Jurnal Pendidikan Agama Islam
E-ISSN :2828-2337
Open Access:https://journal.uniga.ac.id/index.php/JPAI/issue/archive



Emosional dalam Qur'an Surat Ibrahim dan Relevansinya bagi Pendidikan Remaja

Nursa'idah[1*], Muhid[2]

[1]Universitas Islam Darul Ulum Lamongan

[2] Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

*Correspondent *:* nursaidah.2024@mhs.unisda.ac.id

A R T I C L E I N F O

Article history:
Received 1 September 2025
Revised 12 September 2025
Accepted 22 September, 2025
Available online 26 September, 2025

Kata Kunci:
Emosional, Emosi dalam Surat Ibrahim, Pendidikan Remaja
Keywords:
Emotional, Emotions in Surah Ibrahim, Teen Education

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Copyright © 2022 by Author. Published by UniversitasGarut.

A B S T R A K

Emosi memiliki peran penting dalam pendidikan, pekerjaan, dan kesehatan, namun pada masa remaja cenderung belum stabil sehingga memerlukan pendidikan emosional yang terarah. Penelitian ini berangkat dari rumusan masalah: bagaimana kandungan nilai emosional dalam QS. Ibrahim serta relevansinya terhadap pendidikan emosional remaja? Tujuan penelitian ini adalah menggali nilai emosional dalam QS. Ibrahim dan mengaitkannya secara kontekstual dengan pendidikan emosional remaja. Dengan metode studi pustaka yang bersumber dari QS. Ibrahim sebagai data primer dan literatur ilmiah sebagai data sekunder, penelitian ini menemukan bahwa nilai syukur dan doa dalam QS. Ibrahim berfungsi membentuk keteguhan jiwa, spiritualitas, dan akhlak mulia. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi nilai emosional Qur'ani dengan teori pendidikan emosional modern, yang menghadirkan pendekatan holistik dalam pembinaan karakter remaja. Implikasi praktisnya, hasil kajian ini dapat menjadi landasan pengembangan kurikulum pendidikan Islam yang menyeimbangkan aspek intelektual, spiritual, dan emosional, serta mendorong lahirnya generasi remaja tangguh, beriman, dan berakhlakul karimah.

A B S T R A C T

Emotions play a vital role in education, employment, and health, but tend to be unstable during adolescence, necessitating targeted emotional education. This study begins with the following problem: What are the emotional values contained in QS. Ibrahim and their relevance to adolescent emotional education? The purpose of this study is to explore the emotional values contained in QS. Ibrahim and relate them contextually to adolescent emotional education. Using a literature study method based on QS. Ibrahim as primary data and scientific literature as secondary data, this study found that the values of gratitude and prayer in QS. Ibrahim function to foster steadfastness, spirituality, and noble character. The novelty of this study lies in the integration of Qur'anic emotional values with modern emotional education theory, which presents a holistic approach to adolescent character development. Practically, the results of this study can serve as a foundation for developing an Islamic education curriculum that balances intellectual, spiritual, and emotional aspects, and encourages the emergence of a generation of resilient, faithful, and well-mannered adolescents.

1. PENDAHULUAN

Di dunia Islam, kajian tentang emosi bukanlah hal baru. Emosi seringkali disinggung dalam al-Qur'an dan Hadis. Bahkan dalam al-Qur'an, aktifitas kecerdasan emosional seringkali dihubungkan dengan kalbu. Oleh karena itu, kata kunci utama EQ dalam Qur'an bisa ditelusuri melalui kata kunci qalb (kalbu) dan tentu saja dengan istilah-istilah lain yang mirip dengan fungsi kalbu seperti jiwa (nafs), intuisi dan istilah lainnya. Seseorang yang mampu mensinergikan potensi intelektual dan potensi emosionalnya berpeluang menjadi manusia-manusia utama dilihat dari berbagai segi.(Hude, 2006)

Berbicara tentang manusia dalam dimensi spiritual- seperti jiwa, nafs dan ruh- bukanlah perkara sederhana, melainkan sangat kompleks. Hingga kini, hal tersebut belum bisa dibuktikan secara ilmiah selain melalui tanda-tanda gejalanya saja. Untuk menjelaskan hakikat nafs dan ruh, penulis merujuk pada

*Corresponding author
E-mail addresses: nursaidah.2024@mhs.unisda.ac.id (Nursa'idah)

pemikiran Agus Musthofa dalam karyanya Menyelam ke Samudra Jiwa dan Roh. Ia menyatakan bahwa informasi megenai jiwa dan roh dalam al-Qur'an disampaikan dalam kadar yang berbeda, baik dari segi jumlah ayat yang membicarakannya maupun dari segi makna penggunaannya. (Junaidi, 2017, p. 44)

Stanley Hall adalah seorang ahli pertama yang menilai perlu adanya penyelidikan secara khusus untuk masa remaja. Ia menjelaskan bahwa faktor-faktor fisiologis banyak mempengaruhi psikis. Selain proses pematangan yang mengarahkan pertumbuhan dan perkembangan, faktor-faktor fisiologis ini juga ditentukan oleh genetika. Selain itu, ia juga menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa penuh gejolak emosi dan ketidakseimbangan, yang tercakup dalam "storm and stress". Oleh karena itulah remaja mudah tekena pengaruh oleh lingkungan. Remaja merupakan masa peralihan antara masa anak dan dewasa yaitu antara 12 sampai 21 tahun. Mengingat pengertian remaja, menunjukkan masa peralihan antara masa anak dan masa dewasa, maka sulit menentukan batas umurnya. Masa remaja dimulai pada saat timbulnya perubahan-perubahan yang berhubungan dengan tanda-tanda dewasa fisik, biasanya seorang laki-laki lebih tua sedikit dari perempuan.(Gunarsah, 2008, p. 205)

Berikut adalah beberapa telaah pustaka yang relevan dengan penelitian ini:

Pertama, skripsi Uul Nurjanah berjudul "Problem Karakter Remaja dan Solusinya dalam Al-Qur'an Perspektif Kecerdasan Emosi". Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas emosi remaja dalam perspektif al-Qur'an melalui pendekatan studi pustaka. Namun, penelitian Uul bersifat global terhadap keseluruhan ayat al-Qur'an, sedangkan penelitian ini lebih fokus pada QS. Ibrahim, sehingga mampu menggali makna emosional secara lebih spesifik.

Kedua, penelitian Desrianti Agirja berjudul "Nilai-Nilai Pendidikan Emosional Quotient (EQ) pada Kisah Nabi Ibrahim dalam Al-Qur'an". Persamaannya sama-sama membahas emosi dalam QS. Ibrahim dengan metode pustaka, tetapi penelitian tersebut terbatas pada dimensi emosional Nabi Ibrahim, sementara penelitian ini mengkaji nilai emosional Qur'ani sekaligus menghubungkannya dengan pendidikan remaja, sehingga memberi relevansi praktis dalam konteks pendidikan kontemporer.

Ketiga, penelitian Emilya Ulfah berjudul "Konsep Pendidikan Anak dalam Keluarga Perspektif Al-Qur'an (Analisis QS. Ibrahim 35–41, QS. Luqman 12–19, QS. Ash-Shaffat 100–113)". Persamaannya sama-sama mengangkat konsep pendidikan dalam al-Qur'an, namun fokus penelitian Emilya lebih luas pada pendidikan anak secara umum, sedangkan penelitian ini menyoroti aspek pendidikan emosional remaja yang sering terabaikan. Dengan demikian, gap penelitian ini terletak pada fokus khusus pada QS. Ibrahim serta integrasi nilai emosional Qur'ani dengan pendidikan emosional remaja secara kontekstual, yang belum banyak disentuh penelitian terdahulu.

Rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah: Bagaimana kandungan nilai-nilai emosional dalam al-Qur'an surat Ibrahim serta relevansinya terhadap pendidikan emosional anak usia remaja? Sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah menggali kandungan emosional dalam QS. Ibrahim serta mengaitkannya dengan pendidikan remaja secara kontekstual.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian pustaka (library research) dengan metode dokumentasi yang menggunakan sumber primer dan sekunder. Sumber primer berupa QS. Ibrahim yang dikaji langsung melalui teks Al-Qur'an beserta tafsir-tafsir otoritatif, dipilih karena memuat nilai emosional fundamental seperti syukur dan doa. Sumber sekunder berupa literatur ilmiah seperti jurnal, buku, skripsi, dan penelitian terdahulu yang relevan, dengan kriteria kredibel, terbit di lembaga akademik, serta membahas tema emosi, pendidikan emosional, dan pendidikan Islam. Pemilihan kedua sumber ini dilakukan secara selektif berdasarkan relevansi topik, kualitas metodologis, dan kontribusinya terhadap analisis, sehingga mampu memberikan landasan teoritis yang kuat dan kontekstual bagi penelitian ini.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori penilaian Kognitif dari Richard Lazarus. Beliau adalah seorang penjelajah dalam bidang emosi ini. Menurut teori ini, sebelum menghargai emosi, maka yang harus dilakukan terlebih dahulu adalah befikir, inilah alasan teori ini diakui sebagai teori emosi Lazarus. Pada dasarnya ini mengacu ketika seseorang melakukan suatu aktifitas yang dirangsang oleh motivasi instrinsik dan menyerap hadiah, maka akan menyebabkan penurunan motivasi instrinsik sebelumnya. Artinya, jika seseorang menemukan seekor singa di hutan, kemudian ia mulai berpikir bahwa ia berada dalam masalah dan bahaya besar, sehingga mengarah pada pengalaman emosional ketakutan dan tindakan fisik berhubungan dengan respon melawan,yaitu lari.(Sururie, 2022, p. 4)

Dalam menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an, penelitian ini menggunakan metode tafsir tematik (maudhu'i), yaitu mengkaji ayat-ayat yang berkaitan dengan tema tertentu, dalam hal ini konsep

emosional dalam surat Ibrahim. Analisis dilakukan dengan cara menghimpun ayat-ayat yang relevan, memahami makna bahasa dan konteks ayat, mengkaji penafsiran para mufasir, lalu menarik kesimpulan yang terintegrasi dengan teori yang digunakan.

Langkah-langkah analisis data pustaka dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengumpulan data: Menghimpun ayat-ayat dalam surat Ibrahim yang berkaitan dengan pembahasan emosi, serta literatur sekunder yang relevan.
2. Klasifikasi data: Mengelompokkan data primer (ayat Al-Qur'an) dan data sekunder (tafsir, buku, artikel, dan penelitian sebelumnya).
3. Analisis isi (content analysis): Menelaah kandungan makna ayat dengan memperhatikan aspek bahasa, konteks turunnya ayat (asbabun nuzul), dan penafsiran ulama.
4. Integrasi dengan teori: Mengaitkan temuan analisis Al-Qur'an dengan teori penilaian kognitif Richard Lazarus untuk memahami relevansinya terhadap aspek emosional dalam pendidikan remaja.
5. Penarikan kesimpulan: Merumuskan hasil akhir berupa pemahaman konseptual mengenai emosi menurut Al-Qur'an surat Ibrahim dan implikasinya dalam pendidikan remaja.

Dengan demikian, metode ini tidak hanya berfokus pada kajian literatur, tetapi juga pada analisis tematik Al-Qur'an yang dipadukan dengan teori psikologi modern.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian emosional

Menurut Daniel Goleman dalam bukunya *Kecerdasan Emosional* (1995), emosional berkaitan erat dengan konsep kecerdasan emosional (EQ), yaitu kemampuan untuk mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif. EQ penting karena berhubungan langsung dengan kemampuan seseorang untuk menjaga hubungan yang sehat dengan orang lain, mengelola stres, serta membuat keputusan yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Goleman juga menekankan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang baik lebih mampu mengatasi kesulitan dan berinteraksi dengan empati dalam berbagai situasi sosial.

Sementara itu, Martha Nussbaum dalam bukunya *Hidup yang Baik* (2013) mengungkapkan bahwa emosi adalah bagian dari kehidupan moral manusia. Nussbaum berpendapat bahwa emosi tidak hanya sebagai reaksi terhadap situasi, tetapi juga sebagai instrumen dalam pengambilan keputusan moral. Emosi memandu individu untuk memilih apa yang dianggap baik dan benar, meskipun kadang emosi tersebut tidak selalu rasional. Ia menyoroti pentingnya pemahaman akan emosi untuk mencapai kehidupan yang bermakna, karena emosi memberi kita petunjuk tentang apa yang sangat kita hargai dalam hidup.(Nussbaum, 2013, p. 59–60)

Lebih lanjut, pengelolaan emosi atau kecerdasan emosional juga sangat berperan dalam mengurangi dampak negatif dari emosi berlebihan, seperti kecemasan atau depresi. Dalam konteks ini, Goleman mengemukakan bahwa pengaturan diri (self-regulation) adalah salah satu aspek penting dalam kecerdasan emosional yang memungkinkan individu untuk menanggapi tantangan dengan cara yang lebih tenang dan terkontrol, tanpa terjebak dalam reaksi emosional yang merugikan.(Goleman, 1995, p. 48–49)

Emosi memberikan pemahaman berharga bagi individu dalam meningkatkan kemampuan komunikasi serta pengelolaan diri, seperti menghadapi stress, tekanan, masalah moral, maupun penurunan kualitas hidup sehari-hari. Kecerdasan emosional mencakup aspek kesadaran diri, motivasi, empati dan ketrampilan sosial. orang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik mampu mengenali dirinya, mengatur emosi, memotivasi diri, berempati dan membangun relasi sosial yang sehat. Dengan ketrampilan ini, seseorang cenderung lebih berhasil dalam kehidupan serta termotivasi untuk terus belajar. Sebaliknya, kurangnya ketrampilan emosi dapat melemahkan motivasi belajar dan mengganggu kemampuan dalam memusatkan perhatian pada tugas individu. (Permata et al., 2024, p. 63)

Emosi-emosi dalam Surat Ibrahim

Isyarat emosi manusia dalam Al-Qur'an dapat ditemukan di berbagai tempat pada ayat-ayat yang dapat dipahami sebagai emosi. Pengungkapan al-Qur'an tentang emosi seiring dengan berbagai problematika yang dihadapi manusia dalam menjalani kehidupan.Al-Qur'an mengungkapkan isyarat

emosi manusia dalam bentuk ekspresi wajah atau bagian dari wajah merupakan ekspresi paling umum tejadi saat seseorang merespons suatu kondisi yang sedang dialami.Hal ini banyak dilakukan seseorang, karena wajah adalah gambaran jiwa manusia.(Kamaluddin, 2022, p. 13) ia bersifat reflektif, meskipun dalam perkembangannya dapat dipercaya oleh berbagai pengalaman dalam beinteraksi dengan orang lain.

