

**RELASI EMOSIONAL SUAMI DAN ISTRI DALAM AL-QUR'ĀN:  
PERSPEKTIF TAFSIR AL-AZHĀR DAN AL-MISBĀH**



Oleh:

Afifah

NIM: 24205031079

TESIS

**Diajukan kepada Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur'ān dan Tafsir  
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Magister**

**Agama**

**YOGYAKARTA**

**2026**

# PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156 Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-717/Un.02/DU/PP.00.9/05/2026

Tugas Akhir dengan judul : Relasi Emosional suami dan istri dalam Al-Qur'an: Perspektif Tafsir Al-Azhar dan al-misbah

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AFIFAH, S. Ag  
Nomor Induk Mahasiswa : 24205031079  
Telah diujikan pada : Jumat, 22 Mei 2026  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

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

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Kesua Sidang  
Dr. Imam Iqbal, S.Fil.I, M.S.I  
SIGNED

Valid ID: 6a129746181a



Penguji I  
Dr. Mahbub Ghozali  
SIGNED

Valid ID: 6a146d7584d2



Penguji II  
Prof. Dr. Muhammad, M.Ag  
SIGNED

Valid ID: 6a130c3a661a



Yogyakarta, 22 Mei 2026  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
Prof. Dr. H. Robby Habiba Absar, S.Ag., M.Hum.  
SIGNED

Valid ID: 6a1590c7495d

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Afifah  
NIM : 24205031079  
Jenjang : Magister (S2)  
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya. Jika dikemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 13 Mei 2026  
Saya yang menyatakan,



Afifah, S.Ag  
NIM 24205031079

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Afifah  
NIM : 24205031079  
Jenjang : Magister (S2)  
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benari bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti bahwa terdapat plagiasi di dalam naskah tesis ini, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 13 Mei 2026

Saya yang menyatakan,



Afifah, S.Ag

NIM. 24205031079

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Kepada Yth,  
Ketua Program Studi Magister (S2)  
Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**RELASI EMOSIONAL SUAMI ISTRI DALAM AL-QUR'AN**

Yang ditulis oleh:

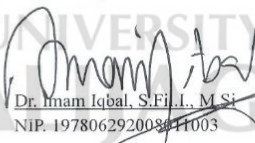
Nama : Afifah  
NIM : 24205031079  
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
Konsentrasi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Studi Magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (S2) Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Agama.

*Wasalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh*

Yogyakarta, 11 Mei 2026

Pembimbing

  
Dr. Imam Iqbal, S.Fil., L., M.Si  
NIP. 197806292003111003

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

*“A successful marriage requires falling in love many times, always  
with the same person”*

~Mignon McLaughlin~



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERSEMBAHAN

*“Tesis ini kupersembahkan untuk kedua orang tuaku yang tiada henti mendoakanku dan mendukungku, saudara dan saudari kandungku yang telah memberikan warna dan semangat, semua keluargaku, teman-teman seperjuanganku IAT D, semua guruguruku, semua dosen-dosenku, almamaterku UIN Sunana Kalijaga, teman-temanku semua. Terakhir untuk diriku sendiri yang telah berjuang hingga saat ini, terimakasih sebanyak-banyaknya, semoga tetap kuat, teguh, tekun, dan istiqomah dalam menuntut ilmu kedepannya.*

*Akhir kata kusampaikan dengan penuh rasa syukur dan harap, jazakumullahu khairan katsiran.”*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

Penelitian ini berawal dari kenyataan bahwa kajian terhadap diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana* yang merepresentasikan relasi suami dan istri selama ini belum sepenuhnya utuh dan tuntas. Seperti penafsiran para mufasir terhadap diksi-diksi tersebut yang masih bersifat umum dan parsial karena tersebar di berbagai penafsiran ayat secara terpisah. Hal ini tidak terlepas dari perkembangan khazanah keilmuan serta keragaman cara pandang para peneliti dalam memahami dan memaknai diksi-diksi tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini hendak membaca ayat-ayat mengenai relasi emosional suami dan istri secara utuh menggunakan pendekatan tematik dan teori *The Sound Relationship House* (teori Gottman), dan menjawab rumusan masalah diantaranya: pertama, bagaimana penelusuran dan pemetaan terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang memuat diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana* dalam konteks relasi emosional suami dan istri? Kedua, bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'an? Ketiga, bagaimana pola relasi emosional dalam Al-Qur'an membentuk prinsip kedekatan, keamanan, dan ketenangan?

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan jenis studi kepustakaan (*library research*) yang menggunakan sumber data primer diantaranya ayat-ayat Al-Qur'an mengenai relasi emosional suami dan istri. Sedangkan data-data sekunder diperoleh dari buku, jurnal, maupun tesis yang setema untuk memberikan penjelasan tambahan yang lebih detail. Analisis data penelitian bersifat interdisipliner karena berusaha mendialogkan antara prinsip-prinsip Al-Qur'an dengan teori Gottman. Teori Gottman turut digunakan untuk membaca prinsip-prinsip relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'an secara praktis.

