



AL ATSAR : Jurnal Ilmu Hadits
Volume 2 Nomor Oktober 2024
Email Jurnal : al.atsar.ejurnal@gmail.com
Website Jurnal : ejournal.stdiis.ac.id/index.php/Al-Atsar



KEWAJIBAN MEREDAM EMOSI BAGI SUAMI TERHADAP AKHLAK ISTRI
(Analisis Hadis *La Yafrak Mukminun Mukminatana In Kariha Minha Khuluqan Radiya*
***Minha Khuluqan Akhar*)**

Bidayatul Mutammimah
Program Magister Al-Ahwal Al-Syakhsyiah
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
220201210046@student.uin-malang.ac.id

Nasrulloh
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
nasrulloh@syariah.uin-malang.ac.id

ABSTRACT

Mitigating emotions for the husband is the foundation for building a sakinah mawaddah wa rahmah family, by weighing the positive and negative sides of the wife fairly. The purpose of writing this article is to explain the obligation of a husband to suppress his emotions toward his wife's morals. This research method uses a qualitative descriptive approach by deepening the study of the husband's obligation to suppress the emotions of his wife's treatment of him by analyzing the hadith related to him. There are three results in this study, [1] The hadith la yafrak mukminun mukminatana in kariha minha khuluqan radiya minha akhar is an authentic hadith that must be practiced. [2] Emotional control is included in the process of managing emotions which has a positive relationship with marital satisfaction, so the ability to manage these emotions must always be improved. [3] Improving emotional intelligence is an obligation for husband as head of the family because this can affect the level of patience in him so that the husband is not too emotional in dealing with his wife and even controls his emotions by remembering all the good things of his wife. From this treatment, the husband and wife can build a happy, peaceful, and comfortable family.

Keywords: Obligations; Control Emotions; Treatment; Husband; Wife.

ABSTRAK

Peredaman emosi bagi suami merupakan fondasi untuk membangun keluarga *sakinah mawaddah wa rahmah*, dengan menimbang secara adil sisi positif dan negatif dari istrinya. Tujuan penulisan artikel ini untuk menjelaskan tentang wajibnya suami meredam emosi terhadap akhlak istri. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan memperdalam kajian tentang kewajiban suami meredam emosi atas perlakuan istri terhadapnya dengan menganalisis hadis yang berhubungan dengannya. Ada tiga hasil dalam penelitian ini, [1] Hadis *la yafraq mukminun mukminatn in kariha minha khuluqan radiya minha akhar* merupakan hadis sahih yang harus diamalkan. [2] Peredaman emosi termasuk pada proses pengelolaan emosi yang memiliki kaitan positif dengan kepuasan pernikahan, sehingga kemampuan untuk mengelola emosi tersebut harus selalu ditingkatkan. [3] Meningkatkan *emotional intelligence* merupakan kewajiban bagi suami sebagai kepala keluarga karena hal tersebut dapat memengaruhi tingkat kesabaran dalam dirinya, sehingga suami tidak terlalu emosional dalam menghadapi istrinya bahkan meredam emosinya dengan mengingat segala kebaikan istrinya. Dari perlakuan tersebut, suami bersama istrinya mampu membangun keluarga bahagia yang tenteram dan nyaman.

Kata Kunci: *Kewajiban; Meredam Emosi; Akhlak, Suami, Istri.*

A. PENDAHULUAN

Peredaman emosi bagi suami merupakan salah satu upaya untuk mewujudkan kepuasan pernikahan. Hal ini disebabkan oleh adanya hubungan positif yang substansial antara kematangan emosi dan kepuasan pernikahan.⁷² Diskusi mengenai kepuasan pernikahan tidak dapat dipisahkan dari pembahasan mengenai faktor-faktor yang berkontribusi dalam membangun hubungan tersebut, seperti cinta, komitmen, kepercayaan, waktu, komunikasi yang baik, dan manajemen konflik.⁷³ Semua itu dilaksanakan dalam ruang lingkup pemenuhan hak dan kewajiban, yang merupakan konsekuensi logis dari adanya pernikahan.

Namun, satu hal yang tidak dapat dipungkiri dalam pernikahan adalah munculnya konflik. Sekeras apa pun pasangan suami istri berupaya menciptakan kepuasan pernikahan, konflik tetaplah menjadi keniscayaan. Dalam teori konflik, semakin dekat hubungan seseorang, semakin besar potensi untuk mengalami konflik. Oleh karena itu, kemungkinan

⁷² Silfa Izzul Nurmaya and Annastasia Ediati, "Kematangan Emosi Dan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Yang Menikah Muda Di Kecamatan Bandar Kabupaten Batang," *Jurnal EMPATI* 11, no. 03 (2022), <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2022.34473>, hal. 134.

⁷³ "What Makes a Good Marriage / Relationship - Accord Ireland," accessed January 9, 2025, <https://www.accord.ie/resources/articles/what-makes-a-good-marriage-relationship/>.

terjadinya konflik dalam ikatan pernikahan tidak dapat dihindari, terutama karena adanya rasa saling ketergantungan di antara keduanya. Konflik ini bisa muncul akibat kesalahan persepsi dan komunikasi, atau karena perbedaan dan pertentangan, seperti perbedaan sifat bawaan, fitrah, dan latar belakang masing-masing suami istri.⁷⁴

Namun dari perbedaan tersebut, keduanya diberikan organ yang istimewa dengan kemampuannya yang sangat istimewa pula, yakni otak. Organ ini sangat berpengaruh terhadap pengambilan keputusan. Karena di dalamnya terdapat bagian yang menentukan kecenderungan seseorang mengambil keputusan berdasarkan logika atau perasaan. Bagian otak tersebut bernama *prefrontal-cortex* yang berfungsi sebagai pengatur emosi dan pengambil keputusan.⁷⁵ Sehingga dengan anugerah otak tersebut pasangan suami istri dapat mengelola konflik pernikahan secara bijak dan mengatur emosi yang muncul akibat konflik tersebut. Emosi berasal dari jaringan otak yang disebut dengan jaringan emosional, dan otak tersebut juga yang mengendalikan respons manusia.⁷⁶

Meskipun demikian, terkadang jaringan emosional yang begitu kuat dapat menguasai otak, sehingga emosi tersebut secara otomatis mempengaruhi pikiran. Hal ini menyebabkan seseorang tidak dapat berpikir secara rasional dan kehilangan kendali, sehingga pada alam bawah sadar, jaringan emosional tersebut mendominasi respons atau perilaku individu.⁷⁷ Di sinilah seseorang membutuhkan tuntunan agama untuk memberikan solusi ketika terjadi konflik dalam pernikahan.