Secara umum, tedapat lima jenis emosi yang disepakati oleh para ahli sebagai emosi dasar, yaitu emosi senang atau bahagia, marah, sedih, takut dan heran. Emosi senang atau bahagia diungkapkan Al-Qur'an dengan kata al-Farah yang mengilustrasikan suasana hati saat memperoleh kepuasan atau ketika mencapai keinginannya, emosi marah dan sedih masing-masing dijelaskan al-Quran dengan kata al-Ghodhob dan al-Hazn, sedangkan emosi takut didenotasikan al-qur'an dengan kata al-khouf dan kata at-Ta'ajjub yang memiliki konotasi heran.

Berdasarkan isyarat emosi al-qur'an diatas, bisa disimpulkan bahwa emosi manusia dalam al-qur'an digambarkan dalam bentuk sikap seseorang dengan ekspresi positif maupun negative. Misalnya emosi senang, digambarkan al-quran dengan ekspresi wajah yang berseri-seri.psikologi mengkategorikan senang sebagai emosi positif yang tentunya akan membawa energi positif dalam kehidupan. Oleh karena itulah, dibandingkan dengan emosi lain, emosi senang ini lebih banyak dijelaskan oleh al-quran dengan kosa kata yang bervariasi. Bahkan, lebih dari itu, alqur'an juga menggambarkan emosi senang ini tidak terbatas pada peristiwa di dunia, akan tetapi juga menggambarkan emosi senang dalam kehidupan akhirat.(Kamaluddin, 2022, p. 14)

Cara meraih kebahagiaan ada tiga, yaitu takwa, iman dan sholat. Takwa akan merefleksikan sinegritas antara takut , patuh dan cinta seorang hamba kepada Tuhannya yang pada akhirnya akan menghasilkan ketauhidan secara mutlak, sedangkan iman merupakan bagian dari takwa yang akan membedakan antara orang munafik dan orang beriman. Sebab kebahagiaan akan dimiliki oleh orang yang beriman di hati, lisan dan manifestasinya. Sementara itu, sholat adalah perbuatan yang akan menjaga manusia agar tidak melakukan perbuatan keji dan munkar.

Al-qur'an menyatakan dua peran utama yang dibutuhkan untuk mencapai kebahagiaan, yaitu intenal dan ekstenal. Internal merupakan manusia sedangkan eksternal adalah Allah Swt. Sebab pusat aktifitas evaluasi manusia ialah akal pikiran yang mungkin akan terkalahkan hawa nafsunya ketika tidak terkendali. Sehingga untuk mengendalikannya, Allah akan membimbing kita dengan ayat-ayat al-Qur'an yang pastinya akan menghantarkan kita pada kebahagiaan yang hakiki. (Suhiroh & Khaerurrohim, 2021, p. 56).

Dunia merupakan tempat untuk mengumpulkan bekal menuju akhirat, sekaligus menjadi ladang ujian yang dipenuhi berbagai godaan. Oleh karena itu, manusia perlu bersikap bijaksana dalam memanfaatkannya serta senantiasa berpegang pada takwa, agar tidak terjerumus oleh kesenangan dunia yang menyesatkan. (fauziyah et al., 2024, p. 152) Menurut Syaikh Abdus Shamad Al-Falimbani, dunia tidak sepeuhnya buruk dan juga tidak sepenuhnya baik. Dunia yang tidak memberikan manfaat bagi kehidupan akhirat dianggap tercela, sedangkan dunia yang membawa manfaat untuk akhirat dipandang terpuji. (fauziyah et al., 2024, p. 151)

Berikut adalah emosi-emosi yang ada dalam surat Ibrahim:

a. Do'a

Kata "doa" dalam Al-Qur'an disebutkan dalam berbagai bentuk derivasi sebanyak 212 kali, dengan tujuh makna berbeda. Dalam Surah Ibrahim, terdapat tiga makna doa, yaitu:

1. Permohonan pertolongan. QS. Ibrahim ayat 35 mengandung permohonan untuk keamanan Kota Makkah.

وَاِذْ قَالَ اِبْرٰهِيْمُ رَبِّ اجْعَلْ هٰذَا الْبَلَدَ اٰمِنًا وَّاجْنُبْنِيْ وَبَنِيَّ اَنْ نَّعْبُدَ الْاَصْنَامَۗ ٣٥

Ayat tersebut mengingatkan tentang doa Nabi Ibrahim ketika memohon kepada Allah, "Wahai Tuhanku, jadikanlah negeri ini (Mekah) sebagai tempat yang aman, dan jauhkanlah aku beserta anak cucuku dari menyembah berhala." Dalam ayat ini, Nabi Ibrahim secara khusus meminta perlindungan dari segala hal yang dapat menjerumuskannya ke dalam perbuatan syirik, dosa besar yang sangat dibenci oleh Allah SWT.

Doa Nabi Ibrahim yang bermakna permohonan pertolongan (al-Istighasah) juga disebutkan dalam QS. Ibrahim/14:37:

رَبَّنَآ اِنِّيْٓ اَسْكَنْتُ مِنْ ذُرِّيَّتِيْ بِوَادٍ غَيْرِ ذِيْ زَرْعٍ عِنْدَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِۙ رَبَّنَا لِيُقِيْمُوا الصَّلٰوةَ
فَاجْعَلْ اَفْـِٕدَةً مِّنَ النَّاسِ تَهْوِيْٓ اِلَيْهِمْ وَارْزُقْهُمْ مِّنَ الثَّمَرٰتِ لَعَلَّهُمْ يَشْكُرُوْنَ ﴿٣٧﴾

"Ya Tuhan kami, sesungguhnya aku telah menempatkan sebagian keturunanku di lembah yang tandus di dekat rumah-Mu yang dihormati (Baitullah), agar mereka melaksanakan salat.Maka jadikanlah hati sebagian manusia cenderung kepada mereka, dan berilah mereka rezeki berupa buah-buahan agar mereka bersyukur."

Dalam doa ini, Nabi Ibrahim memohon kepada Allah agar anak dan istrinya yang ia tinggalkan di lembah yang tandus tidak diabaikan atau ditelantarkan. Beliau juga meminta rezeki bagi mereka, agar mereka dapat hidup dengan tenang dan melaksanakan ibadah kepada Allah tanpa hambatan.(Dalimunthe, 2020, p. 31)

2. Permohonan bermakna pujian (tahmid) dalam QS. Ibrahim ayat 39

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ وَهَبَ لِيْ عَلَى الْكِبَرِ اِسْمٰعِيْلَ وَاِسْحٰقَۗ اِنَّ رَبِّيْ لَسَمِيْعُ الدُّعَاۤءِ ﴿٣٩﴾

3. Permohonan bermakna ibadah dalam QS. Ibrahim ayat 40.(Dalimunthe, 2020, p. 36)

رَبِّ اجْعَلْنِيْ مُقِيْمَ الصَّلٰوةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِيْۖ رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاۤءِ ﴿٤٠﴾

b. Syukur

Para ulama telah meberikan berbagai definisi tentang syukur. Salah satu deinisi yang penting menyatakan bahwa syukur adalah konsistensi hati dalam mencintai Sang Pemberi nikmat, konsistensi anggota tubuh dalam menaati-Nya dan konsistensi lisan dalam mengingat serta memuji-Nya. Menurut Ibnu Ujaibah, syukur adalah perasaan bahagia dalam hati atas nikmat yang diterima, disertai dengan upaya mengarahkan seluruh anggota tubuh untuk taat kepada Sang Pemberi nikmat , serta pengakuan yang tulus atas segala nikmat dengan sikap rendah hati. (Isa, 2005, p. 206)

