



Kontribusi Al-Qur' n dalam Membangun Optimisme Ditengah Masa Pandemi Covid-19

Rizqi Mualimatul Fiqiyah

Syarif Hidayatullah State Islamic University Jakarta, Indonesia

rizqi.fq18@mhs.uinjkt.ac.id

ABSTRAK:

Optimisme merupakan salah satu hal penting yang harus disadari oleh masyarakat dalam menghadapi pandemi Covid-19. Sikap optimis dibutuhkan untuk memberi energi positif yang dapat membangun kesehatan mental masyarakat di tengah situasi kepanikan adanya wabah Covid-19. Al-Qur' n berkontribusi dalam pemberian motivasi agar terlepas dari jeratan rasa gelisah dan khawatir yang menghantui hati kaum muslim. Tujuan penelitian adalah menggali bagaimana Al-Qur' n dapat mentransmisikan petunjuk ilahi untuk membangun sikap optimis yang terkikis akibat rasa cemas menghadapi wabah Covid-19 dengan dalil-dalil naqlinya. Fokus masalah penelitian adalah tentang bagaimana peran Al-Qur' n yang bersifat universal mampu memengaruhi pola pikir pesimis menuju optimis terhadap umat Islam terdampak Covid-19. Al-Qur' n yang relevansinya berlaku sepanjang masa (l h li kulli zam n wa al-mak n) harus merespons problematika umat muslim dengan memberikan kelegaan menghadapi kerisauan dan kekhawatiran di tengah kondisi pandemi seperti saat ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Al- Qur' n mampu menyebarkan sikap optimis dengan pemberian semangat percaya diri, agar manusia tidak larut dalam kecemasan (QS. Ali 'Imron [3]: 139). Al- Qur' n juga menunjukkan keluasan rahmat Allah sebagai larangan bagi manusia untuk berputus asa (QS. Yusuf [12]: 87), mendorong agar manusia selalu sabar dalam setiap ujian yang diberikan (QS. Al-Baqarah [2]: 155), serta memberikan peluang manusia untuk berikhtiar keluar dari masalah (QS. Al-Ra'd [13]: 11).

Kata Kunci: Al-Qur' n; Covid-19; Optimisme

PENDAHULUAN

Manusia saat ini tengah dihadapkan dengan adanya pandemi Covid-19 sebagai cobaan besar yang sudah dua tahun mewabah namun belum juga ditemui penghujungnya. Sejak kasus positif Covid-19 pertama kali diberitakan, orang-orang dibatasi segala gerak-gerik dan mobilitasnya. Beberapa aturan diterapkan pemerintah guna memutus rantai penyebaran Covid-19, dari diterapkannya PSBB (undang-undang nomor 6 tahun 2018), penggantian sistem pembelajaran secara online (SE. Kemendikbud nomor 4 tahun 2020), ditutupnya rumah-rumah ibadah (SE. Kemenag nomor 17 tahun 2021), serta baru-baru ini diterapkannya sistem PPKM Jawa – Bali sebagai tindak lanjut instruksi presiden Republik Indonesia.

Dampak dari peraturan pemerintah justru menimbulkan masalah lain, diterapkannya PSBB membuat sektor perekonomian Indonesia melemah. Sedangkan perubahan sistem pembelajaran dari luring ke daring, membuat siswa tidak optimal dalam menangkap materi selama Kegiatan Belajar Mengajar (KBM). Sementara itu, keputusan fatwa MUI untuk menutup tempat-tempat ibadah sebagai langkah meminimalisir penyebaran Covid-19 pun juga menuai banyak pro-kontra dikalangan masyarakat. Tidak sedikit masyarakat yang menerima kemaslahatan tersebut dan menganggapnya sebagai suatu pelanggaran dosa besar dengan menyuruh masyarakat berhenti beribadah ditempatnya. Dampak lain yang timbul di tengah masyarakat adalah stigma yang berkembang terhadap penderita Covid-19 atau bahkan terhadap petugas garda depan seperti dokter, perawat dan perangkat desa. Dilansir dari *kompas.com* bahwa jenazah seorang perawat RSUP dr Kariadi Semarang meninggal dunia karena terkonfirmasi positif Covid-19 dan ditolak oleh warga untuk dimakamkan di Tempat Pemakaman Umum (Kompas.com, 2020). Peristiwa tersebut menjadi bukti bahwa gerusan sosial di tengah pandemi Covid-19 kian terasa.

