

**PRAKTEK *SELF CONTROL* PADA KISAH MARYAM
BINTI IMRAN DALAM AL-QUR'AN
(Studi Pendekatan Psikologi)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Agama (S.Ag) Pada Program Studi Ilmu Al Qur'an dan Tafsir



Oleh :

**MELIZA AYU SAPITRI
NIM. 12130224102**

**Pembimbing I
Dr. Fatmah Taufik Hidayat, Lc.M.A**

**Pembimbing II
Suja'i Sarifandi, M.Ag**

**FAKULTAS USHULUDDIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
1446 H/2025 M**



Dr. Fatmah Taufik Hidayat, Lc., MA
DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NOTA DINAS

Perihal: Pengajuan Skripsi

Cepada Yth :

Dekan Fakultas Ushuluddin
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
di- Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi skripsi saudara :

Nama : Meliza Ayu Sapitri
NIM : 12130224102
Program Studi : Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Judul : *Praktek Self Control* Pada Kisah Maryam Binti Imran Dalam AL-Qur'an (Studi Pendekatan Psikologi)

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 20 Januari 2025

Pembimbing I

Dr. Fatmah Taufik Hidayat, Lc., MA
NIP.130 321 005

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Suaja'i Sarifandi, M.Ag

DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

NOTA DINAS

Perihal: Pengajuan Skripsi

Kepada Yth :

Dekan Fakultas Ushuluddin

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

di-

Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi skripsi saudara :

Nama : Meliza Ayu Sapitri
NIM : 12130224102
Program Studi : Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Judul : *Praktek Self Control* Pada Kisah Maryam binti Imran Dalam Al-Qur'an (Studi Pendekatan Psikologi)

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 20 Januari 2025
Pembimbing II


Suja'i Sarifandi, M.Ag
NIP.19700503199703 1 00 2



PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: *Praktek Self Control* Pada Kisah Maryam binti Imran dalam Al-Qur'an (Studi Pendekatan Psikologi)
Nama : Meliza Ayu Sapitri
NIM : 12130224102
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Telah dimunaqasyahkan dalam sidang panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 16 Januari 2025

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 20 Januari 2025
Pekan,



Dr. Jamaluddin, M. Ush
NIP. 19670423 199303 1 004

Panitia Ujian Sarjana

Ketua

H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M.Ag.
NIP. 197006172007011033

Sekretaris

Usman, M.Ag
NIP. 197001261996031002

MENGETAHUI

Penguji III

H. H. Masyhuri Putra, Lc., M.Ag.
NIP. 197104222007011019

Penguji IV

Syahrul Rahman, M.A.
NIP. 198812202022031001

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran Surat :
 Nomor : Nomor 25/2021
 Tanggal : 10 September 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Melira Ayu Sapitri
 NIM : 12130224102
 Tempat/Tgl. Lahir : Bangkinang, 21 Desember 2002
 Fakultas/Pascasarjana : Ushuluddin
 Prodi : Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

PRAKTEK SELF CONTROL PADA KISAH MARYAM BINTI
 MURAN DALAM AL-QUR'AN (Studi Pendekatan Psikologi)

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Ditandatanganilah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 24 Januari 2025
 Yang membuat pernyataan



Melira Ayu Sapitri
 Melira Ayu Sapitri
 NIM : 12130224102

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

MOTTO HIDUP

"Hatiku tenang karena mengetahui
bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku,
dan apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah
melewatkanmu"

Umar bin Khattab

"Perbanyak bersyukur, kurangi mengeluh.
Buka mata, jembarkan telinga, perluas hati.
Sadari kamu ada pada sekarang,
bukan kemarin atau besok,
nikmati setiap momen dalam hidup, berpetualanglah."

Ayu Estiningtyas

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, izinkan saya untuk mengawali kata pengantar ini dengan ungkapan *Alhamdulillah* *rabbil 'alamin*, sebagai rasa syukur yang tak terhingga kepada-Nya. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas rahmat dan petunjuk-Nya yang senantiasa mengalir dalam setiap langkah perjalanan penulisan skripsi ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: **“Praktek *Self Control* Pada Kisah Maryam binti Imran Dalam Al-Qur’an (Studi Pendekatan Psikologi)”**

Selain itu tidak lupa pula shalawat serta salam dilimpahkan kepada junjungan umat Islam sedunia, Baginda tercinta Nabi Muhammad saw. Yang mana beliau telah mengantarkan kita dari zaman kebodohan ke pada zaman ilmu pengetahuan yang kita rasakan saat ini, semoga kelak kita dapat memperoleh syafaat dari beliau di akhirat kelak.

Tidak terhingga pula rasa terima kasih saya kepada [Nama Dosen Pembimbing], yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta kesabaran yang luar biasa. Bimbingan yang diberikan telah memberikan pencerahan dan pandangan yang sangat berharga bagi keseluruhan penulisan karya ilmiah ini.

Penulis tidak akan pernah mampu menyelesaikan skripsi ini tanpa bantuan, dukungan, dan bimbingan yang tak ternilai dari keluarga, pembimbing, dosen, dan teman-teman seperjuangan. Mohon maaf, karena keterbatasan ruang dan waktu, penulis tak dapat menyebutkan nama-nama satu per satu, namun setiap kontribusi dan doa yang telah diberikan takkan pernah terlupakan. Semoga Allah Swt. membalas jasa dan kontribusi yang telah diberikan dengan sebaik-baik balasan. Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

Rektor UIN Suska Riau. Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag beserta jajarannya yang telah memberi kesempatan penulis untuk menimba ilmu di kampus ini.

Ayahanda Dekan Dr. H. Jamaluddin, M.Us., Wakil Dekan I Ibunda Dr. Rina Rehayati, M.A., Wakil Dekan II Ayahanda Dr. Afrizal Nur M.I.S., dan Wakil Dekan III Ayahanda Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M. Ag. yang telah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

memberikan dorongan dan motivasi untuk segera menyelesaikan studi dengan pencapaian terbaik.

Ayahanda Agus Firdaus Chandra, Lc., M.A selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, beserta jajarannya yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam pengurusan yang berkaitan dengan studi penulis.

Ibunda Dr. Fatmah Taufik Hidayat, Lc. M.A selaku Pembimbing Akademik yang selalu memberi arahan dan masukan kepada penulis dari awal perkuliahan.

Ayahanda Suja'I Sarifandi, M.Ag dan Ibunda Dr. Fatmah Taufik Hidayat, Lc. M.A selaku dosen pembimbing skripsi yang banyak memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Terima kasih banyak atas pertolongan, nasehat, motivasi, dan bimbingannya selama ini yang telah diberikan kepada penulis.

6. Seluruh dosen pengampu mata kuliah pada program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang telah memberikan ilmunya. Semoga Allah menjadikan ini sebagai amal jariyah yang dapat di tuai di kemudian hari.
7. Cinta pertama dan panutanku, Papaku Rinaldi. Terima kasih telah membantu penulis membentuk kehidupan dengan sikap positif dan penuh semangat, memperlakukan penulis seperti putri terbaik di dunia, memberikan dukungan tanpa syarat, selalu memotivasi untuk tetap kuat, mendidik sesuai dengan syari'at, memberikan segala yang Papa bisa agar aku bisa meraih impianku, menghapus segala kesedihan dan penderitaan yang aku rasakan, serta memberikan nasihat dan dukungan yang tiada henti hingga aku dapat menyelesaikan studiku dengan pencapaian yang luar biasa ini. Terima kasih sekali lagi untuk semua perjuanganmu.
- Pintu surgaku, Ibunda Elva Hanida. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada beliau atas segala bantuan, perhatian, semangat, dan doa yang telah diberikan selama ini. Terima kasih atas nasihat yang selalu hadir, atas kesabaran dan kebesaran hati dalam menghadapi penulis yang kadang cengeng ini, serta terima kasih telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk merasakan cinta dan kasih sayang yang tiada akhir. Mama adalah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

penguat dan pengingat terbaik. Terima kasih telah menjadi tempat terbaik untukku kembali, Maa.

Saudara-saudari terhebatku, Hamzah Rivaldi, M.Rasya Trivaldi, Hafizah Terima kasih telah menjadi sumber inspirasi yang kuat bagi penulis dalam menyelesaikan karya ini. Ribuan doa, dukungan materi, dan semangat yang telah diberikan takkan bisa digantikan dengan apapun. *Uhibbukum fillah*, penulis mencintai kalian semua karena Allah. Semoga Allah meridhai kita semua dan mempertemukan kita di surga-Nya kelak, aamiin.

10. Teruntuk Sahabat-sahabat dan teman seperjuangan: Shabna Sri Nabila, M. Benny Fachrozie, Shaffira Rahmi, Siti Aminah, Rizky Safitri, Siska Anggrayani, Ramisih, teman-teman lokal IAT D 2021 dan lain-lain yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih sudah banyak hadir dalam kehidupan penulis, melewati suka dan duka bersama selama duduk di bangku kuliah, juga memberikan banyak saran dalam penyelesaian skripsi ini. Terima kasih selalu menjadi garda terdepan di masa-masa sulit penulis. Terima kasih selalu mendengar keluh kesah penulis. Semoga ukhawah kita berkekalan hingga ke janah. Aamiin.

11. Terakhir, untuk diri saya sendiri, Meliza Ayu Sapitri atas segala kerja keras dan semangat yang tak pernah surut dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah kuat melewati berbagai cobaan hidup hingga saat ini. Terima kasih kepada hati yang tetap tegar dan ikhlas dalam menghadapi semuanya. Terima kasih kepada tubuh dan jiwa yang masih tetap kuat dan sehat sampai sekarang. Saya bangga pada diri saya sendiri! Ke depan, untuk tubuh yang terus kuat dan hati yang selalu tegar, mari kita bersama-sama berkembang menjadi pribadi yang lebih baik setiap harinya.

Segala hal yang telah disebutkan sebelumnya merupakan bagian yang sangat penting dalam penyelesaian karya ilmiah ini. Semua kritik, saran, dan dukungan yang diberikan adalah aset berharga yang telah memperkaya isi skripsi ini. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

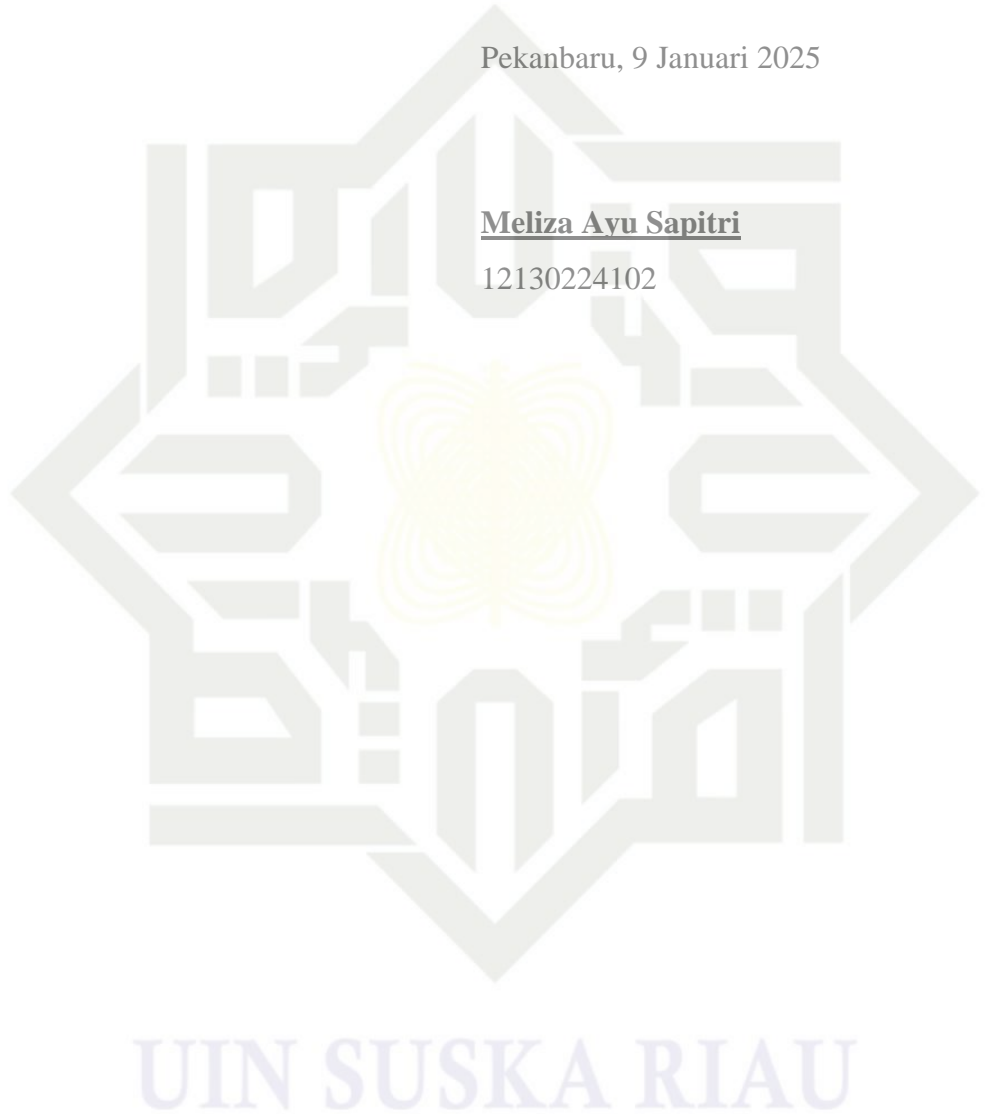
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

para ulama dan sarjana, yang karya-karyanya menjadi referensi utama dalam skripsi ini. Semoga Allah Swt. senantiasa menurunkan rahmat dan berkah-Nya kepada kita semua. Aamiin. Akhirnya, penulis berharap karya ilmiah ini dapat memberikan manfaat nyata dan memberikan kontribusi positif dalam bidang yang relevan, serta menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut di masa depan.

Pekanbaru, 9 Januari 2025

Meliza Ayu Sapitri

12130224102



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN	
NOTA DINAS	
SURAT PERNYATAAN	
MOTTO	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	vii
ABSTRAK	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah.....	4
C. Identifikasi Masalah.....	5
D. Batasan Masalah	6
E. Rumusan Masalah.....	6
F. Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
G. Metode Penelitian	7
H. Sistematika Penulisan	9
BAB II KAJIAN TEORITIS	11
A. Landasan Teori	11
1. <i>Self Control</i> (Pengendalian Diri).....	11
2. Kisah Dalam Al-Qur'an	21
B. Kajian yang Relevan (<i>Literature Riview</i>)	24
BAB III PEMBAHASAN.....	28
A. Penafsiran Ayat-ayat tentang Kisah Maryam binti Imran dalam Tafsir Fi Zilalil Qur'an	28
B. Penafsiran Ayat-ayat tentang Kisah Maryam binti Imran dalam Tafsir Al-Munir.....	32
C. Penafsiran Ayat-ayat tentang Kisah Maryam binti Imran dalam Tafsir Al-Misbah.....	36

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS	43
A. Kisah Maryam Binti Imran	43
B. Praktek <i>Self Control</i> Analisis Psikologi Pada Kisah Maryam Binti Imran	48
BAB V PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR KEPUSTAKAAN	61



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi dalam penulisan skripsi ini mengacu pada buku pedoman penulisan skripsi (edisi revisi) Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau dan Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini berdasarkan Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dengan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (A Guide to Arabic Tranliteration), INIS Fellow 1992.

A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ط	Th
ب	B	ظ	Zh
ت	T	ع	'
ث	Ts	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dz	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	'
ص	Sh	ي	Y
ض	Dh		

B. Vokal, Panjang dan Diftong

Setiap penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal Fathah ditulis dengan “a”, kasrah dengan “i”, dlommah dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

- | | | |
|--|-----|--------------|
| Vokal (a) panjang = \hat{A} misalnya | قال | menjadi qâla |
| Vokal (i) panjang = \hat{I} misalnya | قيل | menjadi qîla |
| Vokal (u) panjang = \hat{U} misalnya | دون | menjadi dûna |

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Khusus untuk bacaan ya' nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan “i”, melainkan tetap ditulis dengan “iy” agar dapat menggambarkan ya' nisbat diakhirnya. Begitu juga dengan suara diftong, wawu dan ya' setelah fathah ditulis dengan “aw” dan “ay”. Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw)	= و	misalnya	قول	menjadi qawlun
Diftong (ay)	= ي	misalnya	خير	menjadi khayrun

C. Ta' Marbûthah (ة)

Ta' marbûthah ditransliterasikan dengan “t” jika berada di tengah kalimat, tetapi apabila *ta' marbûthah* tersebut berada di akhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan “h” misalnya للمدرسة الرسالة menjadi *al-riسالah li al mudarrisah*, atau apabila berada di tengah-tengah kalimat yang terdiri susunan *mudhaf* dan *mudhaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan t yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya هلا رحمة في menjadi *fi rahmatillah*.

