

**KONSEP TAWAKKAL PERSPEKTIF TAFSIR AL-MARĀĠĪ
DAN RELEVANSINYA TERHADAP FENOMENA
*QUARTER LIFE CRISIS***

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.)



**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN**

2026

**KONSEP TAWAKKAL PERSPEKTIF TAFSIR AL-MARĀĠĪ
DAN RELEVANSINYA TERHADAP FENOMENA
*QUARTER LIFE CRISIS***

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.)



Oleh:

NANDA KARTIKA PUTRI

NIM 30122032

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN**

2026

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nanda Kartika Putri
NIM : 30122032
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Judul Skripsi : Konsep Tawakkal Perspektif Tafsir Al-Marāgī dan Relevansinya Terhadap Fenomena *Quarter Life Crisis*

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini adalah benar-benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya, 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, 26 Mei 2026

Yang Menyatakan,



Nanda Kartika Putri

NOTA PEMBIMBING

Dr. Adi Abdullah Muslim, M.A.Hum

**Jl. Sendang Palian, Sabaran, Wangandowo, Kec. Bojong, Kabupaten
Pekalongan, Jawa Tengah**

Lamp : 4 (empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdri. Nanda Kartika Putri

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

di PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini saya
kirirkan naskah skripsi saudara:

Nama : Nanda Kartika Putri

NIM : 30122032

Judul : Konsep Tawakkal Perspektif Tafsir Al-Marāgī dan Relevansinya
Terhadap Fenomena *Quarter Life Crisis*

Naskah tersebut sudah memenuhi persyaratan untuk dapat segera dimunaqosahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 26 Mei 2026

Pembimbing,



Dr. Adi Abdullah Muslim, M.A.Hum

NIP. 198601082019031006



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 | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara:

Nama : **Nanda Kartika Putri**
NIM : **30122032**
Judul Skripsi : **Konsep Tawakkal Perspektif Tafsir Al-Marāgī dan Relevansinya terhadap Fenomena *Quarter Life Crisis***

Dosen Pembimbing : **Dr. Adi Abdullah Muslim, M.A.Hum**

Telah diujikan pada hari Senin tanggal 22 Juni 2026 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag).

Dewan Penguji,

Penguji I

Penguji II


Heriyanto, M.S.I
NIP. 198708092018011001


Luthfi Maulana, M.Ag
NIP. 199407252025211010

Pekalongan, 01 Juli 2026

Disahkan Oleh

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah


Dr. Eri Astuti Harwati, M.Ag
NIP. 197411182000032001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

A. Konsonan

Fonemkonsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Žal	ž	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	zet
س	Sin	s	es
ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)

ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	ge
ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	we
هـ	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	a	a
ـِ	Kasrah	i	i
ـُ	Dammah	u	u

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اِي...	Fathah dan ya	ai	a dan u
اُو...	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سُئِلَ suila
- كَيْفَ kaifa
- حَوْلَ haula

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا...ا...ى...	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
ى...ى...	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
و...و...	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- رَمَى ramā
- قِيلَ qīla
- يَقُولُ yaqūlu

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup

Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".

2. Ta' marbutah mati

Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h".

Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
- الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
- طَلْحَةَ talhah

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf “l” diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khužu
- شَيْءٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim

dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

وَإِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ -

Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/

Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn

بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا -

Bismillāhi majrehā wa mursāhā

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/

Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn

- الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ

Ar-rahmānir rahīm/Ar-rahmān ar-rahīm

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

- اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Allaāhu gafūrun rahīm

- لِلَّهِ الْأُمُورُ جَمِيعًا

Lillāhi al-amru jamī`an/Lillāhil-amru jamī`an

J. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan Ilmu Tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

PERSEMBAHAN

Puji Syukur kehadiran Allah SWT., Tuhan semesta alam atas segala nikmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Teriring salawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, serta pengikut beliau sampai hari akhir. Tulisan sederhana ini penulis dedikasikan dengan penuh cinta kepada:

1. Kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Suparmin dan Ibu Sukartini. Terimakasih atas setiap do'a yang tidak pernah putus dipanjatkan, kasih sayang yang tidak pernah berkurang, pengorbanan yang tidak mampu dihitung dengan kata, serta perjuangan yang begitu besar demi masa depan putri bungsumu ini. Engkau adalah alasan saya untuk terus bertahan di tengah lelah dan hampir menyerah. Semoga setiap langkah dan pencapaian ini menjadi bagian kecil dari bakti saya kepada engkau. Skripsi ini bukan hanya milik saya, tetapi juga hasil dari air mata, do'a, dan perjuangan Bapak dan Ibu.
2. Kepada ketiga kakak tercinta, Diyana Puji Astutik, Siti Kiki Purwati, dan Muhammad Salamun. Terimakasih atas dukungan, perhatian, nasihat, serta semangat yang selalu diberikan. Kehadiran kalian menjadi penguat ketika langkah ini terasa berat. Semoga Allah selalu menjaga dan membalas setiap kebaikan mu.
3. Kepada keponakan-kopnakan tercinta, Eka Afshohul Fikriyyah dan Aisya Qiyana Khaliqa Ramadhani, terimakasih atas kelucuan-kelucuan kalian yang membuatku semangat dan selalu membuat penulis senang, sehingga penulis semangat untuk mengerjakan skripsi ini sampai selesai.
4. Kepada keluarga besar bapak Heru Prabowo, terimakasih telah memberikan dukungan dan bantuannya baik waktu, tempat, dan materi yang mengiringi perjalanan pendidikan saya. Kebaikan yang diberikan menjadi bagian besar dari proses saya hingga berada di titik ini. Semoga Allah membalas dengan keberkahan yang berlipat ganda.

5. Bapak Dr. Adi Abdullah Muslim, M.A.Hum selaku dosen pembimbing. Terimakasih atas ilmu, arahan, kesabaran, serta waktu yang diberikan dalam membimbing penyusunan skripsi ini. Setiap masukan menjadi pelajaran berharga yang akan selalu saya ingat dalam perjalanan akademik maupun kehidupan.
6. Kedua orang tua saya di Griya Santri Mahabbah, Bapak Dr. K.H. Arif Chasanul Muna, Lc., M.A, dan Ibu Nyai Umi Rasyidah, Al-Hafidzah. Terimakasih telah menjadi rumah kedua, tempat pulang ketika jauh dari keluarga, serta memberikan kasih sayang, perhatian, dan nasihat seperti kepada anak sendiri. Semoga Allah membalas segala kebaikan yang telah diberikan.
7. Kedua orang tua saya di Pondok Pesantren Al-Banjari, Bapak Dr. K.H. Nur Salim Kasmany, Lc., MHI., dan Ibu Nyai Nur Laili Rahmah, yang sudah mendidik, dan memberikan kasih sayang tak terhingga.
8. Kepada Abah K.H. Imranuddin, dan Ibu Dra. Nyai Hindun, M.H. yang sudah mendo'akan dan tulus dalam mendidik saya di Pekalongan.
9. Kepada Ustadz Daman Huri, yang jasanya tiada tara dalam kehidupan Putri. Di tengah padatnya aktivitas, terimakasih telah mensupport dan mengarahkan Putri hingga sejauh ini.
10. Kepada seluruh ustadz dan ustadzah di TPQ Al Buruj dan PKBM Mitra Kurnia. Terimakasih atas kebersamaan, perjuangan, dan pengalaman berharga dalam menebarkan ilmu. Semoga langkah kecil ini menjadi amal yang terus mengalir.
11. Teman-teman di Pondok Pesantren Al Banjari, Pondok Pesantren Luqman Hakim, dan Griya Santri Mahabbah. Terimakasih atas tawa, cerita, perjuangan, dan do'a yang menemani perjalanan ini. Kalian menjadi bagian dari proses pendewasaan dan pembelajaran hidup saya.
12. Teman-teman organisasi baik intra maupun ekstra kampus, KSM Al Qolam, HMPS IAT, PKPT UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, FKMTIH DIY-Jateng dan Blora Gens. Terimakasih telah menjadi tempat berbagi

cerita, saling berjuang, menyemangati, bertumbuh dan berproses bersama untuk mengasah skill kita masing-masing.

13. Seluruh teman-teman JIMAT'22 (Jam'iyah Mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir 2022) yang telah berperan banyak memberikan pengalaman dan pembelajaran yang sangat luar biasa selama di bangku perkuliahan. *See you on top, guys.*
14. Teman-teman PPL Kantor Kementerian Agama Kota Pekalongan. Terimakasih atas pengalaman, dukungan, serta pembelajaran yang diberikan selama proses PPL berlangsung.
15. Teman-teman KKN Nusantara Brajan, Yogyakarta. Terimakasih atas kenangan, perjuangan, dan pelajaran hidup selama menjalankan pengabdian bersama.
16. Teruntuk teman-teman saya alumni kamar tujuh belas, Hana Ariyanti, Ainun Musyarafah, dan Khafifah Assaumi Triviyanti. Terimakasih sudah saling support selama di kota rantau ini.
17. Terakhir, teruntuk diri saya sendiri. Terimakasih telah mampu bertahan, bangkit setelah jatuh, tetap berjalan meski sering merasa lelah, dan tidak menyerah pada keadaan. Perjalanan ini tidak mudah, tetapi kamu berhasil sampai di titik ini. Semoga pencapaian kecil ini menjadi awal dari langkah-langkah besar selanjutnya.

Semoga karya sederhana ini membawa manfaat dan menjadi amal baik di dunia dan di akhirat. Aamiin.

MOTTO

Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali Allah berjanji dalam firmanNya:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Setiap kesulitan pasti akan ada kemudahan



ABSTRAK

Putri, Nanda Kartika. 2026. Konsep Tawakkal Perspektif Tafsir Al-Marāgī dan Relevansinya terhadap Fenomena *Quarter Life Crisis*. Skripsi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
Pembimbing Dr. Adi Abdullah Muslim, M.A.Hum.

