

***SOCIAL ANXIETY DISORDER* DALAM PERSPEKTIF HADIS
DAN SAINS**

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Agama (S.Ag)



Disusun Oleh :

NIDA LAILA KHOERUNNISSA

NIM. 22105050059

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI ILMU HADIS

FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

2025

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Nida Laila Khoirunnissa

NIM : 22105050059

Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Jurusan : Ilmu Hadis

Alamat Rumah : Gg. Pesantren, RT. 002/001, Dusun Salasa, Desa Cipakem,
Kecamatan Maleber, Kabupaten Kuningan, Jawa Barat,
Indonesia

Alamat di Yogyakarta : Jl. Timoho No. 122b, Kel. Demangan, Gondokusuman,
Kota Yogyakarta, DI Yogyakarta, ID 55221

Telp/HP : 082324088384

Judul : *Social Anxiety Disorder* dalam Perspektif Hadis dan Sains

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

Skripsi yang saya tulis ini benar-benar asli tulisan saya dan bukan merupakan hasil plagiasi, baik sebagian maupun seluruhnya. Semua sumber informasi dan gagasan yang digunakan dalam penelitian ini telah saya cantumkan secara layak. Skripsi ini belum pernah diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar atau mengikuti ujian di universitas lain. Setiap bentuk kontribusi dari pihak lain, baik berupa bimbingan, penyuntingan, maupun bantuan lainnya, telah saya akui dengan sepentasnya. Saya sepenuhnya memahami konsekuensi dari tindakan plagiarisme dan dengan ini menegaskan bahwa skripsi ini adalah murni hasil karya saya sendiri. Oleh karena itu, apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan hasil dari plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 17 November 2025

Yang membuat pernyataan,



Nida Laila Khoirunnissa
Nida Laila Khoirunnissa

NIM. 22105050059

**NOTA DINAS PEMBIMBING
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI**

Hal : Skripsi
Lamp : -

Kepada Yth.
**Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta**

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan arahan dan mengoreksi serta melakukan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama	: Nida Laila Khoirunnissa
NIM	: 22105050059
Program Studi	: Ilmu Hadis
Judul Skripsi	: <i>Social Anxiety Disorder</i> dalam Perspektif Hadis dan Sains

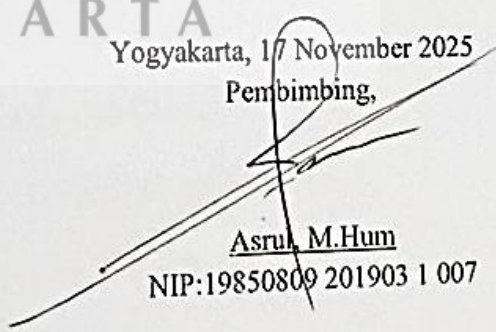
Setelah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Program Studi Ilmu Hadis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan. Untuk itu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 17 November 2025
Pembimbing,


Asrul M. Hum
NIP:19850809 201903 1 007



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-2246/Un.02/DU/PP.00.9/12/2025

Tugas Akhir dengan judul : *SOCIAL ANXIETY DISORDER* DALAM PERSPEKTIF HADIS DAN SAINS

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NIDA LAILA KHOERUNNISSA
Nomor Induk Mahasiswa : 22105050059
Telah diujikan pada : Selasa, 02 Desember 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 6944a2778ba9a

Ketua Sidang/Penguji I

Asrul, M.Hum.

SIGNED



Valid ID: 6944b481ae6d7

Penguji II

Prof. Dr. Nurun Najwah, M.Ag

SIGNED



Valid ID: 6944b576a6500

Penguji III

Lathif Rifa'i, S.Th.I., M.Hum.

SIGNED



Valid ID: 6944ese803553

Yogyakarta, 02 Desember 2025

UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum.

SIGNED

MOTTO

Dan aku menyerahkan urusanku kepada Allah.

(QS. Ghafir: 44)

*Apa yang tak bisa kau raih walau kau telah berupaya, itu hanya tanda kau tak
membutuhkannya. Apa yang tak bisa kau miliki meski kau telah penuhi, itu
hanya tanda kau lebih baik tanpanya.*

(rumahsakit – apa yang tak bisa)

In the end all gonna be alright, but it might take a hundred sleepless nights.

(Lany – Thru These Tears)



PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan khusus untuk sosok perempuan kecil yang hebat, yaitu diri saya sendiri, yang telah berhasil melewati setiap ketakutan dan kecemasannya untuk terus melangkah ke depan.

Untuk keluarga saya, terutama Abi dan Mamah yang tiada henti untuk selalu memberikan dukungan beserta do'anya dalam setiap langkah yang penulis lalui.



PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman Transliterasi Arab-Latin ini merujuk pada SKB Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI, tanggal 22 Januari 1988 No: 158/1987 dan 0543b/U/1987.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba'	b	be
ت	ta'	t	te
ث	ša'	š	es (dengan titik di atas)
ج	jim	J	je
ح	ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha	kh	ka dan ha
د	dal	d	de
ذ	ḏal	ḏ	ze (dengan titik di atas)
ر	ra'	r	er
ز	zai	z	zet
س	sin	s	Es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	d (dengan titik di bawah)
ط	ṭa'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa'	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	koma terbalik (di atas)
غ	gain	g	ge
ف	Fa'	f	ef
ق	qaf	q	qi
ك	kaf	k	ka
ل	lam	l	el
م	mim	m	em
ن	nun	n	en

و	wawu	w	we
هـ	ha'	h	ha
ء	hamzah	'	Apostrof (tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ي	ya'	y	ye

B. Konsonan rangkap karena tasydīd ditulis rangkap:

متَعَقِّدِينَ ditulis *muta'aqqidīn*

عِدَّة ditulis *'iddah*

C. *Tā' marbūṭah* di akhir kata

1. Bila dimatikan, ditulis h:

هِبَةٌ ditulis *hibah*

جِزْيَةٌ ditulis *jizyah*

(ketentuan ini tidak diperlukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia seperti zakat, shalat dan sebagainya, kecuali dikehendaki lafal aslinya).

2. Bila dihidupkan karena berangkaian dengan kata lain, ditulis t ditulis

نِعْمَةُ اللَّهِ ditulis *ni'matullah*

زَكَاةُ الْفِطْرِ ditulis *zakātul-fiṭri*

D. Vokal pendek

اَ (fathah) ditulis a contoh ضَرَبَ ditulis *arab*

إِ (kasrah) ditulis i contoh فَهِمَ ditulis *fahima*

أُ (dammah) ditulis u contoh كُتِبَ ditulis *kutiba*

E. Vokal panjang:

1. Fathah+alif ditulis ā (garis di atas)

جاهلية

ditulis *jāhiliyyah*

2. Fathah+alif maqṣūr, ditulis ā (garis di atas)

يسعى

ditulis *yas'ā*

3. Kasrah+yā' mati, ditulis ī (garis di atas)

مجيد

ditulis *majīd*

4. Dammah+wau mati, ditulis ū (garis di atas)

فروض

ditulis *furūd*

F. Vokal rangkap:

1. Fathah+yā' mati, ditulis ai

بينكم

ditulis *bainakum*

2. Fathah+wau mati, ditulis au ditulis

قول

ditulis *qaul*

G. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata, dipisahkan dengan apostrof

أأنتم

ditulis *a'antum*

أعدت

ditulis *u'iddat*

لئن شكرتم

ditulis *la'in syakartum*

H. Kata Sandang Alif+Lam

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis al-

القرآن ditulis *al-Qur'ān*

القياس ditulis *alqiyās*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, sama dengan huruf qamariyah

الشمس ditulis *al-syams*

ألسماء ditulis *al-samā'*

- I. Huruf besar
Huruf besar dalam tulisan Latin digunakan sesuai dengan Ejaan Yang Disempurnakan (EYD).



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ, وَبِهِ نَسْتَعِينُ وَعَلَى أُمُورِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَالصَّلَاةِ وَالسَّلَامِ عَلَى أَشْرَفِ
الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, serta nikmat sehat jasmani dan rohani yang tiada batasnya, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “*Social Anxiety Disorder* Dalam Perspektif Hadis dan Sains”. Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Sholawat beserta salam, senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai suri tauladan bagi seluruh umatnya, yang membawa manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh cahaya dan petunjuk. Semoga shalawat dan salam senantiasa tersampaikan kepada beliau, keluarga, sahabat dan semua pengikutnya hingga zaman akhir.

Penulis menyadari terdapat banyak kekurangan dalam skripsi ini dan tentunya jauh dari kata sempurna, sehingga skripsi ini membutuhkan berbagai saran dan kritik yang membangun dari pembaca untuk perbaikan di masa yang akan datang, agar skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi ilmu yang diridhoi oleh Allah SWT.

