ABSTRAK

Sa'diyah, Halimatus. 2016. Bentuk-Bentuk Emosi Primer dan Interaksi Sosial dalam Al *Qur'an serta Implikasinya t*erhadap Social Skill **Skripsi**. Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Jurusan Tarbiyah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Ponorogo. Pembimbing Lia Amalia, S. Ag., M. Si.

Kata kunci : Emosi *dan Interaksi Sosial, Al Qur'an, Social Skill.*

Kehidupan manusia tidak terlepas dari berbagai bentuk emosi dan bentuk interaksi sosial. Apapun yang dialami manusia dalam hidupnya pasti melibatkan emosi dan bentuk interaksi sosial, mengingat manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Bentuk-bentuk dari emosi dan interaksi sosial tersebut telah dijelaskan dan digambarkan dalam al Qur'an.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah (1) Apa saja bentuk-bentuk emosi primer yang terdapat dalam al Qur'an?(2) Apa saja bentuk-bentuk interaksi sosial pada masa dewasa yang terdapat dalam al Qur'an? (3) Bagaimana implikasi bentuk-bentuk emosi primer dan interaksi sosial pada usia dewasa terhadap social skill?

Penelitian ini termasuk penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif library research. Editing, organizing, dan penemuan hasil kepustakaan sebagai teknik pengumpulan data. Analisis datanya adalah menggunakan analisis isi (content analysis) yaitu prosedur sistematis yang dirancang untuk mengkaji isi informasi tertentu.

Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa : bentuk-bentuk emosi primer yang terdapat dalam al Qur'an adalah: 1) emosi takut meliputi: takut kepada Allah, takut mati atau kehilangan nyawa, dan takut akan kemiskinan, 2) emosi marah, 3) emosi cinta meliputi: cinta kepada diri sendiri, cinta kepada sesama, cinta seksual, cinta kebapakan, cinta kepada Allah dan cinta kepada Rasulullah, 4) emosi senang/gembira/bahagia, dan 5) emosi benci. Sedangkan bentuk-bentuk interaksi sosial pada masa dewasa yang terdapat dalam al Qur'an adalah 1) kerja sama yang meliputi: tolong menolong, musyawara dan sedekah, 2) Ta'aruf , 3) Silaturahmi 4) Istibaq/musabaqah/ persaingan, 5) Akomodasi. Selanjutnya, pengaruh bentuk-bentuk emosi dan interaksi sosial dalam al Qur'an terhadap *social skill* adalah bahwa semua emosi yang digambarkan dalam al Qur'an jika dipahami dan diterapkan (secara positif) , akan secara alami mendorong *social skill* manusia menjadi semakin tinggi.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Islam adalah agama *rahmatan lil'al*amin yang dihadirkan Allah untuk manusia berikut dengan kitab al Qur'an sebagai pedoman yang Allah turunkan kepada Nabi Muhammad Saw, untuk diserukan kepada manusia. Di dalamnya begitu banyak kandungan ilmu yang harus dikaji untuk ditemukan makna dan keindahannya. Al Qur'an sangatlah majemuk, mengandung seluruh aspek kehidupan manusia mulai dari jasmani dan rohani, fisik dan psikis. Manusia merupakan mesin tercanggih di dunia yang diciptakan Allah dengan segala kelebihan yang sedemikian rupa dengan kelengkapan yang sempurna mulai dari fungsi sistem fisik dan psikis. Setiap bagian fisik baik organ dalam maupun luar diciptakan tiada yang tidak memiliki fungsi begitu juga bagian psikis.

Salah satu hal yang berkaitan dengan psikis manusia adalah aspek emosi dan sosial. Emosi dan sosial merupakan dua hal berbeda yang saling berkaitan. Dimana kedua hal ini sangat berkaitan dan berperan penting dalam pengembangan social skill.

Emosi merupakan salah satu aspek psikologis manusia dalam ranah afektif. Aspek psikologis ini sangat berperan penting dalam kehidupan manusia pada umumnya, dan dalam hubungannya dengan orang lain pada khususnya. Keseimbangan di antara ketiga ranah psikologis sangat dibutuhkan

sehingga manusia dapat berfungsi dengan tepat sesuai stimulus yang dihadapi.[1]

Menurut Nasaruddin Umar, Rektor Perguruan Tinggi Ilmu Al Qur'an Jakarta, dalam pengantarnya pada buku karya Darwis Hude berjudul Emosi *Ḥazanah* Kajian Al Qur*'an*, disebutkan bahwa teori EQ (Emotional Quotient) muncul karena emosi dianggap sangat penting dan perlu untuk dikaji, serta hasil dari kajiannya memiliki manfaat yang sangat besar. Menurut teori tersebut, keberhasilan seseorang dalam hidupnya bukan ditentukan oleh intelligentia, melainkan Emotional Quotient.[2]

Manusia akan sulit menikmati hidup secara optimal tanpa memiliki emosi. Manusia bukanlah manusia tanpa memiliki emosi. Para ahli psikologi memandang manusia adalah makhluk yang secara alami memiliki emosi.

Emosi setiap orang adalah mencerminkan keadaan jiwanya, yang akan tampak secara nyata pada perubahan jasmaniahnya. Sebagai contoh ketika orang marah maka mukanya merah, napasnya sesak, otot-otot tangannya akan menegang dan energi memuncak. [3]

Jadi uraian tersebut menjelaskan bahwa kajian tentang emosi sangatlah penting, keberhasilan manusia ditentukan oleh bagaimana dia mampu mengontrol emosi dalam setiap tindakan yang ia lakukan, baik tindakan untuk dirinya sendiri yang kemudian bermanfaat untuk dirinya sendiri pula, maupun

---

[1] Syamsul Bachri Thalib, Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif, (Kencana: Jakarta, 2010), 52.

[2] Darwis Hude, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur'an,* (Jakarta: Erlangga, 2006), viii.

[3] Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, Manajemen Emosi, (Jakarta, Bumi Aksara, 2009), 11.

tindakan yang dilakukan untuk orang lain yang kemudian juga bermanfaat untuk orang lain pula.

Dalam al Qur'an, segala macam emosi dan ekspresinya diciptakan oleh Allah melalui ketentuan-Nya. Emosi diciptakan oleh Allah untuk membentuk manusia yang lebih sempurna. Firman Allah Swt: "Dan bahwasanya Dialah yang menjadikan orang tertawa dan menangis".[4] (Q.S An Najm: 43)

Emosi sangat diperlukan manusia dalam menjalin suatu hubungan atau berinteraksi dengan lingkungan dan lingkungan sosialnya, terlebih pada manusia dewasa. Hal ini sejalan dengan tujuan Allah Swt menciptakan manusia sebagai khalifah di bumi dan sebagai makhluk sosial. Maka hendaknya manusia harus menjaga hubungannya dengan sesama manusia dan makhluk lain selain menjaga hubungannya dengan Allah Swt Sang Maha Pencipta. Sebagai manusia dewasa yang hidup berdampingan dalam masyarakat, mereka harus memiliki jiwa yang ramah dan kecerdasan dalam mengatur emosi, khususnya emosi yang buruk yakni takut, marah dan lain-lain, yang diungkapkan tidak pada tempatnya. Sebab hal tersebut menentukan bagaimana ia hidup di lingkungan sosialnya. Apakah ia dapat diterima oleh lingkungannya atau tidak. Oleh karena itu, agar dapat diterima ia harus mampu menempatkan diri agar tercipta keharmonisan dalam hidup bermasyarakat.

---

[4] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung, Gema Risalah Press, 1989), 875.

Hubungan manusia dengan dirinya sendiri disebutkan cara-caranya di dalam ayat-ayat taqwa dan dicontohkan dengan keteladanan Nabi Muhammad Saw, diantaranya dengan senantiasa berlaku sabar, pemaaf, adil, ikhlas, berani, memegang amanah, mawas diri, mengembangkan semua sikap yang terkandung dalam akhlak atau budi pekerti yang baik, diantaranya telah disebut di atas. Selain memelihara komunikasi, hubungan dengan Allah dan diri sendiri, dimensi taqwa yang lain adalah membina hubungan baik dengan sesama manusia.[5]

Islam memiliki tujuan yang mulia yakni menjadikan manusia beradab, berakhlak dan berilmu. Termasuk dalam menjalin interaksi sosial dengan sesama manusia. Bagaimana ia berkomunikasi, bagaimana ia saling berempati dengan sanak saudara, kerabat, dan tentang bagaimana ia bisa hidup mandiri di masyarakat serta mampu menyelesaikan masalah secara bijaksana dengan emosi yang stabil dan sabar maka hal inilah yang disebut dengan social skill.

Seseorang yang memiliki kontrol dan keterampilan dalam menggunakan emosi dan menjalin hubungan sosialnya maka ia akan memiliki keterampilan sosial yang baik. Dalam hal ini, al Qur'an mengatur seluruh tata kehidupan manusia agar menjadi insan kamil.

Berangkat dari uraian-uraian tersebut maka peneliti memilih untuk mengkaji bidang ini dengan judul penelitian " **Bentuk-Bentuk Emosi Primer dan Interaksi Sosial dalam Al Qur'an serta Implikasinya terhadap Social Skill"**

---

[5] Mohammad Daud Ali, Pendidikan Agama Islam, (Jakarta : Rajawali Perss, 2000), 370.

B. Fokus Penelitian

Untuk mempermudah peneliti agar dapat mengkaji lebih mendalam tentang jebentuk-bentuk emosi dan bentuk interaksi sosial dalam al-Qur'an maka peneliti memfokuskan pada :

1. Bentuk-bentuk emosi primer dalam al Qur'an.
2. Bentuk-bentuk interaksi sosial dalam al Qur'an.
3. Social skill pada usia dewasa

C. Rumusan Masalah

1. Apa saja bentuk-bentuk emosi primer yang terdapat dalam al Qur'an?
2. Apa saja bentuk-bentuk interaksi sosial yang terdapat dalam al Qur'an?
3. Bagaimana implikasi bentuk-bentuk emosi dan interaksi sosial yang terdapat dalam al Qur'an terhadap social skill pada usia dewasa ?

D. Tujuan Penelitian

Berangkat dari rumusan masalah, maka tujuan penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui bentuk-bentuk emosi primer yang terdapat dalam al Qur'an serta bagaimana al Qur'an menggambarkan hal tersebut.
2. Untuk mengetahui beberapa bentuk interaksi sosial yang terdapat dalam al Qur'an serta bagaimana al Qur'an menggambarkan hal tersebut.
3. Untuk mengetahui implikasi bentuk-bentuk emosi dan interaksi sosial dalam al Qur'an terhadap social skill pada usia dewasa.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Sebagai bahan untuk menambah ilmu pengetahuan dan sebagai acuan para pendidik dalam mengembangkan dunia pendidikan khususnya di bidang keterampilan sosial/ social skill.

b. Menambah wawasan tentang al Qur'an, bahwa al Qur'an adalah suatu kitab yang sangat penting untuk dikaji dan dibuka ilmu yang berada di dalamnya.

c. Sebagai bahan pustaka bagi yang berkepentingan utuk melakukan penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat praktis

Dapat menjadi bahan untuk diimplementasikan di lembaga-lembaga pendidikan berkaitan dengan pendidikan emosi, sosial dan social skill.

F. Kajian Teoritik

1. Emosi

a. Pengertian Emosi

Secara etimologi, emosi berasal dari akar kata bahasa latin *'movere'* yang berarti menggerakkan, bergerak, kemudian ditambah dengan awalan "e" untuk memberi arti bergerak menjauh. Makna ini menyiratkan kesan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal

mutlak dalam emosi. Orang yang takut akan berusaha melindungi dirinya dengan bergerak menjauhi apa yang menakutinya.[6]

Crow dan Crow mengartikan emosi adalah suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai inner adjustment terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu. [7] Diantara tokoh kaum empiristik ada William James dan Carl Lange. Menurut teori James-Lange emosi adalah hasil persepsi seseorang terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada sebagai respons terhadap rangsangan-rangsangan yang datang dari luar. Gejala-gejala kejasmanian bukanlah timbul dari emosi, tetapi sebaliknya. Menurut teori ini, orang tidak menangis karena susah, namun susah karena menangis. Atau bila seseorang melihat harimau, maka reaksinya adalah peredaran darah semakin cepat karena jantung berebar-debar, kemudian timbulah rasa takut. Jadi bukan jantug berdebar-karena takut, akan tetapi jantung yang berdebar-debar itu yang menimbulkn rasa takut.[8]

Richard S. Lazarus, seorang profesor dari Universitas California yang telah malang melintang dalam penelitian emosi, lebih senang mengutip definisi dari para pendahulunya seperti Hilman dan Drever, sebagai berikut: “ emosi: dilakukan dan dijelaskan secara berbeda oleh psikolog yang berbeda, namun semua sepakat bahwa

---

[6] Darwis Hude, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur’an,* 16.
[7] Netty Hartati dkk, Islam dan Psikologi, (Jakarta: Rajawali Pers, 2005), 90.
[8] Abdul Rahman shaleh, Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam, (Jakata: Kencana, 2009), 167.

emosi adalah bentuk yang kompleks dari organisme, yang melibatkan perubahan fisik dari karakter yang luas, dalam bernafas, denyut nadi, produksi kelenjar dan sebagainya. Dan dari sudut mental, adalah suatu keadaan senang atau cemas, yang ditandai dengan adanya perasaan yang kuat, dan biasanya dorongan menuju bentuk nyata dari suatu tingkah laku. Jika emosi itu sangat kuat akan terjadi sejumlah gangguan terhadap fungsi intelektual, tingkat disasosiasi dan kecenderungan terhadap tindakan yang bersifat tidak terpuji. Di luar deskripsi ini, hal lain akan berarti masuk ke dalam bidang kontroversial.

Para penulis Introduction psychology mengarahkan tentang emosi, bahwa emosi adalah sesuatu yang kita rasakan pada saat terjadinya, dikenal bersifat fisiologis dan berbasis pada perasaan, timbulnya efek persepsi, pemikiran, dan perilaku, menimbulkan dorongan atau motivasi dan mengacu pada cara pengekspresian yang diungkapkan dalam bentuk bahasa, ekspresi wajah, isyarat dan sebagainya.[9]

Dalam Oxford English Dictionary, emosi didefinisikan sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat dan meluap-luap. Daniel Goleman menganggap bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-

[9] Darwis Hude, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur'an,* 17.

pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak.

Teori emosi dua faktor "schachter-singer dikenal sebagai teori yang paling klasik, yang berorientasi pada rangsangan. Menurut teori ini, reaksi fidiologik dapat saja sama (hati berdebar, tekanan darah naik, nafas bertambah cepat, adrenalin dialirkan dalam darah, dan sebagainya), namun jika rangsangannya menyenangkan seperti diterima di perguruan tinggi idaman, emosi yang timbul dinamakan senang. Sebaliknya jika rangsangannya membahayakan (misalnya, melihat ular berbisa), emosi yang timbul dinamakan takut.[10]

b. Bentuk-Bentuk Emosi Primer

Ruang lingkup emosi sangatlah luas dan kompleks, sehingga para psikolog mengalami kesulitan dalam menentukan mana yang termasuk kelompok emosi primer/ dasar dan mana yang termasuk emosi sekunder/ emosi yang telah bercampur dengan yang lain.[11] Dalam buku Darwis Hude dikatakan bahwa Goleman sendiri seorang ahli pisokologi mengungkapkan ada delapan bentuk emosi yaitu: Marah, sedih, takut, kenikmatan (bahagia), cinta, terkejut, jengkel dan malu. Dari emosi-emosi tersebut kemudian dikategorikan lagi kedalam emosi dasar yaitu: marah, takut, sedih, dan senang.[12]

---

[10]Alex Sobur, Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah, (Bandung : Pustaka Setia, 2003), 401.

[11] Darwis Hude, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur'an,* 8.

[12] Ibid.,9.

Sedangkan dalam buku lain dikatakan bahwa emosi primer atau emosi dasar manusia adalah emosi yang terberi secara biologis. Emosi ini telah ada dan terbentuk sejak kelahiran diantaranya adalah gembira, sedih, marah, dan takut.[13] Ini merupakan pendapat aliran nativistik. Salah satu penganut nativistik adalah Rena Descartes, ia mengatakan bahwa sejak lahir manusia telah mempunyai 6 emosi dasar, yaitu: cinta, kegembiraan, keinginan, benci sedih dan kagum.[14] J.B Watson mengemukakan bahwa manusia memiliki tiga emosi dasar yaitu: takut, marah dan cinta. Berikut akan dibahas beberapa macam emosi dasar manusia.

1) Takut

Emosi takut adalah suatu keadaan berupa gangguan yang tajam yang dapat menimpa semua individu.[15] Takut adalah perasaan yang sangat mendorong individu untuk menjauhi sesuatu dan sedapat mungkin menghindari kontak dengan hal itu. Bentuk ekstrem dari takut adalah takut yang Phatrhologis yang disebut fobia. Fobia adalah perasaaan takut akan hal-hal tertentu meskipun tanpa alasan yang nyata, misalnya takut terhadap tempat-tempat yang sempit dan tertutup (claustro phobia), takut tempat ramai (achiophobia), dan takut tempat yang tinggi (acrophobia). Rasa

---

[13] Aliah B. Purwakania Hasan, Psikologi Perkembangan Islami, (Jakarta: Raja Grafindo, 2006), 163.

[14] Abdul Rahman, Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam,166.

[15] Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Al Qur'an (Terapi Qur'ani dalam* Penyembuhan Gangguan Kejiwaan), 101

takut yang lain adalah kecemasan atau kekhawatiran yang berlebihan.[16]

Jika dilihat secara objektif, bisa dikatakan bahwa rasa takut selain mempunyai segi negatif yaitu yang bersifat menggelorakan dan menimbulkan perasaan-perasaan dan gejala tubuh yang menegangkan, juga ada segi positifnya seperti yang telah dibahas diatas. Rasa takut merupakan kekuatan utama yang mendorong dan menggerakkannya. Reaksi yang timbul didalam individu lalu menggerakkan individu untuk melindungi diri terhadap rangsangan dan bahaya dari luar, menjauhkan diri dari sesuatu yang dapat menyakitkan diri, melukai diri, atau menimbulkan bahaya lainnya. Dengan demikian, jelaslah bahwa emosi takut memiliki segi positif dan negatif. Pada orang dewasa rasa takut yang terjadi adalah , khawatir untuk melanggar norma masyarakat. Namun hal ini justru berdampak positif, karena dengan takut ia akan menaati dan meyesuaikan diri dengan norma yang ada di masyarakat.[17]

Selain itu, orang dewasa sering mengalami rasa takut yang ditimbulkan oleh masalah-masalah yang tak kunjung selesai, dan secara langsung maupun tidak langsung berakar dari ketakutan-ketakutan pada saat masih kecil.[18] Misalnya mereka takut menghadapi masalah yang merupakan resiko dari keputusan yang

[16] Abdul Rahman , Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam, 175.
[17] Ibid., 176.
[18] Alex sobur, Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah, 411.

diambil, bahkan takut untuk mengambil keputusan mengenai sesuatu.

2) Marah

Marah adalah emosi yang paling populer dalam percakapan sehari-hari, bahkan kerap dinamai 'emosi'. Banyak perilaku yang menyertai emosi marah, mulai dari tindakan diam, atau menarik diri, sehingga tindakan agresif yang bisa mencederai atau mengancam nyawa orang lain.

Sumber utama dari kemarahan adalah hal-hal yang menganggu aktivitas untuk mencapai tujuan. Dengan demikian terjadilah ketegangan yang tak mereda bahkan bertambah, sehingga marah adalah cara individu menyalurkan ketegangan-ketegangan tersebut.[19]

Sedangkan menurut Hude Darwis, faktor kemunculan amarah bisa diklasifikasikan ke dalam dua segmen yaitu bersifat eksternal dan internal. Faktor eksternal adalah rangsangan yang datang dari luar diri kita, baik lingkungan sosial maupun alam sekitar seperti cuaca, gangguan alam, atau yang lainnya. Sedangkan faktor internal adalah apa yang datang dari dalam diri manusia sendiri. [20]

Novaco dalam Berkowitz, mengemukakan bahwa amarah atau marah bisa dipahami sebagai reaksi atas penekanan perasaan.

[19] Abdul Rahman, Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam, 176.
[20] Darwis Hude, Emosi *Khazanah Kajian Al Qur'an*, 162-163.

Yang mereka maksudkan pada dasarnya adalah bahwa orang cenderung menjadi marah dan terdorong menjadi agresif jika harus menghadapi keadaan yang mengganggu.[21]

Pada umumnya, emosi marah pada manusia ditunjukkan dengan perubahan raut muka (merah padam), nada suara yang tinggi, berat, anggota badan bergetar, atau sedia menyerang. Tetapi tanda-tanda marah pada setiap orang berbeda-beda. Ada orang yang sangat marah namun justru diam dan males berbicara, namun ada juga yang sebaliknya justru cerewet dan meluap-luap ketika berbicara. Ada orang yang ketika marah ingin menyerang atau melakukan tindakan fisik, baik untuk menyerang sesuatu yang membuatnya marah maupun menyakiti dirinya sendiri.

Marah akan membantu manusia dalam menjaga dirinya. Ketika marah, kekuatan manusia akan bertambah dalam melakukan pekerjaan berat dan keras yang memungkinkannya dapat mempertahankan diri atau menguasai berbagai kendala yang menghadangnya untuk tujuan yang penting. al Qur'an memuji penggunaan kekerasan terhadap kaum kafir yang menghalang-halangi penyebaran Islam.[22]

---

[21] Alex sobur, Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah, 414-415.

[22] Utsman Najati, *Psikologi Dalam Al Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan* Gangguan Kejiwaan), 114.

3) Cinta

Berbicara mengenai cinta pada orang dewasa, Syauqi Bey[23] membicarakan tentang cinta romantis. Yaitu cinta waktu pacaran yang kadang-kadang brakhir putus sebelum menikah. Adapun cinta yang tumbuh dalam pernikahan lebih erat dan lebih agung, karena Tuhan menciptakannya untuk menjalin pernikahan itu menjadi kekal.

Definisi cinta dalam Wikipedia[24] adalah suatu perasaan positif yang diberikan kepada orang ataupun benda lainnya. Sedangkan pengertian cinta adalah sebuah emosi dari kasih sayang yang kuat dan ketertarikan pribadi. Dalam konteks filosofi cinta merupakan sifat baik yang mewarisi semua kebaikan, perasaan belas kasih dan sayang. Cinta juga diartikan sebagai suatu aksi/ kegiatan aktif yang dilakukan manusia terhadap objek lain, berupa pengorbanan diri, empati, perhatian, menuruti, patuh, dan mau melakukan apapun demi yang dicintai.

Dalam buku Paul Tillich Love , Power, and Justice, mendefinisikan cinta secara ontologis sebagai pendorong ke arah kesatuan dari yang terpisah. Definisi ini berlaku utuk semua tipe cinta. Cinta bukanlah sebagai penyatuan ideal antara dua orang, melainkan sebagai energi yang mendorong kita menuju sebuah

[23] Alex sobur, Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah, 418.
[24] Wikipedia. Org, diakses pada Rabu, 27 April 2016 pada pukul 10.00 WIB.

tujuan. Cinta adalah daya yang mengatasi keasingan kita yang membuat kita selalu terpisah dengan orang lain.[25]

Sedangkan menurut Erich Fromm dalam bukunya The Art of Loving mengungkapkan bahwa cinta adalah alat untuk mengatasi keterpisahan manusia, sebagai pemenuhan kerinduan akan kesatuan.[26] Erich Fromm menyatakan bahwa cinta sejati harus menghadapi fakta bahwa cinta akan selalu sulit. Cinta haruslah memasuki seluruh aspek kehidupan kita, karena Tuhan yang berada di dalamnya. Fromm menganggap bahwa cinta adalah hubungan antara pribadi yang dengannya dua orang menjadi satu. Ketika dua orang saling mencintai, dua kepribadian berbeda yang dimiliki oleh keduanya tidak akan lenyap, namun akan terbentuk sebuah kepribadian baru. Dengan demikian pentingnya mencintai bagi proses individu hampir tidak bisa diremehkan. Karena mencintai itu memiliki potensi untuk memecahkan masalah inti keberadan manusia. Cinta adalah kebutuhan terdalam manusia. Ramuan utama dalam cinta menurut Fromm adalah perhatian, tanggung jawab, rasa hormat dan pengetahuan.[27]

Cinta merupakan pengikat yang erat yang menghubungkan manusia dengan Rabbnya serta membuat ikhlas dalam beribadah.

---

[25] Stephen Palmquist, Fondasi Psikologi Perkembangan, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), 394-395.

[26] Alex sobur, Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah, 418-419.

[27] Stephen Palmquist, Fondasi Psikologi Perkembangan, 398.

