

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perilaku marah merupakan salah satu jenis perilaku yang dianggap sebagai perilaku dasar dan bersifat survival. Semua orang dari semua budaya mempunyai perilaku marah, marah yang berlebihan dapat memperburuk kesehatan. Kemarahan merupakan puncak kegagalan seseorang dalam mengawali perasaan. (Husnaini, 2019 September). Marah dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah perasaan tidak senang karena dihina, diejek, diperlakukan kasar atau tidak sepatutnya. (Dendi Sugono, 2008). Maxwell Maltz menyatakan bahwa marah adalah perasaan terpendam dalam hati bisa disebut juga dengan perasaan kecewa akibat terhalang dalam pencapaian tujuan (Mulyono R. , 2006 H.15).

Seseorang ketika sedang marah ada tiga dampak yang terjadi, pertama kesehatan fisik memburuk, kedua mentalnya terganggu, ketiga hubungan sosial disharmonis. Menurut Frank Rose dalam penelitian medisnya, kemarahan dapat menimbulkan hipertensi pembuluh darah pecah dan serangan jantung, sedangkan dalam kajian psikologis, kemarahan menciptakan berbagai akibat yang membahayakan, setelah sadar dari tindakannya biasanya orang tersebut akan dipenuhi dengan rasa penyesalan mendalam terhadap perbuatannya yang tidak terkendali. Ketiga, marah kepada seseorang dapat mengakibatkan biaya sosial yang sangat mahal baginya. Watak pemarah menyebabkan hubungan sosial disharmonis, seperti kehilangan persahabatan dan kehilangan pekerjaan (Hudaya, 2015).

Sifat marah adalah perasaan intens yang ditujukan kepada seseorang atau sesuatu yang disebabkan oleh hasad, dengki, sakit hati, takut, dan frustrasi. Sedangkan perilaku marah adalah ekspresi emosional yang terjadi pada seseorang akibat sejumlah situasi yang merangsang, dan menimbulkan sikap/prilaku bringas, mengamuk, menyerang, jengkel dan kesal hati terhadap diri sendiri dan orang lain (Mulyono R. , 2006 H.15).

Imam Al-Ghazali menyatakan dalam Ihyaa Ulumuddin, beliau berkata perilaku marah yang ada pada diri manusia tidak bisa dihancurkan, akan tetapi sifat marah ini dapat dikurangi tekanannya dan dilawan. Dengan cara berkaca terhadap diri pribadi, dan mengenali diri pribadi sampai dia meyakini bahwa tidaklah pantas baginya bersikap marah karena merugikan diri dan sekitarnya (Ghazali, 2016 H. 324).

Aid Al-Qorni dalam bukunya La Tahzan menuturkan bahwa ketika Rosululloh ditimpa marah maka dia selalu menenangkan dirinya, dan ketika melihat sahabatnya dalam kondisi marah Rosululloh memberi nasihat jangan marah karena marah adalah api setan. (Qorni A. , 2004 H. 10)

Seorang muslim mestinya bisa mengendalikan amarahnya kepada hal yang positif, karena perilaku pengendalian marah ini sejalan dengan yang disabdakan oleh Rosululloh SAW. sebagai penyempurna Akhlak manusia. Dalam hadis yang diriwayatkan oleh Al-Bukhori, Rosululloh SAW. bersabda:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُوسُفَ أَخْبَرَنَا مَالِكٌ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ عَنْ سَعِيدِ بْنِ الْمُسَيَّبِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ

(Bukhari - 5649) : Telah menceritakan kepada kami Abdullah bin Yusuf telah mengabarkan kepada kami Malik dari Ibnu Syihab dari Sa'id bin Musayyib dari Abu Hurairah radliallahu 'anhu bahwa Rasulullah shallallahu

'alaihi wasallam bersabda: "Tidaklah orang yang kuat adalah orang yang pandai bergulat, tapi orang yang kuat adalah orang yang dapat menahan nafsunya ketika ia marah." (Bukhari, 2008).