Masalah krusial yang ditimbulkan oleh pandemi global adalah sikap pesimis yang menghantui hati kaum muslim. Sikap pesimis yang bergelut dihati umat muslim tidak hanya berasal dari faktor perekonomian, namun juga hilangnya rasa percaya (harapan) terhadap impian dan cita di berbagai aspek kehidupan yang hancur lebur terbentur wabah Covid-19. Umat muslim seakan-akan berputus asa dan mengamalkan sikap ‘sabar’ dengan bersikap masa bodoh, padahal balasan dan rahmat Allah Swt. jauh lebih besar menunggu di depan mata. Layaknya virus yang mudah tersebar maka, sikap

optimis juga seharusnya mampu menjangkau dan memegang jiwa-jiwa masyarakat agar tumbuh keyakinan kuat untuk bisa berdiri menghadapi pandemi dan mengakhiri keberadaan virus covid-19. Artikel ini mengelaborasi mengenai bagaimana al- Qur' n mampu berkontribusi membangun sikap optimisme sebagai energi umat muslim dalam memupuk kembali keyakinan, impian dan harapan bahwa kita bisa melewati masa pandemi ini dengan baik, dengan mengkaji ayat-ayat optimisme yang terdapat dalam al- Qur' n.

PEMBAHASAN

1. Optimisme

Optimis menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah orang yang selalu memiliki harapan atau berpengharapan baik atau berpandangan positif dalam melakukan segala hal. Optimis berarti sesuatu yang terlintas di dalam hati berupa harapan pandangan positif, ketenangan hati yang diyakini kebaikannya dimasa yang akan datang (Partono and Rosada, 2020). Optimisme menjadi aspek psikologis yang penting dimiliki oleh manusia, karena dengan optimis manusia diberikan kekuatan dan keyakinan untuk menggapai segala hal yang mengarahkan pada sifat-sifat positif.

Scheier dan Carver mengartikan optimisme sebagai harapan yang akan berjalan sesuai keinginan. Individu yang tumbuh dengan rasa optimis pada umumnya percaya bahwa hal-hal baik akan terjadi, sedangkan individu yang berkuat dengan rasa pesimis akan berharap hal yang akan terjadi tetapi tidak berjalan sesuai keinginan, serta cenderung mengantisipasi hasil yang buruk (Prayogi, 2020). Jika optimisme dapat memberikan kekuatan yang berpengaruh pada tindakan, maka pesimisme justru membuat seseorang tidak berdaya.

Masa pandemi Covid-19 mengharuskan tiap individu agar menguatkan kekebalan tubuh (sistem imun). Berpikir positif dan optimis terbukti dapat memengaruhi kebaikan kesehatan mental dan kesehatan fisik seseorang. Kinerja dari sikap optimis dapat ditunjukkan dengan sikap yang tidak mudah menyerah dalam menghadapi tiap problema, punya harapan baik dan realistis dalam menghadapi persoalan. Optimisme menyebabkan seseorang mempunyai harapan dan kekuatan

dalam mencapai keinginannya dimasa depan (Partono and Rosada, 2020).

Agama Islam memandang orang yang memiliki mental baik adalah orang yang lurus akidah dan syari'atnya. Termasuk di dalamnya orang yang bertaqwa, yang selalu berpikir positif dan yakin akan janji Allah. Realitasnya sikap optimis terbukti dapat membuang bentuk ketakutan, keresahan, dan kegelisahan yang mengakibatkan seseorang berpikir negatif. Sikap optimis memiliki andil yang besar untuk mengakhiri wabah Covid-19 karena pikiran positif yang menjaga imunitas tubuh sehingga kemungkinan terpapar Covid-19 rendah. Sikap optimis akan menjaga dari pikiran stress yang memengaruhi tingkat imunitas tubuh. Maka dari itu, masyarakat diminta untuk menjaga pola pikir yang positif dengan optimis, peduli dan tidak egois.

Jadi, sikap optimis adalah suatu sikap yang lahir dari sebuah pikiran positif dan *booster* kemunculan energi yang positif pula. Optimisme menjadi hal yang sangat penting dibangun agar pandemi bisa cepat usai. Cikal bakal pembentukan imun yang baik dimulai dari ketenangan hati, tidak berpikir negatif, tidak menyerah pada keadaan, dan terus berusaha menjadi kuat dalam mewujudkan harapan. Sehingga, dengan begitu segala bentuk hal yang meresahkan hati menjadi hilang. Jika semua orang telah dapat menanamkan rasa optimis dalam jiwanya, maka tidak menutup kemungkinan kehidupan dapat berjalan normal kembali.