Dalam kesempatan kali ini, penulis juga ingin menyampaikan begitu banyak rasa syukur serta ucapan terima kasih untuk setiap doa, motivasi, bantuan serta dukungan yang diberikan kepada penulis selama proses penyelesaian skripsi ini. Dengan penuh kasih serta rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Noorhaidi Hasan., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

2. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Drs. Indal Abror, M.Ag., selaku Ketua Program Studi Ilmu Hadis serta dosen panutan penulis dalam memahami keilmuan hadis.
4. Bapak Asrul, M.Hum., selaku Dosen Pembimbing Skripsi serta Sekretaris Program Studi Ilmu Hadis yang senantiasa meluangkan waktu di tengah kesibukannya serta turut sabar dalam memberikan arahan dan membimbing penulis menyusun skripsi. Setiap panduan yang beliau beri, menjadikan penulis semakin giat untuk terus belajar dan memperbaiki kesalahan. Terima kasih banyak bapak.
5. Bapak Dr. Muhammad Akmaluddin, M.S.I. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan, petunjuk serta bimbingannya selama penulis menempuh studi di Program Studi Ilmu Hadis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, khususnya pada Program Studi Ilmu Hadis, yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perjalanan kuliah penulis.
7. Seluruh staff Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, atas bantuan berupa pelayanan, bantuan, dan kemudahan administrasi penulis selama masa studi berlangsung.
8. Mamah dan Abi, atas kasih sayang, dukungan, do'a serta ribuan nasihat yang mereka berikan, selalu menjadi dorongan utama dalam setiap langkah penulis. Mereka merupakan satu-satunya tempat pulang paling tenang nan hangat kala semuanya terasa sangat riuh dan berantakan. Terima kasih telah menjadi orang tua terbaik, yang selalu sabar dalam memberikan bimbingan, yang selalu mendukung dalam setiap keputusan terbaik,

9. A Fajar, Naba, Hibban, serta seluruh anggota keluarga penulis, yang senantiasa mendo'akan, memberi dukungan dan kasih sayang, serta motivasi kepada penulis selama menjalani pendidikan. Semoga senantiasa diberikan kemudahan dan kelancaran oleh Allah SWT.
10. Sahabat terbaik penulis, Shobrina, Afrisya, Neng Alfi, Yudhita, Valina, Muna, Aisya, Ela, yang meskipun sekarang sudah berada di jalan pilihan masing-masing, namun rasa hangatnya masih tetap terasa, dukungan serta do'a-do'anya masih selalu dilangitkan kepada satu sama lain. Terima kasih untuk terus saling mengingatkan dan saling memeluk meski dari jauh. Semoga dimanapun dan kemanapun kalian melangkah, Allah senantiasa memberikan kemudahan.
11. Arina Ulin Na'mah dan Dea Nurfadhilah, yang seringkali menjadi tempat curhat dan tempat melepas keluh serta emosi penulis. Terima kasih sudah mau mendengarkan setiap hal yang terjadi dalam hidup penulis. Semoga Allah SWT selalu memberikan kebahagiaan serta kelancaran dalam setiap langkah kalian.
12. Luthvira Dyah Wahyudi, yang telah menemani penulis dalam proses menyusun skripsi, memberikan motivasi serta konsisten dalam mengingatkan dan meyakinkan penulis untuk menyelesaikan skripsi. Terima kasih sudah menularkan semangatnya yang tinggi, semoga kemana pun langkahmu setelah ini diberikan kelancaran oleh Allah.
13. Sofia Lestari, Syifa Zulfa Zakiyah dan Alfina Khairunnisa, yang telah menemani penulis selama perkuliahan, dari awal masa orientasi kampus hingga akhir perkuliahan. Terima kasih untuk setiap bantuan, dukungan serta ajakannya dalam mencoba hal-hal baru. Semoga pertemanan ini mampu terus terhubung baik sampai nanti kembali berjalan di tujuan masing-masing.
14. Teman-teman penulis selama perkuliahan, Ridhya, Ragil, Fadel, Fiqi, Meyla, Rozan, serta teman-teman Program Studi Ilmu Hadis Angkatan

2022 lainnya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih sudah menjadi teman-teman yang baik selama perkuliahan. Mengenal serta berteman bersama kalian memberikan banyak pelajaran dan kenangan berharga yang pastinya akan selalu penulis ingat sebagai masa perkuliahan yang menyenangkan.

15. Teman-teman sejak masa SMA yang sampai saat ini masih senantiasa menjadi teman terbaik penulis, Nurin Saniawati, Nanda Umu Hani, Ikha Solikha, Nadia Nurmala, yang senantiasa memberikan dukungan, do'a-do'anya serta menjadi tempat berkeluh kesah paling hangat hingga saat ini. Meski sudah berjalan pada kehidupan masing-masing, namun respon serta dukungannya tidak pernah berubah. Semoga Allah selalu hadirkan hal-hal baik di setiap langkah perjalanan kalian.
16. Nourma Azizah, Putri Nabilah dan Nurindah Gita, teman-teman yang tidak hanya menemani penulis selama kegiatan Kuliah Kerja Nyata, tetapi juga terus memberi dukungan serta semangatnya hingga tahap menyelesaikan skripsi. Semoga dalam setiap langkahnya selalu dipertemukan dengan hal-hal baik oleh Allah.
17. D'mitriev Abraham Haryanto, Caleb Janson, Kamari Sky Wassink, balita-balita lucu dan menggemaskan yang ada di platform Tiktok. Tingkah menggemaskan mereka yang kerap kali penulis tonton lewat video-video tiktok, menjadi salah satu hiburan yang mampu meningkatkan *mood* penulis saat lelah dalam mengerjakan skripsi.
18. Lany, Rumahsakit, Enhypen, NCT, serta beberapa grup band lainnya yang telah menemani penulis dalam menyelesaikan skripsi ini lewat karya-karyanya yang penuh makna. Setiap lirik yang dinyanyikan turut serta menumbuhkan semangat dan menyadarkan penulis untuk tetap tenang, tetap hidup, serta tetap berjalan meski pelan dan tertinggal. Terima kasih telah membantu untuk tetap bertahan dalam perjalanan yang tidak singkat ini.

19. Seluruh pihak yang ikut terlibat dalam proses penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih telah hadir menemani penulis dalam masa-masa jenuh, serta atas semua dukungan dan semangat yang diberikan. Semoga kebaikannya dibalas dengan setiap hal baik yang Allah berikan.
20. Terakhir, kepada jiwa kecil yang begitu hebat, yaitu diri sendiri. Terima kasih telah percaya kepada diri sendiri dan berhasil melalui ketakutan serta kecemasan yang datang tiap kali proses melangkah. Terima kasih untuk tidak lebih memilih menyerah dibandingkan dengan berjalan menghadapi semuanya sendirian, serta terima kasih untuk tetap terus memeluk diri sendiri kala semuanya terasa rapuh dan berantakan. Segala bentuk kesabaran, keyakinan dan ketekunan yang dilalui perlu adanya penghargaan setinggi-tingginya. Semoga tetap menjadi sosok perempuan ceria nan menyenangkan yang menaburkan banyak kebahagiaan serta tawa pada orang lain.

Yogyakarta, 17 November 2025

Penulis

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Nida Laila Khoirunnissa

NIM. 22105050059

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “*Social Anxiety Disorder Dalam Perspektif Hadis dan Sains*” berfokus pada pemahaman terkait perilaku isolasi atau penarikan diri yang dilakukan oleh penderita *social anxiety disorder*. *Social anxiety disorder* atau gangguan kecemasan sosial merupakan salah satu gangguan psikologis yang diikuti dengan perasaan takut dan cemas secara berlebihan terhadap situasi yang mengharuskannya untuk bersosialisasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana pandangan hadis, melalui teori hadis sains Zaghul Najjar, terhadap perilaku penghindaran diri yang dilakukan penderita *social anxiety disorder* serta mengintegrasikannya dengan salah satu teori sains dalam bidang psikologi, yaitu teori kecerdasan interpersonal Howard Gardner.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan kajian pustaka (*library research*), yang menjadikan hadis tentang interaksi sosial riwayat at-Tirmidzi sebagai data primer, serta hadis-hadis pendukung yang bersumber dari *kutubuttis'ah*, kajian ilmiah dari jurnal-jurnal psikologi dan literatur lain yang relevan sebagai data sekunder. Data dianalisis secara deskriptif dengan mengaitkan makna hadis dan teori sains untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai *social anxiety disorder*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hadis tentang interaksi sosial riwayat at-Tirmidzi dan kecerdasan interpersonal sama-sama menekankan pentingnya menjalin hubungan serta berinteraksi sosial dengan orang lain sebagai bagian dari kesempurnaan iman dan keseimbangan fungsi sosial maupun emosional manusia. Dengan demikian, *social anxiety disorder* dapat dipahami melalui dua perspektif yang saling melengkapi, yang keduanya memberikan gambaran terkait aspek spiritual dan psikologis dalam diri manusia secara menyeluruh.

Kata kunci: *Social Anxiety Disorder, Hadis Sains, Kecerdasan Interpersonal, Interaksi Sosial.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
PEDOMAN LITERASI ARAB-LATIN	vii
KATA PENGANTAR.....	xi
ABSTRAK.....	xvi
DAFTAR ISI.....	xvii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Tinjauan Pustaka.....	9
F. Kerangka Teori	11
1. Teori Hadis Sains Zaghlul Najjar.....	11
2. Teori Kecerdasan Interpersonal Howard Gardner	13
G. Metodologi Penelitian.....	15
1. Jenis Penelitian.....	15
2. Sumber Data.....	15
3. Teknik Pengumpulan Data.....	16
4. Analisis Data	16
H. Sistematika Pembahasan.....	17

BAB II : TINJAUAN UMUM SOCIAL ANXIETY DISORDER.....	19
A. Definisi <i>Social Anxiety Disorder</i>	19
B. Faktor Penyebab <i>Social Anxiety Disorder</i>	25
1. Faktor Genetik dan Biologis	25
2. Faktor Psikologis	26
3. Faktor Lingkungan.....	28
C. Gejala <i>Social Anxiety Disorder</i>	31
D. Dampak <i>Social Anxiety</i>	33
E. Penanganan <i>Social Anxiety Disorder</i>	35
 BAB III : PEMAHAMAN HADIS TENTANG INTERAKSI SOSIAL BERDASARKAN TEORI HERMENEUTIKA ZAGHLUL NAJJAR.....	 40
A. Redaksi Hadis	40
B. Takhrij Hadis	43
C. I'tibar Sanad.....	45
D. Analisis Sanad Hadis	48
E. Analisis Matan Hadis	57
F. Pemahaman Hadis Berdasarkan Teori Zaghul Najjar	63
1. Menentukan Hadis Bernuansa Sains	64
2. Memastikan Kualitas Hadis	65
3. Mengumpulkan Hadis-Hadis Setema	66
4. Analisis Bahasa.....	70
5. Analisis Konteks Hadis.....	72
6. Mengkorelasikan Hadis dengan Al-Qur'an dan Hadis Lain.....	74
7. Memahami Hadis Melalui Pendekatan Sains Modern.....	77

