

b. Teori Motivasi

Motivasi adalah dorongan utama yang mendukung seseorang dalam bertindak laku. Motivasi berasal dari kata motif yang berarti kekuatan dalam diri individu yang akan menggerakkan individu untuk bertindak atau berbuat. Kekuatan dalam motivasi ini berasal dari dalam ataupun dari luar diri seseorang untuk mencapai tujuan tertentu yang sebelumnya sudah ditentukan. Motivasi dibedakan menjadi dua jenis yaitu motivasi intrinsik adalah motivasi yang munculnya tidak perlu rangsangan dari luar karena telah ada di dalam diri individu, motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang muncul karena adanya rangsangan dari luar diri individu seperti

---

<sup>21</sup> Al Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin (Buku Kesepuluh) harap dan takut, fakir dan Zuhud, Tawakal diterjemahkan oleh Purwanto B.Sc.* (Bandung: Penerbit Marja, 2020) hlm. 238-240.

melalui bidang pendidikan yang menjadikan minat positif dalam kegiatan pembelajaran karena melihat manfaatnya. Motivasi memiliki indikator seperti adanya hasrat dan keinginan untuk berpartisipasi dalam kegiatan, adanya dorongan dan kebutuhan untuk berpartisipasi dalam kegiatan, adanya harapan dan cita-cita, penghargaan dan penghormatan atas diri sendiri, lingkungan yang menyenangkan, membentuk kegiatan yang menarik.<sup>22</sup>

Kemudian teori motivasi dikemukakan oleh Victor Vroom, yaitu teori harapan (*expectancy Theory*). Menurut Vroom yang dikutip oleh A. Nurbawa yaitu motivasi akan muncul karena kepercayaan terhadap pencapaian hasil yang diinginkan. Dalam hal ini berarti seseorang berperilaku atas dasar harapan mereka terhadap hasil dari yang didapatkan. Ada 3 komponen utama pada teori harapan, yaitu:<sup>23</sup>

- 1.) Pengharapan, hubungan antara upaya dan hasil. Percaya pada upaya dan tindakan yang menghasilkan suatu prestasi.
- 2.) Instrumentalitas, keyakinan antara prestasi yang baik akan menghasilkan hasil yang diinginkan. Pada hal ini mencakup pemahaman bahwa adanya keterkaitan antara usaha, kinerja, dan hasil

---

<sup>22</sup> Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi dan Pengukurannya*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2023), hlm.2-8

<sup>23</sup> A. Nurbawa, Motivasi Keaktifan Mahasiswa dalam perkuliahan secara daring pada masa pandemi COVID-19 dalam perspektif teori pengharapan Victor Harold Vroom, *Southeast Asian Journal of Islamic Education Management*, 3(2), 2022, hlm.182.

3.) Valensi, nilai yang diterima individu dari hasil yang didapat.

Dalam hal ini kadar kekuatan keinginan seseorang terhadap hasil tertentu.

## 2. Penelitian yang Relevan

Dalam rangka untuk melengkapi dalam hal mengembangkan penelitian serta referensi, sebelumnya peneliti telah mempelajari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya yang berkaitan dengan permasalahan yang sedang diteliti dan akan menjadi perbandingan serta pertimbangan dalam penelitian, diantaranya adalah:

Pertama, penelitian M. Sandria pada skripsinya tahun 2023 berjudul “Konsep Tawakal Menurut Syekh Abdus Shomad Al-Palembani dalam Kitab *Hidayatussalikin*”.<sup>24</sup> Hasil penelitian ini dalam kitab *Hidayatussalikin* menurut Syekh Abdus Shomad Al-Palembani untuk mencapai sikap tawakal tidak jauh berbeda dengan konsep sufi lainnya, yaitu harus bertaubat kepada Allah. Kemudian, dalam kitab ini ada beberapa yang harus dicapai untuk mencapai sikap tawakal yaitu taubat, *khauf*, zuhud, sabar, syukur, ikhlas, tawakal. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*). Perbedaan pada penelitian ini yaitu teori yang digunakan berbeda. M. Sandria menggunakan teori tawakal menurut Al-Ghazali sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teori tawakal menurut Ibnu Qayyim

---

<sup>24</sup> M. Sandria, Konsep Tawakal Menurut Syekh Abdus Shomad Al-Palembani dalam Kitab *Hidayatussalikin*, *Skripsi Sarjana Agama*, (Pekalongan: Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2023)

Al-Jauziyah. Kemudian perbedaan lainnya adalah objek yang diteliti berbeda, pada penelitian M. Sandria objek penelitiannya yaitu Kitab *Hidayatussalikin*, sedangkan pada penelitian ini menggunakan buku *Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu*.

