

SABAR DAN OPTIMISME MENURUT HADITS

Ramli

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

ramli@unismuh.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kesabaran dan optimisme sebagai elemen fundamental dalam keimanan serta pengaruhnya terhadap kehidupan pribadi dan sosial umat Islam. Kesabaran diibaratkan sebagai kepala bagi tubuh keimanan, yang esensial untuk menjalankan ketaatan, meninggalkan larangan, serta menghadapi takdir yang terasa menyakitkan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur, menganalisis berbagai sumber yang menegaskan bahwa kesabaran bukan hanya bagian penting dari iman, tetapi juga kunci untuk meraih kelapangan hati dan keberhasilan. Orang yang sabar akan mampu mengendalikan emosi, menjaga hukum Tuhan, dan tetap tenang menghadapi ujian hidup. Selain itu, penelitian ini menyoroti optimisme sebagai karakteristik seorang mukmin sejati. Optimisme berarti berpikir positif, memiliki harapan yang tinggi, dan yakin akan hikmah di balik setiap takdir Allah SWT. Optimisme membantu umat Islam untuk bangkit dari kesedihan masa lalu, menghadapi tantangan hidup dengan semangat baru, dan memotivasi diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesabaran dan optimisme adalah kombinasi penting untuk menciptakan kehidupan yang bermakna, dengan iman yang kuat sebagai fondasinya. Studi ini menegaskan bahwa keduanya bukan hanya sifat yang dianjurkan, tetapi juga kewajiban dalam mencapai kesempurnaan iman dan kehidupan yang lebih berkualitas.

Kata Kunci: Kesabaran, Optimisme, Keimanan

Abstract

This study aims to examine patience and optimism as fundamental elements in faith and their influence on the personal and social lives of Muslims. Patience is likened to the head of the body of faith, which is essential for carrying out obedience, abandoning prohibitions, and facing painful destiny. This study uses a qualitative approach with a literature study method, analyzing various sources that confirm that patience is not only an important part of faith, but also the key to achieving broad-mindedness and success. A patient person will be able to control emotions, maintain God's law, and remain calm in facing life's trials. In addition, this study highlights optimism as a characteristic of a true believer. Optimism means thinking positively, having high hopes, and believing in the wisdom behind every destiny of Allah SWT. Optimism helps Muslims to rise from past sadness, face life's challenges with new enthusiasm, and motivate themselves to become better people. The results of the study show that patience and optimism are an important combination to create a meaningful life, with strong faith as its foundation. This study confirms that both are not only recommended traits, but also obligations in achieving the perfection of faith and a better quality life.

Keywords: Patience, Optimism, Faith



© Author(s) 2024

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

PENDAHULUAN

Kesabaran adalah salah satu ciri mendasar orang yang bertaqwa kepada Allah SWT. Bahkan sebagian ulama mengatakan bahwa kesabaran merupakan setengahnya keimanan. Sabar memiliki kaitan yang tidak mungkin dipisahkan dari keimanan: Kaitan antara sabar dengan iman, adalah seperti kepala dengan jasadnya. Tidak ada keimanan yang tidak disertai kesabaran, sebagaimana juga tidak ada jasad yang tidak memiliki kepala. Sabar juga memiliki dimensi untuk merubah sebuah kondisi, baik yang bersifat pribadi maupun sosial, menuju perbaikan agar lebih baik dan baik lagi. Bahkan seseorang dikatakan dapat dikatakan tidak sabar, jika ia menerima kondisi buruk, pasrah dan menyerah begitu saja. Sabar dalam ibadah diimplementasikan dalam bentuk melawan dan memaksa diri untuk bangkit dari tempat tidur, kemudian berwudhu lalu berjalan menuju masjid dan melaksanakan shalat secara berjamaah.