Hasil dari penelitian ini terdiri dari tiga kesimpulan. Pertama, melalui pendekatan tematik, penelusuran dan pemetaan ayat terhadap diksi menghasilkan 156 temuan dengan berbagai pembahasan. Namun, dari 156 ayat tersebut, ada lima ayat yang dipilih dianggap relevan dan secara langsung berkaitan dengan dinamika relasi emosional suami dan istri, yakni Q.S. Al-A'raf [7]: 189, Q.S. An-Nahl [16]: 72, Q.S. Al-Furqan [25]: 74, Q.S. Ar-Rum [30]: 21 dan Q.S. Al-Baqarah [2]: 187. Kedua, melalui analisis interpretatif M. Quraish Shihab dan Buya Hamka, peneliti melihat bahwa kedua mufasir tersebut mengarahkan pada perumusan tiga prinsip utama relasi emosional suami dan istri, yakni pertama kedekatan emosional yang berakar pada konsep *anfusikum* yang merepresentasikan kedekatan yang bersumber dari jiwa yang satu atau sama, prinsip keamanan emosional yang direpresentasikan melalui metafora pakaian (*libās*), dan prinsip ketenangan emosional yang merujuk pada konsep *sakan* yang kemudian diperkaya melalui permohonan akan hadirnya *qurrata a 'yun* (penyejuk mata). Ketiga, melalui peleburan antara tiga prinsip emosional dalam Al-Qur'an dengan perspektif *The Sound Relationship House*, peneliti melihat bahwa pola relasi emosional dalam Al-Qur'an membentuk bangunan yang utuh, di mana kedekatan (*anfusikum*) memiliki posisi sebagai fondasi dasar yang akan memunculkan keamanan (*libās*) sebagai bentuk manifestasi perlindungan batin, yang pada akhirnya bermuara pada ketenangan (*sakīnah*) sebagai puncak stabilitas emosional dalam mewujudkan hakikat pernikahan yang sesuai dengan prinsip Al-Qur'an. Peleburan tersebut juga membuktikan bahwa stabilitas emosi dalam suatu hubungan secara praktis menjadi

prasyarat dalam mencapai puncak ketenangan mendalam (*qurrata a'yun*), serta menjadi wujud dari visi penghambaan dalam kehidupan rumah tangga.

**Kata Kunci:** *Relasi Emosional; Suami dan istri; Al-Qur'ān; Tafsir Al-Azhār; Tafsir Al-Misbāh.*



## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi yang penulis gunakan dalam tesis ini sesuai dengan pedoman SKB (Surat Keputusan Bersama) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158 tahun 1987 dan No. 0543.b/U/1987 tanggal 22 Januari 1988.

### A. Konsonan Tunggal

Arab	Nama	Latin	Keterangan
ا	alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	ba'	b	be
ت	ta'	t	te
ث	sa'	ṣ	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	zet (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	ḏad	ḏ	de (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
ه	ha'	h	ha
ء	hamzah	'	apostrof
ي	ya'	y	ye

B. Konsonan Rangkap karena *Syaddah* ditulis rangkap

مُتَعَدِّينَ      ditulis      muta‘aqqidīn

عِدَّة      ditulis      ‘iddah

C. Ta’ Marbutah

1. Bila dimatikan ditulis h

هِبَةٌ      ditulis      hibah

جِزْيَةٌ      ditulis      jizyah

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

Bila diikuti oleh kata sandang “al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan “h”.

كِرَامَةُ الْأَوْلِيَاءِ      ditulis      karāmah al-auliyā’

2. Bila ta’ marbutah hidup atau dengan harkat fathah, kasrah, ḍammah, ditulis dengan tanda t.

زَكَاةُ الْفِطْرِ      ditulis      zakāt al-fiṭri

D. Vokal Pendek

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَـ	Fathah	a	a
ـِـ	Kasrah	i	i
ـُـ	ḍammah	u	u

### E. Vokal Panjang

fathah + alif	ditulis	ā
جاهلية	ditulis	jāhiliyyah
fathah + ya' mati	ditulis	ā
يسعى	ditulis	yas'ā
kasrah + ya' mati	ditulis	ī
كريم	ditulis	karīm
dammah + wawu mati	ditulis	ū
فروض	ditulis	furūḍ

### F. Vokal Rangkap

fathah + ya' mati	ditulis	ai
بينكم	ditulis	bainakum
fathah + wawu mati	ditulis	au
قول	ditulis	qaulun

### G. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أنتم	ditulis	a'antum
أعدت	ditulis	u'iddat
لئن شكرتم	ditulis	la'in syakartum

### H. Kata Sandang Alif + Lām

#### 1. Bila diikuti Huruf Qamariyyah

القرآن	ditulis	al-Qur'ān
--------	---------	-----------

القياس            ditulis            al-Qiyās

2. Bila diikuti oleh Huruf Syamsiyah ditulis dengan menggandakan huruf syamsiyah yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf 1 (*el*)-nya.

