

**KONSEP MUKMIN YANG KUAT SEBAGAI SOLUSI MENGATASI TANTANGAN  
HIDUP GENERASI Z DALAM PERSPEKTIF HADIS TARBAWI**

**Anisa<sup>1</sup>, Nur Cahaya<sup>2</sup>, Nurul Hanifah<sup>3</sup>, Nur Hasni Zahrah<sup>4</sup>,**

UIN SUSKA RIAU

[An7326788@gmail.com](mailto:An7326788@gmail.com), [nurchahaya@uin-suska.ac.id](mailto:nurchahaya@uin-suska.ac.id), [nurulhanifah1512@gmail.com](mailto:nurulhanifah1512@gmail.com),  
[nurhasnizahrah@gmail.com](mailto:nurhasnizahrah@gmail.com).

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep mukmin yang kuat dalam perspektif hadis tarbawi serta relevansinya sebagai solusi dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan Generasi Z. Penelitian menggunakan metode kepustakaan (*library research*) dengan sumber data berupa hadis Nabi SAW, kitab syarah hadis, buku-buku pendidikan Islam, dan artikel ilmiah yang relevan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan interpretatif untuk memahami makna hadis serta keterkaitannya dengan kondisi Generasi Z di era digital. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep mukmin yang kuat tidak hanya mencakup kekuatan fisik, tetapi juga meliputi kekuatan iman, ilmu, mental, akhlak, dan spiritual. Nilai-nilai tersebut memiliki relevansi yang tinggi dalam membantu Generasi Z menghadapi berbagai tantangan seperti krisis identitas, kecanduan media sosial, tekanan akademik, kecemasan terhadap masa depan, serta pengaruh budaya global. Kekuatan iman berperan sebagai fondasi spiritual, kekuatan ilmu membantu menyaring informasi secara kritis, kekuatan mental membentuk ketahanan diri, kekuatan akhlak menjadi pedoman dalam berinteraksi, dan kekuatan fisik mendukung produktivitas serta kualitas hidup. Dengan demikian, konsep mukmin yang kuat dalam hadis tarbawi dapat menjadi landasan pendidikan Islam yang efektif dalam membentuk Generasi Z yang beriman, berilmu, berakhlak mulia, tangguh, dan mampu menghadapi perkembangan zaman secara bijaksana.

Kata kunci: Mukmin yang kuat, Hadis Tarbawi, Generasi Z, Pendidikan Islam, Tantangan Kehidupan.

**Abstract**

This study aims to analyze the concept of the strong believer (*mukmin yang kuat*) from the perspective of *Hadith Tarbawi* and its relevance as a solution to the various challenges faced by Generation Z. The study employs a library research method, using sources such as the Hadith of the Prophet Muhammad (PBUH), hadith commentaries (*syarah hadith*), Islamic education books, and relevant scholarly articles. Data were analyzed descriptively and interpretatively to understand the meaning of the hadith and its relevance to the conditions experienced by Generation Z in the digital era. The findings reveal that the concept of the strong believer encompasses not only physical strength but also the strength of faith, knowledge, mentality, morality, and spirituality. These values are highly relevant in helping Generation Z address challenges such as identity crises, social media addiction, academic pressure, anxiety about the

future, and the influence of global culture. Strength of faith serves as a spiritual foundation, strength of knowledge enables critical evaluation of information, mental strength fosters resilience, moral strength provides guidance in social interactions, and physical strength supports productivity and quality of life. Therefore, the concept of the strong believer in *Hadith Tarbawi* can serve as an effective foundation for Islamic education in shaping a Generation Z that is faithful, knowledgeable, morally upright, resilient, and capable of navigating the developments of modern society wisely.

Keywords: Strong Believer, Hadith Tarbawi, Generation Z, Islamic Education, Life Challenges.

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi telah membawa perubahan yang signifikan dalam kehidupan manusia, khususnya bagi Generasi Z. Anak-anak yang termasuk dalam generasi Z adalah mereka yang lahir antara tahun 1995 hingga tahun 2010. Media sosial atau sosmed adalah media komunikasi masa kini yang banyak dimiliki dan digunakan oleh generasi Z sebagai media komunikasi di dunia maya (Nasiri, n.d.). Para generasi Z dapat menghabiskan waktu berjam-jam dalam satu hari menggunakan media sosial tersebut. Media sosial seperti Instagram, youtube, facebook, whatapps, tiktok adalah media sosial yang banyak digunakan remaja atau generasi Z saat ini. Artinya media sosial merupakan media komunikasi yang lekat dengan kehidupan generasi Z.<sup>1</sup>

Generasi Z memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan generasi sebelumnya. Mereka cenderung lebih terbuka terhadap perubahan, memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap teknologi, serta mampu mengakses berbagai informasi secara cepat dan luas. Namun, di balik berbagai keunggulan tersebut, Generasi Z juga menghadapi berbagai tantangan yang kompleks. Kemudahan akses informasi tidak selalu berdampak positif, karena berbagai informasi yang tidak tersaring dapat memengaruhi pola pikir, perilaku, dan cara pandang mereka terhadap kehidupan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa Generasi Z menghadapi beragam permasalahan yang berkaitan dengan aspek psikologis, sosial, maupun spiritual. Salah satu tantangan yang sering dialami adalah krisis identitas. Arus globalisasi dan budaya digital yang begitu kuat membuat sebagian generasi muda mengalami kebingungan dalam menentukan jati diri serta nilai-nilai yang akan dijadikan pedoman hidup. Selain itu, tekanan akademik, tuntutan sosial, dan persaingan dalam dunia kerja juga menjadi faktor yang menyebabkan meningkatnya tingkat stres dan kecemasan di kalangan generasi muda.