BAB IV : INTEGRASI HADIS INTERAKSI SOSIAL DENGAN TEORI KECERDASAN INTERPERSONAL DALAM ANALISIS <i>SOCIAL ANXIETY DISORDER</i>	81
A. Teori Kecerdasan Interpersonal Howard Gardner	81
B. Hubungan Teori Kecerdasan Interpersonal dengan <i>Social Anxiety</i>	86
C. Relevansi Hadis Interaksi Sosial terhadap <i>Social Anxiety</i>	90
D. Hadis Interaksi Sosial sebagai Penguat Kecerdasan Interpersonal.....	91
E. Analisis <i>Social Anxiety Disorder</i> Menurut Perspektif Hadis dan Sains Psikologi	96
BAB V : PENUTUP	103
A. Kesimpulan	103
B. Saran	105
DAFTAR PUSTAKA	106
CURRICULUM VITAE	114

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia pada hakikatnya adalah makhluk sosial (*homo socius*), yang keberadaannya tidak dapat dipisahkan dari manusia lain. Aspek yang diperlukan dalam hidup berdampingan dengan orang lain salah satunya adalah perlu adanya komunikasi ataupun interaksi sosial antar masing-masing individu dengan lingkungannya, sebagai bentuk timbal balik sesama makhluk sosial.¹ Interaksi sosial adalah proses berkomunikasi suatu kelompok maupun individu dengan lingkungannya guna menjalin hubungan bermasyarakat yang harmonis dan saling menghormati. Hal ini terjadi pada dinamika kehidupan sehari-hari, baik dalam lingkungan kecil maupun besar. Bahkan, interaksi menjadi suatu keharusan dalam menjalani kehidupan sosial dimana pun seseorang berada.

Pentingnya berinteraksi sosial tidak hanya berpengaruh terhadap lingkungan yang menjadi semakin harmonis, namun juga berinteraksi dengan baik dapat memberikan pengaruh dan juga keuntungan bagi kehidupan pribadi, seperti komunikasi yang baik dengan orang lain dapat menghasilkan kerjasama yang baik pula antar satu sama lain dan sebaliknya, sedangkan komunikasi atau interaksi yang buruk dengan orang lain dapat memungkinkan hubungan yang kurang baik pula bahkan bisa terjadi konflik satu sama lain.² Oleh karena itu, interaksi sosial berperan sangat penting dalam menjalani kehidupan, tanpa adanya interaksi antar masing-masing individu atau kelompok maka tidak akan tercipta kehidupan yang harmonis.

¹ Shohibul Hidayah *et al.*, *Etika Berinteraksi Menurut Pandangan Islam*, JURRAFI: Jurnal Riset Rumpun Agama dan Filsafat 1, no. 2 (2022): 83-94

² Nashrillah MG, *Peranan Interaksi dalam Komunikasi Menurut Islam*, Jurnal Warta Dharmawangsa, no. 52 (2017): 52

Islam adalah agama yang selalu mengajarkan kebaikan, baik untuk diri sendiri maupun untuk orang lain, manusia akan selalu terhubung dengan manusia lainnya. Al-Qur'an menyebutkan bahwasanya manusia memulai berinteraksi sejak ia berada dalam kandungan, interaksi itu berlangsung antara seseorang dengan penciptanya, hal ini menunjukkan bahwa manusia tidak pernah terlepas dari berinteraksi. Dalam bersosialisasi, Islam sering kali mengajarkan pentingnya menjalin relasi yang harmonis dengan sesama melalui interaksi sosial, karena pada dasarnya Allah tidak menciptakan manusia sendirian melainkan untuk hidup saling berdampingan, membangun tali silaturahmi, dan saling membantu satu sama lain.³ Atas dasar tersebut, Allah SWT menegaskan dalam Q.S An-Nisa ayat 1;

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا
وِنِسَاءً ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

“Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya Allah menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Dan bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain, dan (peliharalah) hubungan silaturrahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu”. (Q.S An-Nisa:1)

Ayat yang dipaparkan di atas menunjukkan bahwasanya manusia tidak diciptakan untuk hidup sendiri melainkan untuk saling berdampingan dan tolong menolong dengan orang lain, saling mengingatkan pada kebaikan, dan juga saling membangun hubungan baik dengan selalu berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain. Bahkan, Rasulullah SAW juga mengatakan bahwa orang yang bergaul atau berinteraksi dengan orang lain lebih utama dibandingka dengan orang yang tidak bergaul sama sekali dengan orang lain.

³ Shohibul Hidayah *et al.*, *Etika Berinteraksi Menurut Pandangan Islam*, JURRAFI: Jurnal Riset Rumpun Agama dan Filsafat 1, no. 2 (2022): 83-94

Hal ini terdapat pada hadis riwayat Imam al-Tirmidzi no. 2507;

حَدَّثَنَا أَبُو مُوسَى مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى قَالَ: حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي عَدِيٍّ، عَنْ شُعْبَةَ، عَنْ سُلَيْمَانَ الْأَعْمَشِ، عَنْ يَحْيَى بْنِ وَثَّابٍ، عَنْ شَيْخٍ، مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَرَاهُ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «الْمُسْلِمُ إِذَا كَانَ يُخَالِطُ النَّاسَ وَيَصْبِرُ عَلَى أَدَاهُمْ خَيْرٌ مِنَ الْمُسْلِمِ الَّذِي لَا يُخَالِطُ النَّاسَ وَلَا يَصْبِرُ عَلَى أَدَاهُمْ»

“Telah menceritakan kepada kami Abu Musa Muhammad bin Al Mutsanna, telah bercerita kepada kami Ibnu Abi 'Adi dari Syu'bah dari Sulaiman Al A'masy dari Yahya bin Watsab dari seorang syeikh salah seorang sahabat Rasulullah dari Nabi beliau bersabda, "Jika seorang muslim bergaul (berinteraksi sosial) dengan orang lain dan bersabar atas gangguan mereka, adalah lebih baik daripada seorang muslim yang tidak bergaul (tidak berinteraksi sosial) dengan orang lain dan tidak bersabar atas gangguan mereka." (HR. Tirmidzi no. 2507)⁴

Selain itu, Rasulullah senantiasa mengajarkan untuk menghindari interaksi yang buruk dengan orang lain, hal ini dikarenakan interaksi yang buruk justru menimbulkan hubungan antar sesama yang buruk juga, bahkan cukup memungkinkan akan timbulnya permusuhan atau pun kebencian diantara keduanya. Pernyataan ini juga terdapat pada hadis yang diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi no. 2508;

حَدَّثَنَا أَبُو يَحْيَى مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الرَّحِيمِ الْبَغْدَادِيُّ حَدَّثَنَا مُعَلَّى بْنُ مَنْصُورٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ حَجْفَرٍ الْمَخْرَمِيُّ هُوَ مِنْ وَلَدِ الْمِسْوَرِ بْنِ مَخْرَمَةَ عَنْ عُنْمَانَ بْنِ مُحَمَّدٍ الْأَحْنَسِيِّ عَنْ سَعِيدِ الْمُقْبَرِيِّ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِيَّاكُمْ وَسُوءَ ذَاتِ الْبَيْنِ فَإِنَّهَا الْحَالِقَةُ

“Telah menceritakan kepada kami Abu Yahya Muhammad bin Abdur Rahim Al Baghdadi, telah bercerita kepada kami Mu'alla bin Manshur, telah bercerita kepada kami Abdullah bin Ja'far Al Makhzumi dia adalah anak Al Miswar bin Makhramah, dari 'Utsman bin Muhammad Al Ahnasi dari Sa'id Al Maqburi dari Abu Hurairah bahwa Nabi

⁴ Abu 'Isa Muhammad bin 'Isa at-Tirmidzi, *Al-Jami' Al-Kabir Sunan At-Tirmidzi*, Maktabah Syamilah, No. 2507, *Shahih* menurut Al-Albani

bersabda, "Jauhilah oleh kalian interaksi sosial yang buruk, karena bisa menjadi penghancur." (HR. Tirmidzi no. 2508)

Menurut Abu Isa, hadis tersebut termasuk hadis *gharib* dengan jalur sanad yang sesuai. Pada hadis tersebut, Nabi memerintahkan untuk menjauhi interaksi sosial yang buruk dengan tujuan agar tidak terciptanya komunikasi yang menyebabkan permusuhan antar satu sama lainnya.

Namun pada kenyataannya, tidak semua orang bisa dan berani untuk memulai berinteraksi sosial dengan orang lain. Pada beberapa orang, kecemasan dan ketakutan seringkali muncul ketika menghadapi situasi yang mengharuskannya untuk berinteraksi dengan orang lain, dalam ilmu psikologi gangguan seperti ini dikenal dengan "*Social Anxiety Disorder*". *Social anxiety disorder* adalah gangguan dimana individu mengalami ketakutan dan kecemasan yang berlebihan ketika menghadapi situasi sosial atau situasi yang mengharuskannya untuk berinteraksi.⁵ Meskipun hal ini cukup dasar bagi manusia biasa pada umumnya, namun bagi individu yang memiliki gangguan kecemasan sosial, hal ini justru menjadi sesuatu yang membuatnya tidak nyaman, bahkan beberapa dari mereka merasa interaksi sosial justru menjadi sesuatu yang cukup mengancam baginya.