Kata Kunci: Tawakkal, Tafsir Al-Marāgī, Fenomena *Quarter Life Crisis*

Fenomena *quarter life crisis* menjadi salah satu persoalan psikologis yang banyak dialami generasi muda, khususnya pada rentang usia 20–30 tahun, yang ditandai dengan kecemasan terhadap masa depan, tekanan sosial, kebingungan arah hidup, serta ketakutan akan kegagalan. Dalam menghadapi kondisi tersebut, Islam menawarkan konsep tawakkal sebagai landasan spiritual yang dapat membantu individu memperoleh ketenangan batin dan ketahanan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep tawakkal perspektif Tafsir Al-Marāgī serta relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir tematik (*maudū'i*) dengan mengkaji ayat-ayat tentang tawakkal berdasarkan penafsiran Ahmad Mustafa Al-Marāgī. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif berbasis studi pustaka, dengan sumber data primer berupa Tafsir Al-Marāgī dan sumber data sekunder berupa buku, jurnal, artikel, skripsi, serta penelitian terdahulu yang relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka dengan menghimpun, membaca, dan menganalisis berbagai literatur terkait. Adapun analisis data menggunakan pendekatan deskriptif analitik, yaitu mengidentifikasi ayat-ayat tentang tawakkal, menguraikan penafsiran Al-Marāgī terhadap ayat-ayat tersebut, kemudian menghubungkannya dengan fenomena *quarter life crisis*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep tawakkal perspektif Ahmad Mustafa Al-Marāgī merupakan sikap berserah diri kepada Allah SWT. setelah melakukan usaha secara maksimal sesuai dengan syariat dan hukum sebab-akibat. Konsep tersebut memiliki relevansi yang kuat dengan fenomena *quarter life crisis*, karena mampu menjadi landasan spiritual dalam mengatasi kecemasan, tekanan sosial, ketidakpastian masa depan, dan ketakutan terhadap kegagalan. Tawakkal membantu seseorang untuk tetap berusaha secara optimal, lebih tenang menghadapi tekanan hidup, serta memiliki sikap optimis dan ketahanan mental dalam menghadapi berbagai problematika kehidupan.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahillāhi rabbil ‘ālamīn, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT., Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW., sang pembawa risalah kebenaran, teladan umat, dan cahaya kehidupan bagi seluruh manusia, beserta keluarga, sahabat, dan pengikut beliau hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini juga merupakan syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Strata I (S-1) serta bentuk ikhtiar penulis untuk memperdalam pemahaman mengenai konsep tawakkal dalam al-Qur'an melalui perspektif tafsir Ahmad Mustafa al-Marāgī serta relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis* yang banyak dialami generasi muda saat ini. Penelitian ini lahir dari ketertarikan penulis terhadap persoalan psikologis, kegelisahan, kecemasan, dan kebimbangan hidup yang sering muncul pada fase peralihan menuju kedewasaan, serta bagaimana ajaran Islam memberikan solusi spiritual melalui tawakkal.

Perjalanan penyusunan skripsi ini tentu tidak berjalan dengan mudah. Berbagai hambatan, kendala, bahkan keraguan yang penulis alami. Namun, berkat pertolongan Allah SWT., serta do'a, dukungan, motivasi, dan bimbingan dari berbagai pihak, penulis mampu melewati tahap demi tahap hingga akhirnya sampai pada titik ini. Oleh sebab itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini bukan semata hasil jerih payah pribadi, melainkan juga buah dari kerjasama, bantuan, dan do'a dari berbagai pihak.

Pada kesempatan yang berbahagia ini, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag., Selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan
2. Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag., Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

3. Dr. Adi Abdullah Muslim, M.A.Hum., Selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir sekaligus sebagai dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan pikirannya untuk membimbing, memotivasi, dan menasihati tentang banyak hal kepada penulis selama masa penyusunan skripsi.
4. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah yang telah mendidik dan berbagi ilmu kepada penulis.
5. Staff Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah yang telah memberikan pelayanan terbaik berkaitan dengan segala administrasi perkuliahan penulis.
6. Seluruh staff perpustakaan yang membantu penulis melengkapi referensi perkuliahan dan ketika menyusun skripsi.
7. Seluruh pihak yang berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas semua amal baik yang telah diupayakan dan diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik. Penulis ucapkan *jazakumullah khairan kasiran wa jazakumullah ahsanul jaza*. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Karena yang sempurna hanya lah Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran yang mrmbangun sangat peneliti harapkan. Akhir kata, penulis berharap semoga karya sederhana ini dapat memberikan manfaat dan maslahat bagi penulis sendiri dan bagi semua pihak. Sekian dan terima kasih.

Pekalongan, 26 Mei 2026

Penulis,



Nanda Kartika Putri

NIM. 30122032

DAFTAR ISI

JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
NOTA PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
PERSEMBAHAN.....	xi
MOTTO	xiv
ABSTRAK	xv
KATA PENGANTAR.....	xvi
DAFTAR ISI.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Tinjauan Pustaka	8
F. Metode Penelitian.....	16
G. Sistematika Pembahasan	18
BAB II TERMINOLOGI TAWAKKAL, PENDEKATAN TAFSIR MAUDŪ'I DAN FENOMENA <i>QUARTER LIFE CRISIS</i>.....	20
A. Tawakkal	20
B. Tafsir Tematik (Maudū'i).....	27
C. Fenomena <i>Quarter Life Crisis</i>	36
BAB III TAFSIR AL-MARĀGĪ DAN TAWAKKAL DALAM AL-QUR'AN.....	41
A. Biografi Ahmad Mustafa Al-Marāgī (w. 1952 M)	41
B. Karakteristik Tafsir Al-Marāgī	46
C. Tawakkal dalam Al-Qur'an.....	52
BAB IV KONSEP TAWAKKAL MENURUT AHMAD MUSTAFA AL-MARĀGĪ RELEVANSINYA TERHADAP FENOMENA <i>QUARTER LIFE CRISIS</i>.....	63
A. Konsep Tawakkal Menurut Ahmad Mustafa Al-Marāgī.....	63
B. Relevansi Konsep Tawakkal Perspektif Al-Marāgī Terhadap Fenomena <i>Quarter Life Crisis</i>	78
BAB V PENUTUP	83
A. Kesimpulan	83
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	86
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	98

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Eksplorasi pada masa transisi menuju kedewasaan mempunyai peran penting karena individu mulai mencoba berbagai pengalaman hidup baru yang sebelumnya belum pernah mereka alami. Akhir-akhir ini, istilah *quarter life crisis* semakin ramai diperbincangkan terutama di kalangan generasi muda, khususnya mahasiswa yang tengah berupaya mengenali jati diri serta menentukan arah hidup mereka.¹ *Quarter life crisis* atau biasa dikenal sebagai krisis seperempat abad merupakan suatu krisis pada saat usia 20-30 tahun, karena pada fase ini individu sering kali berada dalam kondisi yang belum sepenuhnya siap menghadapi berbagai tanggung jawab kehidupan, dan diperparah oleh banyaknya tuntutan dan pilihan yang ada. Kondisi ini menimbulkan kebingungan, ketidakpastian, kecemasan terhadap masa depan, serta ketakutan yang tinggi akan kegagalan.²

Seseorang yang berada pada fase ini sering kali merasa terisolasi dan kurang menerima dukungan untuk membantu mereka menghadapi situasi tersebut. Kondisi ini dapat menyebabkan seseorang merasa rendah diri, serta kebingungan dalam menentukan langkah hidup selanjutnya. Sebuah survei yang dilakukan pada November 2017 oleh LinkedIn menunjukkan bahwa yang mengalami *quarter life crisis* ada 75% usia 25-30 tahun. Dua penyebab utamanya adalah kesulitan mendapatkan pekerjaan sesuai minatnya (61%) dan tekanan dari kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain (48%).³ Data ini menunjukkan bahwa faktor karier dan perbandingan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap munculnya krisis tersebut.

¹ Sukmana, Muhammad Azizan Fitriana, and Ahmad Syukron, "Relevansi Mindfulness Dalam Al-Qur ' an Terhadap Fenomena Quarter Life Crisis," *Revelatia: Jurnal Ilmu Al-Qur ' andan Tafsir* 6 (2025), <https://doi.org/10.19105/revelatia.v6i1.18346>.

² Karpika I Puti and Segel Ni Wayan Widiyani, "Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia," *Widyadari* 22, no. 2 (2021): 513–27, <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>.

³ Karina Widia Ratih, Mulya Virgonita, and Iswindari Winta, "Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan Dan Peluang" 5, no. September (2024): 8186–93.

Penyebab dari *quarter life crisis* sangat beragam, misalnya merasa jenuh terhadap rutinitas yang tampak membosankan, kecemasan yang berlebihan mengenai masa depan, serta timbulnya penyesalan dan keraguan terhadap berbagai keputusan hidup yang diambil.⁴ Hal ini juga diperkuat oleh Muhammad Chairul Anwar melalui website *kompas.com* mengungkapkan bahwa fenomena ini umumnya disebabkan pada saat mereka berupaya mendapatkan pekerjaan atau merancang karier, mulai hidup mandiri untuk pertama kalinya, mengatur hubungan dengan orang lain, serta menentukan pilihan-pilihan jangka panjang baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional.⁵

Penelitian yang dilakukan oleh Agustina pada tahun 2022 di Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 98% dari 125 responden mengalami *quarter life crisis*. Dari jumlah tersebut, 82% mengalami *quarter life crisis* karena ketidakstabilan finansial, 79% merasa tidak layak memperoleh kehidupan yang lebih baik, dan 65,6% merasakan tekanan dari tuntutan yang muncul pada fase dewasa.⁶ Sementara itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rika menunjukkan bahwa usia 22 tahun merupakan fase dengan tingkat pengalaman *quarter life crisis* paling tinggi, yaitu mencapai 52% dari keseluruhan responden.⁷

Fenomena *quarter life crisis* memang tidak dijelaskan secara langsung dalam al-Qur'an, namun terdapat berbagai istilah yang mempresentasikan kondisi tersebut, seperti rasa takut, kecemasan, keluh kesah, dan tekanan hidup yang sering dialami pada fase dewasa awal, sekaligus disertai petunjuk untuk

⁴ Muhammad Syifa'ussurur et al., "Menemukan Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: A Literature Study]," *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 1 (2021): 53–64, <https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.61>.

⁵ Muhammad Choirul Anwar, "Fenomena Quarter Life Crisis: Penyebab, Ciri, Dan Cara Mengatasinya," *kompas.com*, 2022.

⁶ Ratih, Virginita, and Winta, "Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan Dan Peluang."

⁷ Rika Andaresta and Erdina Indrawati, "Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecerdasan Emosi Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Pendidikan Administrasi Perkantoran Universitas Negeri Jakarta Penelitian Bertujuan Untuk Mengetahui Pengaruh Menggunakan Model Skala Likert . Pengolahan Dat," *Ikra-ITH Humaniora : Jurnal Sosial Dan Humaniora* 9, no. 2 (2025): 149–54.

mengatasinya. Al-Qur'an tidak hanya memotret realitas kegelisahan manusia, tetapi juga memberikan solusi dalam menyikapinya. Beberapa ayat yang secara eksplisit berkaitan dengan fenomena ini yaitu Q.S. Al-Baqarah ayat 155, Q.S. Al-Balad ayat 4, dan Q.S. Al-Ma'arij ayat 19.

Dalam ajaran Islam, segala bentuk krisis kehidupan bukanlah hal yang asing. Al-Qur'an telah banyak menyinggung fenomena kegelisahan manusia dalam menghadapi cobaan hidup. Ujian berupa ketakutan, kehilangan, atau kesulitan merupakan bagian dari perjalanan hidup manusia yang bertujuan untuk menguatkan keimanan dan kedewasaan jiwa. Sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 55, Allah SWT. berfirman:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya:

Kami pasti akan mengujimu berupa ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Namun, beritahukanlah kabar gembira kepada orang-orang sabar. (Q.S. Al-Baqarah: 155)

Berdasarkan penafsiran dalam tafsir Al-Marāgī, Allah memberikan ujian kepada manusia melalui berbagai bentuk cobaan, seperti rasa takut, kelaparan, berkurangnya harta, serta menurunnya hasil usaha yang dilakukan.⁸ Kesulitan hidup bukanlah tanda keburukan, tetapi sarana pendidikan ruhani agar manusia tidak bergantung pada dunia semata. Pandangan tersebut memiliki relevansi dalam membantu generasi muda menghadapi kegelisahan eksistensial yang kerap muncul.

