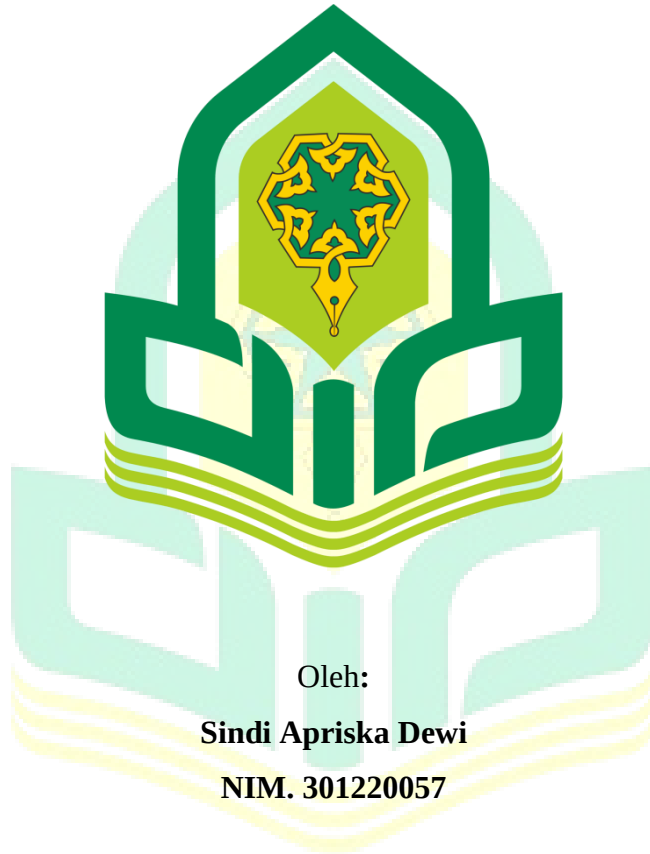


**KISAH MARYAM SEBAGAI BASIS MEMBANGUN KONTROL DIRI
REMAJA PEREMPUAN DALAM *TAFSĪR AL-MUNĪR***

SKRIPSI



Oleh:

Sindi Apriska Dewi

NIM. 301220057

Pembimbing:

Muhamad Nurdin, M.Ag

NIP. 19760413200501001

**JURUSAN ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI AGENG MUHAMMAD BESARI
PONOROGO**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Sindi Apriska Dewi

NIM : 301220057

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Judul : Kisah Maryam Sebagai Basis Membangun Kontrol Diri Remaja
Perempuan Dalam *Tafsir al-Munir*.

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Ponorogo, 25 Februari 2026



Umar Faruq Thohir, M.H.I., M.S.I
NIP. 198605252020121009

Menyetujui,
Pembimbing

Muhamad Nurdin, M.Ag
NIP.19760413200501001



**KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI AGENG MUHAMMAD BESARI
PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

PENGESAHAN

Nama : Sindi Apriska Dewi
NIM : 301220057
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Judul : Kisah Maryam Sebagai Basis Membangun Kontrol Diri Remaja Perempuan Dalam *Tafsir al-Munir*.

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Ageng Muhammad Besari, Ponorogo pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 11 Maret 2026

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (S.Ag) pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 23 April 2026

Tim penguji:

1. Ketua Sidang : Walida Asitasari M.Psi ()
2. Penguji I : Prof. Dr. Muh. Tasrif M.Ag ()
3. Penguji II : Muhamad Nurdin S.Ag, M.Ag ()

Ponorogo, 23 April 2026
Mengetahui
Dekan

Prof. Dr. Muh Tasrif, M.Ag
NIM. 197401081999031001

SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sindi Apriska Dewi
NIM : 301220057
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Judul : Kisah Maryam Sebagai Basis Membangun Kontrol Diri Remaja
Perempuan Dalam *Tafsir Al-Munir*

Menyatakan bahwa naskah / tesis telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan UIN Kiai Ageng Muhammad Besari Ponorogo yang dapat diakses di etheses.iainponorogo.ac.id. Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab dari penulis. Demikian surat pernyataan saya untuk dapat dipergunakan semestinya.

Ponorogo, 23 April 2026

Pembuat Pernyataan

METRA TEMPEL
75ED4ANX186938204
Sindi Apriska Dewi
301220057

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sindi Apriska Dewi

NIM : 301220057

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Judul : Kisah Maryam Sebagai Basis Membangun Kontrol Diri Remaja
Perempuan Dalam *Tafsīr al-Munīr*.

Dengan disertai kesadaran penuh menyatakan bahwa naskah skripsi tersebut merupakan benar-benar hasil penelitian saya sendiri. Di dalam redaksi skripsi tersebut merupakan benar-benar hasil penelitian saya sendiri bukan hasil dari kutipan tiruan atau plagiasi karya orang lain. Apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap norma keilmuan di dalam karya tulis ini, maka saya bersedia bertanggung jawab penuh atas pelanggaran tersebut kepada saya.

Ponorogo, 25 Februari 2026

Pembuat Pernyataan

Sindi Apriska Dewi
301220057

ABSTRAK

Dewi, Sindi Apriska, 2026. *Kisah Maryam Sebagai Basis Membangun Kontrol Diri Remaja Perempuan Dalam Tafsir al-Munir*. Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Universitas Islam Negeri (UIN) Kiai Ageng Muhammad Besari Ponorogo.
Pembimbing: Muhamad Nurdin, S.Ag

Kata Kunci: *Kisah Maryam, Tafsir al-Munir, Kontrol Diri, Remaja Perempuan*.

Remaja perempuan yang berada dalam masa labil merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai pengaruh eksternal yang dapat memengaruhi perilaku dan pembentukan kepribadiannya. Dalam perspektif Islam, nilai-nilai keteladanan yang terdapat dalam Al-Qur'an, khususnya kisah Maryam telah merepresentasikan kekuatan kontrol diri. Penafsiran kisah Maryam dalam *Tafsir al-Munir* karya Wahbah Az-Zuhaili memberikan gambaran tentang kesabaran ketahanan spiritual dan pengendalian diri yang relevan dengan kondisi remaja perempuan.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penafsiran kisah Maryam dalam *Tafsir al-Munir* karya Wahbah Az-Zuhaili serta mengungkap relevansi nilai-nilai yang terkandung di dalamnya sebagai dasar dalam membangun kontrol diri remaja perempuan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Sumber data primer adalah *Tafsir al-Munir* karya Wahbah Az-Zuhaili, khususnya pada penafsiran kisah Maryam, sedangkan sumber data sekunder berupa buku dan jurnal kontrol diri dan remaja perempuan. Data dikumpulkan melalui studi dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menemukan nilai-nilai kontrol diri dalam kisah Maryam dan menghubungkannya dengan kondisi remaja perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa riwayat hidup Maryam dalam menjaga kesucian dirinya sangat kuat, terutama melalui pendidikan spiritual, moral, lingkungan yang religius, serta perjuangan diri yang konsisten. Dalam konteks remaja perempuan, nilai-nilai tersebut tetap relevan dan dapat direkonstruksi sebagai model pendidikan alternatif dalam membangun kontrol diri. Dengan penguatan spiritual, lingkungan yang baik, serta internalisasi nilai *'iffah*, remaja perempuan dapat membangun kontrol diri yang kokoh.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Sistem transliterasi Arab-Indonesia yang dijadikan pedoman dalam penulisan skripsi ini adalah sistem *Institute of Islamic Studies, McGill University*, yaitu sebagai berikut:

ء	=	`	ز	=	z	ق	=	q
ب	=	b	س	=	s	ك	=	k
ت	=	th	ش	=	sh	ل	=	l
ث	=	th	ص	=	ṣ	م	=	m
ج	=	j	ض	=	ḍ	ن	=	n
ح	=	H	ط	=	ṭ	و	=	w
خ	=	kh	ظ	=	ẓ	ه	=	h

د	=	d	ع	=	‘	ي	=	y
ذ	=	dh	غ	=	gh			
ر	=	r	ف	=	f			

Ta’ marbūṭa tidak ditampilkan kecuali dalam susunan *iḍāfa*, huruf tersebut ditulis t. Misalnya:

فطانة = *fatāna*; فطانة النبي = *faṭānat al-nabī*

Diftong dan Konsonan Rangkap

او	=	aw
أي	=	ay

او	=	ū
أي	=	i

Konsonan rangkap ditulis rangkap, kecuali huruf *waw* yang didahului *damma* dan huruf *yā'* didahului *kasrah* seperti tersebut dalam tabel.

Bacaan Panjang

ا	=	ā
---	---	---

أي	=	i
----	---	---

او	=	ū
----	---	---

Bacaan Sandang

ال	=	al-
----	---	-----

الش	=	al-sh
-----	---	-------

وال	=	wa'-l
-----	---	-------

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat krusial dalam kehidupan individu, khususnya bagi remaja perempuan yang mengalami perubahan kompleks baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Pada tahap ini, remaja perempuan tidak hanya menghadapi perubahan biologis seperti pubertas, tetapi juga mengalami dinamika psikologis yang cukup signifikan, seperti pencarian identitas diri, kebutuhan akan pengakuan sosial, serta meningkatnya sensitivitas emosional.¹ Kondisi ini menjadikan remaja perempuan sebagai kelompok yang rentan terhadap berbagai pengaruh eksternal yang dapat memengaruhi perilaku dan pembentukan kepribadiannya.²

Perkembangan teknologi informasi dan media sosial di era globalisasi turut memberikan pengaruh besar terhadap perilaku remaja perempuan. Kemudahan akses terhadap berbagai konten digital, baik yang bersifat edukatif maupun destruktif, seringkali tidak diimbangi dengan kemampuan penyaringan informasi yang baik.³ Akibatnya, muncul berbagai fenomena seperti pergaulan bebas, krisis identitas, hingga menurunnya nilai-nilai moral

¹ Heru Purnomo dkk., *Psikologi Remaja dan Permasalahannya* (Cilacap: PT Media Pustaka Indo, 2024), 2.

² Riryn Fatmawaty, "Memahami Psikologi Remaja," *JURNAL REFORMA* 2, no. 1 (2017): 55–61.

³ Shorea Helminasari dkk., "Peningkatan Kesadaran Publik Terhadap Fenomena Sosial Sexting Sebagai Kasus Kekerasan dan Pelecehan Seksual Anak Berbasis Gender Online di Kota Samarinda," *Jurnal Masyarakat Berdaya dan Inovasi* 4, no. 1 (2023): 29.

dan religius di kalangan remaja perempuan. Kondisi ini menunjukkan adanya permasalahan serius terkait lemahnya kontrol diri dalam menghadapi arus modernisasi.⁴

Kontrol diri (*self-control*) merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan, emosi, serta perilaku agar sesuai dengan norma dan nilai yang berlaku. Dalam konteks remaja perempuan, kontrol diri memiliki peran penting dalam menjaga kehormatan, membentuk kepribadian, serta menentukan arah kehidupan di masa depan. Namun dalam realitasnya, banyak remaja perempuan yang belum memiliki kontrol diri yang optimal, yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti kurangnya pendidikan karakter, lemahnya pembinaan spiritual, serta minimnya keteladanan dalam lingkungan sosial.⁵ Hal ini tentunya dapat dimanfaatkan oleh para pelaku kekerasan seksual dan juga dapat berpengaruh terhadap kehidupan sosialnya hingga ia dewasa.⁶

Dalam menghadapi fenomena tersebut, diperlukan suatu pendekatan yang tidak hanya berorientasi pada aspek psikologis, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai spiritual sebagai landasan pembentukan karakter. Salah satu sumber nilai yang dapat dijadikan rujukan adalah kisah-kisah

⁴ Nurul Desy Saputri, “Pengaruh Teknologi Dan Media Sosial Terhadap Perubahan Perilaku Remaja,” *Jurnal Pendidikan Berkarakter* 2, no. 1 (2024): 51.

⁵ Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan dalam Berbagai Perspektif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), 31–32.

⁶ Aulia Rochmani Lazuardi, “Fenomena Child Grooming sebagai Bentuk Eksploitasi: Memahami Kerentanan Remaja Perempuan,” *MA RI Pengadilan Agama Batulicin*, 2025.

dalam Al-Qur'an.⁷ Maka penulis tertarik untuk meneliti kisah-kisah tokoh dalam Al-Qur'an yang dapat dijadikan solusi terhadap remaja perempuan untuk dijadikan landasan membangun kontrol diri.

Dalam meneliti kisah-kisah tokoh dalam Al-Qur'an penulis tertarik untuk menggunakan kitab *Tafsīr al-Munīr* karya Wahbah Az-Zuhaili. *Tafsīr al-Munīr* merupakan tafsir kontemporer yang spesifik menjelaskan ayat secara rinci dan komprehensif. Di awal setiap surah Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan interpretasi globalnya dan disebutkan keutamaan surat yang disarikan dari khabar-khabar shahih dengan menghindari khabar palsu atau lemah. Kemudian beliau juga menjelaskan munasabah ayat, menguraikan kisah dan peristiwa sejarah masa lampau serta berbagai kejadian di dalam sirah nabawiyah. Selain itu dalam penafsirannya beliau juga memberikan hukum-hukum syar'i, pelajaran dan nasihat serta prinsip-prinsip kehidupan islami secara umum.⁸ Maka dengan adanya hikmah atau pelajaran dalam akhir penafsirannya dirasa kitab *Tafsīr al-Munīr* ini dapat memaparkan solusi untuk keadaan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya keadaan *fatherless* yang dialami oleh remaja perempuan.

Adapun salah satu kisah yang dalam Al-Qur'an menceritakan tentang perempuan adalah kisah Maryam dari keluarga Imran. Maryam sebelum dilahirkan sudah menjadi anak yatim karena Imran meninggal saat Ummi Hannah, istri Imran masih mengandung. Selain itu, sejak kecil Maryam sudah

⁷ Muhamad Fathullah, "Implementasi dan Implikasi Pendidikan Karakter Berbasis School Religious Culture di Sekolah Menengah atas Negeri 1 Bangsal Mojokerto," *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 3, no. 4 (2025): 341.

⁸ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1* (Beirut: Dar Al-Fikr, 1991).

diserahkan untuk Baitul Maqdis sesuai dengan apa yang dinazarkan Ummi Hannah sewaktu mengandung. Hingga semasa ia mengabdikan di Baitul Maqdis, hidupnya hanya untuk beribadah sehingga Allah memberikan kekhususan dengan menganugerahinya berbagai keistimewaan dan keutamaan untuk Maryam.⁹

Islam memandang Maryam sebagai perempuan terpilih yang mulia, dihormati, dan disucikan oleh Allah. Selain itu ia juga menjalani kehidupannya yang jauh dari orangtua dengan keteguhan, kesabaran, dan ketabahan.¹⁰ Maka Maryam merupakan figur perempuan yang pantas untuk dijadikan suri tauladan dalam kehidupan bagi perempuan muslimah. Dengan demikian penulis merasa kisah Maryam dalam penafsiran *Tafsir al-Munir* karya Wahbah Az-Zuhaili cocok dijadikan solusi bagi remaja perempuan untuk membangun kontrol diri. Namun untuk membatasi pembahasan supaya tidak meluas kepada pengasuhan Isa, penulis hanya mengambil kisah Maryam yang diceritakan dalam QS. Āli ‘Imrān ayat 35–37, QS. Āli ‘Imrān ayat 42–43, QS. Maryam ayat 16–26 dan QS. at-Taḥrīm ayat 12.

Penelitian mengenai kontrol diri remaja perempuan dan juga penelitian tentang kisah Maryam sebagai teladan telah banyak dibahas oleh akademisi sebagai mana berikut ini. Pertama, penelitian tentang praktek kontrol diri dalam kisah Maryam bahwa Maryam telah mencerminkan kontrol

⁹ Shafiyyurrahman Al-Mubarakfuri, *Shahih Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3*, terj. Abu Ihsan Al-Atsari (Bogor: Pustaka Ibnu Katsir, 2009), 153.

¹⁰ Siti Masykuroh dkk., “Kepahitan Hidup Maryam dalam Kisah Al-Qur’an,” *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur’an dan al-Hadits* 17, no. 1 (2023): 147.

perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.¹¹ Kemudian penelitian selanjutnya mengenai suri tauladan dalam kisah Maryam bagi generasi muda muslim di era kontemporer menyatakan bahwa kisah Maryam memiliki hikmah yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.¹² Penelitian selanjutnya mengenai pendidikan perempuan dalam Al-Qur'an khususnya dalam kisah Maryam yaitu mencakup kemuliaan perempuan dan menjaga kehormatan.¹³

Adapun penelitian mengenai kontrol diri dan perannya terhadap perilaku remaja disebutkan bahwa dengan adanya kontrol diri yang baik remaja tidak mudah terpengaruh buruk saat dalam kondisi kesepian maupun saat mengalami kekerasan siber.¹⁴ Selanjutnya studi kasus mengenai kontrol diri pada remaja yang melakukan perilaku seks pranikah menyebutkan bahwa remaja yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi lebih mampu mengendalikan dirinya dengan baik.¹⁵

Kajian pustaka menunjukkan adanya keterkaitan antara kontrol diri dan remaja perempuan sebagaimana dibahas pada artikel keempat dan kelima. Kedua artikel tersebut menjelaskan bahwa kontrol diri yang baik tidak akan menjerumuskan remaja perempuan kepada perilaku negatif.

¹¹ Meliza Ayu Sapitri Sapitri, "Praktek Self Control pada Kisah Maryam Binti Imran dalam Al-Qur'an (Studi Pendekatan Psikologi)" (Skripsi: UIN Sultan Syarif, Riau, 2025).

¹² Tazkia Anugraheni Perdana, "Kontekstualisasi Kisah Maryam Di Dalam Al-Qur'an Sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer," *Taqaddumi: Journal of Quran and Hadith Studies* 1, no. 1 (2021): 64.

¹³ Debibik Nabilatul Fauziah dan Yayat Herdiana, "Pendidikan Wanita Dalam Al-Qur'an Perspektif Ahli Tafsir Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Agama Islam," *HAWARI: Jurnal Pendidikan Agama dan Keagamaan Islam* 2, no. 2 (2022).

