AL-KHABAR: Jurnal Ilmu Riwayah
Volume 2 Nomor 1 Agustus 2026
Email Jurnal : jurnalalkhabar@gmail.com
Website Jurnal : ejournal.stdiis.ac.id

Tarbiyah Nabawiyah dalam Pembinaan Resiliensi Mental Pemuda: Kajian Hadis Tematik atas Riwayat dalam Ṣaḥīḥayn terhadap Fenomena Generasi Stroberi

Azka Amalina
Prodi Ilmu Hadits
Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember
azka.amalina2023@gmail.com

Muhammad Nur Ihsan
Prodi Ilmu Hadits
Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember
mnurihsan04@gmail.com

ABSTRACT

The Strawberry Generation phenomenon describes young people who are creative yet fragile in the face of pressure, competition, and uncertainty, underscoring the need for a mental resilience framework rooted in Islamic values. This study aims to construct the values of Tarbiyah Nabawiyah in hadiths on fostering youth mental resilience and to analyze their relevance to this phenomenon. It employs qualitative library research with a thematic hadith approach (al-ḥadīth al-mawḍūʿī), preceded by takhrīj. The primary data comprise seven hadiths from Ṣaḥīḥ al-Bukhārī and Ṣaḥīḥ Muslim, supplemented by commentaries and resilience literature. Takhrīj shows that six hadiths are narrated by both al-Bukhārī and Muslim, and one by Muslim alone. Five are muttafaqun ʿalayh, narrated by both imams from the same Companion through chains converging at one narrator, while one is narrated from different Companions. One hadith is also recorded by al-Tirmidhī. Differences among the narrations are limited to closely related (mutaqāribah) variations in wording and narrative context, without altering the core meaning or affecting authenticity. Thematic analysis reveals a three-layered construct: self-control at critical moments, effort combined with reliance on God, and hope with theological meaning-making, representing response, action, and meaning. This construct is relevant to the Strawberry Generation's fragility under pressure, passivity, and low endurance in facing failure. The study recommends that educators, parents, and Islamic educational institutions adopt Tarbiyah Nabawiyah as a value-based framework for youth resilience, and that future research test it empirically.

Keywords: *Tarbiyah Nabawiyah; mental resilience; thematic hadith; Strawberry Generation; youth*

ABSTRAK

Fenomena Generasi Stroberi (*Strawberry Generation*) menggambarkan generasi muda yang kreatif tetapi rapuh dalam menghadapi tekanan, kompetisi, dan ketidakpastian, sehingga diperlukan kerangka pembinaan resiliensi mental yang berakar pada nilai keislaman. Penelitian ini bertujuan mengonstruksi nilai-nilai Tarbiyah Nabawiyah dalam hadis-hadis tentang pembinaan resiliensi mental pemuda serta menganalisis relevansinya terhadap fenomena tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan hadis tematik (*al-ḥadīth al-mawḍū ʿī*) yang didahului takhrij. Data primer berupa tujuh hadis dari *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* dan *Ṣaḥīḥ Muslim*, dilengkapi kitab syarah dan literatur resiliensi mental. Hasil takhrij menunjukkan bahwa enam hadis diriwayatkan oleh al-Bukhārī dan Muslim, dan satu hadis hanya oleh Muslim. Lima hadis berstatus *muttafaq ʿalaih* karena diriwayatkan kedua imam dari sahabat yang sama melalui sanad yang bertemu pada satu perawi, sedangkan satu hadis diriwayatkan dari sahabat yang berbeda. Salah satu hadis juga diriwayatkan oleh al-Tirmidhī. Perbedaan antarriwayat terbatas pada variasi redaksi dan latar kisah yang berdekatan (*mutaqāribah*), tanpa mengubah makna pokok maupun memengaruhi keshahihan hadis. Analisis tematik menghasilkan konstruksi tiga lapis, yaitu kendali diri pada titik kritis, ikhtiar-tawakal, dan harapan-pemaknaan teologis, yang merepresentasikan dimensi respons, tindakan, dan makna. Konstruksi ini relevan terhadap kerapuhan, kecenderungan pasif, dan rendahnya daya tahan menghadapi kegagalan pada Generasi Stroberi. Penelitian ini merekomendasikan pendidik, orang tua, dan lembaga pendidikan Islam menjadikan Tarbiyah Nabawiyah sebagai kerangka pembinaan resiliensi pemuda berbasis nilai keislaman, serta penelitian lanjutan mengujinya secara empiris.

Kata Kunci: Tarbiyah Nabawiyah; resiliensi mental; hadis tematik; Generasi Stroberi; pemuda

A. PENDAHULUAN

Pemuda merupakan aset penting bagi negara, bangsa, dan agama karena dipandang sebagai penerus yang membawa harapan, cita-cita, dan masa depan bangsa.[220] Secara

[220] Muhammad Idris, "Khotbah Jumat: Pentingnya Masa Muda Dalam Islam," accessed October 11, 2026, https://muslim.or.id/75414-khotbah-jumat-pentingnya-masa-muda-dalam-islam.html.

yuridis, UU No. 40 Tahun 2009 tentang Kepemudaan mendefinisikan pemuda sebagai warga negara berusia 16 sampai 30 tahun.[221] Daya nalar yang kritis dan cara pandang yang maju menjadi modal pemuda, sekaligus menempatkan mereka pada posisi strategis sebagai penerus kehidupan dan kepemimpinan di masa depan.[222] Karena itu, kesiapan mereka menjadi hal yang patut diperhatikan dalam menjaga keberlangsungan bangsa.[223]

Dalam perspektif islam, masa muda merupakan fase kekuatan, produktivitas, semangat belajar, dan pengembangan potensi diri. Perhatian Rasulullah ﷺ kepada pemuda tampak dari sabdanya tentang golongan yang mendapat naungan Allah di hari kiamat, salah satunya pemuda yang tumbuh besar dalam ketaatan kepada Rabbnya (HR. al-Bukhari No. 1423).[224] Perhatian itu juga tercermin dalam kepercayaan kepada para sahabat muda; Usamah bin Zaid raḍiyallāhu ‘anhu, misalnya, dipercaya memimpin pasukan menuju Syam meskipun terdapat sahabat senior di dalamnya.[225] Teladan ini menunjukkan bahwa kesiapan pemuda tidak ditentukan oleh bekal pengetahuan semata, melainkan juga oleh kematangan moral, spiritual, dan ketahanan mentalnya, sehingga pembinaan yang menumbuhkan tanggung jawab dan keteguhan menjadi penting. Namun, pemuda masa kini menghadapi tantangan dalam menghadapi tekanan dan kesulitan hidup, dan sebagian tantangan tersebut digambarkan melalui fenomena Generasi Stroberi (Strawberry Generation).[226]

Generasi Stroberi (*Strawberry Generation*) merupakan istilah yang dipopulerkan oleh Rhenald Kasali untuk menggambarkan generasi muda yang memiliki gagasan dan

[221] Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 40 Tahun 2009 tentang Kepemudaan, Pasal 1 angka 1.
[222] Misbahul Wani, “Pemuda Dalam Al-Qur’an Dan As-Sunnah: Pemuda Islam Yang Berkualitas Tidak Lepas Dari Pendidikan Orang Tua Yang Totalitas,” *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur’an dan al-Hadits* 13, no. 1 (June 2019): 71–94, https://doi.org/10.24042/al-dzikra.v13i1.2077.
[223] Salahuddin Al Asadullah and Nurhalin, “Peran Pendidikan Karakter dalam Membentuk Kemampuan Berfikir Kritis Generasi Muda Indonesia,” *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 1, no. 1 (March 2021): 12–24, https://doi.org/10.56633/kaisa.v1i1.202.
[224] Muhammad bin Ismail Abu Abdullah al-Bukhari, *Shahih Bukhari*, 1st ed, ed. Muhammad Zuhair bin Nasir al-Nasir, 9 vols. (n.p.: Dar Tuq al-Najah: Dar Tuq al-Najah, 1422).
[225] Syamsuddin Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad bin Utsman bin Qaimaz al-Dzahabi, *Siyar A’lam al-Nubala’*, 3rd ed (Beirut: Mu’assasah al-Risalah, 1985), 497 Jil.2.
[226] Rhenald Kasali, *Strawberry Generation: Anak-Anak Kita Berhak Keluar dari Perangkap yang Bisa Membuat Mereka Rapuh*, ed. Moh. Sidik Nugraha (Jakarta Selatan: Mizan, 2017).

kreativitas, tetapi cenderung mudah menyerah dan rentan mengalami tekanan emosional ketika menghadapi kesulitan.[227] Analogi buah stroberi digunakan karena tampilannya yang segar dan menarik, tetapi teksturnya rapuh dan mudah rusak begitu terkena gesekan sedikit saja.[228] Kondisi ini menjadi paradoks karena pemuda yang tumbuh di era digital memiliki akses informasi dan kemampuan teknologi yang baik, tetapi sebagian di antaranya digambarkan rentan dalam menghadapi kritik dan tekanan sosial.

Gambaran tersebut tercermin dalam kajian Musyorafah, Hasim, dan Faisal, "Representasi Gaya Hidup Generasi Stroberi pada Instagram."[229] Sementara itu, Hafidzi dan Salsabila mengidentifikasi tujuh karakteristiknya, yaitu kurang beretika, manja, kreatif, gemar bermalas-malasan, kurang fokus, bergantung pada gawai, dan menyukai tantangan. Karakteristik tersebut berkaitan dengan berbagai faktor, termasuk pendidikan, pembiasaan, serta perlakuan orang tua dan guru.[230] Rosmalina menegaskan bahwa orang tua dan pendidik berperan penting dalam membentuk generasi muda yang sehat mentalnya dan berakhlak, antara lain melalui pendidikan agama.[231] Dalam penelitian ini, Generasi Stroberi dipahami sebagai konsep sosial-populer untuk mengkaji tantangan pembinaan resiliensi mental pada sebagian generasi muda, bukan sebagai karakteristik yang berlaku bagi seluruh Generasi Z.