Penjelasan selanjutnya terdapat dalam Q.S. Al-Balad ayat 4:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ

Artinya:

Sungguh, Kami benar-benar menciptakan manusia dalam keadaan susah payah. (Q.S. Al-Balad: 4)

⁸ Ahmad Musthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi: Juz 2*, 1946.

Penafsiran Al-Marāgī terhadap ayat ini menjelaskan bahwa realitas hidup penuh dengan ujian yang seharusnya diterima dengan lapang dada dan dijalani dengan kesabaran.⁹ Ayat ini menunjukkan bahwa kehidupan manusia secara fitrah memang tidak terlepas dari tantangan dan ujian. Hidup bukan semata-mata tentang mencari kenyamanan, tetapi juga proses perjuangan untuk mencapai makna dan kematangan diri. Pemahaman ini menunjukkan bahwa rasa letih, kegagalan, dan ketidakpastian merupakan hal wajar dari perjalanan menuju kedewasaan. Oleh karena itu, ketika seseorang menghadapi tekanan, kebingungan, atau kegelisahan dalam fase tertentu, seperti masa *quarter life crisis*, maka sikap yang dianjurkan bukanlah putus asa, melainkan kesabaran, keteguhan hati.

Penjelasan serupa juga terdapat dalam Q.S. Al-Ma'ārij ayat 19-21:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١)

Artinya:

Sesungguhnya manusia diciptakan dengan sifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ditimpa keburukan, mereka berkeluh kesah. Apabila mendapat kebaikan, mereka kikir. (Q.S. Al-Ma'ārij:19-21)

Berdasarkan penfasiran dalam tafsir Kementrian Agama RI, ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia memiliki sifat mudah berkeluh kesah dan kikir. Ketika ditimpa kesusahan, mereka cenderung tidak sabar dan tabah, bahkan terkadang berputus asa. Sebaliknya, apabila memperoleh nikmat dan karunia yang melimpah dari Allah SWT., mereka menjadi kikir.¹⁰ Penafsiran ini menunjukkan adanya kecenderungan sifat manusia yang belum stabil. Oleh karena itu, ayat ini menjadi peringatan agar manusia mampu mengendalikan diri dan menata sikap batinnya, sehingga tidak terjebak dalam emosional yang berlebihan.

Di era modern yang materialistik, generasi muda kini dihadapkan pada tekanan besar untuk mencapai kesuksesan dalam waktu singkat, baik dalam hal

⁹ Ahmad Musthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Juz 30*, 1946.

¹⁰ Kementrian Agama, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya Jilid 10*, n.d.

karier, keuangan, pendidikan, maupun relasi sosial. Ketika standar kebahagiaan dan keberhasilan diukur dengan indikator duniawi semata, seperti kekayaan, status sosial, dan pencapaian prestisius, ketidakmampuan untuk mencapainya sering menimbulkan kecemasan. Hal ini sejalan dengan ungkapan Afif Zuhdy Idham dalam bukunya yang berjudul “Happiness Treadmill: Mengapa lebih banyak tidak selalu lebih baik” bahwa tekanan untuk mencapai standar yang lebih tinggi, baik dari sendiri maupun dari lingkungan sekitar, akan menciptakan ketidakpuasan yang tidak pernah berakhir.¹¹ Di sinilah ajaran Islam, khususnya tawakkal memberikan alternatif pandangan hidup yang menenangkan diri kita.

Secara etimologis, istilah tawakkal berasal dari bahasa Arab *at-tawakkul* yang berakar dari kata *wakala* yang berarti menyerahkan atau mewakili.¹² Adapun menurut Al-Ghazāli, secara terminologis tawakkal dimaknai sebagai sikap menyerahkan dan menggantungkan diri sepenuhnya kepada Allah SWT. ketika seseorang menghadapi suatu urusan atau kepentingan.¹³ Tawakkal bukan berarti pasrah tanpa usaha, melainkan keseimbangan antara upaya manusia dan kepercayaan penuh kepada ketentuan Allah. Konsep ini menanamkan ketenteraman jiwa, sikap menerima segala ketetapan, serta keyakinan bahwa Allah Maha Mengetahui yang terbaik bagi hamba-Nya.

Dalam konteks *quarter life crisis*, tawakkal berperan penting dalam mereduksi kecemasan berlebihan, ketakutan akan masa depan, dan tekanan sosial yang sering membebani generasi muda. Dengan tawakkal, individu mampu menjalani proses kehidupan dengan lebih tenang, tetap berusaha secara optimal, serta tidak larut dalam rasa takut dan keputusasaan ketika menghadapi

¹¹ Afif Zuhdy Idham, *Happiness Treadmill: Mengapa Lebih Banyak Tidak Selalu Lebih Baik* (Sumatera Barat: PT Mafy Media Literasi Indonesia, 2025).

¹² Andi Iting, Muhammad Yusuf, and Hasyim Haddade, “Al Tawakkal Dalam Al Qur’an,” *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 6, no. 1 (2025): 1–15, <https://doi.org/10.55623/au.v6i1.380>.

¹³ Muhammad Sidiq Pambudi, Sab’ati Mela Matsania, and Bimba Valid Fathony, “Keterkaitan Konsep Tawakal Dalam Islam Dan Filsafat Stoikisme: Sebuah Analisis Implementatif,” *Canon Religia* 3, no. 1 (2025): 49–62, <https://doi.org/10.30762/cr.v3i1.3139>.

kegagalan. Untuk memahami konsep tawakkal secara mendalam dan kontekstual, diperlukan penafsiran Al-Qur'an yang mampu mengaitkan teks suci dengan realitas kehidupan modern. Dalam konteks ini, Tafsir Al-Marāgī dipandang sebagai sumber rujukan yang relevan karena menggunakan pendekatan *al-adabi al-ijtima'i*, yaitu mengaitkan ayat-ayat Al-Qur'an dengan realitas sosial, persoalan kehidupan sehari-hari, serta dinamika kejiwaan manusia.¹⁴

Berdasarkan uraian di atas, penulis menegaskan pentingnya penelitian ini dalam memberikan kontribusi bagi upaya menghadapi fenomena *quarter life crisis*. Selain itu, penelitian ini berfungsi dalam mengembangkan kajian sufistik yang bersumber dari Al-Qur'an dan tafsir, khususnya dalam memahami serta merespons berbagai tantangan yang muncul di fase tersebut. Dengan demikian, tujuan pembahasan ini adalah untuk mengkaji konsep *tawakkal* beserta implementasinya sebagai langkah preventif dan inovatif dalam menghadapi fenomena *quarter life crisis*. Upaya ini dilakukan dengan mengintegrasikan nilai-nilai tasawuf dan ajaran Al-Qur'an untuk mengatasi beragamnya persoalan hidup.

Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk dilakukan sebuah penelitian yang berfokus pada pengkajian konsep tawakkal dalam fenomena *quarter life crisis* dengan menggunakan penafsiran Al-Marāgī. Dalam penelitian ini, solusi yang ditawarkan belum pernah diteliti oleh orang lain dalam menghadapi *quarter life crisis*. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penulis terdorong untuk mengkaji lebih jauh melalui karya yang berjudul **“Konsep Tawakkal Perspektif Tafsir Al-Marāgī dan Relevansinya Terhadap Fenomena Quarter Life Crisis.”**

¹⁴ Muhamad Iqbal Mustofa, Laelati Dwina Apriani, and Zhilal Fajar Firdaus, “Manhaj Tafsir Al-Maraghi Karya Syekh Ahmad Mustafa Al-Maraghi : Analisis Metode Umum Dan Metode Khusus Tafsir Pada QS . At-Tahrim,” *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 5, no. 2 (2024): 370–71.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana konsep tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī?
2. Bagaimana relevansi konsep tawakkal perspektif Al-Marāgī terhadap fenomena *quarter life crisis*?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui konsep tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī.
2. Untuk mengetahui relevansi konsep tawakkal perspektif Al-Marāgī terhadap fenomena *quarter life crisis*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini mempunyai manfaat yang sangat penting untuk perkembangan kajian tafsir sekaligus studi keislaman dalam konteks kekinian. Secara teoritis, penelitian ini berkontribusi dalam pengembangan kajian tafsir tematik (Tafsir Mauḍû‘i) yang relevan dengan kondisi sosial-psikologis generasi muda, terutama dalam menanggapi fenomena *quarter life crisis*. Melalui pendekatan tematik, ayat-ayat Al-Qur’an yang berkaitan dengan tawakkal dapat dihimpun, dikaji, dan dipahami secara komprehensif sehingga menghasilkan konseptualisasi nilai-nilai yang kontekstual dan aplikatif.

Penelitian ini juga turut menambah kekayaan khazanah tentang pemikirannya Ahmad Mustafā Al-Marāgī. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya memperluas wawasan dalam bidang tafsir, tetapi menekankan fungsi Al-Qur’an sebagai pedoman yang bersifat universal, transformatif, serta mampu merespon berbagai krisis eksistensial yang dihadapi manusia, seperti kegelisahan, ketidakpastian masa depan, dan tekanan psikologis yang kerap dialami oleh generasi muda.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini membantu dalam memahami fenomena *quarter life crisis* yang sering terjadi pada masa kini, khususnya terkait tekanan hidup, tuntutan sosial, dan pencarian makna yang dialami generasi muda.

Penelitian ini diharapkan mampu menghadirkan perspektif baru bahwa nilai-nilai tawakkal tidak semata berkaitan dengan aspek keagamaan, tetapi juga dapat digunakan sebagai panduan untuk membantu orang mengatasi kecemasan, kegelisahan, dan kebingungan arah hidup yang sering muncul selama fase ini.

Dengan mengamalkan nilai-nilai tawakkal sebagaimana dijelaskan dalam Tafsir Al-Marāgī, seperti sabar, ridha, dan percaya diri. Tawakkal membentuk kepribadian yang tidak mudah putus asa saat menghadapi kegagalan dan tidak sombong ketika memperoleh keberhasilan. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan refleksi dan pembentukan karakter di lembaga pendidikan, sekaligus menjadi rujukan bagi konselor atau pendidik dalam memberikan bimbingan berlandaskan nilai-nilai al-Qur'an untuk membantu mengatasi permasalahan psikologis dan spiritual yang dihadapi generasi muda.

E. Tinjauan Pustaka

1. Kerangka Teori

Peranan dari kerangka teori sangat penting, karena berisi sekumpulan teori yang relevan dan dianggap paling sesuai untuk menganalisis permasalahan yang dikaji berdasarkan tujuan penelitian.¹⁵ Oleh karena itu, kerangka teori digunakan sebagai dasar konseptual sekaligus pijakan utama dalam membangun arah dan landasan berpikir penelitian. Penelitian ini dibangun atas dua teori, di antaranya:

a. Tawakkal

Dalam penelitian ini, konsep tawakkal dijadikan landasan untuk memahami bagaimana nilai-nilai spiritual memberikan relevansi serta kontribusi dalam merespons fenomena ini. Imam Al-Ghazālī dalam kitabnya *Ihya Ulumuddin*, menjelaskan bahwa tawakkal adalah salah satu ajaran fundamental dalam Islam yang menekankan sikap berserah

¹⁵ Haura Hanifah et al., "Landasan Teori, Penelitian Relevan, Kerangka Berpikir Dan Hipotesis Penelitian Pendidikan," *Jurnal Ihsan Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 2 (2025): 391–404, <https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i2.989>.

diri dan menyerahkan urusan kepada Allah SWT. setelah melakukan ikhtiar secara optimal.¹⁶ Konsep ini dipahami sebagai bentuk sikap perpaduan antara ikhtiar manusia dan keyakinan penuh terhadap ketetapan Allah SWT.

