

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini berhasil membuktikan bahwa konsep resiliensi dalam perspektif al-Rāzī melalui kitab *Mafātīḥ al-Ghaib* memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan teori ketahanan psikologis yang mengintegrasikan dimensi spiritual dan rasional. Analisis terhadap QS. al-Baqarah ayat 155-156, 186, 216, dan 286 menunjukkan bahwa al-Rāzī telah mengembangkan kerangka resiliensi yang komprehensif dengan lima pilar utama; kesabaran sebagai kemampuan menahan diri dari kegelisahan, doa sebagai sarana komunikasi spiritual dengan Allah, penerimaan hikmah di balik ujian sebagai bentuk reframing kognitif, keyakinan akan keadilan Ilahi sebagai fondasi teologis, dan keseimbangan antara ikhtiar dan tawakkal sebagai manifestasi adaptasi behavioral. Kelima pilar ini membentuk sistem ketahanan yang holistik, menggabungkan aspek kognitif, emosional, spiritual, dan eksistensial dalam menghadapi adversitas.

Integrasi konsep resiliensi al-Rāzī dengan teori psikologi modern memperlihatkan komplementaritas yang luar biasa antara pendekatan spiritual dan saintifik. *Mapping* dengan teori Grotberg (I Am, I Have, I Can) menunjukkan bahwa konsep sabar, *Istirja'*, dan keyakinan akan kedekatan Allah dalam penafsiran al-Rāzī dapat dipetakan sebagai kekuatan internal (*I Am*), dukungan eksternal spiritual (*I Have*), dan kemampuan reinterpretasi ujian (*I Can*).

Demikian pula, teori Masten tentang “*Ordinary Magic*” menemukan resonansi dengan pandangan al-Rāzī bahwa fitrah manusia telah dilengkapi dengan kapasitas adaptif natural yang dapat dioptimalkan melalui latihan spiritual. Sementara itu, *Religious Coping Theory* dari Pargament diperkaya dengan dimensi *collaborative coping*, *self-directed coping*, dan *meaning-focused coping* yang secara eksplisit dibahas dalam penafsiran al-Rāzī, khususnya dalam konsep doa, tawakal, dan pencarian hikmah.

Model Resiliensi Terintegrasi al-Rāzī yang dihasilkan dari penelitian ini menawarkan paradigma baru dalam psikologi Islam dengan menempatkan *Spiritual Identity*, *Divine Connection*, *Adaptive Capacity*, *Cognitive Reframing*, dan *Sacred Acceptance* sebagai komponen inti yang saling memperkuat. Model ini tidak hanya memberikan solusi reaktif terhadap trauma, tetapi juga pendekatan preventif yang membangun ketahanan sejak dini melalui pendidikan spiritual dan praktik keagamaan. Keunggulan model ini terletak pada kemampuannya menciptakan resiliensi berkelanjutan yang tidak bergantung semata-mata pada kapasitas psikologis individual, melainkan juga pada hubungan transendental dengan Allah yang memberikan sumber kekuatan tak terbatas.

Relevansi konsep resiliensi al-Rāzī untuk konteks kontemporer sangat signifikan, terutama dalam menghadapi tantangan global seperti pandemi, bencana alam, krisis ekonomi, dan berbagai bentuk trauma psikososial. Pendekatan spiritual yang dikembangkan al-Rāzī dapat diintegrasikan ke dalam program-program psikologis di Indonesia yang mayoritas Muslim, memberikan alternatif terapi yang selaras dengan nilai budaya dan keagamaan masyarakat.

Selain itu, konsep *meaning-making* dan transformasi spiritual yang ditekankan al-Rāzī memberikan *framework* yang kuat untuk membantu setiap orang tidak hanya pulih dari trauma, tetapi juga mengalami *post-traumatic growth* yang bermakna secara spiritual dan psikologis.

Penelitian ini juga membuktikan bahwa metodologi tafsir '*Ilmī*' yang diterapkan al-Rāzī dalam *Mafātīḥ al-Ghaib* dapat menjadi model untuk pengembangan integrasi ilmu agama dan sains kontemporer. Pendekatan dialektis-kritis yang digunakan al-Rāzī dalam menafsirkan ayat-ayat resiliensi menunjukkan bahwa tradisi intelektual Islam memiliki kapasitas untuk berdialog secara konstruktif dengan temuan-temuan ilmu pengetahuan modern tanpa kehilangan otentisitas spiritual. Hal ini membuka peluang besar bagi pengembangan psikologi Islam yang tidak hanya adaptif terhadap konteks lokal, tetapi juga berkontribusi pada *advancement of knowledge* dalam bidang psikologi resiliensi secara umum.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar konsep resiliensi al-Rāzī dapat diintegrasikan ke dalam program-program pemulihan bencana dan pendampingan trauma di Indonesia melalui pengembangan modul pelatihan yang menggabungkan lima pilar resiliensi (kesabaran, doa, penerimaan hikmah, keyakinan keadilan Ilahi, dan keseimbangan ikhtiar-tawakkal) dengan teknik-teknik psikologis modern. Pemerintah, lembaga keagamaan, dan organisasi kemanusiaan diharapkan dapat bekerja sama mengembangkan program pendampingan psikososial berbasis spiritual yang tidak hanya fokus pada

pemulihan jangka pendek, tetapi juga membangun ketahanan mental dan spiritual jangka panjang bagi masyarakat yang terdampak bencana. Selain itu, penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk mengeksplorasi penerapan konsep ini pada konteks-konteks lain seperti krisis ekonomi, pandemi, atau konflik sosial, serta mengukur efektivitasnya secara empiris melalui studi kuantitatif yang melibatkan korban bencana sebagai subjek penelitian, sehingga dapat memberikan bukti ilmiah yang lebih kuat tentang manfaat pendekatan spiritual dalam membangun resiliensi masyarakat Indonesia.