¹⁴ Wiwin Charolina Putri Basel dkk., "Kontrol Diri sebagai Moderator Hubungan Kesepian dan Kekerasan Siber Remaja Perempuan," *Psyche 165 Journal* 17, no. 4 (2024).

¹⁵ Rafli Fathur Rahman dan Afdal, "Analisis Kontrol Diri pada Remaja yang Melakukan Perilaku Seks Pranikah," *Current Issues in Counseling* 4, no. 1 (2024).

Kemudian artikel pertama, kedua dan ketiga menunjukkan bahwa kisah Maryam dapat menjadi teladan dan solusi dalam kehidupan sehari-hari. Maka berdasarkan kajian pustaka di atas penulis tertarik untuk menyatukan tiga pembahasan yaitu kontrol diri, remaja perempuan, dan kisah tokoh dalam Al-Qur'an yang dibahas secara terpisah. Sehingga penulis akan menggali lebih dalam mengenai kisah Maryam secara deskriptif-analitik dengan mengutip kitab *Tafsīr al-Munīr* supaya bisa dijadikan landasan dalam membangun kontrol diri remaja perempuan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan solusi dari kisah Maryam untuk remaja perempuan supaya dapat membangun kontrol diri yang baik. Memahami betapa pentingnya remaja perempuan untuk mengontrol dirinya dalam keadaan apapun. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk mencegah remaja perempuan terjerumus kepada hal-hal yang tidak diinginkan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, ada permasalahan mendasar yang perlu ditelisik dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana penafsiran kisah Maryam dalam *Tafsīr al-Munīr* karya Wahbah Az-Zuhaili?
2. Bagaimana relevansi kisah Maryam terhadap upaya membangun kontrol diri remaja perempuan?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis penafsiran kisah Maryam dalam *Tafsīr al-Munīr* karya Wahbah Az-Zuhaili, dengan menelaah makna dan nilai-nilai spiritual yang terkandung di dalamnya.
2. Mengungkap nilai-nilai keteladanan dalam penafsiran kisah Maryam sebagaimana dijelaskan dalam *Tafsīr al-Munīr* sebagai landasan dalam membangun kontrol diri remaja perempuan yang mengalami kondisi.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yang bersifat teoritis maupun praktis dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Adapun kegunaan penelitian ini secara lebih rinci adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan khazanah keilmuan dalam bidang tafsir dan studi Islam. Khususnya mengenai topik yang berkaitan dengan nilai-nilai pendidikan karakter dan kontrol diri dalam kisah-kisah Al-Qur'an. Selain itu, penelitian ini dapat memperkaya kajian tafsir tematik (*maudhū'ī*) dengan menghadirkan analisis terhadap kisah Maryam dalam *Tafsīr al-Munīr* karya Wahbah Az-Zuhaili sebagai sumber inspirasi pembentukan kepribadian remaja perempuan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi dan sumber inspirasi bagi remaja perempuan agar mampu meneladani nilai-nilai dalam kisah Maryam. Sehingga remaja perempuan dapat membangun kontrol diri yang kuat dalam menghadapi kehidupan supaya tidak terjerumus kepada hal-hal yang negatif. Kemudian bagi pendidikan ataupun orang tua, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan dalam membimbing remaja, melalui pendekatan nilai-nilai Qur'ani yang relevan dengan pembentukan karakter dan pengendalian diri. Adapun bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian lanjutan yang mengkaji aspek-aspek psikologis, pendidikan karakter, maupun kajian tafsir yang berfokus pada tokoh-tokoh perempuan dalam Al-Qur'an.

E. Telaah Pustaka

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti telah mengumpulkan beberapa kajian relevan seperti buku, skripsi, artikel, jurnal, tesis, dan karya-karya ilmiah lainnya yang dapat dijadikan bahan kajian teori dalam suatu penelitian. Sejauh pengamatan penulis ada beberapa penelitian yang membahas mengenai remaja perempuan, kontrol diri dan kontekstualisasi kisah Maryam dalam Al-Qur'an, diantaranya sebagai berikut:

Pertama, skripsi berjudul “Praktek *Self Control* pada Kisah Maryam Binti Imran dalam Al-Qur'an (Studi Pendekatan Psikologi)” karya Meliza Ayu Sapitri. Hasil pada penelitian ini 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. Adapun bentuk-bentuk *self control* yang ditunjukkan meliputi: kontrol perilaku (*behavior contro*) yang terdiri dari menyendiri dan pengendalian emosi, kontrol kognitif (*cognitive control*) yang terdiri dari dzikir dan menyendiri, dan kontrol keputusan (*decession making*) yang terdiri dari ikhlas dalam menerima takdir dan sabar.¹⁶

Kedua, jurnal berjudul “Kontekstualisasi Kisah Maryam di dalam Al-Qur’an sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer” karya Tazkia Anugraheni Perdana. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa kisah Maryam memiliki hikmah yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu kepribadian mulia Maryam juga bisa menjadi teladan bagi kehidupan perempuan.¹⁷

Ketiga, jurnal berjudul “Pendidikan Wanita Dalam Al-Qur’an Perspektif Ahli Tafsir Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Agama Islam” karya Debibik Nabilatul Fauziah dan Yayat Herdiana. Penelitian ini meneliti hubungan pendidikan perempuan dalam kisah Maryam dengan Pendidikan Agama Islam. Hubungan tersebut mencakup kemuliaan wanita shalihah, istiqomah dalam menjaga kehormatan, berbakti kepada orang tua, dan mutlaknya kekuasaan Allah masih sangat relevan dengan pendidikan agama Islam pada saat ini. Khususnya berkaitan dengan akhlak yang meliputi akhlak

¹⁶ Sapitri, “Praktek Self Control pada Kisah Maryam Binti Imran dalam Al-Qur’an (Studi Pendekatan Psikologi).”

¹⁷ Perdana, “Kontekstualisasi Kisah Maryam Di Dalam Al-Qur’an Sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer.”

kepada Allah, akhlak terhadap diri sendiri, akhlak terhadap orang tua, keluarga, serta masyarakat. Disaat generasi muda saat ini mengalami kemerosotan akhlak akibat kecanggihan teknologi yang tidak dibarengi dengan bekal iman dan taqwa, maka penanaman akhlak yang bersumber dari kisah-kisah dalam Al-Qur'an yang diambil dari kisah nyata (*based on true story*) akan menarik minat mereka untuk menerima nasehat dan hikmah dari kisah tersebut tanpa merasa digurui.¹⁸

Keempat, jurnal berjudul “Kontrol Diri sebagai Moderator Hubungan Kesepian dan Kekerasan Siber Remaja Perempuan” karya Wiwin Charolina Putri Basel, Fransisca Iriani Roesmala Dewi dan Riana Sahrani. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri, kesepian dan kekerasan siber. Kontrol diri berperan dalam penentuan perilaku remaja karena dengan adanya kontrol diri yang baik remaja tidak mudah terpengaruh buruk saat dalam kondisi kesepian maupun saat mengalami kekerasan siber.¹⁹

Kelima, jurnal berjudul “Analisis Kontrol Diri pada Remaja yang Melakukan Perilaku Seks Pranikah” karya Rafli Fathur Rahman dan Afdal. Penelitian ini berupa observasi terhadap mahasiswa mengenai kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa ataupun remaja memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi yang

¹⁸ Fauziah dan Herdiana, “Pendidikan Wanita Dalam Al-Qur'an Perspektif Ahli Tafsir Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Agama Islam.”

¹⁹ Basel dkk., “Kontrol Diri sebagai Moderator Hubungan Kesepian dan Kekerasan Siber Remaja Perempuan.”

mana artinya remaja ataupun mahasiswa mampu mengendalikan dirinya dengan baik sehingga tidak terjerumus kepada perilaku seks pranikah.²⁰

Kajian pustaka menunjukkan adanya keterkaitan antara kontrol diri dan remaja perempuan sebagaimana dibahas pada artikel keempat dan kelima. Kedua artikel tersebut menjelaskan bahwa dengan kontrol diri yang baik maka tidak akan menjerumuskan remaja kepada perilaku yang negatif. Kemudian artikel pertama, kedua dan ketiga menunjukkan bahwa kisah tokoh dalam Al-Qur'an khususnya Maryam dapat menjadi teladan dan solusi dalam kehidupan sehari-hari termasuk dalam membangun kontrol diri. Maka berdasarkan kajian pustaka di atas penulis tertarik untuk menyatukan tiga pembahasan yaitu kontrol diri, remaja perempuan, dan kisah tokoh dalam Al-Qur'an yang dibahas secara terpisah. Sehingga penulis akan menggali lebih dalam mengenai kisah Maryam secara deskriptif-analitik dengan mengutip kitab *Tafsir al-Munir* supaya bisa dijadikan solusi dalam membangun kontrol diri remaja perempuan.

F. Metode Penelitian

Adapun metode penelitian yang digunakan adalah:

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian kepustakaan dilakukan dengan menelaah berbagai sumber tertulis yang relevan.

²⁰ Rizqi Wahono Wahyuning Puspita, "Loneliness Pada Perempuan Yang Kehilangan Sosok Ayah: Studi Kasus Di Kota Probolinggo" (UIN Maulana Malik Ibrahim, 2024).

Adapun pendekatan yang digunakan adalah pendekatan tafsir tematik (*maudhū'ī*) dengan kajian tokoh. Pendekatan tafsir tematik digunakan untuk menghimpun dan menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas kisah Maryam, kemudian dikaji berdasarkan penafsiran Wahbah Az-Zuhaili dalam *Tafsīr al-Munīr*.

2. Data dan Sumber Data

a. Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas kisah Maryam, yaitu QS. Āli 'Imrān ayat 35–37, QS. Āli 'Imrān ayat 42–43, QS. Maryam ayat 16–26, dan at-Taḥrīm ayat 12.

b. Sumber Data

Sumber data primer penelitian ini adalah kitab *Tafsīr al-Munīr* karya Wahbah Az-Zuhaili untuk melihat penafsiran kisah Maryam. Sedangkan sumber data sekunder dalam penelitian ini meliputi buku dan jurnal tentang kontrol diri (*self-control*) dan remaja perempuan. Selain itu juga digunakan literatur akademik terkait metode tafsir, tokoh Wahbah Az-Zuhaili, dan analisis nilai-nilai moral dalam Al-Qur'an.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik dokumentasi. Maka langkah yang akan penulis lakukan adalah sebagai berikut:

- a. Mencari dan mengumpulkan data dari berbagai literatur berupa kitab tafsir, buku, jurnal, artikel ilmiah, dan sumber-sumber digital yang relevan dengan topik penelitian.
- b. Mengumpulkan ayat-ayat Al-Qur'an yang berisi kisah Maryam. Kemudian membaca sekilas penafsiran ayat-ayat tersebut untuk menentukan beberapa ayat yang sesuai dengan topik pembahasan. Dalam langkah ini peneliti menemukan nama Maryam disebut sebanyak 34 kali dalam 12 surat di Al-Qur'an. Setelah membaca sekilas penafsiran ayat-ayat tersebut, peneliti mengambil beberapa ayat saja yang membahas mengenai kesucian dan keteguhan Maryam serta keikhlasannya saat ia dikaruniai anak tanpa ayah. Sehingga pembahasan ini tidak melebar kepada kisah pengasuhan Isa. Maka ayat-ayat yang saya pilih adalah QS. Maryam ayat 16–26, QS. Ali-Imran ayat 35–37 dan ayat 42–43, serta QS. at-Taḥrīm ayat 12.
- c. Menganalisis teks atau membaca secara mendalam bagian-bagian *Tafsīr al-Munīr* yang memuat kisah Maryam dalam ayat-ayat di atas untuk menemukan pesan dan nilai-nilai moral-spiritual yang terkandung di dalamnya.

4. Teknik Pengolahan Data

Tahapan yang peneliti tempuh pada penelitian kepustakaan sebagai berikut:

- a. Karena pada penelitian ini menggunakan metode kepustakaan, mengumpulkan bahan penelitian sangatlah penting, bahan tersebut

mencangkup informasi atau data empirik yang sumbernya dari kitab tafsir karangan Wahbah Az-Zuhaili yang berjudul *Tafsīr al-Munīr*.

- b. Membaca bahan kepustakaan, untuk tujuan penelitian kegiatan membaca dilakukan tidak dengan pasif, karena tidak begitu saja untuk menyerap informasi dan pengetahuan tetapi harus dengan aktif dan kritis guna mendapatkan hasil yang maksimal. Peneliti diharuskan membaca dan menelaah secara dalam agar menemukan ide-ide dan gagasan baru yang terkait dengan masalah penelitian.
- c. Catatan Penelitian, pada tahap ini peneliti mencatat segala informasi yang berkaitan dengan penelitian, catatan peneliti ini merupakan kegiatan yang penting karena pada akhirnya seluruh bahan yang telah dibaca harus ditarik kesimpulan dalam bentuk laporan.
- d. Mengolah catatan penelitian, untuk mendapatkan suatu kesimpulan yang tersusun dalam bentuk laporan penelitian, peneliti harus terlebih dahulu mengolah dan menganalisis data dan informasi yang didapatkan.

5. Teknik Analisis Data

Tahapan penulis dalam menganalisis data dan informasi yang berkaitan dengan masalah penelitian melalui dua proses yakni:

a. Analisis Konten

Yaitu pengkajian dokumen-dokumen yang digunakan dalam penelitian dan bersifat normatif, peneliti akan menelaah naskah atau teks sebagai sumber data dan informasi untuk penelitian karena sumber datanya adalah buku dan dokumen maupun literatur dalam bentuk lain.

b. Analisis Deskriptif

Pada Metode analisis deskriptif peneliti akan di arahkan dalam menyelesaikan masalah dengan membedah atau menguraikan informasi yang dikumpulkan dari berbagai sumber secara sistematis.

Melalui metode analisis data ini, diharapkan penelitian ini dapat menghasilkan pemahaman yang komperhensif mengenai topik yang diteliti yaitu Kisah Maryam Sebagai Basis Membangun Kontrol Diri Remaja Perempuan dengan melihat penafsiran Wahbah Az-Zuhaili dalam kitab tafsirnya. Kemudian baru akan mulai mengerucut kepada deskriptif penafsiran Wahbah Az-Zuhaili terhadap kisah Maryam dan mengupas nilai-nilai moral yang terkandung dalam kisah tersebut.

Adapun langkah-langkah metodenya adalah:

Pertama, peneliti menetapkan tokoh yang akan dikaji, yaitu tokoh Maryam dengan objek formalnya kisah Maryam dalam *Tafsīr al-Munīr* karya Wahbah Az-Zuhaili.

Kedua, mendiskripsikan penafsiran Wahbah Az-Zuhaili dalam tafsirnya terkait kisah Maryam untuk mengetahui pesan dan nilai-nilai moral yang terkandung dalam penafsirannya pada kisah Maryam.

Ketiga, mengaitkan pesan dan nilai-nilai moral yang terkandung pada kisah Maryam dengan konsep kontrol diri remaja perempuan.

Keempat, menarik kesimpulan dari penafsiran kisah Maryam menurut Wahbah Az-Zuhaili dan konsep kontrol diri remaja perempuan. Penarikan kesimpulan dilakukan secara fokus dan ringkas

dengan memaparkan hasil penelitian atas dua masalah secara deskriptif-analitis.

G. Sistematika Pembahasan

Peneliti dapat menyusun sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini terdiri dari beberapa sub-bab, yaitu latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II KONTROL DIRI REMAJA PEREMPUAN

Bab ini berisi teori-teori yang akan digunakan untuk membahas atau menganalisis data penelitian. Pada bab ini terdiri dari dua sub-bab, yaitu kontrol diri, kontrol diri dalam Islam (*mujāhadah an-nafs*) dan remaja perempuan.

BAB III KISAH MARYAM DALAM *TAFSĪR AL-MUNĪR* KARYA WAHBAH AZ-ZUHAILI

Pada bab ini berisi paparan data penelitian yang terdiri dari tiga sub bab, yaitu biografi Wahbah Az-Zuhaili, Kitab *Tafsīr al-Munīr*, dan Penafsiran Kisah Maryam dalam *Tafsīr al-Munīr*.

BAB IV ANALISIS KISAH MARYAM SEBAGAI BASIS MEMBANGUN KONTROL DIRI REMAJA PEREMPUAN

Pada bab ini membahas pesan dan nilai-nilai moral yang terkandung dalam penafsiran kisah Maryam serta relevansinya dalam membangun

kontrol diri remaja perempuan. Sehingga dalam pembahasan ini akan berisi dua sub-bab, yaitu analisis kisah maryam dan korelasinya dengan konsep kontrol diri perspektif kitab *Tafsīr al-Munīr*, dan relevansi kisah maryam sebagai basis membangun kontrol diri remaja perempuan.

BAB V PENUTUP

Bab ini berisi kesimpulan dan saran.



BAB II

KONTROL DIRI REMAJA PEREMPUAN

A. Kontrol Diri

Kontrol diri (*self-control*) merupakan konsep fundamental dalam kajian psikologi kepribadian dan perkembangan, khususnya dalam memahami perilaku individu dalam menghadapi dorongan internal dan tekanan eksternal.²¹ Kontrol diri menjadi suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, kontrol diri juga adalah kemampuan untuk mengontrol dan mengelola perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi.²²

Menurut Baumeister kontrol diri didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengatur emosi, pikiran, dan perilaku agar selaras dengan norma sosial serta tujuan jangka panjang. Individu dengan kontrol diri yang baik mampu menunda kepuasan sesaat, menahan impuls negatif, dan membuat keputusan rasional meskipun berada dalam situasi yang menekan.²³ Menurut Synder dan Gangsted mengatakan bahwa kontrol diri sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan dalam kehidupan bermasyarakat.²⁴

²¹ Muhammad Ghozali Ma'ruf, "Hubungan Konsep Diri dan Self Control dengan Kebermaknaan Hidup," *Indonesian Psychological Research* 1, no. 1 (2019): 13.

²² M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Grup, 2010), 21–22.

²³ Roy F. Baumeister, *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications* (New York: Guilford Press, 2004), 4–6.

²⁴ Ghufon dan Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, 22.

Berdasarkan penjelasan di atas, kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku.

