

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi sekarang ini, semakin terasa yang namanya memerlukan manusia yang kuat secara kesadarannya dari pada yang hanya sekedar banyak akan kekayaan ilmu pengetahuannya. Kesadaran bahwa manusia memiliki keterbatasan, serta kesadaran yang benar-benar dirasakan bahwa manusia memiliki 'kesempurnaan' yang menjadi fitrahnya. Keterpusatan kesadaran dalam diri manusia tersebut adalah kenyataan yang ada didalamnya, "maknanya hati (*dil atau qolb*). Setiap hati manusia dibedakan dari tingkat kesadaran serta terhadap realisasi dirinya sendiri.

Era globalisasi saat ini mengharuskan seseorang untuk dapat memiliki daya saing yang tinggi agar bisa memenangkan kompetisi. Dari tuntutan tersebut muncul akibatnya. Akibatnya adalah adanya sikap ikhlas yang sering dianggap tidak memberikan keuntungan ketika dikembangkan. Pada pengaplikasiannya sikap ikhlas justru membuat orang secara alamiah lebih memiliki kekuatan dalam mengembangkan diri. Karena pada kenyataannya secara sadar atau tidak orang-orang yang menjadikan ikhlas sebagai prinsip dalam hidupnya selalu diliputi serta merasakan adanya rasa damai, bahagia, sukses, dan mendapatkan kemuliaan dari orang-orang di lingkungannya.

Nilai ikhlas tidak dapat dibangun dengan kepintaran yang secara sengaja yang dibentuk atau ditanamkan melalui lembaga-lembaga pendidikan atau sekolah. Didalam diri seorang manusia terdapat dua wilayah, yang pertama adalah wilayah nafsu/negatif dan wilayah ikhlas/positif. Wilayah nafsu ini adalah wilayah hati yang diselimuti oleh energi rendah karena didalam energi tersebut ada perasaan yang tidak baik atau negatif seperti emosi kecemasan, ketakutan, keluh kesah, serta munculnya emosi marah.

Emosi adalah reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dari dalam diri individu, sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis. Individu yang mengalami emosi pada umumnya tidak lagi memperhatikan keadaan sekitarnya. Sesuatu aktivitas tidak dilakukan oleh seseorang dalam keadaan normal, tetapi adanya kemungkinan dikerjakan oleh yang bersangkutan apabila sedang mengalami emosi.<sup>1</sup>

Marah dalam sumber utamanya merupakan sesuatu hal yang mengganggu aktivitas untuk mencapai tujuan yang diinginkannya. Dengan begitu, ketegangan yang terjadi dalam aktivitas itu tidak mereda, bahkan bertambah untuk menyalurkan ketegangan-ketegangan itu, sehingga individu yang bersangkutan menjadi marah karena tujuannya tidak tercapai.<sup>2</sup>

Pada umumnya, perbuatan manusia sehari-hari disertai oleh adanya perasaan-perasaan tertentu, yakni perasaan bahagia atau perasaan tidak bahagia. Perasaan bahagia atau tidak bahagia yang selalu menyertai perbuatan manusia sehari-hari disebut warna efektif. yang dimaksud warna afektif ini merupakan perasaan-perasaan yang dialami pada saat menghadapi suatu kondisi tertentu misalnya perasaan takut, khaawatir, cemburu, gembira, dan marah. Perasaan-perasaan seperti ini disebut dengan emosi.<sup>3</sup> Emosi pada dasarnya merupakan dorongan untuk bertindak.

Emosi marah itu muncul karena disebabkan adanya ketidakpuasan hati sehingga efek yang timbul dari emosi tersebut menyebabkan seseorang memiliki ketidak ikhlasaan dalam melakukan sesuatu yang tentunya itu akan berpengaruh terhadap kondisi jiwa seseorang.

