

Belajar Memahami **HIDUP TIDAK SELALU INDAH & MUDAH**

"Perspektif Islam"

*"Karena sesungguhnya
bersama kesulitan itu
ada kemudahan"
(QS. Al-Insyirah: 5)*

Wendi Muliawan

Belajar Memahami Hidup Tidak Selalu Indah & Mudah *"Perspektif islam"*

Wendi Muliawan



PENERBIT KBM INDONESIA

adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku-buku penulis di tanah air Indonesia, serta menjadi media *sharing* proses penerbitan buku.

BELAJAR MEMAHAMI HIDUP TIDAK SELALU INDAH & MUDAH "PERSPEKTIF ISLAM"

Copyright @ 2026 Wendi Muliawan

All right reserved

Penulis

Wendi Muliawan

Desain Sampul

Eca Art

Tata Letak

Ika Puji A.

Editor

Dr. Muhamad Husein Maruapey, Drs., M.Sc.

Background isi buku di ambil dari <https://www.freepik.com/>

Official

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor)

Penerbit Karya Bakti Makmur (KBM) Indonesia

Anggota IKAPI/No. IKAPI 279/JTI/2021

081357517526 (Tlpn/WA)

Website

<https://penerbitkbm.com>

www.penerbitbukumurah.com

Email

naskah@penerbitkbm.com

Distributor

<https://penerbitkbm.com/toko-buku/>

Youtube

Penerbit KBM Sastrabook

Instagram

[@penerbit.kbmindonesia](https://www.instagram.com/penerbit.kbmindonesia)

[@penerbitbukujogja](https://www.instagram.com/penerbitbukujogja)

ISBN: 978-634-278-349-8

Cetakan ke-1, Mei 2026

15,5 x 23 cm, vi + 79 halaman

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit
Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di DJKI-Kemenkumham dan
isi buku dilindungi undang-undang.

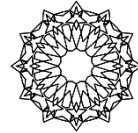
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

- i. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
- ii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- iii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- iv. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

KATA PENGANTAR



Segala puji bagi Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan buku yang berjudul “Belajar Memahami Hidup Tidak Selalu Indah & Mudah: Perspektif Islam”. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad Saw., yang telah membimbing umat manusia dari kegelapan menuju cahaya kebenaran.

Buku ini disusun sebagai upaya untuk menghadirkan pemahaman yang lebih mendalam tentang hakikat kehidupan dalam perspektif Islam. Dalam realitas kehidupan, tidak sedikit manusia yang merasa bahwa hidup seharusnya selalu berjalan indah dan mudah. Namun, kenyataannya tidak demikian. Kesulitan, ujian, dan berbagai dinamika kehidupan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari perjalanan manusia.

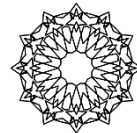
Melalui buku ini, penulis berusaha mengajak pembaca untuk melihat kehidupan dari sudut pandang yang lebih bijaksana dan spiritual. Islam mengajarkan bahwa setiap ujian memiliki makna, setiap kesulitan mengandung hikmah, dan setiap proses kehidupan merupakan bagian dari rencana Allah yang sempurna. Dengan memahami hal ini, diharapkan pembaca mampu menjalani hidup dengan lebih sabar, ikhlas, dan penuh keteguhan.

Penulisan buku ini tentu tidak terlepas dari berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kesempurnaan. Kritik dan saran yang membangun

sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa yang akan datang.

Akhirnya, penulis berharap semoga buku ini dapat memberikan manfaat, menjadi sumber refleksi, serta membantu pembaca dalam menemukan makna hidup di tengah berbagai ujian yang dihadapi.

DAFTAR ISI



KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
PENDAHULUAN.....	1

BAB 01.

HAKIKAT KEHIDUPAN DALAM ISLAM	3
A. Konsep Kehidupan Dunia sebagai Ujian	3
B. Tujuan Penciptaan Manusia	6
C. Relasi Dunia dan Akhirat	8
D. Implikasi Pemahaman Hakikat Hidup	11

BAB 02.

UJIAN SEBAGAI SUNNATULLAH DALAM KEHIDUPAN	15
A. Pengertian Sunnatullah dalam Kehidupan	15
B. Kepastian Ujian dalam Kehidupan Manusia	17
C. Klasifikasi Ujian dalam Perspektif Islam	19
D. Hikmah Ujian sebagai Bagian dari Sunnatullah	21
E. Implikasi Teologis dan Psikologis	22

BAB 03.

MAKNA KESULITAN DAN HIKMAH DI BALIKNYA	25
A. Kesulitan sebagai Proses Pendidikan Spiritual	25
B. Hikmah Tersembunyi dalam Ujian	26
C. Transformasi Diri Melalui Penderitaan	27

BAB 04.