Kedua, penelitian Arifka pada skripsinya tahun 2017 berjudul “Konsep Tawakal dalam perspektif M. Quraish Shihab (Kajian Tafsir Tarbawi)”.<sup>25</sup> Pada penelitian Arifka mendapatkan hasil penelitian yaitu menurut M. Quraish Shihab terdapat empat poin tentang tawakal, yaitu keyakinan akan ke-Esaan Allah Swt. yang tidak bisa disamakan dengan makhluknya, menyadari keterbatasan diri sebagai hamba, dan berserah diri kepada Allah. Kemudian urgensi nilai pendidikan dalam tawakal yaitu dengan memiliki sikap optimis menjalani tugasnya, bertanggung jawab dalam mendidik, sikap tenggang rasa, aktif, kreatif, inovatif dalam mengembangkan pembelajaran, dan dengan berusaha terlebih dahulu kemudian berserah diri kepada Allah Swt. Perbedaan dengan penelitian adalah perbedaan mengenai teknik analisis data, dalam penelitian Arifka menggunakan metode deskriptif analisis, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan analisis isi. Perbedaan lain terletak pada objek penelitian yang berbeda, penelitian Arifka yaitu dalam kitab tafsir tarbawi perspektif M. Quraish Shihab, sedangkan penelitian ini

---

<sup>25</sup> Arifka, Konsep Tawakal dalam perspektif M. Quraish Shihab (Kajian Tafsir Tarbawi), *Skripsi Sarjana Agama*, (Banda Aceh: Perpustakaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2017).

menggunakan buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib.

Ketiga, penelitian Abdul Hanafi pada skripsinya tahun 2019 berjudul “Pemikiran Tasawuf Menurut Emha Ainun Nadjib”.<sup>26</sup> Hasil penelitiannya adalah sabar menurut Emha Ainun Nadjib adalah mampu menahan dan mengendalikan sesuatu, *qana'ah* menurut Emha Ainun Nadjib yaitu kesanggupan menjalani kehidupan tidak berdasarkan senang atau tidak senang tetapi berdasarkan baik atau tidak, dzikir menurut Emha Ainun Nadjib adalah ibadah yang memiliki potensi untuk menghindari keterjeratan dunia, tidak meletakkan dunia sebagai substansi, target, titik berat dan tujuan hidup. Kemudian relevansi pada pemikiran Emha Ainun Nadjib terhadap kajian tasawuf yaitu iman seseorang dapat dikatakan tidak sempurna kalau tidak disertai dengan melaksanakan ibadah, amal saleh, dan akhlak mulia. Perbedaan penelitiannya adalah objek penelitian yang berbeda, Abdul Hanafi menggunakan buku “Tuhanpun Berpuasa” karya Emha Ainun Nadjib, sedangkan penelitian ini menggunakan buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu karya Emha Ainun Nadjib.

Keempat, penelitian Galuh Kasubakti pada skripsinya tahun 2024 berjudul “Implementasi Tawakal dalam Mengatasi Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN

---

<sup>26</sup> Abdul Hanafi, Pemikiran Tasawuf Menurut Emha Ainun Nadjib, *Skripsi Sarjana Agama*, (Ponorogo: Perpustakaan IAIN Ponorogo, 2019)

K.H. Abdurrahman Wahid”.<sup>27</sup> Hasil penelitiannya adalah kecemasan yang dialami mahasiswa seperti perasaan khawatir, ragu-ragu dalam bertindak disebabkan oleh cara berpikir yang tidak rasional sehingga menyebabkan kecemasan dan pengalaman negatif masa lalu yang menyebabkan trauma menjadikan seseorang ragu-ragu dalam bertindak. Implementasi tawakal yang dilakukan oleh mahasiswa yaitu dalam bentuk ketetapan hati di mana sabar dalam menghadapi masalah, menyerahkan segalanya kepada Allah dan optimis kepada Allah. Dengan menyerahkan segala urusan kepada Allah, dan yakin akan takdir memberikan jalan yang terbaik untuk mengatasi kecemasan pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (*Field Research*). Perbedaan dengan penelitian ini adalah penelitian ini tidak melakukan penelitian dengan implementasi tawakal secara langsung, serta dari segi objek penelitian yang berbeda.

