

**TINJAUAN HADIS TERHADAP PERTENGKARAN
DALAM MEDIA SOSIAL**

Awani Sodad

IIQ An-Nur Yogyakarta

sodad.awani@gmail.com

Sholahuddin Zamzambela

Madrasah Aliyah Negeri 1 Bantul

sholahuddinzam@gmail.com

Abstrak

Tulisan ini berusaha memberikan satu persepektif terhadap media sosial yang baru-baru ini cukup banyak memunculkan pertengkaran antar manusia. Dengan gaya deskriptif analitis, menggambarkan dan memberikan analisis terhadap realitas yang berkembang. Pada akhir tulisan ini akan dikemukakan sebuah pandangan tentang bagaimana cara meminimalisir dan menghindari sebuah pertengkaran, khususnya di media sosial. Banyak data yang diambil dari tulisan ini, diantaranya adalah data-data berupa realitas lapangan, data hadis, dan juga data pendukung yang memberikan informasi terkait tulisan ini. Hasil dari tulisan ini adalah banyak hal yang perlu diperhatikan ketika menggunakan media sosial dan ketika menghadapi sebuah keadaan yang memicu untuk memunculkan pertengkaran. Pertengkaran bermula dari rasa marah dan sakit hati, maka dari itu perlu adanya tindakan pengendalian emosi dan juga resolusi terhadap konflik supaya tidak terus berlangsung.

Kata Kunci: Hadis, Pertengkaran, Media Sosial

Pendahuluan

Pertengkaran sudah pasti ada dalam setiap kehidupan seorang manusia, pertengkaran tidak bisa dihindari secara total, tetapi ada di mana seorang manusia dapat meminimalisir terjadinya pertengkaran antara dirinya dengan orang lain.¹ Mengatasi persoalan pertengkaran ini bukan sebuah perkara personal, karena dalam aktifitas tersebut melibatkan setidaknya dua belah pihak, maka dari itu, kita posisinya hanya bisa meminimalisir, tidak bisa secara penuh menghindari terjadinya pertengkaran dalam kehidupan kita. Erat kaitannya dengan sebab terjadinya pertengkaran, kemarahan merupakan salah satu pemicu utama terjadinya pertengkaran, maka dari itu, bagaimana kita bisa mengendalikan rasa marah perlu untuk ditelusuri lebih lanjut.²

Posisi Hadis sebagai sumber ajaran Islam kedua setelah Al-Qur'an kiranya merupakan posisi strategis untuk dapat dijadikan sebagai rujukan dalam perkara ini, bukan hanya perkara ini, mungkin setiap perkara dalam kehidupan seorang Muslim sudah selayaknya dirujuk kepada keduanya.³ Dalam hadis tentunya banyak narasi-narasi yang memberikan sebuah pencerahan bagi pikiran manusia, tentunya dalam hal meminimalisir terjadinya sebuah pertengkaran dan munculnya rasa marah pada diri manusia. Sudah selayaknya manusia dalam hidupnya mencari akan sebuah kedamaian dan ketenteraman dalam hidupnya. Hal tersebut tidak bisa secara pribadi diwujudkan, akan tetapi juga perlu dukungan dan juga kesadaran setiap pihak.⁴

Lebih lanjut manusia dalam hidupnya tidak lepas dari kehidupan sosial, yang mana manusia satu pasti ada masa di mana dia harus berinteraksi dengan lainnya, hal tersebut sering kita sebut dengan manusia sebagai makhluk sosial. Salah satu wadah yang banyak digunakan oleh masyarakat *millenial* untuk bersosial atau berinteraksi adalah media sosial. Media tersebut digemari oleh kebanyakan orang zaman sekarang dikarenakan kemudahannya dalam hal mengakses media tersebut. Menggunakan media tersebut orang satu bebas bertemu dengan orang lain hanya dengan genggam tangan dan gerakan jari-jarinya. Banyak sekali *varian* media sosial yang berkembang pada masa sekarang, dengan berbagai fasilitas yang disediakan, diantaranya adalah *youtube*, *facebook*, *whatsapp*, *telegram*, dan lain sebagainya. Semua dari media sosial tersebut fungsinya adalah sama, yaitu untuk menyambungkan atau

¹ Rita Susanti, Desma Husni, and Eka Fitriyani, "Perasaan Terluka Membuat Marah," *Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (January 9, 2015): 103–9, <https://doi.org/10.24014/jp.v10i2.1188>.