Penelitian mengenai makna syukur dalam QS. Ibrahim ayat 7 yang berbunyi :

وَاِذْ تَاَذَّنَ رَبُّكُمْ لَىِٕنْ شَكَرْتُمْ لَاَزِيْدَنَّكُمْ وَلَىِٕنْ كَفَرْتُمْ اِنَّ عَذَابِيْ لَشَدِيْدٌ ﴿٧﴾

Menunjukkan bahwa pemahaman konsep syukur yang praktis dan bermakna dapat memberikan kontribusi besar bagi keberhasilan dan kebahagiaan seseorang.Pesan utama dari ayat ini adalah bahwa bersyukur secara kontekstual mencakup manfaat dan maslahat sosial yang luas.Penafsiran yang lebih humanis dengan dimensi insaniah, sekaligus transendental dengan dimensi ilahiah, memperkuat pemahaman batin tentang syukur.Kontekstualisasi syukur ini mendorong konsistensi dalam mengamalkan rasa syukur, baik di dunia nyata maupun di dunia maya. Syukur dipahami sebagai proses dinamis yang berkelanjutan, di mana semakin seseorang bersyukur, semakin besar kebahagiaan yang dirasakan. Pemahaman syukur yang relevan dengan kebutuhan dan tantangan kehidupan memungkinkan pengalaman dan pengamalannya berangkat dari ketulusan hati dan keikhlasan amal, sehingga memberikan manfaat yang nyata bagi kehidupan dunia dan akhirat.(Dewi & Munirah, 2022, p. 195)

Syukur memiliki manfaat yang luas, baik secara pribadi, sosial, spiritual, maupun profesional.Dalam aspek pribadi, syukur berarti merasa cukup dan puas atas nikmat yang diberikan Tuhan, baik besar maupun kecil.Sikap ini meningkatkan kualitas kepribadian, serta kesehatan mental dan fisik seseorang.Secara sosial, syukur diwujudkan melalui berbagi, memberi bantuan, atau meringankan beban sesama, sehingga membuat individu lebih peduli dan peka terhadap permasalahan sosial.

Dari sisi spiritual, syukur tercermin dalam kebiasaan memuji Allah, memperkuat keimanan, dan meningkatkan kualitas ibadah kepada-Nya.Pemahaman ini menjadikan seseorang lebih taat dan saleh di hadapan Allah.Sedangkan secara profesional, syukur diterapkan melalui kesungguhan dalam bekerja dan meningkatkan kinerja untuk mencapai kesuksesan hidup.Kontekstualisasi syukur mendorong seseorang untuk konsisten mengamalkannya, baik dalam kehidupan nyata maupun di dunia maya. Syukur dipahami sebagai proses yang terus berjalan (never-ending process), di mana

semakin sering dilakukan, semakin besar pula kebahagiaan yang dirasakan. Pemahaman syukur yang relevan dengan kebutuhan dan tantangan kehidupan diharapkan mendorong pengamalan yang tulus dan ikhlas, sehingga memberi manfaat nyata bagi kehidupan dunia dan akhirat.

Syukur sebaiknya dimaknai dengan cara yang lebih mendalam dan memberikan manfaat dalam berbagai aspek, termasuk pribadi, sosial, spiritual, dan profesional. Dalam kehidupan pribadi, syukur berarti merasa cukup dan puas atas segala nikmat yang diberikan Tuhan, baik besar maupun kecil.Sikap ini membantu membentuk kepribadian yang lebih baik sekaligus meningkatkan kesehatan mental dan fisik.

Secara sosial, syukur diwujudkan melalui tindakan berbagi, membantu, atau mempermudah urusan orang lain. Hal ini membuat seseorang yang bersyukur menjadi lebih peduli dan peka terhadap permasalahan sosial di sekitarnya.Dari sudut pandang spiritual, syukur berarti semakin sering memuji dan mengingat Allah, yang diwujudkan dengan meningkatkan kualitas ibadah.Pemahaman spiritual ini membantu seseorang menjadi lebih saleh di hadapan Allah.

Dalam aspek profesional, syukur diterapkan dengan mengembangkan kerja dan kinerja secara maksimal untuk mencapai keberhasilan dalam hidup.Pemaknaan syukur secara kontekstual mendorong konsistensi dalam mengamalkan rasa syukur, baik di dunia nyata maupun di dunia maya. Syukur dipahami sebagai proses yang berkelanjutan (never-ending process), di mana semakin banyak bersyukur, semakin besar pula kebahagiaan yang dirasakan. Pemahaman syukur yang sesuai dengan kebutuhan dan tantangan hidup diharapkan menghasilkan pengalaman dan pengamalan yang tulus dan ikhlas, sehingga memberikan manfaat bagi kehidupan manusia, baik di dunia maupun di akhirat.(Dewi & Munirah, 2022, p. 194)

Allah mengingatkan dalam Surah Ibrahim ayat 7 ini bahwa siapa pun yang bersyukur atas nikmat-Nya akan diberi tambahan nikmat, sedangkan mereka yang kufur nikmat akan menghadapi azab yang pedih. Bersyukur dapat dilakukan dengan tiga cara: pertama, melalui ucapan yang tulus; kedua, dengan perbuatan yang menggunakan nikmat sesuai kehendak Allah; dan ketiga, dengan hati yang penuh pengakuan dan rasa syukur atas nikmat tersebut. (Umami, 2018, p. 56–57)

Dalam Risalah Qusyairiyah dijelaskan bahwa hakikat syukur adalah memuji orang yang berbuat baik dengan cara mengingat kebaikannya. Syukur seorang hamba kepada Allah diwujudkan dengan memuji dan mengingat kebaikan serta nikmat yang diberikan-Nya, disertai ucapan rasa terima kasih dengan lisan, keyakinan dalam hati, dan tindakan nyata. Sikap bersyukur juga meliputi kemampuan mengendalikan diri dan menerima dengan ikhlas apa pun yang Allah berikan, meskipun sedikit atau kurang menyenangkan.

Kesimpulannya, syukur adalah rasa terima kasih kepada Allah yang diwujudkan dengan mengingat nikmat-Nya, memuji-Nya atas segala keutamaan dan karunia-Nya, serta menampakkannya dalam tindakan, disertai kesabaran dan kerelaan atas ketetapan-Nya, meskipun hal tersebut adalah ujian. Dalam Surah An-Nahl ayat 18 dijelaskan bahwa nikmat Allah tak akan pernah habis, sejak manusia lahir hingga meninggal dunia, termasuk nikmat pendengaran, penglihatan, dan hati yang diberikan-Nya untuk membantu manusia mengenal kebenaran.