Cinta juga merupakan hubungan spiritual yang berakar dalam yang mengikat kaum muslimin dengan Rasulullah Saw.[28]

4) Senang atau gembira

Gembira adalah ekspresi dari kesenangan, yaitu perasaan terbebas dari ketegangan. Biasanya kegembiraan itu disebabkan oleh hal-hal yang bersifat tiba-tiba (surprise) dan kegembiraan biasanya bersifat sosial, yaitu melibatkan orang lain disekitar orang yang gembira tersebut.[29]

Pengertian lain menunjukkan bahwa senang atau bahagis didefinisikan ebagai segala sesuatu yang membuat kesenangan dalam hidup. Davidoff menuliskan bahwa perasaan senang yang meliputi cinta, puas, gembira, dan bahgia adalah kondisi-kondisi yang seantiasa didambakan manusia. Segala daya upaya dikerahkan untuk mencari apa saja yang membuatnya bahagia. Hal yang mungkin berbeda dari individu dengan individu lain adalah sesuatu apa yang membuatnya merasa senang . ada yang senang ketika banyak harta, ada yang kesenangan berpatokan pada jabatan, kesehatan, kerukunan keluarga, kekuasan, ada yang merasa senang ketika mampu membantu orang lain menyelesaikan persoalan, senang dengan hobinya dan lain sebagainya. Oleh sebab itu kesenangan orang tidak dapat disamakan dengan semua orang.[30]

---

[28] Utsman Najati, *Psikologi Dalam Al Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan* Gangguan Kejiwaan , 120.

[29] Abdul Rahman , Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam, 176.

[30] Darwis Hude, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur'an,* 137.

5) Benci

Benci adalah lawan atau kebalikan dari cinta. Benci adalah ungkapan perasaan tidak membenarkan, tidak menerima, atau rasa tidak suka, jengkel, muak, disertai rasa ingin selalu menghindar atau menjauhi hal-hal yang menimbulkan kebenciannya, baik pada manusia, barang atau suatu tindakan. Walaupun dalam kehidupan suami istri dilandasi oleh cinta, namun ketika terjadi kesalah pahaman atau ketidak sukaan diantara mereka, juga akan ada perasaan benci, namun bukan benci layaknya terhadap musuh. [31]

2. Interaksi Sosial

a. Pengertian Interaksi Sosial

Sebelum kita membahas lebih lanjut perlu diketahui bahwa Definisi sosial menurut KBBI adalah berkenaan dengan masyarakat, perlu adanya komunikasi, dan suka mementingkan kepentingan umum. Interaksi sosial merupakan kunci dari semua kehidupan sosial. Tanpa adanya interaksi sosial maka tidak mungkin ada kehidupan.[32]

Interaksi sosial adalah hubungan antara individu satu dengan individu lainnya yang dapat saling mempengaruhi satu sama lain. Jadi dalam interaksi sosial manusia dengan manusia maupun dengan lingkungannya terjadi hubungan timbal balik. Sehingga terjadi penyesuaian baik individu yang menyesuaikan dirinya dengan

[31] Utsman Najati, *Psikologi dalam Al Qur'an Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan* Gangguan Kejiwaan, 143.

[32] Zainal Abidin dan Ahmad Agus Syafe'i, Sosiophologi Sosiologi Islam Berbasis Hikmah, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 107.

lingkungannya, atau lingkungan yang dibuat individu agar sesuai dengan kondisinya.[33]

Hal ini sejalan dengan pendapat Aristoteles bahwa manusia itu Zoon Politicon yang berarti manusia adalah makhluk sosial yang hanya menyukai hidup berkelompok atau lebih suka berteman untuk hidup bersama.[34]

Interaksi sosial merupakan hal yang didahului oleh kontak sosial dan komunikasi. Interaksi sosial dapat diartikan sebagai hubungan-hubungan sosial yang dinamis. Hubungan sosial yang dimaksud dapat berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara kelompok yang satu dengan kelompok lainnya, maupun antara kelompok dengan individu.

Proses Interaksi sosial menurut Herbert Blumer[35] adalah pada saat manusia bertindak terhadap sesuatu atas dasar makna yang dimiliki sesuatu tersebut bagi manusia. Kemudian makna yang dimiliki sesuatu itu berasal dari interaksi antara seseorang dengan sesamanya. Dan terakhir adalah makna tidak bersifat tetap namun dapat dirubah. Perubahan terhadap makna dapat terjadi melalui proses penafsiran yang dilakukan orang ketika menjumpai sesuatu. Proses tersebut disebut juga dengan interpretative process.

---

[33] Bimo Walgito, Psikologi Sosial Suatu Pengantar, (Yogyakarta: Andi, 2003), 57.

[34] Muhammad Cholil Mansyur, Sosiologi Masyarakat Kota dan Desa, (Surabaya: Usaha Nasional, 1992), 63.

[35] Slamet Santoso, Teori-Teori Psikologi Sosial, (Bandung: RefikaAditama, 2010), 157.

b. Latar Belakang Interaksi Sosial

1) Manusia sebagai Makhluk Individu

Artinya manusia terdiri dari jiwa dan raga yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain dan manusia dilengkapi pula dengan kegiatan-kegiatan yang berifat individual. Misalnya individu memiliki indra, memiliki kebutuhan pribadi, mempunyai minat dan perhatian serta pengalaman hasil pengamatan.

2) Manusia sebagai Makhluk Sosial

Manusia tidak mungkin dapat hidup sendiri dan dituntut untuk mengadakan hubungan dengan individu lain hingga ia meninggal dunia.

3) Manusia Sebagai Makhluk Berketuhanan

Setiap individu mempunyai jalinan dengan Allah Swt. Dengan jalinan ini, setiap individu mempunyai keuntungan yakni tetap terkendali tingkah lakunya karena adanya norma-norma agama.[36] Dengan menjaga hubungan dengan Allah Swt, manusia akan terkendali tidak melakukan kejahatan terhadap dirinya sendiri, masyarakat dan lingkungan hidupnya. Dan inti dari takwa kepada Allah Swt adalah menjalankan semua perintah-Nya dan menjauhi semua larangan-Nya.

[36] Ibid., 157-159.

c. Ciri-Ciri Interaksi Sosial

Telah disinggung sebelumnya tentang pengertian interaksi sosial, namun disebutkan juga bahwa interaksi sosial adalah peristiwa yang komplek, termasuk tingkah laku yang berupa rangsangan dan reaksi keduanya, dan yang mungkin mempunyai satu arti sebagai rangsangan dan yang lain sebagai reaksi. Theodore M. Newcomb memberikan ciri-ciri interaksi sosial sebagai berikut[37]:

1) Individu Dihubungkan pada Pengaruh Sosial

Individu dalam situasi sosial tidak dapat berdiri sendiri, terlepas dari lingkungannya, akan tetapi individu terkena pengaruh dari individu lain atau situasi sosial dimana ia berada.

2) Hakikat Hubungan Khusus

Interaksi sosial mempunyai sifat-sifat khusus yakni hubungan yang harus dapat memberi pengaruh pada yang lain

3) Pentingnya Hubungan Sikap antar Individu

Maksudnya adalah bahwa dalam interaksi sosial, setiap individu harus menunjukkan sikap yang jelas dan sikap ini ada hubungannya dengan masing-masing individu. Misalnya jika seseorang berbicara dengan sopan dan lemah lembut maka yang menjawab juga akan mengikuti yaitu dengan sopan dan lemah lembut. Tetapi jika seseorang berbicara dengan kasar maka yang ia

[37] Ibid., 162-166.

dapatkan adalah jawaban yang kasar pula. Hal inilah yang disebut memiliki pengaruh.

4) Disebarkan Pengaruh dalam Kelompok

Interaksi sosial terjadi dalam kelompok sehingga pegaruh tersebut disebarkan kepada individu yang ada dalam kelompok agar memiliki pengertian yang sama.

d. Dasar-Dasar Interaksi Sosial[38]

1) Imitasi/tiruan

Imitasi disebut juga tiruan atau kegiatan meniru. Dalam hal ini dapat kita artikan dengan yang lebih dekat pada percontohan. Mencontoh apa yang dilakukan oleh individu lain karena dirasa hal tersebut baik untuk dirinya.

2) Sugesti/ Pengaruh

Sugesti yaitu pengaruh yang diberikan individu kepada individu lain mengenai sikap dan tingkah laku dan tidak ada sebuah kritikan. Karena sugesti berlangsung secara alami sehingga kadang seseorang menerima pengaruh begitu saja tanpa ada kritikan.

3) Identifikasi

Sigmund Freud memberikan pengertian bahwa identifikasi sebagai dorongan untuk menjadi sama /identik dengan yang lain.

[38] Ibid., 166-178.

4) Simpati

Simpati merupakan ketertarikan seseorang dengan yang lain, peduli dan memperhatikan. Simpati merupaka perasaan emosi yang semata-mata tidak hanya mengejar keuntunga bagi diri sendiri. Simpati bertujuan guna memperoleh kerja sama antar individu yang lain dalam rangka menjamin adanya saling pengertian.

e. Teori-Teori dalam Proses Sosial

Dalam proses sosial terdapat fase-fase proses interaksi sosial yaitu sebagai berikut[39]:

a) Dalam proses interaksi sosial, fase pertama adalah ada komunikasi/ hubungan yang melibatkan individu-individu dan komunikasi berlangsung berulang-ulang.
b) Komunikasi / hubungan antar individu dapat berlangsung pada saat yang lampau, sekarang, dan yang akan datang.
c) Komunikasi / hubungan antar individu menimbulkan problem/ masalah yang harus dipecahkan bersama-sama
d) Masalah yang dipecahkan bersama-sama menimbulkan ketegangan pada individu selma proses pemecahan masalah.
e) Pemecahan masalah tersebut menciptakan integrasi, artinya masing-masing individu merasakan kepuasan kepuasan bersama-sama.

[39] Ibid., 181.

f. Proses Interaksi Sosial

Proses sosial merupakan aspek dinamis dari kehidupan masyarakat. Dimana di dalamnya terdapat suatu proses hubungan antarra manusia satu dengan yang lainnya. Menurut Adham Nasution proses sosial adalah rangkan tindakan manusia yang merupakan aksi dan reaksi atau challenge dan respons di dalam hubungannya satu sama lain. Sedangkan Soerdjono Dirdjosisworo mengartikan proses sosial sebagai pengaruh timbal balik antara berbagai segi kehidupan bersama seperti ekonomi, politik, sosial budaya dan keamanan.[40]

g. Syarat-Syarat Interaksi Sosial

Hubungan interaksi sosial akan terjadi apabila terdapat dua syarat yaitu sebagai berikut[41]:

1) Kontak sosial

Kontak sosial adalah hubungan antara satu orang atau lebih, melalui percakapan dengan saling mengerti tentang maksud dan tujuan masing-masing dalam kehidupan masyarakat. Kontak sosial dapat terjadi secara langsung ataupun tidak langsung antara satu pihak dengan pihak lainnya.

Kontak sosial tidak langsung adalah kontak sosial yang menggunakan yang menggunakan alat sebagai perantara, misalnya: melalui telepon, radio, surat dan lain-lain. Sedangkan kontak sosial secara langsung adalah kontak melalui suatu pertemuan dengan

[40] Abdulsyani, Sosiologi Skematika, Teori, dan Terapan, (Jakarta: Bumi Aksara, 2002), 151-152.

[41] Ibid., 153-155.

bertatap muka dan berdialog. Yang paling pentinga adalah adanya saling pengertian pada keduanya dan adanya aksi reaksi dari kedua belah pihak.

2) Komunikasi sosial

Komunikasi sosial adalah syarat pokok lain daripada proses sosial. Komunikasi sosial mengandung pengertian persamaan pandangan antara orang-orang yang berinteraksi terhadap sesuatu. Menurut Soerdjono Soekanto, komunikasi adalah bahwa seseorag memberikan tafsiran pada perikelakuan orang lain (yang berwujud pembicaraan, gerak-gerik badaniah atau sikap) perasaan-perasaan apa yang ingin disampaikan oleh orang tersebut.

h. Bentuk-Bentuk Interaksi Sosial

1) Kerja sama

Kerja sama merupakan proses sosial yang disebut juga cooperation. Kerja sama adalah bentuk saling membantu yang disebut juga *ta'awun.* Untuk melatih individu-individu dengan *ta'awun* tergantung pada masing-masing keluarga individu, kemudian lingkungan luar. Karena kesamaan kepentingan dan kesatuan tujuan mendorong para individu untuk bekerja sama mencapai kepentingan bersama dan kebaikan bersama. Sebagian psikolog berpendapat bahwa ta *'awun*, sekalipun merupakan proses sosial, juga merupakan respons dari beberapa stimulus insting yang terpendam dalam karakter manusia. Profesor Gell dalam analisisnya tentang jiwa manusia,

membuktikan bahwa jiwa manusia mengandung sejumlah insting altruis (mementingkan orang lain) disamping insting-insting egois (mementingkan diri sendiri). Hal ini memperlihatkan bahwa perhatian manusia kepada kepentingan/maslahat orang lain tidak lebih rendah dari perhatiannya kepada usaha pemenuhan keinginan-keinginan dan kepentingan-kepentingan pribadinya. Dalam manhaj Islam, kerja sama terkadang tidak memiliki kaitan sama sekali dengan kepentingan-kepentingan pribadi. Manhaj ini mengangkat kepribadian individu sampai ke tingkat *ītharī*, dengan mengedepankan kepentingan orang lain diatas kepentingan diri sendiri (bahkan diatas kebutuhan primernya) dengan rela hati, cinta, dan lapang dada.[42]

Menurut S. Stanfeld Sargent kerja sama adalah usaha yang dikoordinasikan dan ditujukan kepada tujuan yang dapat dipisahkan. Pengertian ini memperkat pandangan bahwa kerja sama sebagai akibat kekurangmampuan individu untuk memenuhi kebutuhan sehingga membutuhkan bantuan individu lain. Dengan kerja sama diharapkan tujuan bersama dapat tercapai secara optimal.[43]

2) Persaingan

Persaingan adalah suatu proses sosial, di mana individu atau kelompok-kelompok manusia yang bersaing, mencari keuntungan melalui bidang-bidang kehidupan yang pada suatu masa tertentu menjadi pusat perhatian umum (baik perseorangan maupun kelompok

[42] Muhammad Az Za'balawi, Pendidikan Remaja antara Ilmu Islam dan Ilmu Jiwa, terj. Abdul hayyie Al Kattani dkk (Jakarta: Gema Insani, 2007), 166-167.
[43] Slamet Santoso, Teori-Teori Psikologi Sosial, 191.

manusia) dengan cara menarik perhatian public atau dengan mempertajam prasangka yang telah ada, tanpa mempergunakan ancaman atau kekerasan.

Morton Deuttch menyatakan persaingan adalah bentuk interaksi sosial dimana seseorang mencapai tujuan, sehingga individu lain akan dipengaruhi untk mencapai tujuan mereka. Dengan pernyataan ini, setiap persaingan kedudukan individu ditentukan oleh upaya individu untuk mencapai tujuan.[44]

3) Konflik/ Pertentangan

S. Stanfeld Sargen memberi pengetian sebagai berikut: konflik adalah proses yang berselang-seling dan terus-menerus serta timbul pada beberapa waktu dan berlangsung dalam proses interaksi sosial. Maknanya adalah bahwa konflik memiliki waktu yang relatif lama dibandingkan kerja sama dan persaingan.

Hal-hal yang menyebabkan konflik diantaranya adalah perbedaan pendirian/perasaan, perbedaan kepribadia, perbedaan kepentingan, dan perubahan-perubahan sosial dalam masyarakat. Sedangkan bentuk-bentuk konflik adalah: konflik pribadi, konflik rasial, konflik kelas sosial, konflik politik, dan konflik internasional.[45]

4) Accomodation/ Persesuaian

Masih menurut S. Stanfeld akomodasi adalah suatu proses peningkatan saling adaptasi atau penyesuaian. Ini berarti penyesuaian

[44] Ibid., 192-193.
[45] Ibid., 194-195.

individu terhadap individu maupun kelompok lain dan dengan lingkungan tempat tinggalnya. Tujuan dari akomodsi adalah mencegah adanya pertentangan, menjalin kerja sama, dan menyatukan kelompok sosial yang saling berpisah. Bentuk-bentuk dari akomodasi adalah:

a) Coercion: penyesuaian yang erlangsung dengan paksan, mialnya penerimaan kekuasaan diktator oleh para partai.
b) Compromise: suatu bentuk persesuaian dimana pihak-pihak yang saling bertentangan tidak sanggup mencari penyelesaian sendiri.
c) Mediation: penyelesaian masalah dengan meminta bantuan pihak ketiga.
d) Conciliation: contoh penyesuaian dimana prosesnya melalui kemufakatan dan keinginan pihak-pihak yang berselisih.
e) Penyelesaiannya berdasarkan atas dasar persetujuan formal.
f) Adjudication: bentuk penyesuian yang prosesnya ditempuh melalui pengadilan.[46]

5) Assimilasi/ Perpaduan

Stanfeld berpendapat asimilasi adalah proses saling melebur dimana seseorang atau kelompok memperoleh pengalaman, perasaan dan sikap dari individu dalam kelompok lain. Beberapa faktor yang mempercepat proses peleburan atau perpaduan adalah: sifat toleransi,

[46] Ibid., 195-196.

faktor keseibangan dari kedua pihak, sifat keterbukaan, dan adanya unsur persamaan budaya.[47]

3. Keterampilan Sosial/ Social Skill

a. Pengertian keterampilan (Social Skill)

Sebagai makhluk sosial, individu dituntut untuk mampu mengatasi segala permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan atau norma yang berlaku. Secara garis besar kemampuan seseorang dalam berhubungan sosial dapat dikategorikan ke dalam dua kelompok, yaitu yang dapat dikategorikan sebagai individu-individu yang terampil atau pandai bergaul dan sebaliknya yaitu individu-individu yang mengalami kesulitan bergaul. Individu yang pandai bergaul biasanya dapat mengatasi berbagai persoalan di dalam pergaulan. Mereka tidak mengalami kesulitan untuk membina hubungan dengan teman baru, berkomunikasi secara efektif dengan orang lain, terlibat dalam pembicaraan yang menyenangkan, dan dapat mengakhiri pembicaraan tanpa mengecewakan atau menyakiti orang lain.

Menurut Wikipedia 2007[48] pengertian keterampilan sosial adalah keterampilan yang digunakan untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain sesuai peran dalam strukur sosial

[47] Ibid., 197-198.
[48] Wati Sudarsih, Keterampilan Sosial, 2011. Pdf, 12.

yang ada. Proses dari pembelajaran keterampilan ini dinamakan sosialisasi.

Definisi keterampilan sosial menurut Comb dan Slaby sebagai berikut:

> The social skill is the abilty two interact with others in a given social contect inspecific ways that are socially actceptable or valued at the same time percobality beneficial, manually beneficial, or beneficial primary to others.

Artinya keterampilan sosial merupakan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dalam satu konteks sosial dengan suatu cara spesifik yang secara sosial yang dapat diterima atau dinilai dapat menguntungkan orang lain.[49]

Hargie juga memberikan pengertian keterampilan sosial (social skill) sebagai kemampuan individu untuk berkomunikasi efektif dengan orang lain baik secara verbal maupun nonverbal sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada pada saat itu, dimana keterampilan ini merupakan perilaku yang dipelajari. Keterampilan sosial (social skill) akan mampu mengungkapkan perasaan baik positif maupun negatif dalam hubungan interpersonal, tanpa harus melukai orang lain.

Keterampilan-keterampilan sosial tersebut merupakan sejumlah sikap meliputi: kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, mendengarkan pendapat atau keluhan orang lain, memberi atau

[49] Ibid

menerima umpan balik (feedback), memberi atau menerima kritik bertindak sesuai norma aturan dan norma yang berlaku.[50]

Dalam sumber lain disebutkan bahwa social skill merupakan keterampilan-keterampilan memberikan pujian, mengeluh karena tidak setuju terhadap suatu hal, menolak permintaan orang lain, tukar pengalaman, menuntut hak pribadi, memberi saran kepada orang lain, pemecahan konflik atau masalah, berhubungan atau bekerja sama dengan orang lain yang berlainan jenis kelamin, berhubungan dengan orang yang lebih tua dan lebih tinggi statusnya, dan beberapa tingkah laku lain sesuai dengan keterampilan yang tidak dimiliki oleh klien.

Hasil studi Davis dan Forsythe, terdapat delapan aspek yang menuntut keterampilan sosial (social skill), yaitu: keluarga, lingkungan, kepribadian, rekreasi, pergaulan dengan lawan jenis, pendidikan sekolah, persahabatan dan solidaritas kelompok, dan lapangan kerja. Aspek-aspek yang menuntut keterampilan sosial harus dikembangkan sedemikian rupa sehingga dapat memberikan kondisi yang kondusif.[51]

b. Dasar-Dasar Keterampilan Sosial (Social Skill)

Keterampilan sosial mencakup penguasaan dalam menangani atau menjalin hubungan sosial, dengan demikian suatu keterampilan emosional memegang peranan yang sangat penting dalm menjalin hubungan. Menurut Hatch dan Gardner didefinisikan sebagai

[50] Syamsul Bachri Thalib, Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikati, 159.

[51] Michelson, L., Sugai, P..D., Wood, R.P, and Kazdin, E.A. Social Skills Assesment and Training with Children. (New York: Plenum Press. 1985), 46-47.

komponen-komponen keterampilan sosial antar pribadi sebagai berikut:[52]

1) Mengorganisasi Kelompok

Mengorganisasi kelompok mrupakan keterampilan esensial seorang pemimpin yang menyangkut menggerakkan orang lain.

2) Merundingkan Pemecahan Masalah

Merundingkang pemecahan masalah, biasanya adalah bakat seorang mediator yang mencegah konflik atau menyelesaikan konflik yang rumit.orang yang mempunyai kemampuan ini hebat dalam mencapai kesepakatan dalam menangani masalah.

3) Hubungan Pribadi

Empati dan menjalin hubungan, akan memudahkan untuk masuk ke dalam lingkup pergaulan atau untuk mengenali dan merespons dengan tepat akan perasaan dan keprihatinan orang lain. Orang semacam ini akan bagus dalam pemain tiem, dan dapat diandalkan oleh shabat maupun keluarganya.

4) Analisis Sosial

Analisis sosial maksudnya adalah mampu mendeteksi dan mempunyai pemahaman tentang perasaan, motif, dan keprihatinan orang lain. Hal ini dapat membawa hubungan semakin dalam kebersamaan. Dalam bentuk yang baik, kemampuan ini dapat

[52] H. Yatim Riyanto, Paradigma Baru Pembelajaran sebagai Referensi Bagi Guru/ Pendidik dalam Implementasi Pembelajaran yang Efektif dan berkulitas, (Jakarta: Kencana, 2012), 256.

menjadikan seseorag sebagai konselor atau ahli terapi yang kompeten.[53]

c. Macam-macam Social Skill

Individu dapat dikatakan memiliki keterampilan sosial apabila seorang individu memiliki keterampilan-keterampilan sosial meliputi sikap-sikap yang telah disebutkan di atas, dapat kita jelaskan di bawah ini[54]:

1) Emotional Expressity

Individu yang mampu membuat ekspresi yang menarik (tentunya positif) dan menyenangkan bagi orang lain, misalnya tersenyum ramah dan semangat.

2) Emotional Sensivity

Individu yang mampu membaca atau mengetahui emosi dan perilaku non verbal dari orang lain, misalnya mengetahui jika seseorang sedang marah, jengekel dan sedng tidak enak hati.

3) Emotional Control/ Pengendalian Emosi

Individu yang mampu mengendalikan gejolak emosi negativ yang datangnya tiba-tiba, misalnya meluapkan rasa benci bahkan cinta dapat dikontrol dengan baik.

4) Social Expressity

Individu yang menyenangkan dalam berinteraksi, mampu memberikan apresiasi dan berfikiran positif pada orang lain. Dengan

[53] Ibid., 257.

[54] Tri Sagirani, Pengembangan dalam (http://blog.stikom./social-skills), diakses pada Rabu 27 April 2016, pukul 10.00WIB.

kata lain yaitu seseorang yang pandai bergaul dengan orang lain dan selalu memiliki prasangka baik pada yang lain.

5) Social sensivity

Individu yang memiliki pemahaman terhadap pihak lain, mengikuti norma sosial dan mampu menempatkan diri di berbagai situasi yang ada disekitarnya. Jenis keterampilan sosial ini menunjukkan adanya kemudahan bagi individu untuk cepat beradaptasi dengan lingkungannya.

6) Social Control

Keterampilan seseorang dalam pembawaan dirinya. Berpenampilan sopan, mematuhi aturan yang berlaku dan berperan aktif dalam masyarakat.

7) Self Monitoring

Keterampilan seseorang yang mampu mengatur perilaku diri dan sangat antisipatif. Artinya orang tersebut menjungjung tinggi harga dirinya dan pandangan orang lain terhadapnya, selalu berhati-hati dalam bertindak.

Sedangkan menurut Syamsul Bachri seseorang memiliki keterampilan sosial yang tinggi apabila di dalam dirinya memiliki keterampilan sosial yang terdiri dari sejumlah sikap, diantaranya adalah: kesadaran situasonal atau sosial (social awareness), kecakapan ide, efektifitas, dan pengaruh kita dalam melakukan komunikasi dengan orang lain, berkembangnya sikap empati atau kemampuan individu

melakukan hubungan dengan orang lain pada tingkat yang lebih personal, dan terampil berinteraksi (interaction style).[55]

1) Kesadaran situasional atau sosial (social awareness)

Makna dari kesadaran ini adalah sebuah kehendak untuk bisa memhami dan peka akan kebutuhan serta hak orang lain atau kemampuan individu dalam mengobservasi, melihat, dan mengetahui suatu konteks situasi sosial. Orang yang tanpa rasa dosa mengeluarka gas berbau di lift yang penuh sesak pastilah bukan tipe orang yang paham akan kesadaran situasi sosial. Demikian juga orang yang merokok di ruang ber AC atau diruang terbuka dan menghembuskan asap secara serampangan pada semua orang disekitarnya.

