

SELF REGULATION DALAM PERSPEKTIF HADIST TEMATIK

Ibadurrahman

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
ibadurrahman18@gmail.com

Muhammad Alif

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
muhammad.alif@uinbanten.ac.id

Abstract

Self-control is a fundamental moral value in Islam that is strongly reflected in the hadiths of the Prophet Muhammad (peace be upon him), yet its discussion is often fragmented and treated merely in a normative manner. This article aims to examine the concept of self-control from the perspective of thematic hadith by analyzing its forms, ethical principles, and implications for individual and social life. This study employs a qualitative approach with library research as its primary method. Data were collected from primary hadith sources through thematic exploration using keywords related to self-control, such as patience, emotional regulation, restraint of desires, and moderation. The collected data were analyzed using classification and content interpretation techniques. The findings indicate that self-control in hadith encompasses several key dimensions, including emotional regulation, control of speech, and behavioral restraint in various contexts. The hadiths of the Prophet (peace be upon him) emphasize self-control as a marker of strong faith and moral maturity, while also establishing ethical boundaries such as the prohibition of excessiveness, uncontrolled anger, and submission to unrestrained desires. In terms of implications, self-control plays a significant role in shaping balanced character, maintaining social harmony, and fostering stable interpersonal relationships. Therefore, the concept of self-control within the framework of thematic hadith represents not only a spiritual and normative teaching but also a relevant ethical guideline for addressing contemporary social challenges.

Keywords: *Self-Control, Hadith, Thematic Hadith, Islamic Ethics, Moral Character*

Abstrak

Pengendalian diri merupakan salah satu nilai fundamental dalam ajaran Islam yang tercermin secara kuat dalam hadis-hadis Nabi Muhammad Saw., namun kajiannya sering kali masih bersifat parsial dan normatif. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji konsep pengendalian diri dalam perspektif hadis melalui pendekatan hadis tematik dengan menelusuri bentuk, prinsip, dan implikasinya dalam kehidupan individu dan sosial. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian

kepuustakaan (library research). Data diperoleh dari kitab-kitab hadis primer melalui penelusuran tematik menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan pengendalian diri, seperti kesabaran, pengendalian emosi, penguasaan hawa nafsu, dan sikap moderat. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik klasifikasi dan interpretasi konten hadis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengendalian diri dalam hadis mencakup beberapa dimensi utama, antara lain pengendalian emosi, lisan, dan perilaku dalam berbagai situasi. Hadis-hadis Nabi Saw. menegaskan pentingnya pengendalian diri sebagai indikator kekuatan iman dan kematangan moral, serta menetapkan batasan etis seperti larangan bersikap berlebihan, meluapkan amarah, dan mengikuti hawa nafsu secara tidak terkendali. Dari segi implikasi, pengendalian diri berperan signifikan dalam membentuk kepribadian yang seimbang, menjaga keharmonisan sosial, dan menciptakan stabilitas hubungan antarmanusia. Dengan demikian, konsep pengendalian diri dalam perspektif hadis tematik tidak hanya bersifat spiritual-normatif, tetapi juga relevan sebagai pedoman etis dalam menghadapi tantangan kehidupan kontemporer.

Kata kunci: Pengendalian Diri, Hadis, Hadis Tematik, Akhlak, Etika Islam.

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sosial manusia, pengendalian diri merupakan aspek fundamental yang berperan penting dalam menjaga stabilitas emosi, keharmonisan hubungan, serta kualitas interaksi antarmanusia. Kemampuan menahan amarah, mengelola dorongan nafsu, dan mengontrol respons terhadap situasi konflik menjadi indikator kedewasaan moral seseorang. Dalam lingkup pergaulan sehari-hari, pengendalian diri berfungsi sebagai mekanisme internal yang mencegah individu bertindak reaktif, impulsif, dan merugikan orang lain, sekaligus menjaga tatanan sosial tetap berjalan secara beradab.¹

Namun, realitas sosial kontemporer menunjukkan bahwa pengendalian diri menghadapi tantangan yang semakin kompleks. Perkembangan teknologi komunikasi dan media sosial mendorong pola interaksi yang cepat, terbuka, dan sering kali minim refleksi etis. Ekspresi emosi seperti kemarahan, ketersinggungan, dan pelampiasan frustrasi kerap disalurkan secara langsung di ruang publik digital. Kondisi ini menyebabkan meningkatnya konflik verbal, ujaran kebencian, serta perilaku impulsif yang mencerminkan lemahnya kontrol diri dalam berkomunikasi.²

¹ Bimbingan et al., "HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI SISWA SEKOLAH MENEGAH PERTAMA."

² Kurnia, "Dan Media Baru : Implikasi Terhadap Teori Komunikasi."

Perbedaan konteks antara interaksi langsung dan ruang digital memperlihatkan pergeseran mekanisme pengendalian diri. Dalam interaksi tatap muka, norma sosial, kehadiran fisik, dan ikatan emosional berperan sebagai kontrol eksternal yang menahan individu dari perilaku berlebihan. Sebaliknya, ruang digital yang bersifat anonim dan luas sering kali melemahkan kontrol tersebut, sehingga individu lebih mudah mengekspresikan emosi tanpa mempertimbangkan dampak moral dan sosialnya. Fenomena ini menunjukkan bahwa pengendalian diri bukan sekadar persoalan personal, melainkan memiliki implikasi etis dan sosial yang luas.³

Dalam tradisi Islam, pengendalian diri menempati posisi sentral dalam pembentukan akhlak. Nabi Muhammad Saw. memberikan teladan nyata dalam mengelola emosi, menahan amarah, serta menguasai hawa nafsu dalam berbagai situasi kehidupan. Hadis-hadis Nabi menegaskan bahwa kekuatan sejati seseorang tidak terletak pada kemampuan fisik atau dominasi terhadap orang lain, melainkan pada kemampuannya mengendalikan diri, khususnya ketika berada dalam kondisi emosional yang tidak stabil. Prinsip ini menunjukkan bahwa pengendalian diri dalam Islam merupakan manifestasi dari kematangan iman dan kedalaman akhlak.⁴

Urgensi mengkaji pengendalian diri dalam perspektif hadis⁵ semakin menguat ketika melihat realitas sosial yang sarat dengan konflik emosional, baik dalam relasi personal maupun ruang publik. Banyak permasalahan sosial berawal dari kegagalan individu dalam mengendalikan amarah, ucapan, dan perilaku. Oleh karena itu, nilai-nilai pengendalian diri yang diajarkan Nabi Saw. menjadi rujukan normatif yang relevan untuk membangun interaksi sosial yang sehat, moderat, dan berorientasi pada kemaslahatan umat.⁶

Secara akademik, kajian pengendalian diri dapat dihubungkan dengan studi akhlak Islam, etika komunikasi, serta psikologi moral. Konsep-konsep seperti *ṣabr*, *ḥilm*, *mujāhadat al-nafs*, dan pengendalian lisan dalam hadis merepresentasikan kerangka etis yang menekankan keseimbangan antara dorongan internal dan norma moral. Hadis-hadis yang membahas pengendalian diri memberikan panduan

³ Empati et al., "KONSUMTIF PEMBELIAN GADGET PADA MAHASISWA TEKNIK INDUSTRI UNIVERSITAS DIPONEGORO Adalah Kepribadian . Munandar (2001) Bahwa Kontrol Diri Yaitu Kemampuan Untuk."

⁴ Bimbingan et al., "HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI SISWA SEKOLAH MENEGAH PERTAMA."

⁵ Azizah, Islam, and Sunan, "Urgensi Pengajaran Hadits Mujahadah An-Nafs Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Dalam Perspektif Emile Durkheim."

⁶ Barri et al., "Etika Islam Sebagai Perspektif Hukum Kontemporer Fondasi Normatif Yang Dapat Memperkaya Wacana Hukum Global . Auda , J . (2010). Maqasid Al-Shariah as Philosophy of Islamic Law : A Systems Approach . London : IIIT ."

sehingga tidak dapat diukur secara kuantitatif.¹³ Data yang dikaji bersifat deskriptif-kualitatif, yakni data yang disajikan dalam bentuk narasi, teks hadis, penjelasan dari ulama, serta studi ilmiah yang mengulas konsep pengendalian diri (self regulation) dalam perspektif Islam.¹⁴

Fokus utama penelitian ini adalah mengeksplorasi dan memahami konsep pengendalian diri yang tercermin dalam hadis-hadis Nabi ﷺ dengan menggunakan pendekatan tematik.¹⁵ Metode ini diterapkan untuk mengumpulkan hadis-hadis yang memiliki tema serupa, lalu dianalisis secara menyeluruh untuk mengidentifikasi prinsip-prinsip pengendalian diri yang bersifat universal dan berkaitan dengan kehidupan manusia, baik di tingkat personal maupun sosial.

Data dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu sumber primer dan sumber sekunder.¹⁶ Sumber primer diambil dari kitab-kitab hadis Mashādir Ashliyah yang dapat diakses secara digital dan online, contohnya Maktabah Syamilah, Ensiklopedia Hadis 9 Imam, dan Hadis Soft.¹⁷ Platform ini digunakan karena menyediakan hadis secara terstruktur, lengkap dengan informasi sanad, matan, dan klasifikasi kualitas hadis, sehingga proses penelusuran dan validasi data menjadi lebih mudah.