---

<sup>1</sup>Andrias Pujiono, "Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Bagi Generasi Z", Vol. 2, No. 1, 2021, 1-19.

Tidak hanya itu, penggunaan media sosial yang berlebihan juga menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti rendahnya kualitas interaksi sosial secara langsung, munculnya perilaku perbandingan sosial (*social comparison*), serta meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental. Kehidupan yang serba digital sering kali membuat individu lebih fokus pada pengakuan sosial di dunia maya dibandingkan membangun hubungan yang sehat dengan lingkungan sekitar maupun dengan Tuhan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Generasi Z memerlukan pondasi spiritual, moral, dan mental yang kuat agar mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara bijaksana.

Dalam menghadapi berbagai persoalan tersebut, ketahanan diri menjadi salah satu aspek yang sangat penting. Ketahanan diri merupakan kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengelola, dan bangkit dari berbagai kesulitan yang dihadapi. Individu yang memiliki ketahanan diri yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan emosi, berpikir positif, serta mencari solusi terhadap berbagai permasalahan kehidupan. Oleh karena itu, diperlukan suatu konsep pendidikan yang tidak hanya berorientasi pada kecerdasan intelektual, tetapi juga mampu membentuk kekuatan spiritual, moral, dan mental generasi muda.

Islam sebagai agama yang sempurna telah memberikan berbagai pedoman hidup yang dapat dijadikan landasan dalam membentuk pribadi yang tangguh. Salah satu konsep yang sangat relevan dengan kebutuhan Generasi Z saat ini adalah konsep mukmin yang kuat sebagaimana diajarkan oleh Rasulullah SAW dalam hadisnya. Rasulullah SAW bersabda:

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ

Artinya: "*Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, dan pada masing-masing terdapat kebaikan.*" (HR. Muslim).

Hadis tersebut mengandung pesan pendidikan yang sangat mendalam. Para ulama menjelaskan bahwa kekuatan yang dimaksud dalam hadis tersebut tidak hanya terbatas pada kekuatan fisik, tetapi juga mencakup kekuatan iman, ilmu pengetahuan, akhlak, serta ketahanan mental dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan. Seorang mukmin yang kuat adalah individu yang mampu menjaga keimanan di tengah berbagai godaan, memiliki ilmu yang bermanfaat, berakhlak mulia, serta mampu menghadapi berbagai tantangan dengan sikap sabar dan optimis (An-Nawawi, 2019).

Dalam perspektif hadis tarbawi, hadis tentang mukmin yang kuat mengandung nilai-nilai pendidikan yang sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan generasi muda. Nilai-nilai

tersebut meliputi pendidikan keimanan, pendidikan akhlak, pendidikan karakter, pendidikan kesehatan jasmani, serta pendidikan ketangguhan mental. Apabila nilai-nilai tersebut diterapkan secara konsisten, maka Generasi Z akan memiliki bekal yang cukup untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan di era modern tanpa kehilangan identitas dan nilai-nilai keislamannya.

kajian yang secara khusus menghubungkan konsep mukmin yang kuat dalam hadis tarbawi dengan upaya mengatasi berbagai tantangan hidup Generasi Z masih relatif terbatas. Padahal, hadis tersebut memiliki relevansi yang sangat kuat dengan kondisi generasi muda saat ini yang membutuhkan kekuatan spiritual, moral, dan mental dalam menghadapi perubahan sosial yang begitu cepat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji lebih mendalam konsep mukmin yang kuat dalam perspektif hadis tarbawi serta relevansinya sebagai solusi dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan Generasi Z. Melalui kajian ini diharapkan dapat ditemukan nilai-nilai pendidikan Islam yang dapat menjadi pedoman bagi generasi muda dalam membangun kepribadian yang tangguh, berakhlak mulia, dan mampu menghadapi perkembangan zaman secara bijaksana.

## **METODE PENULISAN**

Penulisan ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (library research). Data diperoleh dari hadis-hadis Nabi SAW, kitab syarah hadis, buku-buku pendidikan Islam, serta artikel ilmiah yang relevan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan interpretatif untuk memahami makna hadis serta relevansinya terhadap kehidupan Generasi Z.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Konsep Mukmin yang Kuat dalam Perspektif Hadis Tarbawi**

Konsep mukmin yang kuat berlandaskan pada hadis Rasulullah SAW yang diriwayatkan oleh Imam Muslim:

،المؤمن القوي، خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير احرص على ما ينفعك  
واستعن بالله ولا تعجز

Artinya: "*Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, dan pada masing-masing terdapat kebaikan. Bersungguh-sungguhlah terhadap sesuatu yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah dan jangan merasa lemah.*" (HR. Muslim).