Adapun faktor yang mempengaruhi kontrol diri secara garis besar terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).²⁵

1. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu. Pada usia remaja (10–19 tahun) kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan kematangan emosi dimana ia mampu mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang positif. Pada usia remaja pula, seseorang sudah mulai mampu mempertimbangkan suatu kemungkinan untuk menyelesaikan suatu masalah dan mempertanggungjawabkannya.²⁶

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang paling berpengaruh dalam kontrol diri adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan

²⁵ Ramadona Dwi Marsela dan Mamat Supriatna, “Kontrol Diri: Definisi dan Faktor,” *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research* 3, no. 2 (2019): 67–68.

²⁶ *Ibid.*

bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Apabila orangtua menerapkan sikap-sikap positif pada anak secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka akan melekat pada pribadi anak dan menjadi kontrol bagi dirinya. Kemudian pada remaja, penerapan aturan dan batasan yang jelas serta turut melibatkan anak dalam proses pengambilan keputusan akan lebih diterima sehingga anak akan memiliki kontrol diri yang baik.²⁷

B. Kontrol Diri Dalam Islam (*Mujāhadah an-Nafs*)

1. Pengertian *Mujāhadah an-Nafs*

Kontrol diri dalam Islam merupakan proses spiritual yang berkelanjutan dan berpusat pada *nafs* (jiwa). Menurut Quraish Shihab, *nafs* dalam konteks pembicaraan Al-Qur'an tentang manusia menunjuk kepada sisi-dalam diri manusia yang memiliki potensi baik dan buruk, serta dapat mendorongnya untuk dapat melakukan kebaikan dan keburukan.²⁸ Imam Al-Ghazali menyatakan bahwa *nafs* memiliki kecenderungan kepada syahwat dan kesenangan dunia sehingga diperlukan adanya pengendalian *nafs* agar tidak menguasai hati. Imam Al-Ghazali juga mengklasifikasikan *nafs* ke dalam beberapa tingkatan, seperti *nafs al-ammārah* (jiwa yang cenderung pada keburukan), *nafs al-lawwāmah* (jiwa yang menyesali kesalahan), dan *nafs al-muṭma'innah* (jiwa yang tenang). Dalam hal ini

²⁷ *Ibid.*

²⁸ Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an : Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Pustaka Mizan, 1996), 378.

kontrol diri berfungsi sebagai mekanisme internal untuk mengendalikan *nafs al-ammārah* agar bergerak menuju tingkat jiwa yang lebih luhur.²⁹

Adapun *mujāhadah an-nafs* yang dipahami sebagai upaya sungguh-sungguh untuk mengendalikan diri dan sebagai perjuangan untuk melawan ego atau hawa nafsu.³⁰ *Mujāhadah* berasal dari kata *jahada* yang berarti bersama-sama berjuang sekuat kemampuan. Maka dalam konteks ini *mujāhadah* adalah suatu bentuk usaha yang sungguh-sungguh atau perjuangan melawan hawa nafsu yang diusahakan secara optimal baik lahir maupun batin melalui tindakan nyata dalam pelaksanaan syari'at Islam berdasarkan Al-Qur'an serta sunnah. Rasulullah SAW bersabda: “seorang mujahid yaitu seorang yang berjihad, yaitu dia yang melwan hawa nafsunya karena Allah SWT.”³¹

Imam Al-Ghazali menjelaskan *mujāhadah an-nafs* sebagai perjuangan batin untuk membersihkan hati dari syahwat dan amarah. Beliau menekankan bahwa nafsu adalah musuh yang selalu mengajak kepada keburukan.³² Menurut beliau, kepribadian religius seorang muslim dapat dibentuk melalui *mujāhadah an-nafs (takhalli)* dan *riyāḍat an-nafs (tahalli)*. Konsep dari *mujāhadah an-nafs (takhalli)* adalah sebuah amalan yang memerangi segala perbuatan yang tidak patut dan buruk yang

²⁹ Imam Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin Jilid 4*, terj. Ibnu Ibrahim Ba'adillah (Jakarta: Republika, 2011), 6–8.

³⁰ Nur Azizah dan Subaidi, “Urgensi Pengajaran Hadits Mujahadah An-Nafs Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Dalam Perspektif Emile Durkheim,” *Preschool* 3, no. 2 (2022): 69.

³¹ M. Fathurahman, *Mujahadah Bacaan dan Amalan Penting untuk Mempercepat Terkabulnya Hajat* (Klaten: Tim Medpress, 2014), 26.

³² Imam Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah, Kimia Ruhani untuk Kebahagiaan Abadi*, terj. Dedi Slamet Riyadi dan Fauzy Bahreisy (Jakarta: Zaman, 2001), 9–18.

dilarang oleh Allah swt. Sedangkan konsep dari *riyāḍat an-nafs (tahalli)* mengacu pada penerapan amalan dan perilaku yang baik.³³

Mujāhadah an-nafs juga berarti pengosongan jiwa atau mengosongkan jiwa dari selain Allah dan segala sifat buruk atau sifat *mazmumah* dan penyakit hati seperti fitnah, hasad, dengki, dendam, bimbang, berprasang kaburuk dan sebagainya. Hati yang sakit dapat menyebabkan seseorang bersikap tidak etis dari sudut akhlak dan emosi serta mengakibatkan timbulnya berbagai masalah dalam kehidupannya.³⁴ Oleh karena itu, *mujāhadah an-nafs* menjadi sangat penting untuk menjaga keseimbangan antara kehidupan duniawi dan akhirat, serta untuk mendekatkan diri kepada Allah.

Adapun tujuan dari *mujāhadah an-nafs* Menurut al-Ghazali, bukan sekadar perjuangan menahan diri, tetapi jalan untuk membentuk akhlak yang mulia. Ketika syahwat dan amarah telah terkendali, maka sifat-sifat seperti sabar, syukur, tawadhu', dan ikhlas akan tumbuh. Inilah yang disebut sebagai keberhasilan pendidikan jiwa. Jiwa tidak lagi dikuasai hawa nafsu, tetapi menjadi tenang dan seimbang.

2. Tahapan *Mujāhadah an-Nafs*

Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa dalam diri manusia terdapat kekuatan (*quwwah*) yang memengaruhi perilaku, yaitu nafsu syahwat atau dorongan untuk mencari kenikmatan, seperti makan, minum, harta, dan

³³ Noraini Ismail dkk., "Mujahadatun Nafs And Riyadhatun Nafs Practices In Forming The Religious Personality Among University Students," *i-LEdHS2021* 1, no. 1 (2021): 4.

³⁴ Salasia Hanin, "Aplikasi Tazkiyah Al-Nafs Menerusi Mujahadah Al-Nafs dalam Kaunseling," *Jurnal Fikiran Masyarakat* 5, no. 2 (2017): 58.

hubungan seksual. Nafsu syahwat ini perlu dikendalikan dan diseimbangkan oleh akal dan syariat untuk menempatkan dorongan ini pada posisi yang seimbang.³⁵ Adapun berikut tahapan *mujāhadah an-nafs* menurut Imam Al-Ghazali:

a. Menyadari Bahaya Syahwat yang Tidak Terkendali

Pada tahap ini Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa syahwat yang berlebihan akan melahirkan sifat rakus, cinta dunia, zina, tamak, dan berbagai penyakit hati lainnya.³⁶ Sehingga tahap pertama *mujāhadah* adalah adanya kesadaran bahwa mengikuti semua keinginan diri bukanlah kebebasan, tetapi justru bentuk perbudakan terhadap hawa nafsu.

b. Mengurangi Sumber Kekuatan Syahwat

Imam Al-Ghazali menekankan bahwa syahwat menguat karena dua hal utama: terlalu banyak makan dan terlalu bebas menikmati kenikmatan dunia. Karena itu, cara mengendalikannya adalah dengan *riyāḍah* (latihan spiritual) seperti:

1) Mengurangi makan (tidak berlebihan)

Perut pada haikatnya adalah sumber segala nafsu syahwat dan tempat tumbuhnya segala penyakit dan bencana. Penuhnya perut dapat mendorong kepada nafsu farji, harta dan kedudukan sehingga dapat menyebabkan kedurhakaan, perbuatan munkar, dan perbuatan keji. Maka dianjurkan untuk mengendalikan nafsu

³⁵ Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin Jilid 4*, 284.

³⁶ *Ibid.*, 6.

syahwat perut.³⁷ Imam Al-Ghazali menjelaskan *riyāḍah* mengendalikan nafsu perut, yaitu tidak makan kecuali yang dihalalkan, menentukan waktu makan dan kadarukupnya, menentukan jenis makanan (hanya mengambil makanan yang diinginkan).³⁸

Dalam hal ini berpuasa menjadi bukan sekadar ibadah fisik semata, tetapi juga sebagai bentuk latihan menundukkan nafsu. Imam Al-Ghazali menuliskan manfaat lapar atau berpuasa, diantaranya yaitu halus dan bersihnya kalbu, tidak kufur nikmat, mendorong kepada kasih sayang kepada sesama manusia, menghancurkan semua nafsu syahwat maksiat, memudahkan ketekunan beribadah, serta memperoleh kesehatan tubuh.³⁹

2) Menjaga pandangan dan memilih lingkungan yang baik

Manusia memiliki syahwat farji yang harus dijaga karena jika seseorang telah terjerumus maka akalunya akan ditundukkan untuk melayani nafsu syahwat tersebut.⁴⁰ Imam Al-Ghazali menuliskan upaya mengendalikan syahwat farji sebagai berikut:

- a) Larangan berkhalwat dengan lawan jenis, karena hal ini dapat mendorong kepada perbuatan maksiat. Sedangkan perbuatan

³⁷ *Ibid.*, 285–287.

³⁸ *Ibid.*, 413–325.

³⁹ *Ibid.*, 299–312.

⁴⁰ *Ibid.*, 341.

maksiat itu akan menjadi candu sehingga seseorang dapat terdorong untuk terus melakukannya.⁴¹

b) Menjaga pandangan, ini merupakan langkah awal dari menjaga nafsu farji. Hendaknya manusia menjaga pandangannya supaya tidak mempengaruhinya untuk mendekati dosa besar yang keji, yaitu zina farji.⁴²

c) Memilih lingkungan yang baik. Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa nafsu syahwat itu mengelilingi manusia sehingga manusia harus keluar menjauhi lingkaran tersebut. Seseorang dapat cenderung menyerupai orang lain yang ada di sekitarnya, sehingga penting untuk memilih lingkungan yang baik.⁴³

3) Menyibukkan diri dengan hal-hal yang bermanfaat. Imam Al-Ghazali menjelaskan hendaknya seorang murid tidak menyibukkan kalbu dengan selain Allah.⁴⁴

c. Membiasakan Diri Hidup Sederhana (Zuhud)

Menurut Imam Al-Ghazali, zuhud bukan berarti meninggalkan dunia secara total atau hidup dalam kemiskinan yang disengaja. Tetapi zuhud adalah sikap hati yang tidak terikat pada dunia, meskipun seseorang memiliki harta atau kedudukan. Sehingga manusia hendaknya tidak mengejar dunia hingga lalai terhadap Allah dan kehidupan akhirat. Karena ketika seseorang terlalu mencintai dunia ia

⁴¹ *Ibid.*, 347–349.

⁴² *Ibid.*, 351.

⁴³ *Ibid.*, 335.

⁴⁴ *Ibid.*, 357.

tidak pernah merasa cukup, sebaliknya, orang yang tidak terikat pada dunia justru lebih tenang dan cukup. Maka zuhud berarti menggunakan dunia secukupnya untuk kebutuhan hidup dan ibadah, tanpa menjadikannya pusat cinta dalam hati.⁴⁵

Imam Al-Ghazali menegaskan bahwa zuhud memiliki kedudukan yang tinggi dalam perjalanan spiritual seorang hamba. Orang yang zuhud akan merasakan ketenangan jiwa, karena ia tidak terguncang oleh kehilangan atau kegagalan duniawi. Zuhud juga dapat menumbuhkan rasa syukur dan qana'ah sehingga tidak mudah iri terhadap apa yang dimiliki orang lain. Yang terpenting, zuhud akan mendekatkan diri seorang hamba kepada Allah. Sebab hati yang tidak dipenuhi cinta dunia akan lebih mudah menerima cahaya ma'rifat (pengenalan kepada Allah) serta membuat seseorang lebih fokus pada amal saleh dan persiapan kehidupan setelah mati.⁴⁶

Zuhud menurut Imam Al-Ghazali juga bukan berarti pasif. Seorang yang zuhud tetap bisa menjadi pedagang, pemimpin, atau orang kaya. Yang membedakan adalah sikap hatinya yang tidak menggantungkan kebahagiaan pada dunia. Sehingga Zuhud bukan berarti menelantarkan keluarga atau meninggalkan pekerjaan. Seseorang tetap wajib mencari nafkah dan menjalankan tanggung jawab sosial. Bentuk dari zuhud adalah tidak hidup berlebihan sehingga kesederhanaan adalah jalan tengah antara kemewahan dan kekikiran.

⁴⁵ Imam Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin Jilid 9*, terj. Ibnu Ibrahim Ba'adillah (Jakarta: Republika, 2011), 51–56.

⁴⁶ *Ibid.*, 58–61.

Al-Ghazali menekankan bahwa zuhud harus realistis dan seimbang sebab Islam tidak mengajarkan pelarian total dari dunia, melainkan pengendalian cinta terhadapnya.⁴⁷

d. Mengisi Hati dengan Cinta kepada Allah (*Mahabbah*)

Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa cinta kepada Allah (*mahabbah*) bukan sekadar perasaan emosional, melainkan kewajiban spiritual yang memiliki dasar kuat dalam Al-Qur'an dan hadis. Cinta kepada Allah adalah inti dari ibadah, bahkan menjadi ruh dari seluruh amal. Dalam QS. al-Baqarah ayat 165 "*orang-orang beriman sangat kuat cintanya kepada Allah*" menunjukkan bahwa Allah mencintai hamba-hamba-Nya yang beriman, dan bahwa orang beriman sangat mencintai Allah. Sehingga beliau menegaskan bahwa ibadah tanpa cinta akan terasa kering. Shalat, puasa, dan dzikir akan menjadi rutinitas kosong jika tidak disertai rasa cinta. Sebaliknya, ketika cinta telah tumbuh, maka ibadah akan terasa nikmat.⁴⁸

Adapun Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa secara fitrah manusia mencintai sesuatu karena lima sebab utama. Yaitu mencintai diri sendiri dan keberlangsungan hidupnya, mencintai orang yang berbuat baik kepadanya, mencintai keindahan, mencintai kesempurnaan, dan mencintai sesuatu yang memiliki hubungan batin dengannya. Kemudian jika kelima sebab ini direnungkan secara

⁴⁷ *Ibid.*, 72–84.

⁴⁸ *Ibid.*, 190–192.

mendalam, semuanya bermuara kepada Allah sebagai sumber kebaikan.⁴⁹

3. Prinsip-Prinsip Mujahadan An-Nafs

Diantara prinsip-prinsip *Mujāhadah* adalah sebagai berikut:

a. Prinsip Pengenalan Diri (*Ma'rifat an-Nafs*)

Imam Al-Ghazali menegaskan bahwa langkah pertama dalam *Mujāhadah* adalah mengenali penyakit hati. Seseorang tidak bisa memperbaiki dirinya tanpa mengetahui kelemahannya seperti sifat-sifat tercela dalam dirinya seperti riya', hasad, takabbur, cinta dunia, dan ujub. Pengenalan diri ini dilakukan melalui introspeksi (*muḥāsabah*). Tanpa *muḥāsabah*, seseorang akan merasa dirinya sudah baik, padahal banyak penyakit batin yang tersembunyi.⁵⁰

b. Prinsip keseimbangan (*I'tidāl*)

Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa Islam tidak memerintahkan untuk mematikan nafsu sepenuhnya. Nafsu tetap dibutuhkan untuk keberlangsungan hidup, syahwat diperlukan untuk makan dan menikah, amarah diperlukan untuk membela kebenaran. Namun yang harus dilakukan adalah mengendalikan dan menyeimbangkan nafsu, jika nafsu terlalu kuat, manusia menjadi liar, jika terlalu lemah, manusia kehilangan semangat. Maka *Mujāhadah* bertujuan menempatkan nafsu di bawah kendali akal dan syariat.⁵¹

⁴⁹ *Ibid.*, 204–210.

⁵⁰ *Ibid.*, 74–75.

⁵¹ *Ibid.*, 333.

c. Prinsip *Riyāḍah* (Latihan Spiritual)

Imam Al-Ghazali menekankan bahwa perubahan akhlak tidak cukup dengan pengetahuan, tetapi harus melalui latihan berulang-ulang. Inilah yang disebut *riyāḍah an-nafs*. Latihan ini pada awalnya terasa berat, namun Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa kebiasaan akan membentuk karakter.⁵²

d. Prinsip *Mukhālafat an-Nafs* (Menyelisihi Hawa Nafsu)

Salah satu inti *Mujāhadah* adalah menyelisihi keinginan hawa nafsu ketika ia mengarah kepada keburukan. Nafsu cenderung mengajak pada kenyamanan dan kesenangan instan, maka perjuangan dilakukan dengan tidak selalu mengikuti dorongan tersebut. Misalnya, ketika nafsu ingin bermalas-malasan dalam ibadah, seseorang harus memaksakan diri untuk tetap melaksanakannya. Ketika nafsu ingin marah, ia harus memilih diam dan bersabar.⁵³

e. Prinsip *Tazkiyat an-Nafs* (Penyucian Jiwa)

Tujuan akhir *Mujāhadah* adalah penyucian jiwa. Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa hati yang bersih akan mampu menerima cahaya *ma'rifatullāh*. Sebaliknya, hati yang dipenuhi syahwat dan amarah akan gelap. Penyucian jiwa dilakukan dengan taubat yang sungguh-sungguh, dzikir yang terus-menerus, mengingat kematian, dan

⁵² *Ibid.*, 314.

