

## BAB V

### PERAN *FAMILY RESILIENCE* TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA REMAJA MISKIN MENURUT TINJAUANNYA DALAM ISLAM

#### 5.1 *Family resilience* menurut Tinjauan Islam

Keluarga inti terdiri dari ibu, bapak, anak-anak, atau orang yang menjadi tanggungan di dalam rumah. Anggota keluarga biasanya akan saling mendukung dan membantu apabila terdapat salah satu anggota keluarga yang mengalami kesulitan agar dapat bertahan dalam situasi sulit tersebut. Bertahan dalam situasi sulit di dalam ilmu psikologi disebut sebagai *family resilience*. Menurut Walsh (2006) *family resilience* adalah kemampuan keluarga untuk beradaptasi dan pulih dari kesulitan atau krisis yang dihadapi keluarga dengan memandang suatu kesulitan dan krisis sebagai suatu hal yang positif dan mempertahankan kekuatan keluarga sebagai unit fungsional untuk kesejahteraan keluarga.

Dalam Islam terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan dalam menghadapi sebuah kesulitan yang dialami dalam kehidupan baik secara individu maupun keluarga, diantaranya adalah percaya bahwa akan ada kemudahan dibalik sebuah kesulitan serta bersabar dalam menjalaninya. Percaya bahwa akan ada kemudahan dibalik sebuah kesulitan disampaikan oleh Allah SWT dalam firmanNya:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: “Maka sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan; sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”(QS. Al-Insyirah (94): 5-6).

Ayat diatas menjelaskan bahwa setiap manusia harus yakin bahwa setiap kesulitan yang dialami pasti Allah SWT sudah menyediakan solusi yang tepat untuk menghadapi kesulitan tersebut. Maka umat manusia wajib yakin bahwa ada kemudahan disetiap kesulitan. Karena Allah SWT telah memberi janji bahwa di balik kesulitan, pasti ada jalan keluar yang begitu dekat (Danuri, 2015).

Selain harus percaya bahwa ada kemudahan di setiap kesulitan, umat manusia juga harus mampu menjalani kesulitan tersebut dengan kesabaran. Sabar adalah suatu upaya menahan diri terhadap apa yang dibencinya, atau menahan sesuatu yang

dibencinya dengan ridha dan rela serta menahan diri dari berkeluh-kesah atas apa yang menimpanya (Al-Jaiziri, 2016). Allah SWT berfirman:

وَلَنبَلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ  
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ۝ ١٥٥ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ  
رُجِعُونَ ۝ ١٥٦ أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ  
١٥٧

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, *Innaa lillaahi wa innaa ilahi raaji’uun* (sesungguhnya kami milik Allah dan sesungguhnya kami akan kembali kepada-Nya). Mereka itulah yang mendapatkan ampunan dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapatkan petunjuk” (QS. Al-Baqarah (2): 155-157).

Ayat diatas menjelaskan bahwa Allah SWT mengajarkan kepada umat manusia bahwa dalam kehidupan, setiap manusia pasti akan mendapatkan cobaan-cobaan yang berbagai macam. Namun Allah SWT berpesan bahwa hanya orang-orang bersabarlah yang akan mendapatkan kabar gembira dari-Nya (Kusuma, 2017).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, keluarga yang memiliki resiliensi yang baik dalam Islam adalah keluarga yang percaya bahwa akan ada kemudahan disetiap kesulitan sehingga keluarga mampu mencari solusi yang tepat dalam menghadapi setiap kesulitan yang dialami. Salah satu solusi dalam menghadapi kesulitan menurut Islam yaitu dengan selalu sabar dalam menghadapi berbagai macam cobaan. Agama Islam meyakini bahwa suatu cobaan tidak ada yang diluar kemampuan manusia melainkan cobaan yang diberikan Allah SWT sesuai dengan kemampuan manusia dalam menghadapinya.

## **5.2 Kualitas Hidup menurut Tinjauan Islam**

Kualitas hidup mengacu pada persepsi individu terhadap kehidupannya dalam konteks budaya dan sistem nilai yang terkait dengan tujuan, harapan, standar dan kekhawatiran mereka (WHOQOL dalam Murphy, 2007). Terdapat 4 aspek kualitas

hidup yang dikeluarkan WHO (2004), yaitu aspek kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial dan lingkungan.

حَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

Artinya: *Sebaik-baiknya manusia di antara kalian adalah yang paling banyak memberikan manfaat kepada orang lain.*” (HR. Ahmad)

Ayat diatas menjelaskan bahwa agama Islam memandang kualitas hidup manusia tidak hanya di ukur dari segi materil semata akan tetapi bagaimana manusia tersebut menjalankan hidup dengan penuh makna bukan hanya untuk diri sendiri tapi juga bermakna bagi orang lain. Rasulullah SAW bersabda:

Menurut WHOQoL Group (dalam Adeyeye dkk, 2014) terdapat beberapa dimensi kualitas hidup yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup individu pada situasi-situasi tertentu, diantaranya adalah:

#### 1. Kesehatan Fisik

Dimensi ini terkait aktivitas sehari-hari, ketergantungan pada obat-obatan, energi dan kelelahan, mobilitas, rasa sakit dan ketidaknyamanan, serta kapasitas kerja. Dalam agama Islam, kesehatan jasmani atau fisik sangat penting dalam mendukung aktivitas sehari-hari. Hal ini disebabkan karena dalam perintah Allah pada manusia banyak yang berupa aktivitas fisik yang memerlukan kondisi yang prima, seperti shalat, puasa, ibadah haji dan ibadah lainnya (Mulyanto, 2015).

#### 2. Psikologis

Dimensi ini terkait dengan keadaan mental individu. Keadaan mental mengarah pada mampu atau tidaknya individu menyesuaikan diri terhadap berbagai tuntutan perkembangan, baik tuntutan dari dalam diri maupun dari luar dirinya. Kesehatan mental menurut Islam identik dengan ibadah atau pengembangan potensi diri yang dimiliki manusia dalam rangka pengabdian kepada Allah dan agama-Nya untuk mendapatkan jiwa yang tenang dan bahagia dengan kesempurnaan iman dalam hidupnya (Jaya, 2004). Dalam Al-Qur'an, jika seseorang pasrah kepada Allah dan berlaku baik maka dia tidak akan merasa khawatir, takut, gelisah dan cemas yang dapat menimbulkan stres. Dalam

menghadapi perasaan negatif, agama Islam menganjurkan manusia untuk selalu mengingat Allah SWT. Sebagaimana firman Allah:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ٢٨

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram” (Q.S Ar-Ra’d (13):28)

### 3. Hubungan Sosial

Dimensi ini terkait dengan hubungan antara dua individu atau lebih dimana tingkah laku individu tersebut akan saling mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki tingkah laku individu lainnya. Dalam agama Islam, sesama umat muslim merupakan saudara, yang berasal dari satu keturunan Adam dan Hawa. Selain itu, Allah meminta manusia agar saling tolong menolong dalam berbuat kebaikan dan bertaqwa, sebagaimana firman Allah SWT:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ٢

Artinya: “Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya.” (QS. Al Maidah (5): 2)

### 4. Lingkungan

Dimensi ini terkait dengan tempat tinggal individu, yaitu keadaan, ketersediaan tempat tinggal untuk melakukan aktivitas, sarana dan prasarana yang dapat menunjang kehidupan. Allah SWT menjelaskannya dalam Al Qur’an, bahwa semua yang ada di bumi ini memang sudah diciptakan untuk kepentingan manusia.

Berdasarkan pemaparan diatas seorang muslim dituntut untuk senantiasa meningkatkan kualitas hidup sehingga eksistensinya bermakna dan bermanfaat di hadapan Allah SWT, agar manusia dapat mencapai derajat *Al-hayat Al-thoyyibah* (hidup yang diliputi kebaikan) (Kurniawan, 2013). Untuk mencapai derajat tersebut

maka setiap muslim diwajibkan beribadah, bekerja, berkarya berinovasi atau dengan kata lain beramal saleh.

Setiap muslim yang aktif melakukan kerja nyata (amal saleh), Allah menjanjikan kualitas hidup yang lebih baik seperti dalam firmanNya:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ٩٧

Artinya: *Barang siapa yang melakukan amal saleh baik laki-laki maupun wanita dalam keadaan ia beriman, maka pasti akan kami hidupkan ia dengan al-hayat al-thoyibah (hidup yang berkualitas tinggi). (Q.S. An-Nahl (16): 97).*

Dengan demikian, seorang muslim dituntut untuk senantiasa meningkatkan kualitas hidup yang dimiliki sehingga eksistensinya dapat bermakna dan bermanfaat di hadapan Allah SWT, sehingga dapat mencapai derajat *Al-hayat Al-thoyyibah* (hidup yang diliputi kebaikan). Untuk mencapai derajat tersebut maka setiap muslim diwajibkan beribadah, bekerja, berkarya dan berinovasi atau dengan kata lain beramal saleh. Islam memandang kualitas hidup manusia tidak hanya di ukur dari segi materil semata akan tetapi bagaimana manusia tersebut menjalankan hidup dengan penuh makna bukan hanya untuk diri sendiri tapi juga bermakna bagi orang lain.