Untuk melaksanakan berbagai kewajiban tentu saja dibutuhkan bekal kesabaran. Untuk meninggalkan berbagai larangan dibutuhkan bekal kesabaran. Begitu pula saat menghadapi keputusan takdir kauni (yang menyakitkan) tentu juga diperlukan bekal kesabaran. Karena amat sedikitnya dijumpai orang yang sanggup bersabar tatkala tertimpa musibah. Maka disini akan menjelaskan bahwasanya sabar termasuk bagian dari kesempurnaan 4 tauhid. Sabar termasuk kewajiban yang harus ditunaikan oleh hamba, sehingga ia pun bersabar menanggung ketentuan takdir Allah.

Ungkapan rasa marah dan tak mau sabar yang banyak muncul dalam diri orang-orang tatkala mereka mendapatkan ujian berupa ditimpakannya musibah. Dengan alasan itulah maka akan diterangkan bahwa sabar adalah hal yang wajib dilakukan tatkala tertimpa takdir yang terasa menyakitkan. Dengan hal itu juga kami ingin memberikan penegasan bahwa bersabar dalam rangka menjalankan ketaatan dan meninggalkan kemaksiatan hukumnya juga wajib.¹

Optimis merupakan karakter indah seorang mukmin. Mukmin sejati harus senantiasa berpikir positif dan memotivasi diri menjadi pribadi yang memiliki visi akhirat, perfeksionis, dan punya standar yang tinggi untuk perkara-perkara yang dicintai Allah.

Sikap optimis harus ditanamkan dalam hati manakala suatu saat menghadapi badai masalah, ia akan tegar dan terus bersemangat mencari solusi penyelesaian masalah. Tidak mudah putus asa dan yakin pasti ada hikmah besar di balik semua takdir Allah. Islam mengajarkan umatnya untuk bangkit menyongsong hari esok dengan obsesi baru, harapan dan semangat membara agar hidupnya lebih baik, amalnya lebih shalih, imannya bertambah kuat, serta hatinya dipenuhi buhul cinta kepada Allah, tidak menyesali peristiwa masa lalu yang mungkin menumbuhkan kesedihan mendalam.

¹ https://www.academia.edu/36116917/Makalah_sabar diakses pada tanggal 12 Juni 2024.

Hadapi perkara mendatang dengan penuh kebahagiaan dan menepis dan melawan perasaan negatif yang belum terjadi. Dari Anas radhiyallahu ‘anhu, Nabi shalallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

لا عدوى، ولا طيرة، ويعجبني الفأل

Artinya : “Tidak ada penyakit yang menular sendiri dan tidak ada kesialan. Al-fa`lu (kata-kata yang baik) membuatku kagum.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Al-Hulaimi rahimahullah mengatakan: “Nabi shalallahu ‘alaihi wa sallam suka dengan optimisme, karena pesimis merupakan cermin persangkaan buruk kepada Allah tanpa alasan yang jelas. Optimisme diperintahkan dan merupakan wujud persangkaan yang baik. Seorang mukmin diperintahkan untuk berprasangka baik kepada Allah dalam setiap kondisi.” (Fathul Bari’, 10/226)²

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur (library research). Peneliti mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber seperti kitab tafsir, hadits, dan buku yang relevan dengan tema kesabaran dan optimisme dalam perspektif Islam. Fokus utama adalah menggali pemahaman dari teks-teks hadits, pendapat ulama, serta literatur Islam klasik dan kontemporer untuk mengidentifikasi peran kesabaran dan optimisme dalam membentuk keimanan dan kehidupan umat Islam. Analisis dilakukan dengan cara memetakan konsep-konsep utama, menghubungkan temuan dengan teori keimanan, dan menyajikan pandangan yang relevan dengan konteks kehidupan pribadi dan sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Konsep Sabar Menurut Hadits

Secara etimologi, Shihab (2002) dalam Tafsir al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur’an memaparkan bahwa sabar berasal dari Bahasa Arab, صبر – يصبر – صبرا yang berarti bersabar, tabah hati, berani.² Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, sabar berarti tahan menghadapi cobaan (tidak lekas marah, tidak lekas putus asa, tidak lekas patah hati), tabah, tenang; tidak tergesa-gesa; tidak terburu nafsu.³

Masyarakat Indonesia sendiri banyak menggunakan konsep sabar baik dalam konteks agama, maupun budaya. Dalam kehidupan sehari-hari konsep ini banyak sekali digunakan orang ketika menghadapi berbagai persoalan psikologis seperti stress, musibah, atau sedang dalam

² M. Q. Shihab, *Tafsir al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur’an*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, hal.181.

