

## ABSTRAK

### **Shela Amelia 1211060088. Studi Tematik Konsep Husnuzan Dalam Hadis Dan Kaitannya Dengan Konsep Toxic positivity**

Fenomena *toxic positivity* yang berkembang di masyarakat modern menunjukkan adanya dorongan untuk selalu berpikir positif secara berlebihan, hingga mengabaikan atau menolak emosi negatif yang wajar dirasakan manusia. Hal ini sering kali dianggap sama dengan konsep husnuzan dalam Islam, padahal keduanya memiliki perbedaan mendasar. Oleh karena itu, fokus utama penelitian ini adalah mengidentifikasi hadis-hadis yang berbicara tentang husnuzan, menganalisis makna serta penjelasan para ulama terhadap hadis-hadis tersebut, serta memahami bagaimana konsep husnuzan dalam Islam berbeda baik dari segi makna dasar maupun penerapannya dengan *toxic positivity* yang dikenal dalam kajian psikologi modern.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hadis-hadis tentang husnuzan, memahami makna yang dikandungnya, serta membandingkannya dengan konsep *toxic positivity*. Selain itu, penelitian ini ingin memberikan pemahaman yang lebih utuh tentang bagaimana Islam, melalui hadis, mengajarkan pengelolaan emosi secara seimbang, tidak berlebihan dalam optimisme, namun juga tidak larut dalam kesedihan.

Berdasarkan kerangka berpikirnya, penelitian ini memandang husnuzan sebagai ajaran Islam yang menyeimbangkan optimisme dengan penerimaan realitas. Husnuzan mengajarkan seseorang untuk berprasangka baik, bukan sekadar berpikir positif, tetapi juga mengakui kenyataan hidup, mengelola emosi negatif secara sehat, dan tetap percaya kepada ketetapan Allah. Sebaliknya, *toxic positivity* justru mendorong individu menolak perasaan negatif secara tidak wajar sehingga berpotensi merusak keseimbangan emosi.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif analitis. Dalam mengkaji hadis-hadis tentang husnuzan, penelitian ini menerapkan metode syarah maudhu'i, yaitu mengkaji hadis secara tematik dan menelaah makna-maknanya melalui kitab-kitab syarah. Selain itu, untuk memahami perbedaan antara konsep husnuzan dalam hadis dan *toxic positivity*, digunakan pula metode komparatif yang membandingkan kedua konsep tersebut baik dari segi isi, tujuan, maupun dampaknya terhadap pengelolaan emosi manusia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa husnuzan dalam hadis, yang tercermin dalam delapan hadis yang ditelaah, mengandung nilai spiritual yang mendorong seseorang untuk tetap optimis, sabar, dan realistis dalam menghadapi kehidupan. Berbeda dengan *toxic positivity* yang cenderung menekan emosi negatif, husnuzan justru mengakui dan mengelola emosi tersebut secara bijak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa husnuzan merupakan konsep yang lebih seimbang dan sesuai dengan fitrah manusia dibandingkan *toxic positivity* yang kerap memaksakan kebahagiaan semu.

**Kata Kunci : Husnuzan, Toxic positivity, Hadis**