

ABSTRAK

Muhammad Averil Dzakwani Mumtaz (1201030118), Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Mujahadah an-nafs merupakan konsep penting dalam Islam yang merujuk pada perjuangan individu dalam mengendalikan hawa nafsu dan mengarahkan diri kepada kebaikan. Al-Qur'an memuat banyak ayat yang membahas aspek ini dalam berbagai konteks, seperti jihad fisik, kesabaran, serta upaya untuk meningkatkan kualitas diri. Dalam kajian modern, konsep ini dapat dianalisis dengan pendekatan teori *self-regulation* yang dikembangkan oleh Roy Baumeister, yang menekankan pentingnya pengendalian diri dalam mencapai tujuan hidup yang lebih besar. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mengkaji bagaimana ayat-ayat mujahadah an-nafs dalam Al-Qur'an dapat dikaitkan dengan teori *self-regulation* guna memahami relevansinya dalam pengembangan karakter dan spiritualitas Muslim.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penafsiran ayat-ayat mujahadah an-nafs dalam Al-Qur'an dengan menggunakan metode tafsir tematik. Selain itu, penelitian ini berupaya mengaitkan ayat-ayat tersebut dengan teori *self-regulation* Roy Baumeister untuk melihat bagaimana konsep pengendalian diri dalam Islam dapat diperjelas dan diperkuat melalui pendekatan psikologi modern. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman akademik mengenai hubungan antara nilai-nilai Islam dan teori psikologi dalam konteks pengendalian diri dan pengembangan karakter.

Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif-analitis yang bertujuan untuk mengumpulkan, mengkaji, dan menganalisis ayat-ayat yang berkaitan dengan *mujahadah an-nafs*. Data dikumpulkan dari berbagai kitab tafsir klasik dan kontemporer guna memahami perspektif ulama mengenai ayat-ayat tersebut dan menghubungkan konsep *self-regulation* dalam psikologi dengan prinsip-prinsip *mujahadah an-nafs* dalam Al-Qur'an.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ayat-ayat mujahadah an-nafs dalam Al-Qur'an mencakup aspek kognitif, motivasi, dan perilaku dalam pengendalian diri, sebagaimana dijelaskan dalam teori *self-regulation* Roy Baumeister. Ayat-ayat ini menekankan pentingnya evaluasi diri, keteguhan dalam menghadapi ujian, serta konsistensi dalam menjalankan perintah Allah. Dengan demikian, konsep mujahadah an-nafs dalam Islam memiliki relevansi yang kuat dengan teori pengendalian diri dalam psikologi, yang dapat digunakan sebagai landasan bagi pengembangan karakter dan spiritualitas individu Muslim.

Kata Kunci: *Mujahadah an-nafs, tafsir tematik, self-regulation, Roy Baumeister, pengendalian diri.*