

Penyalahgunaan Kata Sabar dalam Kehidupan Umat Beragama

Bisma Permana; Adiyatma Iqbal Winanta; Raihan Ibnu Ilyasa; Fadhil M. Abrar; Fahrizal Rizky D. Universitas Pembangunan Jaya, kadalpedia3@gmail.com

ABSTRACT: This research has the title: "Misuse of the Word Patience in the Lives of Religious People", in this research the author is not looking for a definition of the word patience, but rather forms of misuse of the word patience. This research was created because the author often finds that people use the word patience in everyday life, but in using this, people tend to ignore the true meaning of the word patience. In writing this research, the author used a literature study research method with qualitative data analysis which can help the author understand and find the correct use of the word patience. From the research carried out, the author found several interesting things, that the word patience is often used in people's lives both in religious and cultural contexts and those who use the word patience most often are religious people and those from the lower middle class. Apart from that, the word patience is also often used by people as an effort to reduce stress due to the problems they are experiencing. The author also found that the definition of patience also has different interpretations by scholars, but generally there are two popular interpretations. Each religion also has its own understanding and interpretation, but in general patience can be understood as a moral attitude. In this research it was also found that patience is different from surrender. The difference lies in the effort made, where surrender is the attitude of giving up without making the slightest effort

KEYWORDS: Patience, Abuse, Religious People.

ABSTRAK: Penelitian ini mengangkat judul: “Penyalahgunaan Kata Sabar dalam Kehidupan Umat Beragama”, dalam penelitian ini penulis tidak mencari definisi dari kata sabar, melainkan pada bentuk-bentuk penyalahgunaan kata sabar. Penelitian ini dibuat karena penulis sering menemukan orang menggunakan kata sabar dalam kehidupan sehari-hari, namun dalam penggunaannya ini orang cenderung mengabaikan makna sesungguhnya dari kata sabar. Dalam penulisan penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian studi pustaka dengan analisa data kualitatif yang dapat membantu penulis dalam memahami dan mencari penggunaan kata sabar yang seharusnya. Dari penelitian yang dilakukan ini, penulis menemukan beberapa hal menarik, bahwa kata sabar sudah sering digunakan dalam kehidupan masyarakat baik dalam konteks agama maupun budaya dan yang paling sering menggunakan kata sabar ini adalah umat beragama dan mereka yang memiliki ekonomi kelas menengah ke bawah. Selain itu, kata sabar juga sering digunakan oleh manusia sebagai upaya untuk mengurangi stres akibat masalah yang dialami. Penulis juga menemukan bahwa definisi sabar juga memiliki perbedaan penafsiran oleh para ulama, tetapi umumnya ada dua penafsiran yang populer. Tiap-tiap agama juga memiliki pemahaman dan penafsirannya sendiri, namun pada umumnya sabar dapat

dipahami sebagai sebuah sikap moral. Dalam penelitian ini ditemukan juga kalau sabar ini berbeda dengan pasrah. Perbedaannya terdapat pada usaha yang dilakukan, dimana pasrah adalah sikap menyerah tanpa melakukan usaha sedikit pun

KATA KUNCI: Sabar, Penyalahgunaan, Umat Beragama

I. PENDAHULUAN

Menurut Asma dan Djawardi (Subandi, 2011) konsep 'sabar' sudah sering digunakan dalam kehidupan masyarakat Indonesia baik dalam konteks agama maupun budaya. Dalam kehidupan sehari-hari konsep ini digunakan orang sebagai upaya untuk mengurangi stres akibat masalah yang dialami oleh seseorang.

Kesalahpahaman umat beragama dalam mengartikan kata "sabar" seringkali terjadi karena interpretasi yang beragam tergantung pada keyakinan dan budaya. Salah satu arti sabar yang sering disalahpahami orang adalah sebuah upaya menahan diri. Kata menahan diri ini tidak jarang akhirnya dipahami dengan konteks yang berbeda dengan aslinya.