Hadis tersebut mengandung pesan pendidikan yang sangat mendalam tentang pentingnya membangun kekuatan dalam diri seorang muslim. Dalam perspektif hadis tarbawi, hadis ini tidak hanya dipahami sebagai anjuran untuk memiliki kekuatan fisik, tetapi juga mencakup kekuatan iman, ilmu, mental, akhlak, dan kemampuan menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Kekuatan tersebut menjadi bekal penting bagi setiap muslim, khususnya Generasi Z yang hidup di tengah perkembangan teknologi dan perubahan sosial yang sangat cepat.

#### 1. Kekuatan Iman sebagai Fondasi Kehidupan

Iman merupakan sumber utama kekuatan seorang mukmin. Keimanan yang kokoh akan melahirkan keyakinan yang kuat terhadap kekuasaan Allah SWT serta menumbuhkan sikap tawakal dalam menghadapi berbagai persoalan hidup. Dalam kehidupan Generasi Z, berbagai tantangan seperti krisis identitas, pergaulan bebas, dan pengaruh budaya digital dapat mengancam kualitas keimanan seseorang (Lubis & Harahap, 2022). Oleh karena itu, penguatan iman menjadi kebutuhan yang sangat penting.

Dalam perspektif hadis tarbawi, pendidikan keimanan dilakukan melalui pembiasaan ibadah, membaca Al-Qur'an, berzikir, dan meningkatkan pemahaman terhadap ajaran Islam. Ketika seseorang memiliki hubungan yang kuat dengan Allah SWT, maka ia akan lebih mampu menghadapi tekanan hidup dengan tenang dan penuh keyakinan. Keimanan juga menjadi sumber motivasi untuk terus berusaha dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan.

#### 2. Kekuatan Ilmu sebagai Bekal Menghadapi Perubahan Zaman

Selain iman, mukmin yang kuat juga ditandai dengan keluasan ilmu pengetahuan. Islam sangat menekankan pentingnya menuntut ilmu karena ilmu merupakan sarana untuk memahami kebenaran dan menyelesaikan berbagai persoalan kehidupan. Dalam era digital, Generasi Z memiliki akses yang sangat luas terhadap berbagai sumber informasi. Namun, kemudahan tersebut juga menuntut kemampuan untuk menyaring dan memanfaatkan informasi secara bijaksana.

Hadis tarbawi mengajarkan bahwa ilmu harus digunakan untuk kemaslahatan dan pengembangan diri. Mukmin yang kuat tidak hanya menguasai ilmu agama, tetapi juga ilmu

pengetahuan dan teknologi yang dapat mendukung kehidupannya. Dengan ilmu yang memadai, seseorang akan lebih mampu menghadapi tantangan globalisasi, perkembangan teknologi, serta persaingan dalam dunia pendidikan dan pekerjaan.

### 3. Kekuatan Mental dalam Menghadapi Problematika Kehidupan

Salah satu tantangan terbesar yang dihadapi Generasi Z saat ini adalah masalah kesehatan mental. Tekanan akademik, tuntutan sosial, kecemasan terhadap masa depan, dan pengaruh media sosial sering kali menyebabkan stres, rasa tidak percaya diri, bahkan depresi. Dalam kondisi tersebut, kekuatan mental menjadi aspek yang sangat penting.

Hadis tentang mukmin yang kuat mengajarkan pentingnya sikap optimis, sabar, dan tidak mudah putus asa. Rasulullah SAW mendorong umatnya untuk selalu berusaha dan menjauhi sikap lemah. Mukmin yang kuat memandang kegagalan sebagai pelajaran, bukan sebagai akhir dari segalanya. Ia mampu bangkit dari keterpurukan dan menjadikan setiap kesulitan sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas diri.

Dalam perspektif pendidikan Islam, pembentukan mental yang kuat dapat dilakukan melalui pembiasaan sikap sabar, syukur, tawakal, dan husnuzan kepada Allah SWT. Nilai-nilai tersebut membantu seseorang memiliki ketahanan diri yang baik dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan.

### 4. Kekuatan Akhlak sebagai Cerminan Keimanan

Kekuatan seorang mukmin juga tercermin dalam akhlaknya. Akhlak yang baik merupakan buah dari keimanan yang kuat dan pendidikan yang benar. Di era digital, Generasi Z dihadapkan pada berbagai fenomena seperti ujaran kebencian, penyebaran hoaks, cyberbullying, dan perilaku tidak etis di media sosial. Fenomena tersebut menunjukkan pentingnya penguatan akhlak dalam kehidupan generasi muda.