Menurut Imam Al-Ghazali, syukur adalah maqam tertinggi setelah sabar dan takut kepada Allah. Beliau menekankan pentingnya mensyukuri anggota tubuh dengan menggunakan mata, telinga, lidah, tangan, perut, kemaluan, dan kaki sesuai perintah Allah, bukan untuk berbuat maksiat.Bersyukur atas nikmat Allah adalah kewajiban, baik berdasarkan fitrah manusia maupun ketentuan Al-Qur'an dan hadis. Manfaatnya kembali kepada diri orang yang bersyukur, bukan untuk Allah atau orang lain. (Umami, 2018, p. 65–66)

C. Marah

Di antara berbagai sifat mulia seperti keberanian, kesetiaan, kejujuran, dan kesabaran, kemurahan hati (rahim) menempati posisi yang sangat penting.Namun, Al-Qur'an membedakan sifat kemurahan hati yang berasal dari nafs amarah dengan motif tertentu.Al-Qur'an menegaskan bahwa sifat amarah memang terkadang diperlukan, tetapi tidak selalu harus diekspresikan secara fisik.Sebaliknya, sifat ini sering memerlukan pengendalian internal dalam menghadapi tantangan, dengan kesabaran sebagai penyeimbang setelah kemurahan hati.

Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam surat Ibrahim ayat 21:

وَبَرَزُوْا لِلّٰهِ جَمِيْعًا فَقَالَ الضُّعَفٰٓؤُا لِلَّذِيْنَ اسْتَكْبَرُوْٓا اِنَّا كُنَّا لَكُمْ تَبَعًا فَهَلْ اَنْتُمْ مُّغْنُوْنَ عَنَّا مِنْ عَذَابِ اللّٰهِ مِنْ شَيْءٍۗ قَالُوْا لَوْ هَدٰىنَا اللّٰهُ لَهَدَيْنٰكُمْۗ سَوَاۤءٌ عَلَيْنَآ اَجَزِعْنَآ اَمْ صَبَرْنَا مَا لَنَا مِنْ مَّحِيْصٍ ﴿٢١﴾

"Dan mereka semuanya (di padang Mahsyar) akan berkumpul menghadap Allah. Lalu orang-orang yang lemah berkata kepada orang-orang yang sombong, 'Kami dahulu adalah pengikut-pengikutmu, maka dapatkah kamu menghindarkan kami dari azab Allah walau sedikit saja?'Mereka menjawab, 'Seandainya Allah memberi petunjuk kepada kami, niscaya kami dapat memberi petunjuk kepadamu.Sama saja bagi kita, apakah kita mengeluh atau bersabar.Sekali-kali kita tidak mempunyai tempat untuk melarikan diri.'"

Ayat ini menunjukkan bahwa sifat jaza' (mengeluh) mencerminkan ketidakmampuan menahan diri, ketergesa-gesaan dalam bersikap keras kepala, atau kurangnya kesabaran. Oleh karena itu, Islam menekankan pentingnya kemurahan hati yang diiringi dengan penerimaan lapang dada (syukr), yang pada akhirnya menciptakan keseimbangan dalam bertindak, termasuk memperhatikan kesejahteraan orang lain. (Latief, 2015, p. 71)

Dalam pandangan ini, perbuatan yang didorong oleh hawa nafsu dan amarah dianggap sebagai tindakan yang tidak didasarkan pada pengetahuan, melainkan hanya hasil dari rekayasa pikiran semata.Karena itu, Al-Qur'an menegaskan bahwa sifat amarah, keinginan yang berlebihan, dan semangat fanatik adalah ciri-ciri orang yang berpaling dari kebenaran atau mengabaikan ilmu pengetahuan.

Lebih lanjut, Al-Qur'an sering membatasi penyebutan amarah pada sikap dan tindakan itu sendiri, menggambarkannya sebagai perilaku yang tidak memiliki landasan pengetahuan.Perilaku ini dikaitkan dengan sifat yang mengikuti hawa nafsu, yang menunjukkan kelemahan mental dan kurangnya pengetahuan.Oleh sebab itu, Al-Qur'an memberikan pendekatan spiritual dalam menangani amarah, seperti melalui zikir, kesabaran, relaksasi, dan kesiapan mental untuk menerima kebenaran.

Pemahaman tentang amarah memerlukan pendekatan yang lebih luas.Meski sifat ini ada kalanya diperlukan, amarah tidak selalu berhubungan dengan aspek fisik saja.Dalam menghadapi tantangan, sering kali diperlukan usaha internal untuk mengatasinya, dengan kesabaran sebagai penyeimbang yang datang setelah kemurahan hati.Dengan demikian, konsep amarah tidak hanya dilihat dari makna literalnya, tetapi juga makna substansial yang berkonotasi kerugian, yang dapat membawa seseorang kepada kesesatan atau penyimpangan dari kebenaran.(Latief, 2015, p. 73)

Tindakan marah dapat diekspresikan secara ekstrem, seperti menendang, membanting, hingga berpotensi mengarah pada perilaku kriminal seperti melukai, menyiksa, atau bahkan membunuh.Namun, tidak semua ekspresi marah muncul dalam bentuk agresi fisik. Beberapa orang menunjukkan kemarahan dengan cara yang berbeda, seperti diam, menarik diri, murung, atau menangis.

Dalam Al-Qur'an, manusia digambarkan sebagai makhluk yang cenderung merugi, kecuali mereka yang memiliki empat sifat: (1) beriman, (2) beramal saleh, (3) saling menasihati dalam kebenaran, dan (4) saling menasihati dalam kesabaran. Orang-orang dengan sifat ini tidak hanya berbuat kebaikan, tetapi juga mengajak orang lain untuk melakukannya. Sebaliknya, ketidakmampuan mengendalikan diri, baik dalam kehendak maupun akal, dapat memunculkan sifat marah. Ketika seseorang marah, ia sering kehilangan kendali atas akal, ucapan, dan tindakannya. Hal ini dapat mengarah pada perilaku yang tidak terkontrol atau bahkan menimbulkan konsekuensi yang tidak diinginkan akibat terbawa emosi.(Latief, 2015, p. 81)

Kecerdasan emosional sama pentingnya dengan kecerdasan kognitif, bahkan sering kali lebih signifikan. Hal ini karena kecerdasan emosional membantu seseorang menghadapi berbagai aspek kehidupan, termasuk mengelola situasi sulit seperti kemarahan.Cara untuk menyelesaikan masalah dan mengendalikan amarah sangat bergantung pada tingkat kecerdasan emosional.Untuk menciptakan generasi yang sehat, perlu terlebih dahulu memperbaiki diri sendiri.Emosi cenderung diwariskan melalui kebiasaan.Orang tua yang pemarah berisiko memiliki anak dengan sifat yang serupa.Oleh karena itu, kecerdasan emosional, termasuk kemampuan mengelola amarah, harus dilatih sejak dini.