Kekeliruan pemahaman dan praktik kesabaran dalam masyarakat bisa jadi disebabkan oleh redaksi-redaksi yang merujuk kata sabar di dalam Al-Qur'an secara umum. Ayat-ayat Al-Qur'an yang membicarakan akhlak ini pada umumnya berupa perintah, larangan, dan keutamaan yang akan dicapai oleh orang yang sabar. Sedangkan, teks-teks Al-Qur'an tidak memberikan petunjuk yang jelas dan memadai mengenai pengertian sabar dan cara mempraktikkannya di dalam kehidupan sehari-hari (Hadi, 2018). Akibat dari tidak adanya pengertian kata sabar yang jelas dari kitab Al-Qur'an, tidak jarang menyebabkan terjadinya kesalahpahaman dalam mengartikan kata sabar yang sesungguhnya. Sehingga kata sabar tidak jarang malah berdampak pada berubahnya pengertian kata sabar menjadi negatif dalam kehidupan umat beragama

Dari tulisan di atas, maka penulis ingin memfokuskan penelitian untuk mencari bentuk-bentuk penyalahgunaan kata sabar dalam kehidupan umat beragama dan bagaimana penggunaan kata sabar yang seharusnya diutamakan oleh umat beragama.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan kualitatif. Secara umum pengertian metode penelitian yaitu sebagai cara ilmiah

untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2018).

Dalam penulisan jurnal ini, penulis menggunakan metode Studi Kepustakaan (Library Research) dalam mencari penelitian yang berkaitan dengan pembahasan dalam penulisan jurnal ini. Dimana sumber penelitian diambil berdasarkan informasi dari publikasi ilmiah, penelitian terlebih dahulu ataupun sumber tertulis lain. Dalam penulisan jurnal ini, sumber informasi utama berasal dari publikasi hasil penulisan sebelumnya dan dokumen lain yang terkait dengan tujuan penulisan maupun hasil kesimpulan dari apa yang penulis telah alami. Adapun penulis juga menggunakan analisa data kualitatif sebagai metode pengolahan informasi yang telah didapat. Penggunaan analisa data kualitatif dilakukan dengan merujuk pada landasan teoritis yang berkaitan dengan topik pembahasan penulisan ini (Muaziroh & Sholiha, 2018). Hal ini bertujuan untuk memudahkan penulis dalam mendapat dan mengolah informasi, sehingga menghasilkan pembahasan yang lebih rinci.

III. HASIL

A. Definisi Sabar

Sabar merupakan kata yang sudah sering digunakan oleh umat beragama dalam kehidupan sehari-hari. Menurut (Hadi, 2018) definisi makna sabar bisa dijelaskan dengan dua cara. Makna pertama dapat didefinisikan secara Etimologi, makna kedua dapat didefinisikan secara Terminologi. Secara Etimologi, kata sabar merupakan kata serapan yang berasal dari Bahasa Arab yaitu sha/b/r, yang terdiri atas huruf Shad, ba, ra. Kata shabr secara leksikal memiliki beragam arti. Jika diikuti partikel 'ala bermakna sabar atau tabah hati, diikuti partikel 'an berarti amsaka (menahan atau mencegah) dan bila diikuti partikel 'bi berarti kafala (menanggung). Secara Terminologi, ada dua definisi sabar yang populer. Yang pertama menurut Al-Muhasibi yang menyatakan bahwa sabar adalah “mengurung diri di tempat penghambaan (ubudiyah) dan membuang rasa gelisah” dan orang yang telah mampu membuang rasa

gelisah berarti telah berada di maqam penghambaan. Yang kedua menurut Dzun Al-Nun yang menyatakan bahwa sabar adalah “menghindarkan diri dari pertentangan (mukhalafah), tenang ketika ditimpa musibah, dan menampakkan diri berkecukupan ketika mengalami kefakiran”. Perbedaan cara pandang ulama mengartikan kata sabar dalam Al-Qur’an inilah yang mengakibatkan terjadinya beragam definisi tentang kata sabar, di samping karena perbedaan latar belakang keilmuan ulama itu sendiri. Namun, umumnya kata sabar ini dibicarakan oleh para ulama yang memiliki latar belakang tasawuf. Karena sabar termasuk dalam kajian utama tasawuf.