Dalam hadis tarbawi, pendidikan akhlak menjadi bagian penting dalam pembentukan karakter muslim. Mukmin yang kuat memiliki sifat jujur, amanah, bertanggung jawab, disiplin, serta menghormati orang lain. Akhlak yang baik tidak hanya diterapkan dalam kehidupan nyata, tetapi juga dalam aktivitas digital. Dengan demikian, seorang muslim mampu menjadi teladan dan memberikan manfaat bagi lingkungan sekitarnya.

### 5. Kekuatan Fisik untuk Mendukung Aktivitas Kehidupan

Kekuatan fisik juga merupakan bagian dari konsep mukmin yang kuat. Tubuh yang sehat memungkinkan seseorang melaksanakan ibadah, belajar, bekerja, dan beraktivitas sosial

dengan optimal. Rasulullah SAW menganjurkan umatnya untuk menjaga kesehatan dan kebugaran jasmani sebagai bentuk syukur atas nikmat yang diberikan Allah SWT.

Bagi Generasi Z yang banyak menghabiskan waktu di depan layar perangkat digital, menjaga kesehatan fisik menjadi tantangan tersendiri. Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan yang berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup. Oleh karena itu, olahraga teratur, pola makan sehat, dan istirahat yang cukup perlu menjadi bagian dari gaya hidup seorang mukmin.

#### 6. Relevansi Konsep Mukmin yang Kuat bagi Generasi Z

Konsep mukmin yang kuat memiliki relevansi yang sangat besar dalam menghadapi tantangan kehidupan Generasi Z. Kekuatan iman membantu menjaga identitas dan nilai-nilai keislaman di tengah arus globalisasi. Kekuatan ilmu membekali generasi muda dengan kemampuan berpikir kritis dan adaptif terhadap perkembangan zaman. Kekuatan mental membantu mereka menghadapi tekanan hidup secara positif, sedangkan kekuatan akhlak menjadi pedoman dalam berinteraksi dengan orang lain. Adapun kekuatan fisik mendukung produktivitas dan kualitas hidup yang lebih baik.

Melalui penerapan nilai-nilai yang terkandung dalam hadis tersebut, Generasi Z dapat menjadi generasi yang tidak hanya unggul secara akademik dan teknologi, tetapi juga memiliki karakter yang kuat, kepribadian yang matang, serta ketahanan diri yang baik dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. (Nata, 2023).

## 2. Tantangan Kehidupan yang Dihadapi Generasi Z

Generasi Z merupakan generasi yang tengah berada pada fase pendidikan formal, baik di tingkat dasar hingga perguruan tinggi. Generasi ini adalah kelompok yang tumbuh bersama perangkat teknologi dan internet yang cepat serta terhubung. Generasi Z sering disebut juga sebagai digital native karena sudah terbiasa dengan media sosial maupun platform daring. Generasi ini berkembang di era di mana informasi dan teknologi berkembang pesat. Mereka menjadi kelompok yang mampu menyesuaikan diri dengan dunia digital sebagai alat dalam proses pembelajaran. Gaya belajar yang paling biasa bagi mereka adalah melalui media digital, dengan pendekatan audio-visual yang menggabungkan suara dan gambar, seperti video, untuk mempermudah pemahaman materi.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Nisrina Jinan Tuada, dan Najwa Putri Raihani, "Generasi Z, Tantangan dan Peluang Bagi Pendidikan", dalam jurnal *CENDEKIA*, vol: 5, no, 2025.

Fenomena ini semakin relevan di Indonesia, di mana Gen Z sering terpapar konten yang menampilkan kehidupan ideal atau "highlight reel" dari orang lain. Hal ini memicu mekanisme psikologis utama, yaitu social comparison(perbandingan sosial) dan fear of missing out(FOMO). Social comparison terjadi ketika seseorang membandingkan dirinya dengan citra sempurna yang ditampilkan di media sosial, yang sering kali hanya menunjukkan sisi positif kehidupan. Proses ini dapat menurunkan harga diri dan meningkatkan rasa tidak puas diri, terutama pada remaja dan dewasa muda yang sedang membentuk identitas. Sementara itu, FOMO muncul sebagai ketakutan ketinggalan pengalaman atau informasi orang lain, yang mendorong perilaku doomscrolling (scrolling tanpa henti) dan penggunaan berlebihan. Kondisi ini berkorelasi dengan peningkatan distress emosional, gangguan tidur, dan penurunan produktivitas. Social comparison(perbandingan sosial) merupakan salah satu mekanisme psikologis utama yang menjelaskan bagaimana penggunaan media sosial memengaruhi kesehatan mental Generasi Z. Mekanisme ini terjadi ketika individu membandingkan diri mereka dengan representasi ideal kehidupan orang lain yang dikurasi di platform seperti Instagram, Facebook, atau TikTok. Konten semacam ini sering menampilkan pencapaian, penampilan fisik, atau gaya hidup yang tampak sempurna, sehingga memicu rasa tidak puas diri dan penurunan harga diri.<sup>3</sup>

