

INTERKONEKSI KECERDASAN ADVERSITAS DALAM PERSPEKTIF AL QUR'AN

Interconnectedness of Adversity Quotient from The Perspective Of The Qur'an

NURFADHLINA

Perguruan Tinggi Ilmu Al-Qur'an (PTIQ) Jakarta, Indonesia
E-mail: nurfadhлина22@gmail.com

Manuskrip diterima: [11/11/2025]. Manuskrip disetujui: [28/12/2025]

Abstrak. Artikel ini mengkaji interkoneksi antara konsep Kecerdasan Adversitas dalam perspektif Al-Qur'an. Dalam masyarakat modern yang penuh dengan ketidakpastian dan tekanan, kecerdasan adversitas dapat menjadi kunci untuk bertahan dan berkembang. Artikel ini bertujuan mengungkap bagaimana Al-Quran memandang kecerdasan Adversitas membentuk karakter manusia yang tangguh secara psikologis. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Sedangkan metode penafsiran yang digunakan dalam disertasi ini adalah metode tafsir *maudu'i*. Metode ini dipilih karena dapat digunakan untuk mengeksplorasi sebuah konsep dalam al-Qur'an secara lebih menyeluruh. Adapun Data-data dalam penelitian ini diperoleh melalui riset kepustakaan (*library research*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Kecerdasan Adversitas* membentuk kerangka berpikir aktif, adaptif, dan solutif dalam merespons tantangan. Disertasi ini menemukan bahwa Al-Qur'an memuat prinsip penyelesaian masalah (*problem solving*) melalui kisah para nabi yang mengintegrasikan daya juang dan proses penyucian jiwa. Kesimpulannya, interkoneksi *Kecerdasan Adversitas* dalam perspektif Al-Quran membentuk pola kepribadian mukmin ideal yang kuat menghadapi cobaan dan tetap bersandar pada nilai-nilai ilahiah. Temuan ini berkontribusi dalam pengembangan konsep ketahanan diri berbasis Al-Qur'an serta integrasi psikologi modern dan spiritualitas Islam, dengan implikasi pada pendidikan, karakter, dan terapi spiritual.

Kata kunci: Al-Quran, Kecerdasan Adversitas, Interkoneksi, Spiritual

Abstract. This article examines the interconnection between the concept of Adversity Intelligence in the perspective of the Qur'an. In modern societies full of uncertainty and pressure, adversity intelligence can be the key to survival and development. This article aims to reveal how the Qur'an views Adversity Intelligence as shaping psychologically resilient human character. This research uses qualitative methods. Meanwhile, the interpretation method used in this dissertation is the *maudu'i* interpretation method. This method was chosen because it can be used to explore a concept in the Qur'an more thoroughly. The data in this study was obtained through library research. The results show that adversity intelligence forms an active, adaptive, and solution-oriented framework for responding to challenges. This dissertation finds that the Quran contains the principle of problem solving through the stories of the prophets, which integrate fighting spirit and the process of spiritual purification. In conclusion, the interconnection of Adversity Intelligence in the perspective of the Qur'an forms a pattern of an ideal believer's personality who is strong in facing trials and remains grounded in divine values. These findings contribute to the development of the concept of self-resilience based on the Qur'an and the integration of modern psychology and Islamic spirituality, with implications for education, character, and spiritual therapy.

Keywords: The Quran, Adversity Intelligence, Interconnectedness, Spirituality

PENDAHULUAN

Kemampuan individu mengelola diri ketika menghadapi tantangan berperan besar terhadap perkembangan diri maupun masyarakat. Bahkan, ketahanan diri manusia dalam menghadapi kesukaran cenderung menurun dari generasi ke generasi. Hal ini terlihat dari berkembangnya keinginan terhadap sesuatu yang instan dalam jiwa generasi muda masa kini. Hal ini merupakan alasan dari banyaknya orang-orang pintar dan cerdas namun tofak memiliki daya juang tinggi Ketika menghadapi kesulitan. Menurut Paul G. Stoltz, ketahanan diri dalam menghadapi masalah hidup disebut sebagai kecerdasan adversitas. (Stoltz, 2000, p. 2-3.)

Sebelum konsep kecerdasan adversitas (AQ) berkembang, IQ atau Intelligence Quotient dianggap sebagai patokan utama untuk mengukur kecerdasan seseorang. IQ ditekankan pada aspek kecerdasan kognitif, seperti kemampuan verbal, logika, dan penguasaan angka. Kemudian muncul kecerdasan emosional (EQ), perhatian pun mulai beralih ke aspek emosional dan sosial kecerdasan. EQ menekankan kemampuan mengelola emosi sendiri dan orang lain, serta memahami dan merespons secara bijaksana terhadap dinamika emosional dalam berbagai situasi.

Sementara itu, kecerdasan adversitas (AQ) menyoroti kemampuan seseorang untuk mengatasi tantangan, kegagalan, dan ketidakpastian dalam kehidupan. AQ menekankan ketangguhan mental dan fleksibilitas dalam menghadapi situasi sulit. Kecerdasan adversitas merujuk pada kemampuan individu untuk beradaptasi, berkembang, dan tumbuh positif dalam menghadapi tantangan, ketidakpastian, atau cobaan dalam kehidupan. Konsep kecerdasan adversitas (AQ) digagas oleh Paul G. Stoltz. Menurut Stoltz, dilihat dari respon terhadap masalah nabusia dapat digolongkan menjadi tiga tipe, yaitu *climber*, *camper* dan *quiter*. Tiga macam karakter adversitas ini diangkat dari analogi tiga macam pendaki saat menghadapi tantangan dalam mendaki gunung.

Kecerdasan Adversitas memiliki empat dimensi, menurut Stoltz (2000). Kendali (control), asal-usul dan pengakuan (origin dan ownership), jangkauan (reach), dan daya tahan (endurance) adalah dimensi-dimensi ini. Salah satu aspek kecerdasan adversitas adalah kontrol, yang mengukur seberapa besar seseorang percaya dapat mengendalikan keadaan sulit dalam hidup mereka. Asal-usul dan pengakuan mengacu pada kemampuan seseorang untuk menemukan dan mengidentifikasi sumber kesulitan. Jangkauan adalah ukuran yang mengukur bagaimana tantangan memengaruhi aspek lain dari kehidupan seseorang. Daya tahan, di sisi lain, didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengukur dan mengontrol tingkat kesulitan selama periode waktu tertentu (Ismail et al., 2022).

Pemahaman tentang kecerdasan adversitas berkembang seiring waktu, dan konsep ini terus dijelajahi dalam konteks psikologi, pendidikan dan pengembangan pribadi untuk memahami lebih dalam cara individu mengatasi tantangan hidup mereka. Dalam agama Islam, kemampuan menghadapi masalah juga menjadi salah satu *lifeskill* yang harus dimiliki oleh setiap muslim. Hal ini berkenaan dengan ketentuan Allah Swt. Bahwasanya setiap insan akan diuji dengan cobaan-cobaan yang beraneka ragam.

Selain memberi peringatan akan kehadiran cobaan bagi manusia, Al-Qur'an juga menekankan bahwa ujian yang diberikan pada setiap individu sudah disesuaikan dengan kapasitasnya masing-masing. Tidak akan ada yang diuji melebihi kapabilitasnya dalam menghadapi masalah.