² Moch Sya'roni Hasan, "Manajemen Marah Dan Urgensinya Dalam Pendidikan," *Al-Idaroh: Jurnal Studi Manajemen Pendidikan Islam* 1, no. 2 (September 25, 2017): 84–107; Indah Wigati, "TEORI KOMPENSASI MARAH DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI ISLAM," *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam* 18, no. 02 (2013): 193–214, <https://doi.org/10.19109/td.v18i02.46>.

³ Wahyudin Darmalaksana, Lamlam Pahala, and Endang Soetari, "Kontroversi Hadis Sebagai Sumber Hukum Islam," *Wawasan: Jurnal Ilmiah Agama Dan Sosial Budaya* 2, no. 2 (December 31, 2017): 245–58, <https://doi.org/10.15575/jw.v2i2.1770>.

⁴ Rovi Husnaini, "HADIS MENGENDALIKAN AMARAH DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI," *Diroyah : Jurnal Studi Ilmu Hadis* 4, no. 1 (September 30, 2019), <https://doi.org/10.15575/diroyah.v4i1.6017>.

menghubungkan satu orang dengan lainnya agar bisa berkomunikasi atau berhubungan dengan mudah tanpa harus bertatap muka secara langsung.⁵

Dalam tulisan ini akan mencoba mengulas bagaimana pertengkaran terjadi dalam lingkup sebuah media sosial, kemudian dikaitkan dengan perspektif hadis. Harapan akhir dari tulisan ini adalah munculnya sebuah gambaran yang dapat dijadikan sebagai sebuah informasi atau bahan bacaan bagi orang-orang, utamanya umat Islam, bagaimana sikap yang harus dilakukan ketika menghadapi sebuah pertengkaran baik dalam media sosial atau dunia nyata. Dalam tulisan ini akan banyak menyampaikan perspektif-perspektif hadis dan juga perspektif psikologi. Hal tersebut sudah merupakan barang tentu, mengingat pertengkaran erat kaitannya dengan sebuah kemarahan, dan kemarahan itu sendiri bermula dari gejolak batin yang tidak terbandung.⁶

Metode Penelitian

Tulisan ini merupakan sebuah kajian teks dipadukan dengan relitas kehidupan sehari-hari. Ditulis dengan model *deskriptif-analitik*, dengan menggambarkan asumsi-asumsi dan realitas yang dimaksud, kemudian memberikan analisis-analisis terhadap gambaran tersebut. Sumber data yang digunakan dalam merangkai tulisan ini adalah teks-teks hadis dan juga realitas kehidupan sebagai sumber primernya, dan juga teks-teks lain berupa buku dan penelitian yang terkait dengan tema ini, sebagai sumber sekunder. Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian kombinasi yang menggabungkan antara kajian teks hadis, dan juga tetap menggunakan sumber lapangan berupa realitas kehidupan sehari-hari, akan tetapi dalam hal ini lebih cenderung kepada kajian teks, atau sering disebut *library research*.

Pertengkaran Perspektif Kebahasaan

Kata pertengkaran merupakan sebuah kata dalam Bahasa Indonesia yang sudah mendapatkan imbuhan pe- dan akhiran -an, kata dasar dari pertengkaran adalah 'tengkar'. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata tersebut diartikan sebagai sebuah sanggahan atau sebuah bantahan. Sedangkan kata 'pertengkaran' merupakan sebuah aktifitas saling menyanggah dan saling membantah yang tentunya dilakukan antara dua orang atau bisa juga lebih, atau antar satu kelompok dengan kelompok lainnya. dalam hal pertengkaran, sudah pasti di dalamnya terdapat 'semacam' gejolak batin yang membawa seseorang atau kelompok

⁵ nimda, "Apa itu Sosial Media," *Universitas Pasundan Bandung* (blog), February 29, 2012, <http://www.unpas.ac.id/apa-itu-sosial-media/>.