Dari penjelasan di atas, besar kemungkinan kata sabar disalahpahami oleh orang awam bahkan umat beragama sekalipun. Saat kata sabar disalahpahami, tidak jarang kata sabar juga akhirnya disalahgunakan untuk hal lain yang tidak berkaitan dengan definisi sabar itu sendiri. Jika di ibaratkan kata “sabar” itu sebagai tameng (perisai) pelindung bagi orang-orang yang salah mengartikan kata sabar. Dikarenakan, mereka itu kebanyakan tidak mau berusaha atau bermalas-malasan. Padahal yang seharusnya itu berusaha, berdoa, dan di iringi dengan kesabaran supaya proses untuk mencapai suatu tujuan bisa terwujud, bukannya bersabar lalu menunggu hasilnya tanpa ada upaya jerih payahnya.

Penting untuk diingat bahwa konsep kesabaran dapat bervariasi dalam berbagai aliran dan cabang agama seperti yang dikemukakan oleh (Subandi, 2011) dalam penelitiannya bahwa sabar bisa diartikan pengendalian diri, menerima usaha untuk mengatasi masalah, tahan menderita, merasakan kepahitan hidup tanpa berkeluh kesah, kegigihan, bekerja keras, gigih, dan ulet untuk mencapai tujuan. Tetapi pada dasarnya, kesabaran dianggap sebagai sikap moral yang penting dalam menghadapi kehidupan dan mengatasi cobaan.

B. Sikap Sabar Dalam Berbagai Situasi

Dalam kitab *as-shabru wa tsawab 'alaihi* yang ditulis oleh Syekh Ibnu Abid Dunya (208-281) mencantumkan sebuah hadits riwayat Ali Bin Abi Thalib Ra., Rasulullah SAW bersabda:

“Sabar ada tiga tingkatan; sabar atas musibah, sabar dalam menjalani ketaatan, dan sabar dari laku kemaksiatan. Siapa saja yang sabar menghadapi musibah, sampai ia mampu merestorasinya sebaik mungkin, Allah akan mengangkat 300 derajatnya. Di mana, satu dengan lainnya berjarak sejauh antara langit dan bumi. Dan, yang bersabar dalam menjalani ketaatan, Allah mengangkat 600 derajatnya. Di mana, satu dengan lainnya berjarak sejauh antara lapisan-lapisan bumi dan batas (ketinggian) ‘arsy. Sedangkan, bagi yang bersabar dari laku kemaksiatan, Allah mengangkat 900 derajatnya. Di mana, satu dengan lainnya berjarak sekitar dua kali lipat antara lapisan-lapisan bumi dan batas (ketinggian) ‘arsy”.

1. Sabar dalam Menghadapi dan Menjalani Musibah

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) musibah adalah suatu kejadian (peristiwa) yang menimpa kita. Kejadian ini dapat kita lihat dari beberapa peristiwa yang sederhana seperti terjatuh saat berjalan atau berlari, keterlambatan saat menaiki transportasi umum, menumpahkan makanan atau minuman di pakaian, dan lain-lain. Salah satu mengatasi permasalahan tersebut kita harus bersabar dengan cara bersikap realistis untuk menerima sesuatu dan percaya bahwa ada cara untuk bertahan melaluinya.

2. Sabar dalam Menjalani Ketaatan Allah

Sabar dalam menjalani ketaatan kepada Allah merupakan bagian penting dari keimanan seseorang. Bentuk ketaatan Allah berbagai ragam seperti menjalankan kewajibannya dalam beribadah seperti shalat, puasa, membaca Al-Qur'an, dan amalan-amalan lainnya memerlukan kesabaran, Ini yang dinamakan Kesabaran dalam beribadah. Terkadang, mungkin ada tantangan atau godaan yang membuat sulit untuk konsisten dalam ibadah, tetapi sabar membantu seseorang untuk tetap berpegang teguh pada ketaatan tersebut. Selain itu, ada juga Sabar dalam

mencari ilmu dan memperbaiki diri. Kesabaran juga diperlukan dalam proses belajar dan memperbaiki diri dalam agama. Yang terakhir ada Sabar dalam berdoa dan berharap kepada Allah. Ketika menjalani ketaatan kepada Allah, sabar dalam berdoa dan meminta pertolongan-Nya adalah sikap yang penting. Terkadang hasilnya tidak langsung terlihat, tapi kesabaran dalam berdoa menunjukkan kepercayaan yang kuat kepada Allah. Kesabaran dalam menjalani ketaatan kepada Allah membantu seseorang untuk tetap istiqamah (konsisten) dalam melaksanakan perintah-Nya, menjauhi larangan-Nya, dan terus berupaya mendekatkan diri kepada-Nya meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan atau godaan.