Hadis di atas Menerangkan bahwa orang yang kuat bukanlah yang fisiknya baik dan memiliki tahta kekuasaan, akan tetapi orang kuat adalah yang bisa mengendalikan nafsunya ketika marah. Tidak hanya disebut dengan orang yang kuat, Rosululloh juga menyatakan orang yang mengendalikan dirinya dari amarah akan mendapatkan bidadari di hari kiamat sebagai bonus terbesarnya. Sesuai dengan hadis yang diriwayatkan oleh At-Tirmidzi dalam sabdanya:

حَدَّثَنَا عَبْدُ بْنُ حُمَيْدٍ وَعَبَّاسُ بْنُ مُحَمَّدٍ الْتُورِيُّ قَالَا حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يَزِيدَ الْمُقْرِيُّ حَدَّثَنَا سَعِيدُ بْنُ أَبِي أَيُّوبَ حَدَّثَنِي أَبُو مَرْحُومٍ عَبْدُ الرَّحِيمِ بْنُ مَيْمُونٍ عَنْ سَهْلِ بْنِ مُعَاذٍ بْنِ أَنَسٍ عَنْ أَبِيهِ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ يَقْدِرُ عَلَى أَنْ يُنْفِذَهُ دَعَاهُ اللَّهُ عَلَى رُءُوسِ الْخَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُخَيَّرَهُ فِي أَيِّ الْحُورِ شَاءَ قَالَ هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ

(Tirmidzi - 2417) : Telah menceritakan kepada kami 'Abd bin Humaid dan Abbas bin Muhammad Ad-Duri keduanya berkata: telah menceritakan kepada kami Abdullah bin Yazid Al-Muqri` telah menceritakan kepada kami Sa'id bin Abu Ayyub telah menceritakan kepadaku Abu Marhum 'Abdur Rahim bin Maimun dari Sahal bin Mu'adz bin Anas dari ayahnya, nabi Shallallahu 'alaihi wa Salam bersabda: "Barangsiapa menahan marah padahal ia mampu untuk melampiaskannya, Allah akan memanggilnya di hadapan seluruh makhluk pada hari kiamat, ia dipersilahkan memilih bidadari semaunya." Berkata Abu Isa: Hadits ini hasan gharib (Tirmidzi A. , 1937/1356).

hadis ini mnejelaskan bahwa Rosulullah memberi nasihat kepada kita, untuk menahan amarah ketika perasaan marah datang, menahan marah bukan hal yang mudah, justru banyak orang yang sudah banyak mempelajari Alquran dan Hadis, akan tetapi tetap saja, jika diberi masalah atau tindakan yang membuatnya menjadi marah, marah itu meledak dan membuat dirinya menyesal dikemudian hari.

Di sini Rosulullah memberikan teori yang sangat *brilliant* dalam hal ini yaitu orang yang paling kuat adalah orang yang dapat mengendalikan dirinya dari amarah dan Allah akan memberikan bonus yang besar berupa bidadari di hari akhir bagi yang bisa mengendalikan dirinya dari amarah.

Mengetahui dan melatih bagaimana cara pengendalian diri dari amarah memanglah sangat penting dalam kehidupan ini. Karena kita sebagai Umat Muslim diajarkan untuk selalu berbuat baik, bermanfaat untuk sesama manusia dan tidak merugikan orang lain.

Dengan hal itu peneliti tertarik dan akan mengkaji hadis mengenai pengendalian marah yang terdapat dalam Kutub Al-Tis'ah. Kitab ini menghimpun hadis hadis yang akan peneliti kaji yaitu pengendalian marah. Dalam hal tersebut peneliti merasa sangatlah penting untuk mengkaji pengendalian Marah perspektif Hadis Studi Atas Kutub-Al Tis'ah dengan menggunakan pendekatan (Maudhu'i). dengan harapan hasil dari kajian ini menjadi sebuah kontribusi yang konstruktif terhadap umat muslim dalam kehidupan. Untuk itu perlunya dilakukan penelitian yang berjudul: "PENGENDALIAN MARAH PERSPEKTIF HADIS (STUDI TEMATIK ATAS HADIS KUTUB AL-TIS'AH).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang diatas, bahwa manusia dianjurkan oleh nabi untuk mengendalikan amarah, namun cara untuk mengendalikannya belum terkonsep dengan baik, oleh karena itu, penulis mengajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apa saja hadis tentang pengendalian marah dan bagaimana kualitasnya?
2. Bagaimana pengendalian marah menurut hadis nabi ?.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan diatas maka tujuan yang ingin di dapat dari penelitian ini adalah:

1. Untuk menjelaskan Konsep mengendalikan marah menurut hadis Nabi
2. Untuk mengetahui hadis hadis pengendalian marah dan kualitasnya.

## **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian dibedakan menjadi dua yaitu:

1. Akademis
  - a. Menjadikan bahan untuk menambah wawasan dalam bidang hadis
  - b. Memberikan wawasan tentang pengendalian marah dalam kehidupan
2. Non Akademis
  - a. Sebagai bahan bacaan untuk bekal pengetahuan dalam mengendalikan
  - b. Memberikan wawasan kepada masyarakat untuk mengetahui bagaimana rusmus pengendalian marah dalam kehidupan.