⁶ Safiruddin Al Baqi, "Ekspresi Emosi Marah," *Buletin Psikologi* 23, no. 1 (June 1, 2015): 22-30-30, <https://doi.org/10.22146/bpsi.10574>; Penny Cahyani, Asmadi Alsa, and Avin Fadilla Helmi, "GAYA KELEKATAN DAN KEMARAHAN," *Jurnal Psikologi* 26, no. 2 (1999): 65-77-77, <https://doi.org/10.22146/jpsi.6990>.

kepada sebuah kemarahan, namun tidak semua pertengkaran tersebut langsung menuju kepada sebuah kemarahan dan berakhir pada perkelahian atau pertikaian.⁷

Dalam kamus Bahasa Arab kata ‘pertengkaran’ bisa diambil dari beberapa kata dalam Bahasa Arab, diantaranya مُنَازَعَة، مُشَاحَنَة، مُخَاصَمَة، عِرَاك، شِقَاق، شِجَار، خُصُومَة، تَضَارُب.⁸ Kata-kata tersebut tentunya mengandung substansi makna yang tidak berbeda dengan kata ‘pertengkaran’ dalam Bahasa Indonesia, akan tetapi ada perbedaan kebiasaan penggunaan dalam adat masyarakat Arab. dalam Bahasa Indonesia kata-kata tersebut diartikan sebagai sebuah konflik atau pertengkaran dalam kehidupan bermasyarakat. Salah satu latar belakang terjadinya konflik tersebut adalah berupa perbedaan pandangan atau argumentasi antara satu dengan lainnya.

Dalam hadis sendiri, ada beberapa kata yang mana kata tersebut diartikan atau dimaksudkan untuk memberikan makna adanya konflik atau pertengkaran atau permusuhan diantara umat Muslim pada waktu itu. Diantara kata-kata tersebut adalah تَذَابَرُوا، تَحَاسَدُوا، تَبَاغَضُوا, kata-kata tersebut merupakan respond spontan dari umat Islam pada waktu itu ketika terjadi perselisihan atau pertengkaran dalam kehidupan. Bentuk katanya dalam hadis tersebut jelas menunjukkan *musyarakah baina itsnain au aktsar*, yaitu menunjukkan adanya partisipasi aktif dari dua orang atau lebih.⁹

Media Sosial dan Ragam Pertengkaran di dalamnya

Media Sosial merupakan istilah yang disusun dari dua kata yaitu ‘media’ dan ‘sosial’, yang mana pada mulanya masing-masing kata tersebut mempunyai makna masing-masing. Dalam KBBI dituliskan bahwa Media adalah sebuah alat untuk berkomunikasi, baik secara aktif maupun pasif,¹⁰ sedangkan sosial adalah berkenaan dengan masyarakat umum.¹¹ Dalam KBBI juga sudah dituliskan istilah Media Sosial adalah sebuah layanan atau aplikasi yang memungkinkan untuk orang saling berkomunikasi dan berbagi dalam jejaring tersebut.¹² Universitas Pasundan dalam websitenya memberikan penjelasan bahwa Media Sosial adalah media untuk bersosialisasi antara satu manusia dengan yang lainnya, tentunya dengan tanpa batas ruang dan waktu.¹³

⁷ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, “Pertengkaran_Hasil Pencarian - KBBI Daring,” KBBI Online, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pertengkaran>.

⁸ Muhammad ibn Mukrim ibn Mandzur al-Afriqi al-Mishri Ibnu Mandzur, *Lisan Al-Arab* (Beirut: Dar al-Shadir, t.th.); Almaany Team, “Terjemahan Dan Arti Kata Pertengkaran Dalam Bahasa Arab, Kamus Istilah Bahasa Indonesia Bahasa Arab Halaman,” accessed January 18, 2021, <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/pertengkaran/>.

⁹ Lihat: Shahih Bukhari No. 6065; Shahih Muslim No. 6709; Sunan Abi Dawud No. 4921; Mu’jam Kabir li ath-Tbarani No. 535

¹⁰ “Hasil Pencarian - KBBI Daring,” accessed January 18, 2021, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/media>.

¹¹ “Hasil Pencarian - KBBI Daring,” accessed January 18, 2021, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/sosial>.

¹² “Hasil Pencarian - KBBI Daring,” accessed January 18, 2021, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/media%20sosial>.

¹³ nimda, “Apa itu Sosial Media.”