3. Sabar Menghindari dan Menjauhi Kemaksiatan

Di era zaman sekarang ini banyak sekali hal yang berbau kemaksiatan seperti pencurian, kecanduan pornografi, perselingkuhan, dan lain-lain. Ini mungkin bisa menjadi tantangan yang berat jika seseorang sudah terbiasa atau kecanduan dengan yang namanya kemaksiatan. Oleh karena itu, jika seseorang bisa menghindari dan menjauhi kemaksiatan, anda bisa dikatakan sebagai orang yang sabar dalam level tertinggi (Hasan, 2019). Kita harus menjaga kesabaran untuk menghindari kemaksiatan seperti mencuri, menonton pornografi, perselingkuhan dan lain-lain, dengan ketekunan dan komitmen yang kuat dalam mengatasi hawa nafsu kita. Mulailah dengan membangun kesadaran diri sendiri yang baik dan usaha mengatasi dorongan negatif. Kita tahu kemaksiatan memiliki dampak negatif baik dari segi moral maupun hukum, maka dari itu, kesadaran konsekuensi dari tindakan tersebut menjadi pendorong untuk tidak melakukan hal tersebut.

IV. PEMBAHASAN

A. Bentuk-Bentuk Penyalahgunaan Kata Sabar

Dalam penyalahgunaan kata sabar, ada beberapa kejadian yang bisa kita ambil sebagai contoh. Misalnya dalam kasus orang yang berjudi, kebanyakan dari mereka menggunakan kata sabar untuk menunggu kesempatan menang dalam judi, kata sabar disini digunakan

oleh mereka yang “merasa” sebentar lagi akan menang dalam pertarungan judi. Padahal hal itu hanyalah nafsu sesaat mereka yang memacu perilaku seperti itu. Saat tidak menang, kata sabar itu akan berulang kali digunakan hingga akhirnya mereka kehabisan uang yang pada akhirnya akan memiskinkan orang itu dan yang paling buruk ketika mereka sudah mulai berhutang dengan dalih untuk kebutuhan sehari-hari ataupun membuka usaha, padahal yang mereka lakukan hanyalah berjudi. Ada juga kasus dimana seseorang menggunakan kata sabar untuk menunda suatu pekerjaan hingga waktu yang tidak jelas. Dari contoh kejadian yang diberikan ini, hal ini termasuk ke dalam kategori orang-orang yang lalai (alghofilun) dimana orang tunduk total kepada dorongan hawa nafsunya sehingga motivasi agamanya tidak muncul (Ernawati, 2009) . .

Penyalahgunaan kata sabar ini juga sering terjadi pada mereka yang berasal dari kelas ekonomi menengah ke bawah. Mereka menggunakan kata sabar ini sebagai kalimat pamungkas untuk menghindari tanggung jawab mereka untuk mencari pemasukan, dimana mereka hanya mengharapkan sebuah keajaiban datang pada mereka. Kata sabar ini juga sering disalahgunakan sebagai bentuk validasi atas kemalangan yang menimpa seseorang, penggunaan sabar disini termasuk dalam penggunaan kata sabar yang salah. Karena, dalam keadaan ini kebanyakan hanya mengatakan sabar tanpa berbuat apapun.

Dari contoh kejadian yang dipaparkan di atas, maka ada beberapa bentuk penyalahgunaan kata sabar sebagai berikut:

1. Kata sabar yang digunakan untuk menunggu sesuatu yang tidak pasti
2. Kata sabar yang digunakan untuk menunda suatu pekerjaan yang bersifat urgent
3. Kata sabar yang digunakan untuk kabur dari tanggung jawab yang diberikan
4. Kata sabar yang digunakan untuk menerima keadaan tanpa berusaha mengubahnya

Hal-hal seperti inilah yang menyebabkan kata sabar berubah menjadi negatif. Dalam Tafsir Al-Mishbah milik Quraish Shihab (Yusuf, et al., 2018) dijelaskan bahwa sabar artinya menahan diri dari sesuatu yang tidak berkenan di hati. Maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan kata sabar dalam contoh diatas merupakan sebuah kesalahan, karena jelas penggunaan kata sabar bukanlah untuk hal-hal tersebut.