SABAR DAN IKHLAS SEBAGAI KUNCI KETAHANAN HIDUP	31
A. Konsep Sabar dalam Islam	31
B. Ikhlas sebagai Kemurnian Niat.....	32
C. Integrasi Sabar dan Ikhlas	33

BAB 05.

TAWAKAL DAN OPTIMISME DALAM MENGHADAPI REALITAS....	35
A. Hakikat Tawakal.....	35
B. Optimisme dalam Islam	36
C. Husnuzan kepada Allah	37

BAB 06.

KESEIMBANGAN ANTARA IKHTIAR DAN TAKDIR.....	39
A. Konsep Ikhtiar	39
B. Pemahaman Takdir.....	41
C. Dialektika Ikhtiar dan Tawakal.....	42

BAB 07.

UJIAN KEHIDUPAN DALAM BERBAGAI ASPEK	45
A. Ujian dalam Aspek Ekonomi	45
B. Ujian dalam Keluarga dan Sosial	47
C. Ujian Kesehatan dan Kehilangan.....	49

BAB 08.

PERAN IMAN DALAM MENGUATKAN JIWA.....	53
A. Iman sebagai Sumber Ketenangan.....	53
B. Iman dan Kesehatan Mental.....	54
C. Dzikir dan Doa sebagai Terapi Jiwa.....	56

BAB 09.

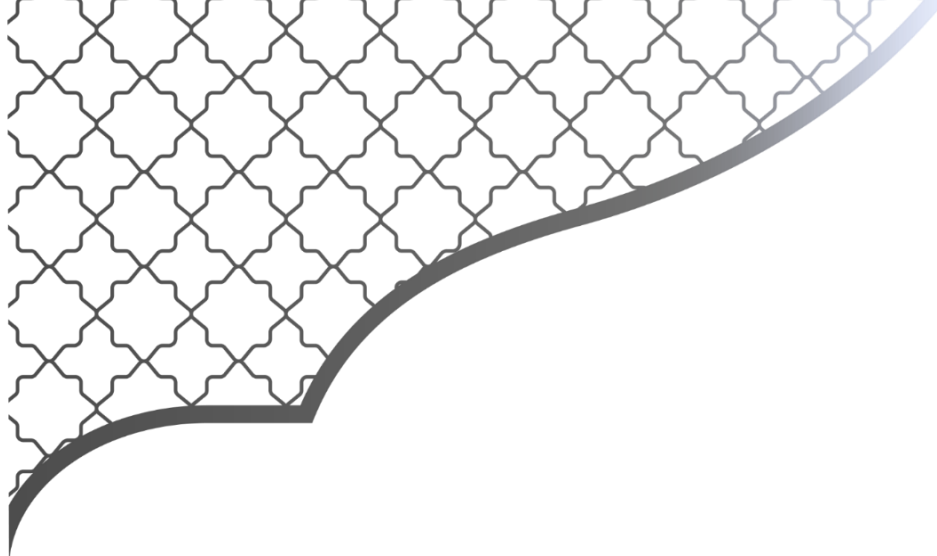
BELAJAR DARI KISAH PARA NABI	59
A. Nabi Ayyub: Keteladanan dalam Kesabaran.....	59
B. Nabi Yusuf: Kesabaran dalam Ujian Kehidupan	60
C. Nabi Muhammad: Keteguhan dalam Dakwah	60

BAB 10.

MENEMUKAN MAKNA HIDUP DI TENGAH KESULITAN.....	63
A. Hidup sebagai Perjalanan Spiritual.....	63
B. Refleksi dan Muhasabah.....	64
C. Kesulitan sebagai Jalan Kedewasaan	65

BAB 11.

MENUJU KEHIDUPAN YANG LEBIH BERMAKNA.....	67
A. Membangun Perspektif Hidup Islami	67
B. Integrasi Nilai-Nilai Spiritual	69
PENUTUP : HIDUP TIDAK SELALU INDAH, NAMUN SELALU ADA HIKMAH	73
DAFTAR PUSTAKA	75
PROFIL PENULIS.....	79



PENDAHULUAN

Hidup sering kali dibayangkan sebagai perjalanan yang indah, penuh kemudahan, dan berjalan sesuai dengan harapan manusia. Namun, realitas menunjukkan sebaliknya. Tidak sedikit manusia yang harus menghadapi ujian, kesulitan, kehilangan, bahkan kegagalan yang datang silih berganti. Pada titik inilah, pemahaman tentang hakikat kehidupan menjadi sangat penting, agar manusia tidak terjebak dalam keputusan atau kehilangan arah dalam menjalani hidup.