Dengan melihat perspektif Al-Quran, yang dianggap sebagai petunjuk hidup bagi umat Islam, penelitian ini mencoba untuk menyelidiki bagaimana interkoneksi kecerdasan adversitas dan Al-Quran dapat memberikan pandangan yang holistik dan berkelanjutan dalam menghadapi tantangan hidup. Latar belakang ini mencerminkan urgensi penelitian untuk memahami bagaimana konsep-konsep ini saling melengkapi dan memberikan pedoman bagi individu dalam menjalani kehidupan yang bermakna dan seimbang.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendalami interkoneksi antara kecerdasan adversitas dalam perspektif Al-Qur'an, dengan fokus pada beberapa aspek utama: Menganalisis Konsep Kecerdasan

Adversitas, Menemukan Keterkaitan dan Interkoneksi Kecerdasan Adversitas dan mengidentifikasi petunjuk atau ajaran Al-Qur'an yang mencerminkan keterkaitan ini. Evaluasi Perspektif Ulama dan Tafsir Tradisional dengan mengkaji pendapat ulama dan tafsir tradisional Islam terkait dengan kecerdasan adversitas dan ketahanan diri serta tuntunan *problem solving* dalam Al-Quran.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, karena bertujuan menghasilkan data berupa uraian mendalam tentang konsep kecerdasan adversitas dalam perspektif al-Qur'an. Metode penafsiran yang dipakai adalah tafsir maudu'i (tematik). Metode ini dilakukan dengan cara mengumpulkan seluruh ayat yang berkaitan dengan tema tertentu, kemudian dianalisis secara menyeluruh untuk menemukan makna dan konsep yang utuh. Menurut 'Abd al-Hayy al-Farmawi, metode ini memiliki keunggulan dalam menafsirkan ayat dengan ayat, menemukan hubungan tematik antar-ayat, serta menyajikan pandangan al-Qur'an secara komprehensif.

Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan melalui riset kepustakaan (*library research*). Data utama berupa ayat-ayat al-Qur'an yang relevan dengan tema kecerdasan adversitas, serta penjelasan para mufasir dalam kitab tafsir klasik dan kontemporer. Data pendukung diperoleh dari buku, jurnal, artikel ilmiah, dan literatur bidang psikologi, pendidikan, serta ilmu sosial yang terkait.

Prosedur

Langkah-langkah penelitian dilakukan ialah sebagai berikut:

1. Menentukan tema penelitian, yaitu kecerdasan adversitas dalam perspektif al-Qur'an.
2. Melacak dan mengumpulkan ayat-ayat terkait dengan menggunakan kitab *Mu'jam* dan indeks al-Qur'an.
3. Menyusun ayat-ayat secara sistematis, memperhatikan kronologi turunnya (makkiyah-madaniyah) serta konteks *asbāb al-nuzūl*.
4. Menganalisis korelasi (*munāsabah*) antar ayat dan melengkapinya dengan hadis yang relevan.
5. Membandingkan penafsiran para mufasir untuk melihat kesamaan maupun perbedaan pandangan.
6. Memperkaya hasil kajian dengan temuan ilmiah kontemporer dari disiplin ilmu terkait.

Dicantumkan tahapan-tahapan penelitian, meliputi alat dan bahan (jika ada), populasi dan sampel (jika ada), rancangan percobaan (jika ada), dan cara kerja.

Analisis Data

Analisis dilakukan secara kualitatif dengan menafsirkan ayat-ayat berdasarkan tafsir maudu'i, membandingkan ragam penafsiran, serta mengaitkannya dengan temuan ilmiah yang relevan. Hasil analisis kemudian disintesis untuk memperoleh gambaran komprehensif mengenai interkoneksi kecerdasan adversitas dalam perspektif al-Qur'an.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Awal Mula Kemunculan Kecerdasan Adversitas

Awal kemunculan konsep Kecerdasan Adversitas dapat ditelusuri dari kebutuhan untuk memahami bagaimana individu menghadapi dan mengatasi tantangan hidup. Pada akhir abad ke-20, psikologi mulai menyoroti bahwa kemampuan manusia untuk sukses dalam hidup bukan hanya bergantung pada kecerdasan intelektual (IQ) atau kecerdasan emosional (EQ), tetapi juga pada kemampuan mereka untuk bertahan menghadapi kesulitan dan bangkit dari kegagalan. Dari sinilah muncul gagasan bahwa ada bentuk kecerdasan lain yang disebut Kecerdasan Adversitas.

Paul G. Stoltz, seorang psikolog dan ahli kepemimpinan, memperkenalkan konsep ini secara formal dalam bukunya yang terbit pada tahun 1997, berjudul *Adversity Quotient: Turning Obstacles Into Opportunities*. Stoltz menyoroti bahwa Kecerdasan Adversitas adalah kunci penting dalam mencapai kesuksesan jangka panjang, terutama dalam konteks yang penuh tekanan.

Konsep kecerdasan ini muncul sebagai respons atas keterbatasan model-model tradisional yang berfokus pada kecerdasan intelektual (IQ) dan emosional (EQ) dalam menjelaskan keberhasilan individu dalam berbagai situasi. IQ dan EQ tidak cukup untuk menjelaskan mengapa ada individu yang mampu mengatasi kesulitan ekstrem dan bahkan tumbuh karenanya, sementara yang lain mudah terpuruk (Stoltz, 2000, p. 14).

Salah satu tokoh utama yang memperkenalkan dan mengembangkan konsep Kecerdasan Adversitas adalah Paul G. Stoltz, seorang psikolog dan penulis. Stoltz mendefinisikan AQ sebagai ukuran dari kapasitas seseorang untuk menghadapi kesulitan hidup, bertahan, dan bahkan berkembang melalui tantangan tersebut. Stoltz mengidentifikasi AQ sebagai komponen yang bisa dikembangkan melalui latihan dan pengalaman, bukan hanya bawaan lahir, menjadikannya konsep yang dinamis dan dapat ditingkatkan (Stoltz, 2000, p. 15).

Dalam pandangan Stoltz, AQ dibagi menjadi empat dimensi utama yang saling terkait: *Control* (Kendali), *Origin & Ownership* (Kepemilikan), *Reach* (Jangkauan), dan *Endurance* (Ketahanan), yang disingkat sebagai CORE. Dimensi *Control* mengacu pada seberapa besar seseorang merasa memiliki kendali atas situasi yang sulit. *Origin & Ownership* mencerminkan tanggung jawab yang diambil oleh individu terhadap tindakan mereka dalam menghadapi kesulitan. *Reach* menggambarkan sejauh mana dampak kesulitan dirasakan dalam kehidupan individu. Terakhir, *Endurance* menggambarkan seberapa lama individu percaya bahwa kesulitan akan berlangsung. Kombinasi dari keempat dimensi ini membentuk gambaran keseluruhan AQ seseorang (H. Ma'ruf, 2020, p. 1).

Konsep Kecerdasan Adversitas dalam Al-Qur'an

1. Term Kecerdasan Adversitas dalam Al-Qur'an: *Syukr, Sabr, Muhasabah, Juhd, Tawakkul*

a. *Syukr*

Syukur merupakan langkah pertama yang harus ditempuh seseorang ketika menghadapi masalah. Istilah "syukur" berasal dari bahasa Arab *syakara–yasykuru–syukran*, yang secara etimologis berarti membuka, menampakkan, atau menonjolkan kebaikan (ibnu Mandzur Al-

Mishri, 2009). Dalam konteks Al-Qur'an, syukur adalah sikap jiwa yang menunjukkan pengakuan dan penghargaan atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah (Aini, 2024).