B. Penggunaan Kata Sabar yang Sebenarnya

Dalam penelitian yang dilakukan (Hadi, 2018) banyak orang yang tidak memahami tentang arti sabar yang hakiki, dalam banyak kesempatan sabar dipahami dengan “bertahan hidup dalam kemiskinan dan kemalangan” atau “terpaksa” menerima musibah. Dalam konteks ini sabar masuk dalam wilayah “pasif” atau “terpaksa”. Padahal jika mencermati beberapa ayat tentang sabar dimana Allah Swt selalu berkata untuk meminta pertolongan dengan sabar dan shalat (QS al-Baqarah: 45), seharusnya sabar dipahami dengan kerangka “sabar yang aktif dan produktif”. “Aktif dan Produktif” yang dimaksud disini berarti tidak pasrah pada keadaan yang terjadi pada hidup, ketika seseorang mengalami kejadian yang tidak menyenangkan, kata sabar inilah yang digunakan untuk menenangkan mental yang terguncang seraya tetap berusaha dengan perlahan-lahan.

Menurut (Yusmansyah, 2008) dalam bukunya yang berjudul “Aqidah Akhlak”, sikap sabar dalam Islam berbeda dengan pasrah. Perbedaannya terdapat pada melakukan usaha. Pasrah adalah sikap menyerah tanpa melakukan usaha sedikit pun. Hidup di dunia ini, bagaikan melaut. Terkadang diterjang ombak yang begitu kuat, kadang tenang dan berjalan lancar. Ketika perjalanan tidak lancar atau mendapatkan kesusahan, manusia harus siap menghadapi setiap kemungkinan. Kesiapan menghadapi setiap kemungkinan itu adalah kesabaran. Kesabaran adalah sikap tabah, ulet, tekun dan tidak mudah putus asa saat diterpa ujian atau kesulitan. Seseorang yang memiliki sifat sabar akan disayangi Allah SWT. Sebagaimana firman Allah SWT berikut, “Wahai orang-orang yang beriman! Mohonlah pertolongan

(kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sungguh, Allah beserta orang-orang yang sabar.” (QS. al-Baqarah: 153).

Sifat sabar sesungguhnya sifat yang mulia dalam Al-Qur'an. Kata sabar tidak bisa dilepaskan dari yang namanya ketakwaan, bertawakal dan Syukur. Hal ini bisa dilihat dalam (QS. Ali Imran : 15-17) tentang bertaqwa, (QS. An-nahl:41-42) tentang bertawakal, (QS. Ibrahim 14:5) tentang bersyukur. Sabar disini difungsikan sebagai label bagi umat beragama, ketika mendapat cobaan dan mereka mampu bersabar atas apa yang terjadi maka mereka termasuk dalam golongan orang-orang yang bertakwa (Munir, 2019). Bertaqwa berarti ia menjalani hidup dengan kesadaran yang mendalam terhadap Allah. Hal ini mencakup, ketaatan pengabdian dan kesadaran akan nilai-nilai moral serta upaya untuk menjauhi dosa atau perilaku yang dianggap tidak baik menurut ajaran agama. Sebagai orang yang beriman kita juga harus senantiasa bertawakal dan bersabar kepada-Nya. Bertawakal adalah berserah diri kepada-Nya, hal ini berarti ia meletakkan kepercayaan kepada Allah SWT dan merelakan hasil usahanya kepada-Nya. Bertawakal juga pasti melibatkan keyakinannya kepada Allah bahwa apapun yang terjadi jika kita sudah berusaha semaksimal mungkin akan tetapi, Hasil tetap Allah yang menentukan. Maka dari itu, bertawakal dan bersabar menjadi suatu hubungan yang erat. Bertawakal merujuk kepada kepercayaan melepaskan atau merelakan pada suatu kekhawatiran terhadap hasil yang belum tentu mereka dapatkan. sedangkan bersabar merujuk pada sifat atau sikap yang memungkinkan seseorang untuk tetap tenang dalam suatu tekanan atau ujian yang berat. Terakhir ada bersyukur. Bersyukur membantu kita untuk menghargai apa yang kita miliki saat ini. Sesungguhnya dengan bersabar dan bersyukur juga melekat pada kata sabar, Al-Ghazali mengatakan bahwa sabar dan syukur itu merupakan bagian dari keimanan. Jika tadi bertawakal tentang kepercayaan kepada Allah untuk merelakan hasil usaha kita kepadanya. Sementara, bersyukur ini melibatkan kesadaran kita atas segala hal yang diberikan olehnya kepada kita, serta ungkapan terima kasih kepada Allah atas hasil yang diberikannya. Keempat sifat ini dapat memberikan terhadap suatu karakter kita yaitu, bertaqwa memberikan arahan moral dalam menghadapi cobaan di kehidupan sehari-hari, bersabar untuk membantu