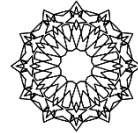
Dalam perspektif Islam, kehidupan dunia bukanlah tujuan akhir, melainkan sebuah fase ujian yang sarat dengan hikmah dan makna. Kehidupan yang tidak selalu indah dan mudah justru menjadi sarana bagi manusia untuk bertumbuh, memperkuat keimanan, serta mendekatkan diri kepada Allah. Islam mengajarkan bahwa setiap kesulitan mengandung pelajaran, dan setiap ujian adalah bentuk kasih sayang Allah kepada hamba-Nya yang ingin ditinggikan derajatnya.

Pandangan ini memberikan kerangka berpikir yang berbeda dibandingkan dengan pandangan materialistik yang sering mengukur kebahagiaan dari kemudahan dan kesenangan semata. Dalam Islam, kebahagiaan tidak selalu identik dengan kenyamanan, dan kesulitan bukan berarti ketiadaan rahmat. Justru, dalam banyak kondisi, kesulitan menjadi jalan menuju kedewasaan spiritual dan kematangan jiwa.

Buku ini hadir untuk mengajak pembaca memahami kehidupan secara lebih mendalam melalui kacamata Islam. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai keimanan, refleksi spiritual, serta realitas kehidupan sehari-hari, pembahasan dalam buku ini diharapkan mampu memberikan ketenangan, kekuatan, dan arah bagi siapa saja yang sedang menghadapi dinamika kehidupan.

Akhirnya, memahami bahwa hidup tidak selalu indah dan mudah bukanlah bentuk pesimisme, melainkan langkah awal menuju kebijaksanaan. Sebab, dari situlah manusia belajar arti kesabaran, keikhlasan, dan keteguhan hati dalam menjalani setiap ketentuan yang telah digariskan oleh Allah.

DAFTAR PUSTAKA



Buku:

- Abuddin Nata. *Akhlak Tasawuf*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010.
- Al-Qur'an al-Karim.
- Dadang Hawari. *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1997.
- Hamka. *Tafsir Al-Azhar*. Jakarta: Pustaka Panjimas, 1982.
- Hasan Langgulang. *Manusia dan Pendidikan: Suatu Analisa Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Pustaka Al-Husna, 1986.
- Ibnu Katsir. *Tafsir al-Qur'an al-'Azhim*. Beirut: Dar al-Fikr, 1999.
- Ibnu Qayyim al-Jauziyah. *Madarij as-Salikin*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2003.
- Imam Al-Ghazali. *Ihya' Ulumuddin*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2005.
- Jalaluddin Rakhmat. *Islam Alternatif: Ceramah-Ceramah di Kampus*. Bandung: Mizan, 1994.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. *Al-Qur'an dan Tafsirnya*. Jakarta: Kemenag RI, 2011.
- M. Quraish Shihab. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sayyid Qutb. *Fi Zilal al-Qur'an*. Kairo: Dar al-Shuruq, 2003.
- Wahbah az-Zuhaili. *Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*. Damaskus: Dar al-Fikr, 2009.

Yusuf al-Qaradawi. *Al-Sabr fi al-Qur'an*. Kairo: *Maktabah Wahbah*, 1995.

Zakiah Daradjat. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 1982.

Jurnal:

Achmad, Jil. 10 No.2 (2019): Oktober, *Tawakal Dalam Perspektif Islam*. Diperoleh dari <https://doi.org/10.36835/syaikhuna.v10i2.3721>

Ahmad Anis & Muhammad Afifudin, Jil. 2 No.1 (2021): *Izzatuna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Aplikasi Sabar dan Tawakal pada Masa Pandemi. Diperoleh dari <https://doi.org/10.62109/ijiat.v2i1.15>

Aryan M.S, dkk, JIL. 5 NO.1 (2022): *JPIB : Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*. Tawakal kepada Allah Memprediksi Resiliensi Akademik pada Pembelajaran Online. Diperoleh dari <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jpib/issue/view/928> <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i1.15832>

Laila Astuti, dkk, Jil. 2 No.2 (2025): *FATHIR: Jurnal Studi Islam. Kajian Semantik Tawakkal dalam Al-Qur'an: Relevansinya terhadap Konsep Coping dan Psikologi Resiliensi*. Diperoleh dari <https://doi.org/10.71153/fathir.v2i2.283>

Najamuddin, dkk, JIL. 4 NO.2 (2026): *Maret: Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*. Kesehatan Mental dalam Perspektif Akidah Islam: Peran Sabar, Syukur dan Ihktiar dalam Mengatasi Kecemasan. Diperoleh dari <https://doi.org/10.61132/jmpai.v4i2.1875>

Nurrahmi, & Nurul Zakiah. (2024). Peningkatan Sikap Sab ar dan Tawakal Melalui Metode Pembelajaran Refleksi di MIN 2 Bima. *EduSpirit : Jurnal Pendidikan Kolaboratif*, 1 (2), 518–524. Diperoleh dari <https://www.jurnal.makwa foundation.org/index.php/eduspirit/article/view/1043>

Raihanah, Vol. 6 No. 1 (2016): *Juni, Konsep Sabar Dalam Alquran*. Diperoleh dari <https://doi.org/10.18592/jtipai.v6i1.1809>

Internet/Web:

BAZNAS RI. *"9 Hikmah Sabar dan Keteguhan Hati."* 2025.