Penanaman nilai tawakkal mencakup dimensi keyakinan, ketenangan batin, dan kepercayaan bahwa segala hasil berada dalam kehendak Allah SWT. Sikap tawakkal menuntut kemampuan mengendalikan kecemasan, menerima keterbatasan diri, serta melepaskan ketergantungan berlebihan pada hasil duniawi. Tawakkal juga berfungsi sebagai mekanisme penguatan jiwa agar manusia tidak terjebak dalam kegelisahan dan tekanan hidup yang berlebihan. Oleh karena itu, peneguhan nilai ini mendorong individu untuk tetap berikhtiar secara optimal tanpa terjebak pada kecemasan yang berlebihan terhadap hasil akhir yang berada di luar kendali manusia.

Pengamalan nilai-nilai tersebut sangat relevan dengan fenomena *quarter life crisis*, seperti kebingungan dalam menentukan jati diri, tekanan sosial untuk mencapai kesuksesan, kekhawatiran terhadap masa depan, serta kecenderungan untuk membandingkan diri dengan pencapaian orang lain. Dalam konteks ini, tawakkal berperan sebagai landasan spiritual yang menumbuhkan ketenangan, optimisme, dan ketahanan psikologis dalam menghadapi ketidakpastian hidup. Dengan demikian, teori tawakkal menjadi landasan penting dalam penelitian ini dalam memahami bagaimana nilai-nilai spiritual dapat menjelaskan dinamika dan ketegangan yang membentuk fenomena *quarter life crisis* dalam kehidupan masa kini.

b. Tafsir Maudū'i (Tematik)

Penggunaan pendekatan tafsir maudū'i digunakan untuk menelusuri, menghimpun, dan mengkaji beragam ayat tawakkal secara sistematis. Menurut Abdul Hayyi al-Farmawi, menjelaskan bahwa

¹⁶ Al-Ghazali, "Ihya' Ulumiddin (Zuhud, Cinta, & Kematian) Jilid 9," *Al-Ihya Ulumiddin* (Republika, 2019).

metode tafsir maudū'i ini mencakup pengumpulan ayat-ayat setema, analisisnya, serta perumusan kandungan dan hukum yang dapat diambil. Adapun penelitian yang menggunakan metode ini karena kebanyakan kitab tafsir lebih mengedepankan tafsir yang utuh 30 juz dan banyak di kalangan akademik kesulitan memahaminya. Oleh karena itu, mereka lebih memilih topik tertentu yang terjadi di zaman sekarang dan perlu dicarikan solusinya.¹⁷

Menurut Sālah 'Abd Al-Fattāh Al-Khālīdī, metode tafsir maudū'i ada tiga. Pertama, *Tafsir al-Mawdū'i li al-mustalah al-Qur'ani* yaitu penafsirannya berfokus pada pengkajian atau istilah tertentu dalam Al-Qur'an. Kedua, *Tafsir al-mawdū'i li al-mawdū'i al-Qur'ani* yaitu penafsirannya membahas tema tertentu. Ketiga, *Tafsir al-Mawdū'i li al-surah al-qur'ani* yaitu penafsirannya mengkaji satu surat secara menyeluruh dan terpadu.¹⁸

Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir yang ketiga, yaitu *Tafsir al-mawdū'i li al-mawdū'i al-Qur'ani* yaitu penafsirannya membahas tema tertentu. karena metode ini berfokus pada satu tema khusus, yaitu konsep tawakkal. Melalui kajian yang sistematis, penelitian ini menunjukkan bahwa ajaran Al-Qur'an tidak bersifat statis, melainkan dinamis dan responsif terhadap problematika yang sesuai dengan perkembangan zaman. Dengan memadukan teori tawakkal dan metode tafsir Al-Marāgī, penelitian ini memandang penafsiran Al-Marāgī bukan hanya sebagai kajian tekstual, tetapi juga sebagai landasan untuk memahami bahwa ajaran Al-Qur'an tetap relevan dalam menjawab fenomena tersebut.

2. Penelitian Relevan Terdahulu

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji fenomena *quarter life crisis* dari berbagai sudut pandang, terutama dalam bidang psikologi.

¹⁷ Salim Ashar and Dian Erwanto, *Metodologi Penelitian Tafsir Al-Qur'an* (Yogyakarta: CV Bintang Semesta Media, 2023).

¹⁸ Shalah 'Abd Al-Fattah Al-Khalidi, "Tafsir Al-Mawdhu'i Bayna Al-Nazhariyyah Wa Tathbiqi," 2012.

Kajian tersebut menjadi landasan penting dalam penelitian ini. Meskipun demikian, belum ditemukan penelitian yang spesifik membahas konsep tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī dan relevansinya dengan fenomena *quarter life crisis*. Berikut ini beberapa penelitian yang memiliki keterkaitan dengan kajian ini:

Pertama, Artikel yang berjudul “Menemukali Berbagai Alternatif Intervensi dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur (Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: A Literature Study)” karya Muhammad Syifa’ussurur,dkk.¹⁹ Penelitian ini menjelaskan beragam jenis intervensi yang dapat digunakan untuk menghadapi fenomena *quarter life crisis*. Melalui pendekatan studi literatur, penelitian ini menunjukkan bahwa berbagai pendekatan dapat digunakan untuk mencegah masalah tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian literatur, sedangkan penulis menggunakan pendekatan kajian tematik. Persamaannya terletak pada fokus penelitiannya yakni sama-sama berupaya membahas solusi untuk mengatasi fenomena *quarter life crisis*.

Kemudian penelitian lain yang berjudul “*Quarter Life Crisis* pada dewasa awal: Bagaimana peranan kecerdasan emosi?” karya Athaya Nugsria, dkk.²⁰ Penelitian ini mengkaji keterkaitan antara emosi dan *quarter life crisis* pada seseorang pada fase dewasa awal. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosinya, semakin rendah tingkat stress yang dialami ketika menghadapi situasi ini. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan teoritis-empiris dalam ranah psikologi, sedangkan penulis menggunakan pendekatan kajian tematik perspektif tafsir Al-Marāgī. Keduanya memiliki kesamaan pada fokus kajian, yaitu sama-sama membahas upaya atau solusi dalam menghadapi *quarter life crisis*.

¹⁹ Muhammad Syifa’ussurur et al., “Menemukali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Sebuah Kajian Literatur,” *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 1 (2021): 53–64, <https://doi.org/10.5040/9781350366824.00000006>.

²⁰ Athaya Nugsria et al., “Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal: Bagaimana Peranan Kecerdasan Emosi?,” *Inner: Journal of Psychological Research* 3, no. 1 (2023): 1–10.

Selanjutnya artikel yang berjudul “Konsep Diri dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis*” karya Luluk Maluchah,dkk.²¹ Penelitian ini membahas bagaimana konsep diri mahasiswa memengaruhi terjadinya *quarter life crisis*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara konsep diri dan *quarter life crisis*. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan psikologis, adapun penulis menggunakan pendekatan kajian tematik. Kedua penelitian memiliki kesamaan fokus, yaitu sama-sama membahas solusi untuk menghadapi *quarter life crisis*.

Selanjutnya kajian tafsir yang pernah dilakukan oleh Sayid Saiq Rifa’i dalam tesisnya yang berjudul “Qalbun Salim: Sebagai Media Terapi Spiritual Dalam Menghadapi Depresi (Kajian Tafsir Tematik Ahmad Mustafā Al-Marāgī)”.²² Penelitian tersebut membahas tentang upaya untuk mengatasi depresi dengan cara menggunakan media terapi yaitu *qalbun salim*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa konsep *qalbun salim* tidak diterapkan secara langsung sebagai media terapi medis atau klinis, tetapi di dalamnya mengandung prinsip-prinsip kesehatan spiritual dalam Al-Qur’an yang berpotensi besar membantu proses penanganan depresi. Penelitian tersebut lebih berfokus pada upaya penyelesaian masalah depresi, sedangkan penulis membahas lebih berfokus pada pembahasan relevansi tawakkal dalam fenomena *quarter life crisis*. Sementara persamaannya sama-sama mengkaji permasalahan dengan menggunakan pendekatan tafsir tematik.

Kelima, artikel yang berjudul “Quarter Life Crisis ‘Aku Ga Bisa Yura’: Studi Fenomenologi pada Mahasiswa di Kota Semarang” karya Jajim Fuadi,dkk.²³ Penelitian tersebut membahas pengalaman *quarter life crisis*

²¹ Luluk Masluchah, Mufidah Wardatul, and Uti Lestari, “Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis” 6, no. 1 (2022): 61–74.

²² Mohamed A.M. Alsafy et al., “Qalbun Salim: Sebagai Media Terapi Spiritual Dalam Menghadapi Depresi (Kajian Tafsir Tematik Ahmad Musthafa Al-Maraghi),” *Frontiers in Veterinary Science* 13, no. 1 (2025): 1–16.

²³ Jajim Fuadi et al., “Quarter Life Crisis ‘Aku Ga Bisa Yura’: Studi Fenomenologi Pada Mahasiswa Di Kota Semarang,” *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 4 (2024): 308–17, <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.823>.

yang dialami mahasiswa Semarang akibat fenomena tiktok “Aku Ga Bisa Yura”. Para responden berada pada fase merasa terjebak di tengah berbagai pilihan hidup, hingga muncul dorongan kuat untuk melakukan perubahan. Kondisi tersebut akhirnya mendorong mereka mengambil keputusan-keputusan penting yang berpengaruh besar terhadap kehidupan mereka. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan studi kasus, sedangkan penulis menitikberatkan pada kajian tematik ayat-ayat tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī. Keduanya, memiliki kesamaan fokus, yakni sama-sama membahas fenomena *quarter life crisis*.

Skripsi yang ditulis oleh Setyawati, Cournita dan berjudul “Pengaruh Tawakkal Terhadap Quarter Life Crisis Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Pada Program Studi Tasawuf Dan Psikoterapi IAIN Kediri”.²⁴ Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat *quarter life crisis*, tawakkal dan pengaruh tawakkal terhadap *quarter life crisis* pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi yang sedang menyusun skripsi. Penelitian tersebut menggunakan penelitian teknik nonprobability sampling dengan jenis teknik sampel jenuh. Adapun penelitian ini memakai metode tematik. Persamaan keduanya terletak pada fokus yang sama, yakni mengkaji konsep tawakkal dalam fenomena *quarter life crisis*.