Kelima, penelitian Fitri Nur Aini tahun 2023 berjudul “Konsep Tawakal menurut Ki Ageng Suryomentaram”.<sup>28</sup> Hasil penelitiannya adalah tawakal menurut Ki Ageng Suryomentaram ada di dalam ilmu *pangupojiwo* (ilmu kehidupan). Tawakal adalah sikap pasrah setelah berusaha maksimal sebab dan cara pandang manusia untuk menerima akibat terhadap keinginan yang timbul dalam dirinya. Tawakal harus

---

<sup>27</sup> Galuh Kasubakti, Implementasi Tawakal dalam Mengatasi Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN K.H. Abdurrahman Wahid, *Skripsi Sarjana Agama*, (Pekalongan: Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2024)

<sup>28</sup> Fitri Nur Aini, Konsep Tawakal menurut Ki Ageng Suryomentaram, *Skripsi Sarjana Agama*, (Surakarta: Perpustakaan UIN Raden Mas Said Surakarta, 2023)

dirasakan dengan laku sendiri tidak hanya dengan pemahaman teori yang bersifat normatif saja, sebab ketika manusia sudah membuktikan dan merasakan buah dari tawakal seseorang akan bahagia yaitu dengan merasakan hidup dengan tangguh, tenang, dan tentram. Perbedaan penelitian yaitu dalam penelitian Fitri Nur Aini fokus kepada data primer konsep tawakal menurut pemikiran Ki Ageng Suryomentaram melalui buku *Kawruh Jiwa: Wejanganipun Ki Ageng Suryomentaram* jilid I dan II, sedangkan pada penelitian ini menggunakan sumber buku *Berserahlah Biarkan Allah mengurus Hidupmu* karya Emha Ainun Nadjib.

### 3. Kerangka Berfikir

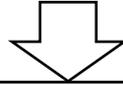
Kerangka berfikir yaitu dasar pemikiran dari penelitian yang disintesiskan dari fakta, observasi, dan telaah pustaka. Kerangka berpikir ini digunakan untuk menggambarkan alur pemikiran penelitian dan memberikan penjelasan kepada pembaca sebagai hipotesis.<sup>29</sup> Berdasarkan analisis teori, penulis perlu adanya kerangka berfikir. Oleh karena itu, berawal dari pemahaman dalam buku “*Berserahlah, Biarkan Allah mengurus Hidupmu*” karya Emha Ainun Nadjib yang berisi tentang bagaimana menghadapi berbagai permasalahan dengan memasukkan nilai-nilai spiritual di dalam kehidupan. Salah satu nilai spiritual yang ada di dalam buku ini adalah nilai tawakal. Teori tawakal yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teori tawakal

---

<sup>29</sup> Ratna Ekasari, *Metodologi penelitian*, (Kepanjen: AE Publishing, 2023) hlm.79.

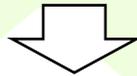
menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah yang memiliki 7 aspek yaitu, mengenal Allah beserta sifatnya, keteguhan dalam kemuliaan tauhid, ketergantungan terhadap Allah, husnuzan, ketundukan hati pada Allah, *tafwidh*, dan rida. Kemudian dari teori tawakal ini dikaitkan dengan teori harapan Vroom yang memiliki tiga aspek, yaitu pengharapan (*expectancy*), instrumentalitas, dan valensi. Kedua teori tersebut dapat saling berkaitan dan berkesinambungan. Pada aspek *expectancy* yang dikaitkan dengan tawakal yaitu aspek ketergantungan kepada Allah, dan husnuzan kemudian dari aspek-aspek tersebut dapat menghasilkan motivasi untuk tidak mudah menyerah, keberanian dalam menghadapi cobaan, selalu berpikir positif, sabar dalam menghadapi kesulitan, optimisme. Aspek instrumentalitas dikaitkan dengan teori tawakal dalam aspek ketundukan hati pada Allah, keteguhan dalam kemuliaan tauhid dan *tafwidh* kemudian dapat menghasilkan motivasi untuk tidak pantang menyerah, ketabahan dalam menghadapi kesulitan, dan dapat menerima takdir dengan lapang dada. Pada aspek teori Vroom terakhir yaitu valensi yang dikaitkan tawakal yaitu pada aspek mengenal Allah beserta sifatnya serta rida yang dapat menghasilkan motivasi berupa penerimaan takdir dengan lapang dada, serta dapat ketenangan dan kedamaian jiwa.