Urgensi penguatan daya tahan mental juga tampak pada data kesehatan mental remaja. Survei I-NAMHS terhadap remaja usia 10–17 tahun di Indonesia menemukan bahwa 5,5% mengalami gangguan mental selama setahun terakhir, dan 34,9%

[227] Kasali, *Strawberry Generation*, v.
[228] Syifa Mufida, Zaida Hayati, and Angger Sulistyarini, "Inteligensia Generasi Stroberi: Mewujudkan SDGs Berprinsip al-Muslimu al-Qawiyyu," *Proceeding of Conference on Strengthening Islamic Studies in The Digital Era* 3, no. 1 (2023): 419–36.
[229] Musyorafah, Muhammad Hasyim, and Andi Faisal, "Representasi Gaya Hidup Generasi Stroberi pada Instagram," *Jurnal Ilmiah Global Education* 4, no. 3 (September 2023): 1717–30, https://doi.org/10.55681/jige.v4i3.1208.
[230] Dinta Hafidzi and Unik Hanifah Salsabila, "Karakteristik Strawberry Generation Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam," *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10, no. 1 (March 2025): Hal. 500, https://doi.org/10.23969/jp.v10i01.23248.
[231] Asriyanti Rosmalina, "Urgensi Pendidikan Kesehatan Mental secara Islami pada Remaja di Era Digital," *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 7, no. 1 (August 2024): Hal. 51, https://doi.org/10.24235/prophetic.v7i1.18384.

menunjukkan gejala gangguan mental meski belum memenuhi kriteria diagnosis.[232] Data ini berasal dari kelompok remaja sehingga tidak dapat digeneralisasi kepada seluruh pemuda (16–30 tahun), karena kedua rentang usia hanya beririsan pada usia 16–17 tahun. Meskipun demikian, temuan ini layak dicermati sebagai sinyal pentingnya penguatan ketahanan mental sebelum seseorang memasuki fase pemuda yang menuntut kemandirian lebih besar.

Dalam konteks tersebut, resiliensi menjadi aspek penting dalam pembinaan generasi muda. Dalam kajian kesehatan mental remaja, resiliensi antara lain dipahami sebagai kemampuan menghadapi atau mengatasi tekanan akibat kesulitan atau adversitas. [233] Anderson dan Priebe memandang resiliensi sebagai proses yang tumbuh seiring waktu, bukan ciri bawaan individu.[234] Pandangan ini menjadi dasar pentingnya pembinaan agar pemuda tidak sekadar bertahan menghadapi tekanan, tetapi juga mampu menanggapinya secara positif.

Dalam perspektif Islam, pendidikan karakter tidak hanya berorientasi pada penyampaian pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan akhlak berdasarkan nilai-nilai yang diajarkan oleh Nabi Muhammad ﷺ.[235] Pendidikan dalam Islam dikenal melalui istilah al-tarbiyah, yakni pembinaan yang terarah dan sistematis dalam membimbing serta mengembangkan individu secara menyeluruh, baik secara fisik maupun spiritual.[236]

[232] Amirah Ellyza Wahdi, Siswanto Agus Wilopo, dan Holly Elizabeth Erskine, "The Prevalence of Adolescent Mental Disorders in Indonesia: An Analysis of Indonesia–National Mental Health Survey (I-NAMHS)," abstrak poster no. 122, *Journal of Adolescent Health* 72, no. 3, suplemen (Maret 2023): S70, https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.11.143.
[233] Fatqurhohman, Haerul Syam, and Fathul Niam, "Kesehatan Mental Remaja: Tantangan Psikososial, Determinan, Dan Strategi Penguatan Resiliensi Di Era Modern," *JIWARA: Jurnal Psikologi, Kesehatan, Dan Olahraga* 1, no. 2 (July 2026): Hal. 101, https://doi.org/10.66031/jiwara.v1i2.593.
[234] Kimberley Anderson and Stefan Priebe, "Concepts of Resilience in Adolescent Mental Health Research," *Journal of Adolescent Health* 69, no. 5 (November 2021): 689–95, https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.03.035.
[235] Muhammad Agung Raharjo, La Ode Ismail Ahmad, and Abdul Rahman Sakka, "Pendidikan Karakter dalam Perspektif Hadis: Tantangan Pendidikan Modern," *Al-Mustaqbal: Jurnal Agama Islam* 2, no. 1 (January 2025): Hal.2-3, https://doi.org/10.59841/al-mustaqbal.v2i1.42.
[236]Nestiya and Muhid, "Peran Pendidikan Karakter Berbasis Hadits di Wilayah Madrasah," *Tarbiyah: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 2, no. 1 (February 2025): 55–71.

Rasulullah ﷺ merupakan teladan utama dalam pembinaan akhlak, sebagaimana tampak pada ayat berikut:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِيْ رَسُوْلِ اللّٰهِ اُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَنْ كَانَ يَرْجُوا اللّٰهَ وَالْيَوْمَ الْاٰخِرَ وَذَكَرَ اللّٰهَ كَثِيْرًا ﴿٢١﴾

"Sungguh, pada (diri) Rasulullah benar-benar ada suri teladan yang baik bagimu, (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari Kiamat serta yang banyak mengingat Allah".[237]

Ayat ini dipahami sebagai landasan bahwa seluruh perjalanan hidup Rasulullah ﷺ merupakan model pendidikan moral yang utuh, dengan nilai keimanan yang diwujudkan dalam perilaku sosial dan spiritual. Karena itu, hadis-hadis Nabi perlu dikaji untuk menelusuri prinsip Tarbiyah Nabawiyah yang relevan dengan pembinaan resiliensi mental pemuda. Melalui kajian hadis tematik, penelitian ini mengidentifikasi tuntunan Nabi ﷺ yang relevan dalam menghadapi tantangan kehidupan, termasuk fenomena Generasi Stroberi.

Penelitian terdahulu telah mengkaji fenomena Generasi Stroberi, pendidikan agama Islam, maupun interpretasi hadis dalam konteks kesehatan mental, dengan fokus yang berbeda. Siregar dkk., melalui kajian pemikiran Nashih Ulwan, merumuskan empat model pengasuhan Islami untuk memperkuat karakter remaja stroberi, yaitu keteladanan, nasihat, pengawasan, dan pembiasaan, tetapi berfokus pada pengasuhan keluarga, bukan kajian hadis tematik.[238] Hafidzi dan Salsabila menawarkan penguatan akhlak dan pembelajaran aktif melalui perspektif Pendidikan Agama Islam, tetapi belum menjadikan analisis hadis tematik sebagai landasan utama.[239] Khairanis dan Aldi mengkaji hadis-hadis kesehatan mental dari Ṣaḥīḥ al-Bukhārī dan Ṣaḥīḥ Muslim melalui pendekatan tematik dan hermeneutika psikologi Islam dengan menyoroti iman, sabar, tawakal, doa, dan zikir sebagai strategi koping spiritual, tetapi berfokus pada stres dan kecemasan secara umum,

[237] QS. Al-Ahzab (33): 21
[238] Aulia Putri Siregar, "Terapi Pola Asuh Islam Dalam Memperkuat Karakter Remaja Stroberi (Strawberry Generation)," *Al-Murabbi Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 1 (March 2023): 48–64, https://doi.org/10.62086/al-murabbi.v1i1.130.
[239] Hafidzi and Salsabila, "Karakteristik Strawberry Generation."

belum dikaitkan dengan kerentanan mental khas Generasi Stroberi maupun direkonstruksi ke dalam kerangka tarbiyah nabawiyah.[240]

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut, masih terdapat ruang kajian untuk menghubungkan analisis hadis tematik dengan pembinaan resiliensi mental pemuda melalui kerangka Tarbiyah Nabawiyah, khususnya dalam konteks fenomena Generasi Stroberi. Penelitian ini mengisi ruang tersebut melalui penghimpunan hadis yang relevan, takhrij sumber, verifikasi redaksi, perbandingan riwayat, serta analisis makna melalui kitab-kitab syarah. Nilai-nilai yang diperoleh kemudian dikonstruksi dan dikaji relevansinya dalam pembinaan resiliensi mental pemuda. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada konstruksi nilai Tarbiyah Nabawiyah berdasarkan kajian hadis tematik dan kontekstualisasinya terhadap fenomena Generasi Stroberi, bukan semata-mata pada pembahasan hadis tentang kesehatan mental. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian hadis dan pendidikan Islam, khususnya dalam memahami relevansi hadis sebagai sumber nilai pendidikan untuk menghadapi persoalan kontemporer.

Bertolak dari celah kajian tersebut, penelitian ini menjawab dua pertanyaan: (1) bagaimana konstruksi nilai-nilai Tarbiyah Nabawiyah dalam hadis yang relevan dengan pembinaan resiliensi mental pemuda, dan (2) bagaimana nilai-nilai itu dapat menjawab persoalan yang tergambar dalam fenomena Generasi Stroberi. Penelitian ini bertujuan mengonstruksi nilai-nilai Tarbiyah Nabawiyah berdasarkan analisis hadis tematik dan menganalisis relevansinya dalam pembinaan resiliensi mental pemuda, khususnya dalam konteks fenomena Generasi Stroberi.

B. METODE PENELITIAN

[240] Retisfa Khairanis and Muhammad Aldi, "Interpretasi Makna Hadits-Hadits Kesehatan Mental dalam Mengatasi Stres dan Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam," *Journal Central Publisher* 2, no. 2 (April 2025): 1637–47, https://doi.org/10.60145/jcp.v2i2.347.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*) dan metode hadis tematik (*al-ḥadīth al-mawḍū'ī*). Sumber data primer adalah hadis dalam *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (tahqiq Muḥammad Zuhayr ibn Nāṣir al-Nāṣir, Dār Ṭawq al-Najāh, cet. 1, 1422 H, 9 juz) dan *Ṣaḥīḥ Muslim* (tahqiq Muḥammad Fuʾād ʿAbd al-Bāqī, ʿĪsā al-Bābī al-Ḥalabī, Kairo, 1374 H/1955 M, 5 juz). Penomoran hadis pada kedua kitab mengacu pada sistem Fuʾād ʿAbd al-Bāqī. Karena para ulama mengakui kesahihan hadis keduanya secara umum, penelitian ini tidak menguji ulang kualitas sanad, tetapi berfokus pada takhrij sumber, verifikasi redaksi, dan perbandingan riwayat.

Data sekunder berasal dari kitab syarah dan literatur ilmiah. Kitab syarah yang digunakan adalah *Fatḥ al-Bārī* karya Ibn Ḥajar al-ʿAsqalānī (al-Maktabah al-Salafiyyah, Mesir, cet. 1, 1380–1390 H, 13 juz beserta *Hady al-Sārī*), *ʿUmdat al-Qārī* karya Badr al-Dīn al-ʿAynī (Idārat al-Ṭibāʿah al-Munīriyyah, 25 juz), dan *al-Minhāj Sharḥ Ṣaḥīḥ Muslim* karya al-Nawawī (Dār Iḥyāʾ al-Turāth al-ʿArabī, Beirut, cet. 2, 1392 H, 18 juz). Literatur ilmiah berupa buku dan artikel jurnal tentang Tarbiyah Nabawiyah, resiliensi mental, dan fenomena Generasi Stroberi.