Ketujuh, Skripsi yang berjudul “Quarter Life Crisis pada Kaum Milenial” karya Meilia Ayu Puspita Sari.²⁵ Penelitian tersebut bertujuan menjelaskan *quarter life crisis* pada generasi millennial serta cara menanggapinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para responden mengalami tekanan dari keluarga, cemas terhadap masa depan, serta kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain. Penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretative, sedangkan penulis berfokus pada kajian tematik. Keduanya

²⁴ Cournita Setyawati, “Pengaruh Tawakkal Terhadap Quarter Life Crisis Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Pada Program Studi Tasawuf Dan Psikoterapi IAIN Kediri” 32, no. 3 (2021): 167–86.

²⁵ Meilia Ayu Puspita Sari, “Quarter Life Crisis Pada Kaum Gen Z,” *Doctoral Dissertation*, 2021, 1–28, http://eprints.ums.ac.id/93077/2/NASKAH_PUBLIKASI.pdf.

memiliki kesamaan dalam fokus kajian, yakni sama-sama berfokus untuk mengatasi *quarter life crisis*.

Selanjutnya kajian yang dilakukan oleh Inka Sukma Melati dalam artikelnya yang berjudul “*Quarter Life Crisis: Apa penyebab dan solusinya dilihat dari Perspektif Psikologi?*”²⁶ Penelitian tersebut menelaah fenomena *quarter life crisis* pada generasi muda dari perspektif psikologis. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa krisis ini disebabkan oleh intoleransi terhadap ketidakpastian, perkembangan pribadi yang kurang optimal, serta ketidakberfungsian keluarga. Solusinya meliputi pengembangan diri yang positif, kemampuan beradaptasi, ketahanan psikologis, perencanaan hidup sebelum usia 20 tahun. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretatif dan literatur review berbasis hermeneutika, sedangkan penulis memakai metode tematik. Adapun persamaannya, sama-sama membahas *quarter life crisis* pada generasi muda dan cara mengatasinya.

Kesembilan, Artikel berjudul “Pemahaman Terhadap *Quarter Life Crisis* yang Terjadi di Masa Perkembangan Dewasa Awal: Suatu Kajian Literatur” karya Bagus Hafarinto.²⁷ Penelitian ini menggali secara lebih komprehensif bagaimana *quarter life crisis* memengaruhi kehidupan generasi muda di Indonesia, sekaligus mengidentifikasi berbagai cara atau upaya yang mereka lakukan dalam mengatasi beragam persoalan yang muncul pada fase tersebut. Penelitian ini menggunakan studi literatur. Adapun penulis menggunakan kajian tematik dalam penelitian. Sementara persamaannya membahas tentang solusi dari fenomena *quarter life crisis*.

Berdasarkan berbagai penelitian terdahulu di atas, dapat disimpulkan bahwa mayoritas penelitian masih didominasi oleh pendekatan psikologis, baik melalui studi literatur, penelitian empiris, maupun

²⁶ Inka Sukma Melati, “Quarter Life Crisis: Apa Penyebab Dan Solusinya Dilihat Dari Perspektif Psikologi?,” *Inner: Journal of Psychological Research* 4, no. 1 (2019): 52–57.

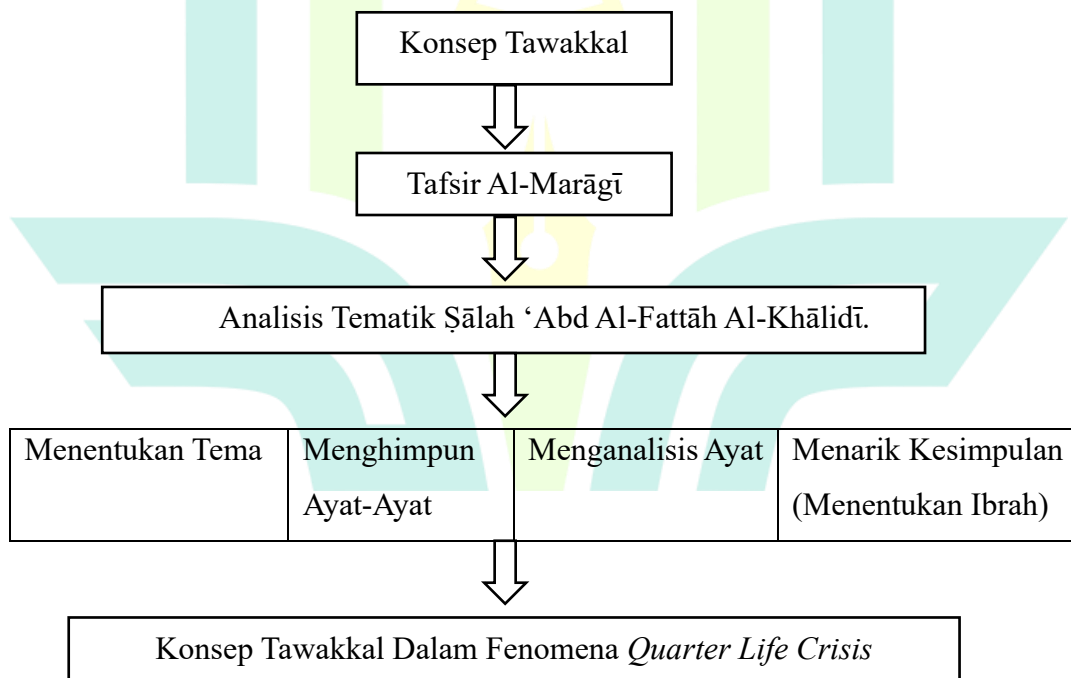
²⁷ Bagus Hafarinto et al., “Pemahaman Terhadap Quarter Life Crisis Yang Terjadi Dimasa Perkembangan Dewasa Awal: Suatu Kajian Literatur,” *Journal of Society Counseling* 2, no. 1 (2024): 1–13, <https://doi.org/10.59388/josc.v2i1.431>.

fenomenologi. Meskipun terdapat penelitian yang menggunakan pendekatan tafsir tematik perspektif Al-Marāgī, belum terdapat penelitian yang secara khusus membahas konsep tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī dan relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis*. Dengan demikian, penelitian ini memiliki nilai kebaruan (novelty) karena berupaya mengintegrasikan kajian tafsir tematik Al-Marāgī dengan problematika kontemporer generasi muda, sehingga diharapkan mampu memberikan kontribusi akademik dalam pengembangan studi Al-Qur'an.

3. Kerangka Berpikir

Ayat-ayat tentang tawakkal dalam fenomena *quarter life crisis* menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Merujuk pada problem atau masalah tersebut, maka pembahasan pada skripsi ini berfokus pada konsep tawakkal dalam fenomena *quarter life crisis* dengan menggunakan tafsir tematik atau mauḍū'ī karya Ṣālah 'Abd Al-Fattāh Al-Khālīdī.

Untuk memperjelas arah penelitian, kerangka berpikir dapat digambarkan sebagai berikut:



F. Metode Penelitian

Metode penelitian ialah serangkaian prosedur terstruktur untuk memperoleh data dan informasi secara objektif, relevan, serta dapat dipertanggungjawabkan, guna menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan.²⁸ Proses penelitiannya meliputi beberapa langkah, mulai dari merumuskan masalah, menyusun landasan teori, merancang design penelitian, menentukan metode yang tepat, melakukan pengumpulan serta analisis data, hingga menarik kesimpulan dan menyusun hasil dari penelitian.²⁹

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kepustakaan (library research), karena penulis mengkaji ayat-ayat tentang tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī serta didukung dengan sumber-sumber sekunder seperti jurnal, buku, artikel, skripsi, serta penelitian terdahulu yang relevan. Selain itu, penelitian ini bersifat kualitatif dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam terkait objek kajian.³⁰ Dengan demikian, penelitian ini mengkaji ayat-ayat tentang tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī dan relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis*, sehingga hasilnya diharapkan mampu memberikan uraian yang komprehensif dan berfokus.

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Sumber primer adalah sumber utama yang menyediakan informasi penting dalam penelitian, serta merupakan data asli yang memiliki hubungan langsung dengan objek yang diteliti.³¹ Keberadaan sumber primer sangat penting karena menjadi pijakan awal dalam

²⁸ Risnita et al., “Tehnik Analisis Data Kuantitatif Dan Kualitatif Dalam,” *Journal Genta Mulia* 15, no. 2 (2024): 79–91, <https://ejournal.stkipbbm.ac.id/index.php/gm>.

²⁹ Jani Arni, “Metode Penelitian Tafsir,” *Daulat Riau* 3, no. 1 (2013): 10–27, <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>.

³⁰ Arif Rachman, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 2024.

³¹ Mohamad Muspawi Undari Sulung, “Memahami Sumber Data Penelitian: Primer, Sekunder, Dan Tersier,” *Jurnal Edu Research : Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)* 5, no. 2 (2024): 28–33.

melakukan analisis, penafsiran, serta penarikan kesimpulan. Oleh karena itu, validitas sumber primer sangat berpengaruh terhadap kualitas hasil penelitian. Dalam penelitian ini, tafsir Al-Marāgī dijadikan sumber data utama untuk mengkaji ayat-ayat tentang *tawakkal* perspektif Al-Marāgī serta relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis*.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan informasi yang diperoleh dari pihak lain dan berperan sebagai pendukung dalam melengkapi data primer.³² Dengan memanfaatkan sumber sekunder, penelitian tidak hanya bertumpu pada satu rujukan utama, tetapi juga mampu menunjukkan posisi dan kontribusi kajian dalam peta keilmuan yang lebih luas. Data sekunder penelitian ini yaitu buku, jurnal, artikel, skripsi, dan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik kajian yaitu konsep *tawakkal* perspektif tafsir Al-Marāgī dan relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis*. Melalui pemanfaatan sumber sekunder ini, peneliti dapat melakukan analisis komparatif, memperkuat landasan teoritis, serta mengidentifikasi celah penelitian (*research gap*) yang membedakan kajian ini dari penelitian sebelumnya.

c. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan dan pengolahan data penelitian ini menggunakan studi pustaka. Metode ini berfokus pada pengumpulan berbagai sumber literatur yang kemudian dibaca, dikaji, dan dianalisis secara menyeluruh.³³ Melalui proses ini, peneliti mengolah bahan-bahan studi pustaka untuk menyajikan pembahasan yang lebih terarah, jelas, dan mudah dipahami oleh pembaca. Pengumpulan datanya dilakukan dengan menghimpun berbagai literatur, seperti kitab tafsir, jurnal, buku, artikel, skripsi, dan penelitian sebelumnya yang relevan dengan topik

³² Haura Hanifah et al., “Landasan Teori, Penelitian Relevan, Kerangka Berpikir Dan Hipotesis Penelitian Pendidikan.”