**Analisis Buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus  
Hidupmu” Karya Emha Ainun Nadjib**



**Konsep Tawakal menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah**

1. Menenal Allah beserta sifatnya
2. Keteguhan dalam kemuliaan tauhid
3. Ketergantungan terhadap Allah
4. Husnuzan
5. Ketundukan hati pada Allah
6. *Tafwidh*
7. Rida



**Sumber Motivasi**

1. Ketenangan dan kedamaian jiwa
2. Tidak pantang menyerah
3. Keberanian dalam menghadapi cobaan
4. Selalu berpikir positif
5. Ketabahan dalam menghadapi kesulitan
6. Keyakinan kepada Allah
7. Menerima takdir dengan lapang dada

**Bagan 1.1 Kerangka Berpikir**

## **F. Metode Penelitian**

Diperlukan sebuah metode digunakan untuk penelitian. Metode Penelitian yaitu untuk memberikan panduan tentang cara merancang penelitian, mengumpulkan data, menganalisis temuan, dan menarik kesimpulan dari sebuah fakta yang didapatkan.<sup>30</sup> Beberapa metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

<sup>30</sup> Helin G. Y, et al., *Metodologi Penelitian*, (Badung: Intelektual Manifes Media, 2023), hlm.1-2.

## 1. Jenis Dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Dalam hal ini, maka penelitian berfokus pada pengumpulan data kepustakaan dan penelitian lain berupa jurnal, buku, artikel dan dokumen lainnya yang berkaitan dengan penelitian.<sup>31</sup> Menurut Mestika Zed, penelitian kepustakaan adalah rangkaian kegiatan yang berkaitan dengan metode pengumpulan data pustaka, kemudian membaca dan menulis bagian terpenting dari literatur yang ada kaitannya dengan topik bahasa serta mengolah bahan koleksi perpustakaan tanpa melakukan penelitian lapangan.<sup>32</sup>

Penelitian ini termasuk dalam pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian dengan tujuan untuk mendeskripsikan, dan menganalisis suatu persepsi, peristiwa, fenomena, sikap, aktivitas sosial, kepercayaan, dan pemikiran orang secara individu dan kelompok.<sup>33</sup>

## 2. Sumber Data

Terdapat 2 sumber data untuk diperlukan dalam penelitian ini, yaitu:

### a. Sumber data primer

Sumber data yaitu data yang didapat secara langsung dari sumber utama atau data dikumpulkan oleh peneliti untuk mendapatkan data ataupun informasi, seperti survei, wawancara,

---

<sup>31</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2015), hlm. 9.

<sup>32</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2023), hlm. 57.

<sup>33</sup> Ifit Novita Sari, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Malang: Unisma Press, 2023) hlm.14

observasi ataupun eksperimen. Pada penelitian ini sumber data primer utama yang digunakan adalah buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder yaitu informasi atau data yang didapatkan berasal dari sumber yang sudah ada dan sebagai tambahan yang mendukung ataupun menunjang data primer. Dalam penelitian ini yang digunakan untuk melengkapi data sekunder seperti karya ilmiah, buku-buku, jurnal penelitian, dan media lain yang berkaitan. Buku-buku pendukung yang digunakan yaitu Tawakal karya Al-Ghazali alih Bahasa Purwanto B.Sc, dan Tawakal: sumber kekuatan seorang muslim karya Yusuf Al Qardhawi.

3. Metode Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan sebuah data dalam hal ini peneliti menggunakan metode dokumentasi. Metode dokumentasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dokumen-dokumen yang berkaitan dengan penelitian yaitu jurnal, buku, catatan, ensiklopedia, internet, dan dokumentasi dari sumber lainnya yang berkaitan.<sup>34</sup> Dengan menggunakan metode dokumentasi peneliti dapat memahami dan mempelajari konsep tawakal yang ditemukan dalam buku “Berserahlah,

---

<sup>34</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 329

Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” dengan memilah data primer dan sekunder.

#### 4. Metode Analisis Data

Setelah melakukan pengumpulan data, tahap selanjutnya adalah analisis data. Penulis menerapkan pada penelitian ini metode analisis isi (*content analisis*). Analisis isi (*content analisis*) yaitu teknik yang berorientasi kualitatif, ukuran kebakuan diterapkan kepada satuan tertentu yang biasanya digunakan untuk menjelaskan karakteristik dalam sebuah karya. Analisis isi digunakan untuk mempelajari semua berbagai bentuk komunikasi seperti dalam iklan, surat kabar, radio, maupun dokumen yang lainnya. Dengan menggunakan analisis isi digunakan dalam memahami dan menggali informasi tentang kandungan dalam buku teks, dan menemukan pola, tema, atau temuan yang penting dalam sebuah buku tersebut. Dalam hal ini, *content analisis* sebagai analisis ilmiah mengenai isi suatu pesan dengan metode analisis untuk mengubah teks yang tidak berstruktur menjadi terstruktur.<sup>35</sup> Dalam penelitian ini, penulis menganalisis isi pada buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib. Dalam melakukan metode analisis isi memerlukan langkah-langkah yang digunakan, yaitu:<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> Nur Hasanah, *Metode Penelitian Kepustakaan (Konsep, Teori, & Desain Penelitian)*, (Malang: Literasi Nusantara Abadi Grup, 2023), hlm. 49-50