2) Kecakapan ide

Maksudnya adalah kecakapan ide, efektifitas, dan pengaruh kita dalam melakukan komunikasi dengan orang lain atau kelompok. Jadi seseorang memiliki kemampuan untu mempengaruhi (positif) orang lain dengan ide-ide yang ia miliki. Hal ini juga berguna untuk mengumpulkan masyarakat guna diajak untuk melakukan inovasi atau hal-hal lain yang bersifat membangun dan bermanfaat bagi kesejahteraan masyarakat.

[55] Syamsul Bachri Thalib, Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikati , 65.

3) Sikap empati

Empati sendiri berasal dari bahasa yunani yang berarti "ketertarikan fisik". Sehingga dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengenali, mempersepsi, dan merasakan perasaan orang lain. Menurut KBBI, empati adalah keadaan mental yang membuat seseorang mengidentifikasi atau merasa dirinya dalam keadaan perasaan tau pikiran yang sama dengan orang atau kelompok lain. Taylor menyatakan bahwa empat merupakan faktor esensial untuk membangun hubungan yang saling memercayai. Ia memandang empati sebagai usaha menyelam kedalam perasaan orang lain untuk merasakan dan menangkap makna perasaan itu. Empati memberikan sumbangan guna terciptanya hubungan yang saling memercayai karena empati mengkomunikasikan sikap penerimaan dan pengertian terhadap perasaan orang lain secara tepat.[56]

Jadi empati adalah merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang. Empati ada tiga macam:

a) Empati kognitif, mengetahui emosi atau suasana hati orang lain.
b) Empati partisipasoris, masuk kedalam pengalaman subyektif orang lain.

[56] Ibid., 67.

c) Empati afektif, melakukan sesuatu seolah-olah ia berada dalam posisi orag itu: membangkitkan "emosi" orang lain / memberikan alternatif yang lebih baik.

Ciri-ciri empati[57]:

a) Ikut merasakan (sharing feeling), kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain.
b) Dibangun berdasarkan kesadaran diri
c) Peka terhadap bahasa isyarat
d) Mengambil peran atau perilaku konkret (role taking)
e) Kontrol emosi, menyadari dirinya sedang berempati, tidak larut.

Empati ini biasanya dimiliki orang orang yang sangat dekat dengan seseorang, misalnya antara sahabat akrab dan pasangan suami istri.

4) Terampil berinteraksi

Hal ini memberikan gambaran bahwa individu itu memiliki banyak skenario saat berhubungan dengan orang lain, luwes, fleksibel, dan adaptif memasuki situasi yang berbeda-beda. Ia mampu menyesuaikan diri secara luwes baik dari segi bahasa maupun cara bicaranya, dengan siap ia sedang berinteraksi dan dimana dia edang berinteraksi. Orang yang terampil dalam berinteraksi bisa jadi hidupnya akan mudah, karena kemampuannya dalam menempatkan diri dan menjalin hubungan

[57] Ibid., 109.

atau relasi, sehingga banyak yang membantunya untuk mencapai apa yag ia butuhkan da inginkan.

Sedangkan dalam sumber lain dikatakan bahwa kecakapan sosial adalah kecakapan berkomunikasi baik dengan lisan maupun tulisan dan kecakapan bekerja sama. Kecakapan sosial (social skill) meliputi[58]:

1) Kecakapan berkomunikasi lisan
2) Kecakapan berkomunikasi tertulis, dan
3) Kecakapan bekerjasama

d. Manfaat social skill

Pelatihan keterampilan sosial diberikan kepada individu yang mengalami kelemahan dalam beberapa keterampilan sosial. Keterampilan sosial yang sering dikeluhkan individu antara lain tidak mampu melakukan komunikasi dengan baik, tidak memiliki keterampilan sosial, baik secara implisit maupun eksplisit. Oleh karena itu Michelson, mengemukakan bahwa pelatihan ketrampilan sosial dirancang untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan keterampilan sosial individu.

Keterampilan sosial meliputi keterampilan-keterampilan memberikan pujian, mengeluh karena tidak setuju terhadap sesuatu hal, menolak permintaan orang lain, tukar pengalaman, menuntut hak pribadi, memberi saran kepada orang lain, pemecahan konflik atau

[58] Hadi Suyono, Social Intelligence, (Yogyakarta: Arruz, 2007), 105-107

masalah, berhubungan atau bekerja sama dengan orang lain yang berlainan jenis kelamin, berhubungan dengan orang yang lebih tua dan lebih tinggi statusnya, dan beberapa tingkah laku lain sesuai dengan ketrampilan yang tidak dimiliki oleh klien. Pelatihan ketrampilan sosial ini diberikan berdasarkan tingkah laku apa saja yang akan diubah dari individu yang bersangkutan.[59]

e. Faktor-faktor penentu social skill

Social skill ditentukan oleh beberapa faktor diantara adalah sebagai berikut[60]:

1) Keluarga

Keluarga merupakan tempat utama dan pertama bagi anak dalam mendapatkan pendidikan. Kepuasan psikis yang diperoleh anak dalam keluarga akan sangat menetukan bagaimana anak akan bereaksi terhadap lingkungannya. Anak-anak yang dibesarkan dilingkungan keluarga yang tidak normal mislanya broken home akan sulit mendapatkan keterampilan sosial karena ketidak puasan psikis yang ia peroleh.

2) Guru Muslim

Guru memiliki kedudukan penting dalam jiwa seseorang karena guru memilik potensi dan kemampuan mental yang memungkinkan melaksanakan misi-misi pendidikannya.[61]

---

[59] Iriana, Niken- 2009. Perilaku Asertif. www.rumah-optima.com diakses pada Kamis, 28 April 2016 pada pukul 10.00 WIB.

[60] Ibid, 160.

[61] M. Sayyid Az Za'balawi, Pendidikan Remaja antara Ilmu Islam dan Ilmu Jiwa, 160.

Keberhasilan seorang guru dalam menjalankan misinya juga dapat dilihat ketika seseorang telah dewasa. Karena seorang guru hendaknya tidak hanya mengajrka sesuatu yang bermanfaat untuk di bangku sekolah saja namun harus memiliki tujuan jangka panjang yaitu juga berguna ketika kelak telah dewasa.

3) Lingkungan sekolah

Adalah lingkungan pendidikan anak dimana di sekolah juga diajarkan tentang hal-hal yang berkenaan dengan keterampiln sosial. Dari lingkungan sekolah orang dewasa memperoleh pegalaman keterampilan sosial yang berguna diterapkan dimasyarakat.

4) Lingkungan masyarakat

Merupakan lingkungan luar dimana seseorang dapat langsung melihat mengalami fenomena sosial secara langsung dimana ia tinggal.

5) Teladan yang baik.

Pendidikan dengan teladan yang baik memberikan efek yang sangat efektif terhadap perilaku sosial seseorang. Dengan teladan yang baik akan menghasilkan generasi yang baik. Generasi yang baik akan menghasilkan masyarakat yang baik pula. Karena masyarakat harus mengalami perubahan sosial dari segi kulitas akhlak dan keterampilan sosial generasinya. Dengan

begitu terciptalah kehidupan sosial masyarakat yang sejahtera aman dan damai.

G. Metodologi Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif library research, dalam hal ini Bodgar dan Taylor mendefinisikan metodologi kualitatif sebagai prosedur penelitian yang mengahasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat dimati.[62]

Kajian pustaka adalah kegiatan mendalami, mencermati, menelaah dan mengidentifikasi pengetahuan. Jadi peneliti mengali apa-apa yang sudah dikemukkan oleh para ahli. Penelitian ini memanfaatkan penemuan tersebut untuk kepentingannya.[63]

2. Sumber Data

Dalam penelitian ini sumber data yang digunakan berasal dari berbagai literatur kepustakaan, dan data-data lain yang relevan dengan penelitian. Dalam hal ini peneliti menuliskan beberapa sumber data primer dan sekunder.

a. Data primer

1) Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya*.

---

[62] Basrowi & Suwandi, Memahami Penelitian Kualitatif, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), 21.

[63] Suharsimi Arikunto, Manajemen Penelitian, (Jakarta: Rineka cipta, 1995), 75.

2) Muh. Ustman Najati, Psikologi dalam Al Q*ur'an (Terapi Qur'ani* dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan) terj. Zaka Al Farisi, (Bandung: Pustaka setia, 2005).
3) M. Darwis Hude, Emosi *Khazanah Kajian al Qur'an* (Jakarta: Erlangga, 2006).

b. Data sekunder

1) Abdul Rahman Shaleh, Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam, (Jakarta: Kencana, 2004).
2) M. Sayyid Muhammad Az Za'balawi, Pendidikan Remaja Antara Ilmu Islam dan Ilmu Jiwa, terj. Abdul Hayyie Al Kattani dkk. (Jakarta: Gema Insani, 2007)
3) Bimo Walgito, Psikologi Sosial, (yogyakarta: Andi Offset, 2003.
4) Abdulsyani, Sosiologi (Skematika, Teori dan Terapan) (Jakarta: Bumi Aksara, 1994.
5) Alex Sobur, Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah, (Bandung : Pustaka Setia, 2003).
6) Ali Abdul Azim, Epistimologi Dan Aksiologi Ilmu Perspektif Al *Qur'an,* terj. Khalilullah Ahmad Masykur Hakim, (Bandung: Roda, 1989).
7) Aliah B. Purwakania Hasan, Psikologi Perkembangan Islami (Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Perkelahian hingga pasca Kematian, (Jakarta: Rajawali Pers, 2006).

8) Mohammad Daud Ali, Pendidikan Agama Islam, (Jakarta : Raja Wali Perss, 2000).
9) Netty Hartati dkk, Islam dan Psikologi, (Jakarta: Rajawali Pers, 2005).
10) Syamsul Bachri Thalib, Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis dan Aplikatif, (Jakarta: Kencana, 2010).
11) Slamet Santoso, Teori-Teori Psikologi Sosial, (Bandung: refik Aditama, 2010).
12) Abdul syani, Sosiologi Skematik, Teori dan Terapan (Jakarta:, Bumi aksara, 2002)

3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam mengumpulkan data, yang dilakukanoleh peneliti adalah mencari buku-buku kepustakaan yang relevan dengan permasalahan/hal yang akan diteliti dan memilah-milah pokok bahasan yang akan dimasukkan dalam penyusunan skripsi. Data yang ada dalam kepustakaan dikumpulkan kemudian diolah dengan cara sebagai berikut[64]:

a. Editing

Yaitu pemeriksaan kembali data yang telah diperoleh terutama dari segi kelengkapan, kejelasan makna, dan keselarasan makna antara satu dengan yang lainnya.

[64] Abdurrahman Fathoni, Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 112.

b. Organizing

Yaitu menyatukan data-data yang diperoleh dengan kerangka yang sudah ditentukan.

c. Penemuan Hasil Kepustakaan

Melakukan analisis lanjutan terhadap hasil pengorganisasian data dengan menggunakan kaidah-kaidah, teori-teori dan dengan metode yang telah ditentukan.

4. Analisis Data

Analisis pada penelitian ini menggunakan analisis isi (content analysis). Content analysis adalah setiap prosedur sistematis yang dirancang untuk mengkaji isi informasi tertentu.[65]

Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang paling penting dan yang akan dipelajari, sehingga akan dapat membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain.[66]

Adapun tahap-tahap analisis adalah sebagai berikut[67]:

a. Menentukan permasalahan yang akan diteliti.

b. Menyusun kerangka pemikiran dengan merumuskan permasalahan yang ada.

---

[65] Michael H. Walizer, Metode Penelitian dan Analisis Penelitian, terj. Arief Sadirman (Jakarta: Erlangga, 1991), 48.

[66] Sugiono, Memahami Penelitian Kualitatif, (Bandung: CV Alfabeta, 2005), 88.

[67] Ibid

c. Menyusun perangkat metodologi yaitu dengan menentukan metode yang akan dipakai yakni metode untuk pengumpulan data dan metode analisis data.

d. Analisis data yaitu dengan menganalisa terhadap data yang telah dikumpulkan.

H. Sistematika Pembahasan

Skripsi ini terdiri atas lima bab yang saling berkaitan erat antara yang lainnya yaitu :

Bab I Pendahuluan berisi tentang uraian secara umum mengenai isi kajian meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian teoritik, metodologi kajian, dan sistematika pembahasan.

Bab II Berisi tentang kajian bentuk-bentuk emosi primer dalam al Qur'an, berupa: pengertian, penjelasan bentuk-bentuk emosi dalam al Qur'an, dan segala yang berkaitan dengan objek yang diteliti.

Bab III berisi tentang bentuk interaksi sosial dalam al Qur'an berupa: pengertian dan penjelasan mengenai bentuk-bentuk interaksi sosial dalam al Qur'an dan segala yang terkait dengan objek yang diteliti.

Bab IV berisi tentang analisis data yaitu analisis tentang implikasi bentuk-bentuk emosi primer dan bentuk interaksi sosial dalam al Qur'an terhadap social skill.

Bab V Adalah penutup yang berisi tentang kesimpulan sebagai jawaban rumusan masalah dan saran terkait dengan hasil penelitian.

BAB II

BENTUK-BENTUK EMOSI DALAM AL QUR'AN

A. Pengertian Emosi

Dari segi etimologi, emosi berasal dari akar kata bahasa latin *'movere'* yang berarti menggerakkan, bergerak, kemudian ditambah dengan awalan "e" untuk memberi arti bergerak menjauh. Makna ini menyiratkan kesan bahwa kecenderungan bertindak merpakan hal mutlak dalam emosi. Orang yang takut akan berusaha melindungi dirinya dengan bergerak menjauhi apa yang menakutinya.[68]

Dalam al Qur'an memang tidak ditemukan kata spesifik yang berarti emosi, namun dalam al Qur'an dilukiskan berbagai macam jenis emosi lewat perilaku manusia dalam berbagai peristiwa kehidupan. Kata s*ya'*ura yang bisa dianggap dekat artinya dengan perasaan dan dijumpai berulang-ulang dalam al Qur'an tidak dimaknai sebagai emosi. Sementara para ahli tafsir selalu menerjemahkannya dengan makna sadar atau tahu.

Ungkapan emosi manusia digambarkan bersama peristiwa-peristiwa yang terjadi, misalnya dalam kondisi bahagia, marah, benci atau dalam keadaan yang lain. Terdapat kesan kuat pada ayat-ayat al Qur'an adanya pembedaan yang tajam antara emosi positif dan negatif. Hal ini tampaknya memiliki tujuan agar menjadi motivasi manusia agar mengedepankan emosi

[68] Abdul Rahman Shaleh, Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam, (Jakarta: Kencana, 2009), 167.

yang positif dalam kehidupan individual dan sosial, yakni emosi yang dapat mengantar manusia meraih kebahagiaan duniawi dan ukhrowi.[69]

Dalam *al Mu'jam al Wasīṭ*, pada bagian *fa'ala*, disebutkan keterangan berikut: *Infa'ala* merupakan respon *fa'alahu* isim *fā'il* nya (pelakunya) disebut *munfa'il*. *Infa'ala* bikadha artinya terpengaruh olehnya. Kata *fa'ala* disebutkan dalam al Qur'an dalam berbagai variasi bentuk (*sīghah*). Hanya saja tidak ada yang berbentuk kata *infa'ala* atau *infi'al*.

Sekalipun demikian al Qur'an menyetir beberapa bentuk emosi gembira maupun emosi yang mengakibatkan mudharat. Untuk yang pertama, al Qur'an menganjurkanya, dan memberi rangsangan-rangsangan untuk mendorong orang kepadanya. Sedangkan untuk yang kedua al Qur'an memperingatkan manusia untuk tidak berlebihan, dan memberi petunjuk mengenai cara-cara meredakannya, serta tahapan-tahapan penyembuhan dan pembebasan dari pengaruhnya.[70] Contoh untuk yang pertama adalah firman Allah,

"*katakanlah, 'jika* kamu benar-benar mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mengasihi dan mengampuni dosa-*dosamu.' Allah maha pengampun lagi* maha penyayang*"*[71] (Q.S Ali Imran ayat 31).

---

[69] Darwis Hude, Emosi Khazanah Kajian Al *Qur'an*, (Jakarta: Erlangga, 2006), 19.

[70] Muhammad Azza'balawi, Pendidikan Remaja antara Islam dan Ilmu Jiwa, terj. Abdul Hayyie al Kattani, (Jakarta: Gema Insani, 2007), 260.

[71] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim* dan Terjemahanya, (Semarang: Karya Toha Putra), 99.

B. Bentuk-Bentuk Emosi Primer dalam Al Qur'an

Berdasarkan yang telah diuraikan di atas mengenai berbagai jenis emosi primer atau emosi dasar manusia yang diungkapkan oleh beberapa literatur, maka penulis akan membahas lima macam jenis emosi dasar dalam al Qur'an yaitu: takut, marah, senang atau gembira, cinta, dan benci .kelima emosi tersebut tentu saja masing-masing memiliki sisi negatif dan positifnya.

1. Takut

Takut merupakan emosi yang penting dalam kehidupan manusia karena rasa ini akan menjaganya dari hal-hal yang akan membahayakan dan membantu mempertahankan kehidupannya. Tidak hanya terbatas pada masalah itu, emosi takut akan mendorong orang mu'min agar menjaga diri dari azab Allah Swt[72], sehingga manusia akan lebih menambah keimanan dan ketaqwaan kepada Allah Swt.

" Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal "[73]. (Q.S. Al Anfal: 2).

Emosi takut adalah suatu keadaan berupa gangguan yang tajam yang dapat menimpa semua individu. Al Qur'an menggambarkan gangguan tersebut dengan keguncangan yang hebat sehingga

---

[72] Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Dalam Al Qur'an (Terapi Qur'ani dalam* Penyembuhan Gangguan Kejiwaan) terj. Zaka al Farisi, (Bandung: Pustaka Setia, 2005), 100.

[73] Departemen Agama RI, *Al Qur'an A*l Karim dan Terjemahanya, 337.

menghilangkan kemampuan berfikir dan pengendalian diri serta jiwanya.[74] Namun tidak semua rasa takut manusia menghilangkan akal, karena rasa takut yang positif justru akan membantu manusia dalam menyelamatkan diri dari bahaya, baik bahaya dari azab Allah atau bahaya dari lingkungannya. Berikut adalah ayat-ayat tentang rasa takut atau bentuk ketakutan manusia dalam al Qur'an baik yang positif maupun negatif:

"Lambung mereka jauh dari tempat tidurnya dan mereka selalu berdoa kepada Rabbnya dengan penuh rasa takut dan harap, serta mereka menafkahkan apa apa ri*zki yang Kami berikan."*[75] (Q.S. As Sajdah: 16)

Ayat diatas menjelaskan emosi takut yang positif, yang mendorong manusia lebih dekat dengan Allah Swt. Ketika manusia takut dengan hal yang tiba-tiba dan sangat hebat, biasanya manusia akan pingsan dalam jangka waktu tertentu dan tidak mampu untuk berpikir. Al Qur'an menggambarkan hal ini dalam penggambaran hari kiamat dalam ayat berikut:

"Sebenarnya (azab) itu akan datang kepada mereka dengan sekonyong-konyong lalu membuat mereka menjadi panik, maka mereka tidak *sanggup menolaknya dan tidak (pula) mereka diberi tangguh."*[76] (Q.S Al Anbiya':40)

---

[74]Utsman Najati, *Psikologi Dalam Al Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan* Gangguan Kejiwaan), 101.

[75] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya, 823.*

[76] Ibid., 500.

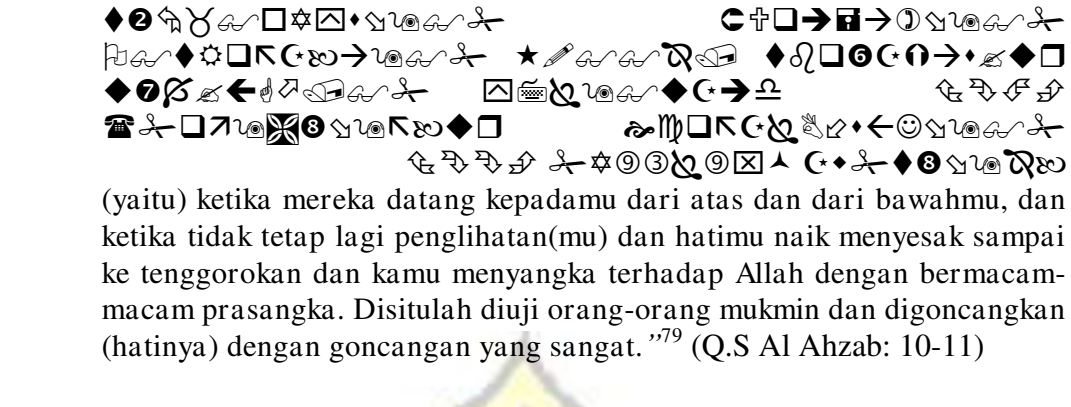
Terdapat pula gambaran mengenai hal tersebut dalam ayat lain yaitu sebagai berikut:

*”*Hai manusia, bertaqwalah kepada Tuhanmu, sesungguhnya goncangan Hari Kiamat adalah suatu kejadian yang dahsyat. (ingatlah) pada hari (ketika) kamu melihat kegoncangan itu, lalailah semua wanita yang menyusui anaknya dari anak yang disusuinya dan gugurlah kandungan segala wanita yang hamil, dan kamu Lihat manusia dalam Keadaan mabuk, Padahal sebenarnya mereka tidak mabuk, akan tetapi azab Allah *itu sangat kerasnya”*[77]. (Q.S Al Hajj:2)

Seperti yang telah disinggung di atas, ayat tersebut mengggambarkan bahwa manusia tidak mampu menggunakan akal pikirannnya ketika ketakutan yang amat hebat menghampirinya. Jangankan menyelamatkan anak atau saudara mereka dari bahaya, menyelamatkan diri sendiri saja tidak sanggup. Hal ini juga sesuai dengan pernyataan Aliah B. Purwakania[78] bahwa takut adalah gangguan jiwa yang amat tajam sehingga menyebabkan tidak berfungsinya akal pikiran. Gambaran-gambaran ketakutan dalam al Qur’an juga terdapat banyak diantaranya adalah sebagai berikut:

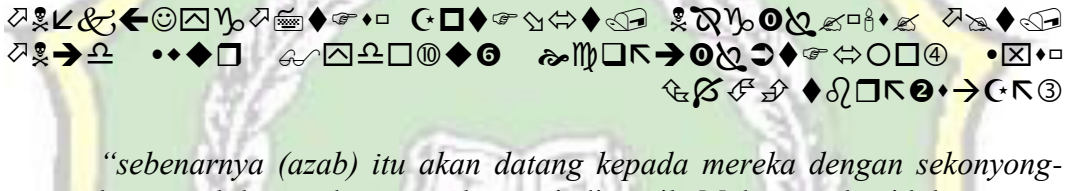
[77] Ibid.,644.

[78] Aliah B. Purwakania Hasan, Psikologi Perkembangan Islami, (Jakarta: Raja Grafindo, 2006), 163.



(yaitu) ketika mereka datang kepadamu dari atas dan dari bawahmu, dan ketika tidak tetap lagi penglihatan(mu) dan hatimu naik menyesak sampai ke tenggorokan dan kamu menyangka terhadap Allah dengan bermacam-macam prasangka. Disitulah diuji orang-orang mukmin dan digoncangkan (hatinya) dengan goncangan yang sangat."[79] (Q.S Al Ahzab: 10-11)

Perasaan takut yang mencekam dan tiba-tiba akan membuat manusia panik sehingga tidak mampu bergerak dan berpikir bagaimana mereka akan berlindung dari sesuatu yang membuatnya takut tersebut. Allah menggambarkan hal tersebut dalam firman Nya:



*"sebenarnya (azab) itu akan datang kepada mereka dengan sekonyong-*konyong lalu membuat mereka menjadi panik, Maka mereka tidak sanggup menolaknya dan tidak (pula) mereka *diberi tangguh."*[80] (Q.S Al Anbiya': 40)

Sedangkan perasaan takut pada bahaya akan menimbulkan reaksi, yaitu memperhatikan dan fokus terhadap cara mnyelamatkan dirinya dan tidak peduli dengan urusan yang lainnya. Hal ini tergambar pada ayat berikut:

[79] Ibid., 830.
[80] Ibid., 629.

*"D*an apabila datang suara yang memekakkan (tiupan sangkakala yang kedua). Pada hari ketika manusia lari dari saudaranya. Dari ibu dan bapaknya. Dari istri dan anak-anaknya. Setiap orang dari mereka Pada *hari itu mempunyai urusan yang cukup menyibukkannya"*[81] *(Q.S 'Abasa:* 33-37)

Banyak hal yang di takuti manusia . Dalam al Qur'an disebutkan beberapa ketakutan, diantaranya takut kepada Allah, takut mati dan takut miskin.[82]

a. Takut kepada Allah

Takut kepada azab Allah merupakan sandaran iman dan dasar kepribadian orang yang beriman. Seseorang yang takut kepada Allah tidak akan melakukan hal-hal yang akan mengundang murka Allah.

"Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh, mereka itu adalah Sebaik-baik makhluk. Balasan mereka di sisi Tuhan mereka ialah syurga 'Adn yang mengalir di bawahnya sungai-sungai; mereka kekal di dalamnya selama-lamanya. Allah ridha terhadap mereka dan merekapun ridha kepadanya. yang demikian itu adalah (balasan) bagi orang yang takut kepada Tuhannya."[83] (Q.S Al Bayyinah: 7-8)

[81] Ibid., 1224.

[82] Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Qur'ani dari Jiwa Hingga Ilmu Laduni,* (Bandung: Marja, 2010), 61.

[83] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Kari*m dan Terjemahanya, 1085.

“Katakanlah: "Sesungguhnya aku takut akan azab hari yang besar (hari kiamat), jika aku mendurhakai Tuhanku."[84] (Q.S Al An’am: 15)

“Dan janganlah kamu membuat kerusakan di muka bumi, sesudah (Allah) memperbaikinya dan Berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut (tidak akan diterima) dan harapan (akan dikabulkan). Sesungguhnya rahmat Allah Amat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik.*”*[85] (Q.S Al A’raaf: 56).

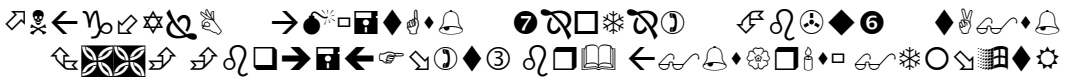
b. Takut mati atau kehilangan nyawa

Takut mati adalah hal umum yang sering hinggap pada hati manusia bahkan terjadi pada seorang nabi yaitu Nabi Musa As. Beliau takut akan dibunuh oleh Fir’aun sebagaimana yang diceritakan dalam al Qur’an.[86]

Ketakutan pada hubungan intrapersonal atau pada diri sendiri muncul karena ada rasa bersalah yang mungkin sangat mendalam dan belum mampu untuk menghapus ingatannya atau melupakannya.[87] Al Qur’an menggambarkannya dalam kisah Nabi Musa As, yaitu sebagai berikut:

[84] Ibid., 188.
[85] Ibid., 230.
[86] Najati, *Psikologi Qur’ani dari Jiwa Hingga Ilmu Ladun*i, 63.
[87] Darwis Hude, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur’an,* 195.

"Karena itu, jadilah Musa di kota itu merasa takut menunggu-nunggu dengan khawatir (akibat perbuatannya), Maka tiba-tiba orang yang meminta pertolongan kemarin berteriak meminta pertolongan kepadanya. Musa berkata kepadanya: "Sesungguhnya kamu benar-benar orang sesat yang nyata (kesesatannya)"[88]. (Q.S Al Qashas: 18)



"Musa berkata: "Ya Tuhanku Sesungguhnya Aku, telah membunuh seorang manusia dari golongan mereka, Maka aku takut mereka akan membunuhku.*"*[89] (Q.S Al Qashas: 33)

Ayat tersebut menjelaskan emosi takut yang dialami Nabi Musa As setelah tanpa sengaja membunuh seorang pemuda yang beasal dari suku fir'aun. Pemuda itu berkelahi dengan suku Bani Israil (sama dengan nabi Musa As). Dengan maksud melerai pertengkaran tersebut, Nabi Musa As memukul pemuda dari suku Fir'aun. Tetapi karena mungkin terlalu kuat pukulannya akhirnya pemuda itu mati, kemudian Nabi Musa As dicekam ketakutan setiap bertemu dengan Kaum Fir'aun.[90]

Manusia memiliki cara pandangan yang berbeda terhadap hal kematian. Hal ini menjadi pembeda yang tegas antara orang yang beriman dan tidak terhadap kehidupan akhirat. Bagi orang yang beriman, hilangnya nyawa adalah hal yang sekunder dibanding dengan mempertahankan keyakinan agama. Bagi orang yang beriman ketakutan

[88] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya, 766.*
[89] Ibid., 770.
[90] Darwis Hude, Emosi *Khazanaha Kajian Al Qur'an Emosi,* 197.

menjadi modal untuk menggapai maqam yang lebih tinggi dihadapan Allah.[91]

*"D*an sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.*"*[92] (Q.S Al Baqarah: 155)

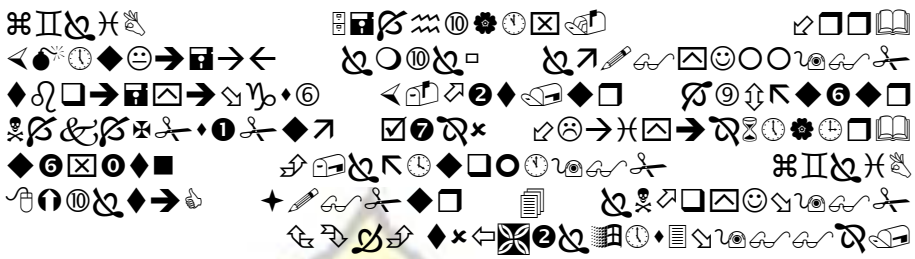
Kemunculan rasa takut terhadap kematian juga dipicu oleh keinginan yang menggebu-gebu untuk hidup selamanya di dunia. Allah memerintahkan agar manusia memiliki nyali menghadapi maut. [93]

Keimanan yang sungguh-sungguh kepada Allah akan melepaskannya dari perasaan takut mati, karena yakin bahwa kematian akan memindahkannya pada kehidupan yang lebih abadi yang penuh dengan kenikmatan, kasih sayang, dan keridhaan Allah. Jika seorang mukmin takut mati, sebenarnya yang ditakutkan adalah jika tidak mendapat ampunan, kasih sayang, dan keridhaan Allah. Selain itu, yang ditakutkan adalah ketika mereka belum banyak bekal untuk menghadap Allah. Takut mati dirasakan oleh orang yang berdosa, mereka takut maut menjemputnya sebelum sempat bertaubat. Takut mati pada hakekatnya disebabkan karena telah tertutupnya pintu taubat sehingga manusia tidak diberi kesempatan lagi untuk memperbaiki perbuatannya.

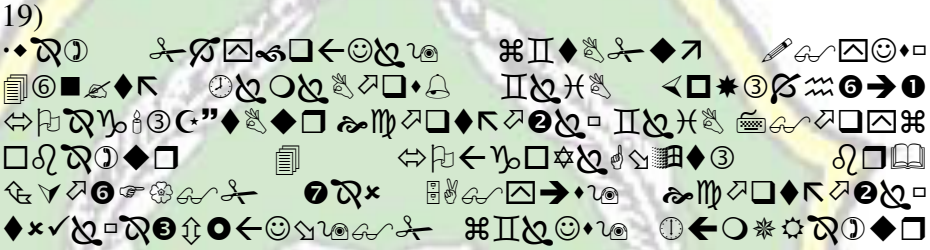
---

[91]Ibid., 192.
[92] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya, 46.*
[93] Darwis Hude, Emosi *Khazanah Kajian Al Qur'an Emosi,* 193.

Gambaran lain tentang rasa takut akan kematian dalam al Qur'an adalah firman-firman Allah sebagai berikut:



"Atau seperti (orang-orang yang ditimpa) hujan lebat dari langit disertai gelap gulita, guruh dan kilat; mereka menyumbat telinganya dengan anak jarinya, karena (mendengar suara) petir,sebab takut akan mati dan Allah meliputi orang-*orang yang kafir"*[94] (Q.S Al Baqarah: 19)



"Maka tidak ada yang beriman kepada Musa, melainkan pemuda-pemuda dari kaumnya (Musa) dalam Keadaan takut bahwa Fir'aun dan pemuka-pemuka kaumnya akan menyiksa mereka. Sesungguhnya Fir'aun itu berbuat sewenang-wenang di muka bumi. dan Sesungguhnya Dia Termasuk orang-orang yang melampaui batas."[95] (Q.S Yunus: 83)

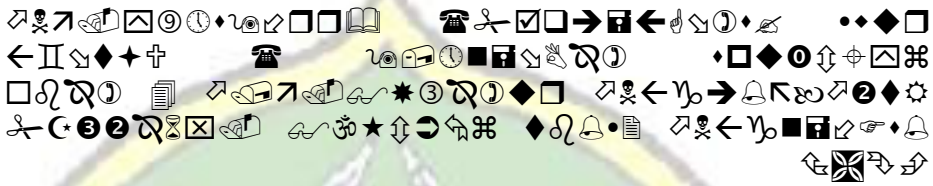
c. Takut akan kemiskinan

Miskin merupakan hal yang ditakuti banyak manusia sehingga mereka selalu berusaha untuk memperoleh kekayaan bagi diri sendiri dan keluarganya sampai mendapatkan kehidupan yang aman dan tentram. Manusia merasakan kelelahan dan kesulitan dalam mencari

[94] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya,* 7.
[95] Ibid., 403.

rezekinya. Sebagian bangsa Arab pra-Islam membunuh anak-anaknya karena takut akan kemiskinan dan tidak bisa memberi makan anak-anaknya. [96]

Al Qur'an melarang hal tersebut karena rezeki manusia berada di tangan Allah Swt. Allah Swt befirman:



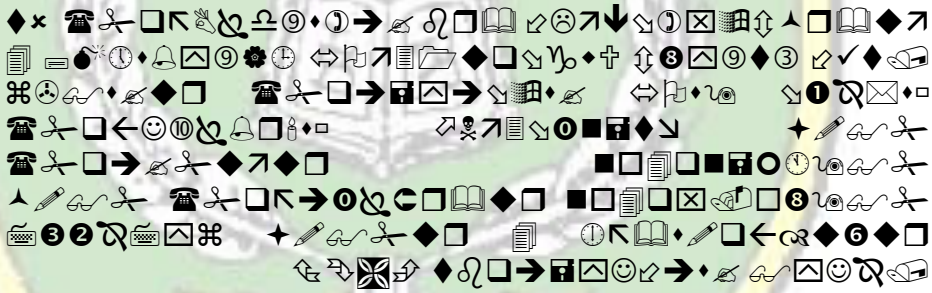
"Dan janganlah kamu membunuh anak-anakmu karena takut kemiskinan. Kamilah yang akan memberi rezeki kepada mereka dan juga kepadamu. Sesungguhnya membunuh mereka adalah suatu dosa yang besar."[97] (Q,S Al Israa': 31)

Kebanyakan manusia mengeluh ketika tidak memiliki anak. Namun saat Allah mengaruniai mereka anak dalam jumlah yang banyak, justru mereka mengeluh karena takut tidak akan mampu merawatnya dikarenakan materi. Kebiasaan orang Arab zaman dahulu juga ada yang sampai membunuh anak yang baru lahir. Dalam ayat tersebut Allah menjelaskan bahwa setiap manusia rezekinya telah diatur oleh Allah.

[96] Utsman Najati, *Psikologi Qur'ani Dari Jiwa Hingga ilmu Laduni*, 64.
[97] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya*, 543.

"Syaitan menjanjikan (menakut-nakuti) kamu dengan kemiskinan dan menyuruh kamu berbuat kejahatan (kikir), sedang Allah menjadikan untukmu ampunan daripada-Nya dan karunia dan Allah Maha Luas (karunia-*Nya) lagi Maha Mengatahui."*[98](Q.S Al Baqarah: 268)

Kehidupan manusia tak luput dari musuh yang nyata yakni shait}an. Manusia yang tidak kuat imannya dan tidak menggunaan akal sehatnya akan mudah sekali dihasut oleh shait}an. Diantaranya mereka khawatir tidak akan dapat makan dan akan kelaparan. Pada akhirnya ada yang mencuri, merampok bahkan mencari pesugihan. Zaman sekarang banyak yang korupsi dan banyak memakan harta haram. Semua itu disebabkan lemahnya keyakinan mereka terhadap rezeki Allah, dan telah dikalahkan rasa takut mereka yang disebabkan godaan shait}an.



"Apakah kamu takut akan (menjadi miskin) karena kamu memberikan sedekah sebelum Mengadakan pembicaraan dengan Rasul? Maka jika kamu tiada memperbuatnya dan Allah telah memberi taubat kepadamu Maka dirikanlah shalat, tunaikanlah zakat, taatlah kepada Allah dan Rasul-Nya; dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan."[99] (Q.S Al Mujadilah: 13)

Dari uraikan diatas dapat kita ketahui bahwa secara garis besar emosi takut dibagi menjadi tiga macam diantaranya yaitu: takut

[98] Ibid., 84.
[99] Ibid., 1113.

kepada Allah, takut mati atau kehilangan nyawa, dan takut akan kemiskinan.

2. Marah

Marah merupakan emosi yang penting bagi manusia karena mendorongnya untuk mempertahankan diri dan tentu saja yang dimaksud adalah marah yang positif yaitu marah yang ditempatkan sebagaimana mestinya.. Ketika seorang marah, bertambahlah kekuatannya untuk melakukan upaya keras yang membutuhkan kerja fisik atau otot. Dalam keadaan marah manusia tidak akan peduli apapun rintangan yang menghadangnya, ia akan menghadapinya untuk mewujudkan tujuannya. Al Qur'an memperbolehkan kekerasan terhadap kaum kafir yang menghalang-halangi penyebaran Islam. Hal ini menunjukkan bahwa kekerasan timbul untuk membela agama Allah dan untuk menyampaikan ajaran Allah. Al Qur'an menggambarkan hal ini dalam Q.S Al Fath ayat 29:[100]

"Muhammad itu adalah utusan Allah dan orang-orang yang bersama dengan Dia adalah keras terhadap orang-orang kafir, tetapi berkasih sayang sesama mereka."[101] (Q.S Al Fath:29)

Allah memerintakan kepada Rasulullah Saw dan kaumnya untuk memerangi orang kafir dan bersikap keras terhadap mereka. Berperang dan kekerasan dalam konteks ini adalah timbul karena membela agama

[100] Utsman Najati, *Psikologi Qur'ani* dari Jiwa Hingga Ilmu Laduni, 65.
[101] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya*., 1037.

Allah dan untuk mendakwahkan Islam. Allah memerintahkan melalui firman-Nya :

"Hai orang-orang yang beriman, perangilah orang-orang kafir yang di sekitar kamu itu, dan hendaklah mereka menemui kekerasan daripadamu, dan ketahuilah, bahwasanya Allah bersama orang-orang yang *bertaqwa."*[102] (Q.S At Taubah:123)

Dalam al Qur'an dijelaskan mengenai emosi marah dan pengaruhnya terhadap tingkah laku manusia, seperti penjelasan tentang kemarah Nabi Musa As saat kembali kepada kaumnya dan melihat kaumnya menyembah anak sapi yang terbuat dari emas buatan Samiri. Nabi Musa As kemudian marah kepada saudaranya. Firman Allah:

"Dan tatkala Musa telah kembali kepada kaumnya dengan marah dan sedih hati berkatalah dia: "Alangkah buruknya perbuatan yang kamu kerjakan sesudah kepergianku! Apakah kamu hendak mendahului janji Tuhanmu? dan Musa pun melemparkan luh-luh (Taurat) itu dan memegang (rambut) kepala saudaranya (Harun) sambil menariknya ke arahnya, Harun berkata: "Hai anak ibuku, Sesungguhnya kaum ini telah menganggapku lemah dan hampir-hampir mereka membunuhku, sebab itu janganlah kamu menjadikan musuh-musuh gembira melihatku, dan

[102] Ibid., 393.

janganlah kamu masukkan aku ke dalam golongan orang-orang yang zalim"[103] (Q.S Al A'raf: 150)

Marah yang tidak sesuai atau tidak diperbolehkan adalah marah yang cenderung menuruti hawa nafsu, termasuk emosi marah dengan mengarahkan amarahnya pada permusuhan dalam mengahadapi rintangan yang menghalaginya atau sesuatu yang menghambatnya dalam mencapai tujuan. Baik itu marah pada manusia, benda atau ikatan-ikatan sosialnya. Sering juga terjadi manusia melampiaskan kemarahannya kepada orang atau suatu hal yang sebenarnya bukan penghalang dari tujuannya dan bukan penyebab kemarahannya. Misalnya seorang ayah yang marah kepada anaknya namun mengalihkan kemarahan tersebut kepada ibu atau istrinya. Proses ini dikenal dengan an naql (pengalihan).[104]

Ada juga orang yang mengarahkan kemarahannya pada diri sendiri, atau memilih untuk memendamnya. Mengenai hal tersebut, al Qur'an menggambarkannya dengan keadaan orang munafik yang marah pada orang beriman dengan menggigit jari sendiri sebagai pengganti orang yang ingin disakitinya. Saat orang dikuasai oleh emosi marahnya maka kemampuan berpikir secara sehatnya hilang. Terkadang dia akan melakukan sesuatu di luar kendali dan perkataan yang akan disesalinya.[105]

Jadi dapat disimpulkan bahwa emosi marah mempunyai efek positi dan negatif. Menurut uraian di atas, al Qur'an memperbolehkan

---

[103] Ibid.,321.
[104] Utsman Najati, *Psikologi Qur'ani dari Jiwa Hingga Ilmu Laduni*, 67.
[105] Ibid

marah atas hal yang menyimpang agama demi meluruskannya, dan tidak memperbolehkan marah untuk hal yang negatif.

3. Cinta

Cinta adalah hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia, karena cinta adalah landasan utama kehidupan suami istri, pembentukan keluarga dan pemeliharaan anak-anak. Cinta merupakan landasan utama bagi terbentuknya suatu hubungan yag akrab antara sesama manusia, pengikat hubungan spiritualitas yang kokoh antara orang beriman dengan Allah yang membuatnya ikhlas beribadah, mengikuti ketentuan, dan berpegang teguh pada syari'at-Nya. Cinta dapat membangun hubungan spiritual yang dalam dan erat antara kaum muslimin dengan Rasulullah Saw sehingga mendorong untuk berpegang teguh pada sunnah, ajaran, serta menjadikannya sebagai teladan dalam semua perilakunya. Adapun bentuk-bentuk emosi cinta dalam al Qur'an adalah: cinta kepada diri sendiri, cinta sesama, cinta seksual, cinta kebapakan, cinta kepada Allah, dan cinta kepada Rasulullah Saw.

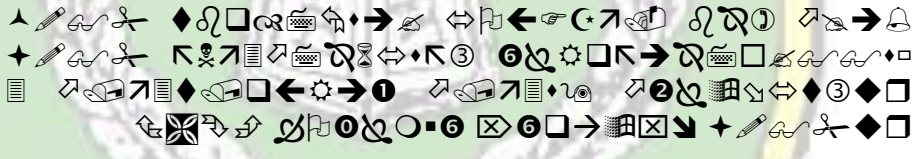
a. Cinta kepada Allah

Muara atas segala cinta adalah cinta kepada Allah. Allah lah yang Maha menciptakan sesuatu yang disebut cinta. Seseorang yang memahami cinta kepada Allah, tentunya tidak akan memiliki rasa khawatir terhadap kehilangan sesuatu yang bersifat duniawi. Cinta

kepada Allah lah yang kemudian harus menjadi dasar timbulnya rasa cinta manusia terhadap sesuatu, baik benda maupun sesama manusia.

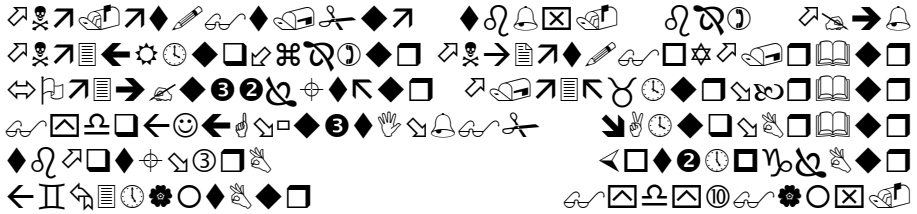
Kecintaan yang paling luhur dan bernilai spiritual adalah kecintaan kepada Allah dan kerinduan yang sangat untuk selalu berada didekat-Nya. Kecintaan dan kerinduan yang tidak hanya diwujudkan lewat ṣalat, dhikir, dan doa namun juga dengan setiap perilakunya sehari-hari.

Seseorang yang memiliki kecintaan yang sangat kepada Allah, maka dalam setiap melakukan sesuatu itu diniatkan untuk memperoleh ridha dari Allah. Cinta merupakan sumber yang mendorong agar manusia selalu taat kepada Allah dan Rasul-Nya, sebagaimana ayat berikut:



"Katakanlah: "Jika kamu (benar-benar) mencintai Allah, ikutilah Aku, niscaya Allah mengasihi dan mengampuni dosa-dosamu." Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."[106] (Q.S Ali Imran:31)

Kecintaan orang yang bersungguh-sungguh beriman kepada Allah melebihi cintanya kepada anak, istri atau suami, orang tua, keluarga dan hartanya.



[106] Ibid., 99.

“Katakanlah: "Jika bapa-bapa , anak-anak , saudara-saudara, isteri-isteri, kaum keluargamu, harta kekayaan yang kamu usahakan, perniagaan yang kamu khawatiri kerugiannya, dan tempat tinggal yang kamu sukai, adalah lebih kamu cintai dari Allah dan RasulNya dan dari berjihad di jalan nya, Maka tunggulah sampai Allah mendatangkan keputusan-Nya". dan Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-*orang yang fasik.”*[107] (Q.S At Taubah: 24)

Cinta dan imannya orang yang beribadah kepada Allah merupakan tuntutan dan tujuan utamanya adalah mewujudkan kebahagiaan, kesenangan, kebanggan, kedamaian, dan ketentraman hakiki baik di dunia dan di akhirat. Hati tidak akan merasakan ketenangan dan kebahagiaan kecuali dengan menyembah Allah, mencintai-Nya, dan pasrah kepada-Nya. Walaupun memperoleh semua kenikmatan yang diinginkan, hati tidak akan merasa tenang dan tenteram tanpa melibatkan Allah pada setiap urusannya. Bahkan hati akan diliputi rasa gelisah meskipun semua kenikmatan ada padanya.

b. Cinta kepada Rasulullah Saw

Cinta kepada Rasulullah Muhammad Saw merupakan cinta kedua setelah cinta kepada Allah Swt. Beliau adalah manusia paling mulia yang diutus Allah untuk menyampaikan ajaran-Nya dan sebagai

[107] Ibid., 364.

rahmat seluruh alam guna memberikan petunjuk kepada umat manusia, mengajarkan al Qur'an dan kebijaksanaan.

Orang yang beriman akan mencintai Rasulullah sebagai teladan yang paling baik. Yang telah membawa umat manusia dari zaman jahiliyah menuju Islamiah yang penuh dengan petunjuk Allah. Allah telah memerintahkan dalam al Qur'an untuk mencintai Rasulullah pada surat At Taubah ayat 24 dan menjadikan beliau sebagai suri tauladan yang baik dalam surat al Ahzab ayat 21.[108]

"Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan *(kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah. "*[109] (Q.S Al Ahzab:21)

c. Cinta kepada diri sendiri

Cinta diri adalah mencintai diri sendiri dengan menjaga diri dari berbagai hal yang dapat merugikan dan membahayakannya. Manusia ingin hidup, mengembangkan potensi, serta menunjukkan eksistensinya. Manusia senang terhadap sesuatu yang dapat memberinya kebaikan, keamanan, dan kebahagiaan. Al Qur'an menyingkap cinta yang bersifat alami seperti ini, yaitu kecenderungan untuk memperoleh sesuatu yang bermanfaat dan menjauhi yang

[108] Utsman Najati, *Psikologi Qur'ani Dari Jiwa Hingga Ilmu* Laduni, 68-79.
[109] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya, 832.*

membahayakannya, melalui pernyataan Rasulullah Saw, sebagaimana difirmankan Allah:

“Katakanlah: "Aku tidak berkuasa menarik kemanfaatan bagi diriku dan tidak (pula) menolak kemudharatan kecuali yang dikehendaki Allah. dan Sekiranya aku mengetahui yang ghaib, tentulah aku membuat kebajikan sebanyak-banyaknya dan aku tidak akan ditimpa kemudharatan. aku tidak lain hanyalah pemberi peringatan, dan pembawa berita gembira bagi orang-orang yang beriman"[110]. (Q.S Al A’raf:188)

Kecintaan manusia kepada diri sendiri terlihat dalam bentuk permohonannya untuk kebaikan dirinya, untuk mendapatkan kebaikan dan kenikmatan hidup bagi dirinya, baik berupa harta, kesehatan, dan sebagainya. Jika ditimpa keburukan, bencana, atau kemiskinan, maka ia diliputi keputusasaan yang sangat dan mengira setelah itu ia tidak akan mendapatkan kebahagiaan lagi. Sehingga ada manusia yang khawatir terhadap keburukan yang menimpanya misalnya dengan enggan menyedekahkan hartanya kepada fakir miskin karena takut hartanya tidak akan mencukupinya. Tetapi justru ada yang sebaliknya, ia mencintai dirinya sehingga menghindarkan diri dari azab Allah akibat kekufurannya ata nikmat Allah.

[110] Departemen Agama RI, *Al Qur’an Al Karim dan Terjemahanya,* 332.