Salah satu media sosial yang terus mengalami perubahan tren adalah x atau dahulu disebut sebagai twitter. Media sosial X adalah sebuah media daring yang memberikan kebebasan bagi penggunanya untuk menulis sebuah pesan singkat (tweet) mengenai opini pribadinya dan dapat dilihat serta ditanggapi oleh pengguna lainnya. Tidak jarang pengguna X akan saling berargumen mengenai isu sosial, politik, ekonomi, ataupun isu aktual lainnya yang sedang berada pada trending topic sebagai cara mereka mengekspresikan dirinya terhadap suatu isu. Penggunaan media sosial X yang menyediakan informasi aktual yang beragam tidak luput dari campur tangan Generasi Z yang lahir pada rentang tahun 1997-2012 yang merasakan perkembangan teknologi dan media sosial. Generasi Z menggunakan X sebagai wadah untuk mengekspresikan dirinya melalui unggahan tweet, retweet, ataupun membuat sebuah thread. Hal tersebut dilakukan juga sebagai alat untuk menunjukkan posisi sekaligus identitas diri pada media sosial X yang dapat terukur melalui followers, like, dan retweet yang diperoleh

---

<sup>3</sup> Wahyu Waseso dan Indra Dwiyanto Wibowo, "Dampak Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Generasi Z di Indonesia: Tinjauan Naratif atas Mekanisme Social Comparison, Fear of Missing Out (FOMO), dan Strategi Digital Wellness pada Era 2025–2026", dalam jurnal *diagnosa*, vol: 4, no1, 2026.

pada suatu tweet atau thread yang telah dibuat. Pembentukan identitas diri Generasi Z pada media sosial X didukung dengan adanya algoritma yang menyarankan unggahan serupa dengan preferensi konten yang sebelumnya telah di like oleh pengguna. Sehingga Generasi Z membutuhkan penyesuaian opini dengan apa yang dimilikinya dengan pengguna lain untuk menciptakan identitas diri yang ideal dan disukai para pengguna X walaupun bertentangan dengan karakter kepribadian Generasi Z pada kehidupan nyata.<sup>4</sup>

Gempuran budaya global menjadi faktor yang sangat berpengaruh terhadap pembentukan identitas Generasi Z. Paparan intens terhadap budaya populer asing melalui TikTok, Instagram, Netflix, dan YouTube mendorong proses westernisasi, yaitu peniruan gaya hidup, bahasa, dan nilai Barat. Selain itu, Korean Wave atau Hallyu yang meliputi K-Pop dan K Drama terbukti memberi dampak kuat pada remaja dan dewasa muda Indonesia. Walaupun demikian, globalisasi tidak hanya membawa efek negatif. Banyak penelitian mencatat bahwa keterbukaan budaya juga memperluas wawasan, meningkatkan toleransi antarbudaya, dan melahirkan kreativitas baru dalam komunikasi lintas budaya. Tantangan muncul ketika paparan tersebut berlangsung terus menerus, bersifat adiktif, dan tidak diimbangi kemampuan berpikir kritis. Dampak negatif yang sering muncul adalah gaya hidup hedonis, konsumtif, pragmatis, dan individualistis, nilai-nilai yang tidak sejalan dengan filosofi Pancasila. Paparan budaya global yang berlangsung tanpa henti menciptakan persaingan nilai di ruang digital. Konten global yang dikemas menarik dan diperkuat algoritma lebih sering menonjolkan individualisme, sementara nilai-nilai kolektivisme yang menjadi bagian penting dari jati diri bangsa perlahan terpinggirkan. Berbagai studi dalam sepuluh tahun terakhir menunjukkan bahwa paparan budaya global memiliki hubungan negatif dengan beberapa aspek nasionalisme pada Generasi Z. Namun, terdapat celah penelitian yang perlu diisi. Banyak studi hanya memberikan rekomendasi bersifat umum, seperti pentingnya literasi digital atau penguatan kembali nilai Pancasila. Belum banyak penelitian yang secara spesifik mengusulkan strategi yang benar-benar sesuai dengan karakteristik dan pola hidup Generasi Z. Sebagian besar kajian masih bersifat deskriptif tanpa evaluasi mendalam terhadap efektivitas solusi yang ditawarkan.<sup>5</sup>

### **3. Nilai – Nilai Hadits tentang Mukmin yang Kuat sebagai Solusi Permasalahan Hidup Generasi Z**

Dalam HR. Muslim no. 2664, Rasulullah menyebutkan bahwa:

---

<sup>4</sup> Kevin Pramudya, dkk, “Media Sosial X dalam Membentuk Identitas Sosial Digital Generasi Z”, dalam jurnal *KAMPUS AKADEMIK PUBLISHER*, vol: 3no, 2, 2025.