Peneliti menelusuri kedua kitab dengan kata kunci seperti *ṣabr*, *tawakkul*, dan *ḥusn al-ẓann bi Allāh* beserta istilah sejenis. Hadis yang membahas sikap menghadapi kesulitan, cobaan, dan tantangan hidup diseleksi secara purposif hingga diperoleh tujuh hadis. Pembatasan ini tidak bertujuan menginventarisasi seluruh hadis ketahanan mental dalam *Ṣaḥīḥain*, karena penelitian ini bersifat konseptual untuk mengonstruksi nilai Tarbiyah Nabawiyah. Kriteria pemilihannya ada empat: (1) diriwayatkan oleh al-Bukhārī atau Muslim; (2) memuat tuntunan menghadapi kesulitan, tekanan, atau ujian secara jelas; (3) dijelaskan dalam syarah rujukan utama, yaitu *Fatḥ al-Bārī* dan *ʿUmdat al-Qārī* untuk riwayat al-Bukhārī serta *al-Minhāj* untuk riwayat Muslim; dan (4) memuat nilai yang berbeda sehingga tidak ada pengulangan. Ketujuh hadis terhimpun dalam tiga klaster nilai: kendali diri, ikhtiar-tawakal, serta harapan dan pemaknaan teologis. Hadis tersebut berlaku umum bagi setiap mukmin; keterkaitannya dengan pemuda dibangun pada tahap kontekstualisasi.

Ketujuh hadis diproses melalui tiga prosedur. *Pertama*, takhrij dan identifikasi sumber: setiap hadis ditelusuri pada sumber primernya dengan mencantumkan kitab, bab, dan nomor hadis (untuk *Ṣaḥīḥ Muslim* digunakan nomor bersambung), disertai keterangan apakah hadis diriwayatkan oleh al-Bukhārī saja, Muslim saja, atau keduanya. *Kedua*, verifikasi redaksi: teks hadis dikutip langsung dari kedua kitab sumber pada edisi di atas, bukan dari literatur sekunder, sedangkan syarah dan literatur lain digunakan untuk memahami makna. *Ketiga*, perbandingan riwayat: untuk hadis yang diriwayatkan al-Bukhārī dan Muslim, kedua redaksi dibandingkan; jika terdapat perbedaan lafaz, perbedaan itu ditunjukkan dan dijelaskan apakah memengaruhi pemahaman atau hanya variasi redaksional. Hasil takhrij dan perbandingan disajikan langsung di bawah setiap hadis pada bagian Hasil dan Pembahasan.

Analisis data dilakukan dalam lima tahap: (1) inventarisasi, takhrij, dan verifikasi redaksi; (2) perbandingan riwayat al-Bukhārī dan Muslim; (3) kategorisasi tematik untuk mengidentifikasi keterkaitan makna antarhadis; (4) analisis syarah untuk memahami makna hadis dan menyaring nilai Tarbiyah Nabawiyah yang berkaitan dengan resiliensi mental; dan (5) kontekstualisasi nilai tersebut bagi pembinaan resiliensi mental pemuda dalam merespons fenomena Generasi Stroberi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Peta Hadis tentang Pembinaan Resiliensi Mental Pemuda

Penelitian ini mengidentifikasi tujuh hadis dari *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* dan *Ṣaḥīḥ Muslim* yang relevan dengan pembinaan resiliensi mental pemuda. Hadis-hadis tersebut memuat tuntunan Nabi ﷺ dalam menghadapi situasi sulit: respons awal ketika tertimpa musibah, doa saat kesusahan (*al-karb*), pengendalian diri ketika marah, tawakal, berbaik sangka kepada Allah, kesungguhan melakukan hal bermanfaat, dan pemaknaan musibah sebagai penghapus dosa. Setiap hadis dianalisis untuk menguraikan kandungannya, mengidentifikasi nilai Tarbiyah Nabawiyah berdasarkan syarah, dan mengkaji relevansinya bagi pembinaan resiliensi pemuda. Pemetaan awal disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Pemetaan Nilai Tarbiyah Nabawiyah dalam Tujuh Hadis tentang Resiliensi Mental.

No.	Tema Utama Hadis	Nilai Tarbiyah Nabawiyah	Arah Pembinaan
1	Sabar pada benturan pertama musibah	Kesabaran	Mengendalikan respons ketika Menghadapi guncangan awal
2	Doa ketika *al-karb*	Doa dan orientasi spiritual	Mengarahkan hati kepada Allah ketika mengalami kesusahan
3	Mengendalikan diri ketika marah	Pengendalian diri *(ḍabṭ al-nafs)*	Menguasai respons terhadap dorongan marah
4	Tawakal	Tawakal kepada Allah	Menyerahkan hasil kepa Allah, meneguhkan ketergantungan kepada Allah dan tidak menggantungkan hati kepada selain-Nya.
5	*Ḥusn al-ẓann* kepada Allah	Husnuzan kepada Allah	Memelihara harapan kepada Allah
6	Bersungguh-sungguh meraih hal yang bermanfaat	Ikhtiar dan memohon pertolongan Allah	Mengambil tindakan yang bermanfaat serta menerima ketetapan Allah

7	Musibah sebagai penghapus dosa	Pemaknaan teologis terhadap musibah	Memahami kesulitan dalam perspektif keimanan

2. Nilai-Nilai Tarbiyah Nabawiyah dalam Hadis

Hadis 1: Sabar pada Benturan Pertama Musibah

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: مَرَّ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِامْرَأَةٍ تَبْكِي عِنْدَ قَبْرٍ، فَقَالَ: «اتَّقِي اللَّهَ وَاصْبِرِي». قَالَتْ: إِلَيْكَ عَنِّي، فَإِنَّكَ لَمْ تُصَبْ بِمُصِيبَتِي، وَلَمْ تَعْرِفْهُ، فَقِيلَ لَهَا: إِنَّهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَأَتَتْ بَابَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَلَمْ تَجِدْ عِنْدَهُ بَوَّابِينَ، فَقَالَتْ: لَمْ أَعْرِفْكَ، فَقَالَ: «إِنَّمَا الصَّبْرُ عِنْدَ الصَّدْمَةِ الْأُولَى».

Dari Anas bin Mālik radhiyallāhu ‘anhu, ia berkata: Nabi Muhammad ﷺ melintasi seorang perempuan yang sedang menangis di dekat kuburan, beliau bersabda, “Bertakwalah kepada Allah dan bersabarlah.” Perempuan itu menjawab, “Menjauhlah dariku, sungguh engkau tidak tertimpa musibah seperti yang menimpaku,” sedangkan ia tidak mengenali beliau. Lalu disampaikan kepadanya bahwa itu adalah Nabi ﷺ. Ia pun mendatangi rumah Nabi ﷺ namun tidak mendapati penjaga di sana, lalu berkata, “Aku tidak mengenalimu.” Lalu beliau berkata, “Sesungguhnya kesabaran itu pada benturan pertama.”[241]

Hadis ini diriwayatkan oleh al-Bukhārī dari Anas bin Mālik dalam *Kitāb al-Janā’iz*, Bāb Ziyārat al-Qubūr, no. 1283, jil. 2, hlm. 79, melalui jalur Ādam–Shuʿbah–Thābit–Anas.[242] Muslim juga meriwayatkannya dalam *Kitāb al-Janā’iz*, Bāb al-Ṣabr ʿalā al-Muṣībah ʿinda Awwal al-Ṣadmah, no. 926, jil. 2, hlm. 637, melalui jalur Muḥammad ibn Bashshār–Muḥammad ibn Jaʿfar–Shuʿbah–Thābit–Anas, dengan redaksi yang hanya memuat sabda *Al-ṣabru ʿinda al-ṣadmah al-ūlā* tanpa kisah dan lafaz *innamā*.[243] Kedua jalur bertemu pada Shuʿbah dari Thābit, sehingga hadis ini berstatus *muttafaq ʿalaih*. Adapun al-Nawawī menyebutkan riwayat Muslim lainnya yang memuat kisah serupa dengan lafaz *innamā*,

[241] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 79, jil. 2, Bab Ziarah Kubur, no. 1283.
[242] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 79, jil. 2, Kitāb al-Janāʾiz, Bāb Ziyārat al-Qubūr, no. 1283.
[243] Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairi al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, ed. Muhammad Fuad Abdul Baqi (Kairo: Mathba’ah Isa al-Babi al-Halabi wa Syurakah, 1955), h. 637, jil. 2, Kitāb al-Janāʾiz, Bāb fī al-Ṣabr ʿalā al-Muṣībah ʿinda Awwal al-Ṣadmah, no. 926.

disertai keterangan bahwa perempuan tersebut menangisi anaknya (*ʿalā ṣabiyy lahā*), bukan secara khusus disebut menangis di dekat kuburan sebagaimana dalam riwayat al-Bukhārī.[244] Perbedaan ini berupa variasi redaksi dan latar kisah, dan tidak mengubah makna pokok hadis.

