

**“Tawakal Sebagai Model Penanganan Mandiri Penderita  
*Insecure* dalam al-Qur’an”**

**Skripsi**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama  
(S.Ag) dalam Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir



**UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A**

Disusun oleh :

**Ana Firdatul Maslachah**

**NIM: 07040320113**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR’AN DAN TAFSIR  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT  
UNIVERSITAS NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

### PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Ana Firdatul Maslachah

Nim : 07040320113

Program Studi : Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian yang terdapat rujukan sumbernya.

Surabaya, 7 Maret 2024

Saya yang menyatakan,

  
A stamp with the text 'METERAI TEMPEL' and 'BAEAKX744278493' is placed over the signature.  
Ana Firdatul Maslachah

Nim. 07040320113

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh

Nama : Ana Firdatul Maslachah

NIM : 07040320113

Semester : 8 (Delapan)

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Judul : Tawakal Sebagai Penanganan Mandiri Penderita *Insecure*  
dalam al-Qur'an

Ini telah diperiksa dan disetujui untuk di ujikan,

Surabaya, 7 Maret 2024

Pembimbing,



Drs. Fajrul Hakam Chozin, M.M

NIP. 195907061982031005

## PENGESAHAN SKRIPSI

### PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul "Tawakal Sebagai Penanganan Mandiri Penderita *Insecure* dalam al-Qur'an" yang telah di tulis oleh Ana Firdatul Maslachah telah diuji di depan Tim Penguji tanggal

Tim Penguji:

1. Drs. Fadjrul Hakam Chozin, M. M :



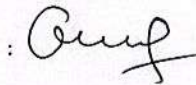
2. Naufal Cholily, M. Th. I :



3. Wildah Nurul Islami, M. Th. I :



4. Purwanto, MHI :



Surabaya, 14 Maret 2023  
Dekan,  
  
Kadir Riyadi, Ph.D.  
NIP 19700813200501100



## LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT**  
Jl. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8410298 Fax.031-8413300 E-Mail :  
fuf@uinsby.ac.id

### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI

Sebagai *civitas academica* UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini,  
Saya:

Nama : ANA Firdatul Maslachah  
NIM : 07040320113  
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/ Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Alamat E-mail : [firdamaslachah@gmail.com](mailto:firdamaslachah@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk diberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi       Tesis       Disertasi       Lain-lain (.....)

Yang berjudul:

TTAWAKAL SEBAGAI PENANGANAN MANDIRI PENDERITA *INSECURE* DALAM AL-QUR'AN

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengolahnya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, menampilkan/mempublikasinya di Internet atau media lain secara *full text* untuk kepentingan akademisi tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 26 Desember 2023  
Penulis

  
Ana Firdatul Maslachah  
NIM. 07040320113

## ABSTRAK

Ana Firdatul Maslachah, Tawakal sebagai penangan mandiri penderita *insecure* dalam al-Qur'an.

*Insecure* merupakan perasaan takut, khawatir, atau cemas terhadap masa depan atau bahkan kejadian masa lalu yang tidak berjalan sesuai rencana. Penanganan *insecure* bisa dapat dilakukan dengan bantuan orang lain atau secara mandiri. Penanganan mandiri pun dilakukan salah satunya yakni dengan tawakal kepada Allah.

Penelitian ini menggunakan tiga rumusan masalah yakni: 1. Bagaimana ayat-ayat tawakal untuk penanganan mandiri penderita *insecure*?, 2. Bagaimana penafsiran ayat tawakal tentang penanganan mandiri penderita *insecure*?, 3. Bagaimana relevansi dalam ayat al-Qur'an tentang tawakal sebagai solusi problem *insecure*?. Adapun tujuannya untuk mengetahui solusi apa yang ditawarkan al-Qur'an dalam mengatasi peran *insecure*.

Dalam menjawab permasalahan dan mencapai tujuan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*Library Research*) dengan menggunakan metode *maudhu'i* atau tematik, yakni dengan mengumpulkan beberapa ayat dari berbagai surah yang mempunyai pembahasan sama.