Semua negara sudah merasakan adanya media sosial yang dimanfaatkan oleh masyarakat di negara tersebut. Menanggapi hal tersebut pemerintah tentunya akan mengawasi dan mengontrol pemanfaatannya. Pemerintah Indonesia misalnya, menyampaikan bahwa ‘seharusnya media sosial digunakan untuk hal-hal yang produktif’, yang menunjang kelangsungan hidup bersama, bukan justru sebaliknya. Sudah selayaknya dari adanya sebuah media akan muncul hal positif dan negatifnya, dan pastinya semua itu kembali kepada bagaimana media tersebut dimanfaatkan. Media sosial akan menjadi positif, ketika digunakan untuk menjalin *silaturahmi* antar sesama manusia, sebaliknya akan berdampak negatif apabila digunakan untuk saling berkomentar tidak sopan, apalagi sampai mengolok-olok, dan lain sebagainya.¹⁴

Kaitannya dengan ‘pertengkaran’, media sosial merupakan salah satu wadah yang paling *mengasyikkan* untuk melakukan aktifitas tersebut. Hal ini merupakan *imbas* atau dampak dari adanya media sosial tersebut yang tidak memperhatikan batas ruang dan waktu. Ketika menikmati layanan media sosial, seseorang bisa berkomunikasi dengan siapapun, di manapun berada dan kapanpun waktunya. Dalam aktifitas bermedia sosial, seseorang tidak harus memperhatikan akan adanya sopan santun dan lain sebagainya. Dalam media sosial pula, seseorang dapat secara bebas menyampaikan apa yang dipikirkan, atau justru hanya ingin mencari perhatian publik dengan cara menyampaikan *statement* yang tidak berdasar dan tidak jelas arah tujuannya.

Fakta menunjukkan bahwa banyak sekali pertengkaran yang dipicu dari komunikasi yang kurang baik dalam media sosial. Seperti halnya misal dalam media sosial *youtube*, dalam media tersebut semua orang berhak untuk berbagi video, menonton video, menyampaikan komentar baik secara lisan maupun tulisan. Kenyataan tersebut seringkali memberikan dampak negatif bagi kelangsungan ketenteraman hidup manusia. Banyak diantara pengguna *youtube* yang tidak memperhatikan sopan santun ketika berbagi dan berkomentar pada media sosial tersebut. Banyak diantara pemakai *youtube* yang tidak memikirkan imbas atau dampak dari pernyataan yang diunggah ke aplikasi tersebut. Pada akhirnya pertengkaran demi pertengkaran bermunculan akibat dari penggunaan media sosial tersebut yang benar-benar dengan tanpa batas.

Secara umum pertengkaran dalam media sosial, dalam hal ini *youtube*, terjadi dalam bentuk sebagai berikut:

1. Memberikan komentar dengan tanpa memperhatikan etika dan kesopanan;
2. Menayangkan sebuah informasi yang memicu munculnya pertikaian ataupun perdebatan;
3. Menuliskan sebuah pernyataan dengan tujuan memojokkan pihak tertentu;

¹⁴ PDSI KOMINFO, “Pemerintah Ingin Media Sosial Dimanfaatkan Untuk Hal Produktif,” Website Resmi Kementerian Komunikasi dan Informatika RI, accessed January 18, 2021, http://content/detail/8637/pemerintah-ingin-media-sosial-dimanfaatkan-untuk-hal-produktif/0/sorotan_media.

berawal dari hal-hal di atas memunculkan sebuah singgungan-singgungan batin yang terjadi karena dilanggarnya batas-batas yang seharusnya tidak dilakukan oleh seseorang kepada lainnya, walaupun itu dalam wadah media sosial.

Pertengkaran dalam Media Sosial Perspektif Hadis dan Psikologis

Sebagaimana disampaikan pada bagian awal tulisan ini, bahwa ajaran Islam, khususnya hadis, secara umum sudah mengakomodir segala bentuk permasalahan dalam kehidupan umat Muslim. Termasuk juga dalam hal ini, banyak hadis yang berbicara menerangkan tentang sebuah pertengkaran yang terjadi dalam umat Islam. Berikut adalah beberapa hadis yang berkaitan dengan pertengkaran:

1. Shahih Bukhari No. 6065¹⁵

لَا تَبَاغُضُوا ، وَلَا تَحَاسَدُوا ، وَلَا تَدَابَرُوا وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا ، وَلَا يَجُلْ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ
“Janganlah kalian saling memutuskan hubungan, jangan saling membelakangi, jangan saling bermusuhan, jangan saling hasud. Jadilah hamba-hamba Allah yang bersaudara. Tidak halal bagi seorang muslim untuk tidak bertegur sapa dengan saudaranya di atas tiga hari”