Al-Bughā menjelaskan bahwa *al-ṣadmah al-ūlā* adalah kejutan pertama ketika musibah datang tiba-tiba dan mengguncang hati.[245] l-Nawawī menerangkan bahwa sabar pada saat itu adalah kesabaran yang sempurna dan berpahala besar karena beratnya kesulitan.[246]Jadi, sabar dalam hadis ini bukan sekadar menunggu kesedihan reda, melainkan kemampuan menjaga respons ketika pertama kali menghadapi keadaan yang mengguncang, agar tekanan awal tidak menjadi dasar bertindak secara tidak terkendali. Temuan ini sejalan dengan kajian Taha dan Hakim bahwa musibah harus dihadapi dengan kesabaran, keteguhan hati, dan pengendalian diri disertai doa, sehingga sabar menjadi respons utama yang diajarkan hadis ketika menghadapi kesulitan,[247] serta dengan penelitian Ernadewita, Rosdialena, dan Yummi Deswita bahwa sabar bukan sikap pasif, melainkan proses pembinaan karakter yang mencakup keteguhan dalam ketaatan, pengendalian diri dari maksiat, dan ketangguhan menghadapi ujian, sehingga membentuk pribadi resilien yang berorientasi pada kebahagiaan dunia akhirat.[248]

Dengan demikian, Tarbiyah Nabawiyah membina kesabaran sejak guncangan awal. Nabi ﷺ menasihati dengan kalimat singkat, tidak membalas penolakan perempuan itu, dan menerimanya ketika ia datang dengan penyesalan. Sabar di sini bukan larangan menangis, melainkan pengarahan agar reaksi pertama tidak melampaui

[244] Abu Zakariya Muhyiddin Yahya bin Syaraf al-Nawawi, *Al-Minhaj Syarah Shahih Muslim bin al-Hajjaj*, 2nd ed (Beirut: Dar Ihya al-Turats al-Arabi, 1392), h. 227,jil. 6.
[245] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 79, jil. 2, Bab Ziarah Kubur, no. 1283.
[246] al-Nawawi, *Al-Minhaj Syarah Shahih Muslim bin al-Hajjaj*, 227, jil. 6, no. 926.
[247] Suci Rahmawati Taha and Ridwan Hakim, "Studi Analisis Matan Hadis tentang Penguatan Jiwa dalam Menghadapi Musibah," *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 11, no. 2 (June 2026): 407–24, https://doi.org/10.23969/jp.v11i02.52223.
[248] Ernadewita, Rosdialena, and Yummi Deswita, "Sabar Sebagai Terapi Kesehatan Mental," *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat* 2, no. 2 (2019): Hal. 51, https://doi.org/10.31869/jkpu.v2i1.1914.

batas. Bagi pemuda, nilai ini mengarahkan agar tidak terburu-buru bertindak bertentangan dengan tuntunan agama dan, dari aspek kesehatan mental, membantu membentuk perilaku positif sehari-hari.[249] Bagi orang tua dan pendidik, hadis ini menjadi pegangan untuk menegur dengan tenang dan menerima kembali peserta didik yang menyadari kekeliruannya.

Hadis 2: Doa ketika Mengalami kesusahan (*Al-Karb*)

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَدْعُو عِنْدَ الكَرْبِ يَقُولُ: «لاَ إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ العَظِيمُ الحَلِيمُ، لاَ إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ، وَرَبُّ العَرْشِ العَظِيمِ.

Dari Ibn ‘Abbās radhiyallāhu ‘anhumā, ia berkata bahwa Nabi Muhammad ﷺ berdoa ketika mengalami kesusahan dengan membaca, “Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Allah Yang Mahaagung lagi Maha Penyantun. Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Allah, Tuhan langit dan bumi, serta Tuhan ‘Arsy yang agung.”[250]

Al-Bukhārī meriwayatkan hadis ini dari Ibn ʿAbbās dalam Kitāb al-Daʿawāt, Bāb al-Duʿāʾ ʿinda al-Karb, no. 6345, jil. 8, hlm. 75, melalui jalur Muslim ibn Ibrāhīm–Hishām–Qatādah–Abū al-ʿĀliyah–Ibn ʿAbbās. Muslim meriwayatkannya dalam Kitāb al-Dhikr wa al-Duʿāʾ wa al-Tawbah, Bāb Duʿāʾ al-Karb, no. 2730, jil. 4, hlm. 2092, melalui jalur Muʿādh ibn Hishām–ayahnya (Hishām)–Qatādah–Abū al-ʿĀliyah–Ibn ʿAbbās.[251] Kedua riwayat bertemu pada Hishām dari Qatādah, sehingga hadis ini muttafaq ʿalaih. Riwayat Muslim menambahkan kalimat *lā ilāha illā Allāh rabb al-ʿarsh al-ʿaẓīm*, menyebut *rabb* sebelum *al-arḍ*, dan menutup dengan *al-karīm*, sedangkan al-Bukhārī menutup dengan *al-ʿaẓīm*. Perbedaan ini merupakan variasi redaksi yang tidak mengubah substansi doa.

Ibn Ḥajar menjelaskan bahwa *al-karb* adalah kesusahan yang membebani seseorang dan menimbulkan kesedihan. Doa Nabi ﷺ pada keadaan itu mengajarkan

[249] Ernadewita, Rosdialena, and Deswita, “Sabar Sebagai Terapi Kesehatan Mental,” Hal. 58.
[250] Bukhari, *Shahih Bukhari*, h. 75, jil. 8, Kitāb al-Daʿawāt, Bāb al-Duʿāʾ ʿinda al-Karb, no. 6345.
[251] al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, h. 2092, jil. 4, Kitāb al-Dhikr wa al-Duʿāʾ wa al-Tawbah, Bāb Duʿāʾ al-Karb, no. 2730.

hamba untuk mengingat keagungan Allah, mengesakan-Nya, dan mengarahkan hati kepada-Nya.[252] Doa menjadi sarana meneguhkan kesadaran bahwa Allah adalah tempat bergantung dan memohon pertolongan, bukan sekadar pelampiasan emosi. [253] Pesan ini selaras dengan firman Allah SWT:

وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُوْنِيْٓ اَسْتَجِبْ لَكُمْۗ

"Dan Tuhanmu berfirman, 'Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu".[254]

Dalam pembinaan resiliensi, pola ini memperkuat orientasi spiritual ketika individu menghadapi tekanan yang sulit dikendalikan secara langsung. Doa menenangkan, mengurangi kecemasan dan kekhawatiran berlebihan, serta menumbuhkan optimisme dan ketangguhan menghadapi tantangan hidup.[255] Berdoa juga merupakan adab hamba kepada Penciptanya, karena manusia senantiasa bergantung pada pertolongan Allah.[256]

Dengan demikian, hadis ini menunjukkan bahwa pada saat kesusahan, hati diarahkan kepada Allah sebelum kepada permohonan apa pun. Doa Nabi ﷺ dibuka dengan pengesaan dan pengagungan Allah, sehingga beban yang menekan ditempatkan di bawah kebesaran-Nya. Nilai Tarbiyah Nabawiyah yang dapat diambil adalah pembiasaan zikir dan doa sebagai cara menyalurkan tekanan, bukan melampiaskannya.

Hadis 3: Pengendalian Diri ketika Marah

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الغَضَبِ» .

[252] Ahmad bin Ali bin Hajar al-Asqalani, *Fath al-Bari bi Syarh al-Bukhari*, 1st ed, ed. Muhibb al-Din al-Khatib (Kairo: al-Maktabah al-Salafiyyah, 1380), 145,jil.11.
[253] Zhila Jannati and Muhammad Randicha Hamandia, "Konsep Doa dalam Perspektif Islam," *Jurnal Komunikasi Islam dan Kehumasan (JKPI)* 6, no. 1 (June 2022): 36–48, https://doi.org/10.19109/jkpi.v6i1.12955.
[254] QS. Gafir (40): 60
[255] Jannati and Hamandia, "Konsep Doa dalam Perspektif Islam."
[256] Samsidar Samsidar, "Doa Sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam," *Al-Din: Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan* 6, no. 2 (December 2020), https://doi.org/10.35673/ajdsk.v6i2.1132.

Dari Abū Hurairah radhiyallāhu ‘anhu, Rasulullah ﷺ bersabda, “Bukanlah orang kuat itu yang menang dalam bergulat, tetapi orang yang kuat adalah orang yang mampu mengendalikan dirinya ketika marah.”[257]

Al-Bukhārī meriwayatkan hadis ini dari Abū Hurayrah dalam Kitāb al-Adab, Bāb al-Ḥadhar min al-Ghaḍab, no. 6114, jil. 8, hlm. 28, melalui jalur ʿAbd Allāh ibn Yūsuf–Mālik–Ibn Shihāb–Saʿīd ibn al-Musayyab–Abū Hurayrah. Muslim meriwayatkannya dalam Kitāb al-Birr wa al-Ṣilah wa al-Ādāb, Bāb Faḍl man Yamliku Nafsahu ʿinda al-Ghaḍab, no. 2609, jil. 4, hlm. 2014, melalui jalur Yaḥyā ibn Yaḥyā dan ʿAbd al-Aʿlā ibn Ḥammād–Mālik–Ibn Shihāb–Saʿīd ibn al-Musayyab–Abū Hurayrah.[258] Kedua riwayat bertemu pada Mālik dari Ibn Shihāb, sehingga hadis ini muttafaq ʿalaih. Redaksi kedua riwayat sama.

Al-Bughā menjelaskan *yamliku nafsahu* sebagai kemampuan menahan diri ketika marah sehingga seseorang tidak mengikuti dorongan emosinya.[259] ʿAynī menambahkan bahwa kekuatan yang dimaksud bukan kekuatan fisik semata, melainkan kemampuan mengelola diri saat dorongan marah timbul.[260]

Tarbiyah Nabawiyah dengan demikian menempatkan pengendalian diri sebagai ukuran kekuatan yang hakiki, bukan otot atau kemenangan atas lawan. Bagi pemuda, nilai ini menjadi dasar pelatihan regulasi emosi: mengakui emosi yang muncul tanpa membiarkannya mengendalikan perilaku. Perumpamaan yang dekat dengan kehidupan sahabat juga menjadi teladan bagi orang tua dan pendidik dalam membimbing pemuda secara bijak dan kontekstual. Temuan ini sejalan dengan kajian Alfaiz, Nujanah, dan Qodim yang memandang kemampuan menahan amarah sebagai pengendalian diri, yaitu daya mengarahkan tingkah laku secara tertata dan terkendali agar membawa

[257] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 28,jil. 8, hadis no. 6114.
[258] al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, h. 2014, jil. 4, Kitāb al-Birr wa al-Ṣilah wa al-Ādāb, Bāb Faḍl man Yamliku Nafsahu ʿinda al-Ghaḍab, no. 2609.
[259] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 28,jil.8.
[260] Badruddin Abu Muhammad Mahmud bin Ahmad al-Aini, *Umdat al-Qari Syarah Shahih al-Bukhari* (Mesir: al-Maktabah al-Muniriyah, t.t.), 163,jil.22.

konsekuensi positif.[261] Hadis ini tidak menuntut ketiadaan amarah, tetapi kemampuan menahannya, yang perlu dibiasakan melalui latihan berulang setiap hari.