<sup>5</sup> Erwin Nur Rochim, dkk, “Erosi Nasionalisme: Tantangan Ketahanan Identitas Generasi Z Akibat Gempuran Budaya Global”, dalam jurnal *jupank*, vol: 6, no, 1, 2026.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: **الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، إِحْرَاصٌ عَلَيَّ مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتِعْنِ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ**

Artinya: “Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, dan pada keduanya terdapat kebaikan. Bersemangatlah terhadap apa yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah, dan jangan merasa lemah. Jika engkau tertimpa sesuatu, janganlah berkata: ‘Seandainya aku lakukan ini dan itu, niscaya akan begini dan begitu’. Namun, katakanlah: ‘Ini adalah takdir Allah, dan apa yang Dia kehendaki, Dia lakukan,’ karena sesungguhnya kata ‘seandainya’ membuka pintu perbuatan setan”.<sup>6</sup>

Hadis tersebut menunjukkan bahwa Islam memberikan perhatian besar terhadap pentingnya kekuatan dan kesehatan sebagai bagian dari kualitas mukmin. Kekuatan yang dimaksud tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mencakup kekuatan mental, spiritual, intelektual, dan sosial. Meski demikian, kondisi fisik yang sehat tetap menjadi faktor penting karena dapat menunjang pelaksanaan berbagai aktivitas dan ibadah secara optimal. Dalam perspektif Islam, keimanan yang kokoh berjalan seiring dengan kondisi tubuh yang sehat dan terjaga. Berbagai bentuk ibadah yang diwajibkan dalam Islam, seperti shalat dan puasa, tidak hanya berfungsi sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT., tetapi juga berkontribusi dalam membentuk kedisiplinan, pengendalian diri, serta menjaga kebugaran jasmani.<sup>7</sup>

Hadis tersebut juga mengandung pesan yang sangat relevan dengan kondisi Generasi Z saat ini. Dimana generasi Z adalah kelompok yang lahir dan tumbuh di tengah perkembangan teknologi digital yang sangat pesat sehingga memiliki karakteristik yang berbeda dengan generasi sebelumnya. Berbagai riset menunjukkan bahwa Gen Z menghadapi tekanan psikologis yang lebih kuat kompleks dibanding dengan generasi sebelumnya, seperti kecemasan akademik, depresi ringan, kelelahan digital, dan gejala “*overthinking*” yang

---

<sup>6</sup> D. Imam, “Mukmin yang Kuat Lebih Baik daripada Mukmin yang Lemah,” diakses melalui <https://is.uad.ac.id/mukmin-yang-kuat-lebih-baik-daripada-mukmin-yang-lemah/>

<sup>7</sup> R. Syahputra, “Analisis Kepribadian Qur’ani: Perspektif Keseimbangan Ruhani dan Jasmani pada Mukmin, Munafik, dan Kafir dalam Tafsiran Islam,” *AL-Ghaaziy: Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir* 1, no. 2 (2025): 116

berulang.<sup>8</sup> Kondisi yang menjadi permasalahan bagi Gen Z saat ini berkaitan dengan hadis tentang Muslim yang kuat. Kuat bukan berarti hanya tentang otot atau badan yang sehat saja, Rasulullah juga berbicara tentang kekuatan iman, mental, dan tekad. Mukmin yang kuat adalah mereka yang gigih, optimis, dan tidak mudah menyerah.

Nilai-nilai yang terkandung didalam hadis tentang mukmin yang kuat dapat menjadi pedoman sekaligus solusi dalam membantu Generasi Z dalam menghadapi berbagai permasalahan yang dialami. Salah satu nilai utama yang terkandung didalam hadis tersebut adalah pentingnya memiliki keimanan yang kuat. Keimanan menjadi landasan utama agar seseorang tidak kehilangan arah ketika menghadapi masalah. Ketika seseorang memiliki keyakinan yang kuat kepada Allah SWT., ia akan lebih mudah menghadapi berbagai ujian dan kesulitan karena menyadari bahwa setiap peristiwa yang terjadi merupakan bagian dari ketentuan Allah yang mengandung hikmah. Keimanan juga membantu seseorang untuk tetap optimis dan tidak mudah berputus asa ketika menghadapi kegagalan dan tekanan hidup. Generasi Z sering kali dihadapkan pada standar kesuksesan yang ditampilkan melalui media sosial, keimanan yang kuat dapat membantu agar tidak terjebak dalam perasaan rendah diri dan membandingkan diri secara berlebihan dengan orang lain. Pemikiran seseorang yang memiliki keimanan kuat akan memahami bahwa setiap individu memiliki perjalanan hidup yang berbeda dan bahwa ukuran keberhasilan tidak hanya ditentukan oleh pencapaian duniawi tetapi juga oleh kualitas hubungan dengan Allah dan manfaat yang diberikan kepada sesama.

Selain keimanan, hadis tentang mukmin yang kuat juga mengandung nilai ketangguhan atau resiliensi. Di era modern seperti saat ini, tantangan hidup tidak hanya datang dari satu pintu saja tetapi ada dari tekanan kerja, masalah keluarga, sampai krisis lingkungan. Hadis tentang mukmin yang kuat juga mengajarkan untuk menjadi pribadi yang tangguh dan tidak lemah. Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi ketika menghadapi kejadian berat atau masalah-masalah yang terjadi dalam kehidupan. Lebih jauh, resiliensi juga merupakan hal yang sebaiknya dimiliki oleh setiap individu guna menunjang kehidupannya.<sup>9</sup> Nilai ini sangat penting bagi Generasi Z yang hidup didalam lingkungan yang kompetitif dan penuh ketidakpastian. Banyak anak muda saat ini mengalami kecemasan karena tuntutan akademik, persaingan kerja, maupun harapan sosial yang tinggi. Dalam kondisi tersebut, nilai

---

<sup>8</sup> M. I. N. Fadhilah dan Nasrulloh, "Inner Peace dalam Hadis Nabi: Reaktualisasi Nilai Spiritualitas Islam bagi Generasi Z Perspektif Spiritual-Psikologi," *DIRAYAH: Jurnal Ilmu Hadis* 6, no. 01 (2025): 119.