⁵³ *Ibid.*, 335–336.

mengurangi cinta dunia. Ketika hati bersih, seseorang akan merasakan ketenangan dan kenikmatan dalam ibadah.⁵⁴

C. Tahapan Perkembangan Remaja Perempuan

Sebelum memasuki perkembangan remaja perempuan secara spesifik, akan dibahas terlebih dahulu mengenai teori perkembangan remaja secara umum. Teori remaja memiliki fokus yang unik, akan tetapi diantara teori-teori yang ada terdapat banyak elemen yang serupa. Perkembangan emosi remaja yang sehat ditandai dengan meningkatnya kemampuan mempersepsi, menilai, dan mengelola emosi secara bertahap. Perkembangan emosi remaja ini merupakan proses biologis yang didorong oleh perubahan fisik dan kognitif, serta sangat dipengaruhi oleh konteks dan lingkungan. Proses perkembangan emosional memberikan remaja kesempatan untuk membangun keterampilan, menemukan kualitas yang unik dan mengembangkan kekuatan untuk menciptakan kondisi kesehatan yang optimal.⁵⁵

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi proses perkembangan emosional remaja, diantaranya manajemen diri dan pengaruh hormonal. Pengelolaan emosi diri pada remaja dapat menetapkan tujuan positif dan mendapatkan pandangan tentang masa depan. Meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi remaja dengan belajar mengenali dan mendeskripsikan emosi yang kuat dan kompleks.⁵⁶

⁵⁴ *Ibid.*, 74–80.

⁵⁵ Purnomo dkk., *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*, 6.

⁵⁶ *Ibid.*, 7.

Remaja hidup di berbagai lingkungan dan mengalami berbagai macam stressor yang mempengaruhi perkembangan emosi remaja. Beberapa remaja menghadapi peristiwa traumatis, diantaranya remaja mengalami atau menyaksikan pelecehan fisik atau seksual atau kekerasan di sekolah. Remaja juga sering menghadapi berbagai jenis stress traumatik yang disebut sebagai stress toksik, sehingga dapat melemahkan system kekebalan tubuh remaja, sehingga mengakibatkan masalah kesehatan fisik kronis dan berpotensi menyebabkan depresi, kecemasan, dan gangguan mental lainnya. Remaja yang mengalami stress kronik berpotensi kecenderungan menggunakan zat-zat berbahaya dan melakukan perilaku beresiko lainnya.⁵⁷

1. Pengertian Remaja dan Perkembangannya

Masa remaja merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Pada fase ini individu mengalami perkembangan yang sangat pesat sehingga sering disebut sebagai masa krisis sekaligus masa pencarian jati diri. Perubahan yang terjadi tidak hanya bersifat biologis, tetapi juga mencakup perubahan dalam pola pikir, emosi, dan hubungan sosial dengan lingkungan sekitar.⁵⁸

Dalam konteks perkembangan, remaja perempuan memiliki karakteristik khusus yang berbeda dengan remaja laki-laki, terutama dalam hal percepatan pubertas, sensitivitas emosional, serta peran sosial yang mulai terbentuk dalam masyarakat. Masa remaja juga sering dianggap

⁵⁷ *Ibid.*

⁵⁸ Dian Sari Agami, "Tahapan Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Kebutuhan Anak Serta Pertumbuhan Dan Perkembangan Remaja," *Jurnal Pena Ilmiah* 3, no. 1 (2019): 51.

sebagai periode penting dalam pembentukan identitas diri dan kematangan kepribadian.⁵⁹ Maka perkembangan merupakan proses perubahan yang berlangsung secara terus-menerus dan sistematis dalam diri individu, baik dalam aspek fisik, kognitif, maupun sosial. Proses ini dipengaruhi oleh faktor internal seperti genetik dan hormonal, serta faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, pendidikan, dan budaya.⁶⁰

2. Karakteristik Umum Perkembangan Remaja Perempuan

Remaja perempuan mengalami perubahan yang cukup kompleks dibandingkan fase sebelumnya. Salah satu ciri utama adalah terjadinya pubertas yang ditandai dengan kematangan organ reproduksi serta perubahan fisik seperti pertumbuhan payudara, menstruasi pertama (*menarche*), dan perubahan bentuk tubuh. Proses ini biasanya dimulai lebih awal dibandingkan laki-laki, yaitu sekitar usia 8–13 tahun.⁶¹

Selain perubahan fisik, remaja perempuan juga mengalami perkembangan emosional yang signifikan. Mereka cenderung lebih sensitif terhadap lingkungan sosial dan lebih mudah mengalami perubahan suasana hati. Hal ini disebabkan oleh perubahan hormonal yang memengaruhi kondisi psikologis.⁶² Adapun dari aspek sosial, remaja perempuan mulai membangun hubungan yang lebih luas dengan teman sebaya, serta mulai

⁵⁹ Endah Tri Wisudahningsih, “Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan,” *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 4 (2025): 1208.

⁶⁰ Novelia Safitri Ayuningsih dkk., “Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja Ditinjau dari Sikap Kepatuhan Terhadap Orang Tua,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 3 (2023): 27179.

⁶¹ Jose Batubara, “Adolescent Development (Perkembangan,” *Sari Pediatri* 12, no. 1 (2021): 22.

⁶² Siti Fatimah Mustari dkk., “Perkembangan Masa Remaja,” *DEWANTARA: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora* 3, no. 3 (2024): 221.

memahami peran gender dalam masyarakat. Mereka juga mulai mencari pengakuan sosial dan membentuk identitas diri melalui interaksi sosial yang intens.⁶³

3. Tahapan Perkembangan Remaja Perempuan

Secara umum, perkembangan remaja dibagi menjadi tiga tahap utama, yaitu remaja awal, remaja tengah, dan remaja akhir. Pembagian ini didasarkan pada perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang terjadi secara bertahap.

a. Remaja Awal

Masa remaja awal berusia antara 10–13 tahun, pada tahap ini terjadi lonjakan pertumbuhan dan perkembangan ciri-ciri seksual sekunder. Perkembangan seksualitas pada remaja awal terutama remaja perempuan lebih cepat matang secara fisik dibandingkan remaja laki-laki. Perubahan ini seringkali menimbulkan kebingungan dan ketidaknyamanan karena individu belum sepenuhnya memahami kondisi tubuhnya.⁶⁴

Secara psikologis, remaja perempuan pada tahap ini mulai mengalami perubahan dalam pola pikir, tetapi masih cenderung konkret dan belum mampu berpikir abstrak secara mendalam. Mereka mulai menunjukkan keinginan untuk mandiri, tetapi masih sangat bergantung pada orang tua. Dari segi emosional, remaja awal cenderung mengalami perubahan emosi yang tidak stabil. Mereka mudah merasa cemas, malu,

⁶³ Agami, "Tahapan Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Kebutuhan Anak Serta Pertumbuhan Dan Perkembangan Remaja," 59.

⁶⁴ Purnomo dkk., *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*, 3.

atau tidak percaya diri, terutama terkait dengan perubahan fisik yang dialami. Hal ini membuat mereka sangat membutuhkan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar.⁶⁵

Adapun dalam aspek sosial, hubungan dengan teman sebaya mulai menjadi lebih penting dibandingkan dengan keluarga. Remaja perempuan mulai mencari kelompok pertemanan yang memberikan rasa aman dan penerimaan.⁶⁶

b. Remaja Tengah

Masa remaja pertengahan antara 14–15 tahun, pada tahap ini ditandai dengan terbentuknya hubungan baru dengan lawan jenis dan kelompok teman sebaya serta berkembangnya identitas yang terpisah dari orang tua. Perubahan fisik pada remaja pertengahan laki-laki terus menunjukkan kenaikan tinggi dan berat badan, sementara pertumbuhan remaja pertengahan perempuan melambat.⁶⁷ Secara kognitif, remaja perempuan mulai mampu berpikir abstrak dan kritis. Mereka mulai mempertanyakan nilai-nilai yang ada di lingkungan serta mencoba membentuk pandangan hidup sendiri. Proses ini seringkali diiringi dengan konflik dengan orang tua karena adanya perbedaan pandangan.⁶⁸

⁶⁵ Wisudahningsih, "Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan," 1209–1211.

⁶⁶ *Ibid.*

⁶⁷ Purnomo dkk., *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*, 3.

⁶⁸ Wisudahningsih, "Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan," 1212.

Dari sisi emosional, remaja tengah mengalami perkembangan yang lebih kompleks. Mereka mulai merasakan emosi yang lebih mendalam, seperti cinta, empati, dan keinginan untuk diterima dalam kelompok sosial. Namun, pada saat yang sama, mereka juga rentan mengalami tekanan sosial dan stres.⁶⁹ Adapun dalam aspek sosial, hubungan dengan teman sebaya menjadi sangat dominan. Remaja perempuan mulai membangun hubungan yang lebih intim dengan sahabat dan mulai tertarik pada hubungan romantis. Identitas diri mulai terbentuk melalui interaksi sosial yang intens.⁷⁰

c. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Masa remaja akhir berusia antara 16–21 tahun, pada tahap ini remaja berperilaku serupa dengan orang dewasa dan telah membentuk identitas tersendiri serta mempunyai pendapat dan gagasan tersendiri. Perubahan fisik pada remaja akhir sebagian besar remaja putri telah berkembang sepenuhnya meliputi tinggi badan, berat badan, tumbuh bulu dan massa otot.⁷¹ Secara kognitif, remaja perempuan sudah mampu berpikir secara rasional dan realistis. Mereka mulai mampu mengambil keputusan secara mandiri serta mempertimbangkan konsekuensi dari setiap tindakan. Hal ini menunjukkan adanya perkembangan dalam kemampuan berpikir kritis dan logis.⁷²

⁶⁹ Purnomo dkk., *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*, 4.

⁷⁰ Agami, “Tahapan Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Kebutuhan Anak Serta Pertumbuhan Dan Perkembangan Remaja,” 60.

⁷¹ Purnomo dkk., *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*, 4.

⁷² Wisudahningsih, “Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan,” 62.

Dari segi emosional, remaja akhir cenderung lebih stabil dibandingkan tahap sebelumnya. Mereka sudah mampu mengelola emosi dengan lebih baik serta memiliki kontrol diri yang lebih kuat. Kematangan emosional ini menjadi bekal penting dalam menghadapi kehidupan dewasa.⁷³ Dalam aspek sosial, remaja perempuan mulai mempersiapkan diri untuk menjalani peran sebagai orang dewasa, seperti melanjutkan pendidikan, bekerja, atau membangun hubungan yang lebih serius. Mereka juga mulai memiliki tanggung jawab sosial yang lebih besar dalam masyarakat.⁷⁴

4. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja Perempuan

Faktor pertumbuhan terdiri dari 2 faktor yaitu: faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam individu, diantaranya adalah sifat jasmaniah yang diwariskan dari orang tua dan kematangan. Secara sepihak pertumbuhan fisik seolah-olah seperti sudah direncanakan oleh faktor kematangan. Meskipun anak itu diberi makanan yang bergizi tinggi tetapi pada saat kematangan belum sampai (misalnya belum waktunya berjalan atau pubertas), tubuh anak tersebut tidak akan mencapai tahapan perkembangan tersebut.⁷⁵

b. Faktor Eksternal

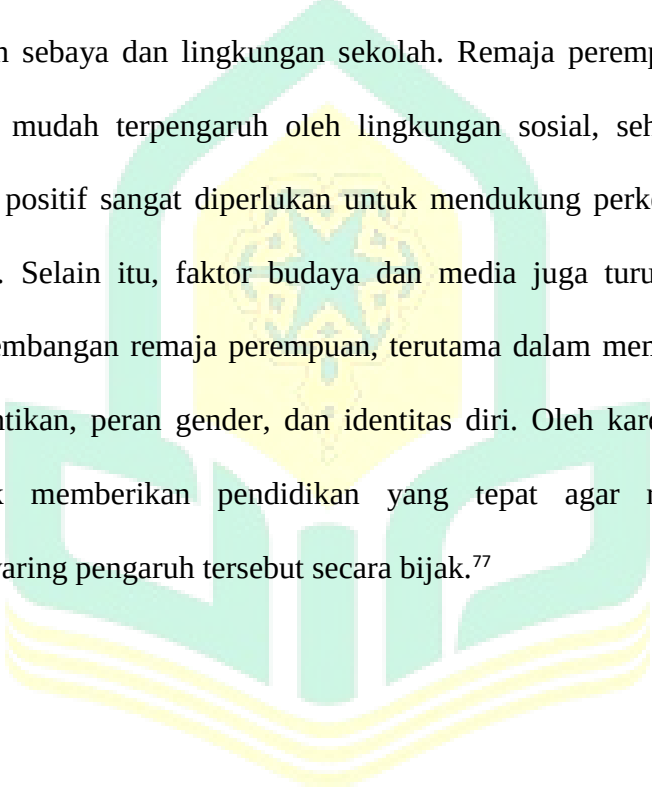
⁷³ Mustari dkk., "Perkembangan Masa Remaja," 224.

⁷⁴ Agami, "Tahapan Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Kebutuhan Anak Serta Pertumbuhan Dan Perkembangan Remaja," 63.

⁷⁵ Wisudahningsih, "Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan," 1217–1219.

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri anak, yaitu kesehatan, keluarga dan faktor lingkungan. Pola asuh orang tua, komunikasi dalam keluarga, serta dukungan emosional yang diberikan dapat memengaruhi perkembangan psikologis remaja perempuan.⁷⁶

Faktor sosial juga memiliki peran penting, terutama pengaruh teman sebaya dan lingkungan sekolah. Remaja perempuan cenderung lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial, sehingga interaksi yang positif sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan yang sehat. Selain itu, faktor budaya dan media juga turut memengaruhi perkembangan remaja perempuan, terutama dalam membentuk standar kecantikan, peran gender, dan identitas diri. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pendidikan yang tepat agar remaja mampu menyaring pengaruh tersebut secara bijak.⁷⁷



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI AGENG MUHAMMAD BESARI
PONOROGO

⁷⁶ *Ibid.*

⁷⁷ *Ibid.*

BAB III

KISAH MARYAM DALAM *TAFSĪR AL-MUNĪR*

KARYA WAHBAH AZ-ZUHAILI

A. Biografi Wahbah Az-Zuhaili

1. Kelahiran Wahbah Az- Zuhaili

Wahbah bin Mustafa Az-Zuhaili dilahirkan pada 6 Maret 1932 M/1351 H di sebuah desa kecil bernama Dayr ‘Atiyyah, yang berada di utara kota Damaskus, Suriah. Ayahnya, Mustafa Az- Zuhaili, adalah seorang petani dan pedagang sederhana yang dikenal sebagai tokoh religius, penghafal Al-Qur’an, serta rajin beribadah. Ibu beliau, Fatimah binti Mustafa Sa’dah, dikenal sebagai wanita yang taat dan memegang kuat prinsip keislaman dalam keluarga. Lingkungan keluarga yang religius ini menjadi fondasi awal bagi Wahbah dalam menumbuhkan minat keilmuan sejak usia dini.⁷⁸

Sejak kecil, Wahbah menunjukkan kecerdasan luar biasa serta ketertarikan kuat terhadap ilmu agama, baik melalui bimbingan langsung ayahnya maupun melalui pembelajaran formal dasar. Hal ini terlihat dari kemampuannya menghafal Al-Qur’an sejak usia dini serta kegigihannya dalam menuntut ilmu agama yang membuatnya menonjol di antara teman-temannya sejak masa kanak-kanak.⁷⁹

⁷⁸ Baihaki, “Studi Kitab Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili dan Contoh Penafsiran Tentang Pernikahan Beda Agama,” *Jurnal Analisis* 6, no. 1 (2016): 128.

⁷⁹ Muhammad Mufid, *Belajar dari Tiga Ulama Syam Fenomenal dan Inspirati* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2015), 91.

2. Pendidikan dan Karir Akademik Wahbah Az-Zuhaili

Pendidikan formal Wahbah Az-Zuhaili dimulai di madrasah ibtidaiyah di kampung halamannya sebelum ia pindah menuju kota Damaskus pada masa remaja untuk melanjutkan jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Di Damaskus, ia menyelesaikan sekolah ibtidaiyah pada tahun 1946 M, kemudian melanjutkan ke jenjang pendidikan syar'i yang ia tuntaskan pada tahun 1952 M. Selama periode ini, Wahbah telah menunjukkan bakat kuat dalam ilmu syariat, bahasa Arab, dan disiplin ilmu Islam lainnya. Kemudian, seiring dengan prestasi akademiknya, ia dipersiapkan untuk pendidikan yang lebih tinggi di luar negeri sebuah langkah yang kemudian membawanya menjadi salah satu ulama terbesar dalam kajian hukum Islam kontemporer.⁸⁰

Setelah menyelesaikan pendidikan di Suriah, Wahbah Az-Zuhaili melanjutkan studinya di Kairo, Mesir, yang pada masa itu merupakan salah satu pusat keilmuan Islam dunia. Pendidikan di Kairo ini memperkuat landasan keilmuan Wahbah dalam berbagai cabang hukum, baik hukum Islam (fiqh dan usul fiqh) maupun hukum sekuler (hukum positif), sehingga berpengaruh besar terhadap cara berpikir dan metode penulisannya di kemudian hari. Di Kairo, Wahbah tercatat menempuh beberapa fakultas secara bersamaan, yaitu:⁸¹

⁸⁰ Saiful Amin Ghofur, *Mozaik Mufasir Alquran: Dari Klasik Hingga Kontemporer* (Yogyakarta: Kaukaba, 2013), 136–137.

⁸¹ Mufid, *Belajar dari Tiga Ulama Syam Fenomenal dan Inspirati*, 92–95.

- a. Fakultas Syariah di Universitas Al-Azhar, tempat ia memperoleh gelar sarjana Syariah sekaligus ijazah dalam pengajaran Bahasa Arab pada tahun 1956 M.
- b. Fakultas Bahasa Arab di Al-Azhar, sebagai bagian dari pendidikannya dalam bidang bahasa dan kebahasaan.
- c. Fakultas Hukum di Universitas Ain Shams, di mana ia meraih gelar Licence (Lc.) Hukum pada tahun 1957 M.
- d. Fakultas Hukum, Universitas Kairo, tempat ia menyelesaikan Magister (S2) dalam hukum pada tahun 1959 M.