Hadis 4: Meneguhkan Sikap Tawakal kepada Allah

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: يَدْخُلُ الجَنَّةَ مِنْ أُمَّتِي سَبْعُونَ أَلْفًا بِغَيْرِ حِسَابٍ، هُمُ الَّذِينَ لاَ يَسْتَرْقُونَ، وَلاَ يَتَطَيَّرُونَ، وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ.[٢٦٢]

Dari Ibn 'Abbās radhiyallahu ‘anhumā, Rasulullah ﷺ bersabda, “Akan masuk surga dari umatku tujuh puluh ribu orang tanpa hisab, yaitu mereka yang tidak meminta ruqyah, tidak berprasangka sial, dan hanya bertawakal kepada Rabb mereka.”[263]

Hadis ini diriwayatkan oleh al-Bukhārī dari Ibn ʿAbbās dalam *Kitāb al-Riqāq*, Bāb *wa man yatawakkal ʿalā Allāh fa-huwa ḥasbuh* (QS. al-Ṭalāq: 3), no. 6472, jil. 8, hlm. 100, melalui jalur Isḥāq–Rawḥ ibn ʿUbādah–Shuʿbah–Ḥuṣayn ibn ʿAbd al-Raḥmān–Saʿīd ibn Jubayr–Ibn ʿAbbās.[264] Al-ʿAynī menyebut bahwa al-Bukhārī juga meriwayatkannya secara panjang dalam Kitāb al-Ṭibb dan secara ringkas dalam bagian hadis para nabi dari Musaddad. Muslim meriwayatkan hadis tujuh puluh ribu orang tanpa hisab dalam Kitāb al-Īmān, Bāb al-Dalīl ʿalā Dukhūl Ṭawāʾif min al-Muslimīn al-Jannah bi-Ghayr Ḥisāb wa lā ʿAdhāb, no. 218, jil. 1, hlm. 198, tetapi dari sahabat lain, yaitu ʿImrān ibn Ḥuṣayn, melalui jalur Zuhayr ibn Ḥarb–ʿAbd al-Ṣamad ibn ʿAbd al-Wārith–Ḥājib ibn ʿUmar–al-Ḥakam ibn al-Aʿraj–ʿImrān.[265] Jadi, kedua riwayat berasal dari sahabat dan jalur yang berbeda. Redaksi Muslim memuat dialog *qālū: man hum yā Rasūl Allāh?* serta tambahan sifat *wa lā yaktawūn* (tidak meminta pengobatan dengan kay) di antara *wa lā yatatayyarūn* dan *wa ʿalā rabbihim yatawakkalūn*. Perbedaan ini tidak mengubah pokok pemahaman, sebab kedua riwayat menjadikan

[261] Muhammad Aufa Alfaiz, Dian Siti Nujanah, and Husnul Qodim, “Arti Penting Pengendalian Diri Dalam Islam: Studi Kritik Hadis,” *Gunung Djati Conference Series* (Bandung) 8 (2022): 903–13, https://doi.org/10.15575/gdcs.v8i.653.
[262] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 100, jil.8.
[263] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 100, jil.8.
[264] Bukhari, *Shahih Bukhari*, h. 100, jil. 8, Kitāb al-Riqāq, Bāb wa man yatawakkal ʿalā Allāh fa-huwa ḥasbuh, no. 6472.
[265] al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, h. 198, jil. 1, Kitāb al-Īmān, Bāb al-Dalīl ʿalā Dukhūl Ṭawāʾif min al-Muslimīn al-Jannah bi-Ghayr Ḥisāb wa lā ʿAdhāb, no. 218.

tawakal sebagai penutup dan puncak sifat mereka. Al-ʿAynī pun menjelaskan bahwa kesesuaian hadis dengan judul bab terletak pada kalimat terakhirnya.[266]

Al-Bughā menjelaskan bahwa tawakal adalah menyerahkan urusan kepada Allah dan bersandar kepada-Nya setelah seseorang mengambil sebab dan berusaha. [267] Karena itu, tawakal dalam hadis ini bukan sikap pasif: manusia tetap berusaha, tetapi hati tidak bergantung pada sebab atau hasil akhir sebagai satu-satunya sumber ketenangan. Tawakal berkaitan erat dengan ikhtiar, sebab tanpa ikhtiar seseorang tidak akan mampu bersikap tawakal, dan sikap ini pada gilirannya berperan menjaga ketenangan dan kesehatan batin seseorang.[268]

Dengan demikian, Tarbiyah Nabawiyah membina tawakal yang memadukan ikhtiar dengan penyandaran hati kepada Allah. Bagi pemuda, nilai ini menumbuhkan ketenangan, mengurangi kecemasan, dan memungkinkan bangkit dari kegagalan tanpa kehilangan harapan. Orang tua dan pendidik perlu membiasakan anak berusaha sungguh-sungguh sekaligus menanamkan sandaran kepada Allah dalam menghadapi hasil apa pun.

Hadis 5: *Anā 'inda Ẓanni 'Abdī Bī*

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: " يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي، فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَإٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلَإٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ بِشِبْرٍ تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً".

Dari Abu Hurairah radhiyallāhu ‘anhu, ia berkata: Nabi Muhammad ﷺ bersabda: “Allah Ta‘ala berfirman: ‘Aku sesuai dengan persangkaan hamba-Ku kepada-Ku, dan Aku bersamanya ketika ia mengingat-Ku. Jika ia mengingat-Ku dalam dirinya, Aku mengingatnya dalam diri-Ku. Jika ia mengingat-Ku dalam suatu majelis, Aku mengingatnya dalam majelis yang lebih baik daripada mereka. Jika ia mendekat kepada-Ku satu jengkal, Aku mendekat kepadanya satu hasta. Jika ia mendekat

[266] al-Aini, *Umdat al-Qari*, h. 69, jil. 23.
[267] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 99.
[268] Najamudin et al., “Mental Health dalam Perspektif Akidah Islam: Peran Sabar, Syukur dan Ihktiar dalam Mengatasi Kecemasan,” *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam* 4, no. 2 (February 2026): 8–27, https://doi.org/10.61132/jmpai.v4i2.1875.

kepada-Ku satu hasta, Aku mendekat kepadanya satu depa. Jika ia datang kepada-Ku dengan berjalan, Aku datang kepadanya dengan berlari kecil."[269]

Al-Bukhārī meriwayatkan hadis ini dari Abū Hurayrah dalam Kitāb al-Tawḥīd, Bāb Qawl Allāh Taʿālā: wa yuḥadhdhirukum Allāhu nafsah, no. 7405, jil. 9, hlm. 121, melalui jalur ʿUmar ibn Ḥafṣ–ayahnya (Ḥafṣ ibn Ghiyāth)–al-Aʿmash–Abū Ṣāliḥ–Abū Hurayrah.[270] Muslim meriwayatkannya dalam Kitāb al-Dhikr wa al-Duʿāʾ wa al-Tawbah, Bāb al-Ḥathth ʿalā Dhikr Allāh Taʿālā, no. 2675, jil. 4, hlm. 2061, melalui jalur Qutaybah ibn Saʿīd dan Zuhayr ibn Ḥarb (lafaz milik Qutaybah)–Jarīr–al-Aʿmash–Abū Ṣāliḥ–Abū Hurayrah. [271] Kedua riwayat bertemu pada al-Aʿmash dari Abū Ṣāliḥ, sehingga hadis ini muttafaq ʿalaih. Al-Bughā mencatat bahwa Muslim juga mencantumkan hadis ini pada bab lain dengan nomor yang sama, yaitu Bāb Faḍl al-Dhikr wa al-Duʿāʾ wa al-Taqarrub ilā Allāh dan, dalam Kitāb al-Tawbah, Bāb al-Ḥaḍḍ ʿalā al-Tawbah wa al-Faraḥ bihā.

Ibn Ḥajar menjelaskan bahwa firman Allah, "Aku sebagaimana prasangka hamba-Ku kepada-Ku," bermakna bahwa Allah mampu memperlakukan hamba sesuai persangkaannya. Al-Kirmānī memahaminya sebagai isyarat untuk menguatkan sisi harapan kepada Allah, dan al-Qurṭubī menjelaskan bahwa persangkaan baik mencakup keyakinan akan dikabulkannya doa, diterimanya tobat, diampuninya dosa, dan diberikannya pahala atas ibadah. Ibn Ḥajar menambahkan bahwa kebersamaan Allah ketika hamba mengingat-Nya adalah kebersamaan melalui ilmu-Nya, dan zikir dapat dilakukan dengan lisan, hati, maupun ketaatan, serta menjadi sebab rasa aman bagi yang takut dan ketenteraman bagi yang gelisah.[272]Al-Nawawī memperkuatnya: *ḥusn al-ẓann* berkaitan dengan harapan akan ampunan, penerimaan tobat, terkabulnya doa, dan pertolongan Allah; kebersamaan-Nya bermakna rahmat, taufik, petunjuk, dan

[269] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 121, jil.9, hadis no. 7405.
[270] Bukhari, *Shahih Bukhari*, h. 121, jil. 9, Kitāb al-Tawḥīd, Bāb Qawl Allāh Taʿālā: wa yuḥadhdhirukum Allāhu nafsah, no. 7405.
[271] al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, h. 2061, jil. 4, Kitāb al-Dhikr wa al-Duʿāʾ wa al-Tawbah, Bāb al-Ḥathth ʿalā Dhikr Allāh Taʿālā, no. 2675.
[272] al-Asqalani, *Fath al-Bārī*, 385, jil.13.

penjagaan; dan kedekatan hamba, yang dimaknai sebagai ketaatan, dibalas dengan rahmat, taufik, dan pertolongan.[273]

Hadis ini membentuk sikap berharap kepada Allah dalam berbagai keadaan. Harapan seorang mukmin tidak semata dibangun dari peluang keberhasilan menurut perhitungan manusia, tetapi dari keyakinan terhadap rahmat, pertolongan, dan kedekatan Allah. *Ḥusn al-ẓann billāh* karenanya bukan optimisme kosong yang mengabaikan usaha, melainkan harapan yang tumbuh bersama hubungan aktif dengan Allah melalui zikir, doa, dan ketaatan.[274]

Dengan demikian, Tarbiyah Nabawiyah membina pemuda membangun harapan melalui persangkaan baik kepada Allah yang disertai hubungan aktif dengan-Nya. Nilai ini relevan bagi resiliensi mental, sebab tekanan sering memunculkan penilaian negatif terhadap diri dan masa depan, sedangkan *ḥusn al-ẓann billāh* memungkinkan harapan bertahan meskipun hasil yang diinginkan belum terlihat. Orang tua dan pendidik perlu menanamkan pandangan positif tentang Allah, membiasakan zikir, dan mengajarkan bahwa harapan dibangun bersama usaha dan kedekatan kepada-Nya.

Hadis 6: Bersungguh-sungguh Meraih Hal yang Bermanfaat

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ، خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلٍّ خَيْرٌ احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِنْ بِاللهِ وَلَا تَعْجَزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ، فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ.