Marah diperbolehkan, tetapi tidak berarti menjadi seseorang yang mudah marah.Marah adalah bentuk sikap untuk menegaskan hak kita atas perlakuan yang adil, layak, dan pantas.Namun, penting untuk memastikan alasan di balik kemarahan kita berhubungan dengan nilai-nilai yang benar, seperti hubungan dengan Allah atau prinsip diri, bukan semata-mata masalah pribadi.Jika kemarahan hanya didasari oleh urusan pribadi dan diluapkan secara brutal atau berlebihan, itu menunjukkan kurangnya pengendalian diri. Oleh karena itu, kemampuan mengelola kemarahan dengan cara yang baik dan sehat harus dipelajari dan dibiasakan. Kuncinya adalah kemauan untuk berubah. Orang yang memahami bahaya memendam kemarahan atau meluapkannya secara agresif akan lebih sadar untuk berlatih mengendalikan emosi. Mereka menyadari bahwa kemarahan yang tidak terkontrol tidak hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga berdampak buruk pada lingkungan sekitar.(Noerillahi, 2020, p. 161)

Kondisi Emosi Anak usia remaja

Pada masa remaja, umumnya individu ingin melepaskan diri secara emosional dari orang tua mereka dan mulai membangun identitas pribadi.Mereka beusaha menjadi individu yang memiliki karakter unik, terpisah dari pengaruh ciri-ciri orang tua yang selama ini membentuk identitas mereka.Hal ini sebenarnya wajar dan tidak perlu dikhawatirkan oleh orang tua, karena keinginan remaja untuk dikenali berdasarkan jati diri mereka sendiri justru membantu mereka menghadapi dunia secara mandiri. Selama fase ini, remaja mulai menyadari bahwa jika di masa kecil mereka harus tunduk pada berbagai peraturan, disiplin dan larangan yang ditetapkan orang tua, banyak dari aturan tersebut sebenarnya didasari oleh kekhawatiran atau ketakutan berlebih orang tua. Oleh karena itu, para remaja sering kali mulai berani menolak atau mengabaikan aturan tersebut secara *to the point.*

Kadang-kadang remaja sengaja melanggar perintah atau larangan untuk melihat bagaimana orang tua mereka bereaksi. Perilaku ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan masa kanak-kanak, di mana mereka cenderung patuh pada aturan dan norma yang ditetapkan oleh orang tua maupun orang dewasa di sekitar mereka. Jika sebelumnya mereka dikenal sopan, santun, dan penurut, kini pada masa remaja mereka perlahan ingin melepaskan diri dari pengaruh orang tua, baik secara fisik maupun emosional.(Surbakti, 2009, p. 20)

Proses pemisahan emosional ini sering kali tidak berjalan mulus, karena banyak orang tua yang belum siap menghadapi perubahan tersebut. Remaja mulai berani membantah, mengajukan protes, mengabaikan perintah, atau menyatakan ketidaksetujuan mereka secara terbuka.Mereka ingin menunjukkan bahwa mereka mampu mandiri, memiliki kepribadian sendiri, serta pandangan yang sering kali berbeda dari orang tua.Hal ini semakin nyata ketika aturan yang diberlakukan orang tua menyentuh aspek yang penting bagi mereka sebagai remaja, misalnya dalam hal berpakaian.

Pada masa kanak-kanak, anak-anak mungkin harus mengikuti aturan berpakaian yang ditentukan orang tua.Namun, saat mereka beranjak remaja, aturan semacam itu sering kali memicu konflik.Jika orang tua tetap memaksakan selera mereka, konflik tersebut dapat menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari.Tidak jarang, remaja bahkan mengubah penampilan mereka secara drastis, seperti memakai pakaian penuh corak, lusuh, atau bahkan robek, sebagai bentuk ekspresi kebebasan.Perubahan ekstrem ini sering kali membuat orang tua merasa kaget, meskipun remaja melakukan hal tersebut untuk menunjukkan bahwa mereka telah lepas dari aturan yang mereka anggap monoton dan membosankan.Ironisnya, aturan tersebut adalah bagian dari pola asuh yang membentuk mereka selama bertahun-tahun.(Surbakti, 2009, p. 21)

Perlu dipahami bahwa secara emosional, banyak orang tua belum siap menghadapi perubahan sikap anak-anak mereka yang beranjak remaja.Hal ini merupakan kelemahan umum yang dialami oleh hampir semua orang tua di berbagai belahan dunia.Ketidaksiapan mental tersebut sering kali memicu rasa takut dan khawatir yang berlebihan, sehingga mendorong mereka untuk memberlakukan berbagai aturan yang pada akhirnya justru memicu konflik dengan anak-anak mereka.

Padahal, apa yang dilakukan oleh remaja umumnya tidak bersifat permanen. Perubahan perilaku, penampilan, atau sikap yang mereka tunjukkan selama masa remaja lebih dipengaruhi oleh emosi yang kuat namun belum stabil.Seiring waktu, saat mereka beranjak dewasa, sebagian besar atau bahkan seluruh perubahan tersebut cenderung berangsur-angsur hilang.Dengan demikian, sebenarnya tidak ada hal yang perlu dikhawatirkan secara berlebihan.(Surbakti, 2009, p. 24)

Emosional dalam pendidikan anak usia remaja

Salah satu tujuan pendidikan adalah pembentukan karakter pada anak usia remaja. Kecerdasan emosional di masa remaja adalah semacam pelindung tehadap kurangnya kendali, kecemasan dan rasa

tidak aman.Karena masa remaja adalah fase yang penuh dengan amukan hormon dan krisis identitas.Namun bagaimanapun masa ini merupakan tahap kehidupan dimana remaja mulai menghadapi masalah yang lebih kompleks baik itu tentang persahabatan, hubungan perubahan tubuh mereka sendiri serta tekanan ekstenal yang dapat dengan mudah menjatuhkan mereka jika mereka tidak siap secara emosional.(Leonel, 2024, p. 12)

Pendidikan karakter memberikan dampak positif bagi perkembangan emosional siswa, antara lain meningkatkan kesejahteraan emosional, menurunkan tingkat stress, serta menumbuhkan rasa percaya diri. Dengan karakter yang baik, siswa mampu mengenali, memahami sekaligus mengendalikan emosi mereka secara tepat. Selain itu mereka dapat menumbuhkan empati dan menghargai perasaan orang lain, sehingga tercinta suasana belajar yang ramah dan saling mendukung, Melalui pendidikan karakter yang menekankan pada kesadaran emosi, pengelolaan emosi yang sehat, serta penghargaan terhadap emosi sesama, ketrampilan emosi siswa dapat berkembang dengan lebih optimal. (Hartati, 2023, p. 1510)

Remaja yang tidak mendapatkan pendidikan yang tepat atau diabaikan tanpa bimbingan dan pengarahan cenderung menunjukkan perilaku memberontak dan membangkang, yang sebenarnya wajar.Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuan mereka dalam mengendalikan emosi akibat perkembangan mental yang pesat.Meski demikian, penyimpangan perilaku emosional pada remaja tidak selalu menjadi fenomena umum.Oleh karena itu, pembahasan tentang remaja sebagai individu sangat relevan.Hanya sebagian kecil remaja yang menunjukkan perilaku tersebut, dan jumlahnya meningkat seiring dengan berkurangnya perhatian keluarga dan lembaga pendidikan.Maka, metode pendidikan yang sesuai dengan perkembangan fisik, mental, dan intelektual mereka sangat dibutuhkan.

Sebagian besar ahli psikologi sepakat bahwa sensitivitas adalah salah satu ciri emosional pada remaja.Ini menunjukkan bahwa remaja tidak selalu terjebak dalam emosi negatif atau perilaku memberontak.Ketika diberi bimbingan dan kritik yang lembut, mereka mampu merespons dengan baik, bahkan menyesali tindakan mereka.Hal ini membuktikan bahwa remaja adalah individu yang normal dan tidak secara alami bersikap memberontak, kecuali jika mereka diabaikan atau tidak mendapatkan pendidikan yang baik.