³ <https://kbbi.web.id/sabar> diakses pada tanggal 12 Jun 2024

kondisi marah. Oleh karena itulah konsep sabar pada umumnya dikaji dalam konteks moralitas dan religius.⁴

Manusia adalah makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna. Allah memberi karunia berupa akal kepada manusia yang mana dengan akal inilah yang membedakan antara manusia dengan makhluk yang lainnya. Oleh karena itu manusia adalah makhluk yang mukallaf (dibebani) dan diberi cobaan, maka sabar adalah suatu kekhasan yang menonjol. Imam al- Ghazali memberikan penjelasan dan analisisnya mengenai makna sabar sebagai berikut : “Sabar adalah suatu sifat khas yang dimiliki manusia, sesuatu yang tidak dimiliki oleh binatang sebagai faktor kekurangannya, dan malaikat sebagai faktor kesempurnaannya.”⁵

Sebagai contoh kecil dalam kehidupan mengenai aplikasi sabar sehari-hari bisa dilihat dari kesabaran para petani terhadap semaian benihnya, bila tidak dengan kesabaran, maka mustahil mereka akan mengetam dari hasil benihnya. Kalau bukan karena kesabaran para pelajar terhadap proses pembelajaran dan pelajarannya, mustahil akan menyelesaikan pendidikannya. Kalau bukan karena kesabaran para prajurit dalam medan- medan pertempuran, mustahil meraih kemenangan. Setiap orang yang berhasil di dunia ini mencapai keberhasilannya melalui kesabaran.

Tidak ada kerugian bagi mereka yang bersifat sabar dalam menghadapi segala macam cobaan dan ujian hidup dari Allah SWT. Sebaliknya, Allah SWT telah menjanjikan beragam hal bagi mereka yang mampu sabar menghadapi kesulitan hidup.

Sabar merupakan senjata terbaik bagi orang yang mendapat ujian. Sabar merupakan sumber kelapangan hati dan tangga untuk meraih tujuan. Orang yang sabar tidak akan mengeluh dan tidak gusar ketika mendapat ujian. Ia akan berusaha menyembunyikan ujian atau kesulitan yang dialaminya dan menampakkan karunia.

Adapaun hadis dan keutamaannya jika kita bersikap sabar di situasi apa pun adalah sebagai berikut :

1. Sabar membuat kita dapat bertemu dengan Nabi Muhammad SAW

وَعَنْ أَبِي يَحْيَى أَسِيدِ بْنِ حُضَيْرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، أَنَّ رَجُلًا مِنَ الْأَنْصَارِ قَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَلَا تَسْتَعْمِلُنِي كَمَا اسْتَعْمَلْتَ فُلَانًا، فَقَالَ: إِنَّكُمْ سَتَلْقَوْنَ بَعْدِي أَثَرَهُ، فَاصْبِرُوا حَتَّى تَلْقَوْنِي عَلَى الْحَوْضِ

⁴ Sabar Subandi. *Sebuah Konsep Psikologi Jurnal Psikologi*: Volume 38, No 2, Desember 2011: 215-227 Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada.

⁵ Yusuf Al-Qardhawy, "Sabar, Sifat Orang Beriman: Tafsir Tematik Alquran", Jakarta: Rabbani Press, 2003, hal. 18.