Dalam perspektif Kecerdasan Adversitas, syukur bukan hanya ekspresi ucapan terima kasih, tetapi juga manifestasi dari kendali diri (*control*) atas respons terhadap ujian kehidupan. Dalam *Tafsir al-Misbah*, M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa bentuk syukur yang dimaksud dalam ayat ini bukan hanya ucapan lisan, tetapi kesadaran hati yang mendalam dan diwujudkan dalam perbuatan nyata (Shihab, 2016). Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulu>m ad-di>n* menyebutkan bahwa syukur memiliki tiga unsur: pengakuan hati terhadap nikmat, pengucapan syukur dengan lisan, dan pemanfaatan nikmat sesuai dengan kehendak Allah (Al-Ghazali, 2022).

b. *S}abr*

Istilah "sabar" berasal dari bahasa Arab dan masuk ke bahasa Indonesia. "*S}abara*" adalah etimologi dari kata "*s}abr*", yang dibentuk menjadi infinitif atau "*masdar*" (Sari, 2024, p. 1). Sabar dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti tetap tenang, tidak tergesa-gesa, dan tidak pemaarah. Salah satu akhlak mulia yang harus dimiliki oleh setiap orang yang beragama Islam adalah sabar (Sari, 2024, p. 6). Para ulama sejak lama telah memperhatikan makna sabar di dalam Al-Qur'an karena pentingnya akhlak sabar dalam Islam (Raihanah, 2018, p. 25).

Sabar dalam Al-Qur'an adalah cermin dari kesadaran mendalam terhadap asal-muasal ujian atau masalah yang dihadapi. Dalam konteks *origin* dalam Adversity Quotient, sabar mencerminkan kemampuan untuk tidak gegabah menyalahkan pihak luar, melainkan menyikapi ujian sebagai bagian dari takdir dan proses spiritual yang dirancang.

c. *Muh}a>sabah*

Muh}a>sabah terbentuk masdar (bentuk dasar) dari kata *h}a>saba – yuh}a>sibu*, yang berarti menghitung, mengoreksi, introspeksi (Drajat, 1997). Kata *Muh}a>sabah* telah diserap ke dalam Bahasa Indonesia dengan makna introspeksi, mawas, atau meneliti diri. Oleh karena itu muhasabah tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat (Syukur, 2006, p. 83).

Dalam pandangan Al-Qur'an, muhasabah atau introspeksi diri merupakan bentuk konkret dari *ownership*, yaitu kepemilikan tanggung jawab pribadi atas masalah yang dihadapi. Konsep ini erat kaitannya dengan upaya manusia untuk menjaga hubungan yang baik dengan Allah SWT, sesama manusia, dan dirinya sendiri (Syukur, 2006, p. 83).

Menurut Al Ghazali, bahwa ada enam tingkatan untuk melakukan muhasabah ataupun perhitungan amal perbuatannya, yaitu: *Musyarahah* (bersepakat atau mengadakan persetujuan), *murāqabah* (menjaga atau memelihara diri), *muḥāsabah* (introspeksi diri), *mu'a>qabah* (menghukum diri sendiri), *mujāhadah* (bersungguh-sungguh), *mu'atabah* (mengkritik jiwa) (Muttaqin, 2023).

d. Juhd

Kata *Juhd* berasal dari akar kata *jahada*. Kata ini berarti berusaha keras atau berupaya maksimal. Secara terminologis, *jahada* sering dikaitkan dengan *jihad*, yang berarti berjuang dengan sungguh-sungguh di jalan Allah. Kata *jahada* beserta derivasinya, ditemukan sebanyak 41 kali dalam 19 surah Al-Qur'an ('Abdul Baqi, 1981, pp. 182–183). Sikap *juhd* yang dinarasikan dalam Al-Qur'an merupakan cerminan dari aspek *reach* dalam Kecerdasan Adversitas, yaitu kemampuan membatasi sejauh mana pengaruh suatu kesulitan memengaruhi kehidupan seseorang.

Dalam kitab *Mu'jam al-Mausu'i Li Alfadz al-Qur'an al-Karim* diterangkan bahwa kata *Jahada-Yujahidu* bersama derivasinya mempunyai dua makna, yaitu mengerahkan segala kemampuan dan berperang di jalan Allah (*al-Qital*). Sedangkan kata *Jahada* beserta derivasinya mempunyai arti *Ga>yah*, *an-Niha>yah* (tujuan akhir), *Masyaqqah* (kesulitan), *al-Was'u* (kemampuan) dan *al-T{a>qah* (kemampuan) (Umar, n.d.).

e. Tawakkul

Tawakkul atau *tawakkal* merupakan salah satu konsep sentral dalam ajaran Islam yang berkaitan erat dengan kekuatan batin dan kecerdasan spiritual manusia dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Zulfian & Saputra, 2021). Secara etimologis, kata *tawakkul* berasal dari akar kata *wakala* (وَكَّلَ), yang bermakna penyerahan atau mewakili urusan kepada pihak lain. Dalam konteks teologis, *tawakkul* atau *tawakkal* berarti menyerahkan segala urusan kepada Allah setelah terlebih dahulu melakukan usaha dan ikhtiar secara maksimal (Yanti & Untari, 2024).

Dalam dimensi Kecerdasan Adversitas, sikap *tawakkul* merupakan representasi dari aspek *endurance*, yaitu ketangguhan seseorang dalam bertahan menghadapi kesulitan dalam jangka waktu yang panjang tanpa kehilangan harapan atau arah.

Tabel 1. Komparasi terminology dalam Konsep Kecerdasan Adversitas dan Al-Quran

No	Term Kecerdasan Adversitas	Term Al-Quran
1	Control	Syukur
2	Origin	Sabar
3	Ownership	Muhasabah
4	Reach	Juhd
5	Endurance	Tawakkul

2. Kecerdasan Adversitas Para Nabi Dalam Al-Qur'an: Nuh, Ibrahim, Yusuf, Ayub, Musa, Isa, Muhammad.

a. Nuh As.

Nama lengkapnya ialah Nuh bin Lamik bin Mutawasysyilakh bin Idris bin Yazid bin Malayil bin Qanin bin Anusy bin Syits bin Adam AS (Surur, 2022, p. 194). Jarak waktu Nabi Nuh dengan Nabi Adam menurut sebagian Riwayat ialah 10 abad. Hal ini tidaklah mengehrankan, sebab usia manusia zaman dahulu dikenal sangat panjang (Audah, 2011, p. 41). Nabi Nuh sendiri berusia 950 tahun. Hal ini tercantum dalam berbagai kitab agama samawi (Lajnah Pentashihan Mushaf Al-

Quran & Balai Litbang Kemenag RI, 2012, p. 72). Usia orang-orang sebelum Nabi Nuh juga berkisar sekitar 900 tahun. Diriwayatkan bahwa usia Nabi Adam mencapai 930 tahun dan Nabi Syits 912 tahun (Audah, 2011, p. 42).

Kisah Nabi Nuh dalam Al-Qur'an memberikan banyak pelajaran tentang Kecerdasan Adversitas, terutama dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan dan tantangan. Nabi Nuh tidak hanya mengajarkan pentingnya kesabaran dan ketekunan, tetapi juga mengajarkan bagaimana seseorang harus tetap percaya pada pertolongan Allah meskipun berada dalam situasi yang paling sulit.

b. Ibrahim As.