³³ Miza Nina Adlini et al., “Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka,” *Edumaspul: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (2022): 974–80, <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>.

penelitian, yaitu konsep tawakkal perspektif tafsir Al-Marāgī dan relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis*.

d. Metode Analisis Data

Menganalisis data merupakan tahap penting dalam penelitian yang bertujuan untuk menggali, menafsirkan, memahami makna, tujuan dan nilai-nilai yang terkandung dalam data yang telah dikumpulkan. Dalam hal ini, menganalisis data kualitatif tidaklah mudah. Di satu sisi penelitian kualitatif bersifat subjektif, di sisi lain seorang peneliti harus mempertahankan kualitas penelitiannya. Untuk itu, diperlukan metode analisis data kualitatif yang bisa dipertanggungjawabkan kualitas akademiknya.³⁴ Melalui proses analisis, data yang sebelumnya bersifat mentah dan terpisah-pisah disusun secara sistematis sehingga membentuk suatu pemahaman yang utuh dan terarah sesuai dengan rumusan masalah penelitian.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan deskriptif analitik dengan memaparkan konsep tawakkal menurut tafsir Al-Marāgī yang kemudian diterapkan dalam fenomena *quarter life crisis*. Peneliti terlebih dahulu mengidentifikasi ayat-ayat tawakkal, lalu menguraikan penafsiran Al-Marāgī terhadap ayat tersebut. Adapun pendekatan analitik digunakan untuk menghubungkan konsep tawakkal dengan fenomena *quarter life crisis*.

G. Sistematika Pembahasan

Penyusunan sistematika penulisan skripsi ini dimaksudkan agar proses penyusunan penelitian berjalan secara terarah, sistematis, dan runtut. Adapun penyusunannya dibagi menjadi lima bab:

Bab pertama berisi pendahuluan yang terdiri atas tujuh bagian utama. Pertama, latar belakang. Kedua, rumusan masalah. Ketiga, tujuan penelitian.

³⁴ Samiaji Sarosa, *Analisis Data Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Penerbit PT Kanisius, 2021).

Keempat, manfaat penelitian. Kelima, tinjauan pustaka. Keenam, metode penelitian. Ketujuh, sistematika pembahasan.

Selanjutnya pada bab dua berisi landasan teori yang digunakan dalam penelitian ini, baik landasan teori konseptual maupun landasan teori analisa. Landasan teori konseptual pada penelitian ini yaitu tawakkal dan pembahasan tentang tafsir tematik (*maudū‘i*) menjadi landasan teori analisa.

Pembahasan pada bab ketiga yaitu hasil penelitian. Bab ini berfungsi untuk menampilkan informasi dan temuan dasar yang kemudian akan dianalisis pada bab berikutnya. Pada bab ini disajikan tafsir al-Marāgī, tawakkal dalam Al-Qur’an, dan fenomena *quarter life crisis*.

Selanjutnya pada bab keempat berisi analisis hasil penelitian. Pada bab ini diarahkan pada konsep tawakkal perspektif Al-Marāgī dan upaya menganalisis relevansi tawakkal perspektif Al-Marāgī dalam menghadapi fenomena *quarter life crisis*. Pada bagian ini, penulis mengaitkan nilai-nilai tawakkal dengan kondisi psikologis generasi muda yang tengah mengalami kebingungan arah hidup, kecemasan, dan tekanan eksistensial. Analisis ini tidak hanya bersifat teoritis, tetapi menawarkan solusi dalam menghadapi krisis tersebut.

Pembahasan pada bab kelima memuat kesimpulan dan saran yang disusun berdasarkan hasil analisis dari seluruh bab sebelumnya. Pada bagian ini, penulis menyajikan jawaban dari rumusan masalah serta menegaskan kembali relevansi konsep *tawakkal* perspektif Al-Marāgī dalam mengatasi fenomena *quarter life crisis*. Adapun bagian saran berisi rekomendasi bagi penelitian selanjutnya, serta refleksi praktis bagi generasi muda agar dapat menerapkan nilai-nilai tawakkal dalam kehidupan modern sebagai langkah preventif terhadap krisis eksistensial.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai konsep tawakkal perspektif Tafsir Al-Marāgī dan relevansinya terhadap fenomena *quarter life crisis*, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

Konsep tawakkal dalam perspektif Ahmad Mustāfa Al-Marāgī merupakan sikap berserah diri kepada Allah SWT setelah melakukan usaha secara maksimal sesuai dengan syariat dan hukum sebab-akibat yang berlaku dalam kehidupan. Tawakkal bukan berarti meninggalkan ikhtiar, melainkan perpaduan antara usaha lahiriah dengan ketenangan batin dan keyakinan penuh kepada Allah. Dalam penafsiran Al-Maraghi terhadap ayat-ayat tawakkal seperti Q.S. Ali Imran ayat 122, Q.S. At-Taubah ayat 51, Q.S. At-Thalaq ayat 3, dan Q.S. Yusuf ayat 67, dijelaskan bahwa tawakkal mencerminkan keimanan, keteguhan hati, optimisme, serta keyakinan bahwa segala ketentuan Allah mengandung hikmah bagi kehidupan manusia.

Menurut Al-Marāgī, tawakkal harus disertai dengan usaha, persiapan, dan tanggung jawab manusia dalam menjalani kehidupan. Hal ini terlihat dari penafsirannya yang menekankan pentingnya mengikuti sunnatullah atau hukum sebab-akibat. Seseorang tidak dibenarkan hanya pasrah tanpa melakukan ikhtiar. Tawakkal juga mengajarkan manusia agar tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dan tidak sombong ketika memperoleh keberhasilan.

Konsep tawakkal perspektif Tafsir Al-Maraghi memiliki relevansi yang kuat dalam mengatasi fenomena *quarter life crisis*. *Quarter life crisis* merupakan fase krisis yang dialami individu dewasa awal yang ditandai dengan kecemasan, kebingungan arah hidup, tekanan sosial, ketidakpastian masa depan, serta rasa takut terhadap kegagalan. Dalam kondisi tersebut, konsep tawakkal mampu menjadi landasan spiritual untuk membantu individu menghadapi tekanan psikologis dengan lebih tenang dan optimis. Tawakkal

mengajarkan bahwa manusia wajib berusaha secara maksimal dalam meraih tujuan hidup, namun hasil akhirnya tetap berada dalam ketentuan Allah SWT.

Relevansi konsep tawakkal terhadap fenomena *quarter life crisis* dapat dilihat dalam beberapa aspek, yaitu: pertama, tawakkal membantu individu mengurangi kecemasan dan rasa takut terhadap masa depan karena adanya keyakinan bahwa Allah adalah sebaik-baik pengatur kehidupan. Kedua, tawakkal menumbuhkan sikap optimis dan tidak mudah putus asa ketika menghadapi kegagalan atau ketidakpastian hidup. Ketiga, tawakkal memberikan ketenangan batin karena individu tidak hanya bergantung pada kemampuan dirinya sendiri, tetapi juga bersandar kepada pertolongan Allah SWT. Keempat, tawakkal membentuk keseimbangan antara usaha dan penyerahan diri kepada Allah sehingga individu tetap produktif, bertanggung jawab, dan memiliki harapan positif dalam menjalani kehidupan.

Dengan demikian, konsep tawakkal dalam Tafsir Al-Maraghi tidak hanya memiliki dimensi teologis, tetapi juga relevan sebagai solusi spiritual dan psikologis dalam menghadapi problematika kehidupan modern, khususnya fenomena *quarter life crisis* pada generasi muda. Tawakkal dapat menjadi sarana penguatan mental dan spiritual agar individu mampu menghadapi tekanan hidup dengan sikap sabar, yakin, optimis, dan tetap berusaha secara maksimal.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi akademisi dan peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam kajian tafsir tematik mengenai tawakkal maupun penelitian yang berkaitan dengan kesehatan mental dan problematika generasi muda. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan pembahasan dengan menggunakan perspektif tafsir lain atau pendekatan psikologi Islam agar diperoleh kajian yang lebih luas dan mendalam.

2. Bagi masyarakat, khususnya generasi muda yang sedang mengalami *quarter life crisis*, hendaknya memahami konsep tawakkal secara benar sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an dan tafsir para ulama. Tawakkal tidak berarti menyerah pada keadaan, tetapi tetap berusaha, berikhtiar, dan bekerja keras sambil menyerahkan hasil akhirnya kepada Allah SWT. Dengan demikian, individu dapat lebih tenang dan tidak mudah terpuruk ketika menghadapi kegagalan atau tekanan hidup.
3. Bagi lembaga pendidikan dan lingkungan sosial, diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang pentingnya nilai-nilai spiritual, terutama tawakkal, dalam membentuk kesehatan mental dan ketahanan diri generasi muda. Nilai-nilai keagamaan yang dipadukan dengan pendekatan psikologis dapat membantu individu menghadapi tantangan kehidupan modern secara lebih bijaksana.
4. Bagi pembaca secara umum, penelitian ini diharapkan mampu menambah pemahaman bahwa ajaran Al-Qur'an, khususnya konsep tawakkal, memiliki relevansi yang sangat kuat terhadap kehidupan kontemporer. Tawakkal bukan hanya ajaran spiritual semata, tetapi juga dapat menjadi pedoman dalam menghadapi berbagai persoalan hidup, kecemasan, dan ketidakpastian terhadap masa depan.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan, baik dari segi sumber, pembahasan, maupun analisis. Oleh karena itu, penulis berharap adanya kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Danial Zainal. *Al-Qur'an for Life Excellence*. Jakarta Selatan: PT Mizan Publika, 2007.
- Abidin, Muhammad Zainal. "Tafsir Al-Misbah Dan Al-Maraghi Tentang Nilai-Nilai Pendidikan Yang Tekandung Dalam Surat Al-Kahfi Ayat 66-70 (Tafsir Al-Muqarin Tafsir Tafsir Al-Misbah & Al-Maraghi) Muhammad." *Saliha: Jurnal Pendidikan & Agama Islam* 70 (2021): 20–36.
- Adisti, Syavira, and Fakhrur Rozi. "Family Communication Experiences of Gen Z With Negative Inner Child In Relation To The Quarter Life Crisis Phase." *Journal Analytica Islamica*, 2025, 237.
- Adlini, Miza Nina, Anisya Hanifa Dinda, Sarah Yulinda, Octavia Chotimah, and Sauda Julia Merliyana. "Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka." *Edumaspul: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (2022): 974–80. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>.
- Adzkiah, Fida'. "Pengaruh Kelekatan Orang Tua Dan Kelekatan Teman Sebaya Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal," 2024, hlm 9.
- Afrilia, Devika Dian. "Hubungan Antara Religiusitas Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Walisongo Semarang," no. 8.5.2017 (2022): 2003–5.
- Agama, Kementerian RI. *Al-Qur'an Dan Tafsirnya Jilid 4*. Jakarta: Widya Cahaya, 2010.
- Aizid, Rizem. *Dua Pedang Pembela Nabi Muhammad SAW*. Yogyakarta: Diva Press, 2022.
- Al-Amin, Lukman Burhanudin, Halimatussa'diyah, and Hedhri Nadhiran. "Penafsiran Ahmad Musthafa Al-Maraghi Terhadap Q.S. Al-Ma'un Dan Relevansinya Dalam Pengentasan Kemiskinan" 32, no. 3 (2021): 167–86.
- Al-Bantani, Nawawi. "Marah Labih Jilid 1." Lebanon: Dar Al-Kittab Al-Ilmiyah,

1997.

Al-Baqi, Muhammad Fu'ad Abd. *Mu'jam Al-Mufahras Li Alfāz Al-Qur'an Al-Karīm*. Beirut: Dar al-Fikr, 1980.