Sumber data sekunder meliputi berbagai literatur pendukung seperti artikel jurnal ilmiah, buku-buku etika dan tasawuf, karya para ulama baik klasik maupun modern, serta hasil penelitian sebelumnya yang membahas pengendalian diri, manajemen emosi, kesabaran, dan pengembangan karakter dari sudut pandang Islam.¹⁸ Sumber-sumber sekunder ini bertujuan untuk memperkaya analisis, memberikan konteks teoritis, serta memperkuat pemahaman terhadap hadis-hadis yang diteliti.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan studi kepustakaan, yaitu menelusuri literatur baik cetak maupun digital serta memanfaatkan mesin pencari hadis online.¹⁹ Proses ini bertujuan untuk mengenali hadis-hadis yang berkaitan

¹³ Muhammad et al., "Ar Rasyiid."

¹⁴[https://books.google.co.id/books?id=OYXtEAAAQBAJ&lpg=PP1&ots=C-1ncKtght&dq=penjelasan%20dari%20ulama%2C%20serta%20studi%20ilmiah%20yang%20mengulas%20konsep%20pengendalian%20diri%20\(self%20regulation\)%20dalam%20perspektif%20Islam.&lr&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=OYXtEAAAQBAJ&lpg=PP1&ots=C-1ncKtght&dq=penjelasan%20dari%20ulama%2C%20serta%20studi%20ilmiah%20yang%20mengulas%20konsep%20pengendalian%20diri%20(self%20regulation)%20dalam%20perspektif%20Islam.&lr&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q&f=false)

¹⁵ Aly and Alif, "Ma'had Aly."

¹⁶ Haifa et al., "Identifikasi Variabel Penelitian , Jenis Sumber Data Dalam Penelitian Pendidikan Pendidikan Bahasa Arab / Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang Berubah Tergantung Situasi Tertentu . (Arib , M . F . , Dkk , 2024)."

¹⁷ Saw et al., "Kata Kunci: Sejarah, Perkembangan Kajian Hadits, Kontemporer, Digitalisasi."

¹⁸ Karakter, "PASCASARJANA PROGRAM MAGISTER INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PADANGSIDIMPUAN."

¹⁹ Hamid, "Peran Website Dalam Penyebaran Hadis Di Era Digital Abstract : Keywords : Abstrak :"

dengan pengendalian diri, seperti hadis mengenai kesabaran (ṣabr)²⁰, pengendalian kemarahan (kaẓm al-ghayẓ), pengendalian nafsu (nafs), konsistensi dalam beramal (istiḳāmah), serta larangan atas perilaku impulsif dan merusak. Hadis-hadis yang ditemukan kemudian dipilih berdasarkan kesesuaian tema dan kejelasan arti.

Analisis data dilaksanakan secara bertahap dan teratur. Tahap pertama adalah pengumpulan data, yaitu mengumpulkan semua hadis yang berhubungan dengan tema pengaturan diri.²¹ Langkah berikutnya adalah mengklasifikasikan data berdasar kesamaan arti dan konteks, sehingga terbentuk kelompok-kelompok hadis yang merefleksikan aspek-aspek spesifik dari pengendalian diri. Tahap akhir merupakan interpretasi data melalui analisis konten hadis guna mengeksplorasi nilai-nilai etis, prinsip moral, serta batasan perilaku yang ada di dalamnya.

Dengan lebih rinci, tahapan analisis metode tematik hadis dalam penelitian ini mencakup:

Menentukan tema utama penelitian, yaitu “Regulasi Diri dalam Pandangan Hadis Tematik.”

1. Meneliti dan mengumpulkan hadis-hadis yang baik secara eksplisit maupun implisit berkaitan dengan konsep pengendalian diri sebagai landasan pengambilan sampel data.
2. Membagi teks hadis beserta penjelasannya ke dalam bagian-bagian bermakna melalui tahap coding, yang meliputi open coding untuk menemukan konsep dasar dan axial coding untuk mengaitkan konsep-konsep yang berhubungan.
3. Mengategorikan hasil axial coding ke dalam kode final (selective code) yang menyusun kerangka tema utama penelitian.
4. Mengatur kode-kode akhir itu ke dalam kategori analitis yang mencerminkan dimensi pengaturan diri, seperti pengendalian emosi, pengelolaan dorongan, disiplin diri, keteraturan perilaku, serta pengekangan sikap berlebihan.
5. Menganalisis hubungan antar kategori secara komparatif untuk mengidentifikasi pola-pola etika dan prinsip normatif pengendalian diri dalam hadis.

²⁰ Hayati, “Pedagogi Kesabaran Dalam Al- Qur’ an : Suatu Kajian Eksegetis Terhadap Surah Al-Baqarah Ayat 153 – 157.”

²¹ Belakang, “BAB I PENDAHULUAN.”

6. Mengulangi analisis secara reflektif hingga mencapai struktur tema yang konsisten dan terorganisir, selanjutnya menyajikannya dalam bentuk narasi interpretatif sebagai gambaran konseptual self regulation dari sudut pandang hadis.

Pembahasan dalam studi ini memiliki sifat normatif dan preskriptif, sebab bertujuan untuk menekankan nilai-nilai etika serta pedoman perilaku yang terdapat dalam hadis-hadis Nabi ﷺ. Penelitian ini tidak menitikberatkan pada tokoh atau peristiwa sejarah tertentu, tetapi pada pesan moral yang bisa dijadikan acuan dalam pembentukan karakter seseorang dan penguatan etika sosial, termasuk dalam konteks kehidupan kontemporer dan ruang digital.

Dalam penyampaian data, jika penelitian ini mencantumkan ayat al-Qur'an atau hadis, hanya segmen teks yang berkaitan dengan analisis yang ditunjukkan. Penulisan lafaz Arab secara utuh tidak selalu diterapkan; sebagai alternatif, digunakan transliterasi Latin yang sesuai dengan petunjuk akademik, seperti *ṣabr*, *nafs*, dan *istiḳāmah*. Pendekatan ini diterapkan untuk mempertahankan efektivitas penulisan ilmiah serta disesuaikan dengan standar dan gaya penyuntingan jurnal akademik yang diterima.

HASIL PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian

Studi ini menunjukkan bahwa konsep kontrol diri dalam hadis Nabi ﷺ mencakup banyak aspek dan terorganisir. Dengan metode hadis tematik (*al-ḥadīṣ al-mawḍū'ī*), hadis-hadis yang berhubungan dengan pengendalian diri dikumpulkan dari berbagai kitab hadis utama dengan memanfaatkan kata kunci yang sesuai, seperti pengendalian perasaan, pengawasan lisan, pengaturan syahwat, pengendalian nafsu, dan kesabaran.

Berdasarkan hasil pencarian dan pemilihan data, teridentifikasi 15 hadis yang secara signifikan mencerminkan nilai-nilai pengendalian diri dalam Sunnah Nabi. Hadis-hadis itu kemudian dianalisis dengan proses pengkodean tematik untuk mengidentifikasi kesamaan makna dan arah nilai. Analisis menunjukkan bahwa konsep pengendalian diri dalam hadis Nabi tidak berdiri sendiri sebagai ajaran, tetapi terwujud dalam beberapa dimensi yang saling mendukung, baik di aspek personal, sosial, maupun spiritual.

Dari proses pengelompokan tematik tersebut, teridentifikasi lima tema utama yang membangun kerangka konseptual pengendalian diri menurut perspektif hadis Nabi, yaitu: pengendalian emosional, pengendalian ucapan, pengendalian keinginan, pengendalian nafsu dan arah hidup, serta kesabaran sebagai kekuatan spiritual.

Gambar²² klarifikasi tema hadist self regulation

no	Tema sub /tema hadist	Kode id
1	Pengendalian emosi dan amarah a. Kekuatan Sejati dalam Mengendalikan Amarah b. Larangan Marah sebagai Wasiat Nabi c. Keutamaan Menahan Amarah dan Balasannya di Akhirat d. Keutamaan Memaafkan dan Menahan Diri dari Pembalasan	a. HR bukhori NO 6114 b. HR bukhori NO 6116 c. HR Abu Dawud 777 d. HR muslim NO 2588
2	PENGENDALIAN LISAN DAN UCAPAN A. Menjaga Lisan sebagai Cermin Keimanan B. Bahaya Ucapan dan Dampaknya terhadap Keselamatan Akhirat C. Meninggalkan Hal yang Tidak Bermanfaat sebagai Tanda Kesempurnaan Islam.	a. HR bukhori NO 6018 b. HR bukhori NO 6478 c. HR tirmizi NO 2317
3	PENGENDALIAN SYAHWAT DAN KONSUMSI A. Pengendalian Syahwat melalui Pernikahan dan Puasa B. Larangan Berlebih-lebihan dalam Memanfaatkan Nikmat C. Menjaga Perut sebagai Bentuk Pengendalian Diri	a. HR bukhori NO 5066 b. HR ahmad NO 6648 c. HR tirmizi NO 2380
4	PENGENDALIAN NAFSU DAN ORIENTASI HIDUP A. Kecerdasan Hakiki dalam Mengendalikan Hawa Nafsu B. Zuhud terhadap Dunia sebagai Jalan Cinta Allah dan Manusia	a. HR tirmizi NO 2459 b. HR ibn majah NO 4102 c. HR bukhori NO 6436