Pada dasarnya, solusi untuk konflik pernikahan demikian sudah lebih dahulu disampaikan oleh penasihat pernikahan pada saat prosesi pernikahan. Nasihat tersebut diambil dari hadis Nabi yang berbunyi *La Yafrak Mukminun Mukminatun In Kariha Minha Khuluqan Radiya Minha Khuluqan Akhar*. Hadis tersebut mengandung makna perintah bagi suami untuk mengontrol emosi dan pikirannya ketika mendapati ketidakcocokan pada perilaku istri.

⁷⁴ Mahfudh Fauzi, *Diktat Psikologi Keluarga* (Tangerang: PSP Nusantara Press, 2018), hal. 119-120.

⁷⁵ Arini Dina Ismiati Arini Dina Ismiati, Ma'rifatul Ainiyah Ma'rifatul Ainiyah, and Rosydina Robi'aqolbi Rosydina Robi'aqolbi, "Perbedaan Cara Pengambilan Keputusan Antara Laki-Laki Dan Perempuan Menurut Al-Qur'an," *Al-I'jaz: Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman* 5, no. 2 (January 10, 2023), <https://doi.org/10.53563/AI.V5I2.104>, hal. 76.

⁷⁶ Admin, "Ketahu Otak Ketika Memproses Emosi Part 2," Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area, 2022, <https://mpsi.uma.ac.id/ketahu-otak-ketika-memproses-emosi-part-2/>, accessed 10/01/2025.

⁷⁷ Admin, "Ketahu Otak Ketika Memproses Emosi Part 2", accessed 10/01/2025.

Sejalan dengan hal ini, terdapat ungkapan al-Ghazali dalam kitabnya⁷⁸ yang dikutip oleh Ahmad Bahauddin Nursalim, bahwa “mencintai itu tidak cukup dengan tidak melukai orang yang dicintai, tapi juga harus bersabar ketika dilukai orang yang dicintai”.⁷⁹

Dari uraian latar belakang di atas, peneliti hendak mengkaji tentang kandungan hadis tersebut dan mengaplikasikannya pada kajian terkait kewajiban suami meredam emosi terhadap akhlak istri. Pentingnya tema kajian ini adalah sebagai nasihat pernikahan agar dapat dijadikan pedoman untuk membangun keluarga yang harmonis, dengan cara meredam emosi dan memperbanyak stok kesabaran, memperlakukan pasangan dengan baik dan memenuhi hak serta kewajiban suami istri.

Terdapat beberapa penelitian yang membahas emosi suami. (1) Artikel oleh Bidayatul Hidayah dkk. yang mengkaji apakah *emotional intelligence* dipengaruhi oleh gender?⁸⁰ (2) artikel oleh Ahmad Zuhdi dan A. Muri Yusuf tentang hubungan kematangan emosi terhadap kepuasan pernikahan pasangan suami istri.⁸¹ (3) Artikel oleh Silfa Izzul Nurmaya dan Annastasia Ediati yang menjelaskan tentang kematangan emosi dan kepuasan pernikahan pada perempuan yang menikah muda di Kecamatan Bandar Kabupaten Batang.⁸² (4) Artikel oleh Nurhikmah dkk. tentang kepuasan pernikahan dan kematangan emosi pada suami dengan istri bekerja.⁸³ (5) Artikel oleh Dwi Kencana Wulan dan dan Khusnul Chotimah yang mengkaji tentang peran regulasi emosi dalam kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri usia dewasa awal.⁸⁴ Uraian tersebut menunjukkan bahwa belum ada artikel yang secara khusus

⁷⁸ Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihyā’ ‘Ulūm Al-Dīn*, 1st ed. (Saudi: Daar el-Minhaj, 2011), Vol. 4, hal. 37-38.

⁷⁹ El Muhammad, “Ketika Gus Baha’ Berbicara Cinta, So Sweet Begete!,” *Aswajadewata.com*, 2020, <https://www.aswajadewata.com/ketika-gus-baha-berbicara-cinta-so-sweet-begete/>.

⁸⁰ Bidayatul Hidayah, Amarina Ashar Ariyanto, and Sugeng Hariyadi, “Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender?: Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan,” *Jurnal Psikologi Udayana* 7, no. 2 (2020): 43, <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i02.p05>.

⁸¹ Ahmad Zuhdi and A. Muri Yusuf, “Hubungan Kematangan Emosi Terhadap Kepuasan Pernikahan Pasangan Suami Istri,” *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 4, no. 2 (2022): 1696–1704, <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i2.2268>.

⁸² Nurmaya and Ediati, “Kematangan Emosi Dan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Yang Menikah Muda Di Kecamatan Bandar Kabupaten Batang.”

⁸³ Nurhikmah Nurhikmah, Hepy Wahyuningsih, and Fitri Ayu Kusumaningrum, “Kepuasan Pernikahan Dan Kematangan Emosi Pada Suami Dengan Istri Bekerja,” *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 23, no. 1 (2018): 52–60, <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss1.art5>.