---

<sup>1</sup>Syamsul Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2002 ), Hal. 114-115

<sup>2</sup> Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2004), hlm. 176

<sup>3</sup> Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2004), hlm. 151-152

Adapun Ikhlas yaitu istilah yang berasal dari Bahasa Arab yang akrab digunakan dalam kehidupan sehari-hari yang seringkali dikaitkan dengan perilaku menolong yang menandakan adanya ketulusan dalam melakukan hal tersebut. Ikhlas sering diartikan dengan tanpa pamrih, yaitu tidak mengharap imbalan terhadap apa yang telah dilakukan. Selain sebagai salah satu nama surat dalam al-Qur'an, ikhlas merupakan inti dan poros dari agama yaitu pentauhidan kepada Allah.<sup>4</sup>

Maka pemahaman tentang ikhlas sangat penting karena berkaitan dengan agama Islam. Selain sebagai prinsip dasar tauhid, ikhlas merupakan salah satu aspek utama akhlak Qur'ani yang mempunyai pengaruh sangat penting bagi amal perbuatan manusia dalam kehidupan, baik di dunia maupun di akhirat. Namun, banyak umat manusia melupakan aspek penting ini, karena penghambaan hanya kepada kehidupan duniawi. Penghambaan ini yang menjadikan jarak antara hamba dengan Tuhan semakin jauh, karena semakin ternodainya tempat kehadiran-Nya, yaitu hati. Hati merupakan sumber kebaikan serta kejahatan, sumber pemahaman tentang keagamaan, dan tempat hadirnya Allah SWT.<sup>5</sup>

Dalam hal tersebut memperlihatkan bahwa kondisi ikhlas mempunyai peran penting dalam segala hal. Karena adanya hati yang menjadi pusat dari berbagai perbuatan. Hati yang terkotori dengan hal-hal duniawi akan membawa jauh dari esensi penciptaan manusia sebagai hamba. Akan tetapi ketika hati tersebut bersih dan tidak tercampuri apapun, maka manusia tersebut mampu melaksanakan kewajibannya sebagai seorang hamba, yaitu penyembahan terhadap Allah secara utuh dan murni (ikhlas).

---

<sup>4</sup> Khasan Sandili, "*Analisis Materi Dakwah KH. Ahmad Asrori Al-Ishaqi tentang Ikhlas*" (Skripsi S1 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, 2014), hlm. 22.

<sup>5</sup> Khoirul Masduki, "*Makna Qolbun Salim Dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tahlili Terhadap Surat al-Syu'ara Ayat 89*", (Skripsi S1 Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Ampel Surabaya, 2010), h. 16.

Berdasarkan pemaparan di atas, mendorong penulis mengkaji hal tersebut. Agar lebih jelas dan mendalam mengenai pembahasan tentang **“HUBUNGAN KONDISI IKHLAS DENGAN EKSPRESI EMOSI MARAH”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan beberapa permasalahan di atas, penulis memfokuskan kedalam rumusan masalah dan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kondisi Ikhlas pada Organisasi Mahasiswa Daerah NTT Safina Tussalam Timsaahun Ternate (ST3) Bandung?
2. Bagaimana gambaran ekspresi emosi marah pada Organisasi Mahasiswa Daerah NTT Safina Tussalam Timsaahun Ternate (ST3) Bandung?
3. Bagaimana hubungan kondisi ikhlas dengan emosi marah pada Mahasiswa Daerah NTT Safina Tussalam Timsaahun Ternate (ST3) Bandung?

## **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

### **a. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari proposal penelitian ini adalah sebagai berikut, yakni:

1. Untuk memahami bagaimana gambaran tentang Ikhlas pada Mahasiswa Daerah NTT Safina Tussalam Timsaahun Ternate (ST3) Bandung.
2. Untuk mengetahui gambaran tentang ekspresi emosi marah pada Mahasiswa Daerah NTT Safina Tussalam Timsaahun Ternate (ST3) Bandung.
3. Untuk mengetahui bagaimana hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah pada Organisasi Mahasiswa Daerah NTT Safina Tussalam Timsaahun Ternate (ST3) Bandung.

Adapun kegunaan penelitiannya sebagai berikut:

1. Manfaat akademis yaitu sebagai informasi bagi seluruh Mahasiswa atau satuan akademis lainnya untuk mengetahui fakta sosial yang terjadi di

sekitar, terutama mengenai hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah.

2. Manfaat praktis yaitu sebagai bahan untuk penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh kalangan akademisi maupun lainnya, dan sebagai acuan referensi untuk bahan penelitian mengenai hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi marah.