²²https://docs.google.com/document/d/1PxIAKmYTsSZEe_6ScSxWwRxLAPYQOHb1/edit?usp=drivesdk&ouid=115058639937373462588&rtpof=true&sd=true

	C. Bahaya Ketamakan dan Pentingnya Menahan Keinginan Dunia	
5	KESABARAN DAN PENGUATAN SPIRITUAL A. Kesabaran Sejati saat Menghadapi Ujian Pertama B. Pengendalian Emosi melalui Ibadah Puasa Sunnah	a. HR bukhori NO 1283 b. HR muslim NO 1134

diskusi

Pengendalian emosi dan amarah

Hadist hadist terkait pengendalian emosi dan amarah:

يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ (Mampu menguasai diri ketika marah.)²³

لَا تَغْضَبْ (Jangan marah.)²⁴

كَطَمَ الْغَيْظِ (Menahan marah.)²⁵

بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا (Memaafkan tidak menambah apa pun selain kemuliaan.)²⁶

a. Kekuatan Sejati dalam Mengendalikan Amarah

Hadis Nabi Saw. menilai kemampuan mengendalikan emosi sebagai indikator utama dari kekuatan sejati seorang individu.²⁷ Ungkapan “yamliku nafsahu ‘inda al-ghaḍab” menggambarkan bahwa kekuatan tidak terkait dengan penguasaan fisik atau mengalahkan orang lain, tetapi dengan kemampuan mengendalikan diri saat emosi sedang tinggi. Dalam pandangan etika profetik, pengendalian diri adalah wujud jihad batin yang memerlukan kesadaran moral dan kematangan spiritual. Amarah yang tidak terkontrol dapat mendorong individu untuk melakukan tindakan impulsif yang merusak struktur sosial dan norma-norma keadilan.

Lebih lanjut, ungkapan ini menunjukkan bahwa pengendalian emosi bukanlah sikap menahan perasaan, tetapi kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan emosi dengan cara yang positif.²⁸ Nabi Saw. tidak mengingkari adanya emosi marah

²³ Abū ‘Abdillāh Muḥammad ibn Ismā‘īl ibn Ibrāhīm ibn al-Muḡīrah al-Ju‘fiy al-Bukhāriy, *Al-Jāmi‘ al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min Umūr Rasūl Allāh Ṣallā Allāh ‘alaih wasallam wa Sunanih wa Ayyāmih*, ed. Muḥammad Zuhair ibn Nāṣir al-Nāṣir, vol.28 (Dār Ṭauq al-Najāt, 1422), p.8

²⁴ Abū ‘Abdillāh Muḥammad ibn Ismā‘īl ibn Ibrāhīm ibn al-Muḡīrah al-Ju‘fiy al-Bukhāriy, *Al-Jāmi‘ al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min Umūr Rasūl Allāh Ṣallā Allāh ‘alaih wasallam wa Sunanih wa Ayyāmih*, ed. Muḥammad Zuhair ibn Nāṣir al-Nāṣir, vol.28 (Dār Ṭauq al-Najāt, 1422), p.8

²⁵ Sulaimān ibn al-Asy‘ās ibn Ishāq ibn Basyīr ibn Syidād ibn ‘Amru al-Azdiy al-Sijistāniy Abū Dāwud, *Sunan Abi Dāwud*, ed. Syu‘aib al-Arna‘ūt and Muḥammad Kāmil Qurah Balaliy, vol. 157 (Dār al-Risālah al-‘Ālamiyah, 2009), p. 7

²⁶ Muslim Ibn al-Ḥajjāj, *Al-Musnad Al-Ṣaḥīḥ Al-Mukhtaṣar Bi Naql Al-‘Adl ‘an Al-‘Adl Ilā Rasūl Allāh Ṣallā Allāh ‘alaih Wasallam*, ed. Muḥammad Fu‘ād ‘Abd al-Bāqī, vol. 2001 (Dār Iḥyā’ al-Turās al-‘Arabiyy, 1955), p. 4

²⁷ Affandi et al., “Tingkat Pengendalian Emosi Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma Angkatan 2023 Alfonsus Tegar Wahyu Budi Kurnia Hubungan Sosial Mahasiswa . Mahasiswa Yang Mampu Mengendalikan Emosinya Dengan.”

²⁸ Ulya, “NEGATIF PERSPEKTIF AL- QUR ’ AN.”

sebagai bagian dari sifat manusia, namun menekankan pentingnya pengendalian agar emosi itu tidak melampaui batas norma dan hukum. Oleh karena itu, kekuatan hakiki dalam Islam bersifat internal, reflektif, dan fokus pada pengembangan karakter yang mulia.

b. Larangan Marah sebagai Wasiat Nabi

Larangan Nabi Saw. yang diungkapkan melalui ungkapan singkat “lā taghḍab” mencerminkan cara komunikasi profetik yang mudah dipahami tetapi kaya akan makna normatif. Wasiat ini disampaikan dalam konteks pendidikan akhlak, menekankan bahwa kemarahan adalah jalur menuju berbagai penyimpangan perilaku jika tidak diatur.²⁹ Kesederhanaan penyampaian itu menegaskan bahwa pengelolaan emosi adalah prinsip fundamental yang dapat dimengerti dan diterapkan oleh seluruh kalangan masyarakat tanpa memerlukan penjelasan yang rumit.

Dalam hadis-hadis tematik mengenai kemarahan, larangan ini berperan sebagai pengingat awal agar seseorang tidak menjadikan kemarahan sebagai landasan dalam bersikap dan membuat keputusan. Kemarahan yang tidak ditangani bisa menghalangi akal sehat dan hati nurani, sehingga membingungkan pertimbangan etis.³⁰ Dengan demikian, pesan “jangan marah” dapat diartikan sebagai dorongan untuk menjaga ketenangan jiwa dan kejernihan pikiran dalam setiap keadaan, terutama ketika menghadapi provokasi dan pertikaian antarpribadi.

c. Keutamaan Menahan Amarah dan Balasannya di Akhirat

Konsep *kazmu al-ghaiz* atau menahan kemarahan memiliki peranan penting dalam ajaran etika Islam. Menahan kemarahan tidak hanya berarti menyimpan emosi, tetapi juga mengelolanya dengan penuh kesadaran dan kesabaran agar tidak ditunjukkan dalam bentuk yang merusak. Dalam hadis-hadis Nabi Saw., perilaku ini berhubungan dengan nilai luhur yang tinggi serta imbalan yang mulia di kehidupan setelah mati.³¹ Ini menunjukkan bahwa kontrol emosi memiliki aspek eskatologis yang kuat.

Keutamaan mengendalikan kemarahan juga mencerminkan hubungan antara etika pribadi dan tanggung jawab spiritual.³² Orang yang dapat mengendalikan

²⁹ Hapizin and Ihsan, “Khairul Hapizin & Muh. Ihsan, Nilai Pendidikan Karakter ... Ta'dib : Volume 15, No 2 (Juli- Des 2017).”

³⁰ <https://books.google.co.id/books?id=EFw9DwAAQBAJ&lpg=PA27&ots=OwSiGo555p&dq=Kemarahan%20yang%20tidak%20ditangani%20bisa%20menghalangi%20akal%20sehat%20dan%20hati%20nurani%2C%20sehingga%20membingungkan%20pertimbangan%20etis&lr&hl=id&pg=PA27#v=onepage&q&f=false>

³¹ Bebasan and Paribasa, “Menggali Nilai Kearifan Lokal Budaya Jawa Lewat Ungkapan (Bebasan, Saloka, Dan Paribasa).”

³² Noviani, “Peran Ayat-Ayat Al- Qur ’ an Dalam Pembentukan Karakter Spiritual : Tinjauan Psikologi Islam The Role of Al-Qur ’ an Verses in the Formation of Spiritual Character : A Review of Islamic Psychology.”

kemarahan memperlihatkan disiplin dalam jiwa dan keyakinan yang kuat terhadap keadilan Tuhan, sehingga tidak cepat-cepat melepaskan emosi atau melakukan tindakan balas dendam. Oleh karena itu, pengelolaan amarah dianggap sebagai bentuk ibadah yang berpengaruh langsung terhadap kualitas hubungan manusia dengan Tuhan dan dengan orang lain.

d. Keutamaan Memaafkan dan Menahan Diri dari Pembalasan

Hadis yang menyebutkan bahwa Allah tidak memberikan kepada seorang hamba dengan sikap memaafkan selain kemuliaan menegaskan bahwa memaafkan adalah puncak pengendalian emosi.³³ Sikap pemaafan bukan muncul dari kelemahan, tetapi dari kekuatan dalam diri dan ketenangan jiwa. Dalam situasi ini, memberi maaf menjadi wujud nyata dari kemampuan mengendalikan kemarahan dan menahan diri dari keinginan untuk melakukan balasan.