2. Shahih Muslim No. 6709¹⁶

تُفْتَحُ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَيَوْمَ الْخَمِيسِ فَيُغْفَرُ لِكُلِّ عَبْدٍ لَا يُشْرِكُ بِاللَّهِ شَيْئًا إِلَّا رَجُلًا كَانَتْ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ شَحْنَاءُ فَيَقَالُ أَنْظِرُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا أَنْظِرُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا أَنْظِرُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا
“Pintu-pintu surga dibuka pada hari Senin dan Kamis. Maka akan diampuni semua hamba yang tidak menyekutukan Allah dengan sesuatupun, kecuali dua orang laki-laki yang terdapat permusuhan antara dia dengan saudaranya. Maka dikatakan: ‘Tangguhkan oleh kalian kedua orang ini, sampai keduanya berdamai. Tangguhkan oleh kalian kedua orang ini, sampai keduanya berdamai. Tangguhkan oleh kalian kedua orang ini, sampai keduanya berdamai’”

3. Sunan Abi Dawud No. 4921¹⁷

أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِأَفْضَلِ مِنْ دَرَجَةِ الصِّيَامِ وَالصَّلَاةِ وَالصَّدَقَةِ. قَالُوا: بَلَى. قَالَ: إِصْلَاحُ ذَاتِ الْبَيْنِ وَفَسَادُ ذَاتِ الْبَيْنِ
الْخَالِفَةُ
“Maukah aku beritahukan kepadamu perkara yang lebih utama daripada puasa, shalat dan sedekah? Para sahabat menjawab, “Tentu wahai Rasulullah.” Beliau bersabda, “Yaitu mendamaikan perselisihan diantara kamu, karena rusaknya perdamaian diantara kamu adalah pencukur (perusak agama)”

¹⁵ Muhamman ibn Isma'il ibn Ibrahim ibn al-Mughirah Al-Bukhari, *Al-Jami' al-Shahih Li al-Bukhari* (Al-Qahirah: Dar al-Sya'b, 1987).

¹⁶ Abu al-Husain Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim al-Qusyairi Al-Naisaburi, *Al-Jami' al-Shahih Li al-Muslim* (Beirut: Dar al-Afaq, t.th.).

¹⁷ Abu Dawud Sulaiman ibn al-Asy'ab al-Sijistani, *Sunan Abi Dawud* (Beirut: Dar al-Arabi, t.th.).

4. Mu'jam Kabir li ath-Thabrani No. 535¹⁸

مَنْ سَرَّهُ أَنْ يُشْرِفَ لَهُ بَنِيَانٌ ، وَأَنْ تُرْفَعَ لَهُ دَرَجَاتٌ ، فَلْيَغْفُ عَمَّنْ ظَلَمَهُ ، وَيُعْطِ مَنْ حَرَمَهُ ، وَيَصِلْ مَنْ قَطَعَهُ

“Barangsiapa yang ingin dibangun baginya bangunan di Surga, hendaknya ia memaafkan orang yang mendzaliminya, memberi orang yang bakhil padanya dan menyambung silaturahmi kepada orang yang memutuskannya”

dari beberapa pemaparan hadis-hadis di atas dapat diambil sebuah pemahaman bahwa Islam sangat melarang adanya sebuah pertengkaran dan permusuhan, apapun itu penyebabnya. Dari hadis di atas, secara *teologis* Islam memberikan ancaman berupa ditutupnya pintu surga bagi Muslim yang menyimpan dendam dengan sesamanya, hal ini merupakan salah satu bagian dari syariat Islam dengan memberikan batasan-batasan dan implikasi dari pelanggaran.¹⁹

Secara umum, segala bentuk permasalahan yang ada akan dapat diselesaikan dengan cara duduk bersama untuk memusyawarahkan hal yang diperdebatkan tersebut. Dalam hal ini, musyawarah akan terwujud apabila semua pihak memahami akan pentingnya menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dengan kepala dingin, bukan dengan emosi dan rasa marah. Pemahaman tersebut yang seringkali belum disadari oleh banyak masyarakat, sehingga yang terjadi adalah sebaliknya, yang diinginkan adalah bagaimana seseorang tersebut bisa memenangkan permasalahan itu. Selain itu, sikap sabar dan ikhlas juga penting untuk ditanamkan dalam diri seseorang untuk meminimalisir adanya benturan-benturan batiniah.²⁰

Secara psikologis banyak kejadian pertengkaran yang dimulai dari sikap marah terhadap sebuah keadaan. Keadaan tersebut bisa berupa sebuah tindakan ketidakadilan atau hal lainnya yang menyakiti hati seseorang tersebut.²¹ Akibat dari tersakiti hati tersebut, seseorang mengekspresikannya dengan tindakan marah, kemudian akan terjadi sebuah pertengkaran. Marah juga merupakan ekspresi emosi dari seseorang memperlihatkan sebuah respons terhadap sebuah keadaan. Dalam hal ini ketika marah dan emosi tersebut bisa dikendalikan dengan baik, maka tindakan-tindakan lanjutan berupa tindakan fisik atau verbal dapat dihindari.²²