Manusia memang harus mencintai dirinya sendiri dan memelihara dirinya dari segala macam mara bahaya dan kesusahan, baik dalam hal duniawi maupun untuk kehidupan akhirat. Manusia harus mengerti batas wajar cintanya terhadap diri sendiri sehingga tidak melampaui batas yang justru akan membahayakan diri sendiri.

d. Cinta orang tua.

Cinta kepada orang tua meliputi cinta antara anak, ayah dan ibunya. Antara seorang anak dengan seorang ayah memang tidak ada ikatan fisiologis sekuat ikatan ibu dengan anak. Bagi seorang bapak anak merupakan kesenangan, kekuatan, kebanggan, dan pewaris dirinya dan keluarganya. Al Qur'an menggambarkan hal ini dalam kisah Nabi Zakaria As yang berdoa kepada Allah agar dikaruniai seorang anak yang akan menjadi pewaris dirinya dan keluarganya Ya'qub As.

4.Ia berkata "Ya Tuhanku, Sesungguhnya tulangku telah lemah dan kepalaku telah ditumbuhi uban, dan aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada Engkau, Ya Tuhanku. 5. dan Sesungguhnya aku khawatir terhadap mawaliku sepeninggalku, sedang isteriku adalah seorang yang mandul, Maka anugerahilah aku dari sisi Engkau

seorang putera, 6. yang akan mewarisi aku dan mewarisi sebahagian keluarga Ya'qub; dan Jadikanlah ia, Ya Tuhanku, seorang yang diridhai"[111]. (Q.S Maryam: 4-6)

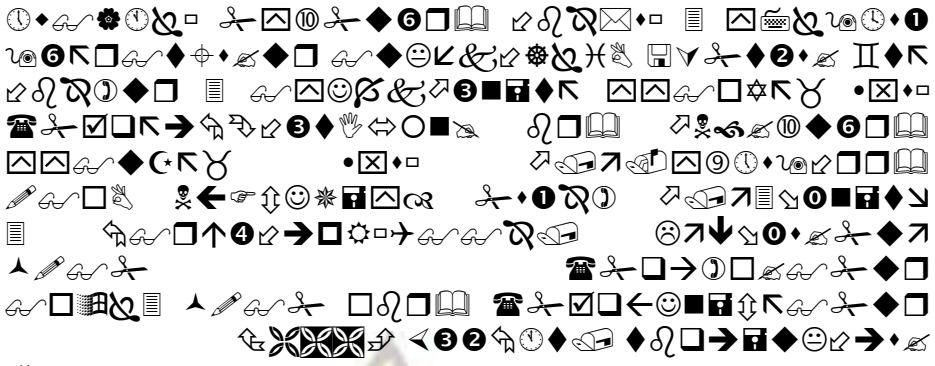
Selain itu al Qur'an juga menggambarkan hal tersebut dalam Q.S Hud ayat 42 dalam kisah Nabi Nuh As yang memanggil-manggil anaknya dengan penuh kasih sayang agar naik ke atas perahu agar tidak tenggelam. Terlihat juga dalam Q.S Hud ayat 45 ketika Nabi Nuh berdoa agar Allah menyelamatkan anaknya.

Selain itu, dalam kisah Nabi Ya'qub As yang melarang Kepergian Nabi Yusuf As bersama saudara-saudaranya, tangisan sedih yang menyesali hilangnya NabiYusuf As hingga matanya buta. Kemudian dalam Q.S Luqman tentang seorang bapak yang mendidik anaknya.

*"D*an (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, Sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar".[112] (Q.S Luqman: 13)

---

[111] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya, 585*-586.
[112] Ibid.,



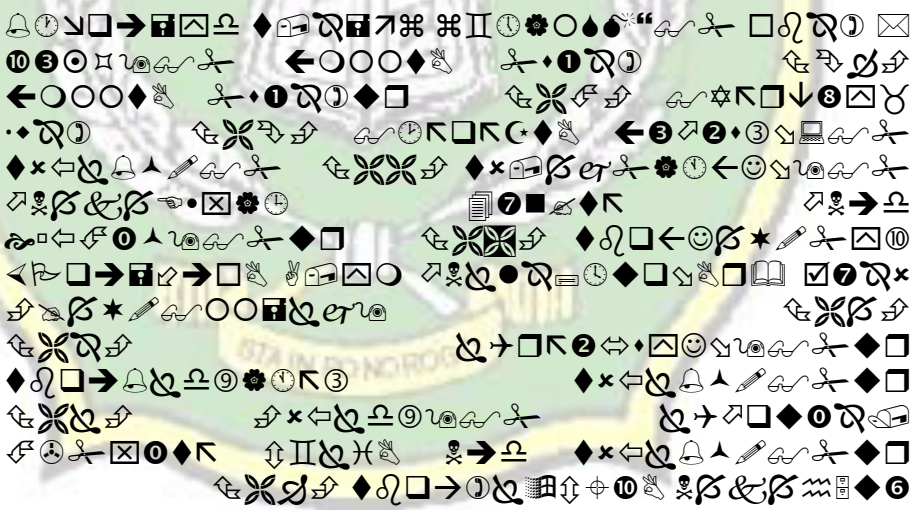
"Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, Yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. dan kewajiban ayah memberi Makan dan pakaian kepada Para ibu dengan cara ma'ruf. seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, Maka tidak ada dosa atas keduanya. dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, Maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha melihat apa yang kamu kerjakan."[113] (Q.S Al Baqarah:233)

e. Cinta sesama

Seorang anak yang mengalami perkembangan dan mulai berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya, ia akan memberikan sebagian cintanya kepada mereka. Seseorang akan belajar dari pengalamannya. Bahwa ia tidak akan hidup dengan tenang ketika ia tidak membatasi kecintaannya terhadap diri sendiri dan egonya. Maka ia harus memiliki rasa cinta dan suka terhadap sesamanya agar tercipta sebuah kerja sama yang baik sehingga terciptalah kehidupan yang serasi.

[113] Ibid.,

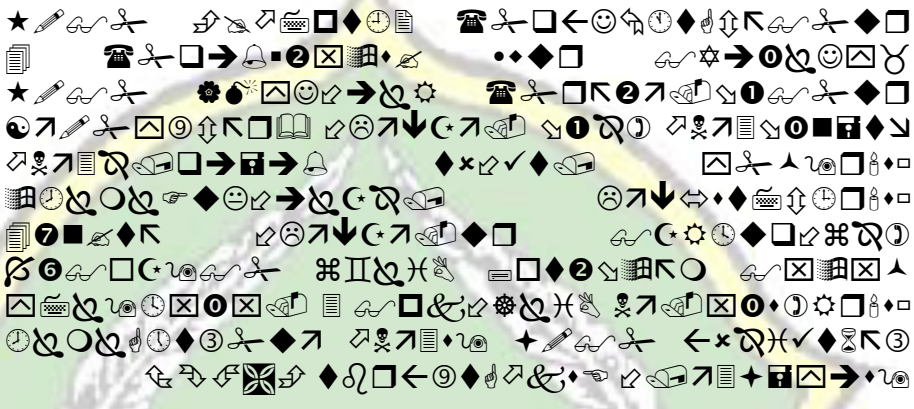
Allah menunjukkan kenyataan ini ketika menyebutkan kecintaan manusia kepada dirinya yang tampak dalam keluh kesahnya saat ditimpa keburukan, keinginannya yang besar untuk memperoleh kebaikan, serta kekikirannya untuk memberikan sesuatu kepada sesama. Setelah itu Allah langsung memberikan pujian kepada orang yang tidak berlebih-lebihan dalam mencintai dirinya sendiri tidak berkeluh kesah saat ditimpa ujian serta tidak kikir. Hal ini dapat dilakukan apabila manusia selalu berpegang teguh pada keimanan dan ketakwaan kepada Allah serta menjauhi hal yang mengundang murka Allah. Keimanan seperti itu dapat menciptakan keseimbangan antara kecintaan pada diri sendiri dengan kecintaan pada orang lain serta mewujudkan kemaslahatan bagi individu dan masyarakatnya.



"Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah. Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir. Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat. Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya. Dan orang-orang yang dalam hartanya tersedia bagian tertentu. Bagi orang (miskin) yang meminta dan orang yang tidak mempunyai apa-apa (yang tidak mau meminta). Dan orang-orang yang mempercayai

hari pembalasan. Dan orang-orang yang takut terhadap azab Tuhannya."[114] (Q.S Al Ma'aarij: 19-27)

Al Qur'an menyerukan agar diantara manusia terwujud ikatan kasih sayang, tolong-menolong, kerja sama, dan semangat persaudaraan.

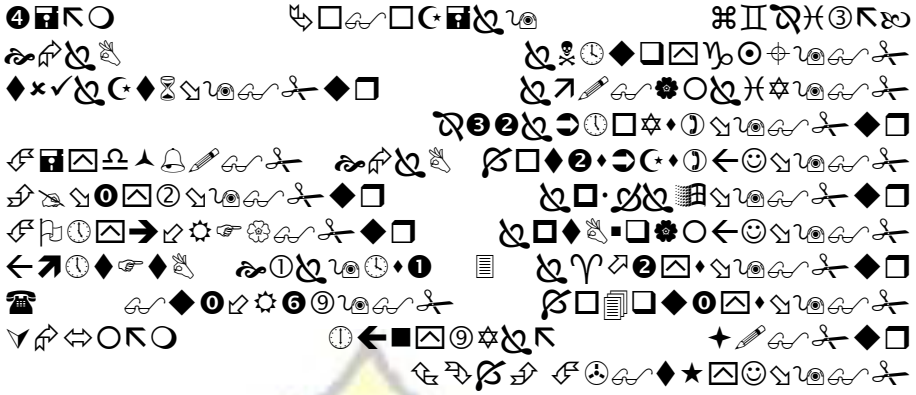


"Dan berpeganglah kamu semuanya kepada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu bercerai berai, dan ingatlah akan nikmat Allah kepadamu ketika kamu dahulu (masa Jahiliyah) bermusuh-musuhan, Maka Allah mempersatukan hatimu, lalu menjadilah kamu karena nikmat Allah, orang-orang yang bersaudara; dan kamu telah berada di tepi jurang neraka, lalu Allah menyelamatkan kamu dari padanya. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu, agar kamu mendapat petunjuk." [115](Q.S Ali Imran:103)

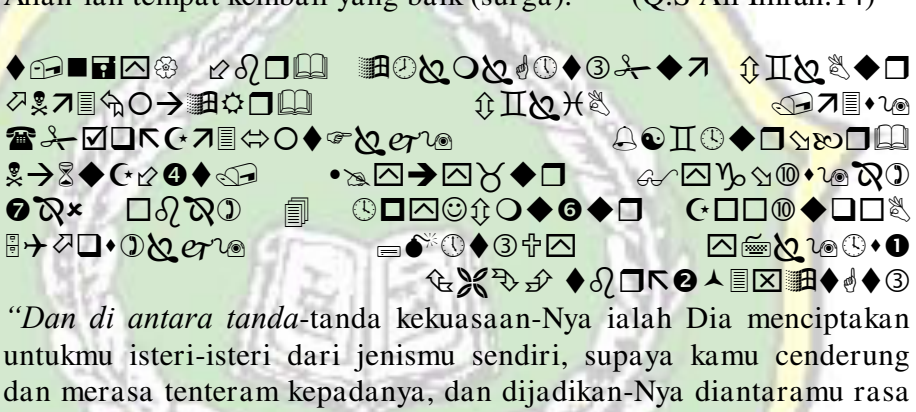
f. Cinta syahwat

Cinta berhubungan erat dengan dorongan seksual. Cintalah yang mendorong kelangsungan rumah tangga, keharmonisan, dan kerja sama suami istri.. Cinta yang diperbolehkan dalam al Qur'an adalah cinta kepada sesuatu yang berpotensi mendekatkan diri kepada Allah. Cinta pada duniawi yang tidak berlebihan. Dalam al Qur'an digambarkan sebagai berikut:

[114] Ibid., 1171.
[115] Ibid.,115.



*"D*ijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, Yaitu: wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga)."[116] (Q.S Ali Imran:14)



"Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir."[117] (Q.S Ar ruum: 21)

Cinta syahwat merupakan emosi fitrah (alami) dalam karakter manusia yang tidak dipungkiri, dihina dan ditekan. Islam hanya menyerukan bahwa cinta syahwat harus dikuasai dan dikendalikan dengan memenuhi dorongannya melalui cara yang diperbolehkan syari'at, yaitu pernikahan.

[116] Ibid., 94.
[117] Ibid.,803.

Sedangkan cinta yang tidak diperbolehkan dalam hal syahwat adalah cinta yang hanya menuruti hawa nafsu. Al Qur'an menggambarkanny dalam kisah nabi Yusuf yang digoda oleh Zulaika.

*"D*an wanita (Zulaikha) yang Yusuf tinggal di rumahnya menggoda Yusuf untuk menundukkan dirinya (kepadanya) dan Dia menutup pintu-pintu, seraya berkata: "Marilah ke sini." Yusuf berkata: "Aku berlindung kepada Allah, sungguh tuanku telah memperlakukan aku dengan baik." Sesungguhnya orang-orang yang zalim tiada akan beruntung."[118] (Q.S Yusuf: 23)

Jadi Emosi cinta dalam al Qur'an dapat dikategorikan menjadi enam macam yaitu: cinta kepada diri sendiri, cinta sesama, cinta syahwatl, cinta orang tua, cinta kepada Allah dan cinta kepada Rasulullah.

4. Gembira/senang/ bahagia

Al Qur'an menerangkan dua kesenangan. Yang pertama kegembiraan kaum kafir karena memperoleh kesenangan hidup dunia.[119]

"Allah meluaskan rezeki dan menyempitkannya bagi siapa yang Dia kehendaki. mereka bergembira dengan kehidupan di dunia, Padahal

[118] Ibid.,

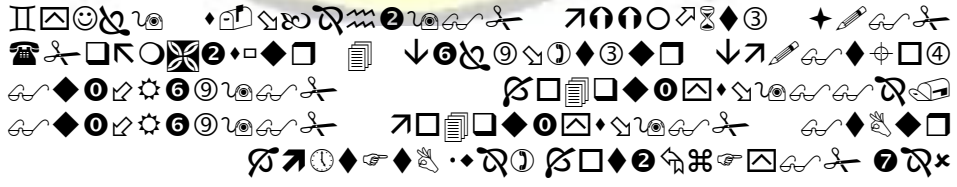
[119] Utsman Najati, *Psikologi Dalam Al Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan* Gangguan Kejiwaan), 140.

kehidupan dunia itu (dibanding dengan) kehidupan akhirat, hanyalah kesenangan (yang sedikit).[120]" (Q.S Ar Ra'du: 26)

Sedangkan yang kedua yaitu kegembiraan kaum mukminin atas ayat-ayat al Qur'an yang diturunkan kepada mereka, yang menunjukkan mereka pada kebenaran. Dalam al Qur'an juga terdapat obat, petunjuk, dan rahmat bagi mereka.[121]

"Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Katakanlah: "Dengan karunia Allah dan rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira. kurnia Allah dan rahmat-Nya itu adalah lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan"[122]. (Q.S Yunus: 57-58).

Manusia akan merasa gembira atau bahagia saat mendapatkan apa yang diinginkan, yang diharapkan seperti harta, kesuksesan, ilmu, pengetahuan, keimanan, dan ketakwaan. Gembira bersifat relatif tergantung apa yang diinginkan oleh masing-masing individu. Orang menjadikan tujuan hidupnya hanya untuk Allah, tetap berpegang teguh pada keimanan demi meraih kebahagiaan di akhirat kelak, dan hal tersebut adalah sumber dari kebahagiaan. Al Quran menyebutkan dua jenis kebahagiaan dan menyebutkan kegembiraan orang-orang kafir dengan kenikmatan hidup duniawinya.



[120] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya,* 479.

[121] Utsman Najati, Psikologi Dalam Al *Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan* Gangguan Kejiwaan), 141.

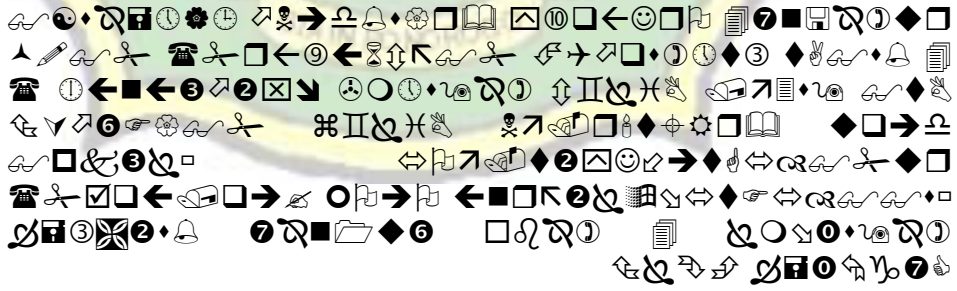
[122] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya,* 408.

*"Allah meluaskan rez*eki dan menyempitkannya bagi siapa yang Dia kehendaki. mereka bergembira dengan kehidupan di dunia, Padahal kehidupan dunia itu (dibanding dengan) kehidupan akhirat, hanyalah *kesenangan (yang sedikit)."*[123] (Q.S Ar Ra'd:26)

Al Qur'an menyebutkan juga kegembiraan orang yang beriman dengan diturunkannya al Qur'an yang memberi petunjuk kepada mereka terhadap kebenaran, yang menjadi obat, petunjuk, dan rahmat.

"Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Katakanlah: "Dengan kurnia Allah dan rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira. kurnia Allah dan rahmat-Nya itu adalah lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan".[124] (Q.S Yunus : 57-58)

Allah telah menciptakan manusia dari tanah dan menjadikannya sebagai pemakmur di bumi. Sebagaimana ayat berikut:



*"D*an kepada Tsamud (kami utus) saudara mereka shaleh. Shaleh berkata: "Hai kaumku, sembahlah Allah, sekali-kali tidak ada bagimu Tuhan selain

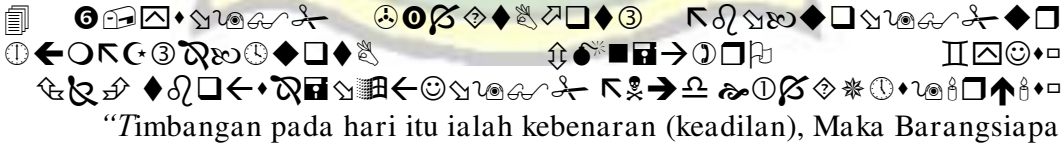
[123] Ibid.,479.
[124] Ibid., 408.

Dia. Dia telah menciptakan kamu dari bumi (tanah) dan menjadikan kamu pemakmurnya, karena itu mohonlah ampunan-Nya, kemudian bertobatlah kepada-Nya, Sesungguhnya Tuhanku Amat dekat (rahmat-Nya) lagi memperkenankan (doa hamba-Nya)."[125] (Q.S Huud: 61)

Dengan begitu manusia dituntut untuk menebar kebahagiaan di muka bumi. Menurut Al Ghazali kebahagiaan yang sempurna hanya akan didapat ketika seorang hamba telah mampu ikhlas dalam beragama, yang berarti ikhlas ketika melaksanakan seluruh ibadah yang diwajibkan kepadanya secara terus menerus. Keimanan sebagai tolak ukur pencapaian kebahagiaan dan diimbangi dengan amal shaleh yang banyak tentu akan mampu menebar kebahagiaan bagi makluk lainnya. Orang yang beriman dan beramal shaleh akan mendapat kebahagiaan dan tempat kembali yang baik di akhirat kelak. Sebagaimana ayat berikut[126]:

*"*orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.*"* [127](Q.S Ar Ra'du: 29).

Selanjutnya dalam al Qur'an juga dijelaskan gambaran orang yang paling bahagia adalah orang yang paling banyak timbangan kebaikannya ketika datangnya yaumul hisab.



*"T*imbangan pada hari itu ialah kebenaran (keadilan), Maka Barangsiapa berat timbangan kebaikannya, Maka mereka Itulah orang-orang yang beruntung.[128] (Q.S Al A'raaf: 8)

---

[125] Ibid.,336.

[126] Rafy Sapuri, Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), 98.

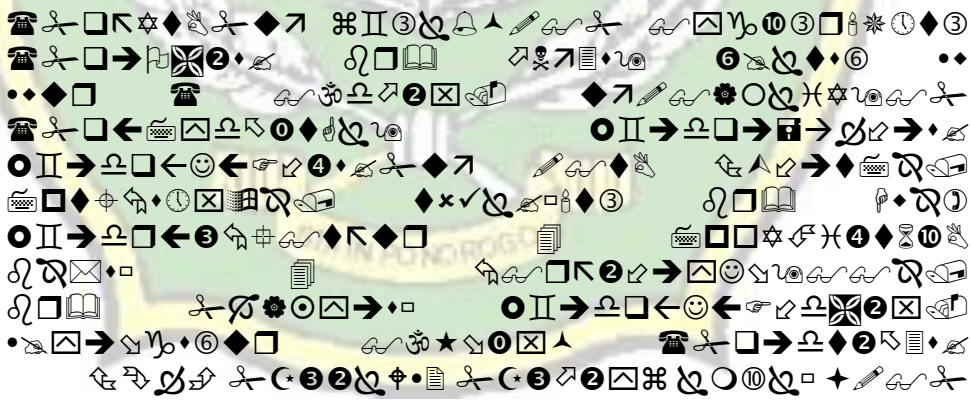
[127] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya* , 373.

Jadi kebahagiaan dalam al Qur'an hanya ada dua yaitu kegembiraan kaum kafir atas kesenangan yang peroleh di dunia, dan kesenangan yang kedua yaitu kesenangan orang yang beriman atas diturunkannya ayat-ayat al Qur'an yang menjadi pedoman hidupnya.

5. Benci

Emosi benci seperti halnya emosi takut, membuat manusia melestarikan hidupnya. Hanya saja terkadang benci ini tidak pada tempatnya atau tidak tepat sasaran. Ada hal-hal yang dibenci tetapi justru membawa manfaat.[129]

Benci juga terjadi pada pasangan suami istri yang terkadang tidak sejalan atau sependapat dalam suatu hal. Al Qur'an menunjukkan hal ini dan menyeru untuk menanggulanginya demi keutuhan kehidupan rumah tangga.



"Hai orang-orang yang beriman, tidak halal bagi kamu mempusakai wanita dengan jalan paksa dan janganlah kamu menyusahkan mereka karena hendak mengambil kembali sebagian dari apa yang telah kamu berikan kepadanya, terkecuali bila mereka melakukan pekerjaan keji yang nyata. Dan bergaullah dengan mereka secara patut. kemudian bila kamu

---

[128] Ibid., 222.
[129] Darwis Hude, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur'an, 207.*

tidak menyukai mereka, (maka bersabarlah) karena mungkin kamu tidak menyukai sesuatu, Padahal Allah menjadikan padanya kebaikan yang *banyak."*[130] (Q.S An Nisaa': 19)

Terkadang manusia memiliki rasa benci terhadap seseorang karena perbedaan pendapat, karena iri, dijatuhkan dan disakiti. Mereka akan merasa gembira jika orang yang mereka benci terkena musibah dan merasa benci serta sedih jika orang yang dibencinya mendapatkan keberuntungan. Seperti halnya orang-orang munafik terhadap orang-orang yang beriman.

"Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu ambil menjadi teman kepercayaanmu orang-orang yang, di luar kalanganmu (karena) mereka tidak henti-hentinya (menimbulkan) kemudharatan bagimu. mereka menyukai apa yang menyusahkan kamu. telah nyata kebencian dari mulut mereka, dan apa yang disembunyikan oleh hati mereka adalah lebih besar lagi. sungguh telah Kami terangkan kepadamu ayat-ayat (Kami), jika kamu memahaminya. Beginilah kamu, kamu menyukai mereka, padahal mereka tidak menyukai kamu, dan kamu beriman kepada Kitab-Kitab semuanya. apabila mereka menjumpai kamu, mereka berkata "Kami beriman", dan apabila mereka menyendiri, mereka menggigit ujung jari antaran marah bercampur benci terhadap kamu. Katakanlah (kepada mereka): "Matilah kamu karena kemarahanmu itu". Sesungguhnya Allah mengetahui segala isi hati. Jika kamu memperoleh kebaikan, niscaya mereka bersedih hati, tetapi jika kamu mendapat bencana, mereka bergembira karenanya. jika kamu bersabar dan bertakwa, niscaya tipu daya mereka sedikitpun tidak mendatangkan kemudharatan kepadamu. Sesungguhnya Allah mengetahui *segala apa yang mereka kerjakan."*[131] (Q.S Ali imran:118-120)

Jadi benci merupakan sifat yang memiliki dua sisi yakni positif dan negatif. Menurut al Qur'an emosi benci tidak selamanya negatif namun memang semua orang perlu memilikinya. Emosi benci bermanfaat untuk kehidupan manusia juga, yaitu membenci segala sesuatu yang menyimpang agama dan merugikannya. Oleh

---

[130] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahany,* 148.
[131] Ibid.,119-120.