menghadapi ujian atau tantang yang akan muncul dalam kehidupan sehari, bertawakal membantu melepaskan kekhawatiran atas apa yang terjadi pada hasil yang diberikannya, dan terakhir bersyukur sebagai rasa menghargai dan terima kasih tentang apa yang didapatkan.

Dalam keutamaannya, seharusnya orang yang sabar diharapkan bisa menerima dan tahan terhadap hal-hal yang tidak disenangi atau hal yang tidak mengenakan, seraya menyerahkan diri kepada Allah Swt. dan mengharapkan ridha-Nya (Muaziroh & Sholiha, 2018). Dalam kehidupan sehari-hari selain sering disalahgunakan, kata sabar juga sering disalahartikan oleh sebagian orang sebagai sebuah sikap berdiam diri meratapi nasib tanpa berusaha. Padahal, sabar sebenarnya bukanlah sikap “diam meratapi nasib”, tetapi sikap “diam sesaat untuk mencoba lagi”, seharusnya sabar menjadi kunci dalam meraih kebahagiaan dan ketenangan hidup. Penggunaan sabar yang sebenarnya dapat dilihat pada saat berjualan, ketika orang berjualan mereka akan melakukan apapun untuk membuat dagangannya laku. Namun, tidak jarang usaha ini masih belum membuahkan hasil, maka disinilah kata sabar seharusnya digunakan, kata sabar disini dimaksudkan untuk mengurangi beban pikiran akibat permasalahan yang dialami dan jika melihat masalah diatas, maka solusinya adalah menunggu waktu seraya tetap istiqomah, ikhtiar, usaha dan doa. Karena seperti apa yang telah Allah janjikan dalam surah An-Najm ayat 39-42 “Bahwa manusia hanya boleh memperoleh apa yang telah diusahakannya, bahwa sesungguhnya usaha itu kelak akan diperlihatkan (kepadanya), kemudian dia akan diberi balasan atas (amalnya) dengan balasan yang paling sempurna” dan dalam surah Ar-Rad ayat 11 “Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri, Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”. Ayat diatas menjelaskan bahwa setiap manusia punya peluang untuk mengubah takdir mereka. Adapun kata sabar seharusnya digunakan untuk menahan amarah dan nafsu sesaat manusia yang disebabkan oleh hal-hal duniawi.

V. KESIMPULAN

Penting untuk memahami bahwa pengertian sabar dapat bervariasi dalam berbagai agama dan budaya, bahkan dalam satu agama yang sama juga terdapat beberapa definisi yang berbeda. Yang penting adalah bahwa sabar seharusnya membantu individu menghadapi cobaan hidup dengan kedewasaan emosional, kebijaksanaan, dan keteguhan hati.

Bentuk-bentuk penyalahgunaan yang telah dipaparkan di atas terjadi karena lalainya umat beragama dalam memahami kata sabar yang sebenarnya dan hal ini seharusnya dapat dihindari dengan meningkatkan pemahaman tentang suatu topik lewat kajian-kajian yang bisa dibuat oleh instansi ataupun tempat pembelajaran agama.