Setelah berhasil menyelesaikan pendidikan magisternya, Wahbah melanjutkan studi hingga tingkat doktoral. Tahun 1963 M ia berhasil meraih gelar Doktor (Ph.D.) di bidang Hukum Islam dan Syariat dengan predikat dengan kehormatan (cum laude). Disertasi doktoralnya berjudul “*Āthār al-Ḥarb fī al-Fiqh al-Islāmī: Dirāsah Muqāranah bayna al-Madhāhib al-Thamānīyah wa al-Qānūn al-Dawli al-‘Āmm*” yang berarti “Pengaruh Perang dalam Fikih Islam: Kajian Perbandingan Antara Delapan Mazhab dan Hukum Internasional Umum.” Karyanya ini menunjukkan kemampuannya dalam menggabungkan perspektif Islam klasik dan hukum internasional modern. Prestasi akademik ini menandai Wahbah sebagai salah satu ulama kontemporer yang tidak hanya mendalami teks klasik, tetapi juga mampu menjembatani antara hukum Islam dengan realitas sosial dan hukum internasional modern.⁸²

⁸² Ghofur, *Mozaik Mufasir Alquran: Dari Klasik Hingga Kontemporer*, 139–144.

Setelah menyelesaikan pendidikan doktoralnya, Wahbah Az-Zuhaili kembali ke Universitas Damaskus pada tahun 1963 M sebagai dosen pada fakultas syariah dan hukum. Di universitas ini ia mengajar *Islamic Law, Islamic Legal Philosophy, dan Comparative Legal Systems*. Ia kemudian menjadi Profesor penuh (Guru Besar) pada tahun 1975 M. Selain mengajar di universitasnya sendiri, Wahbah juga diundang sebagai dosen tamu di berbagai universitas internasional termasuk University of Benghazi (Libya), University of the United Arab Emirates, University of Khartoum (Sudan), University of Riyadh (Arab Saudi), dan mengajar pada program pascasarjana di berbagai institusi di Pakistan dan negara lainnya.⁸³

Sebagai bagian dari dedikasi ilmiahnya, Wahbah aktif dalam berbagai forum keilmuan internasional. Ia menjadi anggota dan memakai posisinya sebagai pengurus dalam sejumlah lembaga fiqh dan hukum Islam seperti:⁸⁴

- a. Majelis Ifta Suriah, memberikan fatwa hukum Islam pada tingkat nasional.
- b. Islamic Fiqh Academy di Jeddah, India, Amerika, Sudan, berpartisipasi dalam diskusi dan pengembangan hukum Islam di tingkat global.
- c. Royal Society for Research on Islamic Civilization (*Aal al-Bayt Foundation*), Yordania, menunjukkan keterlibatannya dalam pengembangan studi Islam lintas negara.

⁸³ Ghofur, *Mozaik Mufasir Alquran: Dari Klasik Hingga Kontemporer*, 147–151.

⁸⁴ Mufid, *Belajar dari Tiga Ulama Syam Fenomenal dan Inspirati*, 97–103.

- d. Ia juga terlibat dalam perumusan dokumen penting seperti *Amman Message* dan *A Common Word*, yang menegaskan prinsip toleransi dan dialog antaragama.

3. Karya-Karya Wahbah Az-Zuhaili

Wahbah Az-Zuhaili adalah salah satu ulama paling produktif di abad ke-20 dan 21 dengan karya-karyanya yang mencapai ratusan judul buku, artikel ilmiah, dan penelitian. Total karya beliau dilaporkan mencapai lebih dari 133 buku dan lebih dari 500 makalah ilmiah, serta jumlah halaman yang mencakup puluhan ribu halaman. Berikut ini adalah beberapa karya beliau yang paling dikenal dan sering dijadikan referensi:⁸⁵

- a. *Al-Fiqh al-Islāmī wa Adillatuhū*, karya monumental lebih dari 8–11 jilid yang merangkum dan membandingkan pendapat seluruh madhhab fiqh.
- b. *Al-Tafsīr al-Munīr fī al-‘Aqīdah wa al-Sharī‘ah wa al-Manhaj*, tafsir Al-Qur’an komprehensif dalam lebih dari 16 jilid, menggabungkan metode tafsir klasik dan kontemporer.
- c. *Uṣūl al-Fiqh al-Islāmī*, buku teori dan filosofi hukum Islam dalam dua jilid.
- d. *Al-Wajīz fī Uṣūl al-Fiqh*, ringkasan dari karya usul fiqh yang lebih panjang.
- e. *A-Fiqh al-Shāfi‘ī al-Muyassar*, karya fiqh yang ditujukan untuk pembaca luas.

⁸⁵ Idlofi dan Ahmad Rezy Meidina, “Konsep Amar Ma’ruf Nahi Munkar Dalam Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Al-Zuhaili : Studi Analisis Teori Hermeneutika Paul Ricouer,” *Jurnal Dirosah Islamiyah* 5, no. 3 (2023): 563–564.

- f. *Al-‘Alāqāt al-Dawliyyah fī al-Islām*, karya tentang hukum internasional Islam dan hubungan antarnegara.
- g. *Human Rights in Islamic Jurisprudence*, kajian hak asasi dari perspektif hukum Islam.
- h. *Financial Transactions in Islamic Jurisprudence*, karya penting pada ekonomi Islam dan hukum keuangan.

B. Kitab *Tafsīr al-Munīr*

1. Latar Belakang Penulisan Kitab *Tafsīr al-Munīr*

Tafsīr al-Munīr karya Wahbah Az-Zuhaili merupakan sebuah tafsir yang ditulis pada masa modern/kontemporer. Wahbah Az-Zuhaili dalam kitab tafsir ini berusaha memadukan orisinalitas tafsir klasik dan keindahan tafsir kontemporer. Hal tersebut dilakukannya karena menurutnya tafsir klasik kurang menawarkan solusi atas permasalahan yang terjadi pada masa kontemporer. Sedangkan penafsiran kontemporer menurutnya juga terlalu menyimpang interpretasinya terhadap Al-Qur'an. Sehingga dalam kitab ini beliau memadukan keduanya.⁸⁶

Wahbah Az-Zuhaili juga melengkapi kitab *Tafsīr al-Munīr* dengan aspek bahasa, i'rab, balaghah, sejarah, hikmah, penetapan hukum, serta memaparkan penjelasan tanpa menyimpang dari topik utama. Kemudian beliau juga mengkompromikan antara *ma'sūr* dan *ma'qūl*; yang *ma'sūr* adalah riwayat dari hadits nabi dan perkataan para salafush-shalih, sedang

⁸⁶ Moch Yunus, "Kajian Tafsir Munir Karya Wahbah Az-Zuhaily," *Jurnal Humanistika* 4, no. 1 (2018): 62.

yang *ma'qūl* adalah yang sejalan dengan kaidah-kaidah yang telah diakui.⁸⁷ Kemudian dalam pengantarnya, beliau menerangkan bahwa penafsirannya didasarkan pada ayat Al-Qur'an dan hadis-hadis shahih dengan menguraikan asbabun nuzul dan takhrij hadisnya. Kemudian beliau juga menghindari cerita-cerita *isra'iliyyāt*, dan riwayat yang lemah.⁸⁸

2. Metode Penafsiran Kitab *Tafsīr al-Munīr*

Kitab *Tafsīr al-Munīr* ini terdiri dari 16 jilid dan ditulis dalam rentang waktu antara tahun 1975 hingga tahun 1991 dan diterbitkan oleh Darul Fikr di Damaskus. Wahbah Az-Zuhaili dalam tafsir ini menggunakan metode penafsiran *tahlili*, dilihat dari runtutan penafsirannya yang dimulai dari surat *Al-Fatihah* hingga surat *Al-nās* sesuai dengan urutannya dalam mushaf. Selain itu juga digunakan metode semi tematik (*maudhū'ī*) karena beliau memberi tema pada sekelompok ayat yang saling berkaitan isi kandungannya seperti tema jihad, waris, hingga kisah-kisah dalam Al-Qur'an.⁸⁹

3. Corak Penafsiran Kitab *Tafsīr al-Munīr*

Wahbah Az-Zuhaili mengarang kitab ini dengan menyatukan corak penafsiran, yaitu penafsiran corak tafsir *bi al-ra'yi* (berdasarkan akal) dan *bi al-ma'sūr* (berdasarkan riwayat), juga memakai bahasa kontemporer yang gamblang dan mudah dipahami. Hal tersebut terlihat pada saat Wahbah Az-Zuhayli mengeluarkan isi idenya dengan menanggapi riwayat-

⁸⁷ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1*, trans. oleh Abdul Hayyie Al-Kattani (Jakarta: Gema Insani, 2013), 4.

⁸⁸ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 1* (Beirut: Dar Al-Fikr, 1991), 5–6.

⁸⁹ *Ibid.*, 9.

riwayat yang ia jelaskan dan meneliti hukum yang terkandung di dalamnya. Walaupun sebenarnya masih ada perbedaan batasan antara *ma'sūr* dan *ra'yi* yang kerap kali campur satu sama lain atau bahkan saling melengkapi.⁹⁰

Tafsir bi al-ma'sūr yang diterapkan oleh Wahba al-Zuhaili lebih mengutamakan keringkasan, yakni riwayat-riwayat yang dijadikan rujukan dalam tafsirnya adalah riwayat yang paling benar saja, yang dinukil dari kitab kitab tafsir klasik sehingga hampir tidak dijumpai perdebatan mengenai kualitas sanad antara riwayat-riwayat yang beragam dalam menjelaskan makna ayat. *Tafsir bi al-ra'yi* yang diaplikasikan Wahba al-Zuhayli ketika menjelaskan penafsiran suatu ayat, yakni penalaran dan ijtihadnya, terlihat tidak mendapatkan porsi yang terlalu besar namun masih menempati porsi yang signifikan di bagian lain dalam menjelaskan kandungan ayat. Dengan itu penyebab adanya pemisahan antara penafsiran ayat (*al-tafsīr wa al-bayān*), yang merupakan pemahaman lahiriyah ayat, dengan penjelasan kandungan ayat (*al-Fiqh al-Hayāt*), yang merupakan pemahaman terhadap pesan-pesan Al-Qur'an yang berhubungan dengan isu-isu yang berkembang di dalam masyarakat, baik dimensi hukum maupun persoalan lainnya.⁹¹

Pada proses penafsiran, Wabah al-Zuhaili senantiasa menyampaikan penjabaran tentang keutamaan dan kandungan surah serta sebanyak tema yang terhubung dengan surah tersebut. Tema tersebut

⁹⁰ Muhammad Sukron, *Tafsir Wahbah Al-Zuhaili Analisis Pendekatan, Metodologi, Dan Corak Tafsir Al-Munir Terhadap Ayat Poligami*, 2, no. 1 (2018): 265–266.

⁹¹ *Ibid.*, 267.

dibahas dengan tiga aspek. Pertama, dari aspek bahasa (*al-lughah*), ia menerangkan istilah-istilah yang berada dalam sebuah ayat dengan menjelaskan segi balagh dan gramatika bahasanya. Kedua, aspek tafsir dan bayan (*al-tafsīr wa al-bayān*), ia mengungkapkan ayat secara jelas sehingga memperoleh kejelasan makna. Ketiga, aspek fikih kehidupan dan hukum (*fiqh al-hayah wa al-ahkām*), ia menggunakan aspek ini untuk menguraikan sebanyak kesimpulan ayat yang berhubungan dengan kehidupan nyata manusia.⁹²

4. Keistimewaan Kitab *Tafsīr al-Munīr*

Keistimewaan Tafsir Munir karya Wahbah Az-Zuhaili ini pertama yaitu metode pembahasan yang merata mulai dari surah *Al-Fatihah* hingga surah *al-Nās* sehingga mempermudah pembaca dalam memahami maksud dan penjelasan dalam tafsir ini. Kemudian yang kedua adalah tafsir ini menggunakan metode *bi al-ma'sūr* (periwayatan) dan *bi al-ra'yi* (penalaran dan ijtihad) yang dimana metode ini adalah metode terbaik untuk menafsirkan Al-Qur'an. Ketiga, beliau juga menyajikan penafsiran yang disesuaikan dengan situasi yang berkembang dan dibutuhkan oleh masyarakat di era kontemporer.

C. Penafsiran Kisah Maryam dalam *Tafsīr al-Munīr*

Maryam merupakan salah satu perempuan yang diceritakan dalam Al-Qur'an. Berdasarkan kitab *Al-Mu'jam al-Mufahras li Alfāz al-Qur'ān al-*

⁹² Ghofur, *Mozaik Mufasir Alquran: Dari Klasik Hingga Kontemporer*, 139.

Karīm karya Muhammad Fuad bin Abdul Baqi’, kata Maryam disebutkan sebanyak 32 kali dalam 12 surat.⁹³ Namun pada pembahasan ini, penulis hanya akan membahas beberapa ayat saja yang membahas mengenai kesucian dan keteguhan Maryam, serta keikhlasannya saat ia dikaruniai anak tanpa ayah. Sehingga pembahasan ini tidak melebar kepada kisah pengasuhan Isa.

Maka setelah meneliti penafsiran ayat dengan dari term Maryam dalam Al-Qur’an, dalam pembahasan ini penulis mengambil ayat-ayat berikut: QS. Āli ‘Imrān ayat 35–37, QS. Āli ‘Imrān ayat 42–43, QS. Maryam ayat 16–26, dan at-Taḥrīm ayat 12. Ayat-ayat tersebut telah penulis klasifikasikan menjadi tiga periode pada kisah Maryam yaitu sebagai berikut:

1. Nazar Ummu Hannah serta Penjagaan Spiritual Sejak dalam Kandungan

QS. Āli ‘Imrān ayat 35–36

إِذْ قَالَتِ امْرَأَتُ عِمْرَانَ رَبِّ إِنِّي نَذَرْتُ لَكَ مَا فِي بَطْنِي مُحَرَّرًا فَتَقَبَّلْ مِنِّي إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (٣٥) فَلَمَّا وَضَعَتْهَا قَالَتْ رَبِّ إِنِّي وَضَعْتُهَا أُنْثَىٰ وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا وَضَعْتَ وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَىٰ وَإِنِّي سَمَّيْتُهَا مَرْيَمَ وَإِنِّي أُعِيذُهَا بِكَ وَذُرِّيَّتَهَا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ (٣٦)

Artinya: “(Ingatlah) ketika istri Imran berkata, “Wahai Tuhanku, sesungguhnya aku menazarkan kepada-Mu apa yang ada di dalam kandunganku murni untuk-Mu (berkhidmat di Baitulmaqdis). Maka, terimalah (nazar itu) dariku. Sesungguhnya Engkaulah Yang Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui.” Ketika melahirkannya, dia berkata, “Wahai Tuhanku, aku telah melahirkan anak perempuan.” Padahal, Allah lebih tahu apa yang dia (istri Imran) lahirkan. “Laki-laki tidak sama dengan perempuan. Aku memberinya nama Maryam serta memohon perlindungan-Mu untuknya dan anak cucunya dari setan yang terkutuk.” (QS. Āli ‘Imrān: 35–36)

⁹³ Muhammad Fuad bin Abdul Baqi, *Mu’jam al-Mufahras li al-Fadzh al-Qur’an al-Karim* (Kaherah: Mathba’ah Darul Kitab al-Mishriyah, 1346), 665.

Wahbah Az-Zuhaili dalam tafsirnya menjelaskan ayat sebelumnya tentang asal muasal keluarga Imran (ayah Maryam) yang merupakan keluarga dengan nasab yang baik. Sehingga baik Imran maupun istrinya, Hannah (ibu Maryam), merupakan orang-orang yang shalih. Kemudian pada ayat 35 dan 36 ini beliau menjelaskan tentang Ummu Hannah yang mandul dan berdoa kepada Allah agar dikaruniai anak. Setelah dikabulkan oleh Allah dan ia hamil, ia kemudian bernazar akan menyerahkan anaknya untuk beribadah dan berkhidmah di Baitul Maqdis saat sudah lahir nanti.⁹⁴

Setelah melahirkan dan mengetahui bahwa bayi yang dilahirkan adalah perempuan, maka istri 'Imran merasa bersedih karena anak yang dinadzarkan untuk berkhidmah di Baitul Maqdis seharusnya adalah anak laki-laki. Sedangkan anak perempuan mengalami datang bulan dan melahirkan, oleh karena itu, tidak cocok untuk melakukan tugas tersebut. Namun, Allah SWT Maha Tahu apa yang ia lahirkan dan kedudukannya. Hal ini mengandung sebuah bentuk pengagungan dan penghormatan terhadap kedudukan dan peran perempuan. Dan anak laki-laki yang ia harapkan tidaksama dengan anak perempuan dalam hal kekuatan, keuletan dan ketabahan di dalam ibadah dan berkhidmah di Masjid al-Aqsha. Akan tetapi, anak perempuan yang ia lahirkan lebih baik dari pada anak laki-laki yang sebelumnya ia harapkan.⁹⁵ Maka sebuah nazar harus tetap dilakukan dan Ummu Hannah memberi nama anak perempuannya Maryam. Nama tersebut memiliki arti pelayan Tuhan dan Ummu Hannah juga meminta

⁹⁴ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2* (Beirut: Dar Al-Fikr, 1991), 229–230.