Menurut La Greca dan Lopez, *social anxiety disorder* adalah gangguan rasa takut dan juga cemas yang berlebihan saat menghadapi kondisi sosial atau berinteraksi dengan orang lain. Individu dengan gangguan *social anxiety* cenderung memiliki ketakutan dan kecemasan berlebihan yang beranggapan bahwa mereka diperhatikan, dievaluasi, atau bahkan mendapatkan penilaian buruk dari orang lain terhadapnya. Gangguan ini biasanya muncul ketika bertemu dengan orang baru, berbicara dihadapan banyak orang, atau bahkan melakukan hal-hal biasa seperti makan, minum atau menggunakan toilet

⁵ National Institutes of Health, *Social Anxiety Disorder: More Than Just Shyness*, (NIH Publication No. 22-MH-8083), U.S. Departement of Health & Human Service, Revised 2022.

umum pun juga dapat menyebabkan kecemasan yang berlebihan karena takut akan dipermalukan, dinilai maupun mendapatkan penolakan dari orang lain.⁶

Di Amerika Serikat, *social anxiety* menduduki posisi ketiga dalam permasalahan psikologis pada remaja, gangguan ini kerap kali didapati oleh sekitar 15 juta orang setiap tahunnya.⁷ Sedangkan di Indonesia, menurut artikel yang ditulis oleh Della Monica Stefani pada Website detikhealth, Menteri Kesehatan mengungkapkan terdapat kurang lebih 30 juta warga yang terkena gangguan kesehatan mental dengan gangguan tertingginya adalah *anxiety*, yang juga memuat terkait *social anxiety disorder*.⁸ Menurut penelitian lain, mahasiswa di Indonesia mendapatkan tingkat kecemasan sosial lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang terdapat di Swiss dengan perbedaan yang cukup signifikan, yaitu tingkat rata-rata mahasiswa di Indonesia yg mengalami *social anxiety* terdapat dalam kisaran 41,82%, sedangkan mahasiswa di Swiss berada pada kisaran 30,15%.⁹

Dampak dari *social anxiety disorder* ini tidak hanya berdampak terhadap psikologis saja, namun juga memengaruhi berbagai aspek dalam kehidupan sehari-harinya. Individu dengan gangguan ini seringkali kesulitan untuk bersosialisasi, bahkan terkadang dalam lingkup keluarga sekalipun. Jika berlangsung semakin serius, maka mampu berdampak pada hal-hal yang lebih berat, seperti terhambatnya prestasi akademik, mengisolasi diri dari relasi sosial, menurunnya kualitas hidup, ketergantungan obat-obat terlarang, atau yang lebih parahnya adalah *self harm* (perilaku menyakiti diri sendiri).¹⁰

⁶ Agus Jatmiko, *Sence of Place dan Social Anxiety bagi Mahasiswa Baru Pendatang*, KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal) 3, no. 2 (2016): 161-170.

⁷ Rizqi Amalia Aprianty, *Gambaran Kecemasan Sosial Berdasarkan Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS) pada Remaja Awal di Jatinangor*, (Doctoral disertation, Fakultas Psikologi, Universitas Padjajaran, 2015).

⁸ Della Monica Stefanni, “Menkes Ungkap 32 Juta Warga RI Kena Gangguan Mental, Anxiety-Bipolar”, detikHealth, 11 Mei 2024, <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-7335137/menkes-ungkap-32-juta-warga-ri-kena-gangguan-mental-anxiety-bipolar>.

⁹ Cahyaning Suryaningrum, *College Student's Social Anxiety: A Study of The Young People Mental Health in Digital Age*, Jurnal Konseling dan Pendidikan 9, No. 1 (2021)

¹⁰ Rizqi Amalia Aprianty, *Gambaran Kecemasan Sosial Berdasarkan Liebowitz Social*

Berdasarkan gambaran dampak yang ditimbulkan oleh *social anxiety*, tentu hal ini bukan suatu gangguan yang bisa dianggap sepele, karena mampu merusak kualitas hidup penderitanya, baik dari segi kesehatan mental maupun spiritual. Oleh karena itu, kondisi ini perlu dipahami tidak hanya melalui aspek psikologis, namun juga dari aspek spiritual agar pemahaman terkait gangguan ini menjadi lebih luas dan penanganannya lebih tepat. Islam dan sains mempunyai pendekatan yang berbeda dalam memahami kondisi ini, namun keduanya mampu saling melengkapi dalam menjelaskan sebab dan akibat *social anxiety disorder*. Salah satu pendekatan yang mampu mengintegrasikan kedua perspektif ini adalah kajian hadis-sains, yaitu kajian yang mengaitkan ajaran agama, khususnya hadis Nabi, dengan sains modern dalam memahami fenomena *social anxiety disorder*. Teori yang sejalan dengan pendekatan tersebut adalah teori hadis sains yang dikemukakan oleh Zaghul Najjar, dimana hadis-hadis tertentu dapat ditafsirkan dan dipahami melalui kajian sains.¹¹ Sehingga pemahaman mengenai hadis-hadis tersebut dikuatkan dan dibuktikan lewat kajian sains modern. Dalam konteks *social anxiety disorder*, hadis-hadis yang membahas tentang interaksi sosial menjadi fokus utama pada penelitian ini dikarenakan mengandung prinsip-prinsip bersosialisasi menurut ajaran Nabi yang relevan dan dapat dikaitkan dengan pendekatan psikologi modern dalam memahami kecemasan sosial.

Konsep interaksi sosial yang diajarkan oleh Nabi sejalan dengan salah satu teori dalam psikologi, yaitu teori kecerdasan interpersonal yang dikembangkan oleh Howard Gardner. Kecerdasan interpersonal merupakan kecerdasan atau kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan orang lain atau dapat juga diartikan sebagai keterampilan seseorang dalam menciptakan, membangun dan juga mempertahankan hubungan sosialnya

Anxiety Scale (LSAS) pada Remaja Awal di Jatinangor, (Doctoral disertation, Fakultas Psikologi, Universitas Padjajaran, 2015).

¹¹ Mohamad Anas, *Pemikiran Zaghul Al-Najjar terhadap Hadis-Hadis Sains*, *Universum* 17, no. 2 (2023)

dengan orang lain, sehingga di antara keduanya terjalin komunikasi yang baik dan saling menguntungkan.¹² Dengan demikian, integrasi kecerdasan interpersonal Gardner dengan pemahaman hadis tentang interaksi sosial dapat memberikan perspektif yang lebih luas dalam memahami *social anxiety disorder*.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk mendalami hadis tentang interaksi sosial yang diriwayatkan oleh al-Tirmidzi menggunakan pendekatan teori hadis-sains Zaghlul Najjar, yang diintegrasikan dengan teori kecerdasan interpersonal Gardner. Meskipun banyak ilmu pengetahuan yang dapat digunakan untuk memahami *social anxiety disorder*, namun penelitian ini akan fokus pada kajian Islam, khususnya kajian hadis. Dengan pendekatan ini, *social anxiety disorder* dapat dipahami melalui dua perspektif berbeda yang saling melengkapi, yaitu bagaimana prinsip interaksi sosial yang terdapat dalam hadis mampu sejalan dengan pemahaman sains modern, khususnya psikologi, terhadap kondisi *social anxiety disorder*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan, penulis akan memaparkan beberapa rumusan masalah, yakni:

1. Bagaimana pemahaman hadis tentang interaksi sosial menggunakan teori hadis sains Zaghlul Najjar?
2. Bagaimana integrasi hadis tentang interaksi sosial dengan teori Kecerdasan Interpersonal Howard Gardner terhadap *social anxiety disorder*?

¹² Howard Gardner, *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligence*, (New York: Basic Books, 1983): 253

C. Tujuan Penelitian

Pada setiap penelitian pastinya memiliki sesuatu yang harus dicapai. Tujuan tersebut dibuat agar dapat ditemukan, dikembangkan dan tercapainya suatu penelitian yang diharapkan penulis. Adapun tujuan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Untuk menambah pemahaman mengenai *social anxiety* dalam perspektif hadis menggunakan teori hadis sains Zaghlul Najjar
2. Untuk menganalisis mengenai nilai-nilai interaksi sosial dalam hadis yang dapat diintegrasikan dengan teori kecerdasan interpersonal Howard Gardner sebagai pendekatan untuk memahami *social anxiety disorder*

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini yaitu mampu diberikan baik kepada diri sendiri maupun masyarakat adalah sebagai berikut;

1. Secara Teoritis
 - Memperdalam kajian hadis tentang interaksi sosial dengan menggunakan teori hadis sains Zaghlul Najjar
 - Mengembangkan pemahaman hadis interaksi sosial yang diintegrasikan dengan teori kecerdasan interpersonal Howard Gardner dalam memahami kesehatan mental, khususnya penderita *Social Anxiety Disorder*
2. Secara Praktis
 - Membantu memberikan pemahaman mengenai *social anxiety disorder* dalam pandangan islam, khususnya kajian hadis tentang interaksi sosial, agar masyarakat tidak hanya memahami dari sisi psikologis, tetapi juga dari sudut pandang keislaman

- Mengembangkan wawasan terkait *social anxiety disorder* secara integratif antara hadis dan sains, sehingga mampu menjadi acuan dalam memahami serta menangani permasalahan sosial secara komprehensif dan sesuai dengan nilai-nilai Islam

E. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan penelitian dan penelusuran topik yang telah dibahas dalam latar belakang di atas, penulis menemukan beberapa kajian literatur yang relevan dengan penelitian ini, di antaranya sebagai berikut :

1. Jurnal karya Shohibul Hidayah, et al, dengan judul “Etika Berinteraksi Menurut Pandangan Islam” yang diterbitkan JURRAFI pada tahun 2022. Jurnal ini berfokus menjelaskan mengenai pandangan Islam terhadap berinteraksi sosial dengan orang lain, dalam pandangan Islam interaksi yang efektif sangat dibutuhkan dalam menjaga keharmonisan dan juga kerukunan satu sama lain. Bahkan pada surah Al-A’raf ayat 172 menjelaskan bahwasanya manusia sudah memulai berinteraksi sejak ia berada dalam kandungan, interaksi itu berlangsung antara seseorang dengan penciptanya. Hal ini menunjukkan bahwasanya manusia tidak dapat terlepas dari berinteraksi, karena pada kenyataannya manusia akan selalu terhubung satu sama lainnya.¹³
2. Buku karya Iin Tri Rahayu, dengan judul “Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer” diterbitkan oleh UIN-Malang Press pada tahun 2009. Buku ini menguraikan mengenai bagaimana psikologi, kepribadian manusia, serta gangguan-gangguan psikologis dalam pandangan Islam. Pada dasarnya gangguan kecemasan terdapat dua sifat, yaitu bersifat alamiah dan juga fisiologis. Islam menawarkan berbagai

¹³ Shohibul Hidayah et al., *Etika Berinteraksi Menurut Pandangan Islam*, JURRAFI: Jurnal Riset Rumpun Agama dan Filsafat 1, no. 2 (2022): 83-94

- pengobatan dan juga solusi bagi setiap gangguan psikologis lewat pendekatan islami. Dalam kajian buku ini juga mengajarkan bagaimana islam berperan dalam memahami dan juga menangani gangguan psikologis, termasuk pada gangguan kecemasan atau *anxiety disorder*.¹⁴
3. Buku karya Rafy Sapuri, dengan judul “Psikologi Islam” yang diterbitkan oleh RajaGrafindo Persada pada tahun 2016. Buku ini berfokus pada pembahasan mengenai hubungan psikologi dan ajaran Islam dalam memahami kepribadian manusia. Pada dasarnya manusia memiliki kepribadian yang berbeda-beda, terdapat orang yang bersifat *ekstrovert* dan juga *introvert*. Seseorang dengan kepribadian *introvert* cenderung menyukai kehidupannya sendirian dan menghindari untuk berinteraksi sosial dengan orang lain. Mereka seringkali merasa cemas ketika dihubungkan dengan orang lain meskipun tidak ada yang salah dari dirinya dan terkadang kepribadian ini memungkinkan menjadi salah satu faktor penyebab *social anxiety*.¹⁵
 4. Skripsi karya Syukron Ma'mun dengan judul “Anxiety dalam Perspektif Hadis : Kajian Tematik Hadis”, Program Studi Ilmu Hadis, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Syarif Kasim Riau ditulis pada tahun 2023 yang menjelaskan mengenai Anxiety menurut perspektif hadis. Dalam skripsi ini mengidentifikasi istilah *al-hamm* dalam hadis yang berarti kegelisahan, kecemasan, dan juga kekhawatiran. Istilah ini sering kali beiringan dengan kata *al-hazn* yang memiliki arti kesedihan. Menurut pandangan Islam, faktor yang menyebabkan seseorang mengalami gangguan kecemasan, yaitu lemahnya iman dan ketaqwaan, kurangnya kepercayaan terhadap Allah, mudah dipengaruhi hawa nafsu,

¹⁴ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*, (Malang: UIN-Malang Press, 2009).

¹⁵ Rafy Sapuri, *Psikologi Islam*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2016).

terlalu bergantung terhadap diri sendiri sehingga lupa untuk bergantung pada Allah, dan terlalu memikirkan sesuatu yang negatif.¹⁶

5. Jurnal karya M. Fiky Tartila, Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia, dengan judul “Kecerdasan Interpersonal dan Perilaku Prososial” yang diterbitkan Universitas Yudharta Pasuruan pada tahun 2021. Jurnal berfokus pada pembahasan mengenai kepribadian seseorang yang mampu menjalin komunikasi efektif dengan sesama. Kecerdasan interpersonal menunjukkan kecerdasan individu dalam berinteraksi, mengerti perasaan dan sudut pandang orang lain, serta mampu menjalin relasi yang baik dengan orang lain. Dengan demikian, kecerdasan interpersonal berarti kecerdasan sosial dalam menciptakan, membangun dan juga mempertahankan relasi atau hubungan komunikasi yang baik dengan orang lain.¹⁷

F. Kerangka Teori

1. Teori Hadis Sains Zaghlul Najjar

Zaghlul Najjar atau yang memiliki nama asli Zaghlul Raghieb Muhammad al-Najjar merupakan cendekiawan dan juga ahli geologi dari Mesir yang serius dalam meneliti dan juga menjelaskan mukjizat-mukjizat berbentuk sains yang terdapat pada al-Qur'an dan hadis. Selain itu, Zaghlul juga kerap kali menjadi pembicara berbahasa Inggris dan Arab pada kajian yang memiliki fokus pada Islam dengan topik-topik yang membahas mengenai mukjizat sains dalam al-Qur'an dan juga hadis.¹⁸

Dalam memahami hadis Nabi, ia mempunyai pandangannya tersendiri

¹⁶ Syukron Ma'mun, *Anxiety dalam Perspektif Hadis : Kajian Tematik Hadis*, (Skripsi: UIN Sultan Syarif Kasim, 2023).

¹⁷ M. Fiky Tartila, Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia, *Kecerdasan Interpersonal dan Perilaku Prososial*, Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, (2021): 53-66

¹⁸ Mohamad Anas, *Pemikiran Zaghlul Al-Najjar terhadap Hadis-Hadis Sains*, *Universum* 17, no. 2 (2023)

yang tentunya berfokus pada pemahaman hadis dengan sains. Menurut Zaghul, meskipun terdapat banyak pengetahuan sains modern yang bersifat hipotesis, teoritis, dan juga berubah seiring berjalannya waktu, namun juga ada sejumlah fakta sains dan hukum ilmiah yang sudah terbukti kebenarannya secara mutlak dan tidak dapat berubah. Tentunya, Zaghul juga telah membuktikan bahwasanya hadis Nabi dapat sejalan dengan ilmu pengetahuan saat ini.

Dari sembilan belas langkah yang ditawarkan oleh Zaghul Najjar dalam memahami hadis dan sains, penulis meringkasnya menjadi tujuh langkah yang akan digunakan dalam analisis hadis tentang interaksi sosial. Dikarenakan ketujuh langkah ini sudah dapat mewakili serta memenuhi kebutuhan dalam penelitian ini.¹⁹ Langkah-langkah tersebut adalah:

- a. Memilih hadis yang bernuansa sains
- b. Menguji kualitas hadis dengan menyertakan hadis *sahih*
- c. Mengumpulkan hadis-hadis yang memiliki tema sejalan dengan hadis tersebut dalam rangka saling melengkapi antar hadis
- d. Menganalisis kebahasaan, yaitu menafsirkan teks hadis berupa analisis linguistik yang berisi indikator leksikal bahasa Arab, struktur kebahasaan dan juga makna pada lafalnya
- e. Menganalisis konteks hadis secara menyeluruh
- f. Mengkorelasikan hadis-hadis ilmiah atau saintifik tersebut dengan ayat-ayat yang terdapat pada al-Qur'an maupun dengan hadis-hadis lain yang sebanding dan juga mendukung
- g. Menafsirkan dan juga memahami hadis melalui pendekatan sains modern

¹⁹ Zaghul Raghīb Muhammad an-Najjar, *Al-I'jāz al-'Ilmī fī as-Sunnah an-Nabawīyah*, ed. Ke-5, (Kairo: Dar Nahdat Misr, 2012): 25-34

2. Teori Kecerdasan Interpersonal Howard Gardner

Kecerdasan Interpersonal merupakan salah satu jenis kecerdasan majemuk (*multiple intelligences*) yang pertama kali dicetuskan oleh Profesor Howard Earl Gardner pada tahun 1983. Gardner menyatakan bahwasanya setiap manusia memiliki 8 macam kecerdasan yang berbeda dan semua itu tidak hanya diukur dari IQ, melainkan melibatkan kecerdasan linguistik, logis-matematis, visual-spasial, kinestik jasmaniah, musikal, naturalis, intrapersonal dan juga kecerdasan interpersonal.²⁰ Salah satu kecerdasan majemuk yang dicetuskan Gardner adalah kecerdasan interpersonal (*interpersonal intelligence*) atau kecerdasan dalam bersosialisasi. Kecerdasan interpersonal adalah kemampuan seseorang dalam memahami, bersosialisasi, berkomunikasi maupun bekerjasama dengan orang lain. Seseorang dengan kecerdasan interpersonal yang tinggi dapat berempati dengan baik, meningkatkan kerjasama, membangun hingga mempertahankan komunikasi maupun relasi baik dengan orang lain.²¹

Kecerdasan ini menunjukkan bagaimana seseorang mampu peka terhadap perasaan orang lain. Ia cenderung akan mudah memahami dan juga bersosialisasi dengan orang lain, sehingga ia mampu menciptakan lingkungan yang harmonis disekelilingnya. Selain kemampuan dalam bersosialisasi, kecerdasan ini juga mencakup kemampuan dalam memimpin, bernegosiasi, menyelesaikan konflik, dan juga mempunyai kesadaran terhadap lingkungan sosial yang tinggi. Menurut Munif Chatib, kecerdasan interpersonal adalah kemampuan seseorang dalam berhubungan dengan lingkungannya, sehingga mampu merasakan

²⁰ Howard Gardner, *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intellegence*, (New York: Basic Books, 1983): 253

²¹ Yuniar Faizaturromah, Aan Listiana, *Konsep Kecerdasan Interpersonal menurut Howard Gardner pada Pendidikan Anak Usia Dini*, Jurnal Paud Agapedia 7, no. 1 (2023): 103-108

emosional orang lain.²² Dengan ini kecerdasan interpersonal dapat disimpulkan menjadi kemampuan seseorang terhadap kepekaan sosial, wawasan sosial, dan juga keterampilan dalam mempertahankan hubungan sosial. Sehingga tercipta komunikasi antar pribadi (sosial) yang baik, harmonis, saling memahami dan juga saling mengerti.