Bahwa sabar seharusnya dijadikan sebuah sikap yang dapat membantu seseorang dalam menghadapi kesulitannya, bukan menjadikan seseorang takut dan cenderung menjauhi masalah itu. Karena penggunaan kata sabar sebenarnya bukanlah sebuah validasi atas ketidakmampuan seseorang dalam melakukan suatu hal, tetapi sebagai suatu cara untuk mencapai kebahagiaan dengan mengurangi stres akibat masalah yang dihadapi. Menjadi sabar bukan berarti menunggu tanpa tindakan, tetapi juga menunjukkan sikap tenang, bertahan, dan berusaha dibawah tekanan yang sulit.

Perlu diingat bahwa kesabaran adalah Proses. Terkadang, hasil dari kesabaran yang kita tunjukkan tidak langsung terlihat. Kesabaran adalah proses, bukanlah tujuan akhir. Ini melibatkan perjalanan yang kadang-kadang membutuhkan waktu untuk memunculkan hasilnya.

Namun, jika seseorang yang mengerti soal penggunaan kata sabar, mungkin bisa membuat seseorang berkembang secara pribadi, mengatasi rintangan serta menjaga kestabilan emosional dalam menghadapi berbagai suatu cobaan dalam hidupnya.

Dengan memasuki bagian kesimpulan dari penelitian ini, penulis berharap kata sabar bisa dipahami dengan kerangka yang 'aktif dan produktif' sehingga penyalahgunaan kata sabar bisa dihindari oleh umat beragama.

DAFTAR REFERENSI

Ernawati, S. (2009). Konsep Sabar Menurut M. Quraish Shihab dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental. (Skripsi Sarjana, Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang). https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/11405/1/4103063_Full%20Skripsi.pdf

Hadi, Sofyan. (2018). KONSEP SABAR DALAM AL-QUR'AN. *Jurnal Madani: Ilmu Pengetahuan, Teknologi, Dan Humaniora*, 1(2), 473-488. <https://doi.org/10.33753/madani.v1i2.25>

Hasan, A., W. (2019). *Spiritualitas Sabar dan Syukur*. Yogyakarta: DIVA Press https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=BrLADwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=contoh+kata+sabar&ots=9phZfeiNAd&sig=pR99hvwKDOuPlhCRiiDy__6WjDQ&redir_esc=y#v=onepage&q=contoh%20kata%20sabar&f=false

Muaziroh, U., & Sholiha, Z.A. (2018). AKTUALISASI KONSEP SABAR DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN (Studi Terhadap Kisah Nabi Ayub). *Jurnal At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alqur'an Dan Tafsir*, 3(2), 200-211. <https://doi.org/10.32505/at-tibyan.v3i2.616>

Munir, M. (2019). KONSEP SABAR MENURUT AL-GHAZALI DALAM KITAB IHYA' 'ULUM AL-DIN. *Jurnal Ilmiah Spiritualis: Jurnal Pemikiran Islam Dan Tasawuf*, 5(2), 113-133. <https://doi.org/10.53429/spiritualis.v5i2.64>

Subandi. (2011). Sabar Sebuah Konsep Psikologi. *Jurnal Psikologi UGM*, 38(2), 215-227. <https://www.neliti.com/publications/130454/sabar-sebuah-konsep-psikologi#cite>

Yusmansyah, T. (2008). *Akidah dan Akhlak untuk Madrasah Tsanawiyah kelas VII - IX (1st ed)*. Bandung: Grafindo Media Pratama

Yusuf, M., Kahfi, D., Chaer, M.T., & Ibala, MA. (2018) Sabar dalam Perspektif Islam dan Barat. *Al-Murabbi: Jurnal Studi*

Kependidikan dan Keislaman, 4(2), 233-245.
<https://doi.org/10.53627/jam.v4i2.3225>

Hidayat, A., D. (2021) 3 Tingkatan Sabar dalam Pandangan Syekh Ibnu Abid. Diakses pada 26 Desember 2023 dari <https://www.nu.or.id/tasawuf-akhlak/3-tingkatan-sabar-dalam-pandangan-syekh-ibnu-abid-dunya-w8kpZ>