Hasil penelitian menemukan ayat-ayat tawakal yang berkaitan dengan penanganan mandiri penderita *insecure*, yakni khawatir dalam masa depan dalam QS. At-Taubah: 51, QS. Ali 'Imran: 159, QS. At-Thalaq: 2-3, perlakuan overprotektif keluarga dalam QS. An-Nisa: 81, takut dan cemas ketika menghadapi sesuatu dalam QS. Al-Maidah: 23, trauma masa lalu dalam QS. Al-Anfal: 2, penolakan dari orang lain dalam QS. An-Nahl: 99. Para mufassir berpendapat bahwa manusia tidak perlu khawatir akan masa depan untuk mengambil keputusan bahkan mengkhawatirkan rezeki atau perlakuan overprotektif dan cemas dalam menghadapi situasi apapun. Sebab, sesulit apapun keadaan agar seseorang bisa menerima keadaan tanpa membenci.

**Kata Kunci:** *Insecure*, tawakal, tafsir tematik

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>II</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>III</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>IV</b>
<b>LEMBAR PUBLIKASI.....</b>	<b>V</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI.....</b>	<b>VI</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>XVI</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>XVII</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>XVII</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>XX</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi dan Batasan Masalah.....	8
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Kerangka Teoritik.....	11
G. Telaah Pustaka.....	13
H. Metodologi Penelitian.....	15
I. Seiematika Pembahasan.....	18
<b>BAB II TEORI <i>INSECURE</i> DAN TEORI TAWAKAL.....</b>	<b>9</b>
A. Teori <i>Insecure</i>	
1. Pengertian <i>Insecure</i> .....	9
2. Macam-Macam <i>Insecure</i> .....	21

3. Penyebab <i>Insecure</i> .....	24
4. Penangan <i>Insecure</i> .....	27
B. Teori Tawakal	
1. Pengertian Tawakal.....	29
2. Manfaat Tawakal.....	33
<b>BAB III DATA PENAFSIRAN AYAT YANG TERKAIT DENGAN PENANGANAN FENOMENA INSECURE DALAM AL-QUR'AN.....</b>	<b>39</b>
A. Data Tawakal.....	39
B. Penafsiran Tawakal Sebagai Penanganan Mandiri Penderita <i>Insecure</i> dalam al- Qur'an.....	43
<b>BAB IV ANALISIS TAFSIR TEMATIK DALAM PENANGANAN INSECURE.....</b>	<b>83</b>
A. Analisis Penafsiran Ulama.....	83
B. Relevansi Penafsiran tentang Tawakal dalam Penanganan <i>Insecure</i> .....	86
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	95
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>96</b>



## DAFTAR PUSTAKA

- Adilla, Nur “Penangan *Insecurities* Menurut Pendekatan Psikoterapi Islam”, (Banda Aceh Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry 2022)
- Ainul Mardziah binti Zulkifli, “Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghozali” (Banda Aceh: Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2018), 15
- Al-Farisi, Herman “Makna Tafakur Dalam al-Qur’an (Metode Komparatif antara Tafsir Ibnu Katsir dan Tafsir Al-Azhar)” (Riau: Jurusan Tafsir Hadist Fakultas Ushulddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim 2013)
- Al-Ghazali, Ringkasan “*Ihyā’ ‘Ulūm al-Dīn*”, ter. Zaid Husein al-Hamid (Kuala Lumpur: Dār al-Nu’mān, 2003)
- Al-Ghazali, Imam Abu Hamid “*Muhammad, Ihyā’ ‘Ulumuddin*”, jilid IV, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, t.t)
- Al-Jauzi, Ibnu Qayyim “*Madarij as-Salikin*”, juz II, (kairo:Dar-Hadis, 2003)
- Al-Nawawi, Abi al Husain Muslim bi Syarah pada kitab hadits Sahih Muslim nomor 4894 versi Al Alamiyah atau Syarh Sahih Muslim nomor 2717, (Beirut, Dar Al Fikr:2009)
- Al-Nawawi, Abi al Husain Muslim bi Syarah, pada kitab hadits sahih Muslim nomor 4894 versi Al Alamiyah atau Syarh Sahih Muslim nomor 2717, (Beirut, Dar Al Fikr:2009)
- Djarmiko, Noe William dan Budi Dikutip dari “kamus saku bahasa Inggris”, (Jakarta: rajawali press, 2008)
- Greenbreg, Meilani “the 3 Most Common Cause of Insecurity and How To Beat Them Pshycology” *Today*, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-mindful-self-express/201512/the-3-most-common-causes-insecurity-and-how-beat-them15>, diakses 03 Desember 2023, pukul 11:01
- Hamka, Buya “*Tafsir Al-Azhar*”, (Singapura: Kertajaya Printing Industries) juz 29