Al-Farmawi, Abd al-Ḥayy. *Al-Bidāyah Fī Al-Tafsīr Al-Mawḍū'ī*. Terj. Rosihon Anwar, *Metode Tafsir Maudhu'i Dan Cara Penerapannya*, n.d.

Al-Ghazali. "Ihya' Ulumiddin (Zuhud, Cinta, & Kematian) Jilid 9." *Al-Ihya Ulumiddin*. Republika, 2019.

———. *Tawakkal Imam Al-Ghazali*. Bandung: Penerbit Marja, 2019.

Al-Ghazālī, Muhammad. *Naḥw Al-Tafsīr Al-Mawḍū'ī Li Suwār Al-Qur'an Al-Karīm*. Kairo: Dār al-Shurūq, 1968.

Al-jailani, Syekh Abdul Qadir. "Al-Ghuniyah Li Thâlib Tharîq Al-Haq." Lebanon: Dar Al-Kittab Al-Ilmiyah, 1997.

Al-Jauziyah, Ibnu Qayyim. *Madarijus Salikin. Pustaka Al-Kautsar*, 1999.

Al-Khalidi, Shalāh 'Abd Al-Fattāh. *At-Tafsīr Al-Maudhū'ī Bayna an-Nazariyyah Wa at-Taṭbīq*, 1996.

———. *At-Tafsīr Al-Maudhū'ī Bayna an-Nazariyyah Wa at-Taṭbīq*. Dar An-Nafaes, 1996.

Al-Khālidi, Shalāh 'Abd Al-Fattāh. *At-Tafsīr Al-Maudhū'ī Bayna an-Nazariyyah Wa at-Taṭbīq*. Dar An-Nafaes, 1996.

Al-Khalidi, Shalah 'Abd Al-Fattah. "Tafsir Al-Mawdhu'i Bayna Al-Nazhariyyah Wa Tathbiqi," 2012.

Al-Maraghi, Ahmad Musthafa. *Tafsir Al-Maraghi: Juz 2*, 1946.

———. "Tafsir Al-Maraghi Jilid 13," 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Juz 30*, 1946.

———. *Tarjamah Tafsir Al-Maraghi*. Yogyakarta: Sumber Ilmju, 1985.

Al-Maraghi, Ahmad Musthofa. *Tafsir Al-Maraghi*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 1*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 10*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 10*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 10*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 13*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 13*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 13*, 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 4*, 1946.

———. “Tafsir Al-Maraghi Jilid 4,” 1946.

Al-Maraghy, Ahmad Musthofa. “Tafsir Al-Maraghi Jilid 10,” 1946.

———. *Tafsir Al-Maraghi Jilid 28*. Pustaka Na. Jakarta, 1989.

———. “Tafsir Al-Maraghi Jilid I.” *Tafsir Al-Maraghy*. Mesir: Maktabah Musthafa Al-Babi Al-Halabi, 1365.

Al-Mubarakfuri, Shafiyurrahman. *Sirah Nabawiyah*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2012.

Al-Qardhawi, Yusuf. *Tawakal Dr Yusuf Al Qaradhawi*. Pustaka Al Kautsar, 1996.

Alsafy, Mohamed A.M., Hanan H. Abd-Elhafeez, Ahmed M. Rashwan, Atef Erasha, Safwat Ali, Samir A.A. El-Gendy, Karsten SaThierbach, et al. “Qalbun Salim: Sebagai Media Terapi Spiritual Dalam Menghadapi Depresi (Kajian Tafsir Tematik Ahmad Musthafa Al-Maraghi).” *Frontiers in Veterinary Science* 13, no. 1 (2025): 1–16.

Andaresta, Rika, and Erdina Indrawati. “Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecerdasan Emosi Terhadap Quater Life Crisis Pada Mahasiswa Pendidikan Administrasi Perkantoran Universitas Negeri Jakarta Penelitian Bertujuan

- Untuk Mengetahui Pengaruh Menggunakan Model Skala Likert . Pengolahan Dat.” *Ikra-ITH Humaniora : Jurnal Sosial Dan Humaniora* 9, no. 2 (2025): 149–54.
- Andi Iting, Muhammad Yusuf, and Hasyim Haddade. “Al Tawakkal Dalam Al Qur’an.” *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 6, no. 1 (2025): 1–15. <https://doi.org/10.55623/au.v6i1.380>.
- Anggara, Agnes. “Ekstremisme Perspektif Al Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Ibnu Katsir Dan Tafsir Al-Maraghi)” 32, no. 3 (2024): 167–86.
- Anwar, Muhammad Choirul. “Fenomena Quarter Life Crisis: Penyebab, Ciri, Dan Cara Mengatasinya.” *kompas.com*, 2022.
- Aprilia, Freya Darin, Azkia Rahma, and Dadan Firdaus. “Menanamkan Keyakinan Terhadap Qudrah Allah Sebagai Pondasi Keimanan Dalam Keluarga Muslim.” *Tashdiq: Jurnal Kajian Agama Dan Dakwah* 16, no. 1 (2025): 5. <https://doi.org/10.8734/Tashdiq.v1i2.365>.
- Arni, Jani. “Metode Penelitian Tafsir.” *Daulat Riau* 3, no. 1 (2013): 10–27. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>.
- As-Suburi, Muhammad Salim. *Tetaplah Tawakkal! Biarkan Takdir Menuntun Menuju Hidup Bahagia Dan Sederhana*. Diva Press, 2017.
- Ash Shalabi, Ali Muhammad. *Ketika Rasulullah Harus Berperang: Pelajaran, Ibrah, Dan Manfaat*. Jakarta: Pustaka Al Kautsar, 2020.
- Ashar, Salim, and Dian Erwanto. *Metodologi Penelitian Tafsir Al-Qur’an*. Yogyakarta: CV Bintang Semesta Media, 2023.
- Ayuni, Messi, and dkk. “Tafsir Maudhu’i (Tematik).” *At-Taklim : Jurnal Pendidikan Multidisiplin* 3 (2026): 8.
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir Jilid 2*. Jakarta: Gema Insani, 2013.
- Az Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al Munir Jilid 5 (Juz 9&10)*. Gema Insani. Vol. 9, 2013.

- Bakhtiar, Amsal. *Filsafat Ilmu*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2017.
- Bastoni, Hepi Andi. *Mengubah Kekalahan Menjadi Kemenangan: Belajar Dari Perang Uhud*. Sumatra: Pustaka Bustan, 2015.
- Bisri, Adib, and Munawwir A. Fattah. *Al-Bisri: Kamus Indonesia-Arab*, 1999.
- Elfausta, Safina Yasmin, and dkk. *Aku Yang Tertinggal Atau Dunia Yang Kejam: Telaah Peer-Pressure Dan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa*. Yogyakarta: Pena Muda Media, 2026.
- Faizah, Misbahul, and Syamsul Arifin. "Konsep Tawakkal Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan." *Putih: Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu Dan Hikmah* 8, No. 2 (2023): 10.
- Fatimah, Salsabila Nova, Ubaid Ridlo, and Fakhrizal. "Konsep Pembelajaran Ilmu Balaghah Perspektif Ahmad Mushthafa Al-Maraghi Dan Abdurrahman Habannakah: Analisis Komparatif." *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora* 1, no. 2 (2025): 530–38. <http://indojurnal.com/index.php/jisoh/article/view/474>.
- Fithrotin. "Metodologi Dan Karakteristik Penafsiran Ahmad Mustafa Al-Maraghi Dalam Kitab Tafsir Al-Maraghi (Kajian Atas Q.S. Hujurat Ayat: 9)." *Al-Furqan: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 1, no. Persaudaraan (2018): 107–20.
- Gati, Raka Sarinating. *Panduan Mengelola Ragam Overthinking*. Yogyakarta: Laksana, 2023.
- Gustami, and Khairil Anwar. "Konsep Pendidikan Islam Washathiyah Perspektif Tafsir Al-Maraghi Dan Al-Misbah (Studi Komparatif)." *Tashdiq: Jurnal Kajian Agama Dan Dakwah* 15, no. 2 (2025): 5.
- Hafarinto, Bagus, Selly Rahmayati, Salsabila Laurensia, Delvina Faulin, Alrefi Alrefi, and Minarsi Minarsi. "Pemahaman Terhadap Quarter Life Crisis Yang Terjadi Dimasa Perkembangan Dewasa Awal: Suatu Kajian Literatur." *Journal of Society Counseling* 2, no. 1 (2024): 1–13.

<https://doi.org/10.59388/josc.v2i1.431>.

Hamka. *Tafsir Al-Azhar Jilid 09*. Jakarta: Pustaka Nasional, 1989.

———. *Tafsir Al-Azhar Jilid 10*. Jakarta: Pustaka Nasional, 1989.

Haura Hanifah, Lathifa Salsabillah, Allisa Tazkia Fitri, Riska Mona Febriani, Rully Hidayatullah, and Harmonedi. “Landasan Teori, Penelitian Relevan, Kerangka Berpikir Dan Hipotesis Penelitian Pendidikan.” *Jurnal Ihsan Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 2 (2025): 391–404. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i2.989>.

Herawati, Icha, and Ahmad Hidayat. “Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal Di Pekanbaru.” *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 5, no. 2 (2020): 145–56. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036>.

Hidayat, Muhammad Nur, Asep Ahmad Fathurrohman, and Edi Komarudin. “Komparasi Tafsir Al-Manar Dan Tafsir Al-Maraghi Studi Corak Adabi Ijtima’i Dalam Merespons Modernitas.” *Lisyabab: Jurnal Studi Islam Dan Sosial* 6, no. 2 (2025): 2722–8096. <https://doi.org/10.58326/jurnallisyabab.v6i2.467>.

Hidayat, Rahmawati, and Musa Al-Kadzim. “Reaktualisasi Toleransi Beragama Surah Al-Kafirun (Telaah Perbandingan Tafsir Al-Mishbah Dan Tafsir Al-Maraghi.” *Tajdid* 21, no. 1 (2022): 26–52.

Idham, Afif Zuhdy. *Happiness Treadmill: Mengapa Lebih Banyak Tidak Selalu Lebih Baik*. Sumatera Barat: PT Mafy Media Literasi Indonesia, 2025.

Iqbal Mustofa, Muhamad, Laelati Dwina Apriani, and Zhilal Fajar Firdaus. “Manhaj Tafsir Al-Maraghi Karya Syekh Ahmad Mustafa Al-Maraghi : Analisis Metode Umum Dan Metode Khusus Tafsir Pada QS . At-Tahrim.” *Ta’wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur’an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 5, no. 2 (2024): 370–71.