D. Kata Sandang dan Lafdh al-Jalalah

Kata sandang berupa “al” (ال) (ditulis dengan huruf kecil, kecuali terletak di awal kalimat, sedangkan “al” dalam lafadh jalalah yang berada di tengah-tengah kalimat yang disandarkan (idhafah) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini:

1. Al-Imam al-bukhariy mengatakan....
2. Al-Bukhary dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan
3. Masya“Allah ka“na wa ma“lam yasya“lam yakun.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul Praktek *Self Control* pada Kisah Maryam Binti Imran Dalam Al-Qur'an (Studi Pendekatan Psikologi), yang bertujuan untuk memahami bagaimana pengendalian diri dapat tercermin dalam kehidupan seorang tokoh dalam Al-Qur'an. Setiap individu memiliki kapasitas untuk mengendalikan diri yang berfungsi untuk mengatur perilaku dan mencapai tujuan dengan cara yang lebih efektif. Individu yang memiliki pengendalian diri rendah cenderung tidak stabil dalam emosinya dan dapat berisiko merusak kesejahteraan mental serta hubungan sosialnya. Salah satu contoh dalam Al-Qur'an yang menggambarkan pengendalian diri yang luar biasa adalah kisah Maryam binti Imran, yang dikenal sebagai sosok wanita yang taat beribadah dan memiliki ketakwaan yang tinggi. Penelitian ini berfokus pada dua masalah utama, yaitu (1) bagaimana penafsiran ayat-ayat yang berkaitan dengan *self-control* pada kisah Maryam binti Imran, dan (2) bagaimana praktek *self-control* dapat dianalisis dengan pendekatan psikologi pada kisah Maryam binti Imran. Metodologi yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan tafsir tematik (*maudhu'i*). Penelitian ini menganalisis Surah Maryam ayat 18-27 dengan merujuk pada tiga tafsir utama: Fi Zilalil Qur'an karya Sayyid Qutub, al-Munir karya Wahbah az-Zuhaili, dan al-Misbah karya M. Quraish Shihab. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Maryam merupakan sosok wanita yang suci dan sangat taat kepada Allah SWT, sehingga ketika Maryam mendapat ujian dari Allah SWT, ia menerimanya dengan sabar dan lapang dada. Maka dengan kesabarannya dalam menerima perintah Allah, Allah berikan padanya pertolongan yang besar. adapun bentuk-bentuk *self control* yang ditunjukkan meliputi: (1) Kontrol perilaku (*Behavior Control*) yang terdiri dari menyendiri dan pengendalian emosi, (2) Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*) yang terdiri dari dzikir dan menyendiri (3) Kontrol Keputusan (*Decision Making*) yang terdiri dari ikhlas dalam menerima takdir dan sabar.

Kata Kunci : *Self Control, kisah Maryam binti Imran, dan Al-Qur'an*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

This research is entitled The Practice of Self Control in the Story of Maryam Binti Imran in the Qur'an (Psychological Approach Study), which aims to understand how self-control can be reflected in the life of a character in the Qur'an. Every individual has the capacity to control themselves which serves to regulate behavior and achieve goals in a more effective way. Individuals who have low self-control tend to be emotionally unstable and can risk damaging their mental well-being and social relationships. One example in the Qur'an that illustrates extraordinary self-control is the story of Maryam bint Imran, who is known as a woman who is devoted to worship and has high piety. This study focuses on two main issues, namely (1) how the interpretation of verses related to self-control in the story of Maryam bint Imran, and (2) how the practice of self-control can be analyzed with a psychological approach to the story of Maryam bint Imran. The methodology used is library research with a thematic interpretation approach (maudhu'i). This research analyzes Surah Maryam verses 18-27 by referring to three main interpretations: Fi Zilalil Qur'an by Sayyid Qutub, al-Munir by Wahbah az-Zuhaili, and al-Misbah by M. Quraish Shihab. The results showed that Maryam was a pure woman and very obedient to Allah SWT, so that when Maryam received a test from Allah SWT, she accepted it patiently and gracefully. So with his patience in accepting Allah's orders, Allah gave him great help. as for the forms of self-control shown include: (1) Behavior control (Behavior Contro) which consists of being alone and controlling emotions, (2) Cognitive Control (Cognitive Control) which consists of dhikr and being alone (3) Decision Control (Decession Making) which consists of sincerity in accepting fate and patience.

Keywords: *Self Control, the story of Maryam bint Imran, and the Qur'an*

المخلص

هذا البحث بعنوان: ممارسة ضبط النفس في قصة مريم بنت عمران في القرآن الكريم (دراسة منهجية نفسية)، ويهدف البحث إلى فهم كيفية انعكاس ضبط النفس في حياة شخصية من شخصيات القرآن الكريم. كل فرد لديه القدرة على ضبط النفس التي تعمل على تنظيم السلوك وتحقيق الأهداف بطريقة أكثر فعالية. فالأفراد الذين يعانون من ضعف ضبط النفس يميلون إلى أن يكونوا غير مستقرين عاطفيًا ويمكن أن يضرروا بسلاسلهم النفسية وعلاقاتهم الاجتماعية. ومن الأمثلة في القرآن الكريم التي توضح ضبط النفس بشكل استثنائي قصة مريم بنت عمران التي عُرفت بأنها امرأة ذات عبادة وتقوى عظيمة. وتركز هذه الدراسة على مسألتين رئيسيتين، هما: (1) كيفية تفسير الآيات المتعلقة بضبط النفس في قصة مريم بنت عمران، و(2) كيف يمكن تحليل ممارسة ضبط النفس بمنهج نفسي في قصة مريم بنت عمران. والمنهجية المستخدمة هي البحث المكثبي بمنهج التفسير الموضوعي (الموضعي). يقوم هذا البحث بتحليل الآيات 18-27 من سورة مريم بالرجوع إلى ثلاثة تفاسير رئيسية: في ظلال القرآن لسيد قطب، والمنير لوهبة الزحيلي، والمصباح لقريش شهاب. وقد دلت النتائج على أن مريم كانت امرأة طاهرة طاهرة مطيعة لله سبحانه وتعالى، حتى إن مريم لما جاءها الابتلاء من الله سبحانه وتعالى قبلته بصبر ورضا، وقد كان ذلك من صبرها على الابتلاء. فمع صبرها على قبلها لأوامر الله تعالى أعطاه الله تعالى عونًا عظيمًا، أما صور ضبط النفس التي ظهرت فمنها (1) ضبط السلوك (ضبط السلوك) وهو يتمثل في الخلوة والسيطرة على الانفعالات، (2) ضبط الإدراك (ضبط الإدراك) وهو يتمثل في الذكر والخلوة (3) ضبط القرار (ضبط القرار) وهو يتمثل في الإخلاص في الرضا بالقضاء والصبر.

الكلمات المفتاحية: ضبط النفس، قصة مريم بنت عمران، القرآن الكريم.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diararang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk yang memiliki kedudukan sebagai individu sekaligus sebagai bagian dari masyarakat. Sebagai makhluk sosial, manusia sangat bergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Kehidupan dalam masyarakat sangat penting bagi manusia, yang tercermin dalam berbagai aktivitas seperti bekerja sama, berdiskusi, dan bertransaksi. Itulah alasan mengapa manusia disebut sebagai makhluk sosial.¹

Setiap individu manusia memiliki suatu sistem yang membantunya dalam mengatur dan mengarahkan perilaku serta emosi, yang disebut dengan pengendalian diri (*self control*). Menurut Goldfried & Marbaum, *self control* merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengatur, membimbing, mengelola, dan mengoordinasikan perilaku agar dapat menghasilkan hasil yang positif. Tingkat pengendalian diri antar individu dapat berbeda-beda. Beberapa orang memiliki pengendalian diri yang tinggi, ada yang sedang, dan ada pula yang rendah.²

Pengendalian diri (*self control*) sangat terkait dengan keterampilan emosional dan bahkan dianggap sebagai salah satu komponen dari keterampilan emosional tersebut. Individu dengan pengendalian diri rendah cenderung memiliki karakteristik yang kurang stabil, yang dapat meningkatkan kemungkinan seseorang untuk terlibat dalam tindakan kriminal atau perilaku negatif lainnya di lingkungan sosial.³

Terkait tentang pengendalian diri (*self control*) Allah memberikan hikmah melalui kisah-kisah yang ada didalam al-Qur'an. Al-Qur'an adalah mukjizat Islam, menyediakan solusi untuk berbagai masalah yang dihadapi manusia dalam berbagai

¹ J. Dwi Narwoko, *Sosiologi Teks Pengantar Dan Terapan* (Jakarta: Prenada Group, 2007), hlm.17.

² Adrian Abdul and Aziz Luthfi, "Menyingkap Tabir Pengendalian Diri (Self-Control) Pada Kisah Qabil Dan Habil Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)" (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2024), hlm. 2.

³ Haryanti Tri Darmi Titisari, "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Delikuen Pada Siswa SMA Muhammadiyah Jombang," *Jurnal Psikodimensia* Vol.16, no. 2 (2017): hlm.133.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

aspek kehidupan, seperti rohani, fisik, sosial, ekonomi, dan politik. Karena kitab ini diturunkan oleh Allah yang Maha Bijaksana dan Maha Terpuji, solusi yang diberikan selalu bijaksana. Al-Qur'an memberikan solusi yang tepat untuk setiap masalah dengan dasar umum yang dapat digunakan sebagai pedoman untuk bertindak, dan dasar-dasar ini tetap relevan sepanjang masa karena Islam adalah agama yang kekal.⁴

Dalam al-Qur'an, berbagai ilham disampaikan dengan berbagai cara. Ada yang disampaikan secara langsung, ada yang mengibaratkan, dan banyak juga yang diceritakan dalam bentuk kisah. Qaṣaṣ al-Qur'an merujuk pada narasi al-Qur'an tentang masa lalu, seperti kisah kenabian sebelumnya, komunitas atau umat terdahulu, dan peristiwa yang telah terjadi.⁵ Rangkaian peristiwa yang terjadi secara bergantian inilah yang membentuk emosi dan kesadaran umat. Oleh karena itu, kisah-kisah tentang orang-orang terdahulu tidak dapat dianggap sebagai peristiwa yang sekadar berlalu begitu saja dan mudah dilupakan. Setiap cerita dan kejadian memiliki pengaruh yang berbeda, yang menjadi bagian penting dari pembentukan umat dan mendorong mereka menuju tujuan yang telah ditetapkan oleh Allah.

Al-Qur'an menceritakan berbagai kisah dan peristiwa yang terjadi pada masa lalu, ketika manusia belum memiliki kemampuan untuk menulis sejarah. Tujuan al-Qur'an melalui kisah-kisah ini adalah untuk membangun masyarakat yang berdasarkan ajaran-ajarannya, bukan hanya untuk memberikan hiburan atau informasi sejarah, serta agar manusia dapat mengambil pelajaran moral dari kehidupan para pendahulu mereka.⁶ Maksud ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Qs. Hud ayat 120 yang berbunyi :

وَكُلًّا نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِ الرُّسُلِ مَا نَنْبِئُ بِهٖ فُؤَادَكَ وَجَاءَكَ فِي هَذِهِ الْحَقِّ وَمَوْعِظَةٌ وَذِكْرَى لِلْمُؤْمِنِينَ

“Dan semua kisah rasul-rasul, kami ceritakan kepadamu (Muhammad), agar dengan kisah itu kami teguhkan hatimu; dan didalamnya telah diberikan kepadamu (segala) kebenaran, nasihat dan peringatan bagi orang yang beriman”

⁴ Manna Khalil Al-Qattan, *Studi Ilmu-Ilmu Qur'an* (Jakarta: Litera Antar Nusa, 2011), hlm.1.

⁵ Ahmad Izzan, *Ulumul Qur'an* (Bandung: Humaniora, 2005), hlm.213.

⁶ S.M. Suhufi, *Kisah-Kisah Dalam Al-Qur'an* (Bandung: PT. AlBayan, 1994), hlm. 7.

Hak Cipta Ditanggung Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam al-Qur'an, terdapat beberapa perempuan yang kisahnya diabadikan. Salah satu yang paling menarik adalah kisah Maryam binti Imran, yang diceritakan dalam beberapa surah. Maryam adalah sosok perempuan yang disucikan oleh Allah dan ditakdirkan untuk melahirkan seorang anak tanpa melalui pernikahan.⁷ Dalam kisah Maryam binti Imran, terdapat contoh pengendalian diri yang patut kita pelajari dan terapkan dalam kehidupan kita. Salah satunya terlihat ketika Maryam menghadapi ujian berat saat hamil tanpa ada yang menyentuhnya. Kaumnya menuduhnya berzina, padahal ia dikenal sebagai wanita yang sangat taat beribadah.

Dalam proses persalinan, Maryam menuju ke pohon kurma ketika akan tiba waktu melahirkan dan merasakan nyeri melahirkan. Meskipun gerakan tangan yang lemah tidak akan membuat pohon kurma jatuh, Maryam tetap menggerakkan pohon kurma sebagai bentuk tawakal. dalam keadaan susah payah dan lemah, Maryam menunjukkan keikhlasan, kesabaran, dan prinsip tawakal.⁸ Sikap Maryam dalam mengendalikan diri ini seharusnya menjadi teladan bagi kita dalam menghadapi kehidupan yang kita jalani.

Kontrol diri merupakan keahlian untuk mengendalikan pikiran dan perbuatan, sehingga kita dapat menghentikan dorongan baik dari dalam diri maupun dari luar, dan bertindak dengan tepat.⁹ *Self control* dalam konteks ini merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengatur dorongan, emosi, dan perilaku dalam menghadapi tantangan atau godaan. Maryam, meskipun berada dalam situasi yang sulit dan penuh fitnah, mampu menjaga diri dan tetap sabar. Dia tidak terjebak dalam emosi atau perilaku yang akan merusak integritas dan martabatnya.

Pada masa kini, *self control* menjadi salah satu tantangan terbesar yang dihadapi banyak orang, terutama di tengah kompleksitas kehidupan modern. Banyak individu, terutama remaja dan wanita, harus menghadapi berbagai tekanan yang datang dari lingkungan sosial, perkembangan teknologi, dan ekspektasi sosial

⁷ E. Haikal Firdan El-Hady, "Perempuan Berkepribadian Tangguh Dan Durhaka Dalam Al-Quran 'Kajian Tafsir Tematik,'" *al-munir: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4 (2002), hlm.148.

⁸ Raehanul Bahraen, "Tafsir Ayat Proses Persalinan Maryam Binti Imran," last modified 2021, accessed July 5, 2024, <https://muslim.or.id/51821-tafsir-ayat-proses-persalinan-maryam-binti-imran.html>.

⁹ Zubaedi, *Desain Pendidikan Karakter: Konsep Dan Aplikasinya Dalam Lembaga Pendidikan* (Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2013), hlm. 61.

yang terus berkembang. Tekanan ini, jika tidak dikelola dengan baik, dapat merusak kesejahteraan mental dan emosional mereka.

Salah satu masalah yang paling nyata adalah tekanan sosial dan pengaruh lingkungan. Saat ini, masyarakat seringkali menuntut individu, khususnya perempuan, untuk memenuhi standar-standar tertentu terkait penampilan, karier, dan hubungan sosial. Tekanan ini bisa datang dalam bentuk ekspektasi untuk terlihat sempurna di media sosial, menjalani gaya hidup materialistis, atau bahkan mengikuti tren yang tidak sesuai dengan nilai pribadi.

Pengaruh teknologi dan media sosial juga tidak kalah besar dalam menguji kendali diri. Dengan kemajuan teknologi, hampir setiap individu, terutama generasi muda, terhubung dengan dunia digital yang penuh dengan godaan. Media sosial menjadi sarana untuk meraih pengakuan dan popularitas melalui likes, komentar, dan berbagi konten. Namun, hal ini sering kali menciptakan dorongan untuk mencari kepuasan seketika, yang dikenal dengan istilah *instant gratification*.