<sup>36</sup> M. Ronaldy Aji Saputra, dkk, *Metode Ilmiah dan penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Kepustakaan (Bahan Ajar Madrasah Riset)*, (Sidoarjo: Nizamia Learning Center, 2023) hlm 236-238

- a. Menentukan materi, yaitu dengan menentukan materi atau teks yang akan dianalisis seperti buku, artikel, wawancara, jurnal, ataupun yang lainnya.
- b. Analisis situasi sumber teks, yaitu dengan memahami konteks di mana teks tersebut dihasilkan
- c. Pengarakteran materi secara formal
- d. Penentuan arah analisis, yaitu dengan menentukan penelitian seperti apa yang akan dianalisis.
- e. Menentukan diferensiasi pertanyaan yang harus dijawab sesuai teori yang sudah ada
- f. Penyeleksian teknik analisis
- g. Menjelaskan unit yang dianalisis berupa frasa, kata, kalimat atau bagian teks yang relevan dengan penelitian
- h. Analisis materi, yaitu menganalisis sesuai dengan unit analisis yang sebelumnya ditentukan. Hal ini dapat menggunakan teknis analisis yang sudah ditentukan untuk mengidentifikasi pola, tema, atau hubungan antara unit analisis yang muncul dalam teks
- i. Interpretasi dengan menafsirkan temuan berdasarkan analisis isi yang telah dilakukan.

### **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan yaitu sebuah ringkasan outline dari sebuah proposal penelitian yang mencakup rencana penulisan sistematis dalam

penelitian.<sup>37</sup> Dalam hal ini, untuk mencapai tujuan menyeluruh dan dapat memudahkan penulisan, dan pemahaman pembaca. Maka dalam penelitian ini menggunakan sistematika pembahasan sebagai berikut:

Bab I, yaitu pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka yang meliputi landasan teori, penelitian yang relevan, kerangka berfikir, metode penelitian dan sistematika penelitian.

Bab II, yaitu landasan teori berisi terkait konsep tawakal dalam tasawuf dan teori motivasi dalam psikologi.

Bab III, yaitu berisi mengenai gambaran umum profil buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu”, konsep tawakal dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib, dan relevansi tawakal sebagai sumber motivasi dalam menghadapi tantangan Hidup.

Bab IV, yaitu berisi mengenai analisis konsep tawakal sebagai motivasi dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib, dan analisis relevansi terhadap konsep tawakal dalam menghadapi tantangan hidup.

Bab V Penutup, yaitu berisi mengenai kesimpulan dan saran.

---

<sup>37</sup> Susanto Happy, *Panduan lengkap menyusun proposal*, (Jakarta: Transmedia Pustaka, 2015), hlm. 41

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari uraian yang telah disampaikan dan dikemukakan pada bab sebelumnya, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Konsep tawakal dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu” karya Emha Ainun Nadjib memenuhi semua hakikat tawakal, walaupun tidak banyak digambarkan di dalam buku ini. Tawakal adalah sikap berserah diri dan mempercayakan segala urusan kepada Allah setelah berikhtiar maksimal, didasari keyakinan penuh akan keesaan, kekuasaan, dan sifat-sifat-Nya. Konsep ini meliputi pengenalan Allah, ketundukan hati pada tauhid, ketergantungan dan husnuzan (berprasangka baik) kepada-Nya, penyerahan urusan (*tafwidh*), serta kerelaan (*rida*) terhadap ketetapan-Nya. Tawakal membawa banyak manfaat dalam hidup, termasuk ketenangan, kekuatan batin, kemuliaan, dan optimisme
2. Tawakal menawarkan banyak manfaat dalam hidup, terutama saat menghadapi tantangan. Seseorang yang bertawakal akan merasakan ketenteraman, ketenangan, dan kekuatan batin spiritual yang kokoh, serta memiliki kemuliaan (*Al-Izzah*), sikap *rida*, dan pengharapan yang tak putus. Konsep tawakal dapat berkaitan dengan teori motivasi harapan Victor Vroom, yaitu memperkuat ekspektasi (keyakinan akan keberhasilan usaha) melalui usaha maksimal, penyerahan diri (*tafwidh*)