- Hermawan, Acep "Ulumul Qur'an untuk Memahami Wahyu", (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011)
- J. S. Nevid, S. A. Rathus, "Psikologi Abnormal", jilid 1 edisi kelima, terj. Tim Fakultas psikologi Universitas Indonesia (Jakarta: Erlangga, 2003), 163
- Katsir, Ibnu "Tafsir al-Qur'an al-'Adzim", (Bogor: Pustaka Imam Syafi'i, 2004), juz 4
- Katsir, Ibnu "Tafsir al-Qur'an al-'Adzim", (Bogor: Pustaka Imam Syafi'i, 2004), jilid 2.2
- Lauster, P. "The Personality Test", (London & Sidney: Pans Book 1987)
- Maslow, Abraham "The Dynamics of Psychological Security-Insecurity, Character & Personality; A Quarterly For Psychodiagnostic & Allied Studied", *Journal Personalty, Current Urban Studies*, Vol. 5 No. 3, September 19, 2017, 335
- Miswar, "Konsep Tawakal dalam al-Qur'an", *journal of social religion research* Vol. 4 No. 1, (2008)
- Muhammad Fuad bin Abdul Baqi, Kitab *Mu'jam Al-Mufahras Lil Fadhil Qur'anul Kariim*
- Nurmiati, dkk, "Nilai Tawakal dalam al-Qur'an", (Palita: journal of social religion research, 2021)
- Putri, Syifa'ul Ain Fain "Peran dalam Mengatasi Rasa *Insecure*" (Kajian Tematik Berdasarkan Jumhur), (Surabaya: Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Uin Sunan Ampel, 2022)
- Rahmat, Arif "*Insecure* dalam Ilmu Psikologi Ditinjau Dari Prespektif al-Qur'an", (Riau: Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Uin Sultan Syarif Kasim, 2021)
- Ramdhan, Muhammad "Metode Penelitian, ed. Aidil Amin Effendy" (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021).
- Rosyada, Amrina "Materi Ientang *Insecure*", dalam <https://id.scribd.com/document/513832337/> Materi Tentang Insecure, diakses 19/10/ 2023, pukul 19.36
- Rozaq, Abdul, "Konsep Tawakal Menurut Imam Al-Ghazali dan Relevansinya dengan Kesehatan Mental", (Semarang: Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Walisngo 2008)
- Saputra Anri, dkk, "Sabar dan Tawakal Sebagai Solusi dalam Mengatasi Stress Guru Sekolah Luar Biasa", (*Journal Psychology*, Vol. 18 No 1 2022), 78

- Shihab, Muhammad Quraish “*Tafsir al-Mishbah*”, (Jakarta: Lentera Hati, 2000) Vol. 2
- Shihab, Muhammadiyah Quraish, “*Tafsir Al-Mishbah: Kesan Pesan dan Keserasian al-Qur’an*”, (Jakarta: Lentera Hati, 2009), Vol. II
- Sumiyati, “*Konsep Tawakal Prespektif al-Qur’an (kajian M. Quraish Shihab dalam Tafsir al-Mishbah)*”, (Mataram: Jurusan Ilmu al-Qur’an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Uin Mataram, 2019)
- Syahrin, Alvin “*Insecurity Is Middle Name*”, (Jakarta: rajawali press, 2021), 33
- Ulhaq, Dhiya “*Konsep Tawakal Menurut Yusuf Al-Qaradhawi*” ( Jakarta: Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah 2022)
- Zakaria, Mohd Fathi yakan bin, “*Konsep Tawakal dalam al-Qur’an (Kajian Komparatif antara Tafsir As-Sya’rawi dan Tafsir Al-Azhar)*” (Riau: Jurusan Tafsir Hadist Fakultas Ushuluddin Universitas 2013)



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A