<sup>9</sup> P. A. Salsabila dan Baiq Y. S., "Anteseden dan Hasil dari Resiliensi (Antecedent and Outcome of Resilience)," *Jurnal Psikolog* 5 (2022): 11.

ketangguhan yang diajarkan oleh hadis dapat membantu agar Gen-Z tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Seorang mukmin yang kuat tidak akan larut dalam kegagalan, melainkan menjadikannya sebagai pelajaran untuk memperbaiki diri dan berusaha lebih baik dimasa mendatang.

Nilai selanjutnya yang dapat ditemukan dalam hadis mukmin yang kuat adalah semangat untuk terus berusaha dan bekerja keras pada sesuatu yang memberi manfaat. Umat Islam diajarkan untuk tidak menjadi pemalas, generasi ini diharapkan tidak mengalami kemiskinan akibat malas melainkan sebaliknya mereka diingatkan untuk meraih kekayaan melalui kerja keras.<sup>10</sup> Kekuatan dalam hadis ini menunjukkan bahwa seorang muslim tidak boleh bersikap pasif atau hanya mengandalkan keberuntungan tanpa melakukan usaha yang maksimal. Bagi Gen-Z, nilai ini sangat penting karena mereka hidup pada masa yang menuntut kreativitas, inovasi, dan kemampuan beradaptasi yang tinggi. Persaingan dalam dunia pendidikan dan pekerjaan menuntut mereka untuk terus meningkatkan kompetensi dan keterampilan. Dengan memahami nilai kerja keras yang terkandung dalam hadis, Generasi Z akan terdorong untuk memanfaatkan waktu secara produktif, mengembangkan kemampuan diri, serta berusaha mencapai tujuan hidup dengan sungguh-sungguh tanpa mengabaikan nilai-nilai moral dan spiritual.

Selain itu, hadis tentang mukmin yang kuat mengajarkan pentingnya sikap optimis. Optimisme merupakan modal penting bagi generasi Z dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul akibat perubahan sosial, ekonomi, maupun teknologi. Banyak anak muda saat ini mengalami kecemasan mengenai masa depan, terutama terkait pendidikan, pekerjaan, dan stabilitas ekonomi. Nilai optimisme yang bersumber dari keimanan. Dalam Islam, optimisme berarti yakin dan baik sangka kepada Allah SWT. Atas pertolongan dan ampunan Allah. Dimana akar dari rasa optimisme adalah iman yang mana akan menumbuhkan sikap optimis dan menghilangkan rasa putus asa, terutama pada pertolongan dan ampunan Allah.<sup>11</sup> Optimisme juga mendorong seseorang untuk melihat peluang dibalik kesulitan dan terus berupaya memperbaiki keadaan tanpa terjebak dalam pikiran negatif yang berlebihan.

---

<sup>10</sup> Siti Nahar, Budiman, dan D. M. Sari, "Nilai Pendidikan Karakter 'Kerja Keras' Menurut Al-Qur'an (Kajian Tafsir Al-Misbah dan Al-Wasith)," *FIKROTUNA: Jurnal Pendidikan dan Manajemen Islam* 12, no. 1 (2023): 230.

<sup>11</sup> A. Rismawati, "Optimis dan Sabar dalam Al-Qur'an dan Hadits: Kajian Tafsir Tematik," *Muta'allim: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2, no. 1 (2023): 95.

Hadis tentang mukmin yang kuat juga mengandung nilai tanggung jawab. Tanggung jawab adalah kesadaran manusia akan tingkah laku atau perbuatannya yang sengaja maupun yang tidak disengaja. Tanggung jawab juga berarti berbuat sesuatu sebagai perwujudan kesadaran akan kewajibannya.<sup>12</sup> Seorang mukmin yang kuat adalah individu yang mampu bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri, keluarga, masyarakat dan agamanya. Tanggung jawab merupakan karakter yang sangat dibutuhkan oleh Generasi Z agar mampu menjalani kehidupan secara mandiri dan tidak bergantung secara berlebihan kepada orang lain. Dalam dunia yang penuh dengan kemudahan teknologi, terdapat resiko munculnya sikap instan dan kurangnya kesadaran terhadap konsekuensi dari setiap tindakan. Maka, generasi Z harus memiliki nilai tanggung jawab yang diajarkan Islam agar membantu Generasi Z untuk lebih disiplin dalam belajar, bekerja, dan menggunakan teknologi serta mengambil keputusan yang tepat dalam kehidupan sehari-hari.