### **5.3 Remaja Miskin Menurut Tinjauan Islam**

Remaja adalah proses dimana seseorang mengalami pubertas, proses yang mengarah kepada kematangan seksual atau kemampuan untuk bereproduksi (Papalia, Old & Feldman, 2008). Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa yang meliputi perubahan fisik, psikologis, dan sosial (Santrock, 2004). Dalam perkembangannya remaja mengalami perubahan baik secara emosi, minat, dan pola perilaku sehingga memunculkan banyak tuntutan baru pada remaja itu sendiri (Lewenshon, Idan, Lindstrom, dan Margalit, 2017).

Terdapat beberapa fase perkembangan manusia dalam Al-qur'an. Masa remaja termasuk dalam fase Amrad (10-15 tahun). Fase Amrad adalah fase dimana anak dipersiapkan menjadi khalifah di bumi, yaitu hamba yang senantiasa menyebarkan kebaikan dan mencegah keburukan ('amar ma'ruf nahi mungkar) (Yeli, 2012). Hal dasar yang harus diajarkan kepada remaja adalah kesadaran tanggung jawab terhadap

semua makhluk, karena manusia yang menjadi wakil Allah akan mengatur, menjaga, mengolah semua yang ada di bumi ini (Hamali, 2016).

Cara menumbuhkan rasa tanggung jawab pada remaja yaitu diberikan wawasan dan pengetahuan dasar tentang makhluk hidup atau makhluk mati dan bagaimana memperlakukan mereka dengan baik (Mujib, 2007). Selain tanggung jawab, penguasaan atas keterampilan wajib ditanamkan agar ketika dewasa anak menjadi orang yang memiliki keterampilan dalam bekerja dan menjadi mandiri (Nashori, 2003). Seperti Nabi Muhammad Saw, beliau sejak berumur 12 tahun sudah diajak berdagang oleh pamannya, dengan berdagang beliau belajar untuk mengatur keuangan, adil, berkomunikasi dengan orang lain, dan lain sebagainya.

Dalam pandangan Islam, istilah faqir dan miskin berbeda. Faqir adalah orang yang memiliki harta namun tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan primernya. Adapun miskin adalah orang yang sama sekali tidak memiliki harta untuk memenuhi kebutuhan primernya (Dzikri, 2018). Menurut Bahasa Faqir adalah *ihitij* (membutuhkan). *Faqara wa iftaqara* adalah lawan dari *istaghna*. *Faqr* menurut pengertian syariah adalah orang yang membutuhkan dan keadaannya lemah, tidak bisa dimintai apa-apa. Allah SWT berfirman:

رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ ٢٤

Artinya: "Ya Rabbi, sesungguhnya aku sangat membutuhkan suatu kebaikan yang Engkau turunkan kepadaku." (QS al-Qashash [28]: 24).

Ayat diatas menjelaskan kepada kita agar senantiasa meminta kepada Allah SWT dalam menjalani kehidupan, baik yang terkait dengan agama (seperti meminta hidayah dan ampunan), maupun yang terkait dengan dunia (seperti meminta makan, minum dan pakaian). Demikian pula menunjukkan bahwa Allah SWT senang apabila diminta oleh hamba-hamba-Nya.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, peneliti menyimpulkan bahwa remaja miskin menurut Islam adalah manusia yang masuk dalam fase Amrad, yaitu fase dimana anak dipersiapkan menjadi khalifah di bumi, yaitu hamba yang senantiasa menyebarkan kebaikan dan mencegah keburukan dan dalam kehidupan sehari-hari

tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan primer secara layak sesuai taraf hidup masyarakat pada umumnya (Yeli, 2012).

#### **5.4 Peran *Family Resilience* Terhadap Kualitas Hidup Remaja Miskin menurut Tinjauannya dalam Islam**

Remaja adalah proses dimana seseorang mengalami pubertas, proses yang mengarah kepada kematangan seksual atau kemampuan untuk bereproduksi (Papalia, Old & Feldman, 2008). Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa yang meliputi perubahan fisik, psikologis, dan sosial (Santrock, 2004). Dalam agama Islam masa remaja termasuk dalam fase Amrad yaitu fase dimana anak dipersiapkan menjadi khalifah di bumi (Yeli, 2012).