Dari Abū Hurairah radhiyallāhu ʿanhu, Rasulullah ﷺ bersabda, “Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, dan pada keduanya terdapat kebaikan. Bersungguh-sungguhlah terhadap apa yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah, dan janganlah engkau lemah. Jika sesuatu menimpamu, janganlah engkau mengatakan, ‘Seandainya aku melakukan demikian, niscaya akan begini dan begitu,’ tetapi katakanlah, ‘Ini ketetapan Allah, dan apa yang

[273] al-Nawawi, *Al-Minhaj Syarah Shahih Muslim bin al-Hajjaj*, 2, jil.17.
[274] Nur Ah’Syaidah Fitria Ahyati and Mus’idul Millah, “Optimisme dalam Perspektif Hadis,” *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam* 2, no. 2 (April 2024): 216–35, https://doi.org/10.61132/jbpai.v2i2.246.

Dia kehendaki, Dia lakukan,' karena perkataan 'seandainya' membuka jalan bagi perbuatan setan."[275]

Hadis ini diriwayatkan dari Abū Hurayrah oleh Muslim dalam *Kitāb al-Qadar*, *Bāb fī al-Amr bi al-Quwwah wa Tark al-ʿAjz wa al-Istiʿānah bi Allāh wa Tafwīḍ al-Maqādīr li Allāh*, no. 2664, jilid 4, halaman 2052, melalui jalur Abū Bakr ibn Abī Shaybah dan Ibn Numayr–ʿAbd Allāh ibn Idrīs–Rabīʿah ibn ʿUthmān–Muḥammad ibn Yaḥyā ibn Ḥabbān–al-Aʿraj–Abū Hurayrah.[276]Karena tidak terdapat dalam *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, tidak ada perbandingan riwayat untuk hadis ini.

Al-Nawawī menjelaskan bahwa mukmin yang kuat adalah orang yang bertekad kuat dalam urusan akhirat, tercermin dalam kesungguhan menaati Allah, kesabaran menghadapi gangguan, dan keteguhan menghadapi kesulitan. Nabi ﷺ kemudian mengarahkan mukmin untuk bersungguh-sungguh melakukan hal yang bermanfaat, memohon pertolongan Allah, serta tidak bersikap lemah dan malas.[277]

Dalam perspektif Nabawi, kekuatan berorientasi pada tindakan. Mukmin tidak hanya diarahkan menerima keadaan, tetapi juga bersungguh-sungguh mencari hal yang bermanfaat dan tidak menyerah. Jika hasilnya tidak sesuai harapan, ia diarahkan menerima ketetapan Allah daripada terjebak dalam penyesalan masa lalu. Hadis ini dengan demikian memadukan kesungguhan berusaha dengan penerimaan terhadap hasil yang tidak sepenuhnya berada dalam kendali manusia Temuan Najamudin dkk. sejalan dengan hal ini: ikhtiar diwujudkan melalui usaha sungguh-sungguh, sedangkan tawakal adalah penyerahan diri kepada Allah setelah berusaha, dan keduanya saling melengkapi dalam membentuk sikap Muslim menghadapi persoalan hidup.[278]

Tarbiyah Nabawiyah dengan demikian membina kekuatan pemuda dalam bentuk kesungguhan bertindak yang diiringi permohonan pertolongan kepada Allah.

[275] al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, 2052,jil.4, hadis no. 2664.
[276] al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, h. 2052, jil. 4, Kitāb al-Qadar, Bāb fī al-Amr bi al-Quwwah wa Tark al-ʿAjz wa al-Istiʿānah bi Allāh wa Tafwīḍ al-Maqādīr li Allāh, no. 2664.
[277] al-Nawawi, *Al-Minhaj Syarah Shahih Muslim bin al-Hajjaj*, 215,jil.16.
[278] Najamudin et al., "Mental Health dalam Perspektif Akidah Islam."

Nilai ini relevan bagi resiliensi mental karena mendorong usaha sungguh-sungguh sekaligus menumbuhkan penerimaan yang sehat terhadap hasil. Orang tua dan pendidik perlu menanamkan budaya berusaha, membiasakan doa dan permohonan pertolongan Allah, serta mengajarkan sikap menerima ketetapan-Nya tanpa kehilangan semangat untuk bangkit.

Hadis 7: Musibah sebagai Penghapus Dosa

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا، زَوْجِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "ما مِنْ مُصِيبَةٍ تُصِيبُ الْمُسْلِمَ إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا عَنْهُ، حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا".

Dari 'Ā'isyah raḍiyallāhu ‘anhā, Rasulullah ﷺ berkata, “Tidaklah suatu musibah menimpa seorang muslim, kecuali Allah menghapus dengannya dosa-dosanya, sampai-sampai duri yang menusuknya.”[279]

Hadis ini diriwayatkan dari ʿĀʾishah oleh al-Bukhārī dalam *Kitāb al-Marḍā*, *Bāb mā jāʾa fi Kaffārat al-Maraḍ*, no. 5640, jilid 7, halaman 114, melalui jalur Abū al-Yamān al-Ḥakam ibn Nāfiʿ–Shuʿayb–al-Zuhrī–ʿUrwah ibn al-Zubayr–ʿĀʾishah.[280] Muslim meriwayatkannya dalam Kitāb al-Birr wa al-Ṣilah wa al-Ādāb, Bāb Thawāb al-Muʾmin fīmā Yuṣībuhu min Maraḍ aw Ḥuzn aw Naḥw Dhālik Ḥattā al-Shawkah Yushākuhā, no. 2572, jil. 4, hlm. 1992, melalui jalur Abū al-Ṭāhir–Ibn Wahb–Mālik ibn Anas dan Yūnus ibn Yazīd–Ibn Shihāb (al-Zuhrī)–ʿUrwah ibn al-Zubayr–ʿĀʾishah.[281] Kedua riwayat bertemu pada al-Zuhrī dari ʿUrwah, sehingga hadis ini muttafaq ʿalaih. Al-ʿAynī menambahkan bahwa al-Tirmidhī juga meriwayatkannya dari jalur al-Aswad dari ʿĀʾishah.[282]

Matan kedua imam sama dalam pokoknya, tetapi berbeda pada tiga lafaz. Pertama, al-Bukhārī memakai bentuk aktif *tuṣību al-muslima… kaffara Allāhu bihā ʿanhu*, sedangkan Muslim memakai bentuk pasif *yuṣābu bihā al-muslimu… kuffira*

[279] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 114, jil. 7, hadis no.5640.
[280] Bukhari, *Shahih Bukhari*, 7:114, no. 5640.
[281] al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, 4:1992, no. 2572.
[282] al-Aini, *Umdat al-Qari*, 21:208.

bihā ʿanhu. Kedua, al-Bukhārī menyebut pelaku penghapusan dosa secara eksplisit (Allāh), sedangkan Muslim membuangnya. Ketiga, al-Bukhārī memakai *qālat: qāla rasūl Allāh* (ʿĀʾishah menyampaikan sabda secara langsung), sedangkan Muslim memakai *anna rasūl Allāh… qāl*.[283] Al-ʿAynī juga menyebut lafaz lain dalam riwayat Muslim dari Hishām ibn ʿUrwah, yaitu *lā yuṣību al-muʾmina shawkah*, yang menjadikan duri sebagai pelaku "menimpa".[284]

Al-ʿAynī menjelaskan bahwa hadis ini berkaitan dengan keutamaan musibah bagi seorang Muslim, karena musibah menjadi sebab dihapuskannya dosa. *Muṣībah* pada asalnya bermakna sesuatu yang menimpa seseorang, lalu lazim dipakai untuk hal yang tidak menyenangkan. Sabda *ḥattā al-shawkah yushākuhā* menunjukkan bahwa keutamaan ini berlaku bahkan pada rasa sakit ringan seperti tertusuk duri.[285]

Kandungan hadis ini menunjukkan bahwa penderitaan tidak selalu sia-sia, sebab musibah dapat bernilai spiritual di sisi Allah. Pemahaman ini membantu individu memandang kesulitan dalam perspektif keimanan tanpa mengabaikan rasa sakitnya, dan mengubah orientasi dari pertanyaan "mengapa hal ini terjadi kepada saya?" menuju kesadaran akan hikmah dan nilai ibadah di baliknya. Kajian Taha dan Hakim menunjukkan bahwa pemaknaan musibah sebagai ujian, penghapus dosa, dan sarana pembinaan keimanan merupakan unsur penting ketahanan jiwa, termasuk bagi individu yang menghadapi kelelahan fisik, penyakit, kecemasan, dan tekanan sosial sehari-hari.[286]

Dengan demikian, nilai Tarbiyah Nabawiyah yang dapat dikonstruksi dari hadis ini adalah pemaknaan teologis terhadap musibah. Pemuda dibimbing memandang kesulitan bukan semata penderitaan, tetapi pengalaman yang dapat bernilai spiritual, tanpa mengabaikan rasa sakit yang menyertainya. Ini menjadi landasan keimanan

[283] Bukhari, *Shahih Bukhari*; al-Naisaburi, *Shahih Muslim*.
[284] al-Aini, *Umdat al-Qari*.
[285] al-Aini, *Umdat al-Qari*, 208, jil.21, hadis no. 5640.
[286] Taha, "Studi Analisis Matan Hadis tentang Penguatan Jiwa dalam Menghadapi Musibah."

untuk bersabar, mempertahankan harapan, dan bangkit. Orang tua dan pendidik perlu membantu anak memaknai pengalaman sulit secara bermakna, sekaligus memberi ruang untuk mengungkapkan perasaan.

3. Konstruksi Nilai Tarbiyah Nabawiyah dan Relevansinya terhadap Resiliensi Mental Generasi Stroberi

Konstruksi Nilai Tarbiyah Nabawiyah

Analisis tujuh hadis sebelumnya menunjukkan bahwa nilai-nilai Tarbiyah Nabawiyah dalam pembinaan resiliensi mental tidak berdiri sendiri, melainkan saling melengkapi dalam satu kesatuan, dan dapat dikelompokkan ke dalam tiga klaster yang berperan pada tahap berbeda ketika seseorang menghadapi kesulitan.