Selain itu, kesulitan dalam mengelola emosi juga menjadi tantangan utama. Banyak orang saat ini mudah terjebak dalam emosi negatif seperti marah, cemas, atau stres ketika menghadapi masalah hidup. Mengingat bahwa kisah Maryam dalam Al-Qur'an sangat relevan dengan tema pengendalian diri atau *self-control*, maka penting untuk membahasnya sebagai bagian dari khazanah ilmu pengetahuan dengan judul skripsi **“Praktek Self Control Pada Kisah Maryam binti Imran Dalam Al-Qur’an (Studi Pendekatan Psikologi)”**

B. Penegasan Istilah

Untuk mencegah kesalahpahaman mengenai istilah yang digunakan dalam judul **“Praktek Self Control Pada Kisah Maryam binti Imran Dalam Al-Qur’an (Studi Pendekatan Psikologi)”** penulis perlu memberikan penjelasan mengenai istilah-istilah berikut:

1. *Self-control* atau Pengendalian diri ialah mengacu pada kapasitas seseorang untuk mengatur tingkah lakunya sendiri dan mengendalikan impuls atau dorongan yang muncul secara spontan. Kemampuan ini mencerminkan sejauh mana individu dapat memahami dan merespons kondisi lingkungan di sekitarnya dengan tepat. Lebih lanjut, pengendalian diri meliputi kemampuan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

untuk menyesuaikan dan mengatur perilaku berdasarkan konteks situasi yang dihadapi. Hal ini termasuk bagaimana seseorang menampilkan dirinya dalam interaksi sosial, mengontrol tindakannya, mengelola keinginan untuk mendapat perhatian, menyesuaikan perilaku agar sejalan dengan orang lain, serta mengatur ekspresi emosi.¹⁰

2. Perspektif Menurut definisi yang tercantum dalam KBBI, merupakan suatu teknik penggambaran suatu benda pada bidang datar sebagaimana yang ditangkap oleh penglihatan, dengan mempertimbangkan aspek dimensionalnya yaitu panjang, lebar, dan tinggi. Selain itu, istilah ini juga dapat dipahami sebagai cara seseorang memandang atau melihat sesuatu dari sudut pandang tertentu.¹¹

3. Kisah Secara etimologi, kata "kisah" berasal dari kata dalam bahasa Arab **قصص** yang memiliki arti pemberitaan atau tindakan mengikuti. Berdasarkan pandangan al-Azhar, "Qashas" merupakan nomina (isim masdar) yang diturunkan dari kata **قص- يقص** yang mengandung makna menceritakan. Adapun menurut perspektif al-Laits, kata "al-Qashas" mengandung pengertian menelusuri atau mengikuti langkah-langkah.¹²

4. Maryam adalah seorang wanita yang sangat dihormati dalam Islam. Dia adalah ibu dari Nabi Isa AS dan satu-satunya perempuan yang namanya disebutkan dalam Al-Qur'an. Maryam binti Imran, ayahnya Imran, dan ibunya Hannah binti Faqod, adalah keturunan Nabi Daud AS.¹³

C. Identifikasi Masalah

Berbagai masalah yang kerap muncul dalam kehidupan sering kali disebabkan oleh ketidakmampuan seseorang untuk mengendalikan diri.

¹⁰ M.Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 21-22.

¹¹ KBBI, "Arti Kata Kamus Besar Bahasa Indonesia," Typoonline, 2023, dikutip dari <https://kbbi.web.id/perspektif.html> accessed 11 September 2024 pukul 12.15 WIB.

¹² Bunyanul Arifin, "Metode Kisah Dalam Al-Qur'an Dan Sunnah Dan Urgensinya Dalam Pendidikan Karakter," *Jurnal. Tadarus Tarbawy* (2019), hlm. 112.

¹³ Uswatun Hasanah, "Kisah Maryam Sebagai Tauladan Wanita Muslimah (Analisis Kisah Maryam Dalam Al-Qur'an)" (Institut Ilmu al-Qur'an Jakarta, 2012).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kurangnya kontrol diri menyebabkan konflik atau ketegangan dalam hubungan dengan orang lain

Kontekstualisasi kisah Maryam dalam Al-Qur'an menurut para mufassir di zaman sekarang.

Ciri-ciri karakter perempuan Muslimah yang seharusnya ada di zaman sekarang.

Belum adanya kajian tafsir maudui mengenai *self-control* prespektif Mufassir Kisah Maryam binti Imran Studi Analisis Psikologi.

D. Batasan Masalah

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus dan mendalam, maka penulis membatasi variabel dalam penelitian ini. Dalam al-Qur'an, kata Maryam terulang sebanyak 32 kali dalam beberapa surah yakni QS. Ali Imran ayat 36-37, 42-44, QS. At-Tahrim ayat 12, dan QS. Maryam ayat 16-30. Dalam hal ini, maka penulis membatasi penelitian ini hanya membahas beberapa ayat saja. Penulis memilih ayat-ayat yang memuat bentuk *self control* pada kisah Maryam, yaitu QS. Maryam ayat 18-27. Dengan merujuk tiga kitab tafsir yaitu, Fi Zilalil Qur'an (Sayyid Qutub), al-Munir (Wahbah az-Zuhaili), dan al-Misbah (M. Quraish Shihab)

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, rumusan masalah yang akan menjadi fokus penelitian ini adalah sebagai berikut :

Bagaimana penafsiran ayat yang berkaitan dengan *self control* pada kisah Maryam Binti Imran.?

Bagaimana praktek *self control* dapat dianalisis dengan pendekatan psikologi pada kisah Maryam Binti Imran.?

F. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mencapai hal-hal berikut:

Mendeskripsikan proses pembentukan pribadi melalui *self-control* (pengendalian diri) yang terdapat dalam kisah Maryam binti Imran menurut perspektif mufassir..

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tercapainya pengetahuan tentang kisah Maryam binti Imran prespektif mufassir

Sebagai sarana menambah wawasan tentang pengendalian diri (*self-control*) yang dilakukan oleh Maryam Binti Imran pada ayat-ayat kisah dengan pendekatan psikologi

Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penulisan ini menggunakan penelitian kualitatif yang merupakan penelitian pustaka (Library Research) yaitu dengan menjadikan kepustakaan sebagai sumber data utama. Informasi yang diperoleh berasal dari buku-buku dan literatur-literatur lain yang berhubungan dengan permasalahan dalam penelitian ini.¹⁴

Fokus Penelitian kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif analisis pada Kisah Maryam binti Imran, Kajian studi kepustakaan dilakukan dengan pengumpulan data yang diolah dengan pengkajian terhadap sumber bacaan ilmiah, berupa Kitab Tafsir: Fi Zhilalil Qur`an karya Sayyid Quthb, Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili, Tafsir Al-Miṣbah karya M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Qur`an al-Azhim karya Ibnu Katsir, buku Kamus Lengkap Psikologi, buku teori-teori Psikologi, serta catatan lainnya yang relevan dengan penelitian. Sedangkan metode tafsir yang digunakan merupakan metode tafsir tematik (*maudu`i*) yaitu terlebih dahulu menentukan suatu topik yang menyangkut penafsiran ayat-ayat Al-Qur`an, kemudian menggabungkan ayat-ayat tersebut menjadi satu kesatuan yang kemudian menimbulkan sebuah teori.

2. Sumber Data Penelitian

Terdapat dua kategori sumber data, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Penulis akan menjelaskan keduanya sebagai berikut :

a. Sumber data primer

Sumber primer ialah sumber yang menjadi rujukan utama dalam penelitian ini, penulis menggunakan Al-Qur`an. Ayat-ayat yang berkaitan

¹⁴ Jani Arni, *Metode Penelitian Tafsir* (Pekanbaru: Pustaka Riau, 2013), hlm. 11.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

objek penelitian yaitu kisah Maryam, Kitab Tafsir Fi Zhilalil Qur`an karya Sayyid Qutuhb, Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili, Tafsir Al-Miṣbah karya M. Quraish Shihab.

3. Sumber data sekunder

Data sekunder adalah sumber data yang dapat mendukung data primer yaitu terdiri dari buku-buku serta literatur-literatur yang berkaitan dengan pembahasan ini. Jurnal, majalah, skripsi ataupun artikel yang relevan dengan pembahasan penelitian ini merupakan contoh data sekunder.

3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini digunakan pendekatan tafsir *maudhu'i* (tematik), yaitu metode yang mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an berdasarkan tema tertentu yang telah ditetapkan. Berikut akan dipaparkan tahapan-tahapan penafsiran yang diterapkan dalam penelitian ini:

1. Menentukan tema yaitu *self control* (control diri) pada kisah Maryam binti Imran
2. Menghimpun ayat-ayat yang terkait dengan *self control* (control diri) pada kisah Maryam binti Imran
3. Memahami dan mengetahui keterkaitan (muhasabah) ayat-ayat dan melengkapi dengan hadits bila diperlukan sehingga menjadi semakin sempurna dan jelas
4. Menyusun bahasan dalam kebahasaan yang benar, tepat, sistematis dan sempurna.
5. Melengkapi pembahasan dengan memaparkan ayat-ayat al-Qur`an dan hadits yang berkaitan dengan kisah Qabil dan Habil serta pendapat ahli Psikologi.¹⁵

4. Teknik Analisis Data

Data-data yang terkumpul, baik primer maupun sekunder dikelompokkan dan diperiksa berdasarkan setiap sub bahasan. Selanjutnya dilakukan telaah mendalam terhadap karya-karya yang memuat objek

¹⁵ Abdul al-Hayy Al-Farmawi, *Al-Bidayah Fi Al-Tafsir Al-Maudhu`i* (Kairo: al-Arabiyyah, 1977), hlm. 45-46.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penelitian dilakukan dengan menggunakan analisis isi, yaitu suatu teknik sistematis untuk mengurai substansi pesan dan mengelolanya dengan maksud untuk menangkap pesan yang disimpulkan dari satu atau beberapa pernyataan. Proses penelitian dimulai dengan menyusun asumsi dasar dan aturan berfikir yang digunakan dalam penelitian dan pengolahan data yang memberikan penjelasan dan argumentasi.¹⁶

Langkah-langkah yang di tempuh dalam penelitian sebagai berikut:

1. Menerangkan makna dari ayat-ayat yang dibahas.
2. Melengkapi pembahasan dengan pendapat mufassir dan ahli Psikologi yang berkaitan dengan penelitian, sehingga pembahasan menjadi semakin sempurna dan semakin jelas.
3. Memadukan antara pendapat ahli psikologi tentang pengendalian diri dan ayat-ayat kisah Maryam dalam al-Qur'an.
4. Menarik kesimpulan berdasarkan semua data yang telah diteliti.

H. Sistematika Penulisan

Tulisan ini terbagi menjadi tiga bab, dengan setiap bab terdiri dari beberapa sub-bab, yaitu :

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini berisi pendahuluan yang menjelaskan latar belakang, yang menjadi dasar pemilihan judul, penjelasan istilah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II : KAJIAN TEORITIS

berisikan kerangka teoretis tentang pengertian al-Qur'an, Tafsir, pengendalian diri (self control) meliputi definisi pengendalian diri (*self control*), unsur-unsur pengendalian diri (*self control*), definisi kisah Serta *literature review* (kajian yang relevan) yang berisi kajian penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian penulis.

¹⁶ Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Rake Sarasin, 1993), hal. 76-77.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III : METODE PENELITIAN

Bab ini membahas mengenai jenis penelitian, teknik analisis data, sumber data, serta teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini.

BAB IV : PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

Bab ini berisi tentang pembahasan sekilas tentang biografi maryam, tafsir ayat al-Qur'an surah maryam ayat 18-27, dan analisis yang pengendalian (*self control*) dalam kisah Maryam dengan pendekatan analisis psikologi dengan secara terperinci, dengan setiap data yang disampaikan akan diberikan analisisnya masing-masing.

BAB V : PENUTUP

Bab ini menyajikan kesimpulan yang merangkum temuan utama dari penelitian tentang pengendalian (*self control*) dalam kisah Maryam dengan pendekatan analisis psikologi, serta saran yang dianggap sesuai.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II KAJIAN TEORITIS

Landasan Teori

1. *Self Control* (Pengendalian Diri)

a. Pengertian *Self Control*

Kontrol diri, atau "*self control*" dalam bahasa Inggris, adalah kemampuan seseorang untuk memahami dan merespons situasi diri sendiri serta lingkungan sekitarnya dengan tepat. Ini mencakup keterampilan untuk mengelola perilaku agar sesuai dengan konteks sosial yang dihadapi. Individu dengan kontrol diri yang baik mampu menyesuaikan tindakan mereka dengan situasi yang ada mengendalikan keinginan untuk menarik perhatian secara berlebihan mengubah perilaku agar lebih diterima oleh orang lain menyembunyikan perasaan jika diperlukan beradaptasi dengan norma sosial yang berlaku. Kemampuan ini memungkinkan seseorang untuk berinteraksi secara lebih efektif dalam berbagai situasi sosial. Mereka cenderung bersikap fleksibel, ramah, dan terbuka, yang pada gilirannya membantu memperlancar komunikasi dan hubungan dengan orang lain.¹⁷

Self Control menurut J.P. Chaplin dalam Kamus Lengkap Psikologi diartikan sebagai kapasitas seseorang dalam mengatur tingkah lakunya sendiri, serta mampu menahan dan mengontrol dorongan-dorongan atau perilaku yang muncul secara spontan dan tidak terencana.¹⁸

Menurut Averill, kontrol diri adalah konsep psikologis yang tampak sederhana namun sebenarnya kompleks. Ia membaginya menjadi tiga komponen utama dalam kemampuan memodifikasi perilaku pertama individu dapat menyesuaikan atau mengubah tindakannya sesuai kebutuhan kedua, kemampuan mengelola informasi seseorang bisa menginterpretasi dan memproses informasi yang tidak diinginkan dengan cara yang konstruktif, kemampuan memilih Tindakan individu mampu mengambil

¹⁷ M.Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori.....* hlm.21-22.

¹⁸ J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi, Terj. Kartini Kartono* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), hlm.450.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

keputusan dan bertindak berdasarkan keyakinan atau nilai-nilai yang dianutnya.¹⁹

Thompson menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan suatu keyakinan dalam diri seseorang bahwa mereka mampu mendapatkan hasil yang mereka harapkan melalui usaha mereka sendiri. Meski situasi dapat mempengaruhi perasaan dan kontrol seseorang, namun pemahaman tentang kontrol diri berasal dari internal individu, bukan dari faktor luar. Seseorang dikatakan memiliki kontrol diri yang baik ketika mereka dapat membedakan hal-hal mana yang bisa dan tidak bisa dipengaruhi oleh tindakan mereka dalam situasi tertentu, Memusatkan perhatian pada aspek-aspek yang masih dalam kendali mereka, Memiliki kepercayaan terhadap kemampuan diri untuk mengatur perilaku mereka secara efektif.²⁰

Menurut Goldfried dan Merbaum, kontrol diri merupakan suatu kapasitas seseorang untuk membuat rencana, membimbing, mengatur dan mengarahkan tingkah laku mereka ke arah hasil yang positif. Selain itu, kontrol diri juga tercermin dari bagaimana seseorang mengambil keputusan dengan hati-hati, melibatkan proses berpikir yang matang, untuk menyesuaikan perilaku yang sudah direncanakan agar dapat mencapai hasil dan tujuan yang diinginkan.²¹

Menurut Asihwarji, *self control* dapat dipahami sebagai kemampuan mengendalikan dorongan individu mampu menahan keinginan atau kesenangan yang bersifat spontan dan naluriah. Penundaan kepuasan seseorang bisa menunda kesenangan jangka pendek demi mencapai tujuan jangka panjang. Orientasi masa depan kontrol diri memungkinkan seseorang untuk fokus pada pencapaian tujuan di masa depan. Kesesuaian

¹⁹ Averill J. F, *Personal Control Over Aversive Stimuli and It's Relationship to Stress*, No. 80, (Psychological Buletin, 1973).

²⁰ Qurrotin A'yun, "Self-Control Pada Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus (GBK) (Studi Kasus Di SD Plus Rahmat Kota Kediri)", Skripsi, Jawa Timur: IAIN Kediri, 2018, hlm.13.

²¹ M.Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori.....* hlm. 22.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan nilai sosial yang ingin dicapai umumnya sejalan dengan norma dan nilai yang dihargai oleh masyarakat.²²

Menurut Calhoun dan Acocella, kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur aspek-aspek fisik, mental, dan tingkah lakunya. Ini dapat diartikan sebagai rangkaian proses yang membentuk kepribadian seseorang. Kontrol diri melibatkan pengendalian emosi dan impuls internal. Individu dengan kontrol diri yang baik cenderung mempertimbangkan akibat dari tindakan mereka sebelum mengambil keputusan, mengarahkan energi emosional ke dalam bentuk ekspresi yang bermanfaat, dapat diterima oleh masyarakat.²³

Kontrol diri dapat dipahami sebagai kapasitas seseorang dalam mengelola perilakunya yang mencakup kemampuan untuk merencanakan, menuntun, mengatur, dan mengarahkan tindakan-tindakannya sehingga menghasilkan dampak yang positif. Ini adalah sebuah kecakapan yang dimiliki individu dalam memahami situasi diri dan lingkungan sekitar. Selain itu, kontrol diri juga mencakup kemampuan untuk mengelola dan mengatur berbagai faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi yang dihadapi. Hal ini penting dalam proses sosialisasi, di mana individu perlu menampilkan diri dengan baik, mengendalikan perilaku, meredam keinginan untuk menarik perhatian, serta berusaha memenuhi harapan orang lain. Dalam hal ini, orang sering kali merasa perlu untuk menyenangkan orang lain, beradaptasi dengan lingkungan sosial, dan menyembunyikan perasaan mereka sendiri.

Kontrol diri sangat penting untuk membantu individu menghadapi batasan yang dimilikinya serta mengatasi berbagai potensi risiko atau ancaman yang mungkin muncul dari lingkungan luar.

²² Maratul Choiriyah, "Pengembangan Pengendalian Diri (Self Control) Santri Melalui Kegiatan Pengajian Tafsir Jalalain Di Pondok Pesantren Terpadu Al Kamal Kunir Wonodadi Blitar" , Sripri, Jawa Timur : Institut Agama Islam Negeri Tulungagung, 2020, hlm.16.