⁸⁴ DWI KENCANA WULAN and KHUSNUL CHOTIMAH, “Peran Regulasi Emosi Dalam Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Suami Istri Usia Dewasa Awal,” *Jurnal Ecopsy* 4, no. 1 (2017): 58, <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v4i1.3417>.

mengkaji tentang kewajiban meredam emosi bagi suami terhadap akhlak istri dengan menganalisis hadis *la yafrak mukminun mukminat in kariha minha khuluqan radiya minha akhar*.

Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk menjelaskan kewajiban suami meredam emosi terhadap akhlak istri melalui analisis hadis "*La yafrak mukminun mukminat in kariha minha khuluqan radiya minha akhar*." Asumsi yang mendasari penelitian ini adalah bahwa hadis tersebut dapat menjadi bekal yang disampaikan sebagai nasihat pernikahan bagi pengantin baru. Dengan demikian, hadis ini dapat menjadi pegangan bagi suami untuk memperlakukan istrinya dengan baik dan bersabar terhadap perlakuan istrinya.

B. METODE PENELITIAN

Objek penelitian ini adalah kajian mengenai kewajiban suami meredam emosi terhadap akhlak istri melalui analisis kandungan hadis yang terkait. Penelitian ini menggunakan sumber data primer dan sekunder.⁸⁵ Data primer yang menjadi rujukan utama adalah kitab Shahih Muslim, sedangkan data sekunder diperoleh dari berbagai referensi, baik literatur klasik maupun modern, seperti kitab, buku, artikel, dan halaman web. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kualitatif, dengan mengedepankan pemahaman yang mendalam terkait kewajiban suami meredam emosi terhadap perlakuan istri.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hadis *La Yafrak Mukminun Mukminat In Kariha Minha Khuluqan Radiya Minha Akhar*

Hadis ini diriwayatkan oleh Imam Muslim dengan perawi Sahabat Abu Hurairah dalam kitab Shahihnya pada bab *al-washiyah bi al-nisaa*,⁸⁶ dengan redaksi sebagai berikut:

وَحَدَّثَنِي إِبرَاهِيمُ بْنُ مُوسَى الرَّازِيُّ، حَدَّثَنَا عَيْسَى، يَعْنِي ابْنَ يُونُسَ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْحَمِيدِ بْنُ جَعْفَرٍ، عَنْ عِمْرَانَ بْنِ أَبِي أَنَسٍ، عَنْ عُمَرَ بْنِ الْحَكَمِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: لَا يَفْرُكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ، أَوْ قَالَ: غَيْرُهُ.

⁸⁵ Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Antasari Press, 2011.

⁸⁶ Muslim ibn Hajjaj, Shahih Muslim, n.d, hal. 673.

“Telah menceritakan kepadaku Ibrahim bin Musa Ar Razi telah menceritakan kepada kami Isa, yaitu Ibnu Yunus telah menceritakan kepada kami Abdul Hamid bin Ja’far dari Imran bin Abu Anas dari Umar bin Al Hakam dari Abu Hurairah dia berkata: Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda: “Janganlah seorang Mukmin membenci wanita Mukminah, jika dia membenci salah satu perangnya, niscaya dia akan ridha dengan perangnya yang lain.” Atau beliau bersabda: “Selainnya”.

Hadis ini terdapat dalam beberapa kitab hadis: (1) Shahih Muslim, (2) Musnad Ahmad,⁸⁷ (3) Musnad Abi Ya’la al-Maushili,⁸⁸ (4) Mustakhraj Abi ‘Awanah,⁸⁹ (5) al-Musnad al-Mustakhraj Ala Shahih Muslim li Abi Nuaim,⁹⁰ dan (6) al-Sunan al-Kubra li al-Bayhaqi.⁹¹ Kualitas hadis ini sahih karena terdapat dalam kitab Shahih Muslim dan diriwayatkan oleh para perawi dengan derajat *tsiqah*. Berikut adalah tabel yang menyajikan informasi tersebut:

No.	Nama Perawi	Lahir	Wafat	Kualitas
1.	Abu Hurairah (Abdurrahman ibn Shakhr)	-	57 H	Sahabat
2.	Umar ibn al-Hakam	-	-	<i>Tsiqah</i>
3.	Imran ibn Abi Anas	-	117 H	<i>Tsiqah</i>
4.	Abdul Hamid ibn Ja’far	-	153 H	<i>Tsiqah</i>
5.	Isa ibn Yunus	-	187/191 H	<i>Tsiqah</i> <i>Ma’mun</i>
6.	Ibrahim ibn Musa ar-Razi	-	220 H	<i>Tsiqah</i> <i>Ma’mun</i>
7.	Muslim ibn al-Hajjaj	204 H	261 H	<i>al-Hafiz</i>

Tabel 1.

Makna dari kata **يفرك** adalah emosi yang meluap-luap hingga dapat mengarah pada perceraian,⁹² yang bisa terjadi antara salah satu pasangan. Hal ini seharusnya tidak terjadi hanya karena melihat salah satu sisi buruk pasangan, sebab mungkin saja sisi baiknya dapat

⁸⁷ Ahmad ibn Hanbal, Musnad Al-Imam Ahmad Ibn Hanbal 14 (Beirut: al-Resalah, 1997), Juz. 14, hal. 99-100.

⁸⁸ Ismail ibn Muhammad al-Tamimi, Musnad Abi Ya’la Al-Maushili, 1st ed. (Beirut: Daar al-Ma’moun, 1987), Juz. 11, hal. 303-304.

⁸⁹ Ya’qub ibn Ishaq al-Isfaraini, Musnad Abi Awanah (Beirut: Daar al-Ma’rifah, 1998), Juz. 3, hal. 141.

⁹⁰ Ya’qub ibn Ishaq al-Isfaraini, Al-Musnad Al-Shahih Al-Mukharrij Ala Shahih Muslim (Madinah: al-Mamlakah al-Arabiyah al-Saudiyah, 2014), Juz. 11, hal. 544.