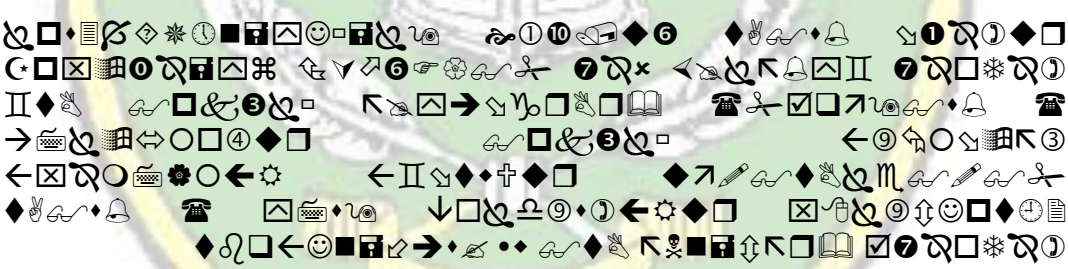
sebab itu emosi benci dapat berfungsi juga untuk melestarikan kehidupan manusia.

BAB III

BENTUK - BENTUK INTERAKSI SOSIAL DALAM AL QUR'AN

Manusia sebagai makhluk sosial tidak mungkin dapat hidup sendiri dan hidup tanpa adanya komunikasi. Selain menjaga hubungan dengan baik antar sesama umat manusia dengan belajar berkomunikasi lisan dan tulisan tanpa menyakiti hati orang lain, kita juga diwajibkan untuk selalu bekerja sama dalam hal kebaikan, dan berlomba-lomba dalam hal kebaikan pula secara sportif.

Berbicara mengenai interaksi manusia selalu berhubungan dengan lingkungannya baik dengan sesama maupun dengan lingkungan alam. Karena tidak mungkin manusia akan dapat hidup tanpa melakukan interaksi dengan lingkungannya. Hal ini sejalan dengan Al Qur'an Q.S al Baqarah ayat 30, dimana Allah Swt berfirman:



"Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada Para Malaikat: "Sesungguhnya aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, Padahal Kami Senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui."[132](Q.S Al Baqarah: 30).

Ayat di atas menunjukkan bahwa salah satu tujuan Allah menciptakan manusia sebagai makhluk yang paling sempurna adalah akan dijadikanNya

[132] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya,* (Bandung: Gema Risalah Press, 1989), 13.

sebagai wakil Allah di bumi yang disebut khalifah di bumi. Karena hal inilah manusia harus sealu berinteraksi dengan lingkungannya dan tidak akan dapat hidup sendiri.

Allah pun menciptakan Siti Hawa sebagai obat kegelisahan Nabi Adam yang hidup sendiri tanpa teman manusia satupun. Rupanya Allah Swt telah mengatur kehidupan manusia sedemikian rupa sehingga kehidupan berjalan sedemikian rupa pula. Dalam mengurus dunia, sesungguhnya manusia diuji, apakah ia melaksanakan tugasnya dengan baik atau tidak.[133] Hal ini pun juga terkait baik tidaknya manusia dalam berinteraksi dengan sesama manusia dan lingkungannya. Al Qur'an sebagai pedoman hidup secara keseluruhan, memiliki konsep-konsep yang mengatur proses interaksi sosial. Hubungan manusia dengan manusia lain dalam masyarakat dapat dipelihara antara lain dengan: tolong-menolong, suka memaafkan orang lain, menepati janji, lapang dada, menegakkan keadilan dan berlaku adil terhadap diri sendiri dan orang lain.[134] Jika manusia dapat berinteraksi dengan Allah SWT secara benar dan mampu berinteraksi dengan makhluk maka dia akan memperoleh kebahagiaan di dunia dan di akhirat.[135] Berikut adalah beberapa bentuk-bentuk atau proses interaksi sosial dalam Al Qur'an.

A. Kerja Sama

Setiap individu membutuhkan untuk terkait dengan kelompok masyarakat manusia lainnya. Kehidupan masyarakat tanpa individu dan

---

[133] Muhammad Daud Ali, Pendidikan Agama Islam, (Jakarta: Rajawali Pers, 2000), 14.
[134] Ibid.,370.
[135] Abdul Azis Al Fauzan, Fikih Sosial Terj. Iman Firdaus dan Ahmad Sholahudin, (Jakrta : Qisthi Pers, 2007), 36.

individu tanpa masyarakat tidak akan pernah ada.[136] Oleh karena itu, manusia senantiasa memerlukan kerja sama dengan manusia lainnya.

Kerja sama dalam dalam al Qur'an digambarkan dalam bentuk sebagai berikut:

1. Tolong menolong/ *ta'awun*

   Tolong-menolong disebut juga saling membantu. Saat manusia beranjak dewasa dan memulai dunia kerja, bahkan saat meninggal, manusia .Tidak dapat berpisah dari tolong-menolong dan ditolong orang lain. Kehidupan bersosial dan bermasyarakat akan dapat mandiri dan kuat apabila ada kerja sama dan tolong-menolong antara anggota masyarakat khususnya umat Islam.

   Perilaku tolong menolong dianggap sangat penting dalam Islam, tidak hanya untuk kepentingan individu atau kesejahteraan sosial namun juga karena faktor ilahiyah atau keimanan. Perintah melakukan perilaku menolong saat sempit maupun lapang, atau perilaku menolong terhadap musuh sekalipun menunjukkan bahwa menolong bukan karena faktor personal atau intra personal tetapi harus didasari dengan keimanan.[137]

   Dalam Islam perilaku tolong-menolong ditentukan oleh beberapa hal yaitu : pertama perilaku tolong-menlong yang dilatarbelakangi oleh ikhlas hanya mengharap ridha Allah Swt, kedua kualitas tolong-menolong juga ditentukan oleh seberapa jauh perilaku menolong tersebut beresiko.

---

[136] Achmadi, Ideologi pendidikan Islam, Paradigma Humanisme Teosentris, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 50.

[137] Agus Abdul Rahman, Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik, (Jakarta: raja Grafindo, 2013), 231.

Maksudnya bahwa tingkat resiko yang kita ambil dalam menolong tersebut apakan akan memberikan kebaikan yang lebih atau tidak. Maka, menolong pada saat lapang tentu berbeda nilainya jika menolong pada saat sempit. Ketiga kualitas perilaku menolong juga dipengaruhi oleh bagaimana cara seseorang menolong, apakah setelah menolong ia akan mengungkit-ungkitnya lagi dan dengan begitu hilanglah pahala baginya, atau ia benar-benar menolong tanpa mengharapkan imbalan.[138]

Dalam ajaran Islam tolong-menolong dalam hal kebaikan dan untuk kemajuan sangat dianjurkan Allah Swt sebagaimana dalam ayat berikut[139]:

*"D*an tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.*"*[140] (Q.S Al Maaidah: 2)

"Dan orang-orang yang beriman, lelaki dan perempuan, sebahagian mereka (adalah) menjadi penolong bagi sebahagian yang lain. mereka

[138] Ibid.,232.

[139] Srijanti dkk, Etika Membangun Masyarakat Islam, (Yogyakarta: Universitas Mercu Buana, 2009), 129-130.

[140] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya,* 156.

menyuruh (mengerjakan) yang ma'ruf, mencegah dari yang munkar, mendirikan shalat, menunaikan zakat dan mereka taat pada Allah dan Rasul-Nya. mereka itu akan diberi rahmat oleh Allah; Sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana."[141] (Q.S At Taubah: 71)

Dari kedua ayat tersebut ada beberapa yang dapat kita pelajari. Yang pertama bahwa kita dianjurkan tolong-menolong dalam hal kebaikan dan bukan dalam hal kejahatan. Hal ini dalam dunia modern dinyatakan dalam bentuk team work atau kelompok kerja yang dibentuk dengan membangun ikatan antar anggota untuk mencapai tujuan bersama.[142] Yang kedua dapat dilihat bahwa ternyata tolong-menolong tidak hanya dibutuhkan manusia dalam hal duniawi, namun juga dibutuhkan di akhirat. Siapa yang saling mengingatkan untuk berbuat kebaikan seperti shalat dan menjaga silaturahim, mereka dapat menjadi penolong bagi satu sama lainnya dalam urusan akhirat meskipun proses interaksinya berlangsung di dunia.

Demikianlah al Qur'an mengatur tentang perilaku tolong-menolong. Bahwa tolong-menolong hanya diperbolehkan dalam hal kebaikan, bukan kejahatan.

2. Musyawarah

Musyawarah merupakan kerja sama dalam menentukan keputusan demi tercapainya tujuan bersama. Terkait dengan msyawarah Allah berfirman:

[141] Ibid., 291.
[142] Srijanti dkk, Etika Membangun Masyarakat Islam, 130.

"Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya."[143] (Q.S Ali Imran: 159).

Ayat tersebut mengajarkan kepada manusia khususnya umat Islam bahwa dalam menghadapi suatu permasalahan yang menyangkut kepentingan bersama (bukan dalam hal akidah dan ibadah), maka harus diselesaikan secara musyawarah dengan cara yang santun, arif bijaksana dan memperhatikan kepentingan semua pihak.[144]

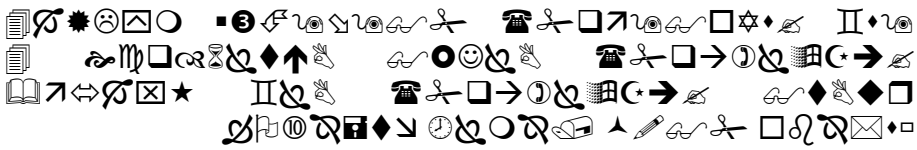
Musyawarah sangat berguna dalam kehidupan manusia untuk menghadapi masalah bersama. Untuk itu sangat dianjurkan bagi umat Islam bermusyawarah dalam menyelesaikan masalah. Selain itu musyawarah juga dapat mempererat hubungan antar manusia.

3. Sedekah

Sedekah merupakan hal yang dapat mencegah keburukan dan kedzaliman antar manusia. Karena sedekah dapat mengatasi beberapa

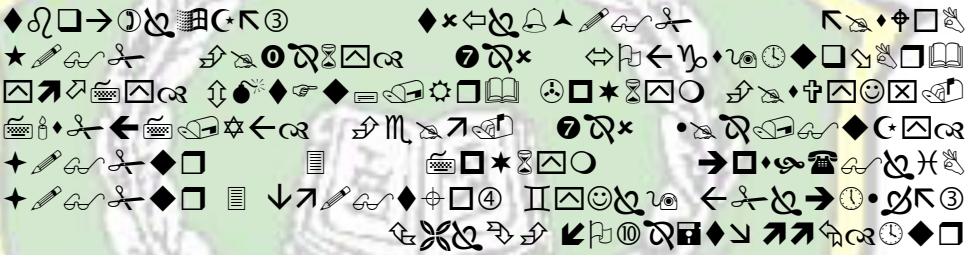
[143] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahny*a, 103.
[144] Srijanti, Etika Membangun Masyarakat Islam Modern, 131.

masalah sosial diantaranya kecemburuan sosial dan tindakan kriminal. Dalam al Qur'an Allah berfirman:



"kamu sekali-kali tidak sampai kepada kebajikan (yang sempurna), sebelum kamu menafkahkan sehahagian harta yang kamu cintai. dan apa *saja yang kamu nafkahkan Maka Sesungguhnya Allah mengetahuinya."* [145](Q.S Al Imran: 92)

Maksud dari ayat tersebut adalah bahwa kebaikan manusia belum dikatakan sempurna jika ia belum menyedekahkan sebagian harta yang mereka cintai untuk sesama saudara muslim yang membutuhkannya.



"Perumpamaan (nafkah yang dikeluarkan oleh) orang-orang yang menafkahkan hartanya di jalan Allah adalah serupa dengan sebutir benih yang menumbuhkan tujuh bulir, pada tiap-tiap bulir seratus biji. Allah melipat gandakan (ganjaran) bagi siapa yang Dia kehendaki. dan Allah Maha Luas (karunia-*Nya) lagi Maha mengetahui."*[146] (Q.S Al Baqarah:261)

Sedekah adalah bentuk dari rasa shukur manusia kepada Allah Swt. Allah sangat memuliakan orang-orang yang mau bersedekah di jalan Allah, seperti yang diperumpamakan Allah dalam ayat di atas, bahwa Allah akan melipatkan gandakan nikmat dan karunia-Nya kepada orang

[145] Abdul Aziz al Fauzan, Fikih Sosial, 266.
[146] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya*, 65.

yang mau bersedekah seperti sebutir biji yang menumbuhkan tujuh tangkai kemudian setiap tangkai menumbuhkan 100 buah.

Jadi, demikianlah keutamaan sedekah di hadapan Allah, sehingga umat Islam sangat dianjurkan bahkan diwajibkan untuk bersedekah kepada sesama saudara muslim guna menghindari kesenjangan sosial.

B. *Ta'aruf*

Ta'aruf adalah istilah arab yang berarti saling kenal-mengenal. Manusia tidak memiliki ikatan apapun sebelum mereka saling mengenal. Maka ta'aruf sangatlah penting dalam kehidupan bersama. Karena proses sosial selanjutnya harus diawali dengan ta'aruf atau berkenalan terlebih dahulu agar timbul rasa saling suka dan bersimpati satu sama lain.

Kata-kata yang seakar dengan kata ta'aruf telah disebut sebanyak 65 kali oleh Allah dalam firman-Nya, dengan berbagai bentuk kata seperti bentuk *maṣdar, ism maf'ul,* kata kerja majhul dan *ma'lum* dan lain sebagainya.[147] Namun penulis akan menyebutkan beberapa saja diantara ayat-ayat yang menyebutkan kata *ta'aruf* yakni yang berkaitan dengan proses sosial, yaitu sebagai berikut:

*"O*rang-orang (Yahudi dan Nasrani) yang telah Kami beri Al kitab (Taurat dan Injil) Mengenal Muhammad seperti mereka Mengenal anak-anaknya

[147] Zainal Abidin dan Ahmad Agus Syafe'i, Sosiophologi Sosiologi Islam Berbasis Hikmah , (Bandung: Pustaka Setia, 2002), 109.

sendiri. Dan Sesungguhnya sebahagian diantara mereka Menyembunyikan kebenaran, Padahal mereka mengetahui. ”[148] (Q.S. Al Baqarah: 146).

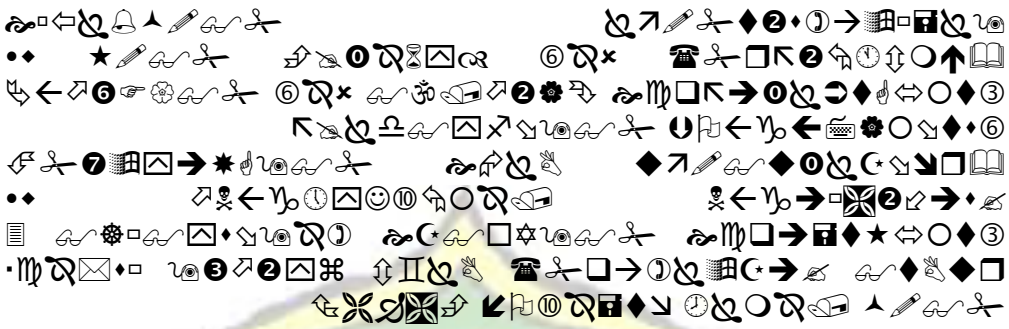
Maksud dari ayat tersebut adalah bahwa orang-orang Yahudi dan Nasrani sebenarnya telah sangat mengenal kepribadian Nabi Muhammad dan juga mengakui bahwa Nabi Muhammad adalah orang yang benar dalam perkataannya, begitu juga dalam menyampaikan ajaran Allah Swt. Namun mereka menyembunyikan kebenaran yang mereka ketahui dan tidak mau mengenalkan atau memberi tahu kepada yang lain agar kaum yang lain mengenal ajaran Islam hingga menyukainya dan masuk Islam.

“Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal. ”[149] (Q.S al Hujurat:13)

Allah menciptakan manusia dengan perbedaan suku dan bangsa. Diantaranya dengan keadaan fisik yang berbeda-beda dan kebudayaan yang berbeda pula. Dalam hal ini jelas bahwa Allah Swt memerintahkan manusia untuk mengenal satu sama lain agar tercipta hubungan yang harmonis dengan saling menghormati perbedaan satu sama lain. Selain itu Allah menciptakan

[148] Departemen Agama RI, *Al Qur’an dan Terjemahnya*, 37.
[149] Ibid.,847.

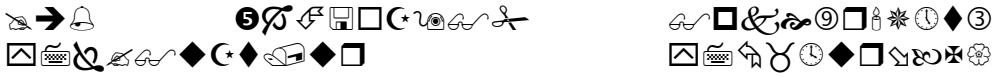
manusia dalam keadaan yang berbeda-beda agar mereka mensyukuri nikmat Allah dari kondisi- kondisi yang telah mereka ketahui.



"(Berinfaqlah) kepada orang-orang fakir yang terikat (oleh jihad) di jalan Allah; mereka tidak dapat (berusaha) di bumi; orang yang tidak tahu menyangka mereka orang Kaya karena memelihara diri dari minta-minta. kamu kenal mereka dengan melihat sifat-sifatnya, mereka tidak meminta kepada orang secara mendesak. dan apa saja harta yang baik yang kamu *nafkahkan (di jalan Allah), Maka Sesungguhnya Allah Maha Mengatahui."*[150] (Q.S Al Baqarah: 273)

Dalam hal *ta'aruf*, ayat ini menjelaskan bahwa manusia dapat mengenali kepribadian manusia lain dengan melihat sifat-sifatnya. Mengenali sifat-sifat orang juga tidak akan dapat dilakukan tanpa mengenal orangnya terlebih dahulu. Jangan menilai orang berdasarkan apa yang dilihat haya secara sekilas tanpa mengenal siapa sosoknya, namun terlebih dahulu harus mengenal, menjalin kekerabatan dan barulah dapat mengerti sifat-sifatnya.

Al Qur'an juga menyebutkan bahwa *ta'aruf* bermanfaat untuk mengenalkan identitas yakni sebagai umat muslim dengan cara bertindak. Orang lain juga dapat mengetahui atau mengenal seseorang dilihat dari budaya atau ciri khasnya dan cara penampilannya. Interaksi ini dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung:



[150] Ibid., 68.

"Hai Nabi, Katakanlah kepada isteri-isterimu, anak-anak perempuanmu dan isteri-isteri orang mukmin: "Hendaklah mereka mengulurkan jilbabnyake seluruh tubuh mereka". yang demikian itu supaya mereka lebih mudah untuk dikenal, karena itu mereka tidak di ganggu. dan Allah adalah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."[151] (Q. S Al Ahzab: 59)

Jadi dapat kita ketahui bahwa dalam al Qur'an ta'aruf dimaksudkan untuk mengenalkan identitas diri sebagai umat muslim. Dengan berta'aruflah manusia dapat mengenal satu sama lain. Ta'aruf sangat dianjurkan bagi manusia mengingat manusia sebagai makhluk sosial.

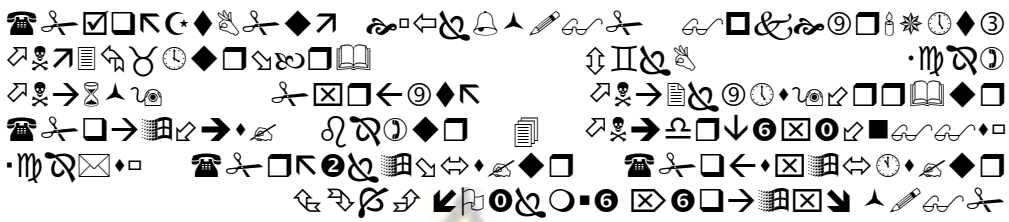
C. Silaturahmi

Di masyarakat kita silaturrahmi telah menjadi budaya yang sangat lazim dilakukan, baik perorangan maupun kelompok, hingga lembaga baik pemerintah maupun swasta. Salah satu makna dari silaturrahmi adalah menyadarkan jiwa dari orang yang bersilaturrami untuk dapat menerima kondisi orang yang didatangi. Seolah-olah dia berusaha melupakan sesuatu yang pernah terjadi dan meleburnya sekaligus menjadi lembaran baru.

Nabi Muhammad Saw menegaskan bahwa silaturrahmi bukanlah sekedar saling mengunjungi, namun untuk menjalin hubungan yang kurang harmonis. Berbicara masalah silaturrahmi kita mengenal istilah Halal Bi Halal yang berarti membuka dan mengikhlaskan.

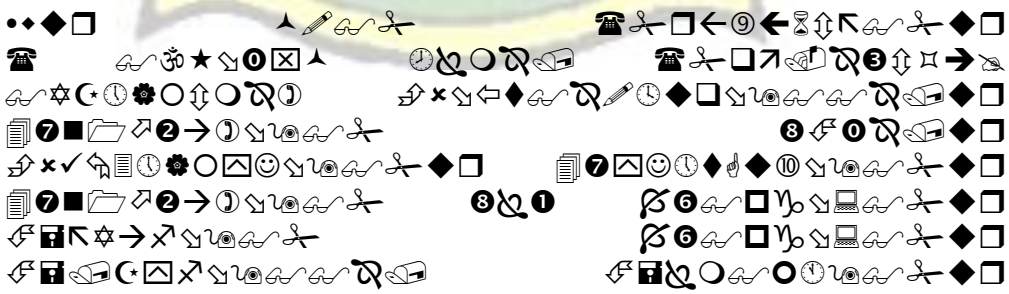
151

Di dalam al Qur'an silaturahmi dengan memaafkan orang dapat dilihat dari tiga perspektif. Hal ini sebagaimana disebutkan dalam ayat:[152]



*"*Hai orang-orang mukmin, Sesungguhnya di antara isteri-isterimu dan anak-anakmu ada yang menjadi musuh bagimu. Maka berhati-hatilah kamu terhadap mereka dan jika kamu memaafkan dan tidak memarahi serta mengampuni (mereka) Maka Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi *Maha Penyayang."*[153] (Q.S At Taaghabun: 14)

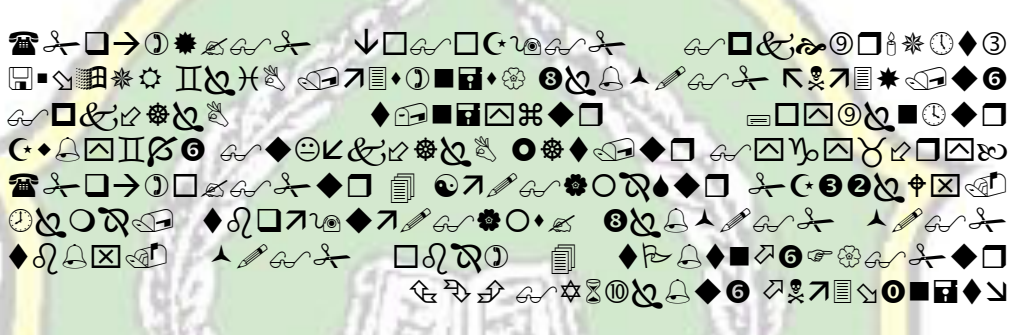
Silaturrahmi merupakan ajaran dalam Islam yang termasuk diutamakan. Seperti yang telah disebutkan dalam sebuah hadits bahwa silaturrahmi akan memperbanyak rezeki dan memanjangkan umur. Tentu saja terdapat maksud yang sangat mendalam dalam perintah silaturrahmi. Sebagai orang dewasa tentu saja tingkat silaturahminya lebih luas dibandingkan dengan usia-usia di bawahnya. Silaturahim pada orang dewasa selain dengan kerabat dan masyarakat juga dalam kelompok kerja. Selain itu, orang dewasa yang menjalin silaturahmi dengan sesamanya tentu akan memposisikan dirinya dengan tepat, bagaimana bahasa komunikasi dan tindakannya kepada orang lain.



[152] Ahmad Munir, Kepekaan Nurani, (Ponorogo: STAIN Po Press, 2012), 45-47.
[153] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya* Al Qur'an, 942.

"Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun. dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapa, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, dan teman sejawat, Ibnu sabil dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri"[154] (Q.S An Nisaa': 36)

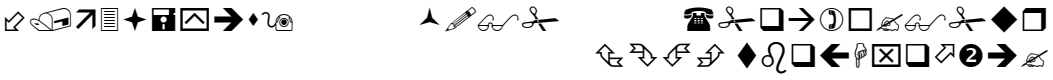
Dalam sebuah hadits Rasulullah Saw juga disebutkan bahwa salah satu hal yang memanjangkan umur adalah dengan cara bersilaturrahmi. Tidak hanya itu, disebutkan juga bahwa silaturahmi juga mendatangkan rezeki.



"Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya Allah menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. dan bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain, dan (peliharalah) hubungan silaturrahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu.[155] (Q.S An Nisa' :1)

Sesama muslim adalah saudara, hendaknya mereka saling peduli satu sama lain dan menjalin hubungan interaksi yang baik sebagai makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Mereka tidak saling megenal, tetapi umat muslim disatukan dengan ikatan *syari'at.*

[154] Ibid.,123.
[155] Ibid., 114.