²³ Acocella. J. R. & Calhoun. J. F., *Psychology of Adjustment Human Relationship (3th Ed)* (New York: McGraw-Hill, 1990).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Calhoun dan Acocella mengemukakan dua alasan penting yang menuntut individu untuk terus-menerus mengendalikan diri. Pertama, karena individu hidup dalam suatu kelompok, mereka perlu mengatur perilaku mereka agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain dalam memenuhi keinginan pribadi. Kedua, masyarakat senantiasa mendorong individu untuk menetapkan standar yang lebih baik bagi diri mereka sendiri. Dalam upaya memenuhi tuntutan tersebut, diperlukan pengendalian diri agar individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang selama proses pencapaian standar yang telah ditentukan.²⁴

Kontrol diri individu merupakan kemampuan untuk menetapkan standar kinerja bagi dirinya sendiri, serta memberikan penghargaan atau hukuman atas keberhasilan atau kegagalannya dalam mencapai standar tersebut. Sebaliknya, kontrol eksternal melibatkan orang lain yang menentukan standar dan memberikan imbalan atau sanksi. Oleh karena itu, tidaklah mengherankan jika kontrol diri dianggap sebagai keterampilan yang sangat berharga.

Berdasarkan definisi tersebut, kontrol diri dapat dimaknai sebagai kemampuan seseorang untuk mengatur perilakunya. Ini melibatkan pengendalian tindakan agar selaras dengan harapan pribadi dan norma lingkungan. Prosesnya mencakup evaluasi mendalam sebelum mengambil keputusan atau melakukan suatu tindakan.

b. *Self Control* Menurut Islam

Dalam ajaran Islam, pengendalian diri disebut dengan *mujahadah an-nafs*. Kata *mujahadah* berakar dari kata *juhd* yang mengandung arti usaha yang dilakukan dengan sepenuh hati. *Mujahadah an-nafs* mengacu pada upaya seseorang untuk mengontrol dan melawan berbagai hasrat serta keinginan yang belum terpenuhi. Konsep ini merupakan sebuah proses pembersihan jiwa dari berbagai nafsu dan kemauan yang bisa

²⁴ James F. Calhoun & Joan Roes Acocella, *Psikologi Tentang Penyesuaian Dan Hubungan Kemanusiaan*, ed. Edisi ke-3 Terj. R. S. Satmoko (Semarang: IKIP, 1995), hlm. 130-131.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menjerumuskan seseorang pada keburukan.²⁵ Hal ini sejalan dengan janji Allah yang tercantum dalam Al-Quran surat Al-Ankabut ayat 69

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٦٩﴾

“Orang-orang yang berusaha dengan sungguh-sungguh untuk (mencari keridaan) Kami benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Sesungguhnya Allah benar-benar bersama orang-orang yang berbuat kebaikan”. (Al-'Ankabut/29:69)

Pengendalian diri atau *mujahadah* tidak dimaksudkan untuk mencegah seseorang menikmati hal-hal yang baik (thayyib). Justru sebaliknya, *mujahadah* mengajarkan bagaimana mengatur diri agar tetap dalam batasan yang sewajarnya saat menikmati hal-hal baik yang telah Allah halalkan.²⁶

Maka dapat dikatakan bahwa *Self-Control* (kontrol diri) dalam ajaran Islam adalah upaya sungguh-sungguh untuk menahan keinginan dan dorongan hati, dengan tujuan tetap berada dalam batasan yang telah ditetapkan oleh Allah. Jika seseorang terus menerus mengikuti hawa nafsunya tanpa kendali, maka jiwanya akan sulit diatur, karena nafsu manusia pada dasarnya tidak memiliki batasan.

Imam Al-Ghazali mengemukakan tiga metode pengendalian diri dalam Islam untuk mengatur nafsu. Metode pertama adalah dengan menahan syahwat melalui puasa. Metode kedua yaitu meningkatkan intensitas ibadah kepada Allah SWT dengan cara berdzikir, bermunajat dan menunaikan sholat malam. Metode ketiga adalah berdoa meminta bantuan Allah agar diberi kemampuan untuk menguasai nafsu dan mengontrol keinginan.²⁷

²⁵ Amr Khaled, *Buku Pintar Akhlak : Memandu Anda Berkepribadian Muslim Dengan Lebih Asyik, Lebih Otentik* (Jakarta: Zaman, 2010), hlm. 345-352.

²⁶ Muhammad Sayyid Muhammad Az-Za'balawi, *Pendidikan Remaja Antara Islam Dan Ilmu Jiwa* (Jakarta: Gema Insani Press, 2007), hlm.352.

²⁷ Rusdianto, ed., *Terjemah Minhajul ,,Abidin Karya Imam Al-Ghazali* (Yogyakarta: DIVA Press, 2016), hlm.113-114.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Menurut Khaeruman, salah satu cara penting untuk mengontrol diri dalam Islam adalah dengan mengendalikan nafsu. Ajaran Islam memberikan berbagai petunjuk yang dapat membantu kita dalam mengelola nafsu tersebut, di antaranya adalah:²⁸

- 1) Menjalankan ibadah shalat wajib secara tertib pada waktunya setiap hari
 - 2) Mengamalkan ibadah shalat tambahan seperti melaksanakan shalat di waktu dhuha dan tahajud di malam hari
 - 3) Menerapkan disiplin berpuasa di luar Ramadhan, khususnya pada hari Senin dan Kamis
 - 4) Menjadikan tilawah Al-Quran sebagai kegiatan yang dilakukan secara konsisten
 - 5) Berhati-hati dalam bertutur kata dan bertindak agar senantiasa sesuai dengan nilai-nilai kebaikan
 - 6) Menerapkan adab dan tata krama yang baik dalam berinteraksi dengan semua orang
 - 7) Membangun hubungan sosial yang positif dengan cara menghormati sesama dan saling membantu satu sama lain
- c. Aspek-aspek dan Jenis Kontrol Diri (*Self-Control*)

Menurut Averill, terdapat tiga jenis pengendalian diri, yaitu Kontrol Perilaku, yang berkaitan dengan pengelolaan tindakan kita, Kontrol Kognitif, yang berfokus pada pengelolaan pikiran dan proses mental, serta Kontrol Keputusan, yang berkaitan dengan kemampuan untuk membuat pilihan yang tepat:²⁹

- 1) Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Pengendalian tingkah laku adalah kapasitas individu untuk menyesuaikan diri dan mentransformasi situasi yang tidak favorable. Kapasitas ini memiliki dua unsur penting: komponen pertama berupa pengaturan pelaksanaan (*Regulated Administration*), sedangkan

²⁸ Badri Khaeruman, *Moralitas Islam* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), hlm.88.

²⁹ M.Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori.....* hlm, 29-32.

komponen kedua mencakup kemampuan mengubah stimulus (*Stimulus Modifiability*).

Kemampuan untuk mengatur pelaksanaan, atau yang dikenal sebagai *regulated administration*, adalah kemampuan individu untuk menentukan cara, waktu, dan pihak yang akan mengendalikan suatu situasi. Ini bisa berarti mengandalkan diri sendiri atau mengikuti aturan tertentu yang ada, menggunakan kemampuan yang dimiliki. Jika merasa tidak mampu melakukan hal tersebut sendiri, individu dapat memanfaatkan sumber eksternal untuk mendapatkan dukungan. Penting untuk mempertanyakan kemampuan diri: apakah individu dapat mengatasi situasi tersebut secara mandiri, ataukah memerlukan bantuan dari orang lain. Mereka yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengatur situasi dengan efektif, memanfaatkan potensi yang ada dalam diri mereka.

Kemampuan mengatur *Stimulus Modifiability* adalah kecakapan seseorang dalam memahami dan mengantisipasi situasi atau rangsangan tidak menyenangkan yang mungkin akan ditemui. Ini mencakup kepekaan untuk mengenali waktu dan cara menghadapi kondisi yang berpotensi mengganggu atau tidak diinginkan.³⁰ Seseorang dapat menerapkan berbagai strategi pengendalian yang efektif dalam menghadapi stimulus tidak diinginkan. Langkah pertama adalah mengambil tindakan pencegahan dengan menjauhi situasi yang berpotensi menimbulkan masalah. Strategi berikutnya melibatkan pengelolaan jeda waktu antara berbagai stimulus untuk mencegah munculnya tekanan berlebihan. Pendekatan lain yang bermanfaat adalah mengakhiri paparan terhadap stimulus sebelum mencapai titik kritisnya. Penting juga untuk mengatur intensitas pengaruh stimulus dengan membatasi tingkat keterpaparan terhadapnya. Keseluruhan pendekatan

³⁰ Ibid., hlm, 29.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ini bertujuan membantu individu mempertahankan kendali atas situasi yang dihadapi.

Berdasarkan penjelasan tersebut, kontrol perilaku dapat diartikan sebagai kapasitas seseorang dalam menghadapi perlakuan tidak menyenangkan dengan cara yang bijak - bukan membalas dengan perilaku negatif serupa, tetapi justru meresponnya dengan tindakan positif yang selaras dengan nilai-nilai dan norma sosial yang ada di masyarakat.

Terdapat beberapa metode yang bisa diterapkan seperti menghindarkan diri dari pemicu, memberikan waktu jeda di antara rangkaian pemicu yang muncul, menghentikan pemicu sebelum selesai, serta mengurangi intensitas pemicu tersebut.

2) Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif mengacu pada kapasitas seseorang dalam menangani informasi tidak menyenangkan melalui proses interpretasi, evaluasi, atau mengaitkan kejadian dalam struktur berpikir sebagai cara beradaptasi secara psikologis atau meminimalkan tekanan mental. Kemampuan ini mencakup dua aspek utama: perolehan informasi (*Information Gain*) dan evaluasi (*Appraisal*).³¹ Informasi yang didapat memungkinkan seseorang untuk mempersiapkan diri menghadapi situasi dengan berbagai pertimbangan. Sementara proses evaluasi melibatkan upaya menganalisis dan menginterpretasikan kejadian dengan memerhatikan sisi-sisi positif secara subjektif.

Singkatnya, kontrol kognitif merupakan kemampuan mengolah informasi yang tidak menyenangkan melalui proses mental, dengan kesadaran penuh akan situasi yang dihadapi, lalu melakukan penilaian dengan melihat dari sudut pandang berbeda atau memusatkan perhatian pada aspek-aspek positifnya.

³¹ Ibid., hlm. 30.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kontrol kognitif dapat dikembangkan melalui aktivitas pembelajaran. Pembelajaran membantu seseorang mengoptimalkan kemampuan berpikirnya untuk mendapatkan pengetahuan. Dengan bekal pengetahuan tersebut, seseorang menjadi mampu membedakan hal yang baik dan buruk. Pembelajaran yang efektif akan menghasilkan perubahan perilaku yang lebih aktif dan mengarah pada perbaikan.³² Namun perlu diingat bahwa proses pembelajaran memerlukan dorongan atau motivasi untuk dapat menghasilkan perubahan yang positif.

3) Kontrol dalam Mengambil Keputusan (*Decession Making*)

Kemampuan seseorang untuk mengambil tindakan berdasarkan keyakinan dan persetujuan dirinya sendiri disebut sebagai kontrol dalam pengambilan keputusan. Kontrol diri dalam pemilihan akan bekerja secara optimal ketika seseorang memiliki peluang, kebebasan, dan berbagai pilihan tindakan yang dapat diambil.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa kontrol keputusan merupakan kapasitas seseorang dalam menentukan tindakan yang paling sesuai berdasarkan keyakinannya sendiri, setelah melakukan pertimbangan atas berbagai opsi yang tersedia.

d. Jenis-Jenis *Self Control*

Kemampuan pengendalian diri (*self control*) tiap orang memiliki karakteristik yang berbeda, tergantung pada metode yang mereka gunakan dalam mengontrol diri. Setiap individu memiliki tiga tingkatan atau variasi dalam kualitas pengendalian dirinya.³³

1) *Over control*

Over-control merupakan bentuk pengendalian diri yang dilakukan secara berlebihan, dimana seseorang cenderung terlalu membatasi diri dalam memberikan respon terhadap rangsangan. Individu dengan karakteristik ini sering menghindari aktivitas yang sebenarnya

³² M. Andi Setiawan, *Belajar Dan Pembelajaran* (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2017), hlm.2-4.

³³ Mamat Marsela, Ramadona Dwi . Supriatna, "Kontrol Diri: Defenisi Dan Faktor," *Jurnal of Innovative Counseling : Theory, Practice dan Research* 3, no. 2 (2019), hlm.66.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perlu dilakukan karena terlalu ketat dalam mengontrol dirinya. Sebagai contoh, seseorang mungkin tidak berani mengambil tindakan karena terlalu banyak pertimbangan yang tidak masuk akal, padahal tindakan tersebut penting untuk dilakukan. Akibat kontrol diri yang berlebihan ini, berbagai hal yang seharusnya dikerjakan menjadi tertunda atau bahkan tidak terlaksana, sehingga akhirnya dapat menimbulkan kerugian bagi diri sendiri.

2) *Under Control*

Under-control menggambarkan kecenderungan seseorang untuk bertindak secara spontan tanpa pemikiran yang mendalam. Individu dengan karakteristik ini sering mengambil keputusan secara impulsif dan tidak berhati-hati. Contohnya dapat dilihat ketika seseorang langsung menyetujui ajakan orang lain untuk melakukan sesuatu tanpa menganalisis potensi bahaya atau risiko yang mungkin timbul bagi dirinya.

3) *Appropriate Control*

Appropriate control merupakan kemampuan untuk mengatur dorongan diri secara tepat. Mereka yang memiliki *appropriate control* dapat mengontrol perilakunya dengan efektif dan mampu bertindak selaras dengan norma serta ketentuan yang ada.

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri (*Self-Control*)

Sama seperti aspek kejiwaan lainnya, kemampuan mengendalikan diri seseorang dipengaruhi oleh beragam hal. Secara garis besar, terdapat dua kelompok faktor yang mempengaruhi kontrol diri, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri (*Internal*) dan faktor yang berasal dari lingkungan sekitar individu tersebut (*Eksternal*).³⁴

1) Faktor Internal

Kemampuan mengontrol diri seseorang dipengaruhi oleh faktor internal seperti umur dan tingkat kedewasaan. Ketika seseorang

³⁴ M.Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori.....* hlm.32.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bertambah usia, biasanya kemampuan untuk mengendalikan dirinya juga akan meningkat dan menjadi lebih baik.

2) Faktor Eksternal

Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri adalah kondisi lingkungan keluarga. Khususnya, bagaimana orangtua berperan memiliki dampak signifikan terhadap kemampuan pengendalian diri seseorang. Ketika remaja merasakan pendekatan disiplin yang lebih demokratis dari orangtua mereka, hal ini cenderung memperkuat kemampuan kontrol diri mereka. Penerapan disiplin yang konsisten oleh orangtua sejak masa kecil, termasuk pemberian konsekuensi atas perilaku yang tidak sesuai, akan terinternalisasi dalam diri anak dan berkembang menjadi kemampuan pengendalian diri yang menetap.

2. Kisah Dalam Al-Qur'an

a. Defenisi

Kata "kisah" berasal dari bahasa Arab, yaitu "*qishshah*," dengan bentuk jamaknya "*qashash*." Kata "*qishshah*" sendiri berakar dari kata dasar (masdar) "*qashsha-yaqushshu*," yang berarti menceritakan atau mengikuti jejak

Kata "kisah" berasal dari kata dalam bahasa Arab yaitu "*qishshah*". Kata ini memiliki bentuk jamak (plural) "*qashash*". "*Qishshah*" sendiri berasal dari kata dasar "*qashsha-yaqushshu*", yang memiliki dua arti yaitu, Menceritakan (sesuatu) dan Mengikuti jejak (seseorang/sesuatu).³⁵ Penggunaan kata ini juga disebutkan dalam Al-Qur'an, seperti yang tercantum dalam firman Allah SWT:

لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ۗ مَا كَانَ حَدِيثًا يُفْتَرَىٰ وَلَٰكِن تَصَدِّقَ الَّذِي بَيْنَ يَدَيْهِ وَتَفْصِيلَ كُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ ﴿١١١﴾

³⁵ Abdul Mustaqim, "Kisah Al-Qur'an: Hakekat, Makna, Dan Nilai-Nilai endidikannya," *Jurnal Ulumuna* Vol. XV, no. 2, 2011, hlm.276.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

“Sungguh, pada kisah mereka benar-benar terdapat pelajaran bagi orang-orang yang berakal sehat. (al-Qur’an) bukanlah cerita yang dibuat-buat, melainkan merupakan membenar (kitab-kitab) yang sebelumnya, memerinci segala sesuatu, sebagai petunjuk, dan rahmat bagi kaum yang beriman.” (Yusuf/12:111)

Sedangkan menurut Hasby Ash Shidiqiy, secara istilah, kisah didefinisikan sebagai penyampaian informasi tentang keadaan umat di masa lampau serta penjelasan mengenai peninggalan dan jejak kaum-kaum terdahulu.³⁶ Menurut Manna' al-Khalil al-Qaththan, definisi kisah dalam istilah merujuk pada informasi yang disampaikan oleh al-Qur'an tentang peristiwa-peristiwa masa lalu, termasuk kondisi para nabi dan umat terdahulu yang benar-benar terjadi. al-Qur'an memuat banyak kejadian sejarah umat dan bangsa-bangsa terdahulu, serta situasi desa dan negara, yang disampaikan dengan cara "*shuratun nathiqah*", sehingga pembaca seolah-olah menjadi saksi langsung dari peristiwa tersebut.³⁷

Kisah-kisah yang ada dalam Al-Qur'an adalah kumpulan cerita yang berisi. Jejak atau riwayat kehidupan orang-orang yang hidup di masa lampau, Berbagai peristiwa yang terjadi di masa lalu, Sejarah umat-umat terdahulu. Semua kisah ini tertulis dalam Al-Qur'an dan kebenarannya sudah pasti, tidak bisa diragukan lagi.

b. Faedah Kisah-Kisah dalam Al-Qur'an

- 1) Menjelaskan prinsip-prinsip penyebaran ajakan kepada Allah dan mendeskripsikan pokok ajaran yang dibawa oleh para nabi, yang bertujuan untuk membimbing manusia menuju kebenaran dan jalan yang lurus.
- 2) Memperkuat keyakinan Rasulullah dan umat Muslim akan kemenangan agama Allah, menguatkan kepercayaan orang beriman bahwa kebenaran pada akhirnya akan menang, sementara kebatilan akan hancur.