⁹⁵ *Ibid.*

perlindungan dan penjagaan Allah terhadap Maryam serta keturunannya dari kejelekan setan yang terkutuk.⁹⁶

2. Penerimaan Maryam di Baitul Maqdis serta Penyerahan Kepada Nabi Zakariya

QS. Āli ‘Imrān ayat 37

فَتَقَبَّلَهَا رَبُّهَا بِقَبُولٍ حَسَنٍ وَأَنْبَتَهَا نَبَاتًا حَسَنًا وَكَفَّلَهَا زَكَرِيَّا كُلَّمَا دَخَلَ عَلَيْهَا زَكَرِيَّا الْمِحْرَابَ وَجَدَ عِنْدَهَا رِزْقًا قَالَ يَمْرِئُمُ إِنِّي لَأَكِلُ هَذَا قَالَتْ هُوَ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ (٣٧)

Artinya: “Dia (Allah) menerimanya (Maryam) dengan penerimaan yang baik, membesarkannya dengan pertumbuhan yang baik, dan menyerahkan pemeliharaannya kepada Zakaria. Setiap kali Zakaria masuk menemui di mihrabnya, dia mendapati makanan di sisinya. Dia berkata, “Wahai Maryam, dari mana ini engkau peroleh?” Dia (Maryam) menjawab, “Itu dari Allah.” Sesungguhnya Allah memberi rezeki kepada siapa yang Dia kehendaki tanpa perhitungan.” (QS. Āli ‘Imrān: 37)

Wahbah Az-Zuhaili dalam tafsirnya menjelaskan bahwa ayat 37 ini

berbicara tentang diterimanya Maryam oleh Allah SWT sebagai anak yang dikhususkan untuk beribadah dan berkhidmah di Baitul Maqdis meskipun ia adalah perempuan dan masih kecil. Kemudian Allah menjadikan Zakariya suami bibi Maryam yang dikenal shalih dan berakhlak mulia sebagai orang yang merawat dan mengurus berbagai keperluannya hingga ia tumbuh besar. Hal ini supaya Maryam bisa menimba ilmu yang banyak dan bermanfaat dari Zakariya serta meniru kesalehan dan budi pekertinya. Hingga pada suatu hari di musim dingin Zakariya menemui Maryam di mihrab dan mendapati berbagai macam makanan. Ketika Zakariya bertanya kepada Maryam dari mana asal makanan tersebut ia menjawab

⁹⁶ Ibid., 231.

bahwa itu semua datang dari sisi Allah SWT Dzat Yang memberi rezeki kepada semua manusia.⁹⁷

3. Kesucian Maryam berkat Ketaatan dalam Beribadah

QS. Āli ‘Imrān ayat 42–43

وَإِذْ قَالَتِ الْمَلَكَةُ يَمْرُؤُا إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاكِ وَطَهَّرَكِ وَاصْطَفَاكِ عَلَى نِسَاءِ الْعَالَمِينَ (٤٢) يَمْرُؤُا أَفْنَيْ لِرَبِّكِ وَاسْجُدِي وَارْكَعِي مَعَ الرَّاكِعِينَ (٤٣)

Artinya: “(Ingatlah) ketika Malaikat (Jibril) berkata, “Wahai Maryam, sesungguhnya Allah telah memilihmu, menyucikanmu, dan melebihkanmu di atas seluruh perempuan di semesta alam (pada masa itu).” “Wahai Maryam, taatlah kepada Tuhanmu, sujudlah, dan rukuklah bersama orang-orang yang rukuk.” (QS. Āli ‘Imrān: 42–43)

Wahbah Az-Zuhaili dalam menafsirkan ayat ini menjelaskan bahwa Allah SWT telah menjadikan Maryam sebagai perempuan suci baik secara maknawi dan indrawi. Allah SWT juga memuliakan dirinya atas seluruh kaum perempuan di dunia yang semasa dengannya. Ia tersucikan dari berbagai hal-hal yang kotor seperti haid, nifas dan yang lainnya, tersucikan dari berbagai bentuk aib dan kekurangan yang biasa terdapat pada diri manusia, baik yang bersifat indrawi maupun maknawi. Hal tersebut tidak lain karena Maryam adalah orang yang teguh dalam menjalankan ketaatan serta ketundukan kepada Allah SWT.⁹⁸

Adapun hikmah dalam QS. Ali Imran ayat 42–43 ini adalah sayyidah Maryam a.s. adalah seorang wanita yang banyak beribadah, khusyu', rukuk sujud dan bersungguh-sungguh di dalam beramal. Sehingga

⁹⁷ Ibid.

⁹⁸ Ibid., 243 – 244.

semua ini membuat dirinya disiapkan untuk menerima karunia agung dan keluhuran derajat di dunia dan akhirat.⁹⁹

4. Ketaatan Maryam dalam Menjaga Kehormatannya

QS. at-Tahrīm ayat 12

وَمَرْيَمَ ابْنَتَ عِمْرَانَ الَّتِي أَحْصَيْنَا فَرْجَهَا فَنَفَخْنَا فِيهِ مِنْ رُوحِنَا وَصَدَّقَتْ بِكَلِمَاتِ رَبِّهَا وَكُتِبَ عَلَيْهَا مِنَ الْفَتَنِ (١٢)

Artinya: “Demikian pula Maryam putri Imran yang memelihara kehormatannya, lalu Kami meniupkan ke dalam rahimnya sebagian dari roh (ciptaan) Kami, dan yang membenarkan kalimat-kalimat Tuhannya dan kitab-kitab-Nya, serta yang termasuk orang-orang taat.” (QS. At-Tahrīm: 12)

Wahbah Az-Zuhaili dalam menafsirkan ayat ini menjelaskan bahwa Allah memberi Maryam kombinasi antara kemuliaan dunia dan akhirat, serta menjadikannya sebagai perempuan pilihan melebihi seluruh kaum perempuan dunia pada masanya kala itu, padahal ia hidup di tengah-tengah kaum pendurhaka. Ia memelihara kemaluannya dari kaum laki-laki dan dari perbuatan-perbuatan keji sehingga ia menjadi contoh dan teladan dalam hal ke'iffahan (menjaga kehormatan) dan kesucian. Kemudian Maryam juga termasuk golongan orang-orang yang mengimani kitab-kitab-Nya dan kalimat-kalimat Tuhannya serta ia sangat taat kepada Tuhannya. Keluarga Maryam a.s. adalah keluarga yang saleh dan taat, termasuk orang-orang yang senantiasa beribadah dan tunduk patuh kepada Tuhan mereka.¹⁰⁰

Selain itu ayat ini juga menegaskan bahwa *bertadharru'* atau bersimpuh di hadirat Allah SWT dengan penuh kesungguhan, ketulusan,

⁹⁹ *Ibid.*, 245 – 247.

¹⁰⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 14* (Beirut: Dar Al-Fikr, 1991), 715.

dan kejujuran adalah wasilah untuk menggapai keselamatan dari hukuman dan menggapai pahala tanpa hisab bahwa senantiasa kembali ke hadirat Allah SWT adalah sebuah keniscayaan di setiap hal, dan hanya kepada-Nya-lah tempat kembali.¹⁰¹

5. Kabar Kehamilan, Penyerahan Diri, dan Pengasingan Diri Maryam

QS. Maryam ayat 16–22

وَاذْكُرْ فِي الْكِتَابِ مَرْيَمَ إِذِ انْتَبَذَتْ مِنْ أَهْلِهَا مَكَانًا شَرْقِيًّا (١٦) فَاتَّخَذَتْ مِنْ دُونِهِمْ حِجَابًا فَأَرْسَلْنَا إِلَيْهَا رُوحَنَا فَتَمَثَّلَ لَهَا بَشَرًا سَوِيًّا (١٧) قَالَتْ إِنِّي أَعُوذُ بِالرَّحْمَنِ مِنْكَ إِنْ كُنْتَ تَقِيًّا (١٨) قَالَ إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ لِأَهَبَ لَكِ غُلَامًا زَكِيًّا (١٩) قَالَتْ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَلَمْ يَمْسَسْنِي بَشَرٌ وَلَمْ أَكُ بَغِيًّا (٢٠) قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّئْ وَلْنَجْعَلَهُ آيَةً لِلنَّاسِ وَرَحْمَةً مِنَّا وَكَانَ أَمْرًا مَقْضِيًّا (٢١) فَحَمَلَتْهُ فَانْتَبَذَتْ بِهِ مَكَانًا قَصِيًّا (٢٢)

Artinya: “Ceritakanlah (Nabi Muhammad) kisah Maryam di dalam Kitab (Al-Qur’an), (yaitu) ketika dia mengasingkan diri dari keluarganya ke suatu tempat di sebelah timur (Baitulmaqdis). Dia (Maryam) memasang tabir (yang melindunginya) dari mereka. Lalu, Kami mengutus roh Kami (Jibril) kepadanya, kemudian dia menampakkan diri di hadapannya dalam bentuk manusia yang sempurna. Dia (Maryam) berkata (kepadanya), “Sesungguhnya aku berlandung 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.” (QS. Maryam: 16–22)

Wahbah Az-Zuhaili dalam menafsirkan ayat ini menjelaskan bahwa Maryam berasal dari keluarga yang suci dan baik-baik di kalangan Bani Isra'il. Kemudian ia pergi jauh dari keluarganya untuk beribadah ke

¹⁰¹ Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 14*, 717.

Baitul Maqdis dan ia membuat pembatas untuk menutupi dirinya agar tidak terlihat ketika ia sedang beribadah. Kemudian datanglah laki-laki yang menerobos masuk ke dalam tempat ibadahnya dan ia mengira laki-laki tersebut ingin berbuat jahat kepadanya. Maka ia berlindung kepada Allah darinya, jika laki-laki tersebut termasuk orang yang bertakwa. Laki-laki itu tak lain adalah malaikat Jibril, utusan Allah sebagai perantara untuk memberinya seorang anak laki-laki yang suci dan bersih dari dosa dan kemaksiatan. Bersamaan dengan itu, diriwayatkan bahwa Jibril mengembuskan tiupan ke dalam lubang lengan baju Maryam.¹⁰²

Mendengar hal tersebut Maryam bingung mengenai bagaimana ia dapat melahirkan seorang anak laki-laki padahal saat itu ia tidak bersuami dan juga tidak pernah berbuat zina. Maryam juga menegaskan bahwa tidak seorang manusia pun pernah menyentuhnya mencakup cara yang halal dan yang haram. Maka Jibril menjelaskan bahwa ini merupakan kehendak Allah untuk menciptakan Isa dari seorang ibu, tanpa seorang ayah agar menjadi bukti dan tanda akan kekuasaan-Nya yang luar biasa. Isa, dengan kenabiannya akan menjadi rahmat bagi orang yang beriman. Maryam akhirnya berserah diri kepada qadha dan takdir Allah. Setelah hamil, ia pun menyepi di sebuah tempat yang jauh karena malu kepada kaumnya dan untuk menghindari tuduhan dan ejekan orang-orang karena ia melahirkan tanpa seorang suami.¹⁰³

6. Kelahiran Isa

¹⁰² Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 8* (Beirut: Dar Al-Fikr, 1991), 403 – 406.

¹⁰³ *Ibid.*, 407 – 409.

QS. Maryam ayat 23–26

فَاجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ ۖ قَالَتْ يَلَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا وَكُنْتُ نَسِيًّا
مَّنْسِيًّا (٢٣) فَنَادَاهَا مِنْ تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا (٢٤)
وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقُ عَلَيْكِ رُطَبًا جَنِيًّا (٢٥) فَكُلِي وَاشْرَبِي
وَقَرِّي عَيْنًا ۖ فَإِمَّا تَرِينِ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا ۖ فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا
فَلَنْ أَكَلِمَ الْيَوْمَ أَنْسِيًّا ۖ (٢٦)

Artinya: "Kemudian rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma, dia (Maryam) berkata, "Wahai, betapa (baiknya) aku mati sebelum ini, dan aku menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan." Maka dia (Jibril) berseru kepadanya dari tempat yang rendah, "Janganlah engkau bersedih hati, sesungguhnya Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. Dan goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya (pohon) itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu. Maka makan, minum dan bersenang hatilah engkau. Jika engkau melihat seseorang, maka katakanlah, "Sesungguhnya aku telah bernazar berpuasa untuk Tuhan Yang Maha Pengasih, maka aku tidak akan berbicara dengan siapa pun pada hari ini." (QS. Maryam: 23–26)

Secara keseluruhan, Wahbah Az-Zuhaili menafsirkan ayat-ayat ini sebagai gambaran ujian berat yang dihadapi Maryam sekaligus bukti nyata pertolongan Allah. Peristiwa kelahiran Isa disertai tanda-tanda ilahi yang menegaskan kekuasaan Allah serta memuliakan Maryam sebagai wanita pilihan.

Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan kondisi Maryam yang lemah dan sendirian bersandar pada pangkal pohon kurma saat melahirkan. Dalam kondisi ini Maryam mengungkapkan harapan agar dirinya mati sebelum peristiwa itu terjadi dan menjadi sesuatu yang dilupakan. Namun Az-Zuhaili menegaskan bahwa ucapan ini bukan bentuk keputusan terhadap rahmat Allah, melainkan ekspresi kegelisahan manusiawi. Maryam khawatir akan tuduhan dan fitnah kaumnya, sebab ia dikenal sebagai perempuan suci dan menjaga kehormatan diri. Kemudian Az-

Zuhaili menjelaskan bahwa Maryam memilih tempat yang jauh dari keramaian sebagai bentuk menjaga diri dari pandangan masyarakat. Pohon kurma dalam tradisi Arab melambangkan keberkahan dan sumber kehidupan. Dengan demikian, Allah telah menyiapkan sarana pertolongan di tempat Maryam berlindung. Situasi ini menunjukkan bahwa pertolongan Allah hadir ketika manusia berada dalam titik kelemahan maksimal.¹⁰⁴

Ketika Maryam mendengar seruan agar ia tidak bersedih, dalam seruan itu disebutkan bahwa Allah menjadikan di bawahnya aliran air (*sariyyan*). Az-Zuhaili menafsirkan *sariyyan* sebagai sungai kecil atau mata air yang muncul sebagai mukjizat. Air tersebut memenuhi kebutuhan fisik Maryam sekaligus menjadi simbol rahmat dan kehidupan. Selanjutnya Maryam diperintahkan menggoyangkan batang pohon kurma agar buahnya yang masak berjatuhan. Az-Zuhaili menyoroti bahwa dalam keadaan apapun Allah tetap memerintahkannya untuk berusaha. Di sini terdapat prinsip penting dalam Islam, yaitu kewajiban ikhtiar meskipun hasil akhir berasal dari Allah.¹⁰⁵

Kemudian Maryam diperintahkan untuk makan, minum, dan menenangkan hati (*qarri 'aynan*). Menurut Az-Zuhaili, ini adalah bentuk penghiburan dan pemulihan psikologis bahwa Allah menegaskan bahwa kelahiran Isa adalah kemuliaan, bukan aib. Maryam juga diperintahkan bernazar untuk tidak berbicara kepada siapa pun. Dalam syariat Bani Israil, puasa bicara adalah bentuk ibadah. Strategi ini, menurut Az-Zuhaili,

¹⁰⁴ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 8*, terj. Abdul Hayyie Al-Kattani (Jakarta: Gema Insani, 2013), 356–360.

¹⁰⁵ *Ibid.*

bertujuan agar pembelaan Maryam datang langsung dari mukjizat Nabi Isa yang akan berbicara saat masih bayi.¹⁰⁶



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI AGENG MUHAMMAD BESARI
PONOROGO

¹⁰⁶ *Ibid.*

BAB IV

ANALISIS KISAH MARYAM SEBAGAI LANDASAN MEMBANGUN KONTROL DIRI REMAJA PEREMPUAN

Pada bab sebelumnya telah membahas mengenai penafsiran Wahbah Az-Zuhaili dalam kitab tafsirnya tentang kisah Maryam. Selanjutnya, akan dibahas mengenai makna kisah Maryam terhadap kontrol diri berdasarkan kitab *Tafsīr al-Munīr*. Kemudian juga akan dijelaskan mengenai relevansi kisah Maryam sebagai landasan membangun kontrol diri remaja perempuan.

A. Analisis Kisah Maryam Dan Korelasinya Dengan Konsep Kontrol Diri Perspektif Kitab *Tafsīr al-Munīr*

Berdasarkan penafsiran kisah Maryam perspektif Wahbah Az-Zuhaili dalam *Tafsīr al-Munīr* telah ditemukan makna atau hikmah yang sesuai dengan kontrol diri. Maka dari beberapa ayat mengenai kisah Maryam akan diklasifikasikan menjadi tiga kelompok yaitu kisah kelahiran Maryam (QS. Āli ‘Imrān ayat 35–36), kehidupan, pendidikan dan karamah yang didapatkannya di Mihrab (QS. Āli ‘Imrān ayat 37, QS. Āli ‘Imrān ayat 42–43, dan QS. at-Taḥrīm ayat 12), serta mukjizat kehamilan dan kelahiran Nabi Isa (QS. Maryam ayat 16–22 dan QS. Maryam ayat 23–26,). Berikut pembahasannya:

1. Kisah Kelahiran Maryam

Mengulas kembali penafsiran QS. Āli ‘Imrān ayat 35–36 yang berisi nazar Ummu Hannah serta penjagaan spiritual sejak dalam kandungan. Kedua ayat ini mengisahkan nazar istri Imran (Hannah) yang berniat menyerahkan anak yang dikandungnya untuk berkhidmat di Baitul Maqdis. Ketika anak itu lahir perempuan, yaitu Maryam, ia tetap menerima takdir Allah. Selain itu, ia juga memohon perlindungan bagi Maryam serta keturunannya dari godaan setan.¹⁰⁷

Berdasarkan penafsiran Wahbah Az-Zuhaili di atas menunjukkan ketulusan Ummu Hannah dalam bernazar dan beribadah. Ia berniat menjadikan anaknya sebagai pelayan Baitul Maqdis, yakni tempat ibadah dan pusat pendidikan ruhani pada masa itu. Nazar ini menunjukkan kesadaran bahwa anak adalah amanah Allah yang harus diarahkan kepada pengabdian, bukan sekadar kebanggaan duniawi. Az-Zuhaili menekankan bahwa kata “*muḥarraran*” (yang dibebaskan) berarti anak itu dibebaskan dari urusan duniawi agar fokus beribadah. Ini mencerminkan prioritas spiritual dalam pendidikan keluarga.¹⁰⁸ Ketika bayi itu lahir perempuan, istri Imran berkata bahwa anak perempuan tidaklah seperti anak laki-laki (dalam konteks pelayanan di Baitul Maqdis saat itu). Namun, menurut Az-Zuhaili, pernyataan ini bukan keluhan terhadap ketetapan Allah, melainkan penjelasan kondisi sosial yang berlaku.¹⁰⁹

¹⁰⁷ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, terj. Abdul Hayyie Al-Kattani (Jakarta: Gema Insani, 2013), 245–51.

¹⁰⁸ *Ibid.*, 246.

¹⁰⁹ *Ibid.*, 249.