## **E. Kerangka Pemikiran**

Menurut Imam Al Ghazali perilaku marah yang ada pada diri manusia tidak bisa di hancurkan, akan tetapi sifat marah ini dapat dikurangi tekanannya dan di lawan. Dengan cara berkaca terhadap diri pribadi, dan mengenali diri

pribadi sampai dia meyakini bahwa tidaklah pantas baginya bersikap marah merugikan diri dan sekitarnya. (Ghazali, 2016 H. 324).

Al Khattabi berkata janganlah marah, jauhi sebab sebab yang dapat menimbulkan kemarahan dan jangan mendekati hal hal yang mengarah kepadanya. penyebab kemarahan adalah sikap sombong, dan itu terjadi saat sesuatu yang tidak diinginkannya, maka sombong itu mendorongnya untuk marah. Orang yang bersikap rendah hati, maka akan selamat daripada buruknya kemarahan. Jadi maknanya adalah jangan melakukan apa yang menyuruhmu marah. (Al Asqolani, 2002 H. 399-401). Hadis yang menerangkan mengenai pengendalian marah yaitu dari hadis yang diriwayatkan oleh Imam Ahmad dan Al Bukhori, yaitu

حَدَّثَنَا حُسَيْنُ بْنُ مُحَمَّدٍ أَخْبَرَنَا ابْنُ أَبِي الزِّنَادِ عَنْ أَبِيهِ عَنْ عُرْوَةَ عَنِ الْأَخْنَفِ بْنِ قَيْسٍ قَالَ أَخْبَرَنِي ابْنُ عَمْرِو بْنِ قَامٍ قَالَ قَالَ لِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَا رَسُولَ اللَّهِ قُلْ لِي قَوْلًا وَأَقْلَلْ لِعَلِّي أَعْظُمُهُ قَالَ لَا تَغْضَبْ قَالَ فَعُدْتُ لَهُ مَرَارًا كُلَّ ذَلِكَ يَعُودُ إِلَيَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا تَغْضَبْ

(Ahmad - 22056) : Telah menceritakan kepada kami Husain bin Muhammad telah mengabarkan kepada kami Ibnu Abi Az Zinad dari ayahnya dari 'Urwah dari Al Ahnaf bin Qais berkata; Telah mengabarkan kepadaku keponakanku, ia berkata; Aku berkata kepada Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa salam: Wahai Rasulullah! Sampaikanlah suatu perkataan padaku dan peringkaslah mudah-mudahan aku memahaminya. Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa salam bersabda: "Jangan marah." Lalu aku mengulanginya berkali-kali, semuanya dibalas Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa salam dengan sabda: "Jangan marah (Syakir, 2008).

حَدَّثَنِي يَحْيَى بْنُ يُوسُفَ أَخْبَرَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ هُوَ ابْنُ عِيَّاشٍ عَنْ أَبِي حَصِينٍ عَنْ أَبِي صَالِحٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَوْصِنِي قَالَ لَا تَغْضَبْ فَرَدَّدَ مَرَارًا قَالَ لَا تَغْضَبْ

(Bukhari - 5651) : Telah menceritakan kepadaku Yahya bin Yusuf telah mengabarkan kepada kami Abu Bakr yaitu Ibnu Ayyasy dari Abu Hashin dari Abu Shalih dari Abu Hurairah radliallahu 'anhu bahwa seorang laki-laki berkata kepada Nabi shallallahu 'alaihi wasallam; "Berilah aku wasiat?" beliau bersabda: "Janganlah kamu marah." Laki-laki itu mengulangi kata-katanya, beliau tetap bersabda: "Janganlah kamu marah." (Al Bukhari, 2008).

Dalam hadis tersebut diatas menyatakan bahwa ketika dirinya dikuasai oleh sifat amarah hendaklah dirinya berkaca meredam kemarahannya dan menenangkannya. Karena Seorang Muslim mestinya mengetahui dan memahami ketika dirinya dikuasai oleh sifat amarah agar tidak terjadi tindakan yang membahayakan dirinya pribadi dan lingkungan sekitarnya.

Hadis diatas selaras dengan teori psikoterapi yang dinyatakan oleh Walter Alvarez "Fight The Habit Every day, And Eventually You Will Be Free Of It, And Hence So Much Nicer A Person". (lawanlah kebiasaan itu setiap hari, dan pada akhirnya anda akan bebas darinya, dan karena itu menjadi seorang yang jauh lebih baik). (Rachmat, 2006 H.15).