#### **D. Hasil Penelitian Terdahulu**

Dalam kajian pustaka isi berisikan deskripsi dan berbagai karya ilmiah baik itu dalam bentuk buku-buku, jurnal, maupun skripsi-skripsi terdahulu yang terkait dengan pembahasan skripsi penulis, sehingga akan terlihat kesinambungan antara penelitian yang sedang dilakukan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, serta untuk memastikan tidak adanya bentuk plagiarisme atau duplikasi.

Terkait dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu, yang kemudian mempunyai keterhubungan dengan penelitian yang penulis lakukan, diantaranya yaitu:

1. Jurnal yang berjudul “Ekspresi Emosi Marah” oleh Safiruddin Al-Baqi, jurnal buletin Psikologi, Vol. 23, NO. 1, Juni 2015. Yang berisi tentang bagaimana ekspresi marah seseorang serta bagaimana kondisi ekspresi marah seorang remaja yang masih duduk dibangku SLTA atau SMA. Adapun ekspresi marah ini terbagi kedalam 3 poin, yang pertama asertif, kedua, agresif dan yang ketiga adalah pasif. Sementara untuk metode penelitian yang digunakan dalam jurnal ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Ekspresi marah agresi ini merupakan ekspresi yang dapat melukai orang. Baik itu yang bersifat verbal dan non verbal. Seperti memukul, mengejek bahkan sampai membunuh. Kesimpulannya adalah ekspresi agresi ini suatu tindakan mengekspresikan perasaan, perilaku, ide dan gagasan dengan cara melukai orang atau membahayakan orang dan tidak sopan. Namun demikian, tidak mudah mengajarkan ekspresi marah kepada mereka yang secara usianya masih

dibawah umur. Secara umum, apa yang uraikan dalam jurnal ini berbeda dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Yang membedakan dari keduanya adalah peneliti lebih kepada bagaimana hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah, sementara dalam jurnal ini hanya membahas bagaimana ekspresi emosi marah seseorang yang berusia SMA.

2. Skripsi tentang “Terapi Realitas Untuk Mengendalikan Emosi Marah Seorang Remaja Di Desa Deket Wetan Lamongan”, Rivia Fathimatuzzahro, Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2018, yang berisi: peneliti ini menggunakan data kualitatif mengenai terapi realitas untuk mengendalikan emosi marah seorang remaja di desa deket wetan lamongan. Penelitian kualitatif menghasilkan sebuah data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan yang berfokus pada saat proses terapi dalam membantu mengendalikan emosi marah seorang remaja, yang berlangsung dalam situasi alamiah dan tidak berusaha untuk memanipulasi hasil penelitian ataupun melakukan intervensi terhadap aktivitas klien dengan memberikan *treatment* (perlakuan) tertentu
3. Jurnal “Terapi Tawa Untuk Mengurangi Emosi Marah Pada *Caregiver* Lansia”, Nandhini H. Anggarasari, jurnal intervensi psikologi, Vol 6, No 1, 1 Juni 2014, hlm 69. yang berisi: emosi marah pada *caregiver* lansia. Metode eksperimen yang digunakan adalah kuasi eksperimental, dengan menggunakan nonrandomized pretest-posttest control group design. Namun, berdasarkan angket terbuka, subjek merasa lebih tenang dan bugar setelah terapi tawa dilakukan, merasa bahwa terapi ini sangat bermanfaat dan sebaiknya disosialisasikan pada masyarakat luas.
4. Jurnal yang berjudul “Doa dan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi” Harmathilda H. Soleh, Jurnal Psikologi Islami, Vol. 2 No. 1 2016. Yang berisi tentang bahwa manusia tidak akan pernah terlepas dari rasa marah dan kecewa, dan perlu adanya suatu metode untuk menghilangkan kegelisahan atau rasa marah salah satu metode dalam jurnal ini adalah dengan do’a dan berdzikir.

Karena pada saat kita berdzikir, kita akan menemukan ketenangan serta kedamaian. Berdzikir ini merupakan suatu cara atau metode untuk mengingat Allah ketika rasa gundah, gelis dan marah menghampiri seorang manusia. Secara umum, apa yang uraikan dalam jurnal ini berbeda dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Yang membedakan dari keduanya adalah peneliti lebih kepada bagaimana hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah, sementara dalam jurnal ini hanya membahas bagaimana berdo'a dan berdzikir untuk meredakan emosi marah.