Izzan, Ahmad, and Dindin Saepudin. *Tafsir Maudhu’i: Metode Praktis Penafsiran*

- Al-Qur'an*. Bandung: Humaniora Utama Press, 2022.
- . *Tafsir Maudhui: Metode Praktis Penafsiran Al-Qur'an*. Bandung: Humaniora Utama Press, 2022.
- J.J.G. Jansen. *Diskursus Tafsir Al-Qur'an Modern*. Yogyakarta: PT. Tiara Wacana Yogya, 1997.
- Jajim Fuadi, Dhwiya Sekar Kinasih, Nadia Amilatur R, Nandita Novia A, Ashari Mahfud, and Muslika Muslika. "Quarter Life Crisis 'Aku Ga Bisa Yura': Studi Fenomenologi Pada Mahasiswa Di Kota Semarang." *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 4 (2024): 308–17. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.823>.
- Jewellius Kistom, M. *Berdamai Dengan Quarter Life Crisis: Seni Menerima Segala Masalah, Menumbuhkan Bahagia, Dan Melanjutkan Hidup*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2023.
- Kanafi, Imam. *Ilmu Tasawuf: Penguatan Mental Spiritual Dan Akhlak*. Pekalongan: Penerbit NEM, 2020.
- Karpika I Puti, and Segel Ni Wayan Widiyani. "Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia." *Widyadari* 22, no. 2 (2021): 513–27. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>.
- Kementrian Agama. *Al-Qur'an Dan Tafsirnya Jilid 10*, n.d.
- Khasanah, Ana Maftuhatul, and Mohammad Fattah. "Pakaian Ideal Seorang Muslimah (Studi Komparatif Dalam Pentafsiran Surah Al-A ' Raf Ayat 26 Antara Kitab Tafsir Al-Maraghi Dan Tafsir Al-Azhar) The Ideal Dress of Muslimah (Comparative Study in the Interpretation of Surah Al-A ' Raf Verse 26 between Ta." *Penerbit UTHM* 2, no. 1 (2021): 21–32.
- Khoiriyah, Akhmad Sulthoni, and Muhamad Amrulloh. "Penafsiran Lafadz Rahmat Dalam Tafsir Al Maraghi." *Hamalatul Qur'an : Jurnal Ilmu Ilmu*

- Alqur'an* 5, no. 2 (2024): 356–63. <https://doi.org/10.37985/hq.v5i2.214>.
- Kumparan. “4 Cara Berserah Diri Kepada Allah Yang Tepat Menurut Islam,” 2023. <https://kumparan.com/berita-hari-ini/4-cara-berserah-diri-kepada-allah-swt-yang-tepat-menurut-islam-lzwRyprPRuq/full>.
- Martin, Laura. “Understanding the Quarter-Life Crisis in Community College Students.” *ProQuest LLC* 23, no. 45 (2016): 5–24.
- Masluchah, Luluk, Mufidah Wardatul, and Uti Lestari. “Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis” 6, no. 1 (2022): 61–74.
- Maturrochman, Ega, and Eli Masnawati. “Analisis Penerapan Metode Tafsir Al-Maraghi Terhadap Kemampuan Interpretasi Al-Qur'an.” *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan* 4, no. 2 (2024): 225–36. <https://doi.org/10.54437/irsyaduna.v4i2.1740>.
- Melati, Inka Sukma. “Quarter Life Crisis: Apa Penyebab Dan Solusinya Dilihat Dari Perspektif Psikologi?” *Inner: Journal of Psychological Research* 4, no. 1 (2019): 52–57.
- Meliani, Fitri, Edi Komarudin, and Asep Ahmad Fathurrohman. “Dialektika Tafsir Surah Al-Insyirah : Studi Komparatif Tafsir Al- Maraghi , Khawatir Asy- Sya ' Rawi , Dan Tafsir Al-Wasith.” *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 6, no. 3 (2025): 5.
- Muktia, Dinda Meilina, Fendi, Anis Ulfiyatin, and Muhammad Arwani Rofi'i. “Nilai-Nilai Etika Komunikasi Anak Dalam Maraghi Dan Tafsir Al-Azhar.” *Al-I'jaz: Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman* 6 (2024): 197–231.
- Muttaqin, Mohammad Izdiyan. *Rahasia Besar Struktur Al-Qur'an: Membaca Mushaf Dalam 7 Bagian Besar*. Depok, 2026.
- Nasional, Departemen Pendidikan. *Kamus Basaha Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa, 2008.

- Nasokah. "Tafsir Muqaran Ibnu Katsir Dan Al-Maraghi Q.S. Al-Isra: 1." *Paramurobi* 1, no. 2 (2018): 44–52. https://www.academia.edu/38228982/TAFSIR_MUQARAN_IBNU_KATSIR_DAN_AL_MARAGHIQ_S_AL_ISRA_1.
- Natsir, M., Abidin, and Muhammad Wajdi. *Fenomena Quarter Life Crisis*. Surakarta: CV Tahta Media Group, 2024.
- Nirwana, Andri. *Tafsir Tematik Al-Qur'an*. Banyumas: CV Pena Persada, 2016.
- . *Tafsir Tematik Al-Qur'an*. Banyumas: CV Pena Persada, 2019.
- Nora. *Untuk Kamu Yang Sedang Berada Di Quarter Life Crisis*. Yogyakarta: Yash Media, 2024.
- Nugsria, Athaya, Niken Titi Pratitis, Isrida Yul Arifiana, and Fakultas Psikologi. "Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal: Bagaimana Peranan Kecerdasan Emosi?" *Inner: Journal of Psychological Research* 3, no. 1 (2023): 1–10.
- Pambudi, Muhammad Sidiq, Sab'ati Mela Matsania, and Bimba Valid Fathony. "Keterkaitan Konsep Tawakal Dalam Islam Dan Filsafat Stoikisme: Sebuah Analisis Implementatif." *Canonia Religia* 3, no. 1 (2025): 49–62. <https://doi.org/10.30762/cr.v3i1.3139>.
- Parlina, Ika, Aam Abdussalam, and Tatang Hidayat. "Analisis Metode Tafsir Al Maraghi." *Zad Al Mufasssirin* 3, no. 2 (2021): 225–49.
- Psikologi, BEM Fakultas UNHAMKA. *Quarter Life Crisis*. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Prof Dr Hamka, 2022.
- Putri, Gerhana Nurhayati. *Quarter Life Crisis*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2019.
- Qorni, Muhammad Rifqi Waisul. "Silaturahmi Dalam Al-Qur'an (Studi Atas Kitab Tafsir Al-Maraghi Karya Ahmad Mustafa Al-Maraghi)," 2024, 30.
- Rachman, Arif. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 2024.

- Ratih, Karina Widia, Mulya Virgonita, and Iswindari Winta. "Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan Dan Peluang" 5, no. September (2024): 8186–93.
- Ratnasari, Desi, John Supriyanto, and Heni Indrayani. "Birul Walidain Dalam Tafsir Al-Maraghi (Studi Tafsir Tahlili Q.S. Al-Isra': 23)." *Al-Iklil: Jurnal Dirasah Al-Qur'an Dan Tafsir* 2, no. 1 (2024): 22–41.
- Ratnasari, Juni, and Siti Chodijah. "Kerusakan Lingkungan Menurut Sains Dan Ahmad Mustafa Al-Maraghi: Studi Tafsir Al-Maraghi Pada Surat Al-Rum Ayat 41, Al-Mulk Ayat 3-4 Dan Al- A'raf Ayat 56." *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 05, no. 01 (2020): 121–36. <https://doi.org/10.30868/at.v5i1>.
- Risnita, Sofwatillah, M. Syahran Jailani, and Deassy Arestya Saksitha. "Tehnik Analisis Data Kuantitatif Dan Kualitatif Dalam." *Journal Genta Mulia* 15, no. 2 (2024): 79–91. <https://ejournal.stkipbbm.ac.id/index.php/gm>.
- Robbins, Alexandra, and Abby Wilner. *Quarter Life Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenies*. Canada: PengumpuPutnam, 2001.
- Sari, Meilia Ayu Puspita. "Quarter Life Crisis Pada Kaum Gen Z." *Doctoral Dissertation*, 2021, 1–28. http://eprints.ums.ac.id/93077/2/NASKAH_PUBLIKASI.pdf.
- Sarosa, Samiaji. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Penerbit PT Kanisius, 2021.
- Saufa, Syifa Nur, Nida Ul Husna, Siti Shofiyah, Eni Zulaiha, and Wildan Taufiq. "Analisis Metode Khusus Tafsir Al-Maraghi Dalam Surat Ath-Thariq." *Al-Afkar: Journal for Islamic Studies* 8, no. 4 (2025): 2294–2308. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i4.1889.AL-AFKAR>.
- Setyawati, Cournita. "Pengaruh Tawakkal Terhadap Quarter Life Crisis Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Pada Program Studi Tasawuf Dan Psikoterapi IAIN Kediri" 32, no. 3 (2021): 167–86.

- Shihab, M. Quraish. *Kaidah Tafsir: Syarat, Ketentuan Dan Aturan Yang Patut Anda Ketahui Dalam Memahami Ayat-Ayat Al-Qur'an*. Tangerang: Penerbit Lentera Hati, 2013.
- . “Tafsir Al-Misbah Jakarta: Lentera Hati,” 2002, 352.
- Solihin, Muhammad, and Rosihon Anwar. *Ilmu Tasawuf*. Bandung: CV Pustaka Setia, 2022.
- Sukmana, Muhammad Azizan Fitriana, and Ahmad Syukron. “Relevansi Mindfulness Dalam Al-Qur ’ an Terhadap Fenomena Quarter Life Crisis.” *Revelatia: Jurnal Ilmu Al-Qur’andan Tafsir* 6 (2025). <https://doi.org/10.19105/revelatia.v6i1.18346>.
- Syifa’ussurur, Muhammad, Nurul Husna, M. Mustaqim, and Lukman Fahmi. “Menemukali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Sebuah Kajian Literatur.” *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 1 (2021): 53–64. <https://doi.org/10.5040/9781350366824.000000006>.
- Syifa’ussurur, Muhammad, Nurul Husna, M Mustaqim, and Lukman Fahmi. “Menemukeni Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: A Literature Study].” *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 1 (2021): 53–64. <https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.61>.
- Thohir, Muhammad. *Modul 4: Konsep Tawassuth, Tawazun Dan Tasamuh Dalam Al-Qur'an Dan Hdis*. Jakarta: Kementerian Agama RI, 2019.
- Tuasikal, Muhammad Abduh. *Takdir Allah Selalu Baik*. Yogyakarta: Rumaysho, 2024.
- Ulya, Risqo, and Hafizzullah. “Konsep Jihad Dalam Tafsir Al-Maraghi (Studi Tafsir Tematik Tentang Jihad Dalam QS. At-Taubah).” *Ishlah: Jurnal Ilmu Ushuluddin, Adab Dan Dakwah* 2, no. 2 (2020): 146–75.

<https://doi.org/10.32939/ishlah.v2i2.34>.

Undari Sulung, Mohamad Muspawi. “Memahami Sumber Data Penelitian: Primer, Sekunder, Dan Tersier.” *Jurnal Edu Research : Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)* 5, no. 2 (2024): 28–33.

Wigati, Ayu, and Muhammad Derry Pramuja. “Kelebihan Dan Kekurangan Serta Keempat Metode Tafsir (Al-Ijmali, At-Tahlili, Al Muqaran, Al-Maudhu’i).” *Kapalamada: Jurnal Multidisipliner* 3, no. 04 (2024): 5.

Zayadi, Achmad. *Menuju Islam Moderat*. Yogyakarta: Cantrik Pustaka, 2018.

Zubaidah, Ria, and Abdul Ghofur. “Analisis Tawakkal Dalam Al-Qur’an Terhadap Kesehatan Mental.” *Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran* 19, no. 1 (2024): 8.