³⁶ Jati Ira Puspita, “Kisah-Kisah Dalam Al-Quran Dalam Perspektif Pendidikan,” *JURNAL DA'WATIKA ISLAMIKA* Vol.8, no. 2, 2016, hlm.78.

³⁷ Ajahari, *Ulumul Qur'an (Ilmu-Ilmu Al-Qur'an)* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2018), hlm.177.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) Mengakui dan menghormati para nabi sebelumnya, menghidupkan kenangan akan perjuangan mereka, serta melestarikan jejak dan warisan mereka dalam sejarah.
 - 4) Membuktikan kebenaran misi Muhammad melalui informasi yang dia sampaikan tentang peristiwa dan generasi sebelumnya, yang menunjukkan kebenaran dakwahnya.
 - 5) Mengungkap kepalsuan ahli kitab dengan mengungkapkan informasi yang mereka sembunyikan dan membantah mereka menggunakan kitab suci mereka sendiri sebelum diubah, sebagai bukti kebenaran Islam.
 - 6) Kisah merupakan salah satu bentuk sastra yang memiliki kekuatan untuk menarik perhatian pendengar dan memberikan pengaruh mendalam terhadap jiwa manusia.³⁸
- c. Pengulangan Kisah dan Hikmahnya
- 1) Mengungkapkan keunggulan *balaghah* Al-Quran pada tingkat tertinggi, dengan kemampuan mengekspresikan makna yang sama melalui berbagai variasi bentuk susunan kalimat.
 - 2) Memperlihatkan mukjizat Al-Quran melalui kemampuan mengungkapkan makna dalam susunan kalimat yang begitu unik sehingga tidak ada sejarawan Arab yang mampu menandinginya, yang menjadi bukti wahyu dari Allah.
 - 3) Memberikan perhatian khusus pada kisah agar pesan-pesannya mendalam dan membekas dalam jiwa, dengan pengulangan sebagai metode untuk memperkuat dan menanamkan nilai.
 - 4) Setiap kisah memiliki tujuan spesifik tersendiri, sehingga makna-maknanya disesuaikan dengan konteks dan kebutuhan, dengan sebagian makna diuraikan pada bagian tertentu dan sebagian lain dikembangkan di tempat berbeda.

Dapat disimpulkan bahwa Al-Quran merancang kisah-kisahannya dengan pengajaran yang mendalam. Ketika mengisahkan tokoh tertentu, Al-Quran tidak

³⁸ Syaikh Manna Al-Qathtan, *Pengantar Studi Ilmu AlQur'an.Pdf*, terj. Aunu. (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2006), hlm. 386-389.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sekadar menceritakan riwayat hidup, melainkan menghadirkan narasi yang memiliki misi mendidik. Dalam tokoh yang memiliki sisi positif, Al-Quran mengangkat keteladanan untuk dijadikan inspirasi. Sementara pada tokoh yang menampilkan kelemahan, fokus diarahkan pada proses kesadaran diri atau dampak negatif yang dialami, sehingga pembaca dapat mengambil pelajaran dan memetik hikmah dari perjalanan hidup tokoh tersebut. Dengan demikian, setiap kisah menjadi media transformasi moral dan intelektual yang mendalam.

Misalnya, kisah Dzulkarnain dalam surah al-Kahfi (18): 83 dst. Dan perhatikanlah bagaimana Dzulkarnain berjuang mengikuti hukum-hukum sebab dan akibat (ayat 84-85) dan bagaimana ia memperlakukan masyarakat yang bersikap positif dan negatif (ayat 86-88), juga bagaimana ia membantu masyarakat lemah dan menolak imbalan yang mereka tawarkan (ayat 93-95) bahkan memberi yang lebih baik dari pada yang diusulkan oleh masyarakat sambil memohon partisipasi mereka ayat (93-98).

Al-Quran mengungkap dinamika sosial melalui kisah-kisahnyanya dengan cara yang mendalam dan universal. Setiap narasi masyarakat tidak sekadar menceritakan peristiwa, melainkan mengungkapkan faktor-faktor fundamental yang memengaruhi kebangkitan dan keruntuhan peradaban. Melalui kisah-kisah ini, Al-Quran memperkenalkan konsep Sunnatullah - hukum kemasyarakatan yang berlaku lintas waktu dan tempat, serupa dengan hukum-hukum alam yang tidak berubah. Dengan pendekatan ini, Al-Quran menjadi kitab perintis dalam memahami mekanisme sosial, mengajak pembaca untuk merefleksikan dinamika masyarakat secara mendalam dan universal.³⁹

B. Kajian yang Relevan (*Literature Riview*)

1. Skripsi Ririn Febrianty Salka (2022), berjudul “Pengendalian Emosi Dalam Al-Qur’an (Analisis Kisah Maryam Binti Imrān)”,⁴⁰ Penelitian ini menganalisis metode-metode pengelolaan emosi yang ditunjukkan oleh sosok Maryam ketika

³⁹ M. Quraish Shihab, *Kaidah Tafsir* (Tangerang: Lentera Hati, 2013), hlm. 319.

⁴⁰ R F Salka, “Pengendalian Emosi Dalam Al-Qur’an (Analisis Kisah Maryam Binti Imrān),” *Repository.Uinjkt.Ac.Id* (Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022), [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/66610%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/66610/1/11180340000022_Ririn Febrianty Salka.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/66610%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/66610/1/11180340000022_Ririn%20Febrianty%20Salka.pdf).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berhadapan dengan berbagai gejolak perasaan. Dalam menghadapi ketakutan dan keterkejutan, Maryam memilih untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan cara berzikir. Sementara itu, untuk mengatasi rasa keheranan, beliau menyesuaikan pola pikirnya dengan menerapkan husnuzan atau prasangka baik terhadap ketentuan Allah, sambil mengembangkan sikap sabar dan syukur dalam menerima takdirnya. Ketika dihadapkan dengan emosi-emosi seperti rasa malu, kecemasan, kegelisahan, dan kesedihan, Maryam mengambil langkah strategis dengan cara menarik diri sementara dari sumber masalah untuk mencegah timbulnya konflik yang lebih besar. Beliau juga mencari ketenangan dengan cara mendekatkan diri pada alam, sebuah metode relaksasi yang membantunya memperoleh kekuatan batin dalam menghadapi berbagai cobaan hidup. Sedangkan penulis menganalisis *self-control* (control diri) Prespektif Mufasiir yang terdapat pada Kisah-Kisah Maryam binti Imran. Menurut penulis, akan didapatkan kesimpulan yang berbeda. Sebab pembahasan masalah yang berbeda.

2. Skripsi Mochamad Gaffur Sibiti (2022) berjudul Karakteristik Perempuan Dalam Al-Qur'an (Studi Terhadap Kisah Maryam Dalam Al-Qur'an).⁴¹ Pada skripsi ini membahas Karakteristik Perempuan Dalam Al-Qur'an dengan merujuk kepada karakter perempuan Islam dengan menganalisis pada kisah Maryam. Sedangkan penulis menganalisis *self-control* (control diri) Prespektif Mufasiir yang terdapat pada Kisah-Kisah Maryam binti Imran. Menurut penulis, akan didapatkan kesimpulan yang berbeda. Sebab pembahasan masalah yang berbeda.
3. Skripsi Kurota Ayun (2023) berjudul Kisah Maryam dalam Tafsir al-Munir Karya Wabah az-Zuhaili.⁴² Pada skripsi ini membahas mengenai karakteristik perempuan yang tertuang dalam kisah Maryam dalam Qur'an dan relevansinya pada masa kini. Persamaannya adalah penelitian ini juga membahas tentang Maryam. Adapun perbedaannya terletak pada pembahasan yakni *Self-Control*

⁴¹ Mochamad Gaffur Sibiti, "Karakteristik Perempuan Dalam Al-Qur'an (Studi Terhadap Kisah Maryam Dalam Al-Qur'an)" (Institut Agama Islam Negeri Palopo, 2022).

⁴² Kurota Ayun, "Kisah Maryam Dalam Tafsir Al-Munir Karya Wabah Az-Zuhaili" (Universitas Islam Negeri Salatiga, 2023).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

(control diri) Prespektif Mufasiir yang terdapat pada Kisah-Kisah Maryam binti Imran.

4. Tesis Riska Arsitilisa (2023) berjudul *Pengaruh Self Control dan Pemahaman Agama Terhadap Aklak Siswa MTs Anhsor Al-Sunnah Air Tiris Kecamatan Kampar*.⁴³ Tesis ini sebuah studi empiris dilakukan dengan menggunakan metodologi kuantitatif untuk menginvestigasi dampak yang menguntungkan dari dua variabel, yaitu pengendalian diri dan pemahaman keagamaan, yang secara bersamaan memengaruhi perilaku moral para siswi di Madrasah Tsanawiyah Anshor Alsunnah yang berlokasi di Air Tiris, wilayah Kecamatan Kampar. Penelitian akademis tingkat magister ini berfokus pada analisis hubungan sebab-akibat antara ketiga variabel tersebut dalam konteks pendidikan Islam tingkat menengah pertama. Sedangkan penulis menggunakan jenis penelitian pustaka (library research), menganalisis *self-control* (control diri) Prespektif Mufasiir yang terdapat pada Kisah-Kisah Maryam binti Imran dengan pendekatan Psikologi.
5. Artikel Mizan Adiliah binti Masrom dalam *jurnal At-Tibyan* edisi Juni 2019, Sosok Maryam dalam al-Quran (Studi Komparatif antara Tafsir Ibnu Katsir dan Tafsir al-Misbah).⁴⁴ Pada artikel ini kajian tokoh Maryam dibatasi pada keistimewaan Maryam, pengasuhan Maryam dan rezeki yang Maryam dapatkan. Hal itu berbeda dengan apa yang akan penulis kaji yakni *self-control* (control diri) Prespektif Mufasiir pada kisah-kisah Maryam binti Imran. Kajian ini menggunakan metode muqaran atau perbandingan sedangkan penulis menggunakan metode analisis-isi dan pendekatan psikologi.
6. Artikel Muhammad Afa Alfaiz dkk dalam *jurnal Gunung Djati Conference* (2022) Arti Penting Pengendalian Diri dalam Islam: Studi Kritik Hadis.⁴⁵ Artikel

⁴³ Riska Aristilasi, "Pengaruh Self Control Dan Pemahaman Agama Terhadap Aklak Siswa MTs Anhsor Al-Sunnah Air Tiris Kecamatan Kampar" (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2023).

⁴⁴ Mizan Adiliah binti Masrom, "Sosok Maryam Dalam Al-Quran (Studi Komparatif Antara Tafsir Ibnu Katsir Dan Tafsir Al-Misbah)," *Al-Tibyan Journal Of Quran and hadis Studies*, Vol. 2, no. 1 (2019): 1–18.

⁴⁵ Muhammad Afa Alfaiz, Dian Siti Nujanah, and Husnul Qodim, "Arti Penting Pengendalian Diri Dalam Islam: Studi Kritik Hadis," *Gunung Djati Conference Series* 8, no. 10284 (2022): 904–913.

ini membahas hadis mengenai pengendalian diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif-analitis. Objek formal penelitian ini adalah ilmu hadis, sementara objek materialnya adalah hadis mengenai pengendalian diri yang terdapat dalam riwayat Ahmad No. 10284. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hadis ini memiliki status shahih dengan kualifikasi maqbul ma'mul bih dalam praktik Islam. Penelitian ini menyimpulkan bahwa hadis riwayat Ahmad No. 10284 relevan digunakan sebagai sumber inspirasi dalam meningkatkan pengendalian diri. Sedangkan penulis menganalisis *self-control* (control diri) Prespektif Mufasiir yang terdapat pada Kisah-Kisah Maryam binti Imran dengan pendekatan Psikologi.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB III PEMBAHASAN

A. Penafsiran Ayat-ayat tentang Kisah Maryam binti Imran dalam Tafsir Fi Zhilalil Qur'an

1. Qs. Maryam Ayat 18- 21

قَالَتْ إِنِّي أَعُوذُ بِالرَّحْمَنِ مِنْكَ إِنْ كُنْتُ تَقِيًّا ﴿١٨﴾ قَالَ إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ لِأَهَبَ لَكِ غُلَامًا زَكِيًّا ﴿١٩﴾ قَالَتْ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَلَمْ يَمَسِّنِي بَشَرٌ وَلَمْ أَكْ بَغِيًّا ﴿٢٠﴾ قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكِ هُوَ عَلَيَّ هَيِّنٌ وَلِنَجْعَلَهُ آيَةً لِلنَّاسِ وَرَحْمَةً مِنَّا وَكَانَ أَمْرًا مَقْضِيًّا ﴿٢١﴾

“Dia (Maryam) berkata (kepadanya), “Sesungguhnya aku berlindung kepada Tuhan Yang Maha Pengasih darimu (untuk berbuat jahat kepadaku) jika kamu seorang yang bertakwa.” Dia (Jibril) berkata, “Sesungguhnya aku hanyalah utusan Tuhanmu untuk memberikan anugerah seorang anak laki-laki yang suci kepadamu.” Dia (Maryam) berkata, “Bagaimana (mungkin) aku mempunyai anak laki-laki, padahal tidak pernah ada seorang (laki-laki) pun yang menyentuhku dan aku bukan seorang pelacur?” Dia (Jibril) berkata, “Demikianlah.” Tuhanmu berfirman, “Hal itu sangat mudah bagi-Ku dan agar Kami menjadikannya sebagai tanda (kebesaran-Ku) bagi manusia dan rahmat dari Kami. Hal itu adalah suatu urusan yang (sudah) diputuskan.”

Maryam terkejut ketika seorang pria datang menghampirinya dalam kesendiriannya. Dalam ketakutannya, ia segera bersandar kepada Allah, memohon perlindungan-Nya, dan menumbuhkan rasa takwa dalam diri pria tersebut. Ia mengingatkan agar senantiasa takut kepada Allah, menyadari bahwa Dia selalu mengawasi di tempat yang sunyi itu. Orang yang bertakwa adalah mereka yang hatinya bergetar saat mengingat Allah Yang Maha Pengasih, serta sadar akan dorongan nafsu dan bisikan setan.⁴⁶

Dari sini, terungkap bahwa Maryam adalah wanita perawan yang baik dan suci, yang dibesarkan dengan pendidikan yang benar dalam lingkungan yang saleh, dengan Allah menjadikan Zakariya sebagai pelindungnya. Maryam kemudian bernazar untuk menyerahkan janin yang ada dalam kandungannya kepada Allah.