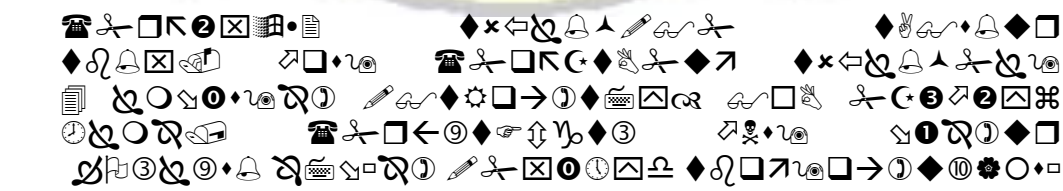
*"O*rang-orang beriman itu Sesungguhnya bersaudara. sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah terhadap Allah, supaya kamu mendapat rahmat."[156] (Q.S Al Hujurat: 10)

Jadi setiap orang khususmya umat muslim hendaknya selalu menjaga tali silaturahmi untuk memperkuat ukhuwah Islam seperti yang diperintahkan Allah dalam firman-Nya. Dengan demikian, akan tercipta keharmonisan dalm kehidupan manusia.

D. Istibaq/ musabaqa (competition)/ persaingan

Dalam al Qur'an kata-kata yang menunjukkan interaksi kompetitif, secara umum merujuk pada persoalan iman dan amal shaleh. Bentuk interaksi yang lebih luas yaitu menyangkut (toleransi) umat beragama.[157] Berikut ayat-ayat yang menjelaskan tentang persaingan:

*"D*an bagi tiap-tiap umat ada kiblatnya (sendiri) yang ia menghadap kepadanya. Maka berlomba-lombalah (dalam membuat) kebaikan. di mana saja kamu berada pasti Allah akan mengumpulkan kamu sekalian (pada hari kiamat). Sesungguhnya Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu. (Q.S Al Baqarah: 143)



[156] Ibid., 846.

[157] Zainal Abidin dan Ahmad Agus Safe'i, Sosiophologi Sosiologi Islam Berbasis Hikmah, 111.

*“D*an orang-orang kafir berkata kepada orang-orang yang beriman: "Kalau Sekiranya di (Al Quran) adalah suatu yang baik, tentulah mereka tiada mendahului kami (beriman) kepadanya dan karena mereka tidak mendapat petunjuk dengannya Maka mereka akan berkata: "Ini adalah dusta yang lama".[158] (Q.S Al Ahqāf:11)

Maksud ayat ini ialah bahwa orang-orang kafir itu mengejek orang-orang Islam dengan mengatakan: *“ kalau s*ekiranya al Quran ini benar tentu kami lebih dahulu beriman kepadanya daripada mereka orang-orang miskin dan lemah itu seperti Bilal, 'Ammar, Suhaib, Habbab ra dan sebagainya”. Di sini terjadi persaingan antara orang-orang kafir dengan orang yang beriman dalam kebenaran agama.

“Dan orang-orang yang datang sesudah mereka (Muhajirin dan Anshor), mereka berdoa: "Ya Rabb Kami, beri ampunlah Kami dan saudara-saudara Kami yang telah beriman lebih dulu dari Kami, dan janganlah Engkau membiarkan kedengkian dalam hati Kami terhadap orang-orang yang beriman; Ya Rabb Kami, Sesungguhnya Engkau Maha Penyantun lagi Maha Penyayang."[159] (Q.S Al Hasyr: 10)

[158] Departemen Agama RI, *Al Qur’an dan Terjemahnya,* 823.
[159] Ibid., 917.

[illegible]

"Kemudian kitab itu Kami wariskan kepada orang-orang yang Kami pilih di antara hamba-hamba Kami, lalu di antara mereka ada yang Menganiaya diri mereka sendiri dan di antara mereka ada yang pertengahan dan diantara mereka ada (pula) yang lebih dahulu berbuat kebaikandengan izin Allah. *yang demikian itu adalah karunia yang Amat besar."*[160] (Q.S Al Faathir: 32)

Persaingan merupakan hal yang terdapat rasa ingin unggul atau hal yang menimbulkan rasa iri jika ada yang lebih unggul dari dirinya. Manusia cenderung memiliki rasa ingin seperti orang lain yang dia pandang lebih baik kehidupannya dari pada diri sendiri. Padahal setiap orang memiliki kebaikan masing-masing dalam hidupnya. Islam hanya memperbolehkan manusia memiliki rasa iri dalam tiga hal yaitu iri pada orang yang berilmu baik kemudian mengamalkannya, orang yang kaya kemudia dermawan dan terakhir adalah orang yang rajin beribadah kepada Allah. Sikap iri dalam hal tersebut menimbulkan kebaikan bagi diri sendiri untuk berlomba-lomba dalam hal kebaikan seperti firman Allah yang telah disebutkan di atas. Ada beberapa bentuk persaingan, di antaranya :

a. Persaingan ekonomi. Timbul karena terbatasnya persediaan apabila dibandingkan dengan jumlah konsumen.

[illegible]

"Apabila telah ditunaikan shalat, Maka bertebaranlah kamu di muka bumi; dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyak-banyak *supaya kamu beruntung."*[161] (Q. S Al Jumu'ah: 10)

---

[160] Ibid., 700.
[161] Ibid., 933.

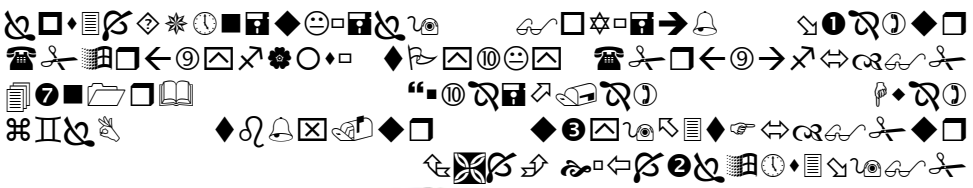
Ayat di atas nampaknya dapat dijadikan sebagai pedoman bahwa waktu dan semangat adalah hal yang sangat menentukan keberuntungan seseorang dalam mencari karunia atau rezeki Allah yang ditebarkan di bumi. Allah telah mengatur dan menyediakan rezeki bagi makhlukya, kemudian makhluknya bertugas untuk mengambil atau menjemput karunia tersebut. Tidak hanya diam berpangku tangan.

b. Persaingan kebudayaan. Menyangkut persaingan kebudayaan, keagamaan, lembaga kemasyarakatan seperti pendidikan, dan sebagainya. contoh persaingan dalam bidang pendidikan yaitu persaingan lembaga pendidikan Islam yakni MI, Mts, MA dan PTI dengan lembaga pendidikan umum yakni SD, SMP, SMA dan PT.

c. Persaingan kedudukan dan peranan. Di dalam diri seseorang maupun di dalam kelompok terdapat keinginan-keingian untuk diakui sebagai orang atau kelompok yang mempunyai kedudukan serta peranan yang terpandang.

Al Qur'an menggambarkan persaingan kedudukan ini dalam kisah nabi Adam, manusia yang diciptakan pertama kali oleh Allah dan hendak dijadikan khalifah di bumi. Ketika itu malaikat meragukan kehendak Allah, karena menganggap manusia hanya akan menimbulkan kerusakan di bumi. Namun setelah Allah mengajarkan nama-nama seluruh benda di sekitarnya saat itu kepada nabi Adam, lalu nabi Adam menyebutkannya dengan lancar dan Allah menyuruh seluruhnya untuk bersujud memuliakan Nabi Adam. Kecuali iblis laknatullah yang tidak mau

bersujud. Iblis merasa bahwa kedudukan manusia lebih rendah dari padanya. Ia terbuat dari api sedangkan manusia dari saripati tanah.



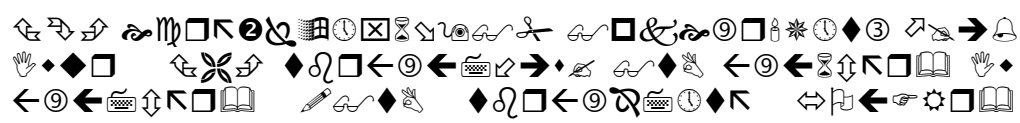
"Dan (ingatlah) ketika Kami berfirman kepada Para Malaikat: "Sujudlah kamu kepada Adam," Maka sujudlah mereka kecuali Iblis; ia enggan dan takabur dan adalah ia Termasuk golongan orang-orang *yang kafir."*[162] (Q.S Al Baqarah: 36)

Jadi dalam al Qur'an digambarkan beberapa bentuk istibaq diantaranya yaitu persaingan dalam bidang ekonomi, budaya dan kedudukan.

E. Akomodasi (Accomodation)

Istilah akomodasi dipergunakan dalam dua arti yaitu untuk menunjuk pada suatu keadaan dan untuk menunjuk pada suatu proses. Akomodasi yang menunjuk pada suatu keadaan, berarti adanya suatu keseimbangan (equilibrium) dalam interaksi antara orang-perorangan atau kelompok-kelompok manusia dalam kaitannya dengan norma-norma sosial dan nilai-nilai sosial yang berlaku di dalam masyarakat.

Sebagai suatu proses, akomodasi menunjuk pada usaha-usaha manusia untuk meredakan suatu pertentangan yaitu usaha-usaha untuk mencapai kestabilan. Berati berkaitan dengan bagaimana manusia dalam berinteraksi mampu menjaga kestabilan hubungan meskipun terdapat perbedaan. Dalam hal ini al Qur'an menggambarkan sebagai berikut:



[162] Ibid., 14.

“Katakanlah: "Hai orang-orang kafir, aku tidak akan menyembah apa yang kamu sembah. Dan kamu bukan penyembah Tuhan yang aku sembah. Dan aku tidak pernah menjadi penyembah apa yang kamu sembah, Dan kamu tidak pernah (pula) menjadi penyembah Tuhan yang aku sembah. Untukmu agamamu, dan untukkulah, agamaku."[163] (Q.S Al Kafirun: 1- 6)

Ayat di atas menggambarkan peristiwa ketika itu penyebaran agama Islam, Rasulullah menyeru kepada semua penduduk Quraisy untuk menyembah Allah Swt. Namun mereka menolak dan akhirnya orang kafir meminta Rasulullah dan umatnya untuk menyembah sesembahan mereka yaitu berhala, dan mereka juga akan menyembah Allah Swt. Menghadapi hal ini Rasulullah diperintahkan Allah Swt untuk bersikap toleran dalam beragama dan memilih untuk mengurusi agama masing-masing selama tidak mengganggu satu sama lain dengan maksud untuk tetap menjaga kestabilan hubungan dalam masyarakat.

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka

[163] Ibid., 1112..

berdoa): "Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau hukum Kami jika Kami lupa atau Kami tersalah. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau bebankan kepada Kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau pikulkan kepada Kami apa yang tak sanggup Kami memikulnya. beri ma'aflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong Kami, Maka tolonglah Kami terhadap kaum yang kafir."[164] (Q.S Al Baqarah: 286).

Jadi, akomodasi merupakan proses untuk meredakan suatu konflik atau pertentangan dengan jalan damai dan saling memahami satu sama lain. Hal tersebut bertujuan agar tercipta kestabilan hubungan meskipun ada berbagai perbedaan.

[164] Ibid., 72.

BAB IV

IMPLIKASI BENTUK-BENTUK EMOSI PRIMER DAN INTERAKSI SOSIAL DALAM AL QUR'AN TERHADAP SOCIAL SKILL

A. Implikasi Bentuk-Bentuk Emosi Primer dalam Al Qur'an terhadap Social Skill

1. Emosi Takut

Dalam pembahasan sebelumnya telah dijelaskan bahwa takut merupakan emosi yang penting dalam kehidupan manusia karena rasa ini akan menjaganya dari hal-hal yang akan membahayakan dan membantu mempertahankan kehidupannya. Jika kita kaitkan dengan keterampilan sosial atau social skill, emosi takut memang sangat berpengaruh dalam proses interaksi sosial dan beberapa macam jenis keterampilan sosial, baik negatif maupun positif.

Rasa takut manusia terhadap adzab Allah Swt juga mendorong manusia memiliki keterampilan sosial yaitu self monitoring. Implikasi emosi takut dalam keterampilan tersebut adalah bahwa seseorang akan benar-benar menjaga perilakunya terhadap sesama manusia dan lingkungan, menjunjung tinggi harga dirinya dan selalu mematuhi perintah Allah Swt.

> " Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal "[165]. (Q.S. Al Anfal: 2).

Dalam dunia kerja seseorang dituntut untuk profesional dalam menjalankan semua tugasnya apalagi harus bekerja sama dengan orang lain atau disebut team work.. Tugas yang diembankan kepada seseorang tidak pandang apakah ia suka atau tidak suka bahkan takut. Ia harus tetap menjalankan tugasnya dengan siapapun yang ditugaskan bersamanya dan apapun pekerjaannya selama masih sesuai dengan kode etik kerja. Hal ini berkaitan dengan bentuk keterampilan sosial yaitu emotional control/ pengendalian emosi dan social expressity yaitu individu yang menyenangkan dalam berinteraksi, mampu memberikan apresiasi dan berfikiran positif pada orang lain. Dengan kata lain yaitu seseorang yang pandai bergaul dengan orang lain dan selalu memiliki prasangka baik pada yang lain.

Jika dia tidak pandai dalam berinteraksi karena memiliki rasa takut untuk bergaul dengan orang lain dan prasangka buruk terhadap teman kerjasamanya, maka secara otomatis dia tidak dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik, dan alhasil tidak ada perusahaan yang mau menerimanya bekerja.

Selanjutnya jika dia pandai bergaul, berinteraksi dan memiliki sikap yang menyenangkan namun dia takut menjalankan tugasnya,

---

[165] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya,* (Semarang: Karya Toha Putra), 337.

misalnya karena tempatnya yang jauh dan di daerah terpencil yang penuh dengan kekerasan (takut mati), dia juga tidak akan dapat menjalankan tugasnya, karena tidak dapat mengendalikan rasa takutnya dan memilih untuk berfikir positif. Namun dalam hal ini, dengan rasa takut yang ia miliki sebenarnya ia telah waspada terhadap hal yang akan membahayakannya. Emosi takut tetap harus dikendalikan meskipun takut dapat melindungi seseorang dari bahaya. Seorang pemimpin yang takut ular, jika tiba-tiba dalam memimpin rapat ia terkejut akan datangnya seekor ular dan reaksinya berlebihan, maka juga akan dapat menurunkan wibawanya.

Jadi pada dasarnya setiap manusia memang dikaruniai rasa takut oleh Allah dan sangat mempengaruhi keterampilan sosial manusia dalam kegiatan hidupnya sehri-hari. Namun, emosi takut harus difungsikan sebagaimana mestinya sesuai dengan yang diajarkan dalam al Qur'an bahwa manusia harus takut akan murka Allah, dan difungsikan pada tempatnya agar kehidupan sosial tetap seimbang dan berjalan lancar. Bukan takut dengan hal-hal yang akan menjauhkannya dari Allah dan merugikannya dihadapan Allah serta mempengaruhi hubungan sosialnya dengan orang lain.

2. Emosi Marah

Emosi marah sering merangsang kemarahan orang lain juga dan menimbulkan penolakan dari orang lain. Marah dapat mengganggu hubungan interpersonal, sehingga sebaiknya seseorang harus pandai-

pandai menahan amarah.[166] Karena orang yang marah biasanya tidak memiliki keterampilan dalam berkomunikasi secara lisan sebab bahasanya akan amburadul, dan nadanya tinggi. Akibat dari hal tersebut adalah akan menyebabkan orang lain sakit hati.

Selain itu marah yang berlebihan dan tidak terkontrol akan menurunkan tingkat berikir seseorang sehingga kecakapan ide atau daya pikirnya tidak maksimal. Akibatnya, ketika sebuah tugas memerlukan ide dan kreativitas, ia tidak akan mampu secara maksimal sebab amarah telah menguasai pikirannya.

"Muhammad itu adalah utusan Allah dan orang-orang yang bersama dengan Dia adalah keras terhadap orang-orang kafir, tetapi berkasih sayang sesama mereka."[167] (Q.S Al Fath:29)

Marah dalam ayat tersebut maksudnya adalah marah dalam hal kebaikan. Artinya seseorang diperbolehkan marah dengan tujuan yang baik yaitu marah untuk meluruskan sesuatu yang salah. Misalnya seorang ayah atau ibu yang mendapati anaknya berjudi. Memang hal yang pertama dilakukan bukan menasehati dengan kemarahan, namun jika anaknya keras kepala maka orang tua harus marah atas hal ini untuk meluruskan anaknya. Hal ini berhubungan dengan keterampilan sosial yaitu bersikap empati. Sikap empati orang tua terhadap anaknya terlebih seorang ibu

[166] Triantoro Safaria dan Nofran Eka Saputra, Manajemen Emosi, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 78.

[167] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya*., 1037.

kepada anaknya yang jauh lebih kuat ikatan batinnya. Orang tua harus bersimpati dan berempati jika mendapati anaknya bersikap menyimpang dari ajaran Islam. Salah satunya adalah dengan terus tanpa henti menasehatinya, dan diperbolehkan marah untuk memberi efek jera pada anaknya.

Jadi, meskipun marah identik dengan hal negatif, namun emosi marah sangat mempengaruhi keterampilan sosial manusia dan penting dimiliki oleh semua orang, apalagi seorang pemimpin. Seorang pemimpin bahkan harus memiliki emosi marah dengan syarat marah harus ditunjukkan sesuai dengan tempat dan porsinya. Seorang pemimpin perlu marah demi menunjukkan kekuasaannya dan mempengaruhi bawahannya agar tetap disiplin dan agar mereka tidak sewenang-wenang dalam menjalankan tugasnya. Emosi marah yang tidak pada tempatnya menunjukkan bahwa seseorang tidak pandai atau tidak memiliki keterampilan sosial dalam bidang self monitoring yaitu pengendalian perilaku diri dan emotional expressity yaitu kemampuan seseorang dalam membuat suasana interaksi menjadi menarik. Akibatnya seseorang yang gampang marah atau marah sembarangan tidak akan dapat menarik banyak orang untuk bergaul dengannya bahkan yang telah mengenalnya akan pergi menjauhinya. Hal ini disebabkan karena seseorang yang berada di dekatnya tidak merasa nyaman akan sikapnya yang tidak terkendali, dan justru orang yang mudah marah biasanya tidak memiliki wibawa dan tidak begitu dihargai orang lain. Sebaliknya orang yang tidak mudah marah atau

jarang marah dan hanya akan marah sesuai pada tempat dan porsinya akan disegani banyak orang karena dipandang bijaksana dan berwibawa.

3. Emosi Cinta

Cinta merupakan landasan utama bagi terbentuknya suatu hubungan yag akrab antara sesama manusia, pengikat hubungan spiritualitas yang kokoh antara orang beriman dengan Allah yang membuatnya ikhlas beribadah, mengikuti ketentuan, dan berpegang teguh pada syariat-Nya. Cinta dapat membangun hubungan spritual yang amat dalam dan erat antar umat Islam.

Orang yang memiliki rasa cinta yang amat terhadap Allah Swt akan menjalankan seluruh perintah-Nya termasuk dalam hidup bermasyarakat.

Cinta amat berpengaruh dalam keterampilan sosial seseorang. Seseorang yang tidak memiliki rasa cinta tidak akan mampu memahami seseorang, dan tidak akan memiliki rasa peduli, simpati dan empati. Dengan begitu, seseorang juga tidak akan pandai dalam berinteraksi atau akan mengalami kesulitan karena sikap acuhnya terhadap orang-orang di sekitarnya yang menyebabkan no responnya lingkungan terhadap dirinya juga. Seseorang yang tidak memiliki rasa cinta terhadap sesama manusia misalnya ada sebuah bencana dan banyak korban yang membutuhkan bantuan. Idealnya ia seharusnya membantu dengan penuh simpati, namun yang terjadi adalah sikap acuh karena tidak memiliki rasa cinta dan peduli.

Selanjutnya, segala hal yang berlebihan memang tidak baik. Seseorang yang amat cinta terhadap dirinya sendiri dan segala yang ia miliki kemungkinan akan melakukan dua hal dalam hidupnya. Yaitu: pertama, hanya peduli terhadap dirinya sendiri tanpa menghiraukan orang lain. Orang semacam ini tidak memiliki kemampuan untuk memahami orang lain atau dalam keterampilan sosial disebut social sensivity. Dia tidak peduli terhadap lingkungan sekitarnya. Akibatnya dia tidak akan dikenal oleh lingkungannya dan juga tidak dipedulikan. Sebab orang semacam ini cenderung memiliki sifat sombong, individual dan terlalu percaya diri, sehingga ia akan kesulitan untuk mendapatkan simpati dari lingkungannya baik dimasyarakat maupun di dunia kerjanya.

Kedua adalah justru cinta pada dirinya dimuarakan kepada cintanya terhadap Allah Swt, yaitu mencintai diri sendiri dengan berbuat kebaikan, membantu sesama dan menafkahkan rezekinya terhadap oang yang membutuhkan, bukan justru mencintai hartanya dengan sama sekali tidak bersedekah. Orang semacam ini melakukan kebaikan dengan mencintai saudaranya hanya karena cintanya kepada Allah. Ia akan selalu berpikiran positif, pandai berinteraksi dan menarik banyak orang dengan keramahan dan cinta yang ia miliki sehingga akan membuat banyak orang merasa nyaman jika menjalin hubungan dengannya. Ia juga tidak akan khawatir kalau-kalau kebaikannya tidak akan dibalas oleh saudara yang ia tolong, namun selalu berprasangka baik bahwa Allah lah yang akan membalasnya.

Orang yang memiliki cinta yang agung akan dicintai banyak orang pula, ia juga akan mampu mengayomi siapa saja yang membutuhkan ulurannya, dengan cintanya pula ia akan mudah mempengaruhi dan mengajak orang dalam kebaikan. Selain itu seseorang yang bergaul dengan penuh cinta dan damai akan mampu melahirkan ide-ide yang cemerlang demi kemajuan bersama dalam mencapai tujuan bersama, khususnya dalam bidang kesejahteraan sosial atau organisasi.

Jadi, cinta manusia terhadap Allah akan melahirkan cinta kepada sesama dan lingkungannya. Kasih sayangnya kepada sesama manusia khususnya kepada yang lemah, akan memberikan motivasi untuk bekerja keras, menciptakan ide-ide yang inovatif yang tentunya dapat ia gunakan untuk membantu sesamanya.

4. Emosi Gembira / Senang/ Bahagia

Al Qur'an menerangkan dua kesenangan. Yang pertama yaitu kegembiraan kaum kafir karena memperoleh kesenangan hidup dunia.[168]

"Allah meluaskan rezeki dan menyempitkannya bagi siapa yang Dia kehendaki. mereka bergembira dengan kehidupan di dunia, Padahal kehidupan dunia itu (dibanding dengan) kehidupan akhirat, hanyalah kesenangan (yang sedikit).[169]" (Q.S Ar Ra'du: 26)

Manusia yang terlalu terlena dengan kesenangan dunia mengakibatka dia lupa akan pengendalian sikapnya yag seharusnya sesuai dengan aturan masyarakat. Manusia yang hidup dengan tumpukan materi yang melimpah sering kali lupa bahwa semuanya adalah titipan yang harus

---

[168] Muhammad Utsman Najati, *Psikologi Dalam Alqur'an (Terapi Qur'ani dalam* Penyembuhan Gangguan Kejiwaan), 140.

[169] Departemen Agama RI, *Al Qur'an Al Karim dan Terjemahanya,* 479.

dijaga dan digunakan dengan baik. Gaya hidupnya yang tidak terkendali, sifat berfoya-foya menunjukkan ketidak peduliannya terhadap kaum kecil yang susah. Dia tidak berpikir bahwa hal yang dilakukannya dapat menimbulkan kecemburuan sosial. Terlebih jika dia adalah orang yang kaya yang tempat tinggalnya di lingkungan biasa dan dia adalah orang yang enggan mengulurkan bantuan bagi kaum kecil yang ada di sekitarnya. Seorang dikatakan memiliki keterampilan sosial bukanlah orang yang pandai bergaul dengan orang yang setara dengannya saja, namun ia juga pandai menyesuaikan dengan siapa ia bergaul atau hidup berdampingan. Bergaul dengan orang-orang high class bisa dengan orang biasa pun juga bisa. Ia boleh merasa bahagia dengan segala yang dimilikinya, namun ketika dia sedang bergembira saat tetangga di sekitarnya ada yang susah dan dia tidak peduli, maka orang tersebut tidak memiliki kepekaan sosial. Hal ini mengakibatkan ketidakharmonisan antar hidup bertetangga dan bermasyarakat. Kedua adalah bentuk kegembiraan manusia dalam menerima kedatangan Nabi Muhammad Saw dan al Qur'an.

"Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Katakanlah: "Dengan kurnia Allah dan rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira. kurnia Allah dan rahmat-Nya itu adalah lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan".[170] (Q.S Yunus : 57-58)

.

[170] Ibid., 408.

Orang- orang semacam ini akan mencintai nilai-nilai Islam dan efeknya adalah memiliki kemampuan sosial yang baik melampaui teman pribadi, keluarga, rekan-rekan kerja dan dengan siapapun untuk memperoleh kebahagiaan bersama mereka.[171] Bahagia juga akan ia rasakan manakala ia mampu untuk berbagi dengan saudara-saudara mereka, hidup berdampingan dengan rukun dan saling memahami satu sama lain. Ketika orang memiliki keterampilan sosial yang baik ia akan pandai menciptakan kebahagiaan bersama orang-orang di sekitarnya, mampu bergaul dengan siapapun dan tidak akan ada rasa khawatir selama mereka bersaudara berdasarkan landasan nilai-nilai dalam al Qur'an. Bukan sebaliknya yakni orang yang merasa bahagia diatas penderitaan orang lain sehingga hakikatnya kebahagiannya adalah semu sebab tidak adanya keharmonisan antara dirinya dengan orang lain. Sedangkan manusia diciptakan sebagai khalifah memiliki tanggung jawab menebarkan kebahagiaan dan kemakmuran di muka bumi.[172]

Jadi, emosi gembira sangat mempengaruhi keterampilan manusia dilihat dari bagaimana ia mengungkapkan kebahagiaannya. Apakah dia akan bahagia sementara ia mengetahui ada saudara atau tetangganya yang kesusahan. Lalu apakah ia akan bahgia diatas penderitaan orang lain, sementara manusia diciptakan sebagai pemakmur dan penebar kebahagiaan di bumi.