BAZNAS RI. *"Antara Tawakal dan Ikhtiar."* 2025.

BAZNAS RI. *"Cara Menghadapi Ujian Hidup Menurut Islam."* 2025.

Kementerian Agama RI. *"Bersabar dan Bersyukur."* 2026.

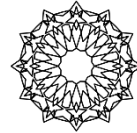
Kementerian Agama RI. *"Sabar dan Tawakal dalam Menghadapi Ujian Sakit."* 2025.

LDII. *"Menyadari Kekuatan Sabar dalam Ujian Hidup."* 2025.

Liputan6. *"Kata-Kata Islami tentang Sabar Menghadapi Ujian."* 2026.

Muslim.or.id. *"Tawakal dalam Setiap Keadaan."*

PROFIL PENULIS



Wendi Muliawan lahir pada 18 November 2002 di Dusun Batu Menek, Desa Montong Terep, Kecamatan Praya, Kabupaten Lombok Tengah, Nusa Tenggara Barat. Ia berasal dari keluarga sederhana, putra dari pasangan Bapak Haji Hariri dan Ibu Hajjah Kamariyah, serta merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara. Perjalanan pendidikannya dimulai dari TK Al-Falussakinah, kemudian melanjutkan ke SDN 1 Bodak. Setelah itu, ia menempuh pendidikan menengah sekaligus memperdalam ilmu agama di Pondok YATOFA Bodak, tempat ia menyelesaikan jenjang SMP dan SMA. Kecintaannya terhadap studi keislaman membawanya melanjutkan pendidikan sarjana di UIN Mataram pada program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Saat ini, ia masih aktif sebagai mahasiswa magister di Universitas Islam Internasional Darullughah Wadda'wah Pasuruan. Di samping itu, ia juga mengabdikan diri sebagai guru di pondok pesantren tempat ia pernah menimba ilmu, serta di MA Al-Anshor.

Melalui karya tulis ini, ia berharap dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan, menjadi amal jariyah, serta kebaikan yang pahalanya terus mengalir sepanjang masa.

Belajar Memahami HIDUP TIDAK SELALU INDAH & MUDAH

"Perspektif Islam"

Hidup tidak selalu berjalan sesuai harapan. Ada kalanya manusia berada di puncak kebahagiaan, namun di waktu lain harus berhadapan dengan kegagalan, kehilangan, dan berbagai bentuk ujian yang tak terduga. Buku "Belajar Memahami Hidup Tidak Selalu Indah & Mudah: Perspektif Islam" hadir sebagai refleksi mendalam untuk memahami realitas tersebut melalui sudut pandang ajaran Islam yang menenangkan dan penuh makna.

Buku ini mengajak pembaca menyelami hakikat kehidupan sebagai bagian dari sunnatullah bahwa ujian adalah keniscayaan yang tidak dapat dihindari. Dengan merujuk pada nilai-nilai Al-Qur'an, tafsir para ulama, serta pendekatan spiritual dan psikologis, pembaca diarahkan untuk melihat kesulitan bukan sebagai beban semata, melainkan sebagai proses pembentukan diri dan peningkatan kualitas iman.

Melalui pembahasan yang sistematis, buku ini menguraikan konsep-konsep penting seperti sabar, ikhlas, tawakal, dan ikhtiar sebagai fondasi dalam menghadapi kehidupan yang penuh dinamika. Selain itu, kisah para nabi dan orang saleh dihadirkan sebagai teladan nyata bahwa ujian bukanlah tanda kelemahan, melainkan jalan menuju kemuliaan.

Lebih dari sekadar teori, buku ini juga mengajak pembaca untuk melakukan refleksi diri, menemukan makna di balik setiap peristiwa, serta membangun ketahanan mental dan spiritual. Dengan bahasa yang mengalir dan mudah dipahami, buku ini cocok bagi siapa saja yang sedang mencari ketenangan, kekuatan, dan arah hidup di tengah berbagai tantangan kehidupan.

Pada akhirnya, buku ini menegaskan bahwa hidup memang tidak selalu indah dan mudah, namun selalu memiliki makna bagi mereka yang mampu memahami dan menjalaninya dengan iman.



PENERBIT KBM INDONESIA
Anggota IKAPI
0813 5751 7526 / (0353) 3234874
Kantor : Maguwoharjo, Depok, Sleman-Yogyakarta
@penerbitbukujogja
@penerbit.kbm

ISBN 978-634-278-349-8