⁹¹ Ahmad ibn al-Husein al-Bayhaqi, Al-Sunan Al-Kubra (Beirut: Daar al-Kitab al-Islami, 2003), Juz. 7, hal. 482.

⁹² Muhammad Ahmad Ismail al-Muqaddam, ‘Aurah Al-Hijab, 10 ed. (Riyadh: Daar Thayebah, 2006), hal. 397.

memperbaiki sisi buruk tersebut.⁹³ Terdapat tiga sikap terkait hal ini: (1) seseorang yang melihat sisi baik dan berpaling dari sisi buruk. (2) seseorang yang fokus pada sisi buruk tanpa melihat sisi baiknya, dan (3) seseorang yang memandang keduanya dan menimbang dengan bijak.⁹⁴

Sikap yang ketiga inilah yang ingin ditunjukkan oleh Nabi agar umatnya dapat mempraktikkannya dengan baik. Karena manusia memiliki sisi baik dan buruk, kita harus memperlakukannya secara adil dengan mempertimbangkan perlakuan yang lebih dominan.⁹⁵ Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada pasangan yang hidup tanpa aib. Jika ingin terbebas dari aib, maka hiduplah tanpa pasangan. Namun, seorang mukminah pasti memiliki sisi baik, jadi penting untuk mencari cara melihat sisi baik dari pasangan tersebut.⁹⁶ Misal jika suami cekcok dengan istrinya karena sebagian kesalahan istri, ingatlah bahwa istri tersebut juga rajin beribadah, cantik, menjaga dirinya dan penyayang.⁹⁷

Hadis ini merupakan anjuran bagi pasangan suami istri untuk memperlakukan dan mendampingi satu sama lain dengan baik, serta bersabar atas perlakuan yang tidak baik.⁹⁸ Selain itu, hadis ini juga mengajarkan untuk tidak tergesa-gesa memutuskan hubungan pernikahan yang terikat sangat kuat (*mīthāqan ghalīẓan*). Karena perubahan perlakuan berjalan perlahan, dibutuhkan kesabaran agar dapat sepenuhnya menerima pasangan. Inilah mengapa sebelum menikah disarankan untuk melihat pasangan terlebih dahulu, agar dapat ‘melihat’ dan belajar menerima, sehingga tidak pernah terbesit pikiran untuk berpisah.⁹⁹

Dalil-dalil lain yang berhubungan dengan hadis ini adalah: (1) Q.s. *al-Nisa* [4]: 19 yang artinya “*Dan bergaullah dengan mereka secara patut. Kemudian bila kamu tidak menyukai*

⁹³ Syarafuddin al-Thibi, Syarh al-Thibi 'Ala Misykah al-Mashabih (Riyadh: Maktabah Nizar Musthafa al-Bazz, 1997), Juz. 1, hal. 2326.

⁹⁴ Abdurrahman Al-Sa'di, Bahjah Qulub al-Abrar wa Qurrah Uyun al-Akhyar, 4 ed. (Riyadh: Wizarah Syu'un al-Islamiyah wa al-Auqaf wa al-Da'wah wa al-Irsyad, 1423 H), hal. 112.

⁹⁵ Ibnu Utsaimin, Syarah Riyadhus Sholihin, Islam, vol. 3 (Riyadh: Daar al-Watan, 1993), hal. 122, https://ia600205.us.archive.org/32/items/waq70259/03_70261.pdf.

⁹⁶ Ali ibn Sulthan al-Qari, Mirqah al-Mashabih Syarh Misykat al-Mashabih, 1 ed. (Beirut: Daar al-Kutub al-Ilmiyah, 2001), Juz. 6, hal. 357.

⁹⁷ Abu Zakariya Yahya ibn Syaraf Al-Nawawi, al-Minhaj Syarh Shahih Muslim (Riyadh: Bayt al-Afkar al-Dauliyah, n.d.), hal. 921.

⁹⁸ Ibn al-Malak al-Rumi, Syarh Mashabih al-Sunnah, 1 ed. (Kuwait: Idarah al-Tsaqafah al-Islamiyah, 2012), Juz. 4, hal. 6.

⁹⁹ Abdul Karim Al-Khudair, Syarh Jawami' al-Akhbar, n.d., <https://www.noor-book.com/الآخبار-شرح-جوامع-الأخبار.pdf>, Juz. 7, hal. 7.

mereka, (maka bersabarlah) karena mungkin kamu tidak menyukai sesuatu, padahal Allah menjadikan padanya kebaikan yang banyak". Titik perhubungannya terletak pada keharusan suami untuk sabar terhadap sikap istri yang membuatnya kesal. Karena Allah menjamin adanya berbagai kebaikan di balik kekesalan tersebut. Jangan sampai kekesalannya kepada istri mengalahkan prasangka baiknya terhadap Allah *Subhānahu wa Ta'ālā*.¹⁰⁰

(2) Hadis riwayat Muslim bahwa wanita ibarat tulang rusuk, jika diluruskan akan patah, jika dibiarkan akan tetap bengkok namun bisa bersenang-senang dengannya.¹⁰¹ Titik perhubungannya terletak pada kebengkokan wanita yang merupakan tabiatnya, yang tidak dapat diubah.¹⁰² Hal ini secara otomatis menuntut kesabaran suami untuk menghadapinya agar hubungan mereka tidak mudah terpisah. (3) Selain itu, hadis riwayat Ibn Majah mengandung perintah untuk memperlakukan istri dengan baik, karena istri adalah teman hidup yang bersedia mendampingi.¹⁰³ Titik perhubungannya terletak pada petunjuk untuk bersikap baik dan tidak mudah marah atas sikap istrinya yang kurang menyenangkan.¹⁰⁴