Nabi Ibrahim a.s. adalah salah satu rasul ulul azmi yang dikenal dengan keteguhan, keberanian, dan kecerdasannya dalam menghadapi berbagai ujian berat (Zuhriah, 2024). Sejak kecil, beliau hidup di tengah masyarakat yang menyembah berhala, bahkan ayahnya sendiri adalah pembuat patung-patung sesembahan (Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Quran & Balai Litbang Kemenag RI, 2012). Namun, Ibrahim memiliki pemahaman mendalam tentang tauhid dan keberanian untuk melawan arus kepercayaan yang salah. Keputusan beliau untuk menentang penyembahan berhala menunjukkan Kecerdasan Adversitas yang luar biasa, yaitu kemampuan untuk berdiri teguh meskipun berada dalam tekanan sosial yang sangat besar (Zuhriah, 2024).

Salah satu bukti Kecerdasan Adversitas Nabi Ibrahim adalah keberanian beliau untuk mendebat kaumnya secara rasional. Ketika kaumnya tidak dapat memberikan jawaban logis, Nabi Ibrahim menegaskan bahwa penyembahan berhala adalah kebodohan dan hanya Allah yang layak disembah (Ibnu Katsir, 2014). Sikap ini menunjukkan keteguhan beliau dalam menghadapi keyakinan yang salah, meskipun hal tersebut menimbulkan kebencian dari kaumnya.

c. Yusuf As.

Perilaku Nabi Yusuf dalam kisahnya yang tercatat dalam Al-Qur'an menunjukkan kecerdasan aversitas (kemampuan untuk menghindari bahaya atau situasi yang berisiko) yang luar biasa. Kecerdasan aversitas Nabi Yusuf terlihat dalam banyak aspek kehidupannya, seperti dalam menghindari fitnah, menghadapi godaan, dan merencanakan masa depan dengan bijak.

Pada awal kisah, Allah SWT menurunkan wahyu kepada Nabi Yusuf, yang memberikan petunjuk tentang masa depan yang penuh ujian. Nabi Yusuf juga memiliki kecerdasan ilahiah yang tidak hanya membuatnya memahami mimpi, tetapi juga memampukannya untuk mengenali arah takdir yang akan terjadi. Kemampuan ini juga merupakan bagian dari kecerdasan aversitasnya, di mana ia mampu membaca situasi dan mengantisipasi langkah-langkah yang perlu diambil dalam menghadapi potensi risiko.

d. Ayyub As.

Nabi Ayyub adalah salah satu nabi yang terkenal dengan kesabaran dan ketabahannya dalam menghadapi ujian hidup yang berat. Kisah beliau yang tercatat dalam Al-Qur'an, terutama dalam Surah Sad (38) dan Surah Al-Anbiya (21), menggambarkan bagaimana beliau menghadapi cobaan

besar dengan kecerdasan aversitas. Meski dilanda penyakit yang parah dan kehilangan harta, keluarga, serta kekayaan, Nabi Ayyub menunjukkan kecerdasan dalam menghadapi ujian yang tidak hanya mencakup ketabahan tetapi juga kebijaksanaan dalam cara beliau menghadapinya.

Kecerdasan aversitas Nabi Ayyub terlihat dari cara beliau menghadapi penyakit yang datang. Keteguhan dan kecerdasan Nabi Ayyub dalam menghadapi ujian menjadi contoh teladan bagi umat Islam tentang bagaimana menghadapi kesulitan dengan sabar, tanpa membiarkan perasaan putus asa merusak hubungan dengan Allah dan tanpa berlarut-larut dalam kesedihan yang tidak produktif (Ibnu Katsir, 2014).

e. Musa As.

Nabi Musa a.s. adalah salah satu rasul ulul azmi yang diutus oleh Allah untuk menyelamatkan Bani Israil dari perbudakan Firaun dan membimbing mereka menuju jalan yang benar (Audah, 2011). Kisah Nabi Musa penuh dengan ujian besar yang menguji keteguhan, kesabaran, dan keberaniannya.

Dari kehidupan Nabi Musa, kita belajar bahwa menghadapi tantangan hidup memerlukan keyakinan penuh kepada Allah, keberanian dalam mengambil keputusan sulit, dan kesabaran dalam menghadapi berbagai tekanan. Nabi Musa adalah teladan sempurna tentang bagaimana Kecerdasan Adversitas dapat membawa seseorang melalui ujian hidup yang paling berat.

f. Isa As.

Nabi Isa a.s. adalah salah satu rasul ulul azmi yang diutus kepada Bani Israil untuk mengajarkan ajaran tauhid dan membawa mereka kembali ke jalan Allah (Audah, 2011). Kehidupan beliau penuh dengan ujian berat yang menguji keteguhan dan kesabaran luar biasa. Dari awal kelahirannya, Nabi Isa telah menghadapi tantangan besar. Beliau lahir dari seorang ibu, Maryam, tanpa seorang ayah, yang menyebabkan masyarakat pada saat itu menuduh Maryam berbuat zina. Namun, Allah memberikan mukjizat dengan membuat bayi Isa berbicara untuk membela kehormatan ibunya (Masykuroh et al., 2023).

Nabi Isa menunjukkan Kecerdasan Adversitas dengan menghadapi tantangan dari para pemimpin agama yang bersekongkol dengan penguasa Romawi untuk menentang dakwahnya. Beliau menggunakan hikmah dan kelembutan dalam berdakwah, menyampaikan ajaran tentang kasih sayang, keadilan, dan pengampunan.

g. Muhammad SAW.

Nabi Muhammad SAW adalah teladan sempurna dalam Kecerdasan Adversitas, yaitu kemampuan untuk menghadapi berbagai tantangan dengan keteguhan, kesabaran, dan strategi yang tepat. Kehidupan beliau penuh dengan ujian berat, mulai dari masa kecil hingga menjadi Rasulullah.

Saat diangkat menjadi nabi pada usia 40 tahun, Rasulullah menghadapi tantangan besar dalam menyampaikan risalah tauhid di tengah masyarakat Quraisy yang tenggelam dalam kemusyrikan dan adat jahiliyah. Penolakan keras dari kaum Quraisy tidak membuat beliau

menyerah. Justru dengan kecerdasan emosionalnya, Nabi Muhammad SAW tetap berdakwah dengan hikmah dan kelembutan.

Seluruh kehidupan Rasulullah SAW adalah bukti nyata bahwa Kecerdasan Adversitas mencakup kesabaran, kebijaksanaan, keberanian, dan kemampuan untuk mengatasi tantangan dengan cara yang strategis. Beliau adalah teladan sempurna bagi umat manusia dalam menghadapi ujian hidup dengan penuh keimanan dan kecerdasan.

3. Kecerdasan Adversitas Tokoh Selain Nabi dalam Al-Qur'an: Habil, Asiyah, Putri Nabi Syuaib, Thalut, Ratu Balqis Imran, Istri Imran, Maryam, Luqman dan Dzulqarnain

a. Habil

Habil adalah salah satu putra Nabi Adam *'alaihissalam* yang kisahnya diabadikan dalam Al-Qur'an sebagai simbol ketakwaan, kesabaran, dan integritas moral. Dalam sejarah manusia, Habil adalah figur pertama yang menjadi korban kejahatan karena mempertahankan prinsip dan keimanannya (Audah, 2011).

Kisah Habil dan Qabil disampaikan secara ringkas dalam QS Al-Ma'idah ayat 27–31. Dalam ayat ini, Habil menunjukkan Kecerdasan Adversitas dalam bentuk "*control*" dan "*ownership*". Ia tidak terpancing emosi meskipun diancam akan dibunuh. Ia memahami bahwa penerimaan kurban bukanlah karena siapa dirinya, tapi karena takwa yang menjadi ukuran di sisi Allah (Amamta, 2024).

b. Asiyah

(Tim Penulis KPRK MUI, 2022)keimanan sejati (Tim Penulis KPRK MUI, 2022). Ia hidup dalam istana Fir'aun, penguasa paling angkuh dan dzalim sepanjang sejarah. Meski menjadi istri dari seorang tiran yang mengaku sebagai Tuhan, Asiyah justru menunjukkan keteguhan hati dan iman yang luar biasa. Ia menjadi teladan tentang bagaimana seorang mukmin menghadapi tekanan luar biasa tanpa kehilangan arah dan nilai (Choerunissya, 2021).