⁴⁶ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an* (Jakarta: Gema Insani Press, 2003), hlm. 362.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Saat perasaan takut dan malu menguasai, seorang laki-laki sempurna itu berkata kepada Maryam dengan sesuatu yang bisa mengguncang ketenangan hati seorang perawan, yaitu bahwa ia akan memberinya seorang anak. Padahal mereka berada di tempat yang sunyi. Reaksi Maryam adalah keberanian seorang wanita yang merasa terancam kehormatannya. Dengan tegas, ia bertanya, "Bagaimana itu bisa terjadi?" Ia menyatakan kebingungannya dengan jelas, terutama saat mereka berada dalam khalwah (tempat yang sepi). Tujuan pria itu yang tampaknya ingin melakukan perbuatan tidak senonoh terhadapnya pun terasa jelas.⁴⁷

Maryam sama sekali tidak mengerti bagaimana pria tersebut bisa memberinya seorang anak laki-laki. Penjelasan bahwa pria itu adalah utusan Tuhan pun tidak membuatnya merasa tenang. Bahkan ketika dia mengatakan bahwa dia diutus untuk memberinya seorang anak laki-laki suci tanpa cacat, Maryam tetap merasa tidak yakin. Rasa malu tidak lagi relevan saat itu, dan keterusterangan menjadi hal yang lebih utama. Maryam adalah seorang perawan yang belum pernah disentuh oleh seorang pria, dan ia bukan seorang wanita yang dengan mudah menerima tawaran untuk melakukan perbuatan yang bisa menyebabkan kelahiran seorang anak.⁴⁸

Namun, apa yang tampak mustahil bagi Maryam ternyata sangat mudah bagi Allah. Dengan kuasa-Nya yang berkata "Kun" (jadilah), segala sesuatu bisa terjadi, baik itu melalui ikatan perkawinan atau tanpa ikatan tersebut. Jibril datang menyampaikan bahwa Tuhan telah memberitahukan kepadanya bahwa hal itu sangat mudah bagi-Nya.

Qs. Maryam Ayat 22-23

﴿ فَحَمَلَتْهُ فَانْتَبَدَتْ بِهِ مَكَانًا قَصِيًّا ﴿٢٢﴾ فَأَجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَلَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا وَكُنْتُ نَسِيًّا مَنْسِيًّا ﴿٢٣﴾ ﴾

"Maka, dia (Maryam) mengandungnya, lalu mengasingkan diri bersamanya ke tempat yang jauh. Rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma. Dia (Maryam) berkata, "Oh,

⁴⁷ Ibid.

⁴⁸ Ibid.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seandainya aku mati sebelum ini dan menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan (selama-lamanya).”

Sayyid Qutub menjelaskan Ayat di atas tidak menyebutkan bagaimana keadaan proses kehamilannya dan berapa lama usia kandungannya itu. Apakah kandungannya itu adalah kandungan biasa sebagaimana yang dialami setiap wanita pada umumnya, di mana tiupan roh mengirimkan kehidupan dan keaktifan di dalam sel telur? Ialu, berubah menjadi 'alaqah 'segumpal darah', mudghah 'sekerat daging', dan tulang. kemudian tulang itu membungkus daging dan selanjutnya sempurna wujud seorang janin setelah beberapa hari.⁴⁹

Maryam yang menyisihkan dirinya ke tempat yang jauh dari kerabatnya, dalam kondisi yang lebih parah dari kondisinya sebelumnya. Kalau pada kejadian pertama Maryam berada dalam pemeliharaan Allah, pendidikan dan akhlak yang mulia, maka di sini Maryam nyaris berhadapan dengan tindakan jahat masyarakatnya. Setelah itu ia dihadapkan dengan ujian (rasa sakit) fisik di samping ujian mental. Ia menghadapi sakitnya saat-saat melahirkan yang "memaksanya" bersandar pada pangkal pohon kurma dan mendesaknya segera untuk menyandarkan diri padanya Saat itu Maryam dalam keadaan seorang diri. Penggambaran tentang kebingungan seorang perawan pada detik-detik melahirkan. Tidak tahu apa-apa dan tidak ada seorang pun yang menolongnya. Tiba-tiba ia berucap 'Aduhai, alangkah baikenya aku mati sebelum ini dan aku menjadi sesuatu yang tidak berarti, lagi dilupakan."⁵⁰

3 Qs. Maryam Ayat 24-27

فَنَادِيهَا مِنْ تَحْتِهَا أَلَا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا ﴿٢٤﴾ وَهَٰزِي إِلَيْكَ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا جَنِيًّا ﴿٢٥﴾ فَكُلِي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا فَمَا تَرِينَ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا ﴿٢٦﴾ فَآتَتْ بِهِ قَوْمَهَا تَحْمِلَةً قَالُوا يَمْرَأَتُ لَقَدْ جِئْتِ شَيْئًا فَرِيًّا ﴿٢٧﴾

⁴⁹ Ibid., hlm. 363.

⁵⁰ Ibid.

“Dia (Jibril) berseru kepadanya dari tempat yang rendah, “Janganlah engkau bersedih. Sungguh, Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. Goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya (pohon) itu akan menjatuhkan buah kurma yang masak kepadamu. Makan, minum, dan bersukacitalah engkau. Jika engkau melihat seseorang, katakanlah, ‘Sesungguhnya aku telah bernazar puasa (bicara) untuk Tuhan Yang Maha Pengasih. Oleh karena itu, aku tidak akan berbicara dengan siapa pun pada hari ini.’” Dia (Maryam) membawa dia (bayi itu) kepada kaumnya dengan menggendongnya. Mereka (kaumnya) berkata, “Wahai Maryam, sungguh, engkau benar-benar telah membawa sesuatu yang sangat mungkar.”

Mahabesar Allah! Suara itu memanggil Maryam dari bawahnya, menenangkan hatinya, menghubungkannya dengan Tuhan, memberi petunjuk tentang makanan dan minumannya, serta menunjukkan hujjah dan mukjizat-Nya. "Janganlah kamu bersedih hati," ujar suara itu, "Sesungguhnya Tuhanmu telah menjadikan aliran sungai di bawahmu." Tuhanmu tidak akan melupakanmu. Bahkan, Dialah yang akan mengalirkan air dari bawah kakimu. Goyangkanlah pangkal pohon kurma tempatmu bersandar, sehingga buahnya yang matang jatuh untukmu. Itu adalah makanan, dan ada juga minuman di dekatnya. Buah kurma, baik yang basah maupun yang kering, adalah makanan yang sangat baik untuk wanita yang baru saja melahirkan. "Maka makanlah, minumlah dengan nikmat, dan bersenang hatilah kamu, serta tenanglah hatimu."⁵¹

Ketika berhadapan dengan seseorang, maka layanilah mereka dengan cara selain berbicara, yakni dengan menunjukkan bahwa kamu tengah bernazar untuk berpuasa kepada Tuhan Yang Maha Pemurah, dengan tidak berbicara kepada siapapun dan fokus hanya pada ibadah kepada-Nya. Jangan menjawab pertanyaan dari siapapun. Maryam mengalami kebingungan dan keterheranan untuk waktu yang lama, tetapi kemudian ia memutuskan untuk menggoyang pangkal pohon kurma agar buahnya yang matang jatuh. Ketika itu berhasil, Maryam merasa tenang, yakin bahwa Allah tidak akan meninggalkannya, dan bahwa Dia selalu bersamanya.⁵²

⁵¹ Ibid., hlm. 364.

⁵² Ibid.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Penafsiran Ayat-ayat tentang Kisah Maryam binti Imran dalam Tafsir Al-Munir

1. Qs. Maryam Ayat 18- 22

قَالَتْ إِنِّي أَعُوذُ بِالرَّحْمَنِ مِنْكَ إِنْ كُنْتَ تَقِيًّا ﴿١٨﴾ قَالَ إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ لِأَهَبَ لَكِ غُلْمًا زَكِيًّا ﴿١٩﴾
 قَالَتْ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلْمٌ وَلَمْ يَمْسَسْنِي بَشَرٌ وَلَمْ أَكُ بَغِيًّا ﴿٢٠﴾ قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّئٌ
 وَلِنَجْعَلَ آيَةً لِلنَّاسِ وَرَحْمَةً مِنَّا وَكَانَ أَمْرًا مَّفْضِيًّا ﴿٢١﴾ * فَحَمَلَتْهُ فَانْتَبَدَتْ بِهِ مَكَانًا قَصِيًّا ﴿٢٢﴾

“Dia (Maryam) berkata (kepadanya), “Sesungguhnya aku berlindung kepada Tuhan Yang Maha Pengasih darimu (untuk berbuat jahat kepadaku) jika kamu seorang yang bertakwa.” Dia (Jibril) berkata, “Sesungguhnya aku hanyalah utusan Tuhanmu untuk memberikan anugerah seorang anak laki-laki yang suci kepadamu.” Dia (Maryam) berkata, “Bagaimana (mungkin) aku mempunyai anak laki-laki, padahal tidak pernah ada seorang (laki-laki) pun yang menyentuhku dan aku bukan seorang pelacur?” Dia (Jibril) berkata, “Demikianlah.” Tuhanmu berfirman, “Hal itu sangat mudah bagi-Ku dan agar Kami menjadikannya sebagai tanda (kebesaran-Ku) bagi manusia dan rahmat dari Kami. Hal itu adalah suatu urusan yang (sudah) diputuskan.” Maka, dia (Maryam) mengandungnya, lalu mengasingkan diri bersamanya ke tempat yang jauh.”

Sayyidah Maryam, gadis yang masih perawan dan menggunakan semua waktunya untuk beribadah, berkata, "Sesungguhnya aku berlindung kepada Zat Yang Maha Pengasih darimu yang akan berbuat jahat kepadaku, jika kamu takut kepada Allah. Keluarlah dari balik tabir ini."⁵³

Sikap inilah yang disyari'atkan untuk menolak kejahatan, yaitu memulai dari yang ringan dan dilaniutkan dengan yang lebih berat. Dalam kondisi tersebut Maryam terlebih dahulu mengingatkannya agar takut kepada Allah Azza wa jalla. Ungkapan berlindung kepada Allah dan mengingatkan agar takut kepada-Nya hanya berdampak pada orang yang bertakwa. Maksudnya, keimanan menuntut dan mewajibkan seseorang untuk meninggalkan perbuatan jahat. Bukan takut kepada Allah dalam satu kondisi, namun tidak takut kepadanya pada kondisi yang lain. Ucapan Maryam tersebut menunjukkan dia sangat menjaga harga diri dan kehormatannya.⁵⁴

⁵³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, Jilid 2. (Jakarta: Gema Insani, 2013), hlm. 351.

⁵⁴ Ibid.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lalu Jibril menjawab untuk menenangkan Maryam dan menghilangkan ketakutannya, Aku tidak bermaksud jahat kepadamu. Aku adalah utusan Tuhanmu, Zat Yang kepada-Nya kamu berlindung. Aku bukanlah orang yang akan berbuat jahat atau bukan seperti yang kamu kira. Allah mengutusku untuk menganugerahkan kepadamu seorang putra yang bersih dari dosa, yang akan tumbuh dalam kesucian dan kehormatan. Maryam sangat heran atas apa yang ia dengar. Ia lalu berkata, Maryam berkata ragu kepada jibril, "Bagaimana mungkin aku mempunyai anak? Bagaimana ada anak yang akan aku lahirkan, sedangkan aku tidak bersuami, atau aku tidak pernah didekati oleh seorang suami, juga tidak terpikir olehku untuk berbuat keji, sehingga sampai kapan pun aku tidak akan pernah menjadi pezina yang melayani laki-laki dengan upah." ⁵⁵

Jibril menjawab Maryam dengan berkata "Sesungguhnya Allah SWT telah berfirman bahwa akan diciptakan seorang anak laki-laki darimu walaupun kamu tidak memiliki seorang suami, juga bukan melalui perbuatan keji. Karena sesungguhnya Dia Mahakuasa atas apa yang Dia kehendaki. foga agar penciptaan anak laki-laki tersebut menjadi bukti bagi manusia tentang kekuasaan Pencipta mereka yang dapat menciptakan manusia dengan cara yang berbeda-beda. Dia menciptakan Adam, ayah manusia, tanpa perantara seorang laki-laki dan perempuan. Dia menciptakan Hawa dari seorang laki-laki tanpa seorang perempuan. Dia menciptakan Isa dari seorang perempuan saja, dan Dia menciptakan seluruh manusia lainnya dari seorang laki-laki dan perempuan. Dia menjadikan anak laki-laki ini sebagai rahmat dari-Nya untuk para hamba-Nya. Dia mengangkatnya menjadi seorang nabi yang menyeru manusia untuk menyembah dan mengesakan-Nya. Hal ini telah ditetapkan oleh Allah dalam pengetahuan-Nya. Tinta yang mencatat ketetapan-Nya pun telah kering, sehingga tidak dapat diganti dan tidak dapat diubah." ⁵⁶

Maka Terjadilah apa yang menjadi kehendak Allah ketika jibril berkata kepada Maryam tentang apa yang difirmankan oleh Allah SWT, ia pun

⁵⁵ Ibid., hlm. 352.

⁵⁶ Ibid.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berserah diri kepada qadha Allah SWT. Jibril mengembuskan angin ke lubang bajunya, lalu embusan tersebut turun ke bawah hingga masuk ke dalam kemaluannya. Lalu ia pun mengandung seorang anak atas izin Allah SWT. Ia kemudian menyepi ke tempat yang jauh. Huruf *Faa'* walaupun untuk *ta'qib* (menunjukkan peristiwa sesudahnya dengan segera), ia sesuai dengan masing-masing kondisi.

Qs. Maryam Ayat 23-27

فَاجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَلَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا وَكُنْتُ نَسِيًّا مَنَسِيًّا ﴿٢٣﴾ فَنَادَاهَا مِنْ تَحْتِهَا أَلَا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا ﴿٢٤﴾ وَهَزَيْتِ الْيَكَّ بِيْجُذْعِ النَّخْلَةِ تُسْقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا جَدِيًّا ﴿٢٥﴾ فَكُلِي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا فَإِمَّا تَرَيِنَّ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا ﴿٢٦﴾ فَآتَتْ بِهِ قَوْمَهَا تَحْمِلُهُ قَالُوا يَمْرَأَتُهُ لَمِطَةٌ فَاتَتْهَا بِمَا حَمَلَتْ ﴿٢٧﴾

“Rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma. Dia (Maryam) berkata, “Oh, seandainya aku mati sebelum ini dan menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan (selama-lamanya).” Dia (Jibril) berseru kepadanya dari tempat yang rendah, “Janganlah engkau bersedih. Sungguh, Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. Goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya (pohon) itu akan menjatuhkan buah kurma yang masak kepadamu. Makan, minum, dan bersukacitalah engkau. Jika engkau melihat seseorang, katakanlah, ‘Sesungguhnya aku telah bernazar puasa (bicara) untuk Tuhan Yang Maha Pengasih. Oleh karena itu, aku tidak akan berbicara dengan siapa pun pada hari ini.’” Dia (Maryam) membawa dia (bayi itu) kepada kaumnya dengan menggendongnya. Mereka (kaumnya) berkata, “Wahai Maryam, sungguh, engkau benar-benar telah membawa sesuatu yang sangat mungkar.”

Rasa suliit saat melahirkan dan rasa sakit kontraksi memaksanya untuk bersandar dan berpegangan pada pohon kurma untuk memudahkan proses melahirkan. Dia lalu berangan-angan untuk mati sebelum terjadi hal itu karena malu dari manusia dan karena takut jika mereka menganggapnya sebagai orang yang buruk dalam agama. Atau dia berangan-angan menjadi sesuatu yang tidak diindahkan dan tidak dianggap oleh siapa pun seperti sebatang tonggak dan tali. Atau dia berangan-angan jika tidak diciptakan dan tidak berupa apa pun.⁵⁷

⁵⁷ Ibid., hlm. 356.

Dalam ayat ini terdapat dalil bagi bolehnya berangan-angan untuk mati ketika terjadi fitnah karena Maryam tahu bahwa ia akan dicoba dan diuji dengan anak yang ia lahirkan, dan orang-orang tidak akan memahaminya dengan benar. Mereka juga tidak akan memercayai apa yang ia sampaikan. Padahal sebelumnya mereka mengenalnya sebagai ahli ibadah, namun kini mereka akan menganggapnya sebagai perempuan pezina.

Jibril memanggilnya dari bawah bukit kecil atau dari bawah pohon kurma. Goyanglah batang kurma itu maka ia akan mengugurkan kurma-kurma basah segar yang sudah masak dapat dipetik dan dimakan, tanpa perlu difermentasi dan diolah. Ini merupakan tanda kebesaran Allah yang lain. Az-Zamakhshari berkata, "Batang pohon kurma tersebut kering di gurun pasir; tanpa buah dan tanpa dedaunan. Saat itu musim dingin. Ada yang mengatakan bahwa saat itu pohon kurmanya sedang berbuah." Makanlah kurma dan minumlah air itu, berbahagialah dan jangan bersedih, serta berbahagialah dengan anak yang diangkat menjadi seorang nabi. Karena sesungguhnya Allah Mahakuasa untuk menjaga kehormatanmu dan menyadarkan orang-orang tentang kondisimu yang sebenarnya. Jika kamu melihat seseorang bertanya kepadamu tentang dirimu dan anakmu, maka berilah isyarat bahwa kamu bernazar untuk berpuasa dari bicara. Sehingga kamu tidak berbicara kepada siapa pun melainkan kepada malaikat dan memohon kepada Allah.⁵⁸

Setelah Maryam merasa tenang dengan tanda-tanda kebesaran Allah yang dia saksikan, dan menyerahkan diri kepada perintah-Nya, serta setelah berserah diri kepada qadha-Nya, dia pun membawa Isa a.s. pulang ke rumahnya. setelah Maryam selesai dari nifasnya, dia membawa Isa a.s. dari tempat yang jauh ke tempat kaumnya. Ketika kaumnya melihat seorang bayi dibawa oleh Maryam, mereka pun sedih, marah, dan sangat mengingkari hal tersebut. Mereka dengan penuh pengingkaran berkata, "Wahai Maryam, kamu telah melakukan sesuatu yang aneh, sangat berat, mungkar dan di luar kebiasaan, yaitu melahirkan tanpa suami."