2. Kematangan Emosi dan Kepuasan Pernikahan

Adanya kepuasan dalam pernikahan merupakan salah satu indikator keberhasilan dalam menjalani bahtera rumah tangga. Sebuah pernikahan dapat dinilai telah mencapai kepuasan dengan memperhatikan terpenuhinya beberapa faktor, yaitu: (1) kebutuhan material (sandang, pangan, papan), (2) kebutuhan seksual, dan (3) kebutuhan psikologis. Semua faktor tersebut tidak dapat berjalan dengan mulus tanpa adanya pengelolaan emosi yang stabil. Oleh karena itu, penting untuk memahami cara mengendalikan emosi yang dimiliki manusia.¹⁰⁵

Kemampuan untuk mengendalikan emosi disebut dengan kecerdasan emosional (*emotional intelligence* atau EI). Menurut Goleman, EI terdiri dari beberapa dimensi: (1) kemampuan mengenali emosi (perasaan) dalam diri sendiri; (2) kemampuan mengelola emosi

¹⁰⁰ Mutawalli Al-Sya'rawi, Tafsir Al-Sya'rawi (Kairo: al-Azhar Islamic Research Academy, 1997), hal. 2083-2084.

¹⁰¹ Hajjaj, Shahih Muslim, hal. 672-673.

¹⁰² Muhammad ibn Abd al-Rahman Al-Mubarakfuri, Tuhfah Al-Ahwazi (Beirut: Daar al-Fikr, n.d.), Juz. 4, hal. 367.

¹⁰³ Ibn Majah Al-Qazwini, Sunan Ibn Majah (Maktabah Daar Ihya' al-Kutub al-Arabiyah, n.d.), Juz. 1, hal. 594.

¹⁰⁴ Muhammad Ali al-Syaukani, Nail Al-Authar, 1st ed. (Beirut: Daar ibn al-Jawzi, 1427), Juz. 12, hal. 328.

¹⁰⁵ WULAN and CHOTIMAH, "Peran Regulasi Emosi Dalam Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Suami Istri Usia Dewasa Awal", hal. 59.

agar dapat diungkapkan dengan baik; (3) kemampuan memotivasi diri (agar mampu menyesuaikan dengan apapun yang terjadi); (4) kemampuan mengenali emosi orang lain; dan (5) kemampuan membina hubungan dengan orang lain (menjalin, membina kedekatan, serta membuat orang lain merasa nyaman).¹⁰⁶

Hasil sebuah penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan kepuasan pernikahan.¹⁰⁷ Sepasang suami istri yang memiliki *emotional intelligence* tinggi akan mampu mengatur dan menentukan sikap sesuai dengan kondisi dan situasi yang dihadapi. Dengan demikian, keputusan yang diambil akan tepat sasaran, dengan mempertimbangkan konsekuensi yang ada. Persoalan rumah tangga menuntut suami istri untuk selalu meningkatkan kematangan emosinya, agar konflik dalam rumah tangga dapat diselesaikan dengan kepala dingin.¹⁰⁸

Kemampuan suami istri untuk mengendalikan emosi dapat menciptakan rasa saling mengerti dan memahami.¹⁰⁹ Dengan demikian, keduanya dapat mengelola konflik dalam perkawinan dengan baik, melihat masalah secara lebih objektif, dan menjaga keharmonisan rumah tangga. Selain itu, kemampuan ini juga memungkinkan mereka memikirkan solusi dengan matang dan meminimalkan kemungkinan terjadinya perceraian.¹¹⁰

3. Implementasi Hadis Terhadap Ketentuan Wajibnya Suami Meredam Emosi Terhadap Akhlak Istri

Implementasi hadis di atas terhadap pengelolaan emosi antara suami istri dapat ditinjau dari aspek kemampuan dalam menjalin hubungan pernikahan. Jalinan pernikahan ibarat sebuah tali yang harus selalu dijaga ketersambungannya dan dijauhkan dari sebab-sebab putusannya tali tersebut. Karena tidak ada jalinan kasih sayang antara dua ruh yang lebih agung

¹⁰⁶ Hidayah, Ariyanto, and Hariyadi, "Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender?: Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan", hal. 44-45.

¹⁰⁷ Empati, Nurmaya, and Ediati, "Kematangan Emosi Dan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Yang Menikah Muda Di Kecamatan Bandar Kabupaten Batang", hal. 134.

¹⁰⁸ Zuhdi and Yusuf, "Hubungan Kematangan Emosi Terhadap Kepuasan Pernikahan Pasangan Suami Istri", hal. 1698.

¹⁰⁹ Nurhikmah, Wahyuningsih, and Kusumaningrum, "Kepuasan Pernikahan Dan Kematangan Emosi Pada Suami Dengan Istri Bekerja", hal. 58.

¹¹⁰ Hidayah, Ariyanto, and Hariyadi, "Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender?: Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan", hal. 47.

dari pernikahan.¹¹¹ Maka dari itu suami istri memiliki peran yang sama dalam menjaga keharmonisan keluarga.¹¹²

Sifat keras kepala yang berujung pertikaian merupakan sebab putusnya hubungan pernikahan. Maka dari itu istri wajib menaati suami, menghindari pertikaian dan memperlakukannya dengan baik, karena hal itu akan memberi kebahagiaan dan kelanggengan dalam sebuah ikatan pernikahan.¹¹³ Dalam hal ini al-Zahabi menjelaskan bahwa jika perempuan diperintah untuk menaati bahkan meminta rida suaminya, maka suami juga diperintah untuk berbuat baik kepada istrinya, memperlakukannya dengan halus dan sabar, memenuhi hak-haknya sebagai suami istri.¹¹⁴ Karena hak suami merupakan kewajiban istri dan sebaliknya hak istri merupakan kewajiban suami.