Keberanian Asiyah bukan hanya bersumber dari kekuatan hati, tapi juga dari kedalaman pengetahuan dan kesadaran spiritualnya. Ia tahu siapa Fir'aun, namun ia juga tahu siapa Tuhan yang Maha Perkasa . Ia tidak terjebak dalam ketakutan, karena ia memiliki orientasi akhirat yang jelas. Inilah bentuk paling sempurna dari AQ pada tingkat "climber", yakni orang yang tidak hanya bangkit dari masalah, tapi juga tumbuh menjadi lebih kuat karenanya.

c. Putri Nabi Syuaib

Ketika Musa melarikan diri dari Mesir, ia sampai di sebuah sumber air tempat para penggembala berkumpul untuk memberi minum ternak mereka. Dengan kepekaannya terhadap situasi, Musa mendekati mereka dan bertanya, "Apa maksud kalian berada di sini seperti ini?" Mereka menjawab dengan jujur dan penuh kesantunan bahwa mereka tidak akan memberi minum sebelum para penggembala laki-laki selesai, dan bahwa ayah mereka adalah seorang lelaki tua yang sudah tidak mampu mengurus ternak. Jawaban itu terangkum dalam firman Allah QS al-Qashash: 23–24).

Dari dialog pada ayat tersebut, terlihat bahwa kedua perempuan itu tidak hanya memiliki tanggung jawab sosial, tetapi juga kecerdasan emosional yang matang. Mereka tahu batas, mereka sadar akan kondisi sosial, dan mereka tetap menjalankan kewajiban keluarga meski di tengah tekanan lingkungan yang tidak sepenuhnya aman bagi perempuan. Ini adalah bentuk nyata dari Kecerdasan Adversitas—ketangguhan mental dan spiritual dalam menghadapi tekanan hidup dengan menjaga prinsip dan adab.

d. Thalut

Thalut merupakan raja Bani Israil yang memimpin pasukanya mengalahkan Jalut (Kholil, 2022, p. 45). Ia memiliki postur yang tinggi, lebih tinggi dari Bani Israil yang lain (Abdul Jabbar, n.d., p. 769). Nama Thalut disebutkan sebanyak dua kali di dalam Al-Qur'an, yaitu pada QS al-Baqarah [2]: 247 dan 249. Dua ayat tersebut mengisahkan perjalanan Thalut dengan pasukanya melawan jalut dan pasukanya. Diantara pasukan Thalut, terdapat nabi Daud *alaihi salam*. Dan, nabi Dud pulalah yang mengalahkan Jalut dalam duel satu lawan satu (Abdul Jabbar, n.d., p. 761).

Kisah Thalut dalam Al-Qur'an merupakan salah satu contoh nyata bagaimana Kecerdasan Adversitas berperan dalam kepemimpinan dan ujian hidup. Thalut dipilih oleh Allah sebagai raja bagi Bani Israil di saat mereka membutuhkan seorang pemimpin yang mampu membawa mereka keluar dari keterpurukan (Kholil, 2022).

e. Ratu Balqis

Ratu Balqis adalah sosok pemimpin perempuan yang diabadikan Al-Qur'an melalui kisahnya bersama Nabi Sulaiman dalam Surah An-Naml ayat 20–44. Ketika menerima surat dari Nabi Sulaiman yang disampaikan oleh burung Hud-hud, Ratu Balqis tidak langsung bereaksi emosional. Ia justru membuka ruang musyawarah dan menunjukkan keterbukaan untuk menganalisis situasi.

Tanggapan Balqis atas surat ini menunjukkan kematangan psikologis. Transformasi diri Ratu Balqis dari penyembah matahari menjadi seorang muslimah adalah bukti bahwa kecerdasan dalam menghadapi kesulitan hidup dapat bermuara pada penyucian jiwa. Ia tidak sekadar bertahan, tetapi tumbuh dan berubah ke arah yang lebih tinggi secara spiritual. Inilah esensi sejati dari Kecerdasan Adversitas yang terintegrasi dengan pembersihan jiwa.

f. Imran

Imran adalah seorang hamba Allah yang disebutkan dalam Al-Qur'an sebagai kepala keluarga yang diberkahi dengan keturunan mulia. Ia juga merupakan seorang imam besar masjid al-Aqsha (Masykuroh et al., 2023, p. 147). Di dalam Qur'an terdapat dua nama Imran, yang pertama ialah Keluarga Imran (Ar ,rman). Dari Keluarga ini lahir Musa dan Harun (dan Miriam dalam pedanjian Lama, yang disebut nabiah, nabi perempuan), dan Imran (Amram) dari Yizhar, Yizhar dari Kehat, Kehat dari Lewi, Lewi dari yakub, yakub dari Ishak. Yang seorang lagi istri Imran (Ali 'Imran/3:33 dan 35), yakni Imran ayah Maryam (Audah, 2011, p. 502). Keluarga Imran memiliki tempat istimewa dalam sejarah keimanan umat manusia (Milasari, n.d., p. 35).

Melalui kisah Imran, umat manusia diajarkan bahwa keluarga adalah fondasi penting dalam menegakkan nilai-nilai keimanan. Imran menunjukkan bahwa kesabaran, keimanan, dan pengabdian

kepada Allah adalah kunci untuk menghadapi segala ujian kehidupan. Kisah ini mengajarkan bahwa melalui keluarga yang saleh, Allah dapat menurunkan berkah-Nya kepada dunia.

g. Hannah (Istri Imran)

Hannah atau Istri Imran adalah sosok perempuan mulia yang Allah abadikan dalam Al-Qur'an sebagai contoh keteguhan iman, penghambaan, dan penyerahan total kepada Allah. Meskipun namanya tidak disebutkan secara eksplisit dalam mushaf, kontribusi spiritualnya sangat besar. Dalam beberapa kitab tafsir, Hannah dikenal sebagai ibu dari Maryam, nenek dari Nabi Isa 'alaihis salam, dan bagian dari keluarga Imran yang disucikan Allah (Audah, 2011). Dalam konteks *Kecerdasan Adversitas*, istri Imran menampilkan daya tahan spiritual dan emosional yang tinggi dalam menghadapi harapan, kenyataan, dan keterbatasan sosial zamannya.

Ketika ia mengandung anak, ia memanjatkan sebuah nazar penuh keyakinan kepada Allah. Istri Imran memiliki visi spiritual jangka panjang, bahkan sebelum anaknya lahir. Ia tidak menanti kondisi ideal untuk beramal, melainkan menggunakan apa yang ia miliki—kandungannya yang masih dalam rahimnya—untuk mendekatkan diri kepada Allah (Ghoni, 2021). Ini adalah bentuk *Kecerdasan Adversitas* yang tinggi: ia mengontrol (*control*) keadaan dirinya dan menjadikannya sebagai sarana pengabdian, bukan keluhan.