Kecerdasan interpersonal mempunyai tiga komponen utama yang berperan dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial, yaitu: (1) *Social sensitivity* atau kesadaran sosial, merupakan kemampuan seseorang dalam memahami, merespon dan menyadari perasaan maupun emosi orang lain, (2) *Social insight* atau wawasan sosial, merupakan kemampuan seseorang dalam memahami, menganalisis, menafsirkan dinamika sosial serta memahami perilaku seseorang dalam berbagai situasi, kemampuan ini juga mencakup mengenai kemampuan dalam memahami sudut pandang orang lain secara rasional tanpa melibatkan emosional, (3) *Social communication* atau interaksi sosial, merupakan kemampuan seseorang dalam berkomunikasi serta mampu membangun hubungan antar individu maupun kelompok dengan baik dan efektif.²³

Selain komponen utama, kecerdasan interpersonal juga mempunyai karakteristik tersendiri²⁴, yaitu:

1. Membangun serta menjaga komunikasi dengan baik
2. Mempunyai tingkat kemampuan bersosialisasi yang tinggi
3. Mempunyai cara untuk berkomunikasi dengan orang lain
4. Dapat memberikan pengaruh pada tindakan dan ucapan orang lain
5. Mampu berperan dalam berbagai situasi, baik sebagai pemimpin ataupun sebagai anggota

²² M. Chatib, *Orangtuanya Manusia: Melejitkan Potensi dan Kecerdasan dengan Menghargai Fitrah Setiap Anak*, (Kaifa, 2012): 88-89

²³ Wilda Rahmina, Ayi Teiri Nurtiani dan Lina Amelia, *Analisis Kegiatan-Kegiatan Kecerdasan Interpesonal Anak*, Jurnal Ilmiah Pendidikan 1, no. 1 (2020).

²⁴ Monawati, *Hubungan Antara Kccerdasan Interpersonal dengan Prestasi Belajar*, Jurnal Pesona Dasar 3, no. 3 (2015): 24.

6. Mengartikan perasaan, pikiran, motivasi dan perilaku orang lain
7. Menguasai cara berkomunikasi yang tepat, baik secara verbal maupun nonverbal
8. Mampu menjadi pihak penengah ketika terjadi konflik
9. Dapat menjalin kerja sama dalam berbagai situasi
10. Sensitif terhadap perasaan, emosi serta kesehatan mental orang lain

G. Metodologi Penelitian

Metode Penelitian adalah suatu cara peneliti dalam mendapatkan jawaban dari masalah yang menjadi pembahasannya. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik analisa data sebagai berikut :

1. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan menggunakan kajian pustaka (*library research*), yaitu metode penelitian yang mengumpulkan, menganalisis, dan juga mengkaji berbagai data yang relevan dengan topik penelitian dari berbagai sumber literatur.²⁵

2. Sumber Data

Dalam pengumpulan data, penelitian ini didasari oleh sumber penelitian sebagai berikut :

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer yang digunakan pada penelitian ini adalah hadis tentang interaksi sosial yang terfokus pada *kitab Sunan al-Tirmidzi*, karena hadis utama yang penulis gunakan merupakan hadis yang diriwayatkan oleh Imam al-Tirmidzi.

²⁵ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007).

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder pada penelitian ini adalah hadis pendukung interaksi sosial yang terdapat pada *Kutubut Tis'ah*, kecuali *Sunan At-Tirmidzi*. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan jurnal, artikel, buku, serta literatur lain yang relevan dengan topik penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pada tahap ini, penulis mengumpulkan berbagai data mengenai hadis tentang interaksi sosial yang terdapat pada *kutub al-tis'ah* (kecuali *Sunan At-Tirmidzi*). Selain itu juga mengumpulkan data yang diperoleh dari jurnal, artikel maupun literatur lain yang relevan dengan topik penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membaca, mencatat, dan juga menganalisis isi dari sumber tersebut untuk mendapatkan pemahaman mendalam terkait penelitian ini.

4. Analisis Data

Setelah mengumpulkan data, maka akan dilakukan analisis data yang telah diperoleh dengan menggunakan metode deskriptif analisis. Berbagai data yang sudah dikumpulkan masing-masing akan ditinjau secara sistematis sesuai dengan sub babnya.

Pertama-tama, penulis akan mengumpulkan berbagai hadis yang memiliki tema mengenai interaksi sosial untuk memperkuat pemahaman hadis tentang interaksi sosial pada riwayat at-Tirmidzi yang menjadi sumber data primer pada penelitian ini. Hadis-hadis tersebut dihimpun dan dipahami untuk menguatkan pemahaman pada hadis utama.

Selanjutnya, penulis melakukan uji validitas hadis terhadap matan dan juga sanad yang terdapat pada hadis riwayat al-Tirmidzi. Dalam uji validitas matan, hadis dianalisis dengan membandingkannya dengan ayat al-Qur'an, kesesuaiannya dengan hadis *sahih* yang lain, tidak bertentangan dengan logika ataupun sains, dan tidak bertentangan dengan fakta sejarah. Sedangkan uji validitas sanad dilakukan dengan analisis "*Jarh wa Ta'dil*" untuk mengetahui mengenai kualitas perawi hadis.

Setelah melakukan uji validitas sanad dan juga matan, kemudian hadis tersebut dipahami menggunakan pendekatan hadis sains Zaghul Najjar, yaitu memilih hadis yang bernuansa sains, memastikan kualitas hadis, mengumpulkan hadis setema, melakukan analisis bahasa, menganalisis konteks hadis, mengkorelasikan hadis dengan al-Qur'an dan hadis lain, dan memahami hadis melalui pendekatan sains modern.

Setelah menganalisis hadis tersebut dari berbagai aspek, maka analisis selanjutnya yaitu menghubungkan atau mengaitkan hadis tersebut dengan teori kecerdasan interpersonal dalam menganalisis *social anxiety disorder*, sehingga dapat ditemukan pemahaman mengenai *social anxiety disorder* dari kedua perspektif tersebut.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk menciptakan penelitian yang memiliki arah jelas dan sistematis, maka pembahasannya akan disusun berdasarkan sistematika berikut ;

Bab pertama, merupakan gambaran umum dari penelitian ini. Bab ini berisi mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, landasan teori, metodologi penelitian, dan juga sistematika pembahasan.

Bab kedua, merupakan tinjauan umum mengenai *social anxiety disorder* dalam psikologi. Bab ini menguraikan mengenai definisi, faktor penyebab *social anxiety disorder*, gejala emosional maupun fisik, dampak dari *social anxiety disorder*, serta upaya penanganan *social anxiety disorder*.

Bab ketiga, merupakan pemahaman hadis sains tentang interaksi sosial berdasarkan teori hadis sains yang dikemukakan oleh Zaghlul Najjar. Bab ini juga memuat mengenai redaksi hadis tentang interaksi sosial, takhrij hadis, i'tibar sanad, analisis matan dan sanad, serta hasil analisis hadis interaksi sosial berdasarkan teori hadis sains Zaghlul Najjar.

Bab keempat, memuat mengenai pemahaman serta integrasi hadis interaksi sosial dengan teori kecerdasan interpersonal dalam menganalisis *social anxiety disorder*. Pada bab ini akan menjelaskan mengenai teori kecerdasan interpersonal Howard Gardner, hubungan kecerdasan interpersonal dengan *social anxiety disorder*, hadis interaksi sosial sebagai penguat kecerdasan interpersonal, serta analisis perspektif keduanya terhadap *social anxiety disorder*.

Bab kelima, merupakan penutup, yang berisi mengenai hasil kesimpulan dan saran terkait penelitian ini. Pada bab ini juga memuat mengenai daftar pustaka dan juga lampiran penelitian.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan penemuan baru yang memperlihatkan adanya titik temu antara kajian hadis dengan teori-teori sains modern dalam memahami perilaku manusia. Selama ini, hadis mengenai anjuran interaksi sosial dan bersabar atas gangguannya hanya dipahami sebatas ajaran moral dalam beragama. Namun, hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa ternyata nilai-nilai yang terkandung dalam hadis mempunyai relevansi ilmiah dengan teori kecerdasan interpersonal yang terdapat dalam kajian sains bidang psikologi, yang mana teori tersebut menekankan terkait memahami orang lain, mengelola emosi, serta menjalin dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Adanya integrasi antara kajian hadis dengan sains menunjukkan bahwa hadis bukan hanya menjadi landasan utama spiritual, tetapi juga mengandung prinsip-prinsip psikologi dalam mempertahankan kesehatan mental dan kesejahteraan sosial. Dengan demikian, *social anxiety disorder* dapat dipahami melalui dua perspektif yang saling berkaitan, yaitu perspektif keagamaan dan juga ilmiah.