Kesabaran merupakan salah satu pengaruh adanya pengendalian emosi yang ada dalam diri. Kemampuan untuk mengatur emosi tersebut sangat penting untuk dipraktikkan dalam pernikahan. Suami harus menyadari bahwa dirinya membutuhkan istri yang senantiasa membuatnya merasa nyaman dan tenteram, dipeluk rasa cinta dan kasih sayang. Sehingga dengan kesadaran tersebut seorang suami, yang merupakan kepala keluarga, dapat menghadapi istrinya dengan kelembutan hati dan kesabaran.¹¹⁵

Tingkat kemampuan dalam mengelola emosi dapat memengaruhi tingkat kesabaran seorang suami. Tinggi rendahnya tingkat kesabaran tersebut berpengaruh pada pemahamannya terhadap sikap dan sifat istri. Dari pemahaman tersebut muncul sebuah penerimaan atas perlakuannya yang pada akhirnya akan memaklumi segalanya. Sehingga dari pemakluman tersebut terjalin sebuah hubungan harmonis yang dibalut dengan selimut sakinah mawaddah wa rahmah.

4. Pembahasan

¹¹¹ Nayif ibn Ahmad Ahmad, *Al-Lam'ah Fi Hukm Dharb Al-Zaujah*, n.d., <https://ketabpedia.com/-/تحميل/اللمعة-في-حكم-ضرب-الزوجة/>, hal. 2.

¹¹² Muhammad ibn Idris Al-Syafii, *Al-Umm* (Iskandariyah: Daar al-Wafa, 2001), Vol. 6, hal. 290.

¹¹³ Muhammad ibn Ali Al-Arfaj, *Al-Nikah Tsamratuhu Wa Fawaiduhu*, n.d., <https://www.noor-book.com/-/كتاب-النكاح-ثمراته-وفوائده-pdf>, hal. 46.

¹¹⁴ Muhammad ibn Ahmad Al-Zahabi, *Al-Kabāir*, 2nd ed. (Ajman, Uni Emirat Arab: Maktabah al-Furqan, 2003), hal. 178.

¹¹⁵ Abdul Rauf Al-Munawi, *Faidul Qadir Syarh Jami' Al-Shaghir* (Beirut: Daar al-Ma'rifah, 1972), Vol. 2, hal. 388.

Emotional Intelligence (kemampuan mengendalikan emosi) merupakan salah satu unsur yang sangat penting bagi suami istri, karena dengannya kelanggengan suatu ikatan pernikahan akan terjaga. Selain itu, pemenuhan hak dan kewajiban yang ada dalam hubungan pernikahan akan berjalan lancar.¹¹⁶ Sehingga *emotional intelligence* berlaku bagi suami dan istri secara bersamaan. Pasangan suami istri hendaknya selalu belajar meningkatkan kemampuan mengatur emosinya agar kesabarannya juga semakin meningkat. Tidak hanya fokus pada rasa kesal akibat kesalahan pasangan, tetapi juga mengingat kebaikan dan pengabdian pasangan satu sama lain. Karena rasa cinta memiliki berbagai sebab, begitu pula rasa kesal. Maka menjauhlah dari hal-hal yang menyebabkan kesal dan perbanyaklah mengingat sebab-sebab yang membuat rasa cinta semakin bertambah.¹¹⁷

Namun, terkadang ada suami yang tidak begitu menghiraukan nasihat ini. Mereka cenderung tidak dapat mengelola emosinya dengan baik dan berujung pada ketidaksabaran dalam menghadapi istrinya. Sebagai contoh adalah adanya kasus pembunuhan istri yang dilakukan oleh suami di Desa Tanahbaya, Randudongkal, Pemalang, Jawa Tengah. Penyebabnya adalah karena sang istri ingin segera pergi ke rumah orang tuanya untuk melakukan *live streaming* pada aplikasi *dream live*, sedangkan sang suami masih memandikan anak. Setelah itu terjadi cekcok mulut antara pasangan suami istri tersebut yang berakhir pada penusukan korban (istri).¹¹⁸

Penusukan tersebut didasari pada rasa kesal suami terhadap istrinya ketika cekcok dan sang istri berbicara secara kasar pada suami. Sehingga membuat emosinya tersulut dan mengambil keputusan untuk menusuk istrinya. Atas perbuatan ini, suami tersebut ditetapkan menjadi tersangka dan dijerat dengan pasal 44 ayat 3 UU RI Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga atau Pasal 338 KUHP atas perbuatannya (membunuh istrinya). Dengan ancaman hukuman maksimal lima belas tahun penjara.¹¹⁹

¹¹⁶ Al-Sa'di, Bahjah Qulub Al-Abrrar Wa Qurrah Uyun Al-Akhyar, hal. 111.

¹¹⁷ Muhammad ibn Shalih al-Utsaimin, Syarh Arbain Nawawi Li Al-Utsaimin, 3rd ed. (Saudi: Daar al-Tsurayya, 2004), hal. 374.

¹¹⁸ Baktiawan Candheki, "Kronologi Suami Bunuh Istri Di Pemalang, Korban Awalnya Hendak 'Live Streaming' Di Medsos, Tapi Berujung Cekcok," Kompas.com, 2022, <https://yogyakarta.kompas.com/read/2022/09/23/190200878/kronologi-suami-bunuh-istri-di-pemalang-korban-awalnya-hendak-live?page=all>, accessed 13/01/2025.

¹¹⁹ Ronald Seger Prabowo, "Kasus Suami Bunuh Istri Di Pemalang, Terungkap Pelaku Kesal Korban Live Streaming 4 Jam Dalam Sehari," suarajawategah.id, 2022,

Dari peristiwa tersebut dapat diketahui adanya penyebab runtuhnya bangunan keharmonisan dalam pernikahan, yakni tidak adanya pengelolaan emosi antara suami istri baik emosi diri sendiri atau pasangannya. Dampaknya adalah timbulnya rasa tidak sabar, sehingga cenderung mengambil keputusan yang tidak mengandung kebijaksanaan di dalamnya. Yang terpikirkan hanyalah perlakuan istri yang dianggap kurang baik dan membuat kesal suami, tidak ada lagi bayangan tentang kebaikan-kebaikan istri, baik dari segi fisik ataupun yang lain.