Tabel 2. Konstruksi Tiga Lapis Nilai Tarbiyah Nabawiyah dalam Pembinaan Resiliensi Mental

Lapis Nilai	**Hadis Penopang**	**Inti Nilai**	**Wujud dalam Perilaku**
Kendali diri dalam menghadapi tekanan	• Kesabaran pada benturan pertama (*al-ṣabr ʿinda al-ṣadmah al-ūlā*) • Doa ketika *al-karb* • Pengendalian diri saat marah (*ḍabṭ al-nafs*)	Regulasi diri: menahan respons impulsif, mengarahkan hati kepada Allah, dan menguasai dorongan emosi sebelum bertindak.	Menahan respons impulsif; berdoa dan berzikir saat tertekan; tidak melampiaskan emosi.
Ikhtiar-tawakal dalam menghadapi ketidakpastian	• *Iḥriṣ ʿalā mā yanfaʿuk* (ikhtiar) • Tawakal	Keseimbangan usaha dan penyerahan: bersungguh-sungguh mengupayakan hal bermanfaat, lalu menyerahkan hasil kepada Allah setelah ikhtiar.	Bersungguh-sungguh pada hal bermanfaat; menyerahkan hasil kepada Allah; tidak berputus asa saat hasil belum tercapai.
Harapan dan pemaknaan teologis terhadap kesulitan	• *Ḥusn al-ẓann billāh* (*anā ʿinda ẓanni ʿabdī bī*) • Musibah sebagai penghapus dosa	Orientasi teologis: memelihara harapan kepada Allah dan memaknai kesulitan sebagai ketetapan-Nya yang bernilai spiritual.	Memelihara harapan; memaknai kesulitan dalam perspektif iman; tidak berputus asa saat gagal.

Klaster pertama, kendali diri dalam menghadapi tekanan, berperan pada fase awal ketika emosi bergejolak dan respons cenderung spontan. Kesabaran pada benturan pertama, doa ketika *al-karb*, dan pengendalian diri saat marah bersama-sama membentuk kemampuan menahan respons impulsif, sehingga tumbuh jeda antara datangnya masalah dan munculnya reaksi.

Klaster kedua, ikhtiar dan tawakal dalam menghadapi ketidakpastian, berperan setelah emosi terkendali. Klaster ini mengarahkan individu tetap aktif mengupayakan hal yang bermanfaat tanpa menjadikan hasil akhir sebagai satu-satunya ukuran keberhasilan, sehingga tidak pasif dan tidak terbebani kecemasan atas hal di luar kendalinya.

Klaster ketiga, harapan dan pemaknaan teologis terhadap kesulitan, melengkapi keduanya dengan orientasi batin yang memahami kesulitan dalam kerangka hubungan hamba dengan Allah. Dengan orientasi ini kesulitan tidak berujung pada keputusasaan, dan seluruh proses tetap bermakna meskipun hasil belum tampak.

Ketiga klaster membentuk alur berurutan yang saling menguatkan. Tanpa kendali diri, ikhtiar mudah berubah menjadi tindakan impulsif; tanpa tawakal, ikhtiar rentan melahirkan kecemasan atas hasil; tanpa harapan dan pemaknaan teologis, keduanya sulit bertahan. Dengan demikian, resiliensi mental dalam perspektif Tarbiyah Nabawiyah bukan semata kemampuan pulih dari tekanan, melainkan kapasitas yang memadukan dimensi perilaku (pengendalian respons dan keaktifan berusaha), kognitif (cara memaknai kesulitan), dan spiritual (relasi hamba dengan Allah sebagai sandaran).

Relevansi Nilai Tarbiyah dalam Hadis dengan Generasi Stroberi

Konstruksi tersebut relevan dengan fenomena Generasi Stroberi yang telah diuraikan pada bagian pendahuluan. Relevansinya diuraikan melalui tiga aspek yang masing-masing merespons karakteristik Generasi Stroberi secara lebih spesifik.

1) Kendali diri pada titik kritis.

Pada masa kini, seseorang tidak jarang mengalami benturan yang memicu stres, kekecewaan, dan berbagai persoalan sosial.[287] Kasali menggambarkan Generasi Stroberi sebagai generasi yang mudah hancur menghadapi kompetisi dan ketidakpastian, dengan analogi buah yang tampak eksotis dan indah tetapi mudah terkoyak ketika terbentur.[288][289] Analogi ini menyiratkan bahwa penampilan menarik tidak selalu sejalan dengan ketahanan menghadapi tekanan, sehingga pengendalian diri saat tekanan mulai dirasakan menjadi penting, sebab respons pertama sering spontan dan emosional. Hadis kesabaran pada benturan pertama, doa ketika *al-karb*, dan pengendalian diri saat marah memberi orientasi dalam mengelola respons: menahan diri, berlindung kepada Allah, dan tidak membiarkan emosi menguasai tindakan. Pembinaan dengan demikian diarahkan tidak hanya pada kemampuan bertahan, tetapi juga pada pengendalian respons sejak awal sebelum bertindak.

2) Ikhtiar dan tawakal sebagai orientasi tindakan.

Jika aspek pertama berkaitan dengan pengelolaan respons saat tekanan datang, aspek ini menjawab pertanyaan berikutnya: ke mana energi dan tindakan diarahkan setelah emosi terkendali. Hafidzi dan Salsabila memotret Generasi Stroberi sebagai kelompok yang kurang mandiri, kurang fokus, sulit lepas dari gawai, dan gemar bersantai berlebihan, tetapi kaya gagasan dan menyukai tantangan.[290] Kreativitas dan kesukaan pada tantangan adalah potensi yang dapat dikembangkan, sedangkan kecenderungan rebahan, kurang fokus, dan ketergantungan pada gawai menunjukkan energi dan perhatian yang teralihkan

[287] Mumu Zainal Mutaqin, "Konsep Sabar dalam Belajar dan Implikasinya terhadap Pendidikan Islam," *The Teacher of Civilization: Islamic Education Journal* 3, no. 1 (March 2022): Hal. 3, https://doi.org/10.30984/jpai.v3i1.1853.
[288] Kasali, *Strawberry Generation*, vii.
[289] Kasali, *Strawberry Generation*, v.
[290] Hafidzi and Salsabila, "Karakteristik Strawberry Generation," Hal.500.

pada aktivitas kurang produktif. Pada titik ini, hadis *iḥriṣ ʿalā mā yanfaʿuk* menawarkan reorientasi ke arah kesungguhan pada hal yang bermanfaat, disertai permohonan pertolongan kepada Allah. Ikhtiar dalam perspektif Nabawi dengan demikian memuat tiga unsur: kesungguhan, ketergantungan kepada pertolongan Allah, dan keteguhan untuk tidak menyerah.

Tawakal berperan sebagai penyeimbang agar kesungguhan tidak berubah menjadi kecemasan berlebihan terhadap hasil, karena hasil diserahkan kepada Allah setelah ikhtiar ditempuh. Astuti dan Bashori, melalui telaah semantik tawakkul dalam Al-Qur'an, menyimpulkan bahwa konsep ini tidak identik dengan pasrah tanpa usaha, melainkan memuat usaha sungguh-sungguh sekaligus penyerahan hasil kepada Allah.[291] Keseimbangan ini relevan bagi pemuda yang menghadapi tuntutan akademik, pekerjaan, relasi sosial, dan ketidakpastian masa depan, yang dapat memicu sikap menghindar atau menunda. Ikhtiar dan tawakal menggeser orientasi pemuda dari menghindari kesulitan menuju menghadapinya secara aktif dan tenang.

3) Harapan dan cara memandang kesulitan berdasarkan ajaran Islam.

Setelah kendali diri dan arah tindakan terbentuk, pembinaan resiliensi masih membutuhkan fondasi batin yang menjaga individu bertahan dalam jangka panjang, terutama saat pemuda menghadapi kritik, tekanan sosial, dan kegagalan. Kajian Musyorafah, Hasyim, dan Faisal menunjukkan bahwa representasi gaya hidup Generasi Stroberi di media sosial dapat memperlihatkan kecenderungan mudah menyerah, mudah tersakiti, dan pesimistis ketika menghadapi kesulitan.[292] Gambaran ini bersumber dari representasi media sosial, sehingga dipahami sebagai

[291] Laila Astuti dan Bashori Bashori, "Kajian Semantik Tawakkal Dalam Al-Qur'an: Relevansinya Terhadap Konsep Coping Dan Psikologi Resiliensi," *Fathir: Jurnal Studi Islam* 2, no. 2 (Juni 2025): Hal. 311, https://doi.org/10.71153/fathir.v2i2.283.
[292] Musyorafah, Muhammad Hasyim, and Andi Faisal, "Representasi Gaya Hidup Generasi Stroberi pada Instagram," Hal. 1719.

kecenderungan yang dapat muncul, bukan kondisi setiap individu. Tanpa cara pandang yang tepat, kegagalan mudah dipandang sebagai akhir usaha, bahkan vonis atas kemampuan diri.

Tarbiyah Nabawiyah menyediakan landasan teologis bagi perubahan cara pandang tersebut melalui dua hadis. Hadis *anā ʿinda ẓanni ʿabdī bī* mengajarkan prasangka baik kepada Allah sebagai sumber harapan, sebab orang yang meyakini penyertaan Allah tidak mudah memaknai kesulitan sebagai tanda ditinggalkan, sehingga relevan sebagai penyeimbang kecenderungan pesimistis. Hadis musibah sebagai penghapus dosa memberi pemaknaan teologis atas kesulitan: penderitaan tidak hampa makna, tetapi dapat bernilai di sisi Allah. Pemaknaan ini relevan bagi kecenderungan mudah tersakiti, sebab rasa sakit tidak dipahami semata sebagai kerugian dan dapat dihadapi dengan lebih tenang. Keduanya menjadi landasan bagi pemuda untuk memelihara harapan sehingga tidak mudah berputus asa ketika menghadapi kegagalan dan ketidakpastian.