Secara sosial, perilaku memaafkan memiliki peran vital dalam memelihara keharmonisan dan keberlangsungan hubungan antar manusia. Memberikan maaf menghentikan siklus konflik dan mencegah meningkatnya permusuhan yang terus-menerus. Secara spiritual, memaafkan merupakan cara untuk meningkatkan martabat dan kehormatan di hadapan Allah, seperti yang dijelaskan dalam hadis.³⁴ Oleh karena itu, pengendalian emosi, menahan kemarahan, dan memberi maaf membentuk satu kesatuan nilai etika yang saling terkait dalam membangun kepribadian Muslim yang dewasa, berakhlak, dan berfokus pada kebaikan bersama.

pengendalian lisan dan ucapan

Hadist hadist terkait pengendalian lisan dan ucapan:

فَلْيُكَلِّمْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ (Hendaklah berkata baik atau diam.)³⁵

كَلِمَةٌ مِنْ رِضْوَانِ اللَّهِ (Ucapan yang diridai Allah.)³⁶

³³ Simamora and Harahap, "Implikasi Sikap Memaafkan Terhadap Kualitas Manusia : Studi Tafsir Al-Alusi Terhadap Mahasiswa Dan Masyarakat Muslim Di Kota Medan."

³⁴ Andini, Maysaroh, and Ningsih, "SHADAQAH DALAM PERSPEKTIF HADIS: Membangun Motivasi Spiritual Untuk Kehidupan Yang Lebih Bermakna."

³⁵ Abū 'Abdillāh Muḥammad ibn Ismā'īl ibn Ibrāhīm ibn al-Muḡīrah al-Ju'fīy al-Bukhāriy, *Al-Jāmi' al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min Umūr Rasūl Allāh Ṣallā Allāh 'alaih wasallam wa Sunaniḥ wa Ayyāmih*, ed. Muḥammad Zuhair ibn Nāṣir al-Nāṣir, vol.28 (Dār Ṭauq al-Najāt, 1422), p.8

³⁶ Abū 'Abdillāh Muḥammad ibn Ismā'īl ibn Ibrāhīm ibn al-Muḡīrah al-Ju'fīy al-Bukhāriy, *Al-Jāmi' al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min Umūr Rasūl Allāh Ṣallā Allāh 'alaih wasallam wa Sunaniḥ wa Ayyāmih*, ed. Muḥammad Zuhair ibn Nāṣir al-Nāṣir, vol.101(Dār Ṭauq al-Najāt, 1422), p.8

كَلِمَةٌ مِنْ سَخَطِ اللَّهِ (Ucapan yang dimurkai Allah.)³⁷

a. Menjaga Lisan sebagai Cermin Keimanan

Hadis Nabi Saw. menegaskan bahwa pengendalian ucapan adalah cerminan langsung dari tingkat keimanan seseorang.³⁸ Ungkapan “falyakul khayran aw liyaşmut” mencerminkan prinsip utama etika komunikasi dalam Islam, yaitu berbicara dengan baik atau memilih untuk diam jika tidak dapat memberikan manfaat. Frasa ini menjadikan lisan sebagai alat moral yang tidak bersifat netral, melainkan sebagai media yang dapat meningkatkan atau menurunkan derajat seorang mukmin. Dengan demikian, pengendalian ucapan menjadi tanda kesadaran iman dan kematangan spiritual.

Dalam pandangan komunikasi profetik, anjuran untuk berbicara baik atau diam tidak hanya normatif, tetapi juga bersifat pencegahan³⁹. Nabi Saw. mendorong umatnya untuk memahami akibat dari setiap perkataan yang diucapkan, baik dalam hubungan sosial maupun dalam tanggung jawab spiritual. Diam dalam konteks ini bukanlah sikap yang tidak aktif, melainkan keputusan etis ketika perkataan dapat menyebabkan bahaya. Maka dari itu, merawat ucapan dimaknai sebagai praktik kesadaran diri yang berkelanjutan dan cerminan iman yang dewasa.

b. Bahaya Ucapan dan Dampaknya terhadap Keselamatan Akhirat

Hadis-hadis Nabi Saw. menunjukkan bahwa perkataan memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap keselamatan di akhirat.⁴⁰ Ungkapan “kalimatun min riđwānillāh” dan “kalimatun min sakhaṭillāh” menunjukkan bahwa satu pernyataan dapat menjadi penyebab turunnya rida atau murka Allah. Ini menegaskan bahwa lisan bukan hanya alat komunikasi sosial, melainkan juga sebagai penentu posisi spiritual seseorang di hadapan Allah.

Bahaya dari pernyataan terletak pada karakternya yang sering diabaikan, meskipun mengandung akibat yang serius. Kata-kata yang diucapkan tanpa pemikiran dapat merusak martabat orang lain, memicu perselisihan, dan menjerumuskan pelakunya ke dalam kesalahan. Dalam konteks ini, Nabi Saw.⁴¹ mengingatkan umatnya untuk tidak menganggap enteng kata-kata, karena keselamatan di akhirat bisa

³⁷ Abū 'Īsā Muḥammad ibn 'Īsā ibn Saurah ibn Mūsā al-Ḍaḥḥak al-Tirmiziy, *Al-Jāmi' Al-Kabir (Sunan Al-Tirmiziy)*, ed. Basysyār 'Awad Ma'rūf, vol. 148 (Beirut: Dār al-Garb al-Islāmiy, 1996), p. 4

³⁸ Ginting, “Peran Kecerdasan Emosional Berbasis Nilai-Nilai Islam Dalam Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi.”

³⁹ E-issn et al., “Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam.”

⁴⁰ Ngulwiyah et al., “PERAN ISLAM DALAM MEWUJUDKAN KESELAMATAN HIDUP.”

⁴¹ Lubis and Kadri, “Ujaran Kebencian Di Era Digital (Perspektif Etika Komunikasi AL-Quran Dan Solusinya).”

bergantung pada cara seseorang menggunakan lisannya. Kesadaran terhadap konsekuensi eskatologis dari pernyataan ini mendorong umat Islam untuk lebih waspada, memilih kata-kata dengan cermat, dan bertanggung jawab saat berbicara.

c. Meninggalkan Hal yang Tidak Bermanfaat sebagai Tanda Kesempurnaan Islam

Pengendalian lisan dalam Islam juga tercermin dalam nasihat untuk menghindari perkataan yang tidak berguna.⁴² Prinsip ini sejalan dengan anjuran untuk berbicara baik atau tidak sama sekali, yang menegaskan bahwa tidak semua hal harus diungkapkan. Meninggalkan perkataan yang tidak berarti adalah aspek dari kesempurnaan Islam,⁴³ karena mencerminkan kemampuan individu dalam membedakan antara hal yang bermanfaat dan yang tidak, baik untuk diri sendiri maupun bagi orang lain.

Dalam konteks etika profetik, menjauhi hal yang tidak berguna bukan hanya soal efektivitas komunikasi, tetapi juga mengenai perlindungan hati dan moral. Ucapan yang tidak bermakna sering kali menjadi awal bagi ghibah, kebohongan, dan konflik. Dengan demikian, sikap memilih dalam berbicara menunjukkan kedewasaan iman serta tingkat kesadaran moral yang tinggi. Dengan demikian, pengendalian lisan menjadi elemen penting dalam pembentukan karakter Muslim yang fokus pada kebaikan, keselamatan di akhirat, dan keseimbangan sosial.⁴⁴

pengendalian syahwat dan konsumsi

Hadist hadist terkait pengendalian syahwat dan konsumsi:

تَرْكُهُ مَا لَا يَنْفَعُهُ (Meninggalkan hal yang tidak bermanfaat)⁴⁵

فِي غَيْرِ مَخِيلَةٍ وَلَا سَرْفٍ (Tanpa kesombongan dan tanpa berlebihan.)⁴⁶

تَلْتُّ لِطَعَامِهِ وَتَلْتُّ لِشَرَابِهِ وَتَلْتُّ لِنَفْسِهِ (Sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk napas.)⁴⁷

A. Pengendalian Syahwat melalui Pernikahan dan Puasa

⁴² Islam and Baik, "Cara Bertutur Kata Yang Baik Dalam Islam."

⁴³ Puniman, A. (2018). Keutamaan menjaga lisan dalam perspektif hukum Islam. *Jurnal Yustitia*, 19(2).

⁴⁴ Islam and Baik, "Cara Bertutur Kata Yang Baik Dalam Islam."

⁴⁵ Abū 'Abdillāh Muḥammad ibn Ismā'īl ibn Ibrāhīm ibn al-Muḡīrah al-Ju'fīy al-Bukhārīy, *Al-Jāmi' al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min Umūr Rasūl Allāh Ṣallā Allāh 'alaih wasallam wa Sunanih wa Ayyāmih*, ed. Muḥammad Zuhair ibn Nāṣir al-Nāṣir, vol.3(Dār Ṭauq al-Najāt, 1422), p.7

⁴⁶ Aḥmad Ibn Ḥanbal, *Musnad Al-Imām Aḥmad Ibn Ḥanbal*, ed. Aḥmad Muḥammad Syākir, vol. 321(Kairo: Dār al-Ḥadīṣ, 1995), p. 11

⁴⁷ Abū 'Isā Muḥammad ibn 'Isā ibn Saurah ibn Mūsā al-Ḍaḥḥak al-Tirmizīy, *Al-Jāmi' Al-Kabir (Sunan Al-Tirmiziy)*, ed. Basysyār 'Awad Ma'rūf, vol.188 (Beirut: Dār al-Garb al-Islāmiy, 1996), p.4

Hadis Nabi Saw. menunjukkan bahwa mengendalikan syahwat adalah elemen krusial dalam pembentukan karakter dan kesempurnaan akhlak seorang Muslim. Prinsip “tarkuhu mā lā ya‘nih” (menghindari hal yang tidak berguna)⁴⁸ menjadi dasar etis dalam mengendalikan dorongan naluriah agar tidak melebihi batas. Syahwat yang tidak terarah dapat membawa individu pada tindakan yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Karena itu, Islam menyediakan mekanisme pengendalian yang praktis dan dapat diterapkan, salah satunya melalui pernikahan dan puasa.