Remaja memiliki sensitivitas tinggi. Air mata mereka mudah jatuh, dan mereka cepat menyesal ketika menerima kritik yang lembut dari orang lain. Dr. Hasyimi, dalam pembahasannya tentang pemberontakan dan pembangkangan remaja, menyebutkan bahwa perilaku ini dapat diatasi dengan menciptakan lingkungan yang mendukung kerja sama. Dengan membimbing remaja untuk mengenali jati diri mereka, mengakui tahap pertumbuhan yang sedang dilalui, serta menciptakan suasana saling percaya antara remaja dan orang dewasa, perilaku memberontak dapat diminimalkan.Sebaliknya, pemberontakan tidak dapat diatasi dengan tindakan keras atau pemberontakan.

Pemberontakan tidak selalu harus dihadapi dengan tindakan keras, tetapi harus disikapi dengan ketenangan, keseimbangan emosional, dan arahan yang bijak agar remaja merasa dihargai.Mereka harus merasakan bahwa pendidik atau pengarah mereka adalah figur yang dekat dan penuh kasih, seperti seorang saudara atau ayah yang penyayang.Pendidikan Islam tidak mendukung penggunaan kekerasan untuk mengatasi emosi yang muncul pada fase apapun dalam kehidupan.Sebaliknya, pendekatan yang digunakan adalah metode yang lembut, yang membantu individu (remaja, pemuda, atau orang dewasa) untuk kembali mendapatkan keseimbangan dan kestabilan emosional mereka.(Az-Za'balawi, 2007, p. 147–148)

Kisah para sahabat Rasulullah Saw.di masa muda mereka mengajarkan tentang potensi remaja yang mampu meraih kemenangan besar bagi Islam. Pada masa Rasulullah, usia muda dimulai dari usia baligh hingga 30 tahun. Di usia muda tersebut, mereka sudah memiliki keyakinan Tauhid yang kuat dan menjaga ibadah dengan konsisten dalam hidup mereka, meskipun zaman mereka dikenal sebagai zaman Jahiliyah, sebuah masa yang penuh dengan kebodohan. Ini menunjukkan bahwa seseorang yang mengenal Tuhan dan mengetahui tujuan hidupnya untuk beribadah kepada Allah akan merasa takut untuk berbuat jahat. Berdasarkan kesadaran keluarga yang mengarahkan anak-anak mereka untuk belajar di sekolah yang berbasis Islam, dapat disimpulkan bahwa keluarga berperan penting dalam menanamkan Tauhid yang benar pada remaja.Namun, penanaman Tauhid pada remaja harus dilakukan secara berkelanjutan, karena iman seseorang bisa naik turun, yang mengharuskan mereka untuk terus belajar lebih dalam mengenai Tuhan mereka.Setelah penanaman Tauhid yang benar, masalah ibadah juga harus dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari remaja.Sholat sebagai ibadah utama dalam Islam harus diajarkan sejak dini, karena sholat dapat mencegah dari perbuatan keji dan mungkar. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman dalam surah Al-Ankabut 29:45.(Lestari et al., 2021, p. 5)

Analisis Qs. Ibrahim dan Relevansinya Dalam Pendidikan Anak Usia Remaja

Surah Ibrahim adalah salah satu surah dalam Al-Qur'an yang mengandung banyak pesan emosional dan spiritual yang mendalam.Surah ini berisi kisah-kisah para nabi, doa-doa yang penuh pengharapan, serta peringatan tentang pentingnya bersyukur dan ancaman bagi mereka yang ingkar. Dalam konteks pendidikan anak, terutama usia remaja, ayat-ayat dalam surah ini sangat relevan untuk membangun karakter, kecerdasan emosional, dan spiritual mereka.

Usia remaja adalah masa transisi yang penuh dengan tantangan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Pada masa ini, remaja cenderung mengalami pergolakan batin, pencarian jati diri, dan sering kali menghadapi tekanan dari lingkungan sekitarnya.Dengan menanamkan nilai-nilai yang terkandung dalam Surah Ibrahim, remaja dapat dibimbing untuk menjadi individu yang lebih sabar, bersyukur, dan memiliki hubungan yang kuat dengan Allah SWT.

Berikut adalah beberapa pesan emosional dalam Surah Ibrahim yang relevan dalam pendidikan anak usia remaja:

1. Doa sebagai Penguatan Spiritual

Dalam Surah Ibrahim ayat 40, Nabi Ibrahim berdoa "Ya Tuhanku, jadikanlah aku dan anak cucuku orang-orang yang tetap mendirikan salat.Ya Tuhan kami, perkenankanlah doaku." Ayat ini menggambarkan pentingnya doa sebagai sarana untuk memperkuat hubungan dengan Allah SWT. Doa Nabi Ibrahim menunjukkan harapan yang besar agar keturunannya menjadi orang-orang yang taat beribadah. Relevansi bagi remaja, doa dapat menjadi cara untuk mengelola emosi, seperti kecemasan, kegelisahan, dan rasa putus asa. Mengajarkan kebiasaan berdoa sejak dini akan membantu remaja memiliki pegangan hidup dan merasa dekat dengan Allah, terutama ketika menghadapi tantangan dalam hidup.

2. Pentingnya Syukur dan Bahaya Kufur

Sebagaimana yang telah disebutkan diatas dalam ayat 7. Ayat ini mengajarkan dua hal penting: keutamaan bersyukur atas nikmat yang diberikan Allah dan akibat buruk dari sikap kufur atau ingkar nikmat. Rasa syukur adalah emosi positif yang membangun, sedangkan kufur adalah sumber dari ketidakpuasan dan kesedihan. Relevansinya bagi anak remaja sering kali merasa tidak puas dengan apa yang mereka miliki, terutama di era modern yang dipenuhi dengan media sosial. Dengan menginternalisasi pesan ini, remaja dapat diajarkan untuk fokus pada hal-hal positif dalam hidup dan menghargai setiap nikmat yang telah mereka terima. Ini juga akan membantu mereka untuk tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial.

3. Keteladanan Nabi Ibrahim dalam Pengorbanan

Ayat 37 menyebutkan doa Nabi Ibrahim: "Ya Tuhan kami, sesungguhnya aku telah menempatkan sebagian keturunanku di lembah yang tidak mempunyai tanaman di dekat Rumah-Mu (Baitullah) yang dihormati, agar mereka melaksanakan salat." Nabi Ibrahim rela meninggalkan keluarganya di tempat yang tandus demi menjalankan perintah Allah SWT.Ini adalah bentuk pengorbanan dan keteguhan hati yang luar biasa.Relevansi bagi remaja dapat belajar dari kisah ini tentang pentingnya tanggung jawab, pengorbanan, dan keikhlasan.Dalam kehidupan sehari-hari, ini bisa diterapkan pada kesediaan mereka untuk membantu keluarga, belajar dengan sungguh-sungguh, dan tidak menyerah dalam menghadapi kesulitan.

2. Hikmah Sabar dalam Menghadapi Ujian

Surah Ibrahim juga mengingatkan bahwa manusia sering kali diuji oleh Allah SWT dengan kesulitan dan kesenangan. Orang-orang yang bersabar dan tawakal akan mendapatkan balasan kebaikan di dunia dan akhirat. Relevansinya adalah pada masa remaja, tekanan akademis, hubungan sosial, dan konflik dengan keluarga sering kali menjadi ujian yang berat.Nilai kesabaran yang diajarkan dalam Surah Ibrahim dapat membantu remaja untuk tidak mudah putus asa dan menghadapi masalah dengan kepala dingin.