Kisah Ummu Hannah di atas telah mencerminkan bagaimana seseorang mengenali dirinya (*Ma'rifat an-Nafs*) dan dapat menyelisihi hawa nafsunya. Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa seseorang yang mampu mengenali dirinya tidak akan memiliki penyakit batin yang tersembunyi.¹¹⁰ Kemudian beliau juga menjelaskan bahwa salah satu bentuk *Mujāhadah* adalah ketika memilih bersabar dalam menghadapi keadaan.¹¹¹

Dalam konteks kontrol diri, nazar yang dilakukan Ummu Hannah mencerminkan pengenalan dirinya dilihat dari kemampuannya mengendalikan niat dan tujuan hidupnya. Selain itu ketika melahirkan anak perempuan ia menerima ketetapan tersebut dengan ikhlas yang mencerminkan bentuk *Mujāhadah* yaitu penerimaan terhadap takdir yang ada. Maka kedua hal ini menunjukkan bahwa Ummu Hannah memiliki tujuan hidup yang matang serta memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik dalam menghadapi realitas kehidupan.

Kemudian pada ayat 36 mengenai doa Ummu Hannah yang memohon perlindungan bagi dirinya dan keturunannya dari setan ini menunjukkan pentingnya perlindungan spiritual sejak awal kehidupan anak. Pendidikan akhlak dan iman baiknya dimulai bahkan sebelum anak tumbuh dewasa. Dalam konteks kontrol diri, keluarga menjadi faktor utama dalam pembentukan sikap positif bagi anak. Karena kontrol diri

¹¹⁰ Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin* Jilid 9, 75.

¹¹¹ *Ibid.*, 336.

tidak muncul secara instan, tetapi dibentuk melalui pendidikan iman, lingkungan yang baik, dan pembiasaan nilai-nilai spiritual.

2. Kehidupan, Pendidikan dan Karamah di Mihrab

a. QS. Āli ‘Imrān ayat 37

Ayat ini secara garis besar berisi penerimaan Maryam di Baitul Maqdis serta penyerahan Maryam untuk diasuh oleh Nabi Zakariya. Dalam *Tafsir al-Munir*, Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan bahwa Allah menerima Maryam “*qabūlan hasanan*” (penerimaan yang baik), yakni penerimaan yang disertai dengan penjagaan, pemeliharaan, dan pemilihan khusus. Penerimaan ini bukan hanya bersifat formal, tetapi mencakup pembinaan spiritual dan moral. Adapun “*wa anbatahā nabātan ḥasanan*” dimaknai sebagai pertumbuhan yang sempurna, baik secara fisik, psikologis, maupun spiritual. Maryam tumbuh dalam kesucian, ketaatan, dan akhlak yang luhur. Menurut Az-Zuhaili, ini menunjukkan bahwa pendidikan yang baik adalah hasil dari kehendak Allah yang dipadukan dengan lingkungan saleh.¹¹²

Penyerahan Maryam kepada asuhan Nabi Zakariya juga mengandung makna pedagogis. Zakariya adalah sosok nabi yang saleh dan berilmu, sehingga Maryam dibesarkan dalam suasana ibadah dan ketakwaan. Mihrab yang disebut dalam ayat menunjukkan tempat

¹¹² Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, 246.

husus untuk beribadah, menyendiri, dan mendekatkan diri kepada Allah.¹¹³

Penerimaan dan pertumbuhan Maryam di mihrab melambangkan kehidupan yang terjaga dari pengaruh negatif. Pertumbuhan Maryam yang baik menurut Az-Zuhaili mencakup pembiasaan ibadah dan akhlak mulia sejak dini. Dalam prinsip *riyāḍah* Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa latihan spiritual harus selalu dibina agar membentuk akhlak yang baik.¹¹⁴ Sehingga disiplin spiritual akan melatih kemampuan menunda kepuasan, menahan hawa nafsu, dan konsisten dalam kebaikan. Kondisi Maryam ini menunjukkan disiplin spiritual sebagai fondasi kontrol diri dalam menjaga perilaku, pandangan, dan hati agar tetap berada dalam koridor ketaatan. Adapun lingkungan spiritual yang baik juga memperkuat kemampuan seseorang untuk mengendalikan dorongan nafsu.

Kemudian tentang rezeki yang selalu didapati Zakariya di sisi Maryam, Az-Zuhaili menjelaskan bahwa itu adalah karamah dari Allah. Rezeki tersebut datang tanpa sebab lahiriah yang biasa, sebagai bukti kemuliaan Maryam dan kekuasaan Allah. Jawaban Maryam yang langsung mengembalikan semuanya kepada Allah mencerminkan kemurnian tauhid dan kerendahan hati.¹¹⁵

¹¹³ *Ibid.*, 249.

¹¹⁴ Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin Jilid 9*, 210.

¹¹⁵ Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, 250.

Ketika mendapatkan karamah berupa rezeki yang luar biasa, Maryam tidak menisbatkannya kepada dirinya. Sikap ini menunjukkan kontrol diri terhadap ego dan rasa bangga berlebihan. Dalam konteks psikologis, kemampuan menahan dorongan untuk menyombongkan diri merupakan aspek penting dari *self-control*.

b. QS. Āli ‘Imrān ayat 42–43

Kedua ayat ini secara garis besar berisi dipilihnya Maryam sebagai perempuan yang dijaga disucikan dari Allah serta perintah untuk tetap taat kepada Allah. Pada ayat 42, Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan bahwa kata “*ishṭafāki*” (memilihmu) disebut dua kali dalam ayat ini untuk menunjukkan kemuliaan yang bertingkat. Pertama, Allah memilih Maryam karena ketakwaan dan kesucian pribadinya. Kedua, Allah memilihnya untuk mengemban tugas besar melahirkan Nabi Isa tanpa ayah sebagai mukjizat. Adapun “*ṭahharaki*” (menyucikanmu) dimaknai sebagai penyucian dari dosa, dari tuduhan keji, serta dari akhlak yang tercela. Az-Zuhaili menekankan bahwa kemuliaan Maryam bukan sekadar karena mukjizat, tetapi karena kualitas spiritual dan moralnya.¹¹⁶

Keutamaan Maryam atas perempuan lain pada masanya menunjukkan derajat tinggi yang dicapai melalui ibadah, kesucian diri, dan keteguhan iman. Konsep penyucian Maryam berkaitan langsung dengan kemampuan mengendalikan hawa nafsu dimana ini

¹¹⁶ Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, 259–260.

mencerminkan hasil dari *Mujāhadah* yang panjang. Menurut Al-Ghazali, jiwa harus dilatih melalui ibadah, dzikir, dan pengendalian diri agar terbebas dari dominasi nafsu ammarah (nafsu yang memerintah pada keburukan).

Selanjutnya pada ayat 43 Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan perintah sujud dan rukuk mengisyaratkan kepatuhan total, kerendahan hati, serta konsistensi dalam ibadah. Az-Zuhaili menegaskan bahwa ibadah menjadi sarana menjaga kemurnian jiwa dan memperkuat hubungan dengan Allah. Perintah ini menunjukkan bahwa kemuliaan tidak menjadikan Maryam lalai dari ibadah. Justru semakin tinggi kedudukan seseorang, semakin besar tuntutan ketaatannya.¹¹⁷

Ketaatan Maryam adalah fondasi utama dalam menjaga stabilitas spiritual di tengah ujian besar yang akan dihadapinya. Sujud melambangkan puncak kerendahan diri di hadapan Allah, yang sekaligus menghancurkan kesombongan batin. Sehingga ibadah yang konsisten mampu membentuk kemampuan menunda kepuasan, mengatur waktu, dan menundukkan ego. Al-Ghazali menekankan bahwa *Mujāhadah* membutuhkan keistiqamahan, Maryam diperintahkan untuk terus taat meskipun telah dipilih dan dimuliakan. Ini menunjukkan bahwa perjuangan melawan nafsu adalah proses seumur hidup.

¹¹⁷ Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 2*, 261.

Dalam perspektif Al-Ghazali, kontrol diri adalah hasil dari keberhasilan *Mujāhadah*. Ketika jiwa telah terlatih, seseorang mampu menahan dorongan negatif dan bertindak sesuai tuntunan syariat. Maryam adalah contoh konkret pribadi yang telah mencapai derajat jiwa yang tenang. Maka dalam kedua ayat di atas mengajarkan bahwa kontrol diri mencakup pengendalian rasa bangga dan superioritas. Kontrol diri tidak hanya berarti menahan tindakan lahiriah, tetapi juga membersihkan hati dari kesombongan, iri, dan dorongan negatif.

c. QS. at-Taḥrīm ayat 12

Ayat ini secara garis besar berbicara tentang ketaatan Maryam dalam menjaga kehormatannya. Wahbah Az-Zuhaili menafsirkan kalimat “*allatī aḥṣanat farjahā*” (Yang Menjaga Kehormatannya) bahwa penjagaan Maryam bukan hanya kondisi pasif, tetapi hasil dari ketakwaan, kesungguhan ibadah, dan kesadaran moral yang tinggi. Dalam ayat ini juga ditunjukkan keistiqomahan serta kesempurnaan iman Maryam kepada wahyu, kepada takdir, dan kepada hukum-hukum Allah.¹¹⁸ Dengan demikian, Az-Zuhaili menegaskan bahwa Maryam adalah simbol kesucian, keimanan yang kokoh, dan ketaatan total kepada Allah di tengah ujian besar.

Ayat ini menunjukkan bahwa Maryam tidak hanya beriman secara teoretis, tetapi membuktikannya dalam tindakan nyata. Menurut Al-Ghazali, nafsu syahwat adalah salah satu dorongan terkuat dalam

¹¹⁸ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 14*, terj. Abdul Hayyie Al-Kattani (Jakarta: Gema Insani, 2013), 702.

diri manusia. Kemampuan menahannya membutuhkan latihan spiritual yang serius. Ibadah yang konsisten melatih jiwa agar tidak dikuasai ego dan hawa nafsu. Sikap Maryam yang menjaga kehormatan serta menerima takdir Allah dengan penuh keyakinan mencerminkan keberhasilan *Mujāhadah* terhadap nafsu syahwat.

3. Mukjizat Kehamilan dan Kelahiran Nabi Isa

a. QS. Maryam ayat 16–22

Ayat-ayat ini secara keseluruhan berisi tentang kabar kehamilan yang dibawa oleh malaikat Jibril, penyerahan diri Maryam atas kehendak-Nya serta pengasingan dirinya. Dalam ayat 16–18 Wahbah Az-Zuhaili menerangkan bahwa Maryam mengasingkan diri ke Baitul Maqdis bertujuan untuk beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah. Ia memilih tempat yang jauh dari keramaian sebagai bentuk kesungguhan dalam menjaga kesucian dan fokus spiritual. Kemudian Maryam memasang hijab (penutup) dan memohon perlindungan kepada Allah ketika malaikat Jibril datang dalam rupa manusia. Az-Zuhaili menegaskan bahwa respons Maryam menunjukkan ketakwaan dan ketegasan nilai moral yang ia pegang. Sehingga ini adalah bentuk penjagaan diri yang lahir dari iman yang kuat.¹¹⁹

Kondisi Maryam di atas menunjukkan kontrol diri dalam menjaga batasan serta ketegasan prinsip dalam mempertahankan nilai moralnya. Dalam prinsip *tazkiyat an-nafs* Imam Al-Ghazali

¹¹⁹ Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 8*, 350–351.

menjelaskan bahwa banyak berdzikir atau beribadah kepada Allah adalah jalan menuju penyucian jiwa.¹²⁰ Maryam telah memfokuskan dirinya beribadah di Baitul Maqdis sehingga dengan keimanannya ia mampu membatasi diri dan menjaga kesuciannya. Selain itu ia senantiasa mengingat Allah dalam situasi tak terduga yang menunjukkan pengendalian emosi berbasis iman.

Pada ayat 19–21 menjelaskan kekuasaan Allah mengenai anugerah terhadap Maryam yaitu seorang anak laki-laki yang suci. Kemudian ketika Maryam bertanya mengenai bagaimana mungkin ia memiliki anak, padahal tidak pernah disentuh laki-laki dan bukan wanita yang berbuat zina. Az-Zuhaili menjelaskan bahwa pertanyaan ini bukan bentuk keraguan terhadap kekuasaan Allah, melainkan bentuk keheranan manusiawi. Sehingga Allah menegaskan bahwa hal itu mudah bagi-Nya dan akan menjadi tanda kekuasaan-Nya bagi manusia. Karena kelahiran Nabi Isa tanpa ayah adalah mukjizat sekaligus bukti kebesaran Allah.¹²¹

Ketika mengetahui dirinya akan mengandung, Maryam menerima keputusan Allah meskipun menyadari konsekuensi sosialnya. Al-Ghazali menjelaskan mengenai *mahabbah* yaitu orang beriman yang kuat cintanya kepada Allah. Keimanan Maryam membawa dirinya kepada keikhlasan terhadap kehendak Allah, sehingga ia mampu

¹²⁰ Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin Jilid 9*, 80.

¹²¹ Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 8*, 352.

mengontrol diri dalam menghadapi realitas yang berat dengan kesabaran dan tawakal.

Adapun pada ayat 22 menyebutkan bahwa Maryam mengandung dan kembali mengasingkan diri ke tempat yang jauh. Menurut Az-Zuhaili, tindakan ini menunjukkan sikap menjaga diri dari fitnah dan prasangka masyarakat. Ia memilih menjauh demi menghindari konflik sosial sebelum Allah sendiri menjelaskan kebenaran melalui mukjizat kelahiran Isa.¹²² Pengasingan diri setelah mengandung adalah bentuk manajemen untuk menghindari konflik. Maryam tidak mencari pembenaran atau perdebatan, tetapi mengendalikan nafsu amarahnya untuk menunggu penjelasan Allah atas kondisinya.

b. QS. Maryam ayat 23–26

Ayat-ayat ini secara keseluruhan berbicara tentang ujian berat sekaligus pertolongan Allah ketika Maryam melahirkan Isa. Pada ayat 23–25 Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan kondisi kesendirian dan tekanan batin yang luar biasa yang dialami Maryam karena kehamilannya bukanlah bentuk keputusan terhadap takdir Allah. Melainkan hal ini merupakan ekspresi spontan dari rasa takut menghadapi tuduhan dan celaan masyarakat. Maryam menyadari bahwa kehamilannya tanpa suami akan menimbulkan fitnah besar di tengah kaumnya yang menjunjung tinggi kehormatan. Kemudian adanya

¹²² Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 8*, trans. oleh Al-Kattani, 353.

perintah menggoyangkan pohon kurma mengandung hikmah penting, yaitu meskipun Allah mampu langsung menurunkan kurma tanpa usaha, Maryam tetap diperintahkan berikhtiar. Ini menunjukkan prinsip sunnatullah bahwa manusia harus berusaha meskipun dalam kondisi lemah. Kurma dan air menjadi simbol pemenuhan kebutuhan fisik sekaligus penguat mental bagi Maryam.¹²³

Adapun pada ayat 26, menurut Az-Zuhaili perintah berpuasa bicara ini adalah bentuk perlindungan Allah terhadap Maryam dari perdebatan dan pembelaan diri yang sia-sia. Allah sendiri yang akan membela dan menjelaskan kebenaran melalui mukjizat Nabi Isa. Sikap diam ini bukan kelemahan, tetapi strategi ilahi untuk menjaga kehormatan dan menghindari konflik sosial yang tidak produktif.¹²⁴

Kisah Maryam dalam ayat 23–26 ini banyak mencerminkan konsep kontrol diri terutama dalam menghadapi tekanan psikologis dan sosial. Maryam dengan keteguhan imannya mampu mengelola emosi dalam situasi krisis. Maryam mengalami ketakutan, kesedihan, dan kecemasan, tetapi ia tidak melampiaskan emosinya dalam bentuk tindakan destruktif. Ia tetap berada dalam koridor iman dan kepasrahan kepada Allah. Kemudian ia juga diajarkan untuk menahan lisan dan menyerahkan pembelaan kepada Allah. Dalam banyak konflik, reaksi spontan dari lisan sering memperburuk keadaan.

¹²³ Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir Jilid 8*, 356–357.

¹²⁴ *Ibid.*, 358.

Selain itu Maryam juga bersabar atas tekanan sosial yang menimpanya. Dengan ikhtiar dan tawakal ia menghadapi potensi stigma dan penghakiman masyarakat dengan mengikuti arahan ilahi. Ketika ia menggoyangkan pohon kurma menjadi cerminan bahwa ia juga tetap melakukan usaha walaupun berasa dalam kondisi yang sulit. Sehingga dalam ayat-ayat ini terdapat pelajaran bahwa keteguhan spiritual Maryam mampu membawanya kepada pengendalian emosi, kesabaran, dan kebijaksanaan dalam bertindak.

B. Relevansi Kisah Maryam Sebagai Basis Membangun Kontrol Diri Remaja Perempuan

Kontrol diri dalam Islam bukan sekadar kemampuan psikologis, tetapi buah dari penyucian jiwa. Perempuan khususnya di masa remaja harus memiliki kontrol diri yang kuat dalam keadaan apapun. Supaya remaja perempuan tidak terdampak kepada hal-hal negatif, di usia yang rentan/labil tersebut perempuan memerlukan basis atau fondasi yang kuat untuk pertahanan dirinya.

Maryam merupakan sosok perempuan yang bisa menjadi teladan bagi perempuan-perempuan muslim. Kisahnya dalam Al-Qur'an sangat menakjubkan dan mengandung hikmah yang dapat dijadikan basis kontrol diri untuk remaja perempuan. Maryam mencerminkan keberhasilan *mujāhadah an-nafs* atau perjuangan spiritual yang menghasilkan jiwa yang suci, stabil, dan tunduk sepenuhnya kepada Allah. Dengan demikian, Maryam

menjadi model ideal pembentukan kontrol diri berbasis *tazkiyatun nafs* dan *mujāhadah* spiritual.

Berikut hikmah dari kisah Maryam sebagai basis membangun kontrol diri remaja perempuan:

1. Riwayat Hidup Maryam sebagai Fondasi Kesucian Diri

Riwayat hidup Maryam menunjukkan bahwa sejak awal ia telah berada dalam lingkungan yang sangat religius. Ia merupakan putri dari keluarga Imran yang dikenal sebagai keluarga yang saleh dan taat kepada Allah. Ibunya, Hannah, bahkan telah menazarkan Maryam sejak dalam kandungan untuk mengabdikan kepada Allah. Hal ini menunjukkan bahwa fondasi kesucian Maryam telah dibentuk sejak sebelum ia lahir melalui niat dan doa orang tuanya.