Marah menurut Imam Al Ghazali yaitu Api yang terpendam dalam hati, kemarahan ini datangnnya dari setan, dan setan diciptakn dari Api. Maksud dari teori Al Ghazali ini adalah manusia yang sedang marah berarti dia sedang didatangi oleh setan, setan menggodanya sampai orang tersebut lupa dengan akhlak kebaikan (Ghazali, 2016 H. 324). Menurut J.P. Chaplin Hate. (Rasa Benci) satu sikap yang sangat menolak atau menentang, penuh sakit hati dendam dan dengki, serta ada keinginan kuat untuk menimbulkan derita pada objek yang dibenci. Lawan dari Love (Cinta). Dalam teori J.P. Chaplin ini dijelaskan kemarahan yang melampaui batas dan dikuasai oleh

setan, jika hal ini dibiarkan terjadi dapat menimbulkan kerusakan yang serius. (Chaplin, 2012 H. 15,221, 414).

Menurut Imam Syafi'i hadis memiliki Fungsi sebagai Bayan *Tafshil*, untuk menjelaskan ayat ayat mujmal yang sangat ringkas petunjuknya, kedua, *Bayan Takhsis*, menentukan sesuatu dari umumnya ayat. ketiga, *Bayan Ta'yin*, menentukan mana yang dimaksud dari perkara atau tiga perkara yang mungkin dimaksud. Ke empat, *Bayan Tasyri'*, menetapkan hukum yang tiada didapati dalam AlQuran secara tekstual. Dan terakhir *Bayan Nasakh*, menentukan mana yang dinashihkan dan mana yang dimansuhkan dari ayat AlQuran yang kelihatan berlawanan. (Soetari, 2005) Peneliti mngkaji teori pengendalian marah yang terdapat pada hadis yang berada dalam Kutub Al-Tis'ah dengan menggunakan metode tematik. Kitab ini mencakup Sembilan Imam Hadis yang didalamnya terdapat kitab shahih, dan kitab Sunan. Metode tematik menggunakan hadis Shahih dan Hasan.

Kitab Shahih adalah kitab yang hadisnya sah, benar, sempurna sehat. Makudnya adalah kitab hadis yang Muttashil atau bersambung sanadnya, perawi dalam kitabnya berkemampuan Dhabith, Tsiqah, Tidak Muddalis. Hal ini juga dikatakan syarat syarat Shadis Shahih. Hadis Shahih memiliki Kalsifikasi diantaranya hadis Shahih Lizatihi dan hadis Shahih Li Ghairihi. Hadis Shahih Lizatihi adalah hadis yang telah memenuhi syarat syarat hadis maqbul (diterima)n secara tepat dan sempurna. Sedangkan hadis Shahih Li Ghairihih yaitu hadis yang tidak memenuhi sifat sifat maqbul secara sempurna yang maksudnya yaitu hadis yang asalnya bukan hadis shahih tetapi naik derajatnya menjadi shahih lantaran ada factor pendukung yang dapat menutupi kekurangan yang ada. (Zein, 2014 112-114).



Muhammad Arkoun mengungkapkan bahwa Kutub Al Tis'ah adalah koleksi Hadis yang paling Autentik dan terkenal, dengan koleksi Hadis dari Al Bukhori dan Muslim disebut juga Shahihain menjadi pengaruh besar untuk kemajuan Hadis sampai era sekrang ini. Kata Kutub Al Tis'ah berasal dari dua kata dalam Bahasa Arab, yang berarti Kitab kitab dan Tis'ah ialah Sembilan. Jadi secara istilah, Kutub Al Tis'ah adalah kitab yang mengoleksi hadis hadis yang populer dan di riwayatkan oleh Sembilan Imam dalam kitab Hadis yang telah disusun oleh mereka masing masing (Sumbulan, 2013 H. 1-6)

Dalam Kutub Al-Tis'ah yang peneliti kaji mengenai hadis tematik tentang Pengendalian Marah. Hadis hadis yang akan dipaparkan sebagai nasihat kepada semua muslim mengenai betapa pentingnya meredam amarah untuk kehidupan. Perlunya dalam mengetahui hadis hadis ini dengan cara mengidentifikasi hadis menggunakan metode tematik dan diuji keotentikanataun derajat hadisnya agar lebih bisa dipahami dan dijauhkan dari terajadinya kesalaahpahaman.

#### **F. Hasil Penelitian Terdahulu**

Pencarian referensi yang dilakukan sebelumnya menjadi sangat membantu dalam pelaksanaan tinjauan Pustaka, hal ini merupakan kegiatan pelacakan terhadap hasil hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan topic, tema, dan fokus utama yang sama dengan penelitian yang akan dilaksanakan. (Darmalaksana, 2010).