Artinya: "Dari Usaid bin Hudlair radliallahu anhum; ada seseorang dari kalangan Anshar yang berkata; 'Wahai Rasulullah, tidakkah sepatutnya baginda mempekerjakanku sebagaimana baginda telah mempekerjakan si fulan?'. Beliau menjawab: 'Sepeninggalku nanti, akan kalian jumpai sikap-sikap utsrah (individualis, egoism, orang yang mementingkan dirinya sendiri). Maka itu bersabarlah kalian hingga kalian berjumpa denganku di telaga al-Haudl (di surga).'" (HR. Bukhari)

[No. 3792 Fathul Bari] Shahih.

2. Bersikap sabar dapat mendapat ganjaran surga

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى: مَا لِعَبْدِي الْمُؤْمِنِ عِنْدِي جَزَاءٌ إِذَا قَبَضْتُ صَفِيَّهُ مِنْ أَهْلِ الدُّنْيَا ثُمَّ احْتَسَبَهُ إِلَّا الْجَنَّةَ

Artinya: "Dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah shallallahu alaihi wasallam bersabda: 'Allah Ta'ala berfirman: Tidak ada balasan yang sesuai di sisi-Ku bagi hamba-Ku yang beriman, jika aku mencabut nyawa orang yang dicintainya di dunia, kemudian ia rela dan bersabar kecuali surga.'" (HR. Bukhari) [No. 6424 Fathul Bari] Shahih.

3. Sifat sabar mencegah kita dari kemungkaran

رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا لَمَّا نَزَلَتْ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتَيْنِ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ فَكُتِبَ عَلَيْهِمْ أَنْ لَا يَفِرَّ وَاحِدٌ مِنْ عَشْرَةٍ فَقَالَ سُفْيَانُ غَيْرَ مَرَّةٍ أَنْ لَا يَفِرَّ عِشْرُونَ مِنْ مِائَتَيْنِ ثُمَّ نَزَلَتْ الْآنَ خَفَّفَ اللَّهُ عَنْكُمْ الْآيَةَ فَكُتِبَ أَنْ لَا يَفِرَّ مِائَةٌ مِنْ مِائَتَيْنِ وَزَادَ سُفْيَانُ مَرَّةً نَزَلَتْ حَرَضَ الْمُؤْمِنِينَ عَلَى الْقِتَالِ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ قَالَ سُفْيَانُ وَقَالَ ابْنُ شُبْرُمَةَ وَأَرَى الْأَمْرَ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّهْيِ عَنِ الْمُنْكَرِ مِثْلَ هَذَا

Artinya: "Dari Ibnu Abbas radliallahu anhuma tatkala turun ayat: 'Jika ada dua puluh orang yang sabar di antaramu, niscaya mereka akan dapat mengalahkan dua ratus orang musuh. Dan jika ada seratus orang yang sabar di antaramu, niscaya mereka akan dapat mengalahkan seribu dari pada orang kafir...'. (Surat Al Anfal: 65). Maka diwajibkan kepada mereka tidak ada seorang pun yang lari dari sepuluh orang. Abu Sufyan berkali-kali mengatakan: 'Jangan sampai ada yang lari dua puluh orang dari dua ratus orang.' Kemudian turunlah ayat: 'Sekarang Allah telah meringankan

kepadamu.' (Al Anfal: 66). Maka diwajibkan jangan sampai ada yang lari sebanyak seratus orang dari dua ratus orang. Sufyan menambahkan juga; telah turun ayat; 'Hai Nabi, kobarkanlah semangat para mukmin untuk berperang. Jika ada dua puluh orang yang sabar di antaramu...' (Al Anfal: 65). Sufyan berkata; dan Ibnu Syubrumah berkata; 'Aku melihat seperti inilah menyuruh kebaikan dan mencegah kemungkaran.'" (HR. Bukhari) [No. 4652 Fathul Bari] Shahih.