2. Ayat-Ayat Optimisme Dalam Al-Qur' n

a. Sabar

Secara etimologi, kata sabar diambil dari bahasa Arab *abara - ya biru - abran* berarti menahan atau mencegah (Munawwir, 1997). Orang yang sabar adalah orang yang mampu mengendalikan hawa nafsunya dan dengan kesabaran seseorang dapat membuka pintu kesuksesan (Elmansyah A, 2014). QS. Al – Baqarah [2]: 155 menjelaskan bahwasannya Allah Swt. memberi kabar kepada umat Rasulullah Saw. bahwa Dia akan menguji mereka dengan berbagai kesusahan. Pada ayat ini Allah ingin menguji siapa saja umat Rasulullah Saw. yang tetap beriman dan siapa yang akan berpaling dengan ujian pemindahan kiblat dari Baitul Maqdis ke Masjidil

Haram. Pemandangan arah kiblat tersebut menjadi penanda bagi orang yang benar-benar beriman kepada Allah Swt. dan Rasul-Nya. Karena tidaklah mengakui kepindahan kiblat kecuali orang-orang kufur, dan inilah cobaan berat umat Islam saat itu (Al-Thabari, 1994).

Dijelaskan juga dalam ayat selanjutnya QS. Al-Baqarah [2]: 156 ujian dan cobaan yang menimpa umat Islam saat itu berupa rasa takut terhadap ancaman musuh, kelaparan yang melanda dimusim kering, kesulitan mendapat kebutuhan hidup, harta benda berkurang, peperangan yang merenggut banyak sanak family, dan lahan tandus yang membuat panennya berkurang. Semua ujian dari Allah tidak lain adalah untuk mengetahui siapa yang masih mempertahankan keimanan, dan siapa yang justru mempertaruhkan keimanannya dalam kondisi kesusahan tersebut. Padahal, Allah memberikan kabar gembira bagi orang-orang yang mau bersabar saat diberi ujian dengan seraya berkata “ *Sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nya lah kami akan kembali.*” (Al-Thabari, 1994).

Manusia tidak akan bisa lepas dari ujian dan cobaan, sebagaimana takdir yang mencatat bahwa manusia adalah tempatnya salah dan lupa. Hadis riwayat Sa'd bin Abi Waqas menerangkan bahwa Rasulullah Saw. bersabda, seorang hamba diuji sesuai kadar ketaatan pada agamanya. Jika agamanya kuat maka ujiannya berat, apabila agamanya lemah maka ujiannya disesuaikan dengan kadar agamanya. Maka ujian tidak akan pergi dari seorang hamba sehingga dia hidup di bumi ini tanpa berbuat kesalahan sedikitpun (Al-Wadi'i, 2013).

Oleh karena itu, bersabar atas ujian ber hukum wajib sebagai penyempurna keimanan seseorang. Di balik kesabaran Allah telah mempersiapkan ganjaran yang besar, yaitu tidak akan menjumpai hisab atau perhitungan amal. Ujian dan cobaan tidak hanya berhenti pada masa awal generasi Islam seperti kronologi ayat di atas, melainkan juga akan menimpa umat Islam setelahnya. Termasuk ujian pandemi dengan memetik hikmah dari adanya ujian akan menjadikan iman seseorang sempurna seperti yang telah dipaparkan.

Bersabar atas ujian adalah kunci utama menghadapi pandemi Covid-19. Bersabar berarti telah membuktikan adanya sikap optimis dengan memiliki hati yang tidak mudah berputus asa dan penuh

keyakinan bahwa pandemi akan berakhir. Sebagai umat Islam harus senantiasa menanamkan dalam hati bahwa sabar tidak hanya akan membawa kebahagiaan di dunia tapi juga sampai pada puncak kebahagiaan di akhirat. Allah Swt. akan selalu menyertai orang-orang yang bersabar (QS. Al-Anf 1 [8]: 46) dengan keberkahan hidupnya. Sebagai bentuk sabar kita juga harus waspada dan tetap mematuhi instruksi pemerintah dalam menjaga protokol kesehatan. Jika kita mampu mengimplementasikan apa yang telah Allah Swt. firmankan, maka kita semua akan selamat.

b. Tidak Lemah dan Bersedih Hati

Sikap optimisme digambarkan dengan kondisi diri yang kuat dan hati yang bahagia. Seseorang baru bisa dikatakan optimis jika sikapnya menunjukkan dirinya kuat dan tidak memiliki ekspresi sedih dalam raut wajahnya. Dalam QS. Ali 'Imron [3]: 139 Allah secara terang-terangan melarang hamba-Nya lemah atau bersedih hati. Karena bagi Allah Swt. hamba mukmin-Nya adalah orang-orang dengan karunia derajat yang tinggi.