Hasil dari pengamatan peneliti bahwa sudah banyak penelitian yang membahas mengenai Pengendalian Marah Perspektif Hadis. Namun belum ada penelitian yang menggunakan metode hadis tematik secara rinci. Adapun yang berkaitan dengan penelitian penulis yaitu:

Pertama, Skripsi yang ditulis oleh Nurghaliyah Noviyanti pada tahun 2017 berjudul "Konsep Hati Perspektif Al Ghazali Dalam Kitab Ihyaa Ulumuddin". Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institute Agama Islam Negeri Salatiga. (Noviyanti, 2017). Penelitian dalam skripsi ini membahas tentang sifat sifat buruk yang dapat membuat hati menjadi hitam (mati), termasuk sifat Amarah tak terkendali dalam diri manusia yang dapat merugikan dirinya dan sekitarnya. Disini dijelaskan bagaimana kita mengkonsep hati sehingga menjadi hati yang bersih dan selalu taat kepada Alloh, salah satunya adalah orang yang dapat menahan nafsunya dari amarah.

Kedua, Skripsi yang ditulis oleh Kholilur Rohman pada tahun 2008 berjudul "Pengaruh Wudhu Dalam Mereduksi Marah". Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. (Rohman K. , 2008 ). skripsi ini membahas mengenai dampak dampak amarah dalam diri manusia yang mengakibatkan kerugian pada kesehatan tubuhnya memburuk, mentalnya terganggu dan hubungan antar manusia menjadi disharmonis. Ditemukanlah dalam Sabda Rosululloh yaitu dengan Berwudhu dapat membuat seseorang yang marah meledak ledak menjadi tenang dan dapat dikendalikan. Dijelaskan juga terapi air (berwudhu) dalam mereduksi marah agar terkendalikan.

Ketiga. Skripsi yang ditulis oleh Abdul Ghoni pada tahun 2011 berjudul "Kualitas Hadis Nabi tentang penanggulangan Marah dengan Cara Duduk Atau Berbaring (Studi Sanad dan Matan)". Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. (Ghonil, 2011). dalam penelitian skripsi ini membahas mengenai bagaimana kualitas Hadis pengendalian marah dengan melakukan mengubah posisi yang asalnya tinggi menjadi rendah, karena jika marah memuncak posisi dalam keadaan berdiri

(tinggi) kemungkinan tindakan membahayakan akan terjadi, maka Rosululloh menyuruh untuk rendahkanlah posisi tubuhmu, sehingga tindakan yang membahayakan tidak akan terjadi karena tubuh susah untuk berbuat kasar.

Keempat. Jurnal yang ditulis oleh Rovi Husnaini pada tahun 2019 berjudul "Hadis Mengendalikan Amarah Dalam Perspektif Psikologi". (Husnaini, 2019) dalam jurnal ini dijelaskan bagaimana seseorang mereduksi kemarahannya dengan menggunakan keilmuan psikologi dan hadis nabi sebagai penguat dari kajian psikologi.

Kelima. Skripsi yang ditulis oleh Perdi Kostalani yang berjudul "Konsep Jihad dalam Perspektif Imam Al-Ghazali" (Kostalani, 2017) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan Komunikasi penyiaran Islam, Institute Agama Islam Negeri Palang karaya. Disini dijelaskan bahwa manusia yang paling kuat adalah manusia yang berjihad melawan dirinya dari nafsu amarah. Sebelum berjihad di medan perang ada jihad yang sering dilupakan oleh manusia yaitu jihad melawan hawa nafsu dirinya sendiri.

Dari kelima hasil penelitian terdahulu diatas, ada pembeda dari skripsi yang penulis teliti. yaitu dalam konsep merumuskan dan ke khususan dalam pengendalian Marah. Peneliti berfokus kepada Hadis Pengendalian Marah dan cara caranya dijelaskan oleh kitab kitab Syarah sebagai isi kandungan dalam menerangkan pengendalian marah, sedangkan dari kelima penelitian terdahulu ini. berisi kualitas dari hadis pengendalian marah, Psikologi, dan rumusan dari Ulama Ulama seperti Imam Al Ghazali mengemukakan pendapatnya dalam mereduksi amarah .

Jadi dalam penelitian ini berfokus pada Hadis Marah dan cara pengendaliannya menurut Hadis Nabi, penelitian ini akan menjelaskan cara

mengendalikan amarah sesuai dengan yang diajarkan oleh Rosulullah sebagai penyempurna akhlak dan teladan untuk kehidupan.