4. Allah akan menjaga dan mencukupi orang yang sabar

وَمَنْ يَسْتَعْفِفْ يُعِفُّهُ اللَّهُ ، وَمَنْ يَسْتَغْنِ يُغْنِهِ اللَّهُ ، وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصْبِرْهُ اللَّهُ ،
وَمَا أُعْطِيَ أَحَدٌ عَطَاءً خَيْرًا وَأَوْسَعَ مِنَ الصَّبْرِ

Artinya: “Barangsiapa yang berusaha menjaga diri, maka Allah menjaganya, barangsiapa yang berusaha merasa cukup, maka Allah mencukupinya. Barangsiapa yang berusaha bersabar, maka Allah akan menjadikannya bisa bersabar dan tidak ada seorang pun yang dianugerahi sesuatu yang melebihi kesabaran.” (HR Bukhari No 1469)

B. Konsep Optimisme Hidup menurut Hadits

Optimisme dalam bahasa inggris optimism (harapan baik), optimistic yang artinya berharap baik.¹⁰ Dalam kamus bahasa Arab, optimisme sering disebut al-tafâul. Dalam kamus al-Munawwir, kata al-tafâul diartikan sebagai pengharapan nasib baik.

Optimis adalah orang yang selalu berpengharapan atau berpandangan baik dalam menghadapi segala hal. Optimisme ialah paham atau keyakinan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menyenangkan, sikap selalu mempunyai harapan baik dalam segala hal.

Dibawah ini beberapa hadis tentang optimisme :

1. Hadis Tentang Optimis dan Hadd

وَعَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ أَصَبْتُ حَدًّا فَأَقِمَّهُ عَلَيَّ وَحَضَرَتِ الصَّلَاةُ فَصَلَّ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمَّا قَضَى الصَّلَاةَ قَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنِّي أَصَبْتُ حَدًّا فَأَقِمَّ فِي كِتَابِ اللَّهِ قَالَ: هَلْ حَضَرْتَ مَعَنَا الصَّلَاةَ؟ قَالَ: نَعَمْ، قَالَ: قَدْ غُفِرَ لَكَ. متفق عليه

Artinya: “Dan dari Anas ra berkata: Seorang datang kepada Nabi SAW dan berkata, “Saya terkena hukuman Hadd, maka laksanakanlah atas diriku.” Ketika itu bertepatan dengan waktu shalat, maka ia shalat bersama Rasulullah. Dan sesudah selesai shalat, ia berkata, “Ya Rasulullah, saya telah terkena Hadd, maka laksanakan atas diriku.” Rasulullah SAW bertanya, “Apakah engkau telah shalat bersama kami?” Jawabnya, “Ya.” Sabda Nabi, “Telah diampuni bagimu.” (HR. Bukhari dan Muslim).

2. Hadis Tentang Optimis dan Tidak Meramal Nasib.

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم لا يتطير من شيء، ولكنه إذا أراد أن يأتي أرضا سأل عن اسمها فإن كان حسنا روي ذلك في وجهه. وكان إذا بعث رجلا سأل عن اسمه فإن كان حسن الاسم رئي البشر في وجهه، وإن كان قبيحا رئي ذلك في وجهه

Artinya: “Rasulullah SAW itu tidak pernah meramal nasib sedikitpun. Tetapi jika ia ingin mendatangi suatu tempat, dia bertanya apa nama tempat itu. Jika nama tempat itu baik, ekspresi (kesenangannya) terlihat di wajahnya. Jika nama tempat itu buruk, ekspresi (ketidaksukaan juga) terlihat di wajahnya.” (HR Ahmad)

3. Hadits Tentang Optimis dan Tawakal.

لَوْ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَوَكَّلُونَ عَلَى اللَّهِ حَقَّ تَوَكُّلِهِ، لَرَزَقْتُمْ كَمَا تُرْزَقُ الطَّيْرُ، تَغْدُو خِمَاصًا وَتَرُوحُ بِطَانًا

Artinya: “Sungguh, seandainya kalian bertawakkal kepada Allah sebenar-benar tawakkal, niscaya kalian akan diberi rizki sebagaimana rezeki burung-burung. Mereka berangkat pagipagi dalam keadaan lapar, dan pulang sore hari dalam keadaan kenyang.” (HR At-Tirmidzi)