Pesan-pesan dalam Surat Ibrahim dapat diterapkan dalam pendidikan anak usia remaja melalui berbagai pendekatan, baik di lingkungan keluarga maupun sekolah. Berikut adalah beberapa relevansi dan cara penerapannya:

1. Mengembangkan Kecerdasan Emosional. seperti bersyukur, sabar, dan tawakal dapat membantu remaja mengelola emosi mereka. Dengan memahami pesan-pesan emosional dalam Surat Ibrahim,

remaja dapat belajar untuk tidak terlalu larut dalam emosi negatif, seperti marah, iri hati, atau putus asa.

Contoh Praktik:

a. Mengajarkan remaja untuk merenungkan ayat-ayat Al-Qur'an dan menjadikannya sebagai pegangan hidup.

b. Memberikan contoh nyata tentang bagaimana sikap bersyukur dapat membawa kebahagiaan dan ketenangan batin.

2. Pendidikan Spiritual sebagai Fondasi Hidup

Doa Nabi Ibrahim dalam Surat Ibrahim menunjukkan pentingnya membangun hubungan yang kokoh dengan Allah SWT.Pendidikan spiritual ini menjadi landasan moral dan etika bagi remaja dalam menghadapi tantangan zaman.

Contoh Praktik:

a. Mendorong remaja untuk rutin melaksanakan salat dan membaca doa.

b. Membiasakan berdiskusi tentang nilai-nilai keagamaan yang relevan dengan kehidupan sehari-hari.

3. Menanamkan Nilai-Nilai Keteladanan

Kisah Nabi Ibrahim dalam Surat Ibrahim dapat dijadikan teladan bagi remaja. Keteguhan iman, keberanian, dan pengorbanan beliau mengajarkan nilai-nilai luhur yang relevan dengan kehidupan modern.

Contoh Praktik:

a. Mengadakan kegiatan storytelling atau diskusi tentang kisah para nabi.

b. Memberikan tantangan kecil kepada remaja untuk berkorban, seperti membantu sesama atau mengorbankan waktu bermain untuk belajar.

4. Memberikan Motivasi untuk Berbuat Baik

Janji Allah dalam ayat 7 bahwa bersyukur akan membawa lebih banyak nikmat dapat dijadikan motivasi bagi remaja untuk selalu berpikir positif dan berbuat baik.

Contoh Praktik:

a. Memberikan penghargaan kepada remaja yang menunjukkan sikap bersyukur.

b. Mengingatkan mereka tentang pentingnya berbagi kebahagiaan dengan orang lain.

Kesimpulan

A. Surat Ibrahim menekankan nilai fundamental seperti syukur, sabar, doa, dan keteladanan Nabi Ibrahim. Nilai-nilai ini berperan penting dalam membentuk karakter remaja yang kuat, menumbuhkan kecerdasan emosional, serta memperdalam hubungan spiritual dengan Allah SWT.

B. Kajian ini menunjukkan bahwa kandungan emosional Surat Ibrahim memperkaya khazanah teori pendidikan Islam, khususnya dalam pengembangan konsep pendidikan berbasis karakter Qur'ani. Selain itu, nilai-nilai ini menguatkan perspektif psikologi Islam tentang regulasi emosi, coping spiritual, dan pembentukan kepribadian yang utuh.

C. Pesan moral dan emosional dalam Surat Ibrahim sangat relevan untuk pendidikan Islam masa kini. Nilai syukur dan sabar dapat menjadi strategi pembelajaran resilien, doa dapat menumbuhkan spiritualitas peserta didik, sedangkan keteladanan Nabi Ibrahim dapat dijadikan model dalam pembinaan akhlak. Hal ini dapat diintegrasikan dalam kurikulum, pembelajaran karakter, maupun program pembinaan remaja.

D. Bagi Penelitian selanjutnya, penulis berharap mampu mengeksplorasi penerapan nilai-nilai emosional Qur'ani dalam pendekatan pedagogi modern, seperti konstruktivisme dan pembelajaran holistik. Kajian empiris juga perlu dilakukan untuk menguji efektivitas internalisasi nilai Surat Ibrahim dalam meningkatkan kecerdasan emosional, spiritualitas, dan karakter remaja di berbagai konteks pendidikan Islam

Daftar Pustaka

Az-Za'balawi, S. M. (2007). *Pendidikan Remaja antara Islam dan Ilmu Jiwa*. Gema Insani Press.

Dalimunthe, T. K. (2020). *Memahami Makna Doa Nabi Ibrahim AS (Komparasi QS.Al-Baqarah 2:126 dan QS.Ibrahim 14:35)* [Skripsi S1]. UIN Syarif Hidayatullah.

Dewi, A., & Munirah. (2022). *Konsep Syukur dalam Al-Qur'an (Studi QS. Ibrahim [14] :7 dengan pendekatan Mana Cum Maghza)*. *3*.

fauziyah, F., Fauzia, A., & Muhid. (2024). *Intepretasi Hadis Tentang Hubbud Dunya Perspektif Syaikh abdus Shamad Al-Falimbani*. *7*, 2.

Goleman, D. (1995). *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. Gramedia Pustaka Utama.

Gunarsah, S. D. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Gunung Mulia.

Hartati, Y. L. (2023). *Analisis Dampak Pendidikan Karakter Terhadap Perkembangan Sosial dan Emosional Siswa*. *2*(3).

Hude, M. D. (2006). *Emosi ; Penjelajahan Religio-Psikologis Tentang Emosi Manusia didalam Al-Qur'an*. Erlangga.

Isa, A. Q. (2005). *Hakekat Tasawuf*. Qisthi Press.

Junaidi, M. (2017). *Manusia dalam Berbagai Perspektif*. *4*(1).

Kamaluddin, A. (2022). *Kontribusi Rgulasi Emosi Qur'ani dalam Membentuk Perilaku Positif (Studi Fenomenologi Komunitas unk Tasawuf Undeground)*. Cipta Media Nusantara.

Latief, U. (2015). Konsep Amarah Menurut Al-Qur'an. *Al-Bayan*, *21*, 32.

Leonel, A. (2024). *Kecerdasan Emosional Anak dan Remaja Alat Untuk Orang Tua dan Guru*.

Lestari, I. P., Amin, S., & Wekke, I. S. (2021). *Model Pencegahan Kenakalan Remaja dengan Pendidikan Agama Islam*. Penerbit Adab.

Noerillahi. (2020). *Terapi Menguasai Rasa Marah ; Self Healing Menurut AlQur'an dan Hadis Biar Hidup Lebih Bahagia Tanpa Banyak Beban*. Anak Hebat Indonesia.

Nussbaum, M. (2013). *Hidup yang Baik: Kecerdasan Emosional dan Kebijaksanaan dalam Kehidupan Moral*. Erlangga.

Permata, I., Ariansyah, & Aprilia Merita. (2024). *Pengaruh Kecerdasan Intelektual dan Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Neurosains di Dunia Pendidikan*. *3*(2).

Suhiroh, I., & Khaerurrohim. (2021). *Konsep Kebahagiaan Dalam al-Qur'an perspektif Tafsir Jalalain*. A-Empat.

Surbakti, S. (2009). *Kenalilah Anak Remaja Anda*. PT Elex Media Komputindo.

Sururie, R. A. (2022). *Berpikir Positif dan Melepaskan Emosi Negatif*. Goresan Pena.

Umami, K. (2018). *Penafsiran La'azidannakum dalam Surat Ibrahim Ayat Tujuh; Telaah Sains al-Qur'an* [Skripsi S1]. UIN Sunan Ampel.