⁵⁸ Ibid., hlm. 357.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Penafsiran Ayat-ayat tentang Kisah Maryam binti Imran dalam Tafsir Al-Misbah

1. Qs. Maryam Ayat 18 dan 19

قَالَ إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ لِأَهَبَ لَكِ غُلَامًا زَكِيًّا ﴿١٩﴾

“Dia (Maryam) berkata (kepadanya), “Sesungguhnya aku berlindung kepada Tuhan Yang Maha Pengasih darimu (untuk berbuat jahat kepadaku) jika kamu seorang yang bertakwa.” Dia (Jibril) berkata, “Sesungguhnya aku hanyalah utusan Tuhanmu untuk memberikan anugerah seorang anak laki-laki yang suci kepadamu.”

Quraish Shihab menjelaskan dalam peristiwa yang penuh makna ini , Maryam yang sedang menyendiri dan menghindari dari keluarganya tiba-tiba dihadapkan pada situasi yang mengejutkan dengan kehadiran sosok asing yang tidak dikenalnya. Sebagai seorang gadis suci yang berada dalam kesendirian, rasa takut dan khawatir segera menyelimuti hatinya, mendorongnya untuk mencari perlindungan kepada Yang Maha Kuasa.⁵⁹

Didorong oleh rasa takut dan keinginan untuk melindungi diri, Maryam dengan tegas mengucapkan permohonan perlindungan, menggunakan kata "sesungguhnya" untuk menegaskan keseriusan ucapannya. Ia memohon perlindungan kepada *ar-Rahman* (Allah Yang Maha Pemurah) dan memperingatkan sosok tersebut untuk menjaga jarak jika ia benar-benar seorang yang bertakwa. Kata (الرحمن) menggambarkan curahan rahmat Allah swt. Pemilihan kata *ar-Rahman* dalam ucapannya mengandung makna mendalam, mengingatkan sosok tersebut akan besarnya rahmat Allah yang telah dilimpahkan, sekaligus berharap agar rahmat yang sama dapat tercurah kepadanya.⁶⁰

Menanggapi ketakutan Maryam, sosok yang ternyata adalah Malaikat Jibril itu memberikan jawaban yang menenangkan. Ia menegaskan bahwa dirinya adalah utusan dari Allah, Tuhan yang sama yang dimintai perlindungan oleh Maryam. Lebih dari itu, ia membawa kabar gembira tentang akan lahirnya

⁵⁹ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 2, Tangerang: Lentera Hati, 2002), hlm. 165.

⁶⁰ Ibid.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seorang anak laki-laki yang suci dan sempurna. Pernyataan ini tidak hanya berhasil meredakan ketakutan Maryam, tetapi juga memberikan isyarat bahwa proses kelahiran anak tersebut akan terjadi dengan cara yang suci, sesuai dengan kesucian dan kesempurnaan anak yang dijanjikan.⁶¹

Qs. Maryam Ayat 20-21

قَالَتْ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلْمٌ وَلَمْ يَمْسَسْنِي بَشَرٌ وَلَمْ أَكْ بَغِيًّا ﴿٢٠﴾ قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّئٌ
وَلِنَجْعَلَهُ آيَةً لِلنَّاسِ وَرَحْمَةً مِنَّا وَكَانَ أَمْرًا مَّقْضِيًّا ﴿٢١﴾

“Dia (Maryam) berkata, “Bagaimana (mungkin) aku mempunyai anak laki-laki, padahal tidak pernah ada seorang (laki-laki) pun yang menyentuhku dan aku bukan seorang pelacur?” Dia (Jibril) berkata, “Demikianlah.” Tuhanmu berfirman, “Hal itu sangat mudah bagi-Ku dan agar Kami menjadikannya sebagai tanda (kebesaran-Ku) bagi manusia dan rahmat dari Kami. Hal itu adalah suatu urusan yang (sudah) diputuskan.” (Maryam/19:20-21)

Quraish Shibab menjelaskan bahwa Maryam kebingungan dan keheranan yang mendalam muncul dalam diri Maryam saat mendengar kabar tentang anugerah seorang anak yang akan dilahirkannya. Keheranan ini muncul karena ia, sebagai seorang wanita suci, belum pernah melakukan hubungan dengan laki-laki manapun, baik melalui pernikahan yang sah maupun cara yang tidak halal.⁶²

Keraguan Maryam ini beralasan mengingat pemahaman umum bahwa kelahiran seorang anak merupakan hasil dari hubungan antara pria dan wanita. Lebih dari itu, statusnya yang telah bertunangan dengan Yusuf an-Najjar menambah kompleksitas situasi, karena kehamilan yang terjadi tanpa penjelasan bisa menimbulkan kesalahpahaman dan kekecewaan dari tunangannya.

Menanggapi keheranan Maryam, Malaikat Jibril memberikan penjelasan yang menguatkan dengan menyampaikan firman Allah. Ia membenarkan pernyataan Maryam tentang kesuciannya, namun menegaskan

⁶¹ Ibid., hlm. 166.

⁶² Ibid., hlm. 167.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bahwa bagi Allah, menciptakan seorang anak tanpa melalui hubungan normal antara pria dan wanita adalah perkara yang mudah. Ucapan Maryam as. *وَأَلَمْ أَكُ وَأَلَمْ يَمْسَسْنِي بَشَرٌ* *wa.lam aku baghiyyan/aku bukanlah seorang pezina setelah wa lamyamsasni basyarun!* tidak pernah seorang manusia pun menyentuhku, bukan sekadar pengulangan atau penekanan, tetapi masing-masing mengandung makna yang berbeda, yang pada akhirnya saling kuat menguatkannya. Penegasan Maryam pertama, ia belum pernah disentuh oleh laki-laki manapun, dan kedua, ia bukanlah wanita yang tidak bermoral. Pernyataan kedua ini menjadi bukti kuat akan kesucian dan integritas moralnya.⁶³

Qs. Maryam Ayat 22-23

﴿ فَحَمَلَتْهُ فَانْتَبَدَتْ بِهِ مَكَانًا قَصِيًّا ﴿١٢٢﴾ فَأَجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَلَيْتَنِي مَثَلٌ هَذَا وَكُنْتُ نَسِيًّا مَّسِيًّا ﴿١٢٣﴾ ﴾

“Maka, dia (Maryam) mengandungnya, lalu mengasingkan diri bersamanya ke tempat yang jauh. Rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma. Dia (Maryam) berkata, “Oh, seandainya aku mati sebelum ini dan menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan (selama-lamanya).”

Quraish Shihab menjelaskan peristiwa kehamilan Maryam dimulai setelah Malaikat Jibril meniupkan ruh ke dalam tubuhnya, yang mengakibatkan ia mengandung Isa as. tanpa melalui proses alamiah. Ketika Maryam menyadari kehamilannya, ia memutuskan untuk mengasingkan diri ke tempat yang jauh dari komunitas dan keluarganya.⁶⁴

Sikap Maryam untuk menjauhkan diri ini disebabkan terbayang olehnya sikap dan cemooh yang akan didengarnya karena dia melahirkan anak tanpa memiliki suami, dan karena itu ia berkata: ‘Aduhai, alangkah baiknnya aku mati, yakni tidak pernah wujud sama sekali di pentas hidup sebelum ini, yakni sebelum kehamilan ini, agar aku tidak memikul aib dan malu dari satu perbuatan yang sama sekali tidak kukerjakan dan aku menjadi sesuatu yang tidak berarti lagi dilupakan selama-amanya.’ Beban mental dan sosial yang

⁶³ Ibid.

⁶⁴ Ibid., hlm. 168.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

harus ditanggungnya begitu berat hingga ia mengungkapkan keinginan untuk lebih baik tidak pernah ada daripada harus menanggung aib atas sesuatu yang tidak pernah dilakukannya. Para ulama mencatat bahwa lokasi pengasingan Maryam adalah di Bait Lahem, sebelah selatan Yerusalem, Palestina.⁶⁵

Kata (*al-makhadh*) terambil dari kata (*al-makhdh*) yaitu gerak yang sangat keras. Desakan janin untuk keluar melalui rahim mengakibatkan pergerakan anak dalam perut dan mengakibatkan kontraksi sehingga menimbulkan rasa sakit. Dari sini kata tersebut dipahami dalam arti sakit yang mendahului kelahiran anak. ketika kontraksi melahirkan ia bersandar pada sebatang pohon kurma (*jidz'i an-nakhlah*). Al-Biqai' mencatat keberadaan pohon kurma tersebut sebagai keajaiban tersendiri, mengingat peristiwa ini terjadi di musim dingin, saat pohon kurma biasanya tidak dapat bertahan. Lebih dari itu, terdapat keserasian simbolik antara pohon kurma yang dapat berbuah tanpa perkawinan dalam peristiwa ini dengan kelahiran Isa as. yang terjadi tanpa pernikahan.⁶⁶

4. Qs. Maryam Ayat 24-25

فَنَادَاهَا مِنْ تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا ﴿٢٤﴾ وَهَزِيءَ إِلَيْكَ بِجِدْعِ النَّخْلَةِ تَسْقُطُ
عَلَيْكَ رُطْبًا جَنِيًّا ﴿٢٥﴾

“Dia (Jibril) berseru kepadanya dari tempat yang rendah, “Janganlah engkau bersedih. Sungguh, Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. Goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya (pohon) itu akan menjatuhkan buah kurma yang masak kepadamu.”

Quraish Shihab menjelaskan di saat Maryam berada dalam kondisi penuh kesedihan dan kecemasan pasca melahirkan, sebuah peristiwa mukjizat terjadi yang memberikan penghiburan dan pertolongan kepadanya. Suara yang menenteramkan datang dari tempat yang rendah di bawahnya, baik itu dari Malaikat Jibril maupun dari bayi Isa yang baru dilahirkan, memberikan petunjuk dan penghiburan kepada Maryam.⁶⁷

⁶⁵ Ibid., hlm. 169.

⁶⁶ Ibid.

⁶⁷ Ibid., hlm. 170.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kehadiran suara penghibur ini memiliki makna mendalam karena muncul di saat Maryam berada dalam kondisi paling rentan setelah melahirkan, sendirian, tanpa makanan dan minuman, serta dibebani kekhawatiran akan gunjingan masyarakat. Petunjuk yang diberikan tidak hanya berupa hiburan, tetapi juga panduan praktis untuk mendapatkan makanan dan minuman yang dibutuhkannya.

Para ulama, termasuk Ibn Jarir ath-Thabari, memberikan interpretasi berbeda tentang sumber suara tersebut. Kata *مِنْ تَحْتِهَا* (*min tahtiha*) (dari tempat yang rendah) menunjukkan bahwa suara itu terdengar sebelum Maryam mengangkat bayinya. Kata *سَرِيًّا* (*sariyyan*) dipahami mayoritas ulama sebagai anak sungai atau telaga, sementara ada yang memaknainya dari kata (*saruwa*) yang berarti tinggi dan terhormat. Lebih jauh lagi, perintah untuk menggerakkan pohon kurma menghasilkan kurma matang yang sangat bermanfaat bagi wanita yang baru melahirkan karena kandungan kalornya yang tinggi dan mudah dicerna.⁶⁸

5. Qs. Maryam Ayat 26

فُكِّلِيْ وَاشْرِيْ وَقَرِيْ عَيْنًا فَاَمَّا تَرِيْنَ مِنَ الْبَشْرِ اَحَدًا فَقَوْلِيْ اِنِّيْ نَذَرْتُ لِلرَّحْمٰنِ صَوْمًا فَلَنْ اُكَلِّمَ الْيَوْمَ اَنْسِيًّا ﴿١٣٦﴾

“Makan, minum, dan bersukacitalah engkau. Jika engkau melihat seseorang, katakanlah, ‘Sesungguhnya aku telah bernazar puasa (bicara) untuk Tuhan Yang Maha Pengasih. Oleh karena itu, aku tidak akan berbicara dengan siapa pun pada hari ini.’”

Malaikat Jibril as. atau bayi Maryam as. melanjutkan ucapannya guna memberi ketenangan kepada sang ibu dengan menyatakan maka makanlah dari buah kurma yang berjatuhan itu, dan minumlah dari air telaga itu serta bersenang hatilah dengan kelahiran anakmu itu. Jika engkau melihat seorang manusia yang engkau yakini bahwa dia manusia lalu dia bertanya tentang keadaanmu maka katakanlah, yakni berilah isyarat yang maknanya “Sesungguhnya aku telah bernazar berpuasa, yakni menahan diri untuk tidak

⁶⁸ Ibid.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berbicara demi untuk Tuhan Yang Maha Pemurah, maka karena adanya nazar itu sehingga aku tidak akan berbicara dengan seorang manusia pun pada hari ini.” Ini karena jika engkau berbicara pastilah akan panjang uraian dan akan timbul aneka gugatan, sedang kami bermaksud membungkam siapa pun yang mencurigaimu.⁶⁹

Allah swt. mengilhami Maryam as., agar jangan berbicara karena Allah bermaksud membungkam semua yang meragukan kesucian beliau melalui ucapan bayi yang dilahirkannya itu. Ini juga mengesankan bahwa tidaklah terpuji berdiskusi dengan orang-orang yang hanya bermaksud mencari-cari kesalahan atau yang tidak jemih pemikiran dan hatinya. Dalam konteks ini Nabi Muhammad saw. bersabda: “Siapa yang meninggalkan pertengkaran padahal dia dalam posisi yang benar, maka Allah akan membangun untuknya istana di tengah surga, sedang siapa yang meninggalkannya karena memang dia salah, maka Allah membangun untuknya istana di pinggiran surga.”

6. Qs. Maryam Ayat 27

فَأَتَتْ بِهِ قَوْمَهَا تَحْمِلُهُ قَالُوا يُمْرَيْمُ لَقَدْ جِئْتِ شَيْئًا فَرِيًّا ﴿٢٧﴾

“Dia (Maryam) membawa dia (bayi itu) kepada kaumnya dengan menggendongnya. Mereka (kaumnya) berkata, “Wahai Maryam, sungguh, engkau benar-benar telah membawa sesuatu yang sangat mungkar.”

Quraish Shihab menjelaskan setelah Maryam as. mendengar kalimat-kalimat seperti yang terbaca pada ayat-ayat sebelum ini, maka hati beliau menjadi tenang dan tegar dan kesedihannya pun sirna, maka dia membawanya, yakni anak bayinya itu kepada kaumnya dengan menggendongnya secara terang-terangan. Mereka, yakni kaumnya itu berkata setelah melihat beliau menggendong seorang bayi “Wahai Maryam, kami bersumpah sesungguhnya engkau dengan melahirkan bayi ini telah melakukan sesuatu yang munkar”.⁷⁰

Ayat di atas menunjukkan bahwa Maryam as. datang dengan sengaja sambil menggendong anaknya untuk menghadap kaumnya. Dan itu

⁶⁹ Ibid., hlm. 172.

⁷⁰ Ibid.

dilakukannya tanpa merasa malu, bahkan dengan penuh percaya diri. Sementara ulama berkata bahwa itu terjadi setelah berlalu empat puluh hari dari kelahiran Isa a.s.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah menyajikan hasil penelitian dan analisis terkait berbagai bentuk *Self Control* (pengendalian diri) dalam kisah Maryam yang terdapat dalam QS. Maryam ayat 18-27, dapat disimpulkan beberapa poin utama dari penelitian ini sebagai berikut.