4. Hadis Tentang Optimis dan Ikhtiar.

الْيَدُ الْعُلْيَا خَيْرٌ مِنَ الْيَدِ السُّفْلَى، الْيَدُ الْعُلْيَا هِيَ الْمُنْفَعَةُ، وَالسُّفْلَى هِيَ السَّائِلَةُ

Artinya: “Tangan di atas lebih baik dari tangan di bawah. Tangan di atas yaitu pemberi, sedang tangan di bawah yaitu peminta.” (HR Bukhari dan Muslim)

KESIMPULAN

Sabar merupakan sumber kelapangan hati dan tangga untuk meraih tujuan. Orang yang sabar tidak akan mengeluh dan tidak gusar ketika mendapat ujian. Ia akan berusaha menyembunyikan ujian atau kesulitan yang dialaminya dan menampakkan karunia. Selain itu, ia juga selalu berusaha mengendalikan keadaan hatinya dan menjaga hukum Tuhan setiap saat. Bagi seseorang yang ingin mendapatkan sesuatu secara tersurat dan tersirat. Bahwa sabar adalah merupakan ajaran penting yang harus dijalankan oleh seseorang yang ingin mendapatkan sesuatu yang diharapkan, dengan demikian ‘kesabaran’ menggambarkan aspek penting dari iman kepada Tuhan.

Dalam menjalani kehidupannya, umat Islam diharapkan memiliki rasa optimis. Oleh karena itu, sikap optimis merupakan hal yang sangat penting. Karena optimisme adalah keyakinan akan segala sesuatu dalam arti baik dan menyenangkan, yang juga dapat diartikan selalu berpikiran positif serta memiliki harapan yang tinggi.

Implikasi

Keutamaan-keutamaan dari sifat sabar, diantaranya, orang yang sabar akan senantiasa bersama-sama Allah; bersabar adalah ladang pahala tanpa batas; orang-orang yang sabar adalah orang-orang yang mulia; sabar membuat kita lebih peka terhadap kekuasaan Allah Swt; segala urusan yang dihadapi oleh orang-orang sabar adalah baik.

Manfaat sikap optimis antara lain memberikan perbaikan; sikap positif dalam hidup; obat yang baik dari putus asa; menciptakan lingkungan yang positif; mengurangi stres; meningkatkan produktivitas; menghasilkan energi yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- M. Echols, John dan Hassan Shadily. Kamus Inggris Indonesia. Jakarta: Gramedia, 1995
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka, 2005
- Subandi, Sabar. Sebuah Konsep Psikologi Jurnal Psikologi: Volume 38, No 2, Desember 2011: 215-227 Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada
- Al-Qardhawiy, Yusuf Sabar. Sifat Orang Beriman: Tafsir Tematik Alquran. Jakarta: Rabbani Press, 2003
- Q. Shihab, M. *Tafsir al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2002
- Warson Munawwir, Achmad. Kamus Arab-Indonesia. Surabaya: Pustaka Progressif, 1997
- https://www.academia.edu/36116917/Makalah_sabar diakses pada tanggal 12 Jun 2024
- <https://muslimah.or.id/11680-menjadi-pribadi-yang-optimis.html> diakses pada 12 Jun 2024
- <https://kbbi.web.id/sabar> , diakses pada tanggal 12 Jun 2024

<https://www.popbela.com/career/inspiration/romi-subhan/hadits-tentang-sabar-dan-keutamaannya/20> , diakses pada 12 Jun 2024

<https://www.99.co/blog/indonesia/hadist-tentang-sabar/> , diakses pada tanggal 12 Jun 2024

<https://www.mustafalan.com/2021/02/hadits-tentang-optimis.html> diakses pada 12 Jun 2024

<https://www.orami.co.id/magazine/hadis-tentang-optimis> diakses pada tanggal 12 Jun 2024