Oleh karena itu, hadis di atas merupakan nasihat bagi pasangan suami istri untuk dapat menimbang sisi manis dan pahit dari pasangan secara adil. Dengan pertimbangan tersebut, keduanya dapat saling memperlakukan dengan baik serta memenuhi hak dan kewajibannya sesuai dengan tempatnya.¹²⁰ Jika sang istri melakukan kesalahan yang membuat suami emosi, sebaiknya ia meredam emosinya dan memaafkannya dengan lapang dada, tanpa melupakan untuk memberikan nasihat agar sang istri dapat memperbaiki sikapnya. Terkait hal ini terdapat syair Arab karangan Ibn N bath al-Mishri yang berbunyi: *وَإِذَا الْحَبِيبُ أَتَى بِذَنْبٍ وَاحِدٍ # جَاءَتْ مَحَاسِنُهُ* (jika sang kekasih datang dengan satu kesalahan, maka segala kebajikannya ¹²¹ بِأَلْفِ شَفِيعٍ mengundang beribu pemaafan).

D. KESIMPULAN

Dari proses pengkajian hadis dan implementasi tentang pentingnya meredam emosi suami terhadap akhlak istri, dapat disimpulkan bahwa hadis tersebut merupakan pedoman bagi suami istri untuk menciptakan kepuasan dalam pernikahan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara mengelola kesabaran dan mengendalikan stabilitas emosi ketika terjadi ketidakcocokan perilaku istri. Dengan pengelolaan kesabaran dan pengendalian emosi tersebut, hubungan baik antara suami istri akan selalu terjaga. Meskipun hadis tersebut hanya menyebutkan pihak laki-laki, pada dasarnya sikap pengendalian emosi perlu dilakukan oleh kedua belah pihak.

<https://jateng.suara.com/read/2022/09/22/185155/kasus-suami-bunuh-istri-di-pemalang-terungkap-pelaku-kesal-korban-live-streaming-4-jam-dalam-sehari?page=2>, accessed 13/01/2025.

¹²⁰ Al-Sa'di, *Bahjah Qulub Al-Abrar Wa Qurrah Uyun Al-Akhyar*, hal. 111.

¹²¹ Ibn N bath al-Mishri, "Da' Min Syafi'in Shuhbatun Ma Adznabat," al-Diwan, n.d., <https://www.aldiwan.net/poem19188.html#>.

Pernikahan adalah hubungan yang menuntut hak dan kewajiban satu sama lain antara suami dan istri.

Setelah mengetahui bahwa upaya mengelola emosi merupakan fondasi untuk kelanggengan hubungan pernikahan, hal yang perlu dielaborasi terkait dengan pembinaan keluarga sakinah adalah kajian mengenai nasihat pernikahan. Nasihat ini akan menjadi bekal bagi pasangan pengantin baru untuk menjalani bahtera rumah tangga. Baik secara tematik (nasihat pernikahan) maupun secara spesifik, contohnya adalah nasihat untuk selalu taat kepada suami selama tidak menjurus pada kemaksiatan, dengan merujuk salah satu hadis tentang kewajiban istri dan hak suami.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Admin. "Ketahui Otak Ketika Memproses Emosi Part 2." Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area, 2022. <https://mpsi.uma.ac.id/ketahui-otak-ketika-memproses-emosi-part-2/>.
- Ahmad, Nayif ibn Ahmad. *Al-Lam'ah Fi Hukm Dharb Al-Zaujah*, n.d. <https://ketabpedia.com/تحميل/اللمعة-في-حكم-ضرب-الزوجة/>.
- Al-Arfaj, Muhammad ibn Ali. *Al-Nikah Tsamratuhu Wa Fawaiduhu*, n.d. <https://www.noor-book.com/كتاب-النكاح-ثمراته-وفوائده/>.
- al-Bayhaqi, Ahmad ibn al-Husein. *Al-Sunan Al-Kubra 7*. Beirut: Daar al-Kitab al-Islami, 2003.
- Al-Ghazali, Abu Hamid. *Iḥyā' 'Ulūm Al-Dīn*. 1st ed. Saudi: Daar el-Minhaj, 2011.
- al-Isfaraini, Ya'qub ibn Ishaq. *Al-Musnad Al-Shahih Al-Mukharrij Ala Shahih Muslim 11*. Madinah: al-Mamlakah al-Arabiyah al-Saudiyah, 2014.
- . *Musnad Abi Awanah 3*. Beirut: Daar al-Ma'rifah, 1998.
- Al-Khudair, Abdul Karim. *Syarh Jawami' Al-Akhbar*, n.d. <https://www.noor-book.com/كتاب-شرح-جوامع-الأخبار-pdf>.
- al-Mishri, Ibn N bath. "Da' Min Syafi'in Shuhbatun Ma Adzjabat." al-Diwan, n.d. <https://www.aldiwan.net/poem19188.html>.
- Al-Mubarakfuri, Muhammad ibn Abd al-Rahman. *Tuhfah Al-Ahwazi 4*. Beirut: Daar al-Fikr, n.d.
- Al-Munawi, Abdul Rauf. *Faidul Qadir Syarh Jami' Al-Shaghir 2*. Beirut: Daar al-Ma'rifah, 1972.
- al-Muqaddam, Muhammad Ahmad Ismail. *'Aurah Al-Hijab*. 10th ed. Riyadh: Daar Thayebah, 2006.
- Al-Nawawi, Abu Zakariya Yahya ibn Syaraf. *Al-Minhāj Sharḥ Ṣaḥīḥ Muslim*. Riyadh: Bayt al-Afkar al-Dauliyah, n.d.
- al-Qari, Ali ibn Sulthan. *Mirqah Al-Mashabih Syarh Misykat Al-Mashabih*. 1st ed. Beirut: Daar al-Kutub al-Ilmiyah, 2001.
- Al-Qazwini, Ibn Majah. *Sunan Ibn Mājah*. Maktabah Daar Ihya' al-Kutub al-Arabiyah, n.d.