---

[171] Harry Alder, Boost Your Intelligen, terj. Christina prianingsih, (Jakarta, Erlangga, 2001), 107.

[172] Rafy Sapuri, Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), 98.

5. Emosi Benci

Benci merupakan ketidaksukaan seseorang terhadap suatu hal yang terkadang tidak memiliki alasan yang masuk akal. Benci ada kesamaannya dengan takut namun tetap berbeda. Ekspresi orang yang benci biasanya sangat terlihat. Biasanya orang yang benci menunjukkan kebenciannya dengan menjauhinya atau memberikan mimik wajah yang tidak mengenakkan. Ketidakmampuan seseorang dalam mengendalikan emosi bencinya sehingga tidak dapat menyembunyikan raut wajah kebencianya akan menciptakan ketidaknyamanan dalam suatu hubungan baik dalam hubungan kerja maupun pergaulan.

Keterampilan sosial diantaranya meliputi kemampuan memahami orang lain dan self control. Misalnya A memiliki teman yang kebiasaannya adalah mendengarkan musik dengan sangat keras ketika berkumpul atau sedang bekerja. Ia tidak akan bisa tanpa mendengarkan musik. Sedangkan A sangat membenci kebiasaan itu karena A merasa terganggu dengan suara musik yang keras. jika A memiliki kemampuan memahami orang lain dengan baik, ia akan bertindak bijaksana dalam menegur temannya dengan kemampuan berkomunikasi yang sopan dan tidak menyakiti temannya atau ia memilih untuk menghindari suara itu bukan menghindari temannya. Sikap ini akan menimbulkan hubungan yang tetap utuh dan tugas berjalan dengan baik. Namun, jika A bersikap sebaliknya, menunjukkan ekspresi kebenciannya terhadap tehadap

temannya, menegurnya dengan kata-kata kasar dan nada tinggi tentu saja akan menimbulkan perselisihan dan tugas berantakan.

Selanjutnya dalam al Qur'an dikatakan bahwa Allah sangat membenci orang yang berlebih-lebihan dan berfoya-foya dalam membelanjakan hartanya. Allah juga membenci orang-orang yang mengingkari kebenaran, berkhianat, sombong dan suka membangga-banggakan dirinya. Tidak mensyukuri nikmat Allah tetapi menganggap bahwa nikmat yang ia peroleh adalah jerih payahnya sendiri.

Jika seseorang mengetahui kebencian Allah terhadap hal-hal di atas, tentunya seseorang akan bertindak bijaksana dalam membelanjakan harta, dengan rasa empatinya ia akan menyalurkan hartanya kepada saudara-saudaranya yang membutuhkan, memiliki belas kasih terhadap sesama. Kesadaran manusia terhadap apa-apa yang dibenci Allah akan berpengaruh terhadap sikapnya yakni tidak menyombongkan diri sehingga menimbulkan kebencian orang lain, justru ketika ia mendapat prestasi dan tetap rendah hati dengan siapapun, sopan kepada siapapun ia akan disenangi banyak orang.

Dengan uraian tersebut peneliti dapat menarik garis besar bahwa setiap ekspresi emosi-emosi dasar dalam al Qur'an akan mempengaruhi keterampilan sosial seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain. Jika ekspresi yang ditunjukkan menarik dan membuat orang lain nyaman maka banyak orang yang nyaman berkomunikasi dengannya, sebaliknya jika ekspresi negatif yang ia tunjukkan maka yang ia dapatkan adalah

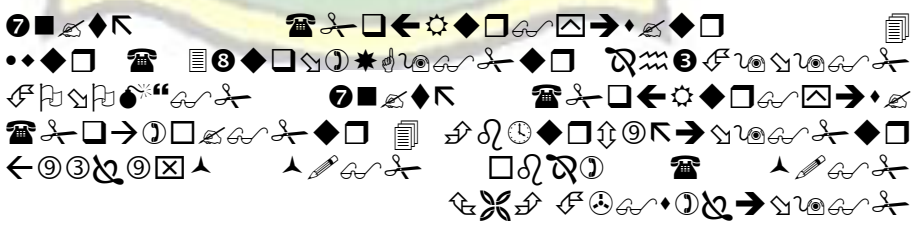
ketidaknyamanan dalam bergaul karena orang disekitarnya juga tidak nyaman dengannya. Begitu juga cara orang berkomunikasi. Orang yang benar-benar memahami makna emosi yag terdapat dalam al Qur'an tentunya yang positif, ia akan memiliki daya tarik terhadap orang lain. Sebab tentu ia akan berkomunikasi baik secara lisan, tulisan, maupun tindakan dengan cara yang baik. Artinya segala komunikasi sosial yang ia lakukan tidak menimbulkan kemarahan, kebencian, kerugian dan ketidaknyamanan orang lain. Justru ia akan disenangi dan akan memberikan pengaruh positif terhadap lingkungannya. Orang yang telah dikenal baik, akan mudah diterima oleh lingkungannya dan mudah bergaul.

B. Implikasi Bentuk-Bentuk Interaksi Sosial dalam Al Qur'an terhadap Social Skill

1. Kerja Sama

a. Tolong Menolong

Tolong menolong adalah sifat yang dianjurkan dalan ajaran Islam, dan tentu yang dimaksud adalah tolong menolong dalam ebaikan. Sebagaimana firman Allah sebagai berikut:



*"D*an tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan

pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya."[173] (Q.S Al Maaidah: 2)

Tolong menolong mencerminkan sikap seorang muslim yang memiliki rasa peduli akan saudara-saudaranya. Keterampilan sosial dalam berkomunikasi tidak hanya dapat dilihat dari komunikasi lisan, tetapi juga tindakan. Tolong menolong juga akan menumbuhkan benih kepekaan seseorang terhadap lingkungannya. Seseorang yang memiliki keterampilan sosial dapat dilihat dari bagaimana seseorang menolong saudaranya atau orang disekitarnya.

Apakah dia mengerti pertolongan apa yang sebenarnya dibutuhkan oleh saudaranya. Jika manusia memahami ayat diatas, tidak akan ada yang namanya berita kasus-kasus kriminal seperti pencurian, perampokan, korupsi dan lain-lain yang dapat merugikan sesamanya, karena yang dimaksud adalah sikap menolong dalam kebaikan. Seseorang yang terbiasa menolong, apalagi didasari karena perintah Allah akan timbal dalam hatinya selalu ingin menolong orang yang kesusahan. Ia akan selalu peka terhadap lingkungan di sekitarnya. Ia tidak akan bisa melihat orang kesusuahan sementara ia diam padahal ia bisa menolongnya. Tidak hanya dirinya sendiri, bahkan secara tidak langsung ia akan mengajak teman-temannya, saudaranya bahkan keluarganya untuk membiasakan sikap menolong terhadap yang lemah. Artinya, dengan kebiasaan ini ia akan memiliki rasa empati, dan keterampilan sosial yang tinggi.

[173] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya,* 156.

b. Musyawarah

Musyawarah merupakan cara untuk merundingkan atau mendiskusikan suatu permasalahan untuk ditemukan solusi secara bersama-sama. Allah memerintahkan manusia untuk bermusyawarah yang difirmankan-Nya dalam ayat berikut:

"Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya."[174] (Q.S Ali Imran: 159).

Dengan memahami ayat di atas, dikatakan bahwa manusia diperintahkan bermusyawarah untuk urusan yang begitu pelik. Urusan yang dimaksud tentu saja terjadi pada usia dewasa. Dalam bermusyawarah, semua anggota musyawarah diharuskan untuk memiliki bahasa komunikasi yang tinggi, dalam arti tinggi tingkat kesopan santunannya. Musyawarah juga dapat dijadikan sebagai media untuk mengenal dan memahami orang lain lewat bahasa lisannya. Apakah A adalah orang yang egois, bijaksana, tegas, mudah

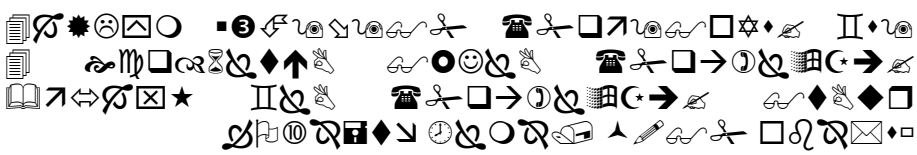
[174] Ibid., 103.

tersinggung dan lain-lain. Dengan memahami tipe-tipe kawan musyawarahnya, seseorang akan dapat menempatkan diri dalam menanggapi masing-masing kawannya dengan cara dan bahasa yang berbeda sesuai dengan tipe orangnya. Sebab dalam musyawarah harus menjunjung tinggi menghormati pendapat orang lain, jika ada penolakan harus disampaikan dengan bahasa yang sopan dan tetap menghargai.

Seseorang yang terbiasa bermusyawarah, tentu saja berbeda dalam menghadapi masalah. Ia akan lebih tenang dan lebih fleksibel mendengarkan pendapat orang lain, tidak otoriter dan kaku. Disinilah interaksi sosial dalam bentuk musyawarah yang dikatakan dalam al Qur'an mempengaruhi keterampilan sosial seseorang.

c. Sedekah

Jika kita kaitkan dengan perilaku tolong-menolong, sebenarnya sedekah juga bertujuan untuk meringankan beban orang lain atau memberikan keuntungan bagi orang lain. sedekah dapat mempengaruhi keterampilan sosialnya seseorang sebab dalam sedekah terdapat nilai kerelaan seseorang untuk memberikan sesuatu yang dimilikinya atau melakukan sesuatu bagi saudaranya.[175]



"kamu sekali-kali tidak sampai kepada kebajikan (yang sempurna), sebelum kamu menafkahkan sehahagian harta yang kamu cintai. dan

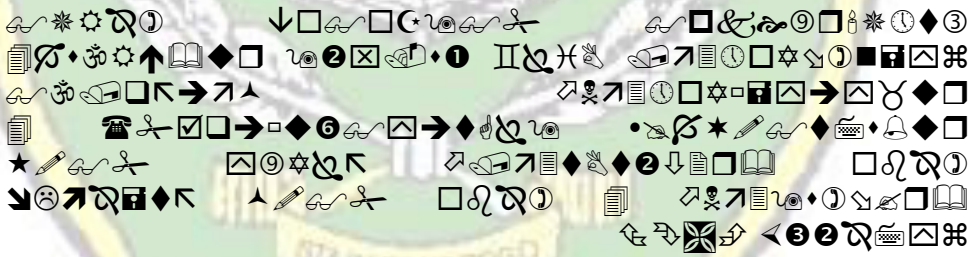
[175] Abdul Aziz al Fauzan, Fikih Sosial, 266.

apa saja yang kamu nafkahkan Maka Sesungguhnya Allah mengetahuinya." [176](Q.S Al Imran: 92)

Implikasi sedekah terhadap keterampilan sosial seseorang adalah sedekah mampu menyadarkan seseorang bahwa dirinya sedang berada di situasi yang lebih beruntung dari pada orang-orang yang berada di bawahnya secara materi maupun situasi. Selain itu, Allah akan membersihkan hati orang-orang mau bersedekah sehingga dalam berinteraksi dengan sesama manusia ia akan memiliki hati yang bersih dan selalu berprasangka baik terhadap orang lain meskipun ia tetap harus harus memiliki rasa waspada.

2. *Ta'aruf*

Manusia diperintahkan untuk berta'aruf atau saling mengenal satu sama lain. Tentu hal ini sangat mempengaruhi keterampilan sosial seseorang. Seperti firman Allah dalam al Qur'an sebagai berikut:



"Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal." [177] (Q.S al Hujurat:13)

[176] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya,* 110.
[177] Ibid., 847.

Setiap orang memiliki tipe yang berbeda-beda. Ada yang menunggu orang yang mengenalnya dulu, ada yang langung mengajak kenalan, ada pula yang secara tidak sengaja mengenal satu sama lain. Pada hakikatnya karena manusia adalah makhluk sosial, memang dia diharuskan untuk mengenal orang lain. Implikasinya adalah, orang yang banyak teman akan mendapatkan banyak pengalaman, banyak teman untuk saling bertukar pikiran, banyak jaringan untuk mempermudah menyelesaikan masalahnya dan masih banyak lagi. Selain itu, dengan banyak berkenalan dengan orang, seseorang akan memiliki banyak inspirasi dan kecakapan ide, akan semakin terampil berinteraksi dan akan semakin luwes atau menyenangkan jika bertemu dengan orang asing. Ia akan mudah beradaptasi dengan orang-orang baru yang ada di sekitarnya, baik dikalangan orang-orang high class maupun biasa ia tetap akan dapat menempatkan diri.

3. Silaturrahmi

Silaturahmi merupakan jenjang yang lebih tinggi setelah *ta'aruf* yaitu kegiatan yang selain menumbuhkan keakraban secara fisik juga menumbuhkan keakraban spiritual. Salah satu makna dari silaturahmi adalah menyadarkan jiwa dan diri orang yang bersilaturahmi untuk dapat menerima kondisi seseorang yang didatangi. Seolah-olah ia mau memaafkan dan melupakan kejadian yang membuat bubungan mereka renggang.[178] Jadi substansi dari kegiatan ini sebenarnya adalah kerelaan

[178] Ahmad Munir, Kepekaan Nurani, (Ponorogo: Stain Po Press, 2012), 45.

untuk saling memaafkan.[179] Bagaimana seseorang mampu mengontrol sikapnya dan menyadari bahwa setiap orang memiliki kekurangan dan tidak luput dari kesalahan. Jika setiap orang memahami hal ini, ia akan mudah memaafkan kesalahan orang bahkan jika sulit sekalipun ia akan berusaha, karena dia sadar bahwa dirinya juga tidak mungkin akan selalu benar.

Semakin sering orang melakukan silaturahmi semakin mudah ia menyelesaikan setiap permasalahan dalam hidupnya. Karena silaturahmi, seseorang akan banyak menerima pelajaran hidup dari kerabat-kerabatnya, dan memungkinkan untuk diberi solusi dari permasalahannya. Dengan begitu, seseorang akan semakin tangguh menghadapi setiap permasalahannya.

4. Istibaqa/Musabaqah/ Persaingan

Persaingan merupakan bentuk proses sosial yang identik dengan mencari keunggulan atau menjadi lebih unggul dibandingkan yang lain. baik dalam bidang ekonomi maupun kedudukan. Persaingan memang sangat penting dan bahkan harus ada dalam kehidupan manusia, tentunya persaingan dalam hal positif. Sebagaimana firman Allah sebagai berikut:

*"D*an bagi tiap-tiap umat ada kiblatnya (sendiri) yang ia menghadap kepadanya. Maka berlomba-lombalah (dalam membuat) kebaikan. di mana saja kamu berada pasti Allah akan mengumpulkan kamu sekalian

[179] Ibid., 46.

(pada hari kiamat). Sesungguhnya Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu.[180] (Q.S Al Baqarah: 143)

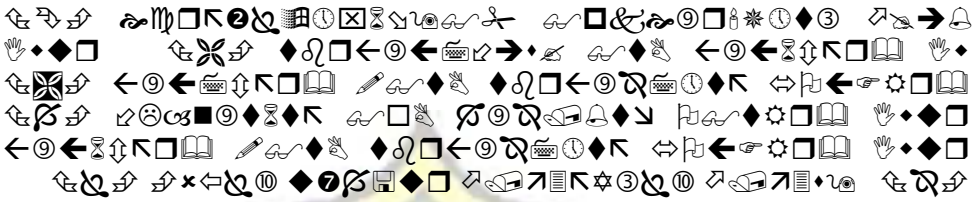
Persaingan yang baik akan mendorong semangat seseorang dalam mendapat sesuatu yang ia inginkan. Misalkan sebuah perusahaan membutuhkan karyawan 50 orang dari 100 orang yang melamar. Dari kriteria yang telah ditentukan tentunya pelamar akan berusaha bersaing untuk memenuhinya agar diterima di perusahaan tersebut. Seseorang yang memiliki keterampilan sosial tentu saja akan tetap berusaha agar dia selalu berada di garis standart bahkan melebihinya. Artinya akan berusaha memampukan dirinya agar dia tetap mendapat tempat diperusahaan tersebut.

Selanjutnya, masyarakat di kota besar seperti Jakarta, sangat penuh dengan persaingan. Keadaan memebuat mereka mau tidak mau harus bersaing. Siapa yang tidak siap degan persaingan yang ada maka dia akan tenggelam. Persaingan akan menggugah seseorang agar tetap menunjukkna eksistensi dirinya, bagaimana ia harus mampu menempatkan diri dan beradaptasi dengan situasi. Entah ia bersaing dengan pikiran, tenaga, materi atau kreativitas. Jadi, persaingan akan membuat keterampilan sosial seseorang semakin tinggi, sebab dalam persaingan mengharuskan seseorang untuk bertindak cepat, berpikir tepat dan berkreativitas demi mempertahankan dan memajukan keberadaannya.

5. Akomodasi

[180] Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya,* 36.

Dalam bab sebelumnya telah dikatakan bahwa akomodasi adalah suatu bentuk penyesuaian untuk meredakan sebuah pertentangan. hal ini tergambar dalam ayat al Qur'an sebagai berikut:



*"*Katakanlah: "Hai orang-orang kafir, aku tidak akan menyembah apa yang kamu sembah. Dan kamu bukan penyembah Tuhan yang aku sembah. Dan aku tidak pernah menjadi penyembah apa yang kamu sembah, Dan kamu tidak pernah (pula) menjadi penyembah Tuhan yang aku sembah. Untukmu agamamu, dan untukkulah, agamaku."[181](Q.S Al Kaafirun:1- 6)

Ayat di atas menggambarkan suatu penyelesaian masalah dengan cara bijaksana. Allah memerintahkan kepada Rasulullah untuk mengatakan kepada orang kafir bahwa umat muslim dan kafir akan mengurusi urusan masing-masing dalam hal keyakinan, tidak boleh saling mengganggu. Dalam hal ini terlihat bahwa seseorang yang berbeda keyakinan mampu hidup berdampingan dengan cara saling menghormati urusan masing-masing. Keterampilan sosial menuntut seseorang untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang berbeda. Meskipun dia menolak terhadap apa yang ada, namun ia dituntut untuk bertoleransi demi kehidupan yang damai.

Dengan mengetahui serta memahami cara dan bentuk interaksi sosial dalam al Qur'an, kemudian menerapkannya sesuai dengan pedoman al Qur'an seorang individu akan secara alami terlatih keterampilan

[181] Ibid., 1112.

sosialnya. Manusia akan saling berkomunikasi dan berinteraksi, saling bertukar ide dan pengalaman secara ideal atau positif, sehingga terciptalah kehidupan bermasyarakat yang harmonis dan dinamis, berperadaban tinggi. Sebab masyarakat yang memiliki peradaban tinggi berasal dari individu-individu yang memiliki keterampialan sosial yang tinggi dan budi pekerti yang luhur.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Bentuk-bentuk emosi primer yang terdapat dalam Al Qur'an diantaranya adalah: a.) takut yang meliputi: takut kepada Allah, takut mati atau kehilangan nyawa, dan takut akan kemiskinan, b) Marah, c) cinta yang meliputi: cinta kepada diri sendiri, cinta kepada sesama, cinta seksual, cinta kebapakan, cinta kepada Allah dan cinta kepada Rasulullah, d) gembira/senang/bahagia, e) benci.
2. Bentuk-bentuk interaksi sosial dalam al Qur'an diantaranya adalah: a) kerja sama yang meliputi: tolong-menolong *(ta'awun),* musyawarah dan sedekah, b) *ta'aruf*, c) Silaturahmi, d) Istibaqa/ musababaqa (persaingan), dan e) Accomodation (Akomodasi).
3. Implikasi bentuk-bentuk emosi primer dan interaksi sosial dalam al Qur'an terhadap social skill adalah bahwa bentuk-bentuk emosi dan interaksi sosial yang digambarkan dalam al Qur'an jika dipahami dan diterapkan (secara positif) , akan secara alami mendorong social skill manusia menjadi semakin tinggi. Sebab, al Qur'an memberikan cara dan solusi bagaimana mengendalikan dan mengarahkan setiap emosi yang dimiliki manusia baik itu positif maupun negatif dan juga memberikan cara-cara mengatasi masalah sosial atau urusan sosial manusia, sehingga dengan

tingginya social skill antar individu akan menciptakan masyarakat yang harmonis dan dinamis

B. Saran

1. Hendaknya kita mau mempelajari al Qur'an tentang emosi-emosi agar dapat mengarahkan setiap emosi, sehingga kita selalu mempunyai pikiran yang jernih dalam menyelesaikan masalah dan hubungan dengan sesama tetap harmonis.
2. Kita hendaknya sadar bahwa kita adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan membutuhkan orang lain. Maka, harus memiliki kepedulian sosial demi terciptanya lingkungan sosial yang harmonis.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Rahman, Agus, Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik, Jakarta: raja Grafindo, 2013.

Abdulsyani, Sosiologi Skematika, Teori, dan Terapan, Jakarta: Bumi Aksara, 2002.

Abdurrahman Fathoni, Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.

Abidin, Zainal dan Syafe'i, Ahmad Agus, Sosiophologi Sosiologi Islam Berbasis Hikmah, Bandung: Pustaka Setia, 2003.

Achmadi, Ideologi pendidikan Islam, Paradigma Humanisme Teosentris, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.

Al Fauzan, Abdul Azis, Fikih Sosial Terj. Iman Firdaus dan Ahmad Sholahudin, Jakarta : Qisthi Pers, 2007.

Arikunto, Suharsimi, Manajemen Penelitian, Jakarta: Rineka cipta, 1995.

Az Za'balawi, Muhammad, Pendidikan Remaja antara Ilmu Islam dan Ilmu Jiwa, terj. Abdul hayyie Al Kattani dkk, Jakarta: Gema Insani, 2007.

Basrowi & Suwandi, Memahami Penelitian Kualitatif , Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008.

Daud Ali, Mohammad, Pendidikan Agama Islam, Jakarta : Rajawali Perss, 2000.

H. Walizer, Michael, Metode Penelitian dan Analisis Penelitian, terj. Arief Sadirman, Jakarta: Erlangga, 1991.

H. Yatim Riyanto, Paradigma Baru Pembelajaran sebagai Referensi Bagi Guru/ Pendidik dalam Implementasi Pembelajaran yang Efektif dan berkulitas, Jakarta: Kencana, 2012.

Harry Alder, Boost Your Intelligen, terj. Christina prianingsih, Jakarta: Erlangga, 2001.

Hasan, Aliah B. Purwakania, Psikologi Perkembangan Islami, Jakarta: Raja Grafindo, 2006.

Hude, Darwis, *Emosi Khazanah Kajian Al Qur'an,* Jakarta: Erlangga, 2006.

Iriana, Niken- 2009. Perilaku Asertif. www.rumah-optima.com.

Michelson, L., Sugai, P..D., Wood, R.P, and Kazdin, E.A. Social Skills Assesment and Training with Children. New York: Plenum Press. 1985.

Munir, Ahmad, Kepekaan Nurani, Ponorogo: STAIN Po Press, 2012.

Najati, Ustman, *Psikologi dalam Al Qur'an Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan* Gangguan Kejiwaan, terj. Zaka Al Farisi, (Bandung: Pustaka setia, 2005

Najati, Utsman, *Psikologi Qur'ani dari Jiwa Hingga Ilmu Laduni,* Bandung: Marja, 2010.

Netty Hartati dkk, Islam dan Psikologi, Jakarta: Rajawali Pers, 2005.

Palmquist, Stephen, Fondasi Psikologi Perkembangan, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Safaria, Triantoro dan Saputra, Nofrans, Eka Manajemen Emosi, Jakarta, Bumi Aksara, 2009.

Santoso, Slamet, Teori-Teori Psikologi Sosial, Bandung: RefikaAditama, 2010.

Sapuri, Rafy, Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009.

Shaleh, Abdul Rahman, Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam, Jakata: Kencana, 2009.

Sobur, Alex, Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah, Bandung : Pustaka Setia, 2003.

Srijanti dkk, Etika Membangun Masyarakat Islam, Yogyakarta: Universitas Mercu Buana, 2009.

Sudarsih, Wati, Keterampilan Sosial, 2011. Pdf.

Sugiono, Memahami Penelitian Kualitatif, Bandung: CV Alfabeta, 2005.

Suyono, Hadi, Social Intelligence, Yogyakarta: Arruz, 2007.

Thalib, Syamsul Bachri, Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif, Kencana: Jakarta, 2010.

Tri Sagirani, Pengembangan dalam http://blog.stikom./social-skills.

Walgito, Bimo, Psikologi Sosial Suatu Pengantar, Yogyakarta: Andi, 2003.