Seluruh umat kini sedang terdampak ujian besar berupa virus mematikan yang telah melumpuhkan hampir semua sektor kehidupan manusia di dunia. Dampak yang ditimbulkan oleh pandemi ini membuat beberapa orang menjadi panik dan gelisah menghadapi kenyataan. Tetapi, sebagai seorang yang beriman kita tidak perlu lemah dan berputus asa. Mengapa kita melemah bahkan bersedih, padahal kita adalah orang-orang yang derajatnya tinggi di sisi Allah Swt. Apabila di dunia kita memperjuangkan kebenaran, maka di akhirat kita akan mendapat surga. Janganlah kita bersedih karena yang gugur diantara kita akan menuju surga dan mendapat pengampunan Ilahi, jika kita benar-benar beriman dan mantap dalam keimanan (Shihab, 2002).

c. Tidak Berputus Asa

Larangan berputus asa tergambar jelas dalam QS. Yusuf [12]: 87, dimana keseluruhan ayat-ayat yang pada surat ini turun sebelum Nabi Muhammad hijrah ke Madinah. Keadaan saat itu umat Islam kritis keimanan yakni setelah peristiwa Isra' dan Mi'raj yang tidak

sedikit meragukan kebenarannya lalu murtad karena lemahnya iman (Shihab, 2002). Di sisi lain, jiwa Nabi Muhammad sedang diliputi kesedihan dengan wafatnya istri beliau Sayyidah Khadijah ra., dan paman beliau Abu Thalib yang biasa dikenal sebagai 'AmulHuzni. Situasi inilah yang menjadi sebab turunnya ayat tersebut untuk menguatkan hati Nabi Saw. (Shihab, 2002).

Nama surat Yusuf memang diambil langsung dari pribadi Nabi Yusuf as. dan menggambarkan bagaimana ujian dan cobaan yang menyimpannya. Berawal dari kebencian saudara-saudaranya yang kemudian melempar Nabi Yusuf as. kedalam sumur, sampai bagaimana Yusuf as. terdampar di suatu negeri yang jauh hingga menemui kesuksesannya dengan kesabaran dan keistiqomahannya. Nabi Ya'qub sebagai seorang ayah yang penuh keyakinan akan bertemu lagi dengan Yusuf as. menyuruh segenap saudara-saudaranya untuk mencari Yusuf as. meskipun para saudaranya tidak percaya akan dapat menemukan Yusuf as. yang telah lama hilang. Berkat keyakinan Nabi Ya'qub akhirnya Yusuf as. ditemukan dalam keadaan yang sebaik-baiknya yakni menjadi penguasa Mesir.

Kisah tersebut memberikan dua pelajaran sekaligus dalam aspek sikap optimis. Aspek tersebut adalah kesabaran Yusuf as. dalam menghadapi kedzaliman saudaranya dan keyakinan Nabi Ya'qub dengan tidak berputus asa dari rahmat Allah Swt. akan dipertemukan kembali dengan Yusuf as. QS. Yusuf [12]: 87 memotivasi orang-orang mukmin untuk tidak berputus asa dari rahmat Allah, karena orang yang berputus asa dari rahmat-Nya termasuk telah kafir.

Inilah mengapa seorang muslim memiliki kewajiban untuk selalu berusaha dan tidak putus asa selama masih ada peluang yang tersedia. Seorang muslim tidak juga dianjurkan lemah dalam menghadapi masalah atau ketika ingin menggapai keinginannya, sebab mereka harus yakin bahwa Allah pasti menyertainya, menolongnya dan bahkan memudahkannya. Sehingga, seorang muslim harus berjiwa kuat, karena Allah lebih mencintai muslim yang kuat dibanding muslim yang lemah sebagaimana hadis *masyhur* yang diriwayatkan oleh Imam Muslim:

“Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada mukmin yang lemah. Setiap hal memiliki nilai kebaikan, capailah dengan sungguh-sungguh apa yang berguna bagimu. Mohonlah pertolongan kepada Allah dan jangan merasa lemah...” (HR. Imam Muslim, No. 2664)

Pandemi Covid-19 memicu situasi yang mencekam, banyaknya berita-berita *hoax* mengenai pandemi yang tersebar di internet seperti tanda akhir zaman, propaganda politik, konspirasi pemerintah dan lain sebagainya membuat masyarakat panik dan khawatir bahwa pandemi sampai kapanpun tidak dapat berakhir. Justru beberapa orang menganggap wabah Covid-19 sebagai ulah manusia yang ingin memanipulasi kehidupan. Kepanikan yang mereka hadapi akan berujung pada rasa putus asa, menganggap bahwa adanya pandemi sebagai akhir dari segalanya karena tak hujung selesai. Padahal, selama dan seberat apapun kesakitan ujian yang dihadapi manusia Allah haramkan berputus asa.

Oleh karena itu, hendaklah seorang muslim kembali kepada al- Qur’ n sebagai sumber motivasi diri untuk mematahkan opini-opini publik yang bersifat *hoax* dan kembali mencari peluang dalam menghadapi pandemi dengan bersikap optimis terhadap rahmat Allah. Allah tegaskan lagi dalam QS. Az – Zumar [39]: 53 bahwa larangan berputus asa dari rahmat Allah Swt. ditujukan kepada hamba-Nya karena Allah ingin mengampuni dosa-dosanya (Shihab, 2002). Hal yang demikian harusnya mampu membuka kembali pandangan umat Muslim yang disempetikan oleh kegelisahan menghadapi pandemi.

d. Berusaha dan Berharap Datangnya Kebaikan

Agama Islam sering mengistilahkan kata usaha dengan ikhtiar. Pada kondisi melawan wabah penyakit ini tentunya umat Muslim harus berikhtiar. Selain ikhtiar fisik seperti mematuhi protokol kesehatan dan aturan pemerintah, umat beragama juga memerlukan ikhtiar batin sebagai manifestasi keimanan yang diperlihatkan seorang hamba kepada Tuhan. Potongan ayat QS. Al – Ra’d [13]: 11 menjelaskan bahwa Allah Swt. tidak akan mengubah suatu kaum (masyarakat) sebelum kaum itu merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Ayat tersebut menjadi rujukan bagi

umat Islam untuk terus berusaha berbuat yang terbaik dan berjuang semaksimal mungkin sebagai langkah positif. Pada hakikatnya, segala sesuatu yang Allah tetapkan bagi hamba-Nya merupakan suatu yang baik (Al-Baidhawi, 2011). Tinggal bagaimana cara pandang seorang hamba dalam menyikapi hal tersebut. Apabila dipandang baik, maka akan benar menjadi baik. Tugas kita hanyalah memilihara anugerah dari Allah agar tidak menjadikannya lebih buruk. Di sinilah kita mengandalkan Allah sebagai sandaran yang kuat dalam merawat apa yang Allah berikan.

Ikhtiar tidak dapat berjalan sendiran, perlu diiringi dengan harapan kebaikan agar ikhtiar dapat bekerja secara optimal. Seperti yang ditegaskan dalam QS. Al - 'r f [7]: 56 bahwasannya Allah melarang hamba-hamba-Nya membuat kerusakan di muka bumi sesudah Allah memperbaikinya, lalu Allah memerintahkan hamba-Nya untuk berdoa dengan rasa takut dan dengan harapan yang akan dikabulkan. Allah juga menegaskan kembali bahwa rahmat Allah sangat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik.

Relevansi kedua ayat di atas dengan kondisi masyarakat saat ini sebagai pesan bahwa siapa saja yang sedang berusaha mengakhiri Covid-19 harus berikhtiar dengan tetap menjaga kebaikan yang Allah berikan. Misalnya dengan dihadirkan pandemi ini kita bisa lebih peduli terhadap lingkungan, bisa lebih menjaga dan peka terhadap diri sendiri serta orang lain. Itulah yang harus kita pelihara dengan berharap pandemi bisa segera berakhir. Namun, perlu diingat bahwa harapan yang baik dibangun atas ikhtiar dan doa sebagai realitas dari sikap optimis. Karena dalam doa dan ikhtiar disertai harapan positif jauh lebih baik dibanding dengan doa dan ikhtiar disertai keragu-raguan.

