

ABSTRAK

Sahrul Siddik Al Rasid (119106001), 2023. Menyikapi Emosi Negatif Perspektif Hadis (Sebuah Kajian Metode Maudu'i)

Emosi apabila tidak diungkapkan secara tepat maka akan berdampak buruk bagi keseimbangan diri, baik itu emosi yang negatif ataupun emosi yang positif. Emosi negatif yang dipendam dapat menimbulkan kecemasan dan gangguan mental pada seseorang. Akan tetapi mengekspresikan emosi yang tidak tepat itu dapat mengganggu hubungan dan konflik sosial. Dalam Islam diajarkan cara untuk mengekspresikan emosi secara tepat, sesuai dengan moral dan etika supaya tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain di sekitar.

Penelitian ini dilakukan untuk membahas cara menyikapi emosi negatif dalam tinjauan hadis. Maka peneliti telah merumuskan beberapa pertanyaan yaitu bagaimana hadis tentang menyikapi emosi negatif; dan bagaimana cara menyikapi emosi negatif. Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana kualitas hadis emosi negatif dan mengetahui bagaimana cara menyikapi emosi negatif.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode deskriptif analisis syarah maudu'i. Sumber primer pada penelitian ini adalah kitab-kitab yang relevan mengenai hadis, kitab *kuttub al-tis'ah* dari aplikasi maktabah syamilah dan Ensiklopedia Hadis 9. Hasil dan pembahasan penelitian ini adalah Setiap individu perlu pengendalian yang tepat dalam menyikapi emosi negatif. Pengendalian yang tepat dapat mencontoh dari bagaimana sikap Nabi terhadap emosi negatif. Hal ini sesuai dengan ajaran islam pada umumnya yaitu dengan kesabaran, pengendalian diri, dan berdoa kepada Allah SWT. Penelitian ini menyimpulkan bahwa semua hadis yang telah diteliti berkualitas shahih, dan cara menyikapi emosi negatif dalam hadis yaitu sikap sabar, sikap menasehati, berdoa, dan sikap meninggalkan.

Kata Kunci: Sikap, Emosi negatif, Hadis, Maudu'i