Adapun yang membedakan penulisan skripsi di atas dengan penelitian yang peneliti lakukan ini terdapat beberapa perbedaan atau cenderung tidak sama dengan penelitian ini. Dikarenakan yang menjadi titik fokus dalam penelitian ini adalah lebih kepada bagaimana hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah.

## **E. Kerangka Pemikiran**

Penelitian ini dibangun berdasarkan teori dari salah satu tokoh tasawuf yaitu Al-Ghazali. Adapun pemikiran al-ghazali adalah lebih kepada tasawuf sunni yang berlandaskan al-qur'an dan hadist nabi sebagai pedoman dalam ajaran tasawuf atau doktrin *ahlussunnah wal jamaah*. Corak tasawufnya adalah psiko-moral yang mengedepankan pendidikan akhlak. Dalam pandangan al-ghazali perjalanan menuju tasawuf bisa didapat dengan mengesampingkan gangguan-gangguan jiwa serta menjaga kebersihan diri dari akhlak tercela, sehingga hati mampu melepaskan segala sesuatu yang berkaitan dengan selain Allah dan berhias diri agar Allah selalu hadir dalam ingatan<sup>6</sup>.

Jalan menuju tasawuf baru dapat dicapai dengan mematahkan hambatan-hambatan jiwa, serta memberbesihkan diri dari moral yang tercela, sehingga kalbu dapat lepas dari segala sesuatu yang selain Allah dan berhias dengan mengingat Allah. Sosok sufi merupakan penempuh jalan kepada Allah, dan perjalanan hidup

---

<sup>6</sup> M. Solihin & Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2014), Hlm 140

mereka adalah yang terbaik, jalan mereka adalah yang paling benar, dan moral mereka adalah yang paling bersih. Sebab, gerak dan diam mereka, baik lahir maupun batin, diambil dari cahaya kenabian. Selain cahaya kenabian di dunia ini, tidak ada lagi cahaya yang lebih mampu memberi penerangan.<sup>7</sup>

Al-Ghazali memberikan pendapatnya bahwa seorang sufi merupakan penempuh jalan menuju Allah dan dalam kehidupannya seorang sufi selalu melakukan yang terbaik untuk menggapai ridha Allah Swt. Dalam perjalanan seorang sufi ada beberapa maqom yang harus dilalui diantaranya tobat, sabar, syukur, khauf dan raja, tawakal, mahabbah, ridha, ikhlas, muhasabah, muroqobah. Maqom sendiri adalah tingkatan-tingkatan yang digunakan dalam ilmu tasawuf. Dan tentunya dalam perjalanan seorang sufi ada tujuan yang bersifat tentang ke ilahian atau sebutan umumnya disebut makrifat. Al-ghazali memberikan pandangannya mengenai pengertian makrifat. Makrifat itu sendiri adalah mengetahui rahasia Allah dan mengikuti aturan-aturan Allah tentang alam semesta.<sup>8</sup> Atau suatu perjalanan seorang hamba menuju Tuhan.

Maqam ikhlas seperti halnya maqam-maqam lain atau seperti halnya akhlak-akhlak rabbani yang lainnya, ia terbentuk dan tersusun dari tiga unsur. 1). unsur kognitif (bersifat pengetahuan), 2). unsur emosional (berkenaan dengan perasaan) dan yang ke 3). Unsur *psycho* motorik (berkenaan dengan amaliyah).

Dalam maqam itulah yang telah diungkapkan oleh Imam Al-Ghazali dalam *Al-Ihya* sebagai adat kebiasaan, yang ia tersusun dan terbentuk dari ilmu, keadaan dan amal. Ilmu merupakan sesuatu yang paling dahulu adanya. Tidak mungkin seseorang cenderung pada sesuatu yang tidak dimengerti dan tidak pula diketahuinya. Kecenderungan perasaan misalnya kecintaan dan rasa senang atau kebencian dan rasa takut merupakan hasil dari pengetahuan dan pemahaman.