Uraian di atas menunjukkan bahwa ketiga aspek merespons kerentanan yang berbeda tetapi saling terhubung. Kendali diri merespons kerapuhan pada benturan pertama; ikhtiar dan tawakal merespons kecenderungan menghindar dan cemas atas hasil; harapan dan pemaknaan teologis merespons kecenderungan pesimistis dan mudah menyerah. Karena itu, pembinaan resiliensi mental pemuda dalam perspektif Tarbiyah Nabawiyah tidak cukup dengan satu pendekatan, misalnya hanya menasihati untuk bersabar atau hanya memotivasi untuk berusaha. Pembinaan perlu memadukan pengelolaan emosi, sikap proaktif yang disertai penyerahan hasil kepada Allah, dan cara pandang teologis yang positif terhadap kesulitan, sejalan dengan prinsip Tarbiyah Nabawiyah yang membina manusia secara utuh. Relevansi ini dipahami sebagai kerangka konseptual, bukan solusi psikologis instan yang efektivitasnya telah dibuktikan secara empiris. Konstruksi tiga aspek tersebut menjadi temuan analitis penelitian ini.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil takhrij, tujuh hadis yang dikaji diriwayatkan dalam *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* dan *Ṣaḥīḥ Muslim*. Enam hadis diriwayatkan oleh keduanya, sedangkan satu hadis hanya diriwayatkan oleh Muslim. Lima hadis berstatus *muttafaq ʿalaih* karena diriwayatkan kedua imam dari sahabat yang sama melalui sanad yang bertemu pada satu perawi, sementara satu hadis diriwayatkan oleh keduanya dari sahabat yang berbeda. Salah satu hadis juga diriwayatkan oleh al-Tirmidhī. Perbedaan antar riwayat terbatas pada variasi redaksi dan latar kisah yang berdekatan (*mutaqāribah*), tanpa mengubah makna pokok maupun memengaruhi keshahihan hadis, sehingga ketujuh hadis tersebut layak dijadikan landasan kajian tematik.

Atas dasar itu, penelitian ini menjawab pertanyaan pertama dengan menyimpulkan bahwa tujuh hadis Nabi Muhammad ﷺ yang dikaji merepresentasikan tiga lapis nilai Tarbiyah Nabawiyah dalam pembinaan resiliensi mental pemuda, yaitu kendali diri pada titik kritis, ikhtiar-tawakal, dan harapan-pemaknaan teologis. Ketiganya mencerminkan dimensi respons, tindakan, dan makna yang saling melengkapi, dan disintesis ke dalam satu kerangka pembinaan yang utuh. Adapun untuk pertanyaan kedua, kerangka ini dapat menjawab persoalan yang tergambar dalam fenomena Generasi Stroberi secara konseptual: kendali diri mengarahkan respons terhadap tekanan, ikhtiar-tawakal membimbing tindakan dalam menghadapi tantangan, dan harapan serta pemaknaan teologis menopang sikap batin dalam menghadapi hasil dan kegagalan. Secara praktis, kerangka ini dapat menjadi rujukan bagi pendidik, orang tua, dan lembaga pendidikan Islam dalam membina resiliensi mental pemuda. Namun, kerangka ini masih bersifat konseptual dan belum teruji secara empiris, sehingga penelitian selanjutnya dapat menguji penerapannya terhadap pembentukan resiliensi mental pemuda.

E. DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an al-Karim.

Ahyati, Nur Ah'Syaidah Fitria and Mus'idul Millah. "Optimisme dalam Perspektif Hadis." *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam* 2, no. 2 (April 2024): 216–35. https://doi.org/10.61132/jbpai.v2i2.246.

Aini, Badruddin Abu Muhammad Mahmud bin Ahmad al-. *Umdat al-Qari Syarah Shahih al-Bukhari*. 12 vols. Kairo: Al-Maktabah al-Muniriyah, n.d.

Al Asadullah, Salahuddin, and Nurhalin. "Peran Pendidikan Karakter dalam Membentuk Kemampuan Berfikir Kritis Generasi Muda Indonesia." *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 1, no. 1 (March 2021): 12–24. https://doi.org/10.56633/kaisa.v1i1.202.

Alfaiz, Muhammad Aufa, Dian Siti Nujanah, and Husnul Qodim. "Arti Penting Pengendalian Diri Dalam Islam: Studi Kritik Hadis." *Gunung Djati Conference Series* (Bandung) 8 (2022): 903–13. https://doi.org/10.15575/gdcs.v8i.653.

Anderson, Kimberley, and Stefan Priebe. "Concepts of Resilience in Adolescent Mental Health Research." *Journal of Adolescent Health* 69, no. 5 (November 2021): 689–95. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.03.035.

Asqalani, Ahmad bin Ali bin Hajar al-. *Fath al-Bari bi Syarh al-Bukhari*. 1st ed. Edited by Muhibb al-Din al-Khatib. 13 vols. Kairo: Al-Maktabah al-Salafiyyah, 1380.

Astuti, Laila, and Bashori. "Kajian Semantik Tawakkal dalam Al-Qur'an: Relevansinya terhadap Konsep Coping dan Psikologi Resiliensi." *Fathir: Jurnal Studi Islam* 2, no. 2 (June 2025): 308–23. https://doi.org/10.71153/fathir.v2i2.283.

Bukhari, Muhammad bin Ismail Abu Abdullah al-. *Shahih Bukhari*. 1st ed. Edited by Muhammad Zuhair bin Nasir al-Nasir. 9 vols. N.p.: Dar Tuq al-Najah: Dar Tuq al-Najah, 1422.

Dzahabi, Syamsuddin Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad bin Utsman bin Qaimaz al-. *Siyar A'lam al-Nubala'*. 3rd ed. Beirut: Mu'assasah al-Risalah, 1985.

Ernadewita, Rosdialena, and Yummi Deswita. "Sabar Sebagai Terapi Kesehatan Mental." *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat* 2, no. 2 (2019). https://doi.org/10.31869/jkpu.v2i1.1914.

Fatqurhohman, Haerul Syam, and Fathul Niam. "Kesehatan Mental Remaja: Tantangan Psikososial, Determinan, Dan Strategi Penguatan Resiliensi Di Era Modern." *JIWARA: Jurnal Psikologi, Kesehatan, Dan Olahraga* 1, no. 2 (July 2026): 91–104. https://doi.org/10.66031/jiwara.v1i2.593.

Hafidzi, Dinta, and Unik Hanifah Salsabila. "Karakteristik Strawberry Generation Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam." *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10, no. 1 (March 2025): 499–511. https://doi.org/10.23969/jp.v10i01.23248.

Jannati, Zhila, and Muhammad Randicha Hamandia. "Konsep Doa dalam Perspektif Islam." *Jurnal Komunikasi Islam dan Kehumasan (JKPI)* 6, no. 1 (June 2022): 36–48. https://doi.org/10.19109/jkpi.v6i1.12955.

Kasali, Rhenald. *Strawberry Generation: Anak-Anak Kita Berhak Keluar dari Perangkap yang Bisa Membuat Mereka Rapuh*. Edited by Moh. Sidik Nugraha. Jakarta Selatan: Mizan, 2017.

Khairanis, Retisfa and Muhammad Aldi. "Interpretasi Makna Hadits-Hadits Kesehatan Mental dalam Mengatasi Stres dan Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam." *Journal Central Publisher* 2, no. 2 (April 2025): 1637–47. https://doi.org/10.60145/jcp.v2i2.347.

Mufida, Syifa, Zaida Hayati, and Angger Sulistyarini. "Inteligensia Generasi Stroberi: Mewujudkan SDGs Berprinsip al-Muslimu al-Qawiyyu." *Proceeding of Conference on Strengthening Islamic Studies in The Digital Era* 3, no. 1 (2023): 419–36.

Muhammad Idris. "Khotbah Jumat: Pentingnya Masa Muda Dalam Islam." Accessed October 11, 2026. https://muslim.or.id/75414-khotbah-jumat-pentingnya-masa-muda-dalam-islam.html.

Musyorafah, Muhammad Hasyim, and Andi Faisal. "Representasi Gaya Hidup Generasi Stroberi pada Instagram." *Jurnal Ilmiah Global Education* 4, no. 3 (September 2023): 1717–30. https://doi.org/10.55681/jige.v4i3.1208.

Mutaqin, Mumu Zainal. "Konsep Sabar dalam Belajar dan Implikasinya terhadap Pendidikan Islam." *The Teacher of Civilization: Islamic Education Journal* 3, no. 1 (March 2022): 1–12. https://doi.org/10.30984/jpai.v3i1.1853.

Naisaburi, Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairi al-. *Shahih Muslim*. Edited by Muhammad Fuad Abdul Baqi. 5 vols. Kairo: Mathba'ah Isa al-Babi al-Halabi wa Syurakah, 1955.

Najamudin, Dwi Muliati, Anisa, Andika Mulyansyah, and Nur Indah Tiana. "Mental Health dalam Perspektif Akidah Islam: Peran Sabar, Syukur dan Ihktiar dalam Mengatasi Kecemasan." *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam* 4, no. 2 (February 2026): 8–27. https://doi.org/10.61132/jmpai.v4i2.1875.

Nawawi, Abu Zakariya Muhyiddin Yahya bin Syaraf al-. *Al-Minhaj Syarah Shahih Muslim bin al-Hajjaj*. 2nd ed. 9 vols. Beirut: Dar Ihya al-Turats al-Arabi, 1392.

Nestiya and Muhid. "Peran Pendidikan Karakter Berbasis Hadits di Wilayah Madrasah." *Tarbiyah: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 2, no. 1 (February 2025): 55–71.

Raharjo, Muhammad Agung, La Ode Ismail Ahmad, and Abdul Rahman Sakka. "Pendidikan Karakter dalam Perspektif Hadis: Tantangan Pendidikan Modern." *Al-Mustaqbal: Jurnal Agama Islam* 2, no. 1 (January 2025): 1–15. https://doi.org/10.59841/al-mustaqbal.v2i1.42.

Rosmalina, Asriyanti. "Urgensi Pendidikan Kesehatan Mental secara Islami pada Remaja di Era Digital." *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 7, no. 1 (August 2024): 48–59. https://doi.org/10.24235/prophetic.v7i1.18384.

Samsidar Samsidar. "Doa Sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam." *Al-Din: Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan* 6, no. 2 (December 2020). https://doi.org/10.35673/ajdsk.v6i2.1132.

Siregar, Aulia Putri. "Terapi Pola Asuh Islam Dalam Memperkuat Karakter Remaja Stroberi (Strawberry Generation)." *Al-Murabbi Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 1 (March 2023): 48–64. https://doi.org/10.62086/al-murabbi.v1i1.130.

Taha, Suci Rahmawati, and Ridwan Hakim. "Studi Analisis Matan Hadis tentang Penguatan Jiwa dalam Menghadapi Musibah." *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 11, no. 2 (June 2026): 407–24. https://doi.org/10.23969/jp.v11i02.52223.

Wani, Misbahul. "Pemuda Dalam Al-Qur'an Dan As-Sunnah: Pemuda Islam Yang Berkualitas Tidak Lepas Dari Pendidikan Orang Tua Yang Totalitas." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits* 13, no. 1 (June 2019): 71–94. https://doi.org/10.24042/al-dzikra.v13i1.2077.