3. Manfaat Sikap Optimis Ditengah Pandemi Covid-19

Para peneliti memberikan argumen dari hasil risetnya bahwa orang yang optimis akan lebih sehat dan panjang umur jika dibandingkan dengan orang pesimis. Berikut beberapa manfaat dari sikap optimis antara lain:

- a. Orang optimis memiliki resiko kecil terkena serangan jantung, karena orang optimis mempunyai semangat yang positif dan membentuk perasaan yang sangat baik bagi kesehatan jantung.
- b. Orang optimis lebih bahagia dan lebih sedikit mengalami stress, karena pola pikir positif membawa orang optimis untuk lebih percaya diri dan lebih berani mengambil berbagai peluang. Mereka dikenal sebagai orang yang tidak mudah putus asa dan menyerah.
- c. Orang optimis akan lebih sehat dan panjang umur, sebab kadar hormon yang terdapat padanya akan lebih sedikit sehingga berpengaruh pada sistem kekebalan tubuh dan membentuk imun yang kuat.
- d. Pada studi kesehatan yang sampelnya adalah beberapa pasien depresi ditemukan bahwa terapi pikiran positif salah satunya optimisme dinilai lebih efektif dalam memperbaiki kondisi pasien daripada obat-obatan. Jadi, optimisme memang memiliki sifat menyembuhkan dan dapat menjadi alternatif kesehatan mental pada masa pandemi. (Partono and Rosada, 2020).

Adanya pandemi Covid-19 ini, sikap optimis mempunyai kontribusi besar untuk menyingkirkan serangan Covid-19 disamping menjaga imunitas tubuh dan pola hidup sehat. Sikap optimis akan meningkatkan imunitas dan meminimalisir kemungkinan terjangkit virus Covid-19.

KESIMPULAN

Sikap optimis memiliki kontribusi besar dalam membangun harapan baik dan memunculkan energi positif yang dibutuhkan masyarakat saat ini. Al-Qur' n menjadi rujukan dalam memberi kabar gembira umat Islam di kala kerisauan dan kegundahannya menghadapi pandemi. Kaum Muslim dianjurkan untuk tetap merasa bahagia karena Allah tidak akan meninggalkan hamba-Nya dalam keadaan lemah. Janji Allah adalah pasti bagi orang-orang yang mampu mengimplementasikan sikap optimisme sebagaimana yang telah tercantum dalam firman-firman-Nya. Maka sebagai orang beriman kita harus berpikir positif, berprasangka baik, optimis dan berikhtiar dengan harapan bahwa melalui rahmat dan kasih sayang-Nya ujian wabah ini dapat dicabut dalam waktu dekat.

REFERENSI

- Al- Baidhawi, Nashiruddin .2011. *Anwar al-Tanzil wa Asrar al-Ta'wil*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah.
- Al-Wadi'i, Abu Abdirrahman Muqbil bin Hadi. 2013. *5 Al-Jami' Al-Sahih Mimma Laisa Fi Al-Sahihain*. Shan'a: Dar Al-Atsar Linasyri wa Al-Tauzi'.
- At-Thabari, Abu Ja'far Muhammad bin Jarir. 1994. *Tafsir At-Thabari (Jami' AlBayan An Aayi Al- Qur' n*. Libanon: Muassasah Ar-Risalah..
- Al-Haramain, Elmansyah. 2014. *Paradigma Peradaban Tasawuf: Sebuah Pemaparan Awal*. Pontianak: STAIN Pontianak Press.
- Kompas.com. (2020). *Penolakan Jenazah Covid-19? Mengapa Bisa Terjadi*. Diambil dari <https://www.kompas.com/tren/read/2020/04/13/110821765/penolakan-jenazah-pasien-Covid-19-mengapa-bisa-terjadi?page=all>
- Munawwir, Ahmad Warson. 1997. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. Surabaya: Progressif.
- Partono, and Amrina Rosada. 2020. 'Sikap Optimis Dimasa Pandemi Covid-19'. *Allnsyirah: Jurnal Studi Keislaman* 6.
- Prayogi, Fikri. 2020. 'Optimisme vs Pesimisme: Studi Deskriptif Tentang Profil Optimisme Mahasiswa'. *Lentera: Jurnal Ilmiah kependidikan*. Diambil dari <http://jurnal.stkipgribl.ac.id/index.php/lentera>
- Shihab, Quraish. 2002. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian al-Qur' n*. Jakarta: Lentera Hati.