Sifat marah ini juga erat kaitannya dengan ‘kelekatan’ manusia, yang mana ‘kelekatan’ tersebut berbeda antara satu dengan lainnya. Kelekatan merupakan semacam sifat bawaan sejak

¹⁸ Sulaiman ibn Ahmad ibn Ayyub ibn Muthir al-Lakhmi asy-Syami Ath-Thabrani, *Mu'jam Kabir Li al-Tabrani* (t.t: t.p., t.th.).

¹⁹ Umayyah Umayyah, “JANGAN MARAH! (ANALISIS SANAD DAN MATAN HADIS) OLEH: UMAYYAH,” *Diya Al-Afkar: Jurnal Studi al-Quran Dan al-Hadis* 2, no. 01 (June 1, 2014), <https://doi.org/10.24235/diyaafkar.v2i01.571>.

²⁰ Ruslan Abdul Ghoni, “Kualitas Hadis Nabi Tentang Penanggulangan Marah Dengan Cara Duduk Atau Berbaring (Kajian Sanad Dan Matan Hadits),” September 11, 2011, <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/399>; Nur Zakiyya Bakti, “Kajian Tahlili Hadis tentang Larangan Marah dan Relevansinya dengan Kesehatan” (diploma, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2016), <http://repository.uin-alauddin.ac.id/3963/>.

²¹ Hasan, “Manajemen Marah Dan Urgensinya Dalam Pendidikan”; Baqi, “Ekspresi Emosi Marah.”

²² Susanti, Husni, and Fitriyani, “Perasaan Terluka Membuat Marah.”

lahir, yang memungkinkan dipengaruhi atau dibentuk dari lingkungan dan budaya asuh yang dialami.²³ Orang dengan kelekatan aman akan relatif memunculkan sikap-sikap yang cenderung kepada sebuah kedamaian. Berbeda dengan kelekatan menghindar, cenderung akan menghindar ketika menemui sebuah permasalahan, dan tentunya itu bukan merupakan jalan yang baik ketika menghadapi sebuah permasalahan.

Selain itu, manajemen emosi juga perlu dilakukan, di mana ketika merespon sebuah kejadian yang mengganggu kenyamanan, perlu dipikirkan matang dan menghindari tindakan spontan. Selain itu, perlu diperhatikan juga bahwa dengan sering marah dan emosi, akan mempengaruhi daya ingat atau memori manusia, itu bukan merupakan sebuah hal yang baik.²⁴ Selain itu, tentunya dengan sering marah dan emosi akan mempengaruhi kesehatan mental manusia apabila tidak dikendalikan dengan baik. Keadaan marah dan emosi pada dasarnya adalah di mana manusia sedang kehilangan pikiran sehatnya yang cenderung kepada kedamaian dan ketenteraman dalam hidup.²⁵

Disamping manajemen emosi, terkait dengan resolusi konflik, atau sebuah langkah untuk menyelesaikan sebuah permasalahan atau konflik harus dijalankan ketika terjadi sebuah pertengkaran. Dalam hal ini yang paling penting adanya adalah seorang mediator yang diharapkan dapat memediasi permasalahan kedua belah pihak, ketika menentukan mediator tentunya harus dengan pertimbangan matang. Selain itu, perlu juga untuk melakukan hal-hal yang dapat menegah adanya konflik, yaitu dengan menyambung silaturahmi antara keluarga dan saudara. Selain itu juga penting membangun kesadaran pentingnya membangun kerukunan antar umat beragama, ini penting untuk mengantisipasi adanya konflik yang melibatkan golongan agama tertentu.²⁶

Simpulan

Hasil akhir dari tulisan ini adalah bahwa pertengkaran tidak lepas dari adanya rasa marah dan emosi, rasa tersebut muncul karena adanya keadaan di mana seseorang merasa sakit hati karena berbagai hal. Respon dari sakit hati tersebut akhirnya muncul tindakan-tindakan membalas, baik fisik atau verbal, yang tentu pada akhirnya memunculkan pertengkaran antar sesama. Perlu diketahui bahwa emosi merupakan satu sifat bawaan manusia yang tidak bisa 100% dihindari, jadi semua manusia akan mengalami dan merasakan dalam kondisi tersebut.