Nilai berikutnya yang dapat dijadikan solusi permasalahan bagi Generasi Z adalah menanamkan nilai keseimbangan antara usaha dan tawakal. Islam mengajarkan bahwa manusia wajib berusaha secara maksimal, namun hasil akhirnya tetap diserahkan kepada Allah SWT. Nilai ini sangat penting bagi generasi Z yang sering kali mengalami tekanan akibat keinginan untuk mencapai kesempurnaan atau memenuhi ekspektasi tertentu. Generasi Z perlu memahami bahwa Allah adalah pemilik segala daya dan kekuatan, dan bahwa segala sesuatu terjadi dengan izin-Nya. Tawakal adalah menggantungkan hati kepada Allah dengan sepenuhnya, yang berarti menghilangkan ketergantungan pada hal-hal duniawi yang sering menjadi sumber kecemasan.<sup>13</sup>

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa konsep mukmin yang kuat dalam perspektif hadis tarbawi merupakan konsep pendidikan Islam yang menekankan pentingnya keseimbangan antara kekuatan iman, ilmu, mental, akhlak, dan fisik. Hadis Rasulullah SAW yang menyatakan bahwa *“mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah”* menunjukkan bahwa Islam mendorong umatnya untuk menjadi pribadi yang tangguh dan unggul dalam berbagai aspek kehidupan. Kekuatan

---

<sup>12</sup> E. Prabowo dan H. Mahmud, “Tanggung Jawab Sosial Sesama Manusia dalam Kode Etika Perusahaan,” *Advances in Social Humanities Research* 2, no. 1 (2024): 94.

<sup>13</sup> A. D. Yanti dan K. S. Untari, “Analisis Peranan Tawakal dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Generasi Z di Era Digital,” *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu* 12, no. 7 (2024): 647.

yang dimaksud dalam hadis tersebut tidak hanya terbatas pada kekuatan jasmani, tetapi juga mencakup kekuatan spiritual, intelektual, emosional, dan moral yang saling melengkapi dalam membentuk kepribadian seorang muslim.

Generasi Z sebagai generasi yang tumbuh di era digital menghadapi berbagai tantangan kehidupan yang semakin kompleks. Kemajuan teknologi dan kemudahan akses informasi memberikan banyak manfaat, namun juga menghadirkan berbagai permasalahan seperti krisis identitas, kecanduan media sosial, tekanan akademik, kecemasan terhadap masa depan, menurunnya kualitas interaksi sosial, serta berbagai masalah kesehatan mental. Selain itu, derasnya arus informasi dan budaya global juga dapat memengaruhi nilai-nilai moral dan spiritual generasi muda apabila tidak disikapi dengan bijaksana.

Nilai-nilai yang terkandung dalam hadis tentang mukmin yang kuat memiliki relevansi yang sangat besar dalam membantu Generasi Z menghadapi berbagai tantangan tersebut. Kekuatan iman dapat menjadi benteng dalam menjaga identitas dan keteguhan spiritual di tengah perubahan zaman. Kekuatan ilmu berperan dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis sehingga mampu menyaring informasi dan memanfaatkan teknologi secara positif. Kekuatan mental membantu individu menghadapi tekanan hidup dengan sikap sabar, optimis, dan tidak mudah menyerah. Sementara itu, kekuatan akhlak menjadi pedoman dalam berinteraksi dengan orang lain baik di dunia nyata maupun di ruang digital, dan kekuatan fisik mendukung produktivitas serta kemampuan menjalankan berbagai aktivitas kehidupan dengan baik.

Dengan demikian, konsep mukmin yang kuat tidak hanya relevan pada masa Rasulullah SAW, tetapi juga sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan Generasi Z saat ini. Penerapan nilai-nilai hadis tersebut dapat membantu generasi muda menjadi pribadi yang beriman, berilmu, berakhlak mulia, sehat jasmani dan rohani, serta memiliki ketahanan diri yang kuat dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Melalui pembentukan karakter yang berlandaskan ajaran Islam, Generasi Z diharapkan mampu menjadi generasi yang tidak hanya sukses secara akademik dan profesional, tetapi juga mampu memberikan kontribusi positif bagi agama, masyarakat, bangsa, dan negara.

## **DAFTAR PUSTAKA**

A. D. Yanti dan K. S. Untari, "Analisis Peranan Tawakal dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Generasi Z di Era Digital," *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu* 12, no. 7 (2024): 647.

- A. Rismawati, “Optimis dan Sabar dalam Al-Qur’an dan Hadits: Kajian Tafsir Tematik,” *Muta'allim: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2, no. 1 (2023): 95.
- D. Imam, “Mukmin yang Kuat Lebih Baik daripada Mukmin yang Lemah,” diakses melalui <https://is.uad.ac.id/mukmin-yang-kuat-lebih-baik-daripada-mukmin-yang-lemah/>
- E. Prabowo dan H. Mahmud, “Tanggung Jawab Sosial Sesama Manusia dalam Kode Etika Perusahaan,” *Advances in Social Humanities Research* 2, no. 1 (2024): 94.