Pernikahan berperan sebagai medium saluran syahwat yang sah dan bermartabat, serta mendirikan tanggung jawab moral dan sosial.⁴⁹ Di sisi lain, puasa berfungsi sebagai latihan kontrol diri yang efisien, karena membiasakan seseorang untuk menahan hasrat dasar seperti makan, minum, dan dorongan biologis lainnya. Dalam konteks ini, pengendalian nafsu tidak dipahami sebagai penekanan insting, melainkan sebagai usaha untuk mengatur secara seimbang agar sesuai dengan nilai-nilai keimanan dan kebaikan hidup.⁵⁰

B. Larangan Berlebih-lebihan dalam Memanfaatkan Nikmat

Hadis Nabi Saw. menekankan pentingnya sikap moderat dalam menikmati anugerah Allah, seperti yang tercermin dalam ungkapan “fi ghayri makhīlah wa lā saraf”, yaitu tanpa merasa sombong dan tanpa berlebih-lebihan.⁵¹ Kalimat ini mengisyaratkan bahwa penggunaan nikmat, terutama dalam hal konsumsi, perlu didasari oleh sikap rendah hati dan kesadaran akan batasan. Konsumsi yang berlebihan bukan sekadar masalah etika sosial, melainkan juga menunjukkan kegagalan dalam mengatur nafsu dan hasrat diri.⁵²

Larangan bersikap berlebihan memiliki aspek spiritual dan moral yang signifikan. Konsumsi yang melebihi kebutuhan sering kali menumbuhkan sikap acuh, ketergantungan pada kenikmatan dunia, dan mengurangi kepekaan sosial terhadap sesama. Dengan menekankan prinsip keseimbangan, Nabi Saw. mengarahkan umatnya untuk menjadikan konsumsi sebagai sarana mendukung

⁴⁸ Nz, A., Walidin, W., & Mahmud, S. (2023). Kecerdasan Spritual Tentang Menghindari yang Tidak Bermanfaat dalam Kitab Hadis Arbain Karya Imam Nawawi. *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf Dan Psikoterapi*, 4(1), 18-28.

⁴⁹ Perkawinan, “PERAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM DALAM PENCEGAHAN PERNIKAHAN ANAK : KAJIAN HUKUM ISLAM.”

⁵⁰ Agama, Studi, and Qur, “Pengendalian Nafsu Ammarah Bissu’ Dalam Kisah Nabi Yusuf Dan Relevansinya Dalam Menjaga Iffah Skripsi.”

⁵¹ Sosial, “Di Media Sosial Dan Implikasinya Terhadap Mentalitas Masyarakat.”

⁵² Syakur, Konsumsi, and Kunci, “Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi (STIE) Al-Washliyah Sibolga 557.”

ibadah dan keberlangsungan hidup, bukan sebagai tujuan utama yang menimbulkan sikap hedonis dan angkuh.

C. Menjaga Perut sebagai Bentuk Pengendalian Diri

Salah satu wujud nyata pengendalian nafsu yang ditekankan dalam hadis Rasulullah Saw. adalah menjaga asupan makanan. Ungkapan “*thuluthun liṭa‘āmih, wa thuluthun lisharābih, wa thuluthun linafasih*” memberikan panduan praktis mengenai perbandingan sempurna dalam konsumsi makanan dan minuman.⁵³ Hadis ini menekankan bahwa penguasaan diri berawal dari hal yang paling fundamental, yakni cara seseorang memenuhi kebutuhan fisik mereka.

Merawat perut tidak hanya berpengaruh pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kejernihan pikiran dan keseimbangan spiritual. Kekenyangan yang berlebihan dapat mengurangi semangat beribadah, menurunkan kepekaan moral, dan memperkuat pengaruh hawa nafsu. Karena itu, pengelolaan konsumsi dipahami sebagai elemen dari disiplin diri yang bertujuan membentuk karakter seimbang antara kebutuhan jasmani dan spiritual.⁵⁴ Oleh karena itu, pengendalian nafsu dan konsumsi dalam ajaran Nabi Saw. menciptakan gaya hidup seimbang yang menjadikan manusia sebagai hamba Allah yang dapat mengatur karunia-Nya dengan penuh tanggung jawab.

pengendalian nafsu dan orientasi hidup

Hadist hadist terkait pengendalian nafsu dan orientasi hidup:

مَنْ دَانَ نَفْسَهُ (Orang yang menghisab (mengendalikan) dirinya.)⁵⁵

ازْهَدْ فِي الدُّنْيَا (Bersikap zuhud terhadap dunia.)⁵⁶

لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَانِ مِنْ مَالٍ لَابْتَغَى ثَالِثًا (Seandainya anak Adam memiliki dua lembah harta, niscaya ia akan mencari yang ketiga.)⁵⁷

⁵³ Afriza and Puteri, *BUKU AJAR*.

⁵⁴ Rani, Pamungkas, and Irawan, “Analisis Konsep Permintaan Konsumen Dalam Perspektif Ekonomi Islam Terhadap Nilai Spiritual Dalam Mempengaruhi Permintaan Konsumen Program Studi Akuntansi Syariah, FEBI, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Daya Beli, Tetapi Juga Oleh Kesadaran Religius Dan Etika. Konsumen Muslim Idealnya Tekanan Gaya Hidup Modern Dan Kapitalistik? Penelitian Ini Dilatarbelakangi Oleh Kebutuhan Secara Kalkulatif, Tetapi Juga Etis Dan Spiritual. Dalam Islam, Kegiatan Ekonomi Tidak Lepas Dari.”

⁵⁵ Abū ‘Isā Muḥammad ibn ‘Isā ibn Saurah ibn Mūsā al-Ḍaḥḥak al-Tirmiẓiy, *Al-Jāmi‘ Al-Kabir (Sunan Al-Tirmiẓiy)*, ed. Basysyār ‘Awad Ma‘rūf, vol. 246 (Beirut: Dār al-Garb al-Islāmiy, 1996), p. 4

⁵⁶ Abū ‘Abdillāh Muḥammad ibn Yazīd ibn Mājah, *Sunan Ibn Mājah*, ed. Syu‘aib al-Arna‘ūt, ‘Ādil Mursyid, and ‘Abd al-Laṭīf Haraz Allāh, vol. 225 (Dār al-Risālah al-‘ālamīyyah, 2009), p. 5

⁵⁷ Abū ‘Abdillāh Muḥammad ibn Ismā‘īl ibn Ibrāhīm ibn al-Muḡīrah al-Ju‘fiy al-Bukhāriy, *Al-Jāmi‘ al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min Umūr Rasūl Allāh Ṣallā Allāh ‘alaih wasallam wa Sunanih wa Ayyāmih*, ed. Muḥammad Zuhair ibn Nāṣir al-Nāṣir, vol.92 (Dār Ṭauq al-Najāt, 1422), p.8

A. Kecerdasan Hakiki dalam Mengendalikan Hawa Nafsu

Hadis Nabi Saw. menekankan bahwa kecerdasan dan keberhasilan dalam hidup tidak hanya ditentukan oleh prestasi fisik, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengontrol dan menilai dirinya (man dāna nafsah). Pernyataan ini mengindikasikan bahwa pemahaman diri dan penilaian diri adalah dasar utama dalam mengendalikan keinginan. Orang yang dapat mengevaluasi, memperbaiki, dan memandu dirinya sendiri memiliki kontrol atas hasrat internal yang sering kali membawa individu pada tujuan hidup yang salah.

Dalam sudut pandang etika profetik, pengaturan nafsu dianggap sebagai bentuk kecerdasan sejati karena memerlukan kemampuan refleksi dan tanggung jawab moral. Hawa nafsu tidak dihapuskan, tetapi dikendalikan agar sesuai dengan nilai iman dan tujuan hidup yang lebih mulia. Dengan demikian, kecerdasan dalam perspektif Islam bersifat menyeluruh, meliputi kemampuan intelektual, emosional, dan spiritual yang terjalin dalam pengelolaan diri secara sadar dan berkelanjutan.⁵⁸

B. Zuhud terhadap Dunia sebagai Jalan Cinta Allah dan Manusia

Sikap zuhud terhadap dunia (izhad fī ad-dunyā) memiliki peran yang signifikan dalam membentuk orientasi hidup seorang Muslim. Zuhud tidak berarti menolak sepenuhnya dunia, tetapi sebagai sikap yang tidak menjadikan dunia sebagai sasaran utama. Hadis Nabi Saw. menunjukkan bahwa dengan bersikap zuhud,