²³ Cahyani, Alsa, and Helmi, "GAYA KELEKATAN DAN KEMARAHAHAN."

²⁴ Hasan, "Manajemen Marah Dan Urgensinya Dalam Pendidikan."

²⁵ Istianah Istianah, "Silaturahmi Sebagai Upaya Menyambungkan Tali yang Terputus," *Riwayah: Jurnal Studi Hadis* 02, no. 02 (2016): 199–210, <https://doi.org/10.21043/riwayah.v2i2.3143>.

²⁶ Akhmad Rifa'i, "KONFLIK DAN RESOLUSINYA DALAM PERSPEKTIF ISLAM," *Millah: Jurnal Studi Agama* 10, no. 0 (2010): 171–86, <https://doi.org/10.20885/millah.ed.khus.art10>; Sukring Sukring, "Solusi Konflik Sosial dalam Perspektif al-Qur'an," *Millati: Journal of Islamic Studies and Humanities* 1, no. 1 (June 15, 2016): 103, <https://doi.org/10.18326/mlt.v1i1.103-122>; Naimatus Tsaniyah, "KERUKUNAN UMAT BERAGAMA DARI SEGI HADITS (Problematisasi Epistemologis)," *Journal of Islamic World and Politics* 2, no. 2 (2018): 420–33, <https://doi.org/10.18196/jiwp.2224>.

Maka dari itu, pertengkaran dapat dihindari dengan cara mengendalikan emosi dan amarah ketidak dalam keadaan tersakiti.

Ada banyak sekali hadis yang menerangkan tentang bagaimana amarah bisa dikendalikan, dengan cara mengingat Allah (*dzikir*), dengan berwudlu, dengan melakukan kebaikan-kebaikan, dan lain sebagainya. Hal itu merupakan obat secara bathin dan keyakinan, secara psikologis harus disadari bahwa terlalu sering marah dan emosi serta melayani pertengkaran, akan membawa dampak buruk bagi kesehatan mental seorang manusia. Dari hal ini perlu dibangun kesadaran bahwa melayani rasa marah dan emosi yang pada akhirnya berujung pada pertengkaran akan merugikan diri sendiri dan sudah selayaknya untuk dihindari.

Media sosial berperan besar dalam menentukan keadaan tersebut, antara muncul pertengkaran atau berdamai. Selain itu, pengguna media sosial juga paling berpengaruh, karena bagaimanapun juga media sosial hanya sebuah media yang kalau tidak dijalankan media tersebut tidak akan memberikan dampak atau imbas apapun kepada kehidupan manusia. Maka dari itu, kesadaran untuk mematuhi etika ketika bermedia sosial sangat penting untuk dibangun, supaya muncul keadaan yang tenteram dan damai diantara manusia.

Daftar Pustaka

- Al-Bukhari, Muhamman ibn Isma'il ibn Ibrahim ibn al-Mughirah. *Al-Jami' al-Shahih Li al-BUkhari*. Al-Qahirah: Dar al-Sya'b, 1987.
- Al-Naisaburi, Abu al-Husain Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim al-Qusyairi. *Al-Jami' al-Shahih Li al-Muslim*. Beirut: Dar al-Afaq, t.th.
- Ath-Thabrani, Sulaiman ibn Ahmad ibn Ayyub ibn Muthir al-Lakhmi asy-Syami. *Mu'jam Kabir Li al-Tabrani*. t.t: t.p., t.th.
- Bakti, Nur Zakiyya. "Kajian Tahlili Hadis tentang Larangan Marah dan Relevansinya dengan Kesehatan." Diploma, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2016. <http://repository.uin-alauddin.ac.id/3963/>.
- Baqi, Safiruddin Al. "Ekspresi Emosi Marah." *Buletin Psikologi* 23, no. 1 (June 1, 2015): 22-30–30. <https://doi.org/10.22146/bpsi.10574>.
- Cahyani, Penny, Asmadi Alsa, and Avin Fadilla Helmi. "GAYA KELEKATAN DAN KEMARAHAHAN." *Jurnal Psikologi* 26, no. 2 (1999): 65-77–77. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6990>.
- Darmalaksana, Wahyudin, Lamlam Pahala, and Endang Soetari. "Kontroversi Hadis Sebagai Sumber Hukum Islam." *Wawasan: Jurnal Ilmiah Agama Dan Sosial Budaya* 2, no. 2 (December 31, 2017): 245–58. <https://doi.org/10.15575/jw.v2i2.1770>.

