

ABSTRAK

KISAH NABI MUSA A.S. DAN RELEVANSINYA TERHADAP PENGELOLAAN EMOSI MENURUT WAHBAH ZUHAILIY

Fathiya Arzani

422021238066

Pengelolaan emosi merupakan suatu kemampuan seseorang dalam mengelola emosinya dengan pikiran, nalar serta tindakan sehingga dapat tersalurkan dengan baik dan sehat. Di era saat ini banyak ditemukan kasus-kasus yang disebabkan karena emosi yang tidak terkontrol dengan baik. Dalam hal ini peneliti mengangkat pengelolaan emosi dalam kisah Nabi Musa a.s. karena didalamnya mengandung berbagai macam emosi yang beliau alami serta sikap beliau dalam mengelola emosi tersebut, disamping itu pula karena beliau termasuk dalam golongan *Ulul 'Azmi*. Peneliti merujuk pada penafsiran Wahbah Zuhailiy dalam tafsir *Al-Munir* karena beliau cukup banyak membahas tentang kondisi emosi Nabi Musa a.s.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa dimensi emosi dalam kisah Nabi Musa a.s. ketika bersama Bani Isra'il. Selain itu penelitian ini juga menganalisa terkait relasi antara kisah Nabi Musa a.s. dengan Bani Israil dalam Al-Qur'an dengan teori pengelolaan emosi yang terdapat dalam Surah Al-A'raf ayat 150, 151, 154, 155 dan Surah Thaha ayat 97, sehingga kisah Nabi Musa a.s. tersebut dapat menjadi salah satu rujukan untuk umat dalam mengelola emosi dengan baik.

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan. Metode yang digunakan yakni metode deskriptif-analitis serta pendekatan yang diambil yakni pendekatan tafsir tematik dengan mengumpulkan ayat-ayat yang berkaitan dengan pengelolaan emosi dalam kisah Nabi Musa a.s. Kemudian menganalisa makna ayat-ayat tersebut serta menghubungkannya dengan teori pengelolaan emosi.

Hasil penelitian ini yakni terdapat beberapa dimensi emosi dalam kisah Nabi Musa a.s. yakni marah, sedih, kecewa dan takut. Sedangkan nilai pengelolaan emosi pada kisah Nabi Musa a.s. yakni 1) Model *displacemet*, yakni melemparkan *alwāh* dan menarik rambut Nabi Harun a.s. 2) Model *cognitive adjustment*, yakni mencoba berpikir positif 3) Model *coping*, yakni memilih tujuh puluh orang dari kaumnya untuk bermunajat kepada Allah SWT, serta menyuruh Samiri pergi.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna dan memiliki banyak kekurangan. Maka, peneliti berharap pada penelitian selanjutnya dapat menganalisis lebih dalam terkait tema ini dengan studi tokoh yang berbeda sehingga pembahasan ini menjadi lebih luas.

Kata kunci: *Pengelolaan Emosi, Kisah Nabi Musa a.s., Wahbah Zuhailiy.*

ABSTRACT

THE STORY OF PROPHET MUSA A.S. AND ITS RELEVANCE TO EMOTIONAL MANAGEMENT ACCORDING TO WAHBAH ZUHAILIY

Fathiya Arzani

422021238066

Emotional management is a person's ability to manage their emotions with thought, reason and action so that they can be channeled properly and healthily. In the current era, many cases are found due to emotions that are not well controlled. In this case, the researcher raised the emotional management in the story of Prophet Musa a.s. because it contains a variety of emotions that he experienced and his attitude in managing these emotions, besides it is because he one of the categories of *Ulul 'Azmi*. Researcher refer to Wahbah Zuhailiy's interpretation in tafsir Al-Munir because he discusses quite a lot about the emotional condition of Prophet Musa a.s.

This study aims to analyze the dimensions of emotion in the story of Prophet Musa a.s. when with Bani Israil. In addition, this research also analyzes the relationship between the story of Prophet Musa a.s. with Bani Israil in the Qur'an with the theory of emotional management contained in Surah Al-A'raf verses 150, 151, 154, 155 and Surah Thaha verse 97, so that the story of Prophet Musa a.s. can be one of the references for people in managing their emotion properly.

This research is a literature research. The method used is the descriptive-analysis method and the approach taken is the thematic interpretation approach by collecting verses related to emotional management in the story of Prophet Musa a.s.. Then analyze the meaning of these verses and connect them with the theory of emotional management.

The results of this study are that there are several dimensions of emotion in the story of Prophet Musa a.s., namely anger, sadness, disappointment and fear. While the value of emotional management in the story of Prophet Musa a.s. namely 1) The displacemet model , namely throwing the *alwāh* and pulling the head of Prophet Harun a.s. 2) Cognitive adjustment model, which is trying to think positively 3) Coping model, which is choosing seventy people from his followers to pray to Allah SWT, and told Samiri to leave.

Researcher realized that this research is far from perfect and has many shortcomings. So, researcher hope that further research can analyze more deeply related to this theme with the study of different figures so that this discussion becomes broader.

Keywords: *Emotional Management, Story of Prophet Musa a.s., Wahbah Zuhailiy.*