setelah berusaha, dan optimisme (husnuzan) yang menumbuhkan rasa percaya diri untuk tidak mudah menyerah. Tawakal juga dapat meningkatkan instrumentalitas (keyakinan bahwa usaha akan menghasilkan imbalan). Terakhir, tawakal memengaruhi valensi (nilai hasil) dengan menjadikan individu proaktif dan berorientasi pada pekerjaan. Di sisi lain, tawakal juga mencakup dimensi spiritual yang mendalam, meliputi ketergantungan kepada Allah, keteguhan hati pada ketauhidan, ketundukan hati, serta rida setelah berikhtiar maksimal dan menyerahkan hasilnya kepada-Nya. Keyakinan kuat ini memberikan ketenangan batin dalam menghadapi segala kemungkinan dan kerelaan menerima hasil yang didapat, karena menyadari kelemahan diri dan kekuasaan mutlak hanya milik Allah.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian di atas, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi perguruan tinggi dan program studi, skripsi ini dapat menambah kepustakaan serta menambah wawasan mengenai konsep tawakal dalam buku “Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu”
2. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan konsep nilai tasawuf lainnya. Selain itu hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk mengembangkan penelitian lanjutan dengan menggunakan objek yang sama atau dengan objek yang berbeda dari penelitian, atau dengan metode penelitian yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Tammar, Abubakar, A., & Mahfudz, M.. 2023. Kajian Literatur Tentang Konsep Tawakal Serta Relevansinya Dalam Kehidupan Sosial. (*Jurnal Farabi*, 20(2), 157-179)
- Aginta, N. A., Zuhri A. & Wanto S.. 2023. Solusi Al Quran Menghadapi kecemasan pada Fase Quarter Life Crisis Perspektif Tafsir As Sa'di. *Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan*.
- Aini, Fitri Nur. 2023. Konsep Tawakal menurut Ki Ageng Suryomentaram, *Skripsi Sarjana Agama*, (Surakarta: Perpustakaan UIN Raden Mas Said Surakarta)
- Ajjah, Anisa Hasna Nur, dkk. 2021. Peran Motivasi Terhadap Produktivitas Karyawan (*literature review*), *Publisitas: Journal of Social Sciences and Politics Vol 8 No 1*.
- Alam, Shin Samanda, dkk. 2022. Hubungan Antara Sikap Sabar dan Husnudzon dengan Manajemen Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran, *Jurnal Komunitas Farmasi nasional Vol 2 No 1*.
- Al Ghazali. 2019. *Tawakal* alih bahasa Purwanto B.Sc. Bandung: Penerbit Marja.
- Al Ghazali. 2020. *Ihya' 'Ulumuddin (Buku Kesepuluh) harap dan takut, fakir dan Zuhud*, *Tawakal* alih bahasa oleh Purwanto B.Sc. Bandung: Penerbit Marja.
- Al Qadhawi, Yusuf. 2016. *Tawakal: Jalan menuju keberhasilan dan kebahagiaan yang Hakiki*. Jakarta: Al Mawardi Prima.
- Al Qadhawi, Yusuf. 2022. *Keutamaan Tawakal*. Solo: Fatiha.
- Al Qadhawi, Yusuf. 2022. *Tawakal: Sumber kekuatan seorang Muslim*. Jakarta: Istanbul.
- Arifin, Muhammad Zainul. 2023. Konsep Motivasi Dasar dalam Lembaga Pendidikan Islam. *Journal of Pojok Guru vol 1 no 1*.
- Arifka. 2017. Konsep Tawakal dalam perspektif M. Quraish Shihab (Kajian Tafsir Tarbawi), *Skripsi Sarjana Agama*, (Banda Aceh: Perpustakaan SUIN Ar-Raniry Banda Aceh).
- Azra, Azyumardi, dkk. 2021. *Ensiklopedi Tasawuf jilid 3*. Bandung: Angkasa.
- Dayana, Indri & Juliaster Marbun. 2018. *Motivasi Kehidupan: menjalani proses kehidupan untuk kualitas hidup yang lebih baik*. Bogor: Guepedia Publisher.