- Ghoni, Ruslan Abdul. "Kualitas Hadis Nabi Tentang Penanggulangan Marah Dengan Cara Duduk Atau Berbaring (Kajian Sanad Dan Matan Hadits)," September 11, 2011. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/399>.
- Hasan, Moch Sya'roni. "Manajemen Marah Dan Urgensinya Dalam Pendidikan." *Al-Idaroh: Jurnal Studi Manajemen Pendidikan Islam* 1, no. 2 (September 25, 2017): 84–107.
- "Hasil Pencarian - KBBI Daring." Accessed January 18, 2021. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/media>.
- "Hasil Pencarian - KBBI Daring." Accessed January 18, 2021. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/sosial>.
- "Hasil Pencarian - KBBI Daring." Accessed January 18, 2021. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/media%20sosial>.
- Husnaini, Rovi. "HADIS MENGENDALIKAN AMARAH DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI." *Diroyah : Jurnal Studi Ilmu Hadis* 4, no. 1 (September 30, 2019). <https://doi.org/10.15575/diroyah.v4i1.6017>.
- Ibnu Mandzur, Muhammad ibn Mukrim ibn Mandzur al-Afriqi al-Mishri. *Lisan Al-Arab*. Beirut: Dar al-Shadir, t.th.
- Istianah, Istianah. "Silaturahmi Sebagai Upaya Menyambungkan Tali yang Terputus." *Riwayah: Jurnal Studi Hadis* 02, no. 02 (2016): 199–210. <https://doi.org/10.21043/riwayah.v2i2.3143>.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. "Pertenggaran_Hasil Pencarian - KBBI Daring." KBBI Online, 2016. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pertenggaran>.
- KOMINFO, PDSI. "Pemerintah Ingin Media Sosial Dimanfaatkan Untuk Hal Produktif." Website Resmi Kementerian Komunikasi dan Informatika RI. Accessed January 18, 2021. http://content/detail/8637/pemerintah-ingin-media-sosial-dimanfaatkan-untuk-hal-produktif/0/sorotan_media.
- nimda. "Apa itu Sosial Media." *Universitas Pasundan Bandung* (blog), February 29, 2012. <http://www.unpas.ac.id/apa-itu-sosial-media/>.
- Rifa'i, Akhmad. "KONFLIK DAN RESOLUSINYA DALAM PERSPEKTIF ISLAM." *Millah: Jurnal Studi Agama* 10, no. 0 (2010): 171–86. <https://doi.org/10.20885/millah.ed.khus.art10>.
- Sijistani, Abu Dawud Sulaiman ibn al-Asy'ab al-. *Sunan Abi Dawud*. Beirut: Dar al-Arabi, t.th.
- Sukring, Sukring. "Solusi Konflik Sosial dalam Perspektif al-Qur'an." *Millati: Journal of Islamic Studies and Humanities* 1, no. 1 (June 15, 2016): 103. <https://doi.org/10.18326/mlt.v1i1.103-122>.

- Susanti, Rita, Desma Husni, and Eka Fitriyani. "Perasaan Terluka Membuat Marah." *Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (January 9, 2015): 103–9. <https://doi.org/10.24014/jp.v10i2.1188>.
- Team, Almaany. "Terjemahan Dan Arti Kata Pertengkaran Dalam Bahasa Arab, Kamus Istilah Bahasa Indonesia Bahasa Arab Halaman." Accessed January 18, 2021. <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/pertengkaran/>.
- Tsaniyah, Naimatus. "KERUKUNAN UMAT BERAGAMA DARI SEGI HADITS (Problematika Epistemologis)." *Journal of Islamic World and Politics* 2, no. 2 (2018): 420–33. <https://doi.org/10.18196/jiwp.2224>.
- Umayah, Umayah. "JANGAN MARAH! (ANALISIS SANAD DAN MATAN HADIS) OLEH: U MAYAH." *Diya Al-Afkar: Jurnal Studi al-Quran Dan al-Hadis* 2, no. 01 (June 1, 2014). <https://doi.org/10.24235/diyaafkar.v2i01.571>.
- Wigati, Indah. "TEORI KOMPENSASI MARAH DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI ISLAM." *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam* 18, no. 02 (2013): 193–214. <https://doi.org/10.19109/td.v18i02.46>.