Maryam kemudian diasuh oleh Nabi Zakaria, seorang nabi yang memiliki kedalaman spiritual dan keteladanan yang tinggi. Lingkungan pengasuhan ini sangat berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian Maryam, terutama dalam menanamkan nilai-nilai ibadah, kesabaran, dan ketakwaan. Dengan demikian, riwayat hidup Maryam memperlihatkan bahwa kesucian diri tidak muncul secara tiba-tiba, tetapi merupakan hasil dari proses panjang dalam lingkungan yang kondusif secara spiritual.

2. Pendidikan Spiritual sebagai Benteng Utama Kesucian Diri

Maryam mendapatkan pendidikan yang sangat kuat dalam aspek *tarbiyah ruhiyah* (pendidikan spiritual). Ia dibiasakan untuk beribadah secara intens di mihrab, banyak berzikir, dan senantiasa mendekatkan diri

kepada Allah. Dalam Al-Qur'an disebutkan bahwa Maryam sering berada di mihrab untuk beribadah, yang menunjukkan intensitas hubungan spiritualnya dengan Tuhan. Kedekatan ini melahirkan kesadaran ilahiah (muraqabah), yaitu perasaan selalu diawasi oleh Allah.

Bagi remaja perempuan, pendidikan spiritual ini berperan penting dalam membentuk kontrol diri (*self-control*). Dalam hal ini kontrol eksternal yaitu pengawasan dari orang lain digantikan oleh kontrol internal (*self control*) yaitu kesadaran ilahiah. Dengan demikian, semakin kuat pendidikan spiritual, semakin besar kemampuan remaja perempuan untuk menjaga kesucian dirinya tanpa harus bergantung pada pengawasan langsung.

3. Pendidikan Moral (*'Iffah*) dan Internalisasi Nilai-Nilai

Maryam dikenal sebagai sosok yang memiliki sifat *'iffah* (menjaga kehormatan diri). Ia dididik untuk memiliki sifat-sifat terpuji seperti malu, menjaga kehormatan diri (*'iffah*), sabar, dan tawakal. Nilai-nilai ini menjadi bagian dari karakter yang melekat dalam dirinya sejak usia remaja. Hal ini bukan sekadar hasil pengajaran teoritis, tetapi merupakan hasil dari internalisasi nilai yang mendalam. Dalam konteks psikologi ini disebut dengan kontrol moral dari dalam bukan hanya sekedar kepatuhan karena diawasi.

Remaja perempuan dalam masa labil seringkali rentan terhadap pencarian jati diri, kebutuhan validasi dari lawan jenis, dan rendahnya kontrol diri. Namun jika nilai *'iffah* ditanamkan seperti Maryam, maka

kebutuhan validasi akan digantikan dengan harga diri (*self worth*) dan dorongan eksternal akan dikendalikan oleh prinsip internal. Maka ini menjadikan kesucian bukan sekedar aturan yang harus dijaga tetapi sebagai bagian dari identitas diri yaitu kesadaran diri yang tinggi dalam menjaga batasan-batasan yang sesuai dengan ajaran agama.

4. Lingkungan Religius (*Bi'ah Shalihah*) sebagai Faktor Protektif

Maryam tumbuh dalam lingkungan ibadah (mihrab), yang secara psikologis merupakan lingkungan protektif terhadap penyimpangan perilaku. Lingkungan ini membatasi interaksi negatif, memperkuat kebiasaan ibadah, serta membentuk pola hidup sederhana dan terarah. Pada remaja perempuan, lingkungan menjadi faktor yang sangat krusial karena usia remaja lebih rentan terhadap pengaruh teman yang negatif, media sosial, bahkan pergaulan bebas. Maka, meniru pola Maryam berarti remaja perempuan harus memilih lingkungan yang positif serta memperbanyak aktivitas positif. Lingkungan yang baik dapat mendukung pembentukan kontrol diri yang baik bagi remaja perempuan.

5. Mujāhadah an-Nafs (Perjuangan Mengendalikan Diri)

Kesucian Maryam tidak hanya dibentuk oleh pendidikan, tetapi juga oleh perjuangan diri (*mujāhadah an-nafs*). Ketika menghadapi ujian besar (kehamilan tanpa suami), Maryam tetap menjaga integritas moralnya. Ini menunjukkan bahwa pendidikan memberikan dasar kekuatan karakter bagi Maryam dalam menghadapi ujian.

Bagi remaja perempuan, tantangan yang dihadapi bisa berupa kesepian, krisis identitas serta tekanan sosial. Melalui konsep *mujāhadah an-nafs*, remaja perempuan diajarkan bahwa dorongan negatif bukan untuk diikuti tetapi harus dilawan. Karena kesulitan dalam hidup ini merupakan salah satu sarana pembentukan karakter. Dengan demikian, kesucian diri akan diperoleh melalui perjuangan mengontrol diri.

6. Relevansi Praktis bagi Remaja Perempuan

a. Penguatan Spiritual

Remaja diarahkan untuk membangun hubungan langsung dengan Allah sebagai sumber kekuatan utama. Hal ini bertujuan mengisi kekosongan emosional dengan keyakinan batin yang kuat.

b. Pembentukan Kontrol Diri (Self-Control)

Pembentukan kontrol diri (*self-control*) melalui ibadah, puasa, dan latihan disiplin diri adalah pendekatan menyeluruh yang mengintegrasikan aspek spiritual, mental, dan fisik. Puasa dan ibadah berfungsi sebagai "madrasah" atau pusat latihan untuk menahan dorongan nafsu, mengelola emosi, dan membangun kedisiplinan yang konsisten.

c. Lingkungan yang Terjaga

Menghindari lingkungan yang membawa pengaruh negatif dan aktif membangun komunitas positif adalah langkah krusial untuk kesehatan fisik, mental, dan emosional. Lingkungan yang terjaga, baik

secara fisik maupun sosial dapat meningkatkan kualitas hidup, memicu produktivitas, serta memberikan rasa aman.

d. Penanaman Nilai 'Iffah

Menanamkan nilai *'Iffah* sebagai identitas bukan sekadar aturan berarti mengubah paradigma dari larangan sebagai aturan menjadi wujud kesadaran diri untuk menjaga diri. Dengan menjadikan *'Iffah* sebagai bagian dari identitas, seseorang akan merasa tidak nyaman ketika melakukan perbuatan yang merendahkan dirinya, bahkan jika tidak ada orang lain yang melihat.

Peran pendidikan dan riwayat hidup Maryam dalam menjaga kesucian dirinya sangat kuat, terutama melalui pendidikan spiritual, moral, lingkungan yang religius, serta perjuangan diri yang konsisten. Dalam konteks remaja perempuan, nilai-nilai tersebut tetap relevan dan dapat direkonstruksi sebagai model pendidikan alternatif dalam membangun kontrol diri. Sehingga kisah Maryam memberikan pelajaran penting bagi remaja perempuan masa kini, terutama dalam membangun kontrol diri yang kokoh untuk menjaga kesucian diri di tengah tantangan modern.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Penafsiran Wahbah Az-Zuhaili dalam *Tafsīr al-Munīr* menunjukkan bahwa kisah Maryam dalam Al-Qur'an mencerminkan bentuk kontrol diri berbasis *tazkiyat an-nafs* dan *Mujāhadah* spiritual. Kisahnya menunjukkan pendidikan iman dan doa sebagai perlindungan spiritual sebagai pendukung keberhasilan *mujāhadah an-nafs*. Sehingga Maryam menjadi pribadi yang suci dan tunduk sepenuhnya kepada Allah, serta memiliki ketegasan moral dan ketenangan batin dalam menghadapi kehidupannya.
2. Penafsiran kisah Maryam menurut *Tafsīr al-Munīr* memiliki relevansi yang kuat untuk membangun kontrol diri bagi remaja perempuan. Hal tersebut karena Maryam dengan berbagai ujian kehidupan, ia tetap menjadi perempuan yang terjaga kesuciannya. *Tafsīr al-Munīr* memberikan hikmah dalam setiap penafsirannya sehingga tidak hanya relevan secara teoretis, tetapi juga aplikatif sebagai dasar membangun kontrol diri bagi remaja perempuan.

B. Saran

Melalui penelitian ini penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Penafsiran tokoh dalam Al-Qur'an dapat dijadikan motivasi untuk mengkaji ajaran Islam sebagai suri tauladan bagi kehidupan manusia.

Sehingga penelitian selanjutnya dapat mengembangkan kajian dengan melakukan studi komparatif antara *Tafsīr al-Munīr* dan tafsir-tafsir lainnya, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai penafsiran kisah Maryam. Selain itu, penelitian lanjutan dapat memperluas pendekatan dengan mengintegrasikan perspektif psikologi Islam, pendidikan karakter, atau studi gender agar relevansi kisah Maryam semakin kontekstual terhadap problematika sosial masa kini.

2. Pembaca diharapkan tidak hanya memahami kisah Maryam sebagai narasi historis dalam Al-Qur'an. Kisah Maryam dapat menjadi pedoman praktis dalam membangun pribadi yang tangguh secara spiritual, emosional, dan moral dalam menghadapi tantangan kehidupan. Nilai-nilai keteladanan Maryam dapat diinternalisasikan sebagai dasar pembentukan karakter dan kontrol diri, khususnya bagi remaja perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agami, Dian Sari. "Tahapan Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Kebutuhan Anak Serta Pertumbuhan Dan Perkembangan Remaja." *Jurnal Pena Ilmiah* 3, no. 1 (2019).
- Al-Ghazali, Imam. *Ihya' 'Ulumuddin Jilid 4*. Diterjemahkan oleh Ibnu Ibrahim Ba'adillah. Jakarta: Republika, 2011.
- _____. *Ihya' 'Ulumuddin Jilid 9*. Diterjemahkan oleh Ibnu Ibrahim Ba'adillah. Jakarta: Republika, 2011.
- _____. *Kimiya' al-Sa'adah, Kimia Ruhani untuk Kebahagiaan Abadi*. Diterjemahkan oleh Dedi Slamet Riyadi dan Fauzy Bahreisy. Jakarta: Zaman, 2001.
- Al-Mubarakfuri, Shafiyyurrahman. *Shahih Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3*. Diterjemahkan oleh Abu Ihsan Al-Atsari. Bogor: Pustaka Ibnu Katsir, 2009.
- Ayuningsih, Novelia Safitri, Bintang Hudasaksana, dan Silvia Choiriyah Alfiani. "Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja Ditinjau dari Sikap Kepatuhan Terhadap Orang Tua." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 3 (2023).
- Azizah, Nur, dan Subaidi. "Urgensi Pengajaran Hadits Mujahadah An-Nafs Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Dalam Perspektif Emile Durkheim." *Preschool* 3, no. 2 (2022).
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir Jilid 1*. Beirut: Dar Al-Fikr, 1991.
- _____. *Tafsir Al-Munir Jilid 1*. Diterjemahkan oleh Abdul Hayyie Al-Kattani. Jakarta: Gema Insani, 2013.
- _____. *Tafsir Al-Munir Jilid 2*. Beirut: Dar Al-Fikr, 1991.
- _____. *Tafsir Al-Munir Jilid 2*. Diterjemahkan oleh Abdul Hayyie Al-Kattani. Jakarta: Gema Insani, 2013.
- _____. *Tafsir Al-Munir Jilid 8*. Beirut: Dar Al-Fikr, 1991.
- _____. *Tafsir Al-Munir Jilid 8*. Diterjemahkan oleh Abdul Hayyie Al-Kattani. Jakarta: Gema Insani, 2013.

- _____. *Tafsir Al-Munir Jilid 14*. Beirut: Dar Al-Fikr, 1991.
- _____. *Tafsir Al-Munir Jilid 14*. Diterjemahkan oleh Abdul Hayyie Al-Kattani. Jakarta: Gema Insani, 2013.
- Baihaki. “Studi Kitab Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili dan Contoh Penafsiran Tentang Pernikahan Beda Agama.” , *Jurnal Analisis* 6, no. 1 (2016).
- Baqi, Muhammad Fuad bin Abdul. *Mu’jam al-Mufahras li al-Fadzh al-Qur’an al-Karim*. Kaherah: Mathba’ah Darul Kitab al-Mishriyah, 1346.
- Basel, Wiwin Charolina Putri, Fransisca Iriani Roesmala Dewi, dan Riana Sahrani. “Kontrol Diri sebagai Moderator Hubungan Kesepian dan Kekerasan Siber Remaja Perempuan.” *Psyche 165 Journal* 17, no. 4 (2024).
- Batubara, Jose. “Adolescent Development (Perkembangan.” *Sari Pediatri* 12, no. 1 (2021).
- Baumeister, Roy F., ed. *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications*. New York: Guilford Press, 2004.
- Fathullah, Muhamad. “Implementasi dan Implikasi Pendidikan Karakter Berbasis School Religious Culture di Sekolah Menengah atas Negeri 1 Bangsal Mojokerto.” *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 3, no. 4 (2025).
- Fathurahman, M. *Mujahadah Bacaan dan Amalan Penting untuk Mempercepat Terkabulnya Hajat*. Klaten: Tim Medpress, 2014.
- Fatmawaty, Riryn. “Memahami Psikologi Remaja.” *JURNAL REFORMA* 2, no. 1 (2017).
- Fauziah, Debibik Nabilatul, dan Yayat Herdiana. “Pendidikan Wanita Dalam Al-Qur’an Perspektif Ahli Tafsir Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Agama Islam.” *HAWARI: Jurnal Pendidikan Agama dan Keagamaan Islam* 2, no. 2 (2022).
- Ghofur, Saiful Amin. *Mozaik Mufasir Alquran: Dari Klasik Hingga Kontemporer*. Yogyakarta: Kaukaba, 2013.
- Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Grup, 2010.

- Hanin, Salasia. "Aplikasi Tazkiyah Al-Nafs Menerusi Mujahadah Al-Nafs dalam Kaunseling." *Jurnal Fikiran Masyarakat* 5, no. 2 (2017).
- Helminasari, Shorea, Helnisa, dan Kurnawati Pasulle. "Peningkatan Kesadaran Publik Terhadap Fenomena Sosial Sexting Sebagai Kasus Kekerasan dan Pelecehan Seksual Anak Berbasis Gender Online di Kota Samarinda." *Jurnal Masyarakat Berdaya dan Inovasi* 4, no. 1 (2023).
- Idlofi, dan Ahmad Rezy Meidina. "Konsep Amar Ma'ruf Nahi Munkar Dalam Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Al-Zuhaili: Studi Analisis Teori Hermeneutika Paul Ricoeur." *Jurnal Dirosah Islamiyah* 5, no. 3 (2023).
- Ismail, Noraini, Mardzelah Makhsin, Zainab Mohd Zain, dan Ummi Syarah Ismail. "Mujahadatun Nafs And Riyadhatun Nafs Practices In Forming The Religious Personality Among University Students." *i-LEdHS2021* 1, no. 1 (2021).
- Lazuardi, Aulia Rochmani. "Fenomena Child Grooming sebagai Bentuk Eksploitasi: Memahami Kerentanan Remaja Perempuan." *MA RI Pengadilan Agama Batulicin*, 2025.
- Marsela, Ramadona Dwi, dan Mamat Supriatna. "Kontrol Diri: Definisi dan Faktor." *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research* 3, no. 2 (2019).
- Ma'ruf, Muhammad Ghozali. "Hubungan Konsep Diri dan Self Control dengan Kebermaknaan Hidup." *Indonesian Psychological Research* 1, no. 1 (2019).
- Masykuroh, Siti, Rina Yana, Ahmad Isnaeni, dan Masruchin. "Kepahitan Hidup Maryam dalam Kisah Al-Qur'an." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits* 17, no. 1 (2023): 141–62.
- Mufid, Muhammad. *Belajar dari Tiga Ulama Syam Fenomenal dan Inspirati*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2015.
- Mustari, Siti Fatimah, Anisa Purnama Sari, dan Linda Yarni. "Perkembangan Masa Remaja." *DEWANTARA: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora* 3, no. 3 (2024).
- Nurhayati, Eti. *Psikologi Perempuan dalam Berbagai Perspektif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.

- Perdana, Tazkia Anugraheni. "Kontekstualisasi Kisah Maryam Di Dalam Al-Qur'an Sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer." *Taqaddumi: Journal of Quran and Hadith Studies* 1, no. 1 (2021): 64.
- Purnomo, Heru, Evi Avicenna Agustin, Wiwi Kustio Priliana, Daniel Robert, Ni Ketut Citrawati, dan Rahmi Dwi Yanti. *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*. Cilacap: PT Media Pustaka Indo, 2024.
- Puspita, Rizqi Wahono Wahyuning. "Loneliness Pada Perempuan Yang Kehilangan Sosok Ayah: Studi Kasus Di Kota Probolinggo." Skripsi: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2024.
- Rahman, Rafli Fathur, dan Afdal. "Analisis Kontrol Diri pada Remaja yang Melakukan Perilaku Seks Pranikah." *Current Issues in Counseling* 4, no. 1 (2024).
- Sapitri, Meliza Ayu Sapitri. "Praktek Self Control pada Kisah Maryam Binti Imran dalam Al-Qur'an (Studi Pendekatan Psikologi)." Skripsi: UIN Sultan Syarif Riau, 2025.
- Saputri, Nurul Desy. "Pengaruh Teknologi Dan Media Sosial Terhadap Perubahan Perilaku Remaja." *Jurnal Pendidikan Berkarakter* 2, no. 1 (2024).
- Shihab, Quraish. *Wawasan Al-Qur'an :Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Pustaka Mizan, 1996.
- Sukron, Muhammad. *Tafsir Wahbah Al-Zuhaili Analisis Pendekatan, Metodologi, Dan Corak Tafsir Al-Munir Terhadap Ayat Poligami*. 2, no. 1 (2018).
- Wisudahningsih, Endah Tri. "Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan." *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 4 (2025).
- Yunus, Moch. "Kajian Tafsir Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili." *Jurnal Humanistika* 4, no. 1 (2018).