- Faiza, M. & S. Arifin. 2023. Konsep Tawakal dalam Al-Qur'an dan Relevansinya terhadap Pendidikan. *Putih: Jurnal Pengetahuan tentang Ilmu dan Hikmah Vol 8 No 2*.
- Falah, Ghulam & Ridhatullah Assya'bani. 2022. Peran Tasawuf di Era Masyarakat Modern: Peluang dan Tantangan. *Refleksi: Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam Vol 2 No 2*.
- Ekasari, Ratna. 2023. *Metodologi Penelitian*. Kepanjen: AE Publishing.
- Hadi, Sumasno. 2017. *Semesta Emha Ainun Nadjib*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Hadi, Sutrisno. 2015. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hanafi, Abdul. 2019. Pemikiran Tasawuf Menurut Emha Ainun Nadjib, *Skripsi Sarjana Agama*, (Ponorogo: Perpustakaan IAIN Ponorogo)
- Hasanah, Nur. 2023 *Metode Penelitian Kepustakaan (Konsep, Teori, & Desain Penelitian)*. Malang: Literasi Nusantara Abadi Grup.
- Happy, Susanto. 2015. *Panduan lengkap menyusun proposal*. Jakarta: Transmedia Pustaka.
- Kanafi, Imam. 2020. *Ilmu Tasawuf (Penguatan mental-spiritual dan Akhlaq)*. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Kasubakti, Galuh. 2024. Implementasi Tawakal dalam Mengatasi Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN K.H. Abdurrahman Wahid, *Skripsi Sarjana Agama*, (Pekalongan: Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan)
- Khatib, M. 2020. *Rahasia Agar selalu Ditolong Allah*. Surabaya: Pustaka Media.
- Khatib, Muhammad. 2020. *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil*. Surabaya: Pustaka Media.
- Kulsum, Umi. 2018. Peran Zikir dalam pembentukan Tawakal (Study atas Jama'ah Pengajian Malam Jum'at Gus Likdi Jamsaren Kota Kediri. *Doctoral Dissertation, IAIN Kudus*.
- M., Sadirman A.. 2019. *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Maagdalen, Ina dkk. 2021. *Perkembangan peserta didik sekolah dasar*. Sukabumi: Jejak.
- Mansur, Yusuf. 2020. *Tawakal*. (Jakarta: PT. Buku Yusuf Mansur)

- Maulidi, A. 2023. Konsep Tawakal Perspektif Buya Hamka Dan Relevansinya Terhadap Ketenangan Hati. *Bachelor's thesis, FU*.
- Mbagho, Fitria Irawarni, Ahsanatul K., & Desy N.. 2021. Peran Guru PAI Dalam Pembentukan Akhlak Siswa di SMP Negeri 2 Diwek Jombang. *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan Vol 1(2)*.
- Mubarok, Frenky. 2023. *Akhlak Tasawuf: meneladani jejak kebijaksanaan para sufi*. Indramayu: Penerbit Adab.
- Muzakkir. 2018. *Hidup Sehat dan Bahagia dalam Perspektif Tasawuf*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Nada, Afifah Syafa dkk. 2024. Tawakal Sebagai Metode Psikoterapi Terhadap *Quarter Life Crisis* Perspektif Imam Qusyairi dalam *Risalah Qusyairiyah, Jurnal kajian Islam dan Sosial Keagamaan Vol 1 No 4*.
- Naldi, A., Cahaya, C., & Damanik, M. Z. 2023. Konsep Tawakal Dalam Kajian Akhlak Tasawuf Berdasarkan Dalil Pada Al Qur'an. *Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 10(2), 320-329.
- Nata, Abuddin. 2015. *Akhlak Tasawuf dan Karakter Mulia*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nadjib, Emha Ainun. 2016. *Arus Bawah*. Yogyakarta: Bentang Pustaka.
- Nadjib, Emha Ainun. 2015. *Sedang Tuhan pun Cemburu*. Yogyakarta: Bentang Pustaka.
- Nadjib, Emha Ainun. 2017. *Mencari Buah Simalakama*. Yogyakarta: Bentang Pustaka.
- Nadjib, Emha Ainun. 2019. *Allah tidak Cerewet Seperti Kita*. Jakarta Selatan: Mizan Publika.
- Nadjib, Emha Ainun. 2020. *Rahman Rahim Cinta*. Jakarta Selatan: Mizan Publika.
- Nadjib, Emha Ainun. 2022. *Berserahlah, Biarkan Allah Mengurus Hidupmu*. Jakarta: Noura Books.
- Nadjib, Emha Ainun. 2022. *Mbah Nun Bertutur*. Yogyakarta: Bentang Pustaka.
- Noviana, Riza. 2023. *Hidup ini Asyik, Jangan Dibikin Pelik*. Araska Publisher
- Nurbawa, A.. 2022. Motivasi Keaktifan Mahasiswa dalam perkuliahan secara daring pada masa pandemi COVID-19 dalam perspektif teori pengharapan Victor Harold Vroom. *Southeast Asian Journal of Islamic Education Management*, 3(2).