⁵⁸ Saffitri et al., "PENDIDIKAN KECERDASAN SPIRITUAL PERSPEKTIF AL-GHAZALI DAN RELEVANSINYA DENGAN EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTIENT (ESQ) PENDAHULUAN Pendidikan Adalah Suatu Proses Untuk Mendewasakan Manusia Dan Memanusiakan Manusia . Melalui Pendidikan , Manusia Dapat Tumbuh Dan Berkembang Secara Wajar Dan Sepurna Sehingga Ia Dapat Melaksanakan Tugas Sebagai Manusia . 1 Saat Ini Masih Banyak Masyarakat Yang Memahami Bahwa Pendidikan Atau Keberhasilan Seseorang Itu Berdasarkan Pada Intelligence Quotient (IQ) Nya . Namun Dalam Perkembangannya , Pengetahuan Kecerdasan Dalam Diri Seseorang Tidak Hanya Dinilai Berdasarkan Intelligence Quotient (IQ) Nya Saja , Melainkan Ada Beberapa Kecerdasan Yang Dapat Menunjang Keberhasilan Seseorang . Arief Rahman Salah Seorang Tokoh Dan Pakar Pendidikan Nasional -Sebagaimana Dikutip Oleh Solahudin- Mengemukakan Bahwa Keberhasilan Seseorang Ditentukan Hanya 20 % Oleh Kecerdasan Pengetahuan Intelligence Quotient (IQ) Dan 80 % Kecerdasan Yang Lain , 2 Salah Satunya Kecerdasan Spiritual (Cerdas Secara Iman) . Kecerdasan Spiritual Berawal Dari Temuan Ilmiah Yang Digagas Oleh Zohar Dan Marshall Yang Menemukan Adanya God Spot Dalam Otak Manusia , Yang Secara Built-in Merupakan Pusat Spiritual , Yang Terletak Di Antara Jaringan Syaraf Dan Otak . Pada God Spot Inilah Sebenarnya Terdapat Fitrah Manusia Yang Terdapat . Kajian Tentang God Spot Inilah Pada Gilirannya Melahirkan Manusia Yang Berkenaan Dengan Usaha Memberikan Penghayatan Bagaimana Agar Hidup Ini Lebih Bermakna . 3 Dalam Konteks Islam , Spiritual Atau Ruhani Mempunyai Hubungan Langsung Dengan Allah Swt . Karena Itu Rasulullah Saw Sangat Menekankan Kepada Penjagaan Ruhani Dan Menegaskan Bahwa Baiknya Seseorang Itu Bermula Dengan Baiknya Ruhani Yang Diistilahkan Beliau Dengan Melatih Al-Qalb . Maka Kunci Untuk Mendapatkan Kecerdasan Spiritual Itu Bermula Dari Hati . Hati Mesti Mempunyai Hubungan Yang Kuat Dengan Allah Swt , Seterusnya Ia Akan Melahirkan Spiritualitas Dan Menghasilkan Kekuatan Luar Biasa Yang Akan Memberi Kesan Sangat Besar Pada Dirinya . Selanjutnya , Akan Bangkitlah Kekuatan , Kecerdasan Dan Muncullah Rasa Tanggung-Jawab Untuk Melakukan Amal . Al-Ghazali Adalah Tokoh Termuka Dalam Kancah Filsafat Dan Tasawuf . Pengaruh Dan Pemikirannya Telah Menyebar Ke Seluruh Dunia Islam . Beliau Adalah Yang Pertama Kali Menggabungkan Antara Sufisme Dan Syari ' Ah Dalam Satu Sistem . Beliau Banyak Mencerahkan Perhatiannya Terhadap Bidang Pengajaran Dan Pendidikan . Dalam Masalah Keu...."

seseorang dapat lebih mudah mengarahkan hidupnya menuju nilai-nilai keimanan, keikhlasan, dan kepedulian terhadap masyarakat.

Zuhud juga berdampak pada interaksi sosial yang lebih baik. Saat cinta terhadap dunia dan materi tidak menguasai hati, seseorang akan terlepas dari sifat serakah, cemburu, dan persaingan yang tidak sehat. Dalam hal ini, zuhud menjadi cara untuk mendapatkan cinta Allah serta perhatian manusia, karena sikap ini mencerminkan jiwa yang lapang, kesederhanaan, dan ketulusan dalam berinteraksi. Dengan begitu, zuhud berperan sebagai penyeimbang antara tuntutan dunia dan tujuan akhirat.⁵⁹

C. Bahaya Ketamakan dan Pentingnya Menahan Keinginan Dunia

Hadis Nabi Saw. yang mengatakan “Jika anak Adam mempunyai dua lembah kekayaan, pasti ia akan mencari lembah ketiga”⁶⁰ mengilustrasikan sifat manusia yang selalu merasa kurang terhadap harta dan kesenangan duniawi. Pernyataan ini mencerminkan bahwa ketamakan adalah hasrat yang terus meningkat apabila tidak diatur. Keinginan yang tidak terkontrol akan membuat manusia terjatuh dalam siklus pencarian dunia yang tiada henti, yang pada akhirnya mengesampingkan aspek spiritual dan moral kehidupan.

Dampak ketamakan tidak hanya dirasakan oleh individu, tetapi juga memengaruhi struktur sosial. Kecenderungan untuk selalu ingin memiliki dapat menimbulkan ketidakadilan, eksploitasi, dan mengurangi rasa empati kepada orang lain.⁶¹ Karena itu, menahan keinginan dunia dianggap sebagai cara yang penting untuk mengendalikan hasrat. Dengan menyadari keterbatasan dunia dan tujuan hidup yang fokus pada nilai akhirat, manusia diarahkan untuk menjalani kehidupan yang seimbang, bertanggung jawab, dan penuh makna.

kesabaran dan penguatan spiritual

Hadist hadist terkait kesabaran dan penguatan spiritual:

إِنَّمَا الصَّبْرُ عِنْدَ الصَّدْمَةِ الْأُولَى (Sesungguhnya kesabaran itu ada pada saat pertama kali tertimpa musibah.)⁶²

⁵⁹ Hafid, “Zuhud Dalam Ajaran ...”

⁶⁰ Hutabarat, S. (2021). *Memuliakan Tuhan Dengan Harta: Mengelola Berkat Finansial Sesuai Standar Firman Tuhan*. PBMR ANDI.

⁶¹ Utami et al., “Etika Emosi Dalam Praktik Keadilan Sosial : Pendekatan Filosofis Terhadap Afeksi Dan Aksi The Ethics of Emotion in Social Justice Practice : A Philosophical Approach to Affection and Action.”

⁶² Abū ‘Abdillāh Muḥammad ibn Ismā‘il ibn Ibrāhīm ibn al-Mugīrah al-Ju‘fiy al-Bukhāriy, *Al-Jāmi‘ al-Musnad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtaṣar min Umūr Rasūl Allāh Ṣallā Allāh ‘alaih wasallam wa Sunanih wa Ayyāmih*, ed. Muḥammad Zuhair ibn Nāṣir al-Nāṣir, vol.79 (Dār Ṭauq al-Najāt, 1422), p.2

فَإِذَا أَصْبَحْتَ مِنْ تَاسِعَةٍ فَأَصْبِحْ صَائِمًا (Jika engkau memasuki hari kesembilan (Muharram), maka berpuasalah pada hari itu.)⁶³

A. Kesabaran Sejati saat Menghadapi Ujian Pertama

Hadis Nabi Saw. menekankan bahwa inti dari kesabaran terdapat pada reaksi pertama seseorang saat mengalami musibah, seperti yang tercermin dalam ungkapan “innamā aṣ-ṣabru ‘inda aṣ-ṣadmah al-ūlā”. Ungkapan ini mengindikasikan bahwa nilai kesabaran tidak dinilai dari kemampuan untuk menahan diri setelah emosi reda, tetapi dari sikap batin dan respons spontan ketika ujian tiba-tiba muncul. Pada fase ini, emosi manusia mencapai titik paling rentan, sehingga kemampuan mengendalikan diri menjadi sangat penting bagi kualitas iman seseorang.⁶⁴

Dalam pandangan etika profetik, kesabaran saat pertama kali menghadapi musibah menunjukkan kedalaman iman dan ketahanan spiritual. Respon awal individu mencerminkan seberapa besar ia dapat menerima ketetapan Allah dengan ikhlas dan penuh tawakal. Kesabaran seperti ini tidak berarti menghapus rasa sedih atau duka, tetapi lebih pada mengelola emosi tersebut agar tidak berubah menjadi keluhan, penolakan, atau sikap protes terhadap nasib. Oleh karena itu, kesabaran yang hakiki berperan sebagai dasar penguatan mental dan spiritual saat menghadapi perubahan hidup.⁶⁵

B. Pengendalian Emosi melalui Ibadah Puasa Sunnah

Penguatan spiritual dalam ajaran Nabi Saw. dapat terwujud tidak hanya melalui sikap batin, tetapi juga melalui praktik ibadah yang melatih pengendalian diri, seperti puasa sunnah.⁶⁶ Hadis yang mendorong puasa pada tanggal sembilan Muharram, seperti dalam ungkapan “fa idzā aṣbaḥta min tāsi‘ah fa aṣbiḥ ṣā’iman”, menunjukkan bahwa puasa memiliki aspek edukatif dalam membangun kesabaran dan kestabilan emosi. Puasa mengajarkan manusia untuk menahan kebutuhan dasar, seperti makan, minum, dan nafsu, sehingga meningkatkan kemampuan pengendalian diri.⁶⁷

⁶³ Aḥmad Ibn Ḥanbal, *Musnad Al-Imām Aḥmad Ibn Ḥanbal*, ed. Aḥmad Muḥammad Syākīr, vol. 39 (Kairo: Dār al-Ḥadīṣ, 1995), p. 4

⁶⁴ Siregar et al., “Analisis Karakter Kesabaran Mahasiswa Dalam Mengatasi Stress Akademik Di Universitas Negeri Medan.”