Setiap umat muslim pasti pernah mengalami musibah atau kesulitan dalam hidupnya, salah satunya adalah kemiskinan. Banyak dampak yang ditimbulkan dari hidup dibawah kemiskinan, seperti kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Adanya masalah diberbagai aspek tersebut dapat berdampak pada kualitas hidup yang dimilikinya. Dalam Islam ketika Allah memberikan suatu kesulitan dalam hidup, maka manusia dianjurkan untuk berusaha mencari jalan keluar atas masalah yang dihadapinya. Allah SWT berfirman:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۗ

Artinya: “*Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri*” (Ar-Ra’d (13):11)

Kualitas hidup adalah persepsi individu terhadap kehidupannya dalam konteks budaya dan sistem nilai yang terkait dengan tujuan, harapan, standar dan kekhawatiran mereka (WHOQOL dalam Murphy, 2007). Terdapat 4 aspek kualitas hidup yang dikeluarkan WHO (2004), yaitu aspek kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Islam memandang kualitas hidup manusia tidak hanya di ukur dari segi materil semata akan tetapi bagaimana manusia tersebut menjalankan hidup dengan penuh makna bukan hanya untuk diri sendiri tapi juga bermakna bagi orang lain.

Dalam pandangan Islam *family resilience* dapat mempengaruhi masing-masing dimensi pada kualitas hidup. Peran keluarga dengan kualitas hidup pada dimensi kesehatan fisik sangat membantu dalam mendukung aktivitas sehari-hari dan ibadah seperti shalat, berpuasa dan pergi haji harus membutuhkan fisik yang sehat (Mulyanto, 2015). Peran keluarga dengan kualitas hidup pada dimensi psikologis menurut Islam adalah pengabdian kepada Allah dan agama-Nya untuk mendapatkan jiwa yang tenang dan bahagia dengan kesempurnaan iman dalam hidupnya, sehingga jika kita selalu mengingat Allah niscaya hidup akan tenang dan tentram (Jaya, 2004). Lalu peran keluarga dengan kualitas hidup pada dimensi hubungan sosial mengenai hubungan antara satu individu dengan individu lainnya, sesama umat muslim dianjurkan saling tolong menolong dalam berbuat kebaikan dan bertaqwa. Dalam Al-Quran telah dijelaskan bahwa sesama umat muslim merupakan saudara, yang berasal dari satu keturunan Adam dan Hawa. Sedangkan peran keluarga dengan kualitas hidup pada dimensi lingkungan menjelaskan terkait lingkungan dan ketersediaan tempat tinggal individu, agama Islam mengatakan bahwa semua yang ada di bumi ini sudah diciptakan Allah SWT semata-mata untuk kepentingan manusia dan keluarga sendiri merupakan lingkungan utama yang dimiliki oleh remaja.

*Family resilience* adalah kemampuan keluarga untuk beradaptasi dan pulih dari kesulitan atau krisis yang dihadapi keluarga dengan memandang suatu kesulitan dan krisis sebagai suatu hal yang positif dan mempertahankan kekuatan keluarga sebagai unit fungsional untuk kesejahteraan keluarga (Walsh, 2006). keluarga yang resilien dalam Islam adalah keluarga yang percaya bahwa akan ada kemudahan disetiap kesulitan sehingga keluarga mampu mencari solusi yang tepat dalam menghadapi setiap kesulitan yang dialami. Salah satu solusi dalam menghadapi kesulitan menurut Islam yaitu dengan selalu sabar dalam menghadapi berbagai macam cobaan. Allah SWT berpesan bahwa orang-orang yang bersabar akan mendapatkan kabar gembira dan Islam juga meyakini bahwa suatu cobaan tidak ada yang diluar kemampuan manusia melainkan cobaan yang diberikan Allah SWT sesuai dengan kemampuan manusia dalam menghadapinya.



Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *family resilience* berperan secara signifikan terhadap kualitas hidup pada remaja miskin. Jika dikaitkan dalam Islam, *family resilience* dapat membantu keluarga memaknai suatu permasalahan atau tantangan yang terjadi sebagai ujian untuk menjadi manusia yang lebih baik. Apabila keluarga mampu untuk menghadapi setiap tantangan atau permasalahan yang terjadi maka keluarga tersebut akan menjadi resilien. Hal yang dapat mendorong resiliensi keluarga adalah keluarga percaya bahwa akan ada kemudahan dibalik sebuah kesulitan serta mampu bersabar dalam menghadapi setiap kesulitan yang terjadi. Dengan demikian, apabila sebuah keluarga memiliki resiliensi yang tinggi, maka akan berpengaruh kepada kualitas hidup anggota keluarganya.