---

<sup>7</sup> M. Solihin & Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2014), Hlm 140-141

<sup>8</sup> M.Solihin & Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2014), Hlm 141-142



Semakin kuat pengetahuan dan semakin mendalam ilmunya hingga sampai derajat yakin, maka akan semakin kuat dan semakin dalam pengaruhnya di dalam perasaan. Manusia itu pada awal mulanya adalah mengetahui, lalu tahap keduanya adalah terpengaruh, dan selanjutnya adalah tergerak.<sup>9</sup>

Makna keikhlasan, keikhlasan itu berarti semua perbuatan yang dilakukan hanya semata-mata karena Allah. Didalam hati tidak berpaling kepada sesuatu dari makhluk, baik ketika melakukan amalan maupun sesudahnya. Diantara tanda-tanda keikhlasan yaitu ia tidak merasa senang dengan pujian manusia kepada dirinya dan juga tidak merasa sedih terhadap celaan orang kepada dirinya.<sup>10</sup>

## **F. Hipotesis**

Berdasarkan hasil kajian teori di atas, maka dirumuskan sebagai suatu hipotesis. Hipotesis merupakan suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan dalam penelitian, sampai terbukti melalui data yang tersedia.<sup>11</sup>

Dalam penelitian ini peneliti dapat menarik hipotesis, yakni:

1.  $H_0$ : bahwa tidak ada hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah
2.  $H_1$ : bahwa ada hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah

## **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika ini terbagi terdiri dari tiga bagian yaitu : pendahuluan, bagian isi penelitian dan bagian akhir penelitian. Ada pun uraiannya sebagai berikut: Untuk bagian depan terdiri dari sampul depan (cover), lembar pengesahan dan lembar pernyataan penelitian, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar gambar dan daftar tabel.

## **BAB 1 Pendahuluan**

---

<sup>9</sup> Yusuf Qardhawi, *Ikhlas Dan Tawakal; Ilmu Suluk Menurut Al-Qur'an Dan As-Sunnah*, (Jakarta Timur:Istanbul, 2015), Hlm 186

<sup>10</sup> Imam Al-Ghazali, *Samudra Hikmah Al-Ghazali*, (Yogyakarta: Pustaka Al-Furqan, 2007), Hlm.353

<sup>11</sup> Ridwan, *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru Karyawan Dan Penelitian Pemula*, (Bandung: Alfabeta, 2009), Hlm. 37

Bab ini menyajikan tentang pendahuluan. meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dalam penelitian dan kegunaanya, hasil penelitian terdahulu, kerangka pemikiran, hipotesis, serta sistematikan penulisan dalam skripsi ini.

## **BAB 2 Tinjauan Pustaka**

Bagian ini membahas mengenai landasarn teori dari sebuah penelitian yang mencakup pengertian ikhlas, ikhlas dalam perspektif al-qur'an dan hadist, keutamaan ikhlas, indikator keikhlasan, manfaat keikhlasan, bentuk keikhlasan dan ciri-ciri ikhlas, pengertian emosi, fungsi emosi, pengertian marah, marah dalam perspektif islam, marah dalam perspektif al-Qur'an dan hadits, emosi marah dalam perspektif barat, ciri-ciri emosi marah, aspek-aspek dalam emosi marah, faktor emosi marah, dewasa, tugas perkembangan usia dewasa awal, ciri-ciri masa dewasa.

## **BAB 3 Metodologi Penelitian**

Bab ini membahas mengenai pendekatan metodologi penelitian, jenis penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel, sumber data, teknik pengumpulan data, uji hipotesis, teknik pengumpulan data, teknik analisa data, tempat dan waktu penelitian.

## **BAB 4 Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Bab ini menyajikan laporan penelitian dan pembahasan dari penelitian sehingga data yang valid dan mempunyai arti. Seperti deskripsi data kuantitatif, gambaran data emsoi marah, gambaran data ikhlas, uji hipotesis dalam penelitian, pembahasan, hubungan kondisi ikhlas dengan ekspresi emosi marah, deskripsi lokasi dan tempat penelitian,

## **BAB 5 Penutup**

Bab ini meliputi kesimpulan dari hasil penelitian dan saran. Untuk bagian terakhir meliputi daftar pustaka dan lampiran-lampiran data penelitian.



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN GUNUNG DJATI  
BANDUNG