Namun, saat ia melahirkan, ekspektasi yang ia bangun berbenturan dengan kenyataan. Dalam budaya saat itu, anak laki-laki dianggap lebih pantas mengabdikan diri di tempat suci (Masykuroh et al., 2023). Maka muncul kekecewaan alami dari istri Imran, namun ia segera mengubah perasaannya menjadi doa perlindungan dan penguatan spiritual. Inilah bentuk *ownership* dalam *Kecerdasan Adversitas*: menerima tanggung jawab atas realita yang ada, bukan menyesali takdir.

h. Maryam

Sayyidah Maryam adalah salah satu perempuan paling mulia yang disebutkan dalam Al-Qur'an. Namanya disebutkan sebanyak 34 kali dalam Al-Qur'an. Sebagai pribadi terdapat dalam 11 ayat, yaitu QS al-Imran/3:36,37,42,43,44,45; QS an-Nisa'/4: 156, 171; QS Maryam/19:16,27; Tahrim/66: 12; yang 23 ayat selebihnya disebutkan bersama-sama dengan nama Isa anak Maryam, dan satu penyebutan lagi sebagai saudara perempuan Harun (Audah, 2011, p. 527). Ayah Maryam ialah Imran yang memiliki sanad hingga Nabi Daud. Adapun ibunya adalah Hanah binti Faqud bin Qabil. Dia juga dikenal sebagai ahli ibadah (Ibnu Katsir, 2015, p. 391).

Kehidupannya penuh dengan ujian berat, namun ia menunjukkan *Kecerdasan Adversitas* yang luar biasa dalam menghadapi semua cobaan dengan keteguhan iman dan kesabaran. Sejak kecil, Maryam sudah dipilih oleh Allah untuk menjalani tugas mulia. Ia dibesarkan dalam pengasuhan Nabi Zakariya dan menghabiskan waktunya di mihrab untuk beribadah kepada Allah (Masykuroh et al., 2023, p. 148).

i. Luqman Hakim

Luqman Hakim adalah seorang bijak yang namanya sangat terkenal dalam sejarah Islam karena kebijaksanaan dan kecerdasan spiritualnya. Meski tidak ada penjelasan rinci mengenai latar

belakangnya dalam Al-Qur'an, ia dikenal sebagai seorang yang penuh hikmah dan diangkat oleh Allah sebagai contoh bagi umat manusia, terutama dalam menghadapi kesulitan hidup. Nama Luqman juga tercantum dalam berbagai kisah dan dongeng. Ia dinarasikan sebagai sosok yang penuh kebijaksanaan. Mengutip Ibn Abbas, dikatakan dia bukan nabi, juga bukan raja. Dia seorang gembala yang sudah dibebaskan oleh tuannya (Audah, 2011, p. 511).

Luqman merupakan seseorang yang penuh kebijaksanaan dan alim. Ia mendapatkan *hikmah* dari Allah, sehingga mendapat sematan nama "hakim" yang berarti bijaksana (Achmadin & Achmad, 20181, p. 236). Salah satu contoh Kecerdasan Adversitas Luqman dapat dilihat dalam cara beliau menghadapinya sebagai seorang ayah. Luqman menghadapi tantangan besar dalam mendidik anaknya dengan nilai-nilai kebaikan, iman, dan ketakwaan.

j. Dzulqarnain

Dalam Al-Qur'an, kisah Dzulqarnain merupakan salah satu narasi yang sarat dengan hikmah, terutama dalam menggambarkan Kecerdasan Adversitas. Ia adalah seorang pemimpin yang dikaruniai kekuasaan oleh Allah, namun dalam perjalanannya, ia menghadapi berbagai tantangan yang menguji ketahanan mental, kebijaksanaan berpikir, serta keimanannya kepada Allah (Audah, 2011). Salah satu ujian terbesar yang dihadapinya adalah permintaan dari suatu kaum untuk melindungi mereka dari ancaman Ya'juj dan Ma'juj.

Kisah Dzulqarnain memberikan pelajaran bahwa dalam menghadapi tantangan hidup, seseorang tidak hanya perlu bertahan, tetapi juga harus mampu mencari solusi dengan bijaksana, mengambil tanggung jawab dengan ikhlas, serta tetap rendah hati dalam keberhasilan.

Al-Qur'an Memandang Masalah Manusia

1. Masalah Sebagai Ujian

Dalam perjalanan kehidupan, manusia tidak dapat terlepas dari berbagai permasalahan dan ujian yang silih berganti menghampiri (Afriadi, 2018, p. 2). Ujian dalam hidup bukan sekadar hambatan yang melemahkan, tetapi juga merupakan instrumen yang membentuk kepribadian serta kualitas diri seseorang.

Musibah, yang berfungsi sebagai cobaan atau ujian, menurut Sayyid Quthb (w. 1386 H), merupakan suatu ketentuan untuk memperkuat keyakinan orang yang beriman pada tanggung jawab dan tugas yang harus mereka penuhi. Jadi, mereka akan terus mengalami ujian dan cobaan, dan setelah mengalaminya, mereka akan tangguh dan sulit untuk berkhianat kepada Islam karena pengorbanan yang telah mereka lakukan (Sayyid Quthub, 1992, p. 38).

2. Masalah Sebagai Teguran

Dalam kehidupan, manusia sering kali dihadapkan pada berbagai persoalan yang muncul secara tiba-tiba. Masalah-masalah ini tidak selalu sekadar ujian untuk meningkatkan kualitas diri, tetapi juga dapat menjadi teguran dari Allah terhadap perilaku yang telah melenceng dari jalan yang benar.

Teguran dari Allah bisa hadir dalam berbagai bentuk, baik itu kegagalan, kehilangan, maupun penderitaan. Namun, bagi mereka yang memiliki Kecerdasan Adversitas yang tinggi, teguran ini justru

menjadi titik balik untuk berubah dan menjadi lebih baik. Dalam Surah Al-An'am ayat 44 disebutkan bahwa mereka yang menolak mengambil pelajaran dari teguran Allah akan dibiarkan larut dalam kesenangan semu, hingga akhirnya menghadapi akibat yang lebih besar dan menyakitkan.

3. Masalah Sebagai Adzab

Dalam kehidupan, tidak semua masalah yang dihadapi manusia merupakan bentuk ujian atau teguran, tetapi ada kalanya ia merupakan adzab dari Allah atas kesalahan dan kemaksiatan yang dilakukan secara terus-menerus tanpa adanya kesadaran untuk bertaubat. Adzab dalam Islam bukan sekadar hukuman, melainkan sebuah konsekuensi dari tindakan manusia yang menentang ketentuan Allah dan mengabaikan nilai-nilai yang telah ditetapkan dalam Al-Qur'an.

Tuntunan *Problem Solving* Al-Qur'an

1. Analisis Situasi

Masalah adalah suatu keadaan yang harus kita hadapi dan selesaikan setiap hari. Oleh karena itu, Allah SWT ingin menguji hambanya dengan berbagai macam keadaan, seperti kesulitan, kehilangan, kekurangan, musibah, penyakit, dan kemiskinan. Semua keadaan ini adalah masalah yang biasa dihadapi oleh manusia selama hidup di dunia ini (A. Ma'ruf, 2021).

Dalam menyikapi berbagai masalah yang datang, Al-Qur'an memberikan tuntunan yang jelas mengenai bagaimana seseorang dapat menganalisis situasi dan menemukan solusi yang tepat. Hal ini karena Al-Qur'an diturunkan memang untuk menjadi tuntunan bagi manusia dalam menghadapi masalah-masalah di dalam kehidupannya (Kaltsum, 2018). Kemampuan *problem solving* berbasis Al-Qur'an menuntut adanya pemahaman yang mendalam terhadap konteks permasalahan dan hikmah yang terkandung di dalamnya (Fauziah et al., 2023).