Melalui analisis teori hadis sains Zaghlul Najjar, hadis tentang interaksi sosial yang diriwayatkan oleh at-Tirmidzi menunjukkan adanya keselarasan ajaran hadis dengan teori sains. Hadis tersebut menyebutkan, “Seorang muslim yang bergaul (berinteraksi sosial) dengan orang lain dan bersabar atas gangguan mereka, adalah lebih baik daripada seorang muslim yang tidak bergaul (tidak berinteraksi sosial) dengan orang lain dan tidak bersabar atas gangguan mereka.” mengandung nilai ilmiah yang dapat dijelaskan melalui teori kecerdasan interpersonal. Teori ini menekankan bahwa keterlibatan sosial dan pengendalian emosi dapat meningkatkan keberlangsungan hidup sehat dan berkualitas serta mampu mengembangkan kemampuan

bersosialisasi. Dengan demikian, individu yang berinteraksi terlihat lebih bahagia dibandingkan individu yang cenderung mengisolasi diri, yang justru menjadi penyebab timbulnya *social anxiety*, depresi, penurunan fungsi kognitif serta rendahnya tingkat kecerdasan interpersonal yang dimiliki.

Dalam konteks *social anxiety disorder*, perilaku menghindar dan isolasi diri yang dilakukan oleh penderita ini berbanding terbalik dengan konsep yang diajarkan dalam hadis dan teori kecerdasan interpersonal, karena kedua perspektif tersebut menekankan adanya keterlibatan sosial yang berarti suatu keharusan untuk berinteraksi. Konsep interaksi yang terdapat dalam hadis menjadi aspek pendukung yang dilandasi berdasarkan nilai-nilai islami, sehingga mampu memperkaya dan menguatkan konsep kemampuan berkomunikasi yang terdapat dalam teori kecerdasan interpersonal Howard Gardner. Selain itu, kalimat “bersabar atas gangguan mereka” yang terdapat dalam hadis menunjukkan kemampuan menahan diri, mengendalikan emosi, serta tetap sabar atas gangguan yang terjadi, menandakan adanya kematangan emosional yang memperkuat jaringan syaraf dalam merespon emosi maupun pikiran negatif yang disebabkan *social anxiety disorder*.

Teori hadis sains yang dikembangkan oleh Zaghlul Najjar menjadi landasan metodologis dalam mengintegrasikan atau menghubungkan kajian hadis dengan kaidah sains. Melalui analisis ini, hadis tidak hanya menjadi tuntutan spiritual, tetapi juga memiliki relevansi ilmiah dengan teori kecerdasan interpersonal. Teori tersebut menyiapkan unsur-unsur terkait keterampilan sosial yang diperlukan. Sementara hadis mampu menguatkan teori melalui pengembangan diri dengan akhlakul karimah, yaitu kesabaran dalam menghadapi gangguan. Dengan demikian, integrasi kedua perspektif ini menghasilkan pemahaman bahwa ajaran islam sejatinya menyimpan prinsip-prinsip psikologis yang dapat membantu individu terlepas dan terhindar dari *social anxiety disorder*, serta mampu meningkatkan kualitas hidup dengan menyeimbangkan antara kesehatan mental dengan spiritualitas.

B. Saran

Berdasarkan penelitian mengenai *social anxiety disorder* dalam perspektif hadis dan sains, yang menggabungkan teori hermeneutika Zaghul Najjar dan teori Kecerdasan Interpersonal Howard Gardner, penelitian ini menyarankan untuk lebih menyadari bahwasanya interaksi sosial merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan sosial. Menghindari dan mengisolasi diri dari orang lain tidak akan membuat pribadi menjadi lebih aman, justru menyebabkan gangguan kesehatan mental lainnya yang mampu memperburuk psikologis.

Pada penelitian ini, masih banyak hadis yang perlu dikembangkan dan diintegrasikan melalui ilmu pengetahuan yang semakin modern. Penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian antara hadis dengan kaidah sains melalui bidang kajian lain, agar pemahaman terkait *social anxiety disorder* menjadi lebih luas dan bisa diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu dalam menangani *social anxiety disorder*.

Dalam skripsi ini terdapat banyak kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam penyampaian data serta pemahamannya. Namun, semoga dibalik kekurangan ini masih terdapat manfaat yang dapat diambil, khususnya untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzahabī, Syamsuddīn Abū ‘Abdillāh Muḥammad bin Aḥmad bin ‘Uthmān. *Tadhīb Tahdzīb al-Kamāl fī Asmā’ ar-Rijāl* Ahmad bin Hambal, Imam. *Musnad Ahmad*.
- Al-Asqalani, *Fath al-Bari bi Syarh Sahih al-Bukhari*
- Al-Dhahabi, Shams al-Din Abu ‘Abdullah Muhammad bin Ahmad bin ‘Uthman bin Qaymaz. *Al-Kashf fī Ma’rifat Man Lahu Riwayah fī al-Kutub al-Sittah*
- Al-Faridjahal, G., Alif, M., & Lisalam, R. H. (2025). Kontruksi makna kesabaran dalam kehidupan remaja muslim: Pendekatan grounded theory perspektif hadis. *Al-Hasyimi: Jurnal Ilmu Hadis*, 2(1).
- Al-Fattani al-Kajjarati, Muḥammad Ṭahir ibn ‘Ali. *Majma‘ Biḥār al-Anwār fī Gharā’ib al-Tanzīl wa-Laṭā’if al-Akḥbār*.
- Al-Hamd, A. Q. S. *Fiqhul Islam: Syarh Bulugh al-Maram min Jam’i Adillatil Ahkam*
- Al-Ityubi, M. bin ‘A. bin A. bin M. *Al-Bahr al-Muhit al-Thajjaj fī Sharh Sahih al-Imam Muslim bin al-Hajjaj* (Vol. 34). Dar Ibn al-Jawzi.
- Al-Maqdisi, Abu Muhammad ‘Abd al-Ghani bin ‘Abd al-Wahid. *Al-Kamāl fī Asmā’ ar-Rijāl*.
- Al-Mizzi, Jamal ad-Din Abu al-Hajjaj Yusuf. *Tahdhib al-Kamāl fī Asmā’ al-Rijāl*
- Al-Qari, ‘Ali Ibn Sulthan Muhammad. *Mirqat al-mafatih sharh mishkat al-masabih* (Vol. 8). Dar al-Fikr.
- Al-Razi, Abu Muhammad ‘Abd al-Rahman bin Abi Hatim. *Al-Jarh wa al-Ta’dil Ibnu Abi Hatim*.
- Al-Tahhan, M., & Khamim, K. (2015). *Metode Takhrij Al-Hadith dan Penelitian Sanad Hadis*, (Surabaya: IMTIYAZ)

- Ali bin Sultan Muhammad al-Qari, *Mirqat al-Mafatih Syarh Misykat al-Masabih*
- American Psychiatric Association. (2024). *Social Anxiety: More Than Just Shy or Self-Conscious*. APA Blogs. Diakses dari <https://www.psychiatry.org/news-room/apa-blogs/social-anxiety-more-than-just-shy-or-self-consciou>
- An-Najjar, Z. R. M. (2012). *Al-I'jāz al-'Ilmī fī as-Sunnah an-Nabawiyah*, ed. Ke-5, Kairo: Dar Nahdat Misr.
- Anas, A., & Hermawan, H. (2017). Dakwah Nabi Muhammad terhadap Masyarakat Madinah Perspektif Komunikasi Antarbudaya. *Ilmu Dakwah: Journal for Homiletic Student*, 11(1).
- Anas, M. (2023). *Pemikiran Zaghul Al-Najjar terhadap Hadis-Hadis Sains*. *Universum*, 17(2).
- Aprianty, R. A. (2015). *Gambaran kecemasan sosial berdasarkan liebowitz social anxiety scale (LSAS) pada remaja awal di Jatinangor* (Doctoral dissertation, Tesis, Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran, Bandung).
- Asrori, A., & Hasanat, N. U. (2015). Terapi kognitif perilaku untuk mengatasi gangguan kecemasan sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1).
- At-Tirmidzi, Abu 'Isa Muhammad bin 'Isa. *Al-Jami' Al-Kabir (Sunan At-Tirmidzi)*
- Ath-Thayalisi, Abu Daud Sulaiman bin Daud bin al-Jarud. *Musnad Abu Daud ath-Thayalisi*.
- Az-Zahra, F., & Fadhilah, N. A. (2023). Hubungan Hablumminallah dan Hablumminannas Terhadap Kesehatan Mental Manusia. *Islamic Education*, 1(3).
- Chatib, M. (2012). *Orangtuanya Manusia: Melejitkan Potensi dan Kecerdasan dengan Menghargai Fitrah Setiap Anak*. Kaifa.
- Fadhilah, A. N., Alia, M. N., & Rizaldi, M. R. (2025). Peran Interaksi Sosial