⁶⁵ Rahman, “Pendidikan Islam Sebagai Modal Resiliensi Mental Di Era Digital.”

⁶⁶ Rajab, K. (2024). *Psikologi ibadah: memakmurkan kerajaan ilahi di hati manusia*. Amzah.

⁶⁷ Sabir and Srikandi, “Falsafah Ibadah Puasa : Upaya Pembentukan Dan Penguatan Pengendalian Diri Di Era Modern.”

Dalam konteks kesabaran, puasa berperan sebagai alat untuk menginternalisasi nilai sabar secara efektif dan terus-menerus.⁶⁸ Dengan menahan diri dari hal-hal yang biasanya diizinkan, seseorang dilatih untuk menghadapi batasan dan ketidaknyamanan dengan kesadaran spiritual. Puasa sunnah, terutama di masa-masa dengan makna historis dan spiritual seperti Muharram, menguatkan hubungan antara pengendalian emosi dan kepatuhan kepada Allah. Oleh karena itu, kesabaran bukan hanya dipandang sebagai konsep teoritis, melainkan juga diaplikasikan dalam praktik ibadah yang menciptakan ketahanan spiritual dan kesiapan mental dalam menghadapi tantangan kehidupan.⁶⁹

Kesimpulan

Berdasarkan analisis hadis-hadis tematik dalam penelitian ini, disimpulkan bahwa pengendalian diri adalah prinsip utama dalam ajaran Nabi Saw. yang meliputi pengendalian emosi, lisan, hawa nafsu, syahwat, serta penguatan spiritual melalui ibadah dan kesabaran. Hadis-hadis itu menegaskan bahwa pengendalian diri bukanlah penolakan terhadap naluri manusia, tetapi pengelolaan hasrat batin secara sadar dan seimbang sesuai dengan nilai-nilai keimanan.

Pengendalian diri dianggap sebagai ukuran kekuatan yang sesungguhnya, tanda kualitas iman, dan alat untuk membentuk akhlak yang baik. Dengan prinsip moderasi, zuhud, kesabaran, dan disiplin dalam beribadah, Nabi Saw. membimbing umatnya menuju orientasi hidup yang harmoni antara kebutuhan duniawi dan spiritual. Oleh karena itu, hadis-hadis mengenai pengendalian diri berperan sebagai acuan normatif dalam membentuk karakter Muslim yang berakhlak, dewasa secara spiritual, dan relevan dalam menghadapi tantangan kehidupan modern

⁶⁸ Karakter and Puasa, *INTERNALISASI NILAI-NILAI KARAKTER MELALUI PUASA*.

⁶⁹ Choiroh, W. N., & Kamal, F. (2024). Resiliensi Qur'ani dalam Lensa Tafsir al-Misbah. *Al-Mustafid: Journal of Quran and Hadith Studies*, 3(2), 49-68.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, Alamat Jl, Kec Depok, Kab Sleman, and Daerah Istimewa Yogyakarta. "Tingkat Pengendalian Emosi Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma Angkatan 2023 Alfonsus Tegar Wahyu Budi Kurnia Hubungan Sosial Mahasiswa . Mahasiswa Yang Mampu Mengendalikan Emosinya Dengan" 1, no. 4 (2024).
- Afriza, Renita, and Hidayatusy Syukrina Puteri. *BUKU AJAR*, n.d. ibadurrahman(EBook self regulation) https://docs.google.com/document/d/1PxIAKmYTsSZEe_6ScSxWwRXLAPYQOHb1/edit?usp=drivesdk&ouid=115058639937373462588&rtpof=true&sd=true
- Agama, Gelar Sarjana, Program Studi, and Ilmu Al- Qur. "Pengendalian Nafsu Ammarah Bissu' Dalam Kisah Nabi Yusuf Dan Relevansinya Dalam Menjaga Iffah Skripsi," 2023.
- Alfaiz, Muhammad Aufa, Dian Siti Nujanah, and Husnul Qodim. "Gunung Djati Conference Series, Volume 8 (2022) The 2nd Conference on Ushuluddin Studies ISSN: 2774-6585 Website: <https://Conferences.Uinsgd.Ac.Id/Gdcs>" 8, no. 10284 (2022): 903–13.
- Aly, M A H A D, and Muhammad Alif. "Ma'had Aly" 4 (2025): 1–21.
- Andini, Dian, Siti Maysaroh, and Tiara Ningsih. "SHADAQAH DALAM PERSPEKTIF HADIS: Membangun Motivasi Spiritual Untuk Kehidupan Yang Lebih Bermakna" 2, no. 1 (2025): 380–92.
- Azizah, Nur, Universitas Islam, and Negeri Sunan. "Urgensi Pengajaran Hadits Mujahadah An-Nafs Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Dalam Perspektif Emile Durkheim" 3, no. 2 (2022): 64–73.
- Barri, Hammadul, Ahmad Muhammad Naseh, Universitas Al, and Falah As. "Etika Islam Sebagai Perspektif Hukum Kontemporer Fondasi Normatif Yang Dapat Memperkaya Wacana Hukum Global . Auda , J . (2010). Maqasid Al-Shariah as Philosophy of Islamic Law : A Systems Approach . London : IIIT ." 06 (2025).
- Bebasan, Lewat Ungkapan, and D A N Paribasa. "Menggali Nilai Kearifan Lokal Budaya Jawa Lewat Ungkapan (Bebasan, Saloka, Dan Paribasa)" V, no. 1 (2009): 28–37.
- Belakang, A Latar. "BAB I PENDAHULUAN," n.d., 1–13.
- Bimbingan, Jurnal Realita, Edisi Oktober, Konseling Fipp, and Universitas Pendidikan. "HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI SISWA SEKOLAH MENEGAH PERTAMA" 6 (2021).
- Dalam, Emosi, Al-qur Kajian, Tematik Terhadap, Ayat-ayat Pengendalian Diri, Universitas Islam, Negeri Sultan, and Maulana Hasanuddin. "Emotions In The Qur ' an : A Thematic Study of Verses on Self- Control بَاوَكُيْكَوْاوُهُ" 5 "ح" 5, no. 2 (2025): 281–300.

- <https://doi.org/10.57163/almuhafidz.v5i2.242>.
- E-issn, Vol Xiii No, Profetik Dalam, Al- Q U R An, Univesitas Islam, Negeri Mataram, and Institut Ptiq Jakarta. "Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam" XIII, no. 1 (2021): 53-78.
- Empati, Jurnal, Volume Nomor, Hubungan Antara, Kontrol Diri, Dengan Perilaku, Bagas Tripambudi, and Endang Sri Indrawati. "KONSUMTIF PEMBELIAN GADGET PADA MAHASISWA TEKNIK INDUSTRI UNIVERSITAS DIPONEGORO Adalah Kepribadian . Munandar (2001) Bahwa Kontrol Diri Yaitu Kemampuan Untuk" 7, no. April (2018): 189-95.
- Ginting, Abdul Fikri. "Peran Kecerdasan Emosional Berbasis Nilai-Nilai Islam Dalam Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi" 10, no. 2 (2025).
- Hafun, Muhammad. "Zuhud Dalam Ajaran ... " 14, no. 1 (2017): 77-93.
- Haifa, Nurul Melani, Indah Nabilla, Virda Rahmatika, and Rully Hidayatullah. "Identifikasi Variabel Penelitian , Jenis Sumber Data Dalam Penelitian Pendidikan Pendidikan Bahasa Arab / Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang Berubah Tergantung Situasi Tertentu . (Arib , M . F . , Dkk , 2024)," 2025.
- Hamid, Abdul. "Peran Website Dalam Penyebaran Hadis Di Era Digital Abstract : Keywords : Abstrak : " 2, no. 2 (2024): 155-84.
- Hapizin, Khairul, and Muhammad Ihsan. "Khairul Hapizin & Muh. Ihsan ,Nilai Pendidikan Karakter ... Ta'dib : Volume 15, No 2 (Juli- Des 2017)" 15, no. 2 (2017): 87-126.
- Hayati, Nurul. "Pedagogi Kesabaran Dalam Al- Qur ' an : Suatu Kajian Eksegetis Terhadap Surah Al-Baqarah Ayat 153 - 157" 11 (2025): 178-87.
- Islam, Perspektif, and Bertutur Kata Baik. "Cara Bertutur Kata Yang Baik Dalam Islam" 3, no. 3 (2024): 108-19.
- Juariah, Siti. "Paradigma Pendidikan Islam Dan Pengembangan Sumber Daya Insani Dalam Membentuk Etika Dan Karakter Dalam Masyarakat Islam" 1, no. September (2023): 65-71.
- Karakter, Internalisasi Nilai-nilai, and Melalui Puasa. *INTERNALISASI NILAI-NILAI KARAKTER MELALUI PUASA*, 2020.
- Karakter, Metode Pendidikan. "PASCASARJANA PROGRAM MAGISTER INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PADANGSIDIMPUAN," 2018.
- Kurnia, Novi. "Dan Media Baru : Implikasi Terhadap Teori Komunikasi," no. 56 (2005): 291-96.
- Lubis, Yasser Muda, and Wahab Nur Kadri. "Ujaran Kebencian Di Era Digital (Perspektif Etika Komunikasi AL-Quran Dan Solusinya)" 6, no. November (2024): 1-17. <https://doi.org/10.55352/kpi.v6i1.1126>.
- Muhammad, Firman, Abdurrohman Akbar, Universitas Islam, Negeri Syarif, Hidayatullah Jakarta, and Studi Islam. "Ar Rasyiid" 2, no. 2 (2024): 95-112.