2. Analisis Sebab-sebab Potensi Masalah

Dalam memahami dinamika Kecerdasan Adversitas, penting untuk menelisik berbagai sebab potensial yang dapat memunculkan masalah dalam kehidupan seseorang. Kecerdasan Adversitas, yang berfokus pada kemampuan individu dalam mengatasi tantangan dan rintangan, seringkali dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang dapat menyebabkan kegagalan dalam proses *problem solving* (Rachmadayanti, 2016).

Di sisi lain, konsep Kecerdasan Adversitas, yang mengacu pada proses mental, spiritual, dan penataan diri untuk mencapai kedamaian batin, turut berperan penting dalam mempengaruhi cara seseorang mengatasi tantangan. Ketika jiwa seseorang tercemar dengan perasaan negatif seperti kebencian, dendam, atau keserakahan, Kecerdasan Adversitas akan terhambat (Margolis & Stoltz, 2009).

Akhirnya, perasaan tidak memiliki kontrol atas situasi juga dapat menjadi salah satu penyebab masalah yang mendalam. Banyak orang merasa terperangkap dalam kondisi yang sulit diubah, dan rasa pasrah ini membuat mereka kehilangan motivasi untuk bertindak. Padahal, dalam banyak situasi, ada ruang bagi individu untuk mempengaruhi atau mengubah keadaan dengan cara yang konstruktif.

Kecerdasan Adversitas mengajarkan kita untuk tidak menyerah begitu saja, tetapi untuk berusaha mencari celah-celah perubahan yang mungkin terlewatkan (Stoltz, 2000).

3. Analisis Solusi dan Pengambilan Keputusan

Setelah mengidentifikasi potensi masalah yang dapat menghambat proses *problem solving*, langkah selanjutnya adalah mencari solusi yang efektif dan mengambil keputusan yang tepat. Dalam konteks Kecerdasan Adversitas, kemampuan untuk menemukan solusi yang tepat sangat bergantung pada ketahanan mental individu dalam menghadapi tekanan dan tantangan. Individu yang memiliki Kecerdasan Adversitas yang tinggi cenderung mampu tetap tenang dalam situasi yang penuh ketidakpastian dan mampu mengelola stres dengan baik (Hidayah et al., 2025).

Solusi yang ditemukan melalui pendekatan Kecerdasan Adversitas seringkali melibatkan pengumpulan informasi yang cukup, baik dari sumber internal maupun eksternal. Salah satu langkah penting dalam proses ini adalah melakukan evaluasi terhadap berbagai kemungkinan solusi yang ada. Kecerdasan Adversitas tidak hanya melihat masalah pada permukaannya, tetapi juga menggali lebih dalam untuk memahami akar penyebab dan dampak jangka panjang dari setiap solusi yang dipertimbangkan.

Namun, Kecerdasan Adversitas saja tidak cukup jika tidak disertai dengan kemampuan untuk menyucikan jiwa dan menata pikiran dalam menghadapi masalah. Penyucian jiwa mengajarkan kita untuk tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan dan untuk merenung terlebih dahulu, sehingga keputusan yang diambil tidak didorong oleh emosi yang berlebihan atau dorongan ego. Keputusan yang baik tidak hanya melibatkan pertimbangan logis, tetapi juga memperhatikan aspek moral dan etis dari tindakan yang akan diambil (Fahrudin, 2021).

4. Analisis Keputusan dan Manajemen Resiko

Setelah keputusan diambil, langkah selanjutnya adalah menganalisis manajemen risiko yang terkait dengan keputusan tersebut. Dalam konteks Kecerdasan Adversitas, manajemen risiko bukan hanya tentang mengidentifikasi kemungkinan kegagalan, tetapi juga mempersiapkan diri untuk menghadapi berbagai situasi yang tidak terduga. Tujuan penerapan sistem untuk mengelola risiko adalah untuk menurunkan berbagai bahaya yang terkait dengan area yang dipilih ke tingkat yang dapat ditoleransi secara sosial (Agustina et al., 2023).

Kecerdasan Adversitas membantu individu untuk tidak terperangkap dalam rasa takut akan kegagalan, melainkan untuk melihat kegagalan sebagai bagian dari proses pembelajaran yang dapat membuka jalan menuju solusi yang lebih baik. Namun, dalam menghadapi risiko, kesucian jiwa turut memainkan peran penting. Sebuah keputusan yang diambil dengan kesadaran penuh dan ketulusan akan menghasilkan kedamaian batin yang memberi ketenangan dalam mengelola risiko.

Manajemen risiko yang efektif juga melibatkan kemampuan untuk merencanakan berbagai skenario yang mungkin terjadi setelah keputusan diambil (Kamaludin, 2024). Seorang individu yang memiliki Kecerdasan Adversitas akan mempersiapkan diri dengan matang, mengidentifikasi potensi risiko dan dampaknya, serta mencari solusi alternatif yang bisa diterapkan apabila situasi berjalan tidak sesuai rencana.

KESIMPULAN

Kecerdasan Adversitas dalam Al-Qur'an mencerminkan kemampuan seseorang dalam menghadapi tekanan, ujian, serta kesulitan hidup. Namun, ia proses penyucian jiwa secara berkelanjutan, yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt. Penelitian ini juga menemukan sejumlah hal penting, diantaranya ialah latar belakang intelektual Paul G. Stoltz sebagai pencetus konsep Kecerdasan Adversitas menunjukkan akar pemikiran yang bersumber dari tradisi psikologi Barat yang menekankan pentingnya ketahanan, kebermaknaan, dan daya juang. Sementara itu, Al-Quran berasal dari Allah SWT. Yang memberikan pandangan terhadap segala sesuatu secara komprehensif.

Isyarat Al-Qur'an mengenai Kecerdasan Adversitas tergambar melalui berbagai ayat yang menjelaskan tentang keteguhan hati, kesabaran dalam menghadapi ujian, serta pentingnya proses penyucian jiwa untuk mencapai kedekatan dengan Allah Swt. Beberapa ayat tersebut mengandung terminology yang menggambarkan interkoneksi antara konsep Kecerdasan Adversitas dengan Al-Quran. Beberapa terminologinya ialah *muhasabah*, *sabr*, *syukur*, *juhd* dan *tawakkul*.

Al-Quran juga memberikan contoh penerapan Kecerdasan Adversitas dalam berbagai kisah tokoh di dalamnya baik tokoh yang merupakan nabi, maupun yang bukan nabi. Para nabi yang digambarkan memiliki Kecerdasan Adversitas tinggi ialah Nabi Nuh, Ibrahim, Yusuf, Ayub, Musa, Isa, dan Muhammad. Adapun tokoh selain nabi yang digambarkan memiliki Kecerdasan Adversitas tinggi ialah Habil, Asiyah, Putri Nabi Syuaib, Thalut, Ratu Balqis Imran, Istri Imran, Maryam, Luqman dan Dzulkarnain.