- dalam Kesejahteraan Mental Gen Z: Analisis Pentingnya Memiliki ‘Someone To Talk’. *SABANA: Sosiologi, Antropologi, dan Budaya Nusantara*, 4(1).
- Fadilah, R., & Madjid, A. (2020). Patience therapy to reduce adolescents’ anxiety assessed from personality and parenting. *IJIEP: International Journal of Islamic Educational Psychology*, 1(1).
- Faraji, J., *et al.* (2018). Oxytocin-mediated social enrichment promotes longer telomeres and novelty seeking. *elife*, 7.
- Fauziaturromah, Y., & Listiana, A. (2023). Konsep Kecerdasan Interpersonal Menurut Howard Gardner Pada Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Paud Agapedia*, 7(1).
- Freud, S. (2013). *The Problem of Anxiety*. Read Books Ltd.
- Gardner, H. (2011). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic books.
- Hidayah, S., Fadillah, R., Basith, S. A., Fadillah, Y. S., Komarudin, K., & Suharyat, Y. (2022). Etika Berinteraksi Menurut Pandangan Islam. *Jurnal Riset Rumpun Agama dan Filsafat*, 1(2).
- Ibnu Abi Hatim, Abu Muhammad Abdurrahman bin Abi Hatim. *Al-Jarh wa al-Ta’dil – Ibnu Abi Hatim*, Juz 5.
- Ibnu Majah, Abu Abdillah Muhammad Yazid bin Majah ar-Rab’i. *Sunan Ibnu Majah*.
- Ismail, N., & Hidayat, E. S. (2023). Takhrij Hadits: Pemahaman, Metode, Dan Tujuan. *El-Sunan: Journal of Hadith and Religious Studies*, 1(2).
- Indasari, F., Astrid, G., & Pebriana, R. (2024). Ancaman Social Anxiety sebagai dampak social communication bagi generasi milenial dan generasi Z Indonesia. *JOISCO: Journal of Islamic Communication*, 2(1).
- Jantz, G. L., & McMurray, A. (2011). *Overcoming Anxiety, Worry, and Fear: Practical Ways to Find Peace*. Revell.
- Jatmiko, A. (2016). Sense of place dan social anxiety bagi Mahasiswa Baru

- Pendatang. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2).
- John W. Barnhill, *Social Anxiety Disorder*, MSD Manual Professional, Reviewed by Mark Zimmerman: August 2023, <https://www.msmanuals.com/professional/psychiatric-disorders/anxiety-and-stressor-related-disorders/social-anxiety-disorder>
- Kamus Al-Maany. (2025, 28 September). *يُخَالِطُ* Diakses dari <https://www.almaany.com/id/dict/ar-id/يُخَالِطُ>
- Kim, S. H., & Hamann, S. (2007). Neural correlates of positive and negative emotion regulation. *Journal of cognitive neuroscience*, 19(5).
- Lalu M. Adi Praditna *et al.*, (2025). *Social Anxiety Disorder: Dari Definisi Hingga Prognosis-Literatur Review*, *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3).
- Ma, J., & Lin, B. (2022). The impact of college students' social anxiety on interpersonal communication skills: a moderated mediation model. *Scientific and Social Research*, 4(6).
- Ma'mun, S. (2023). *Anxiety dalam perspektif hadis (Kajian Tematik Hadis)*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Mariani, P., Kurnia, D. F., & Yarni, L. (2023). *Kecerdasan Majemuk (Multiple Intelligence)*, *KOLONI: Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2 (4).
- Maslow, A. H. (1943). *A theory of human motivation*. *Psychological review*, 50(4)
- Mg, N. M. N. (2017). *Peranan Interaksi Dalam Komunikasi Menurut Islam*. *Warta Dharmawangsa*, (52).
- Moleong, L. J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Monawati. (2015). *Hubungan Antara Kecerdasan Interpersonal dengan*

- Prestasi Belajar*. Jurnal Pesona Dasar, 3 (3).
- Muchlisin Riadi, *Kecerdasan Interpersonal*, Kajianpustaka.com, (2023) kajianpustaka.com/2023/02/kecerdasan-interpersonal.html
- Mukhtar, M. (2021). Kepedulian Sosial Dalam Perspektif Hadis. *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam*, 23(1).
- Munawir, M. S. I., Musta'in, M. S., & Prayoga, U. Komunikasi Interpersonal Nabi dalam Hadis-Hadis Dialogis.
- Muslim, Abu al-Husain bin al-Hajjaj al-Qushayri an-Naisaburi. *Shahih Muslim*.
- National Institute of Mental Health. (2022). *Social Anxiety Disorder: More Than Just Shyness* (NIH Publication No. 22-MH-8083). U.S. Department of Health & Human Services, National Institutes of Health. Revised 2022.
- Nur, Z. (2022). Hermeneutika Hadis Zaghلول an-Najjar. *Tamaddun Journal of Islamic Studies*, 1(2).
- Nurhuda, S. P., Nasichchah, & Karimah, A. (2023). Hakikat manusia sebagai makhluk sosial dalam pandangan Islam. *JISHS: Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, 1(4).
- Ozdemir, İ., & Kuru, E. (2023). *Investigation of cognitive distortions in panic disorder, generalized anxiety disorder and social anxiety disorder*. Journal of Clinical Medicine, 12(19).
- Pati, W. C. B. (2022). *Pengantar psikologi abnormal: Definisi, teori, dan intervensi*. Penerbit Nem.
- Permadani, D. A. (2022)., *Kecemasan sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja*, Psycomedia: Jurnal Psikologi 2(1).
- Poetry, T., Tjalla, A., & Hidayat, D. R. (2024). Gambaran Kecemasan Sosial Remaja Akhir. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1).
- Prasetyo, F. D. (2024). Mengenal perilaku toxic relationship dan dampak pada kesehatan mental dan fisik. *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 13(1).

- Pratiwi, D., Mirza, R., & El Akmal, M. (2019). Kecemasan Sosial Ditinjau dari Harga Diri pada Remaja Status Sosial Ekonomi Rendah. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 9(1).
- Rachmawaty, F. (2015). Peran pola asuh orang tua terhadap kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(1).
- Rahayu, I. T. (2009). *Psikoterapi: Perspektif islam dan psikologi kontemporer*. UIN-Maliki Press.
- Rahmawati, P. et al. (2024) *Studi Kepustakaan Kecemasan Sosial*, Muftadi: Jurnal Pendidikan Ibtidaiyah 6(1)
- Rahmina, W., Nurtiani, A. T., & Amelia, L. (2020). *Analisis Kegiatan-Kegiatan Peningkatan Kecerdasan Interpersonal Anak Kelompok A di TK Cut Meutia Banda Aceh*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*, 1(1).
- Richards, T. A. (2019). What is social anxiety disorder? Symptoms, treatment, prevalence, medications, insight, prognosis. *The Social Anxiety Institute*. Retrieved June, 14, 2019.
- Saefullah, A. S., & Faturrohman. (2024). Nilai-nilai Pendidikan Karakter pada Surah An-Nisa Ayat 36: Kajian Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Zuhaili. *JIEP: Journal of Islamic Education Papua*, 2(1).
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3).
- Salsabila, D. F., Hidayat, I. N., & Ramdani, Z. (2022). Peran Stres Akademik dan Perceived Social Support dalam Memprediksi Kesehatan Mental Remaja Akhir di Kota Bandung. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 8(2).
- Sapuri, R. (2016). *Psikologi Islam*, Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Saputro, N. F. E. (2023). Penguatan Konsep Empati Sebagai Kepribadian Konselor Dalam Pandangan Islam. *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 3(2).
- Schofield, C. A., Coles, M. E., & Gibb, B. E. (2007). Social anxiety and

- interpretation biases for facial displays of emotion: Emotion detection and ratings of social cost. *Behaviour Research and Therapy*, 45(12).
- Shah, S. G., Klumpp, H., Angstadt, M., Nathan, P. J., & Phan, K. L. (2009). Amygdala and insula response to emotional images in patients with generalized social anxiety disorder. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 34(4).
- Sit, M. (2021). *Optimalisasi kecerdasan majemuk anak usia dini dengan permainan tradisional*. Prenada Media.
- Stein, M. B., & Stein, D. J. (2008). Social anxiety disorder. *The Lancet*, 371(9618).
- Summerfeldt, L. J., Kloosterman, P. H., Antony, M. M., & Parker, J. D. (2006). Social anxiety, emotional intelligence, and interpersonal adjustment. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 28(1).
- Supratman, S., & Abdullah, A. (2024). Perbedaan antara tiga konsep kecerdasan (IQ, EQ, SQ) dengan akal menurut al-Qur'an. *Jurnal Ilmu Budaya*, 12(1).
- Suryadi, M., & Suryadilaga, M. Alfatih. (2009). *Metodologi Penelitian Hadis*. Yogyakarta: TH-Press.
- Suryaningrum, C. (2021). College student's social anxiety: a study of the young people mental health in digital age. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(1).
- Syarifah, S. (2019). Konsep kecerdasan majemuk howard gardner. *Jurnal Sustainable*, 2(2).
- Taha, N., Islamiyah, I. W., Mujizat, M., & Pakaya, U. (2025). Gangguan Penderita Anxiety Terhadap Kemampuan Berbicara. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(10).
- Tartila, M. F., & Aulia, L. A. A. (2021). Kecerdasan interpersonal dan perilaku prososial. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi*

Universitas Yudharta Pasuruan, 8(1).

Wahyuningsih, L., & Daengsari, D. P. (2020). Efektivitas modifikasi kognitif perilaku untuk menurunkan kecemasan sosial pada remaja dengan Borderline Intellectual Functioning (BIF). *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1).

Yusa, M. M., et al. (2023). *Pengantar Ilmu Sosial*. Kuningan: Aina Media Baswara.

Zhang, H., Zhu, X., Zhang, H., Xie, X., Wei, E., & Huang, W. (2025). The relationship between childhood trauma and social anxiety in college students: the mediating role of evaluation fear. *BMC psychiatry*, 25(1).

Zheyla Novena Rony, Muh. Daud, Muh. Nur Hidayat, (2024) *Pengaruh Pola Asuh Otoriter Orangtua terhadap Kecemasan Sosial*, PESHUM: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora 3(2).