- Pronika, Anika. 2022. Strategi Pembelajaran Teaching Motivating pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam pada Masa Covid-19. *Education & Learning 2(2)*.
- R., Nur Laelatus S.. 2023. Depresi dalam perspektif Tasawuf. *Skripsi Sarjana Agama*. Semarang: Perpustakaan UIN Walisongo.
- Rahman, S.. 2022. Pentingnya motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar, *prosiding seminar nasional pendidikan dasar*.
- Rajab, Khairunns. 2019. *Psikoterapi Islam*. Jakarta: Amzah.
- Rambe, A. K.. 2020. *Pengaruh Motivasi dan Kepuasan kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Kasus pada PT. Candika Watu Pramathana*. (Bachelor's thesis Fakultas Ekonomi da Bisnis UIN Jakarta.
- Restiani, Aura Nida. 2020. *Terapi Mahabbah dan Hipnosis Syar'I (Healing and Blessing)*. Bogor: Guepedia.
- Rosyik, Husni Dzulkakor. 2019. "Pengaruh Tawakal dan *adversity Quotient* untuk mengurangi stres akademik pada mahasiswa prodi Tasawuf & Psikoterapi angkatan 2014-2015 Fakultas Ushuluddin & Humaniora UIN Walisongo Semarang", *Skripsi Sarjana Agama*. Semarang: Perpustakaan UIN Walisongo Semarang.
- Sandria, M. 2023. Konsep Tawakal Menurut Syekh Abdus Shomad Al-Palembani dalam Kitab *Hidayatussalikin*, *Skripsi Sarjana Agama*. Pekalongan: Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
- Saputra, M. Ronaldy Aji, dkk. 2023. *Metode Ilmiah dan penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Kepustakaan (Bahan Ajar Madrasah Riset)*. Sidoarjo: Nizamia Learning Center.
- Sari, Ifit Novita, dkk. 2023 *Metode Penelitian Kualitatif*. Malang: Unisma Press.
- Satni, Dkk. 2024. *Pendidikan Islam dari masa ke masa: Perspektif, motivasi, dan pola asuh*. Jakarta: Publica Indonesia Utama.
- Sesady, Muliati. 2023. *Ilmu Akhlak*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Shihab, M. Q. 2016. Konsep Tawakal Dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam. *Jurnal: An-Nuha*, 3.
- Shihab, M. Quraish. 2014. *Secercah Cahaya Ilahi Hidup Bersama Al-Quran*. Jakarta: Mizan.
- Shihab, M. Quraish. 2021. *Tafsir Al Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al Qur'an, Vol.5*. Jakarta: Lentera Hati.

- Solihin, M & M Rosyid Anwar. 2015. *Akhlah Tasawuf: Manusia, Etika, dan Makna Hidup*. Bandung: Penerbit Nuansa Cendekia.
- Solihin, Mukhtar. 2016. *Tasawuf Tematik*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sulistiawati, S.. 2023. Implementasi Tawakal Terhadap Resiliensi Penyandang Disabilitas Netra di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Sensorik Netra Pendowo Kudus. *Doctoral Dissertation, IAIN Kudus*.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Syamir. 2021. *Motivasi dan motivasi pelayanan publik dalam manajemen SDM Sektor Publik*. Depok: Raja Grafindo.
- Syukur, Abdul. 2016. *Dahsyatnya Sabar, Syukur, Ikhlas, dan Tawakal*. Yogyakarta: Safirah.
- Thohir, Umar Faruq. 2019. Konsep Tawakal dalam Perspektif pasangan perkawinan anak di Desa Wedusan Probolinggo Jawa Timur, *Jurnal Hukum Islam Vol 17 (2)*
- Uno, Hamzah B.. 2023. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara
- Widyaningrum, Shinta Arsy. 2024. Penerapan Tawakal Terhadap Kestabilan Emosi pada Penyintas *Borderline Personality Disorder*, *Skripsi Thesis Sarjana Agama*, Lampung: Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung.
- Zaini, Ahmad. 2016. Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali, *Esoterik: Jurnal Akhlak Tasawuf Vol 2 No 1*.
- Zamhariroh, Nazila Mumtaza & Abdul Muhid. 2025. Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Integrasi *Self Efficacy* Bandura dan Tawakal Ibnu Qayyim. *Jurnal An-Nuha: Jurnal Pendidikan Islam vol 5 no 2*.
- Zam Zam, Rohimi & Suharsiwi. 2024. *Psikologi Pendidikan*. Pasaman Barat: Azka Pustaka.
- Zaprul Khan. 2017. *Ilmu Tasawuf “Sebuah Kajian Tematik”*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Zed, Mestika. 2023. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Zubaidah, Ria & Abdul Ghofur. 2024. Analisis Tawakal dalam AL-Quran terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Vol 19 No 1*.
- Zulfian & Happy Saputra. 2021. Mengenal Konsep Tawakal Ibnu’ Athaillah Al-Sakandari, *Jurnal Pemikiran Islam Vol 1 No*