- al-Rumi, Ibn al-Malak. *Syarh Mashabih Al-Sunnah*. 1st ed. Kuwait: Idarah al-Tsaqafah al-Islamiyah, 2012.
- Al-Sa'di, Abdurrahman. *Bahjah Qulub Al-Abrar Wa Qurrah Uyun Al-Akhyar*. 4th ed. Riyadh: Wizarah Syu'un al-Islamiyah wa al-Auqaf wa al-Da'wah wa al-Irsyad, 1423.
- Al-Sha'rāwī, Mutawalli. *Tafsīr Al-Sha'rāwī*. Kairo: al-Azhar Islamic Research Academy, 1997.
- Al-Shāfi'ī, Muhammad ibn Idrīs. *Al-Umm*. Iskandariyah: Daar al-Wafa, 2001.
- al-Syaukani, Muhammad Ali. *Nail Al-Authar 15*. 1st ed. Beirut: Daar ibn al-Jawzi, 1427.
- al-Tamimi, Ismail ibn Muhammad. *Musnad Abi Ya'la Al-Maushili 11*. 1st ed. Beirut: Daar al-Ma'moun, 1987.
- al-Thibi, Syarafuddin. *Syarh Al-Thibi 'Ala Misykah Al-Mashabih*. Riyadh: Maktabah Nizar Musthafa al-Bazz, 1997.
- al-Utsaimin, Muhammad ibn Shalih. *Syarh Arbain Nawawi Li Al-Utsaimin*. 3rd ed. Saudi: Daar al-Tsurayya, 2004.
- Al-Zahabi, Muhammad ibn Ahmad. *Al-Kabā'ir*. 2nd ed. Ajman, Uni Emirat Arab: Maktabah al-Furqan, 2003.
- Candheki, Baktiawan. "Kronologi Suami Bunuh Istri Di Pemalang, Korban Awalnya Hendak 'Live Streaming' Di Medsos, Tapi Berujung Cekcok." Kompas.com, 2022. <https://yogyakarta.kompas.com/read/2022/09/23/190200878/kronologi-suami-bunuh-istri-di-pemalang-korban-awalnya-hendak-live?page=all>.
- Fauzi, Mahfudh. *Diktat Psikologi Keluarga*. Tangerang: PSP Nusantara Press, 2018.
- Hajjaj, Muslim ibn. *Ṣaḥīḥ Muslim*, n.d.
- Hanbal, Ahmad ibn. *Musnad Al-Imam Ahmad Ibn Hanbal*. 15th ed. Beirut: al-Resalah, 1997.
- Hidayah, Bidayatul, Amarina Ashar Ariyanto, and Sugeng Hariyadi. "Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender?: Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan." *Jurnal Psikologi Udayana* 7, no. 2 (2020): 43. <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i02.p05>.
- Ibnu Utsaimin. *Syarah Riyadhus Sholihin. Islam*. Vol. 3. Riyadh: Daar al-Watan, 1993. https://ia600205.us.archive.org/32/items/waq70259/03_70261.pdf.
- Ismiati, Arini Dina Ismiati Arini Dina, Ma'rifatul Ainiyah Ma'rifatul Ainiyah, and Rosydina Robi'aqolbi Rosydina Robi'aqolbi. "Perbedaan Cara Pengambilan Keputusan Antara Laki-Laki Dan Perempuan Menurut Al-Qur'an." *Al-I'jaz: Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman* 5, no. 2 (January 10, 2023): 76–93. <https://doi.org/10.53563/AI.V5I2.104>.
- Muhammad, El. "Ketika Gus Baha' Berbicara Cinta, So Sweet Begete!" Aswajadewata.com, 2020. <https://www.aswajadewata.com/ketika-gus-baha-berbicara-cinta-so-sweet-begete/>.
- Nurhikmah, Nurhikmah, Hepy Wahyuningsih, and Fitri Ayu Kusumaningrum. "Kepuasan Pernikahan Dan Kematangan Emosi Pada Suami Dengan Istri Bekerja." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 23, no. 1 (2018): 52–60. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss1.art5>.
- Nurmaya, Silfa Izzul, and Annastasia Ediaty. "Kematangan Emosi Dan Kepuasan Pernikahan Pada Perempuan Yang Menikah Muda Di Kecamatan Bandar Kabupaten Batang." *Jurnal EMPATI* 11, no. 03 (2022). <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2022.34473>.
- Prabowo, Ronald Seger. "Kasus Suami Bunuh Istri Di Pemalang, Terungkap Pelaku Kesal

- Korban Live Streaming 4 Jam Dalam Sehari.” suarajawategah.id, 2022. <https://jateng.suara.com/read/2022/09/22/185155/kasus-suami-bunuh-istri-di-pemalang-terungkap-pelaku-kesal-korban-live-streaming-4-jam-dalam-sehari?page=2>.
- Rahmadi. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Antasari Press, 2011.
- “What Makes a Good Marriage / Relationship - Accord Ireland.” Accessed January 9, 2025. <https://www.accord.ie/resources/articles/what-makes-a-good-marriage-relationship/>.
- WULAN, DWI KENCANA, and KHUSNUL CHOTIMAH. “Peran Regulasi Emosi Dalam Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Suami Istri Usia Dewasa Awal.” *Jurnal Ecopsy* 4, no. 1 (2017): 58. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v4i1.3417>.
- Zuhdi, Ahmad, and A. Muri Yusuf. “Hubungan Kematangan Emosi Terhadap Kepuasan Pernikahan Pasangan Suami Istri.” *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 4, no. 2 (2022): 1696–1704. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i2.2268>.