- Ngulwiyah, Istinganatul, Jurusan Pendidikan, Guru Sekolah, Dasar Universitas, Sultan Ageng, Bai Rohimah, Jurusan Pendidikan, et al. "PERAN ISLAM DALAM MEWUJUDKAN KESELAMATAN HIDUP" 7 (2021): 61–72.
- Noviani, Dwi. "Peran Ayat-Ayat Al- Qur ' an Dalam Pembentukan Karakter Spiritual : Tinjauan Psikologi Islam The Role of Al-Qur ' an Verses in the Formation of Spiritual Character : A Review of Islamic Psychology" 7, no. 12 (2024): 4924–35. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i12.6445>.
- Pemikiran, Perspektif, and Buya Hamka. "This Work Is Licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License." 1, no. 1 (2024): 66–77.
- Perkawinan, D A N U U. "PERAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM DALAM PENCEGAHAN PERNIKAHAN ANAK : KAJIAN HUKUM ISLAM," 2025, 1516–38.
- Rahman, Dimas Maulana. "Pendidikan Islam Sebagai Modal Resiliensi Mental Di Era Digital" 1, no. 1 (2025): 58–82.
- Rani, Nurma Maha, Muhammad Givar Pamungkas, and Salwa Ariza Irawan. "Analisis Konsep Permintaan Konsumen Dalam Perspektif Ekonomi Islam Terhadap Nilai Spiritual Dalam Mempengaruhi Permintaan Konsumen Program Studi Akuntansi Syariah , FEBI , Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Daya Beli , Tetapi Juga Oleh Kesadaran Religius Dan Etika . Konsumen Muslim Idealnya Tekanan Gaya Hidup Modern Dan Kapitalistik ? Penelitian Ini Dilatarbelakangi Oleh Kebutuhan Secara Kalkulatif , Tetapi Juga Etis Dan Spiritual . Dalam Islam , Kegiatan Ekonomi Tidak Lepas Dari" 3, no. 1 (2025).
- Sabir, Nabila Farhana, and Mustika Nur Srikandi. "Falsafah Ibadah Puasa : Upaya Pembentukan Dan Penguatan Pengendalian Diri Di Era Modern," no. 1 (2025).
- Safitri, Diana, Ashabul Kahfi, Sekolah Tinggi, and Agama Islam. "PENDIDIKAN KECERDASAN SPIRITUAL PERSPEKTIF AL-GHAZALI DAN RELEVANSINYA DENGAN EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTIENT (ESQ) PENDAHULUAN Pendidikan Adalah Suatu Proses Untuk Mendewasakan Manusia Dan Memanusiakan Manusia . Melalui Pendidikan , Manusia Dapat Tumbuh Dan Berkembang Secara Wajar Dan Sempurna Sehingga Ia Dapat Melaksanakan Tugas Sebagai Manusia . 1 Saat Ini Masih Banyak Masyarakat Yang Memahami Bahwa Pendidikan Atau Keberhasilan Seseorang Itu Berdasarkan Pada Intelligence Quotient (IQ) Nya . Namun Dalam Perkembangannya , Pengetahuan Kecerdasan Dalam Diri Seseorang Tidak Hanya Dinilai Berdasarkan Intelligence Quotient (IQ) Nya Saja , Melainkan Ada Beberapa Kecerdasan Yang Dapat Menunjang Keberhasilan Seseorang . Arief Rahman Salah Seorang Tokoh Dan Pakar Pendidikan Nasional -Sebagaimana Dikutip Oleh Solahudin- Mengemukakan Bahwa Keberhasilan Seseorang Ditentukan Hanya 20 % Oleh Kecerdasan Pengetahuan Intelligence Quotient (IQ) Dan 80

% Kecerdasan Yang Lain , 2 Salah Satunya Kecerdasan Spiritual (Cerdas Secara Iman). Kecerdasan Spiritual Berawal Dari Temuan Ilmiah Yang Digagas Oleh Zohar Dan Marshall Yang Menemukan Adanya God Spot Dalam Otak Manusia , Yang Secara Built-in Merupakan Pusat Spiritual , Yang Terletak Di Antara Jaringan Syaraf Dan Otak . Pada God Spot Inilah Sebenarnya Terdapat Fitrah Manusia Yang Terdalam . Kajian Tentang God Spot Inilah Pada Gilirannya Melahirkan Manusia Yang Berkenaan Dengan Usaha Memberikan Penghayatan Bagaimana Agar Hidup Ini Lebih Bermakna . 3 Dalam Konteks Islam , Spiritual Atau Ruhani Mempunyai Hubungan Langsung Dengan Allah Swt . Karena Itu Rasulullah Saw Sangat Menekankan Kepada Penjagaan Ruhani Dan Menegaskan Bahwa Baiknya Seseorang Itu Bermula Dengan Baiknya Ruhani Yang Diistilahkan Beliau Dengan Melatih Al-Qalb . Maka Kunci Untuk Mendapatkan Kecerdasan Spiritual Itu Bermula Dari Hati . Hati Mesti Mempunyai Hubungan Yang Kuat Dengan Allah Swt , Seterusnya Ia Akan Melahirkan Spiritualitas Dan Menghasilkan Kekuatan Luar Biasa Yang Akan Memberi Kesan Sangat Besar Pada Dirinya . Selanjutnya , Akan Bangkitlah Kekuatan , Kecerdasan Dan Muncullah Rasa Tanggung-Jawab Untuk Melakukan Amal . Al-Ghazali Adalah Tokoh Termuka Dalam Kancah Filsafat Dan Tasawuf . Pengaruh Dan Pemikirannya Telah Menyebar Ke Seluruh Dunia Islam . Beliau Adalah Yang Pertama Kali Menggabungkan Antara Sufisme Dan Syari ' Ah Dalam Satu Sistem . Beliau Banyak Mencerahkan Perhatiannya Terhadap Bidang Pengajaran Dan Pendidikan . Dalam Masalah Keu...” 6, no. 1 (2023): 78–98.

Saw, Nabi, Abdul Aziz, Nabi S A W Hingga, Seperti Maktabah Syamilah, and Lidwa Pusaka. “Kata Kunci: Sejarah, Perkembangan Kajian Hadits, Kontemporer, Digitalisasi” 3 (2024): 14–29.

Simamora, Pimpinan Abaik, and Syahrin Harahap. “Implikasi Sikap Memaafkan Terhadap Kualitas Manusia : Studi Tafsir Al-Alusi Terhadap Mahasiswa Dan Masyarakat Muslim Di Kota Medan” 4, no. 1 (2025): 185–203.

Siregar, Hapni Laila, Maya Martiza Sari, Muhammad Baihaqi, Idrus Hamonangan, Nadya Viska Harahap, and Dina Aulia. “Analisis Karakter Kesabaran Mahasiswa Dalam Mengatasi Stress Akademik Di Universitas Negeri Medan” 3, no. 4 (2024): 1650–57.

Sosial, D A N Psikologi. “Di Media Sosial Dan Implikasinya Terhadap Mentalitas Masyarakat” 10 (2025).

Syakur, Ahmad, Etika Konsumsi, and Kata Kunci. “Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi (STIE) Al-Washliyah Sibolga 557” 8, no. 1 (2025): 557–68.

Tematik, Pendekatan. “AL-QIBLAH: Strategi Pengumpulan Zakat Dalam Hadis Nabi :” 4, no. 3 (2025): 399–427. <https://doi.org/10.36701/qiblah.v4i3.2314>.

Ulya, Miftahul. “NEGATIF PERSPEKTIF AL- QUR ' AN,” n.d., 159–84.

- Utami, Rona, Siti Murtiningsih, Amelsia Lintang Ardanandi, and Dela Khoirul Ainia. "Etika Emosi Dalam Praktik Keadilan Sosial : Pendekatan Filosofis Terhadap Afeksi Dan Aksi The Ethics of Emotion in Social Justice Practice : A Philosophical Approach to Affection and Action," n.d. <https://doi.org/10.15408/ref.v24i1.46193>.
- Nz, Adriansyah, Warul Walidin, and Salami Mahmud. "Kecerdasan Spritual Tentang Menghindari yang Tidak Bermanfaat dalam Kitab Hadis Arbain Karya Imam Nawawi." *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf Dan Psikoterapi* 4.1 (2023): 18-28.
- Hutabarat, Samuel. *Memuliakan Tuhan Dengan Harta: Mengelola Berkat Finansial Sesuai Standar Firman Tuhan*. PBMR ANDI, 2021.
- Rajab, Khairunnas. *Psikologi ibadah: memakmurkan kerajaan ilahi di hati manusia*. Amzah, 2024.
- Choiroh, Wahyuni Nuryatul, and Faiz Kamal. "Resiliensi Qur'ani dalam Lensa Tafsir al-Misbah." *Al-Mustafid: Journal of Quran and Hadith Studies* 3.2 (2024): 49-68.
- Dea, Sholahuddin Al Ayubi, and Muhammad Alif. "Kuriositas Dalam Perspektif Hadis." In *The International Conference on Ushuluddin and Humanities Studies*, 1–20. Banjarmasin: ICONUSH: International Conference On Ushuluddin and Humanities Studies, 2023.