DAFTAR PUSTAKA

- 'Abdul Baqi, M. F. (1981). *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfadzil Qur'anil Karim*. Daar Al-Fikr.
- Abdul Jabbar, D., & Burhanudin. (n.d.). *Ensiklopedia Makna Al-Qur'an, Syarah Alfaazhul Qur'an*. Fitrah Rabbani.
- Achmadin, I., & Achmad, D. (2018). *Kisah Kisah Dalam Al-Quran* (1st ed.). Wade Group.
- Afriadi, N. (2018). *Konsep Al-Qur'an Tentang Penyelesaian Masalah Yang Dihadapi Manusia Dan Implikasinya Bagi Konseling Islam (Kajian Tematik Terhadap Kisah Nabi Yusuf)*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Agustina, R., Akhiroh, Z., & Djasuli, M. (2023). Manajemen Risiko Berbasis Al-Quran. *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, dan Pendidikan*, 2(2), 491–496. <https://doi.org/10.54443/sibatik.v2i2.604>
- Aini, Z. (2024). *Konsep Syukur Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya Dengan Kepribadian Mukmin Perspektif Wahbah Az Zuhaili Dalam Tafsir Al Munir*. UIN Sumatra Utara.
- Al-Ghazali, A. H. (2022). *Ihya' Ulum al-Din*. Dar al-Minhaj.
- Amamta, A. N. (2024). *Sibling Rivalry Dalam Kisah Habil Dan Qabil: Potret Rivalitas Bersaudara Dalam Al-Qur'an*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Audah, A. (2011). *Nama dan Kata dalam Al-Quran, Pembahasan dan Perbandingan*. Litera AntarNusa.
- Choerunissya, A. (2021). *Kisah Asiyah Binti Muzahim Dalam Al Qur'an (Studi Qashashul Qur'an Terhadap Qs At Tahrir Ayat 11 Dan Qs Al Qashas Ayat 8-9)*. UIN Sunan Gunung Djati.

- Drajat, Z. (1997). *Mukjizat Al-Qur'an dan As-Sunnah Tentang Kesehatan Mental dalam Mukjizat Al-Qur'an dan Sunnah tentang IPTEK*. Gema Insani Press.
- Fahrudin, A. (2021). *Pengambilan Keputusan dalam Al-Qur'an dan Al-Hadits (Upaya Menentukan Kebijakan Pendidikan Secara Religius)*. 2.
- Fauziah, M., Jamaluddin, A. S., & Bustomi, A. (2023). *Problem-Solving Ability in Learning Islamic Education Philosophy Course through IDEAL Stages*. 6(3).
- Ghoni, A. (2021). Qur'anic Parenting: Peran Ideal Ibu dalam Al-Qur'an, Studi Analisis Kisah Istri Imran dalam Surat Ali Imran Ayat 35-37. *Ulumul Qur'an: Jurnal Kajian Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 1(2).
- Hidayah, R. N., Thohiri, R., Darma, J., Silalahi, S. A., & Nurhayani, U. (2025). Pengaruh Adversity Quotient, Kemandirian Belajar Dan Kecemasan Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Pada Materi Jurnal Penyesuaian. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, 9(1), 85–100. <https://doi.org/10.30601/dedikasi.v9i1.5560>
- Ibnu Katsir, I. A. F. Ibnu A. (2014). *Kisah Para Nabi*. Daar Ihya At-Turats.
- Ibnu Katsir, I. A. F. Ibnu A. (2015). *Kisah Para Nabi (Terj. Umar Mujtahid)* (62nd ed.). Ummul Qura.
- Ibnu Mandzur Al-Mishri, J. (2009). *Lisanul 'Arab*. Dar Al-Kotob Al-Ilmiyyah.
- Ismail, C., Anwar, A., & Utami, N. I. (2022). Keimanan dan Kecerdasan Adversitas Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*, 15(2), 166. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v16i1.4507>
- Kaltsum, L. U. (2018). Cobaan Hidup dalam Al-Qur'an (Studi Ayat-Ayat Fitnah dengan Aplikasi Metode Tafsir Tematik). *ILMU USHULUDDIN*, 5(2), 107–138. <https://doi.org/10.15408/iu.v5i2.12778>
- Kamaludin, K. (2024). Manajemen Risiko Dalam Sudut Pandang Tafsir Al Misbah. *Jurnal Ilmiah Kajian Multidisipliner*, 8(1).
- Kholil, N. I. (2022). Nilai-Nilai Kepemimpinan Dalam Kisah Al-Qur'an (Kajian Atas Kisah Thalut Dalam Qs. Al-Baqarah Ayat 246-252). Institut Perguruan Tinggi Ilmu Al-Quran.
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Quran, & Balai Litbang Kemenag RI. (2012). *Kisah Para Nabi Pra-Ibrahim dalam Perspektif Al-Qur'an & Sains*. Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Quran.
- Margolis, J. D., & Stoltz, P. G. (2009). How to Bounce Back from Adversity. *Harvard Business Review*.
- Ma'ruf, A. (2021). Memahami Metode Problem Solving Dalam Al-Qur'an Surah Al-Kahfi Ayat 28. *Al-Bayan: Jurnal Ilmu al-Qur'an dan Hadist*, 5(1), 81–95. <https://doi.org/10.35132/albayan.v5i1.184>
- Ma'ruf, H. (2020). Efektivitas Pelatihan Kecerdasan Adversitas Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Daya Juang Mahasiswa Baru UIN Antasari Banjarmasin. *Jurnal SMART (Studi Masyarakat, Religi, dan Tradisi)*, 6(1), 17–31. <https://doi.org/10.18784/smart.v6i1.862>
- Masykuroh, S., Yana, R., Isnaeni, A., & Masruchin, M. (2023). Kepahitan Hidup Maryam dalam Kisah Al-Qur'an. *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits*, 17(1), 141–162. <https://doi.org/10.24042/al-dzikra.v17i1.16772>
- Milasari, A. (n.d.). *Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Meraih Gelar Sarjana Agama Jurusan Studi Agama Agama pada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Alauddin Makassar*.
- Muttaqin, Z. (2023). Muḥāsabah Al-Qur'an: Penafsiran dan Penerapannya sebagai Self Healing Manusia Modern. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 4(2).

- Rachmadayanti, W. (2016). *Pengaruh Teknik Problem Solving Terhadap Kecerdasan Adversitas Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 2 Tarakan Tahun Pelajaran 2015/2016*. Universitas Borneo.
- Raihanah. (2018). *Konsep Sabar Dalam Al-Quran*. Jurnal Madani: Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Humaniora. <https://doi.org/10.33753/madani.v1i2.25>
- Sari, L. I. (2024). Makna Sabar Dalam Al-Qur'an (Analisis Semiotika Charles Sandres Peirce). *Journal for Islamic Studies*, 7(4).
- Shihab, M. Q. (2016). *Tafsir Al-Mishbah; Kesan, Pesan dan Keserasian Al-Quran*. Lentera Hati.
- Stoltz, P. G. (2000). *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, Penerjemah: T. Hermaya. Grasindo.
- Surur, M. (2022). *Argumen Fakta Sejarah Dari Kisah Ulu Al-'Azmi Dalam Al-Qur'an*. Institut Perguruan Tinggi Ilmu Al-Quran.
- Syukur, A. (2006). *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan)*. Suara Merdeka.
- Tim Penulis KPRK MUI. (2022). *Kepemimpinan Perempuan Dalam Islam: Tinjauan Berbagai Perspektif*. Cendekia.
- Umar, A. M. (n.d.). *Al-Mu'jam al-Mausu'i Li Alfadz al-Qur'an al-Karim Wa Qira'atih*. Muassasah At-Turath.
- Yanti, A. D., & Untari, K. S. (2024). Analisis Peranan Tawakal Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Generasi Z Di Era Digital. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu*, 8(7).
- Zuhriah, F. (2024). *Adversity Quotient (Aq) Dalam Kisah Nabi Nuh A.S. Dan Nabi Ibrahim A.S. Perspektif Pendidikan Islam*. Universitas Islam Negeri Antasari.
- Zulfian, & Saputra, H. (2021). Mengenal Konsep Tawakal Ibnu 'Athailah Al-Sakandari. *Jurnal Pemikiran Islam*, 1(1).