1. Penafsiran ayat pengendalian diri (*self-control*) pada kisah Maryam Binti Imran perspektif mufassir: Kitab Tafsir: Fi Zhilalil Qur`an karya Sayyid Qutuhb, Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili dan Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab, dijelaskan bahwa Maryam merupakan sosok wanita yang suci dan sangat taat kepada Allah SWT, sehingga ketika Maryam mendapat ujian dari Allah SWT, ia menerimanya dengan sabar dan lapang dada. Maka dengan kesabarannya dalam menerima perintah Allah, Allah berikan padanya pertolongan yang besar.
2. Analisis *self control* (kontrol diri) dalam kisah Maryam pada QS. Maryam/19: 18-27 ditemukan bentuk-bentuk *self control* (kontrol diri), di antaranya:
 - a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*) terdapat 2 konsep, pertama Menyendiri, Ketika Maryam mengandung dan memutuskan untuk berpindah dari Baitul Maqdis ke Bethlehem, demi mencari ketenangan dan menjauh dari cemoohan orang-orang akibat kehamilannya. Maryam merasa tertekan akibat kehamilannya yang terjadi tanpa keberadaan suami, serta diliputi kecemasan menjelang proses kelahiran anak tersebut. Kedua, Pengendalian emosi, Pada QS. Maryam ayat 23, diceritakan momen-momen mendebarkan saat Maryam melahirkan. Kemudian diberi perintah langsung untuk melakukan tindakan fisik, yaitu menggoyang pohon kurma. Di tengah kecemasan dan kegelisahan yang memuncak, ia merasakan kesedihan yang mendalam dan keinginan untuk menyerah. Namun, Allah mengutus malaikat Jibril untuk menghiburnya, menyampaikan pesan agar ia tidak bersedih.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Kontrol Kognitif (*Cgnitif Control*) terdapat 2 konsep pengendalian diri, pertama, zikir respon maryam dalam ayat 18 Surah Maryam, kemampuan mengontrol perilaku ketika Maryam mengucapkan "*A'udzu bir Rahmani minka in kunta taqiyah*," dia sebenarnya sedang berusaha mengalihkan rasa takutnya terhadap sosok Jibril yang tiba-tiba mendekatinya. Dengan dzikir tersebut, Maryam berharap mendapatkan perlindungan dari Allah SWT. Tindakan ini dilakukannya untuk mengusir rasa takut sekaligus mencari ketenangan dalam hatinya. Kedua Menyendiri.
3. Kontrol Dalam Mengambil Keputusan (*Decession Making*) terdapat 2 konsep pertama, Ikhlas dalam Menerima takdir, disini terlihat sikap Maryam, yang tidak menunjukkan ketidakpuasan atau keraguan terhadap berita yang disampaikan oleh malaikat Jibril, serta sikap penerimaannya terhadap takdir yang telah ditentukan oleh Allah SWT, tercermin kualitas keimanannya. Sebagai seorang wanita yang taat kepada Tuhannya, Maryam menghayati kehamilannya sebagai manifestasi kesetiaannya kepada Allah. Kedua, Sabar, Maryam menunjukkan kesabaran yang luar biasa dalam menghadapi hinaan dan celaan dari kaumnya karena ia membawa seorang anak laki-laki tanpa kehadiran seorang suami.

B. Saran

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat terhadap umat Islam dan keseluruhan bahwa bisa menyeimbangi antara dunia dan akhirat. Sehingga tidak teralau menyia-nyiakan kehidupan dunia bahkan akhirat.

Diharapkan dengan selesainya penulisan skripsi unsur-unsur pengendalian diri pada kisah Maryam binti Imran dalam Al-Quran bisa menjadi bahan evaluasi untuk tindak lanjut penelitian kedepannya. Penulis mengungkap pengendalian diri dari Maryam. Agar penelitian ini berkembang dan tidak berhenti pada penelitian ini, maka dapat diungkap pengendalian diri dari segi yang lain seperti dari Bahasa kata Rihob رُطْبًا dari kisah Maryam binti Imran ini dalam al-Qur'an atau kisah lain dalam al-Qur'an yang terkait pengendalian diri, sehingga dapat semakin luas pembahasan dan lebih mendetail lagi.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Ayyun, Qurrotin. "Self-Control Pada Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus (GPK) (Studi Kasus Di SD Plus Rahmat Kota Kediri)." IAIN Kediri, 2018.
- Abdul, Adrian, and Aziz Luthfi. "Menyingkap Tabir Pengendalian Diri (Self-Control) Pada Kisah Qabil Dan Habil Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2024.
- Abdul Baqi', Muhammad Fuad bin. *Mu'jam Al-Mufahras Li Al-Fadzih Al-Qur'an Al-Karim*. kaheerah: Mathba'ah Darul Kitab al-Mishriyah, 1346.
- Accella, James F. Calhoun & Joan Roes. *Psikologi Tentang Penyesuaian Dan Hubungan Kemanusiaan*. Edited by Edisi ke-3 Terj. R. S. Satmoko. Semarang: IKIP, 1995.
- Ahahari. *Ulumul Qur'an (Ilmu-Ilmu Al-Qur'an)*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2018.
- Al-Farmawi, Abdul al-Hayy. *Al-Bidayah Fi Al-Tafsir Al-Maudhu'i*. Kairo: al-Arabiyah, 1977.
- Al-Ghazali, Imam. "Kimiya' Al-Sa'adah: Kimia Ruhani Untuk Kebahagiaan" (n.d.).
- Al-Qaththan, Syaikh Manna. *Pengantar Studi Ilmu AlQur'an.Pdf*. Terj. Aunu. Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2006.
- Al-Qattan, Manna Khalil. *Studi Ilmu-Ilmu Qur'an*. Jakarta: Litera Antar Nusa, 2011.
- Al-Tabari, Abu Ja'far Muhammad bin Jarir. *Tafsir Al-Tabari*. Jilid 5, C. Jakarta: Pustaka Azzam, 2008.
- Alfiani, Romayana, and Friska Realita. "Literature Review: Kecemasan Ibu Hamil TM III Dalam Menghadapi Persalinan." *Jurnal Sosial Sains* 1, no. 11 (2021): 1481–1486.
- Alfin, Bunyanul. "Metode Kisah Dalam Al-Qur'an Dan Sunnah Dan Urgensinya Dalam Pendidikan Karakter." *Jurnal. Tadarus Tarbawiy* (2019).
- Amstilasi, Riska. "Pengaruh Self Control Dan Pemahaman Agama Terhadap Aklak Siswa MTs Anhsor Al-Sunnah Air Tiris Kecamatan Kampar." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2023.
- Aufa Alfaiz, Muhammad, Dian Siti Nujanah, and Husnul Qodim. "Arti Penting Pengendalian Diri Dalam Islam: Studi Kritik Hadis." *Gunung Djati Conference Series* 8, no. 10284 (2022): 904–913.
- Asun, Kurota. "Kisah Maryam Dalam Tafsir Al-Munir Karya Wabah Az-Zuhaili." Universitas Islam Negeri Salatiga, 2023.
- Az-Za'balawi, Muhammad Sayyid Muhammad. *Pendidikan Remaja Antara Islam*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dan Ilmu Jiwa. Jakarta: Gema Insani Press, 2007.

Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir: Akidah, Syariah, Dan Mnhaj Jilid 2*. Edited by Abdul Hayyie dkk Al-Kattani. Jakarta: Gema Insani, 2013.

———. *Tafsir Al-Munir*. Jilid 2. Jakarta: Gema Insani, 2013.

Barraen, Raehanul. “Tafsir Ayat Proses Persalinan Maryam Binti Imran.” Last modified 2021. Accessed July 5, 2024. <https://muslim.or.id/51821-tafsir-ayat-proses-persalinan-maryam-binti-imran.html>.

Chaplin, J. P. *Kamus Lengkap Psikologi, Terj. Kartini Kartono*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006.

Coiriyah, Maratul. “Pengembangan Pengendalian Diri (Self Control) Santri Melalui Kegiatan Pengajian Tafsir Jalalain Di Pondok Pesantren Terpadu Al Kamal Kunir Wonodadi Blitar.” Institut Agama Islam Negeri Tulungagung, 2020.

El-Hady, E. Haikcal Firdan. “Perempuan Berkepribadian Tangguh Dan Durhaka Dalam Al- Quran ‘Kajian Tafsir Tematik.’” *al munir: Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir* 4 (2002).

F., Acocella. J. R. & Calhoun. J. *Psychology of Adjustment Human Relationship (3th Ed)*. New York: McGraw-Hill, 1990.

Harianto. “Teologi ‘Puasa’ Dalam Perspektif Kesehatan, Psikologis Dan Spiritual Untuk Meningkatkan Kualitas Manusia Hidup.” *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, dan Pendidikan* 5, no. 2 (2021): 155–170.

Hasanah, Uswatun. “Kisah Maryam Sebagai Tauladan Wanita Muslimah (Analisis Kisah Maryam Dalam Al-Qur’an).” Institut Ilmu al-Qur’an Jakarta, 2012.

Ira Puspita, Jati. “Kisah-Kisah Dalam Al-Quran Dalam Perspektif Pendidikan.” *JURNAL DIDAKTIKA ISLAMIKA* Vol.8, no. 2 (2016).

Izzan, Ahmad. *Ulumul Qur’an*. Bandung: Humaniora, 2005.

J. F., Averill. *Personal Control Over Averssive Stimuli and It’s Relationship to Stress*. No. 80. Psychological Buletin, 1973.

Jati Arni. *Metode Penelitian Tafsir*. Pekanbaru: Pustaka Riau, 2013.

Kasir, Ibnu. *Qasas Al-Anbiya*. Jakata: Qisthi Press, 2015.

———. *Tafsir Ibnu Katsir*. Jilid 2, C. Bogor: Pustaka Imam asy-Syafi’i, 2003.

KBBI. “Arti Kata Kamus Besar Bahasa Indonesia.” *Typoonline*, 2023. Accessed September 11, 2024. <https://kbbi.web.id/perspektif.html>.

Khaeruman, Badri. *Moralitas Islam*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004.

Khaled, Amr. *Buku Pintar Akhlak : Memandu Anda Berkepribadian Muslim Dengan Lebih Asyik, Lebih Otentik*. Jakarta: Zaman, 2010.


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

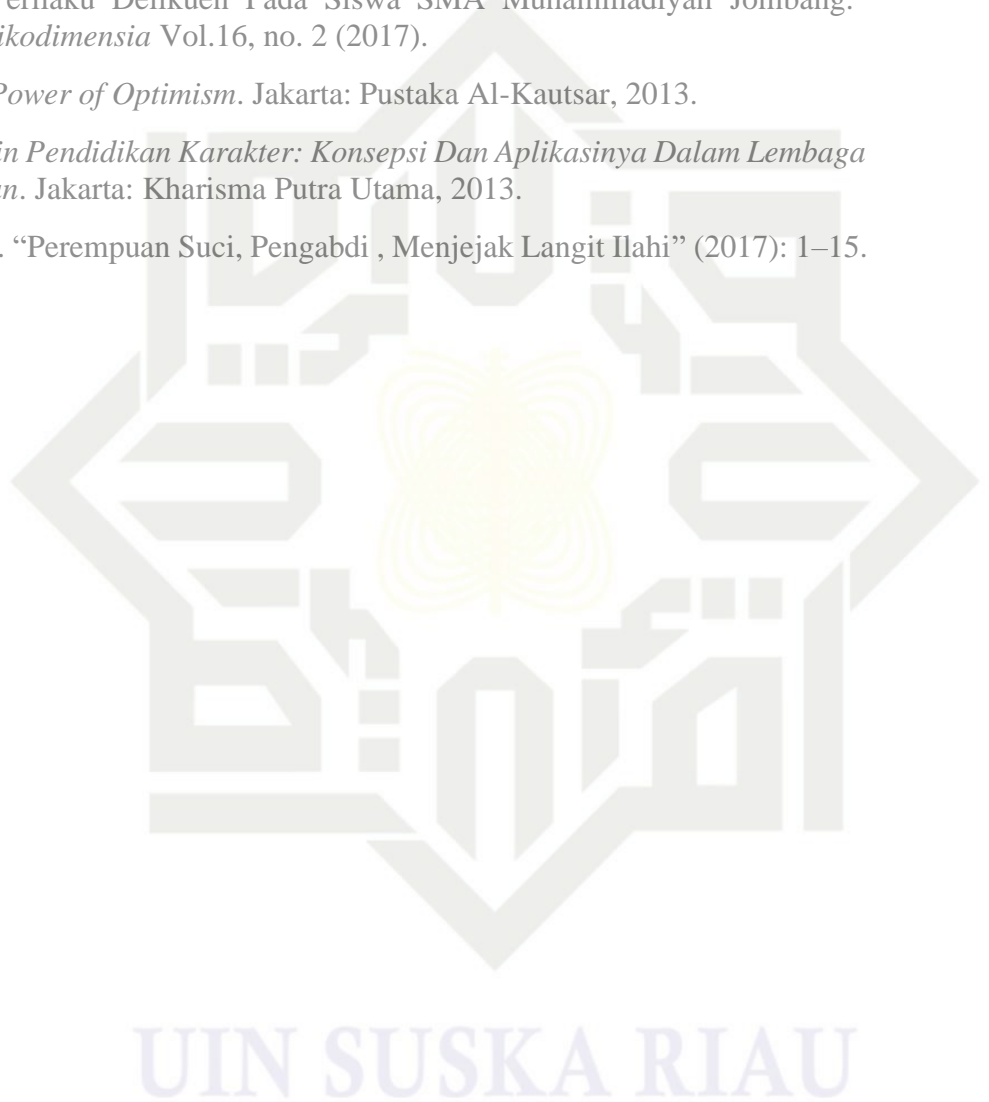
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Marsela, Ramadona Dwi . Supriatna, Mamat. “Kontrol Diri: Defenisi Dan Faktor.” *Jurnal of Innovative Counseling : Theory, Practice dan Research* 3, no. 2 (2019): 66.
- Masrom, Mizan Adiliah binti. “Sosok Maryam Dalam Al-Quran (Studi Komparatif Antara Tafsir Ibnu Katsir Dan Tafsir Al-Misbah).” *Al-Tibyan Journal Of Quran and hadis Studies* 2, no (2019): 1–18.
- Muhadjir, Noeng. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Rake Sarasin, 1993.
- Mustaqim, Abdul. “Kisah Al-Qur’an: Hakekat, Makna, Dan Nilai-Nilai Pendidikannya.” *Jurnal Ulumuna* Vol. XV, no. 2 (2011).
- Narwoko, J. Dwi. *Sosiologi Teks Pengantar Dan Terapan*. Jakarta: Prenada Group, 2007.
- Quthb, Sayyid. *Tafsir Fi Zhilalil Qur’an*. Jakarta: Gema Insani Press, 2003.
- Rusdianto, ed. *Terjemah Minhajul ‘Abidin Karya Imam Al-Ghazali*. Yogyakarta: DIVA Press, 2016.
- S, M.Ghufron dan Rini Risnawita. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014.
- Sahlan, Abu. *Pelangi Kesabaran*. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2010.
- Salka, R F. “Pengendalian Emosi Dalam Al-Qur’an (Analisis Kisah Maryam Binti ‘Imrān).” *Repository.Uinjkt.Ac.Id*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/66610%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/66610/1/11180340000022_Ririn Febrianty Salka.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/66610%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/66610/1/11180340000022_Ririn%20Febrianty%20Salka.pdf).
- Setiawan, M. Andi. *Belajar Dan Pembelajaran*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2017.
- Shahab, M. Quraish. *Kaidah Tafsir*. Tangerang: Lentera Hati, 2013.
- Shahab, M.Quraish. *Secercah Cahaya Ilahi*. Bandung: Mizan, 2007.
- . *Tafsir Al-Misbah: Pesan Kesan Dan Keserasian Al-Qur’an*. Jilid 2, C. Tangerang: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir Al-Misbah*. Jilid 2. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Siti, Mochamad Gaffur. “Karakteristik Perempuan Dalam Al-Qur’an (Studi Terhadap Kisah Maryam Dalam Al-Qur’an).” Institut Agama Islam Negeri Palopo, 2022.
- Sivianida. “Pendidikan Sabar Menurut Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah Dalam Buku Uddah Al-Shabirin Wa Dzakhirah Al-Syakirin.” *Ayan*. UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 2024.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Sabandi. "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi." *Jurnal Psikologi* 38, no. 2 (2011): 215–227.
- Sufi, S.M. *Kisah-Kisah Dalam Al-Qur'an*. Bandung: PT. AlBayan, 1994.
- Toyibi, M. Ngemron. *Psikologi Islam*. Cet,3. Surakarta: Muhammadiyah University Press, 2001.
- Tisari, Haryanti Tri Darmi. "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Delikuen Pada Siswa SMA Muhammadiyah Jombang." *Jurnal Psikodimensia* Vol.16, no. 2 (2017).
- Waskito. *The Power of Optimism*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2013.
- Zaedi. *Desain Pendidikan Karakter: Konsepsi Dan Aplikasinya Dalam Lembaga Pendidikan*. Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2013.
- Zhndy, Halimi. "Perempuan Suci, Pengabdian, Menjejak Langit Ilahi" (2017): 1–15.





BIODATA PENULIS



Nama : Meliza Ayu Sapitri
 Tempat/ Tanggal Lahir : Bangkinang, 21 Desember 2002
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Alamat Rumah : Jl. Yos Sudarso RT 001 RW 011
 Kec. Minas, Kel. Minas Jaya
 No. Telp/HP : 0895618650311
 Nama Orang Tua : Rinaldi (Ayah)
 : Elva Hasnida (Ibu)

RIWAYAT PENDIDIKAN:

: Negeri 03 Minas Barat : Lulus Tahun 2015
 : IT AL-FATAH Minas : Lulus Tahun 2018
 : MAN 1 Pekanbaru : Lulus Tahun 2021
 : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN SUSKA Riau : Sekarang

PENGALAMAN ORGANISASI:

1. Anggota Divisi Humas Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir 2023
2. Anggota Divisi Seni dan Olahraga Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Ushuluddin 2024
3. Ketua Devisi Seni Budaya Ikatan Mahasiswa Minang UIN SUSKA RIAU 2024

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan mengakhiri dengan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.