السماء            ditulis            as-samā'

الشمس            ditulis            asy-syams

#### I. Penulisan Kata-Kata dalam Rangkaian Kalimat

ذوالفروض            ditulis            ḏawī al-furūd

أهل السنة            ditulis            ahl as-sunnah



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrohmannirrohim,*

*Alhamdulillah*, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya. Shalawat serta salam selalu tercurah kepada baginda agung Nabi Muhammad *Shallallāhu ‘Alaihi Wasallam*, beserta keluarga, sahabat dan pengikutnya, semoga kita semua mendapat syafā’at-nya di hari kiamat nanti. *Āmīn*

Penelitian ini merupakan tugas akhir pada Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Agama. Untuk itu, penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terimakasih banyak kepada:

1. Prof. Dr. Noorhaidi Hasan, S.Ag., MA., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga beserta jajarannya;
2. Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam beserta jajarannya;
3. Dr. Ali Imron, S.Th.I., M.S.I., selaku ketua Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Quran dan Tafsir;
4. Dr. Muhammad Akmaluddin, M.S.I., selaku Sekretaris Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir;
5. Dr. Imam Iqbal, S.Fil.I., M.S.I., selaku Dosen Pembimbing atas arahan dan masukan selama diskusi bersama dalam proses penyelesaian tesis ini;
6. Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag., selaku Dosen Penasihat Akademik atas saran dan arahan yang diberikan sehingga Bab I tesis ini dapat terselesaikan;

7. Segenap Bapak dan Ibu Dosen S2 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang telah berkenan dan ikhlas dalam membagi ilmu, mendidik dan membimbing penulis selama masa perkuliahan;
8. Ibu Hj. Siti Latifah, SE., selaku Kabag TU Program Studi Magister atas bantuannya dalam proses administrasi tesis sehingga dapat terselesaikan tepat waktu;
9. Kepada orangtua tercinta, Bapak H. 'Ali Hafidz 'Alimuddin dan Ibu Hj. Jumenah atas segala dukungan dan semangatnya, terlebih juga atas segala do'a dan ridhanya yang selalu diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini;
10. Kepada kakak-kakak dan adik-adikku tersayang atas segala do'a, dukungan, maupun dorongan.
11. Kepada seseorang yang telah Allah tuliskan namanya di Lauhul Mahfudz sebagai pasanganku kelak, terimakasih karena kamu masih bersembunyi hingga saat ini, sehingga aku bisa fokus mengerjakan dan menyelesaikan tesis ini. Semoga Allah pertemuan kita di waktu yang tepat dan terbaik;
12. Kepada teman-temanku kelas IAT D yang sudah memberikan dukungan dan bantuan, serta bimbingan;
13. Kepada seluruh keluarga dan pihak yang sudah ikhlas membantu dan mendukung dalam penyelesaian tesis ini;

Yogyakarta, 11 Mei 2026

## DAFTAR ISI

<b>JUDUL</b> .....	
<b>PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI</b> .....	iv
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	v
<b>MOTTO</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN</b> .....	x
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xvi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xviii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>A. Latar Belakang</b> .....	1
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	5
<b>C. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian</b> .....	5
<b>D. Kajian Pustaka</b> .....	6
<b>E. Kerangka Teori</b> .....	12
<b>F. Metode Penelitian</b> .....	14
<b>G. Sistematika Pembahasan</b> .....	17
<b>BAB II TINJAUAN KONSEPTUAL DAN LANDASAN TEORITIS RELASI EMOSIONAL SUAMI DAN ISTRI</b> .....	20
<b>A. Relasi Suami dan istri Dalam Al-Qur’ān</b> .....	20
1. Pengertian relasi suami dan istri dalam Al-Qur’ān .....	20
2. Hakikat relasi suami dan istri dalam Al-Qur’ān .....	22
3. Tujuan Relasi Suami dan istri dalam Al-Qur’ān .....	25
<b>B. Konsep Emosi Dalam Al-Qur’ān dan Psikologi</b> .....	28
1. Konsep emosi dalam psikologi .....	28
2. Konsep emosi dalam Al-Qur’ān .....	31
<b>C. <i>The Sound Relationship House Theory</i></b> .....	37

<b>BAB III AYAT-AYAT TENTANG RELASI EMOSIONAL SUAMI DAN ISTRI DALAM AL-QUR'ĀN .....</b>	<b>43</b>
<b>A. Penghimpunan Ayat-Ayat Relasi Emosional Suami dan istri .....</b>	<b>43</b>
<b>B. Penafsiran Ayat-Ayat Relasi Emosional Suami dan istri .....</b>	<b>57</b>
<b>C. Sintesis Tematik Ayat-Ayat Relasi Emosional Suami dan Istri dalam     Al-Qur'ān .....</b>	<b>76</b>
<b>BAB IV: ANALISIS PRINSIP-PRINSIP RELASI EMOSIONAL SUAMI DAN ISTRI DALAM AL-QUR'ĀN PERSPEKTIF <i>THE SOUND RELATIONSHIP HOUSE</i> .....</b>	<b>78</b>
<b>A. Konseptualisasi Prinsip-Prinsip Relasi Emosional Suami dan istri     .....</b>	<b>78</b>
<b>B. <i>The Sound Relationship House Theory</i> dalam Membaca Prinsip-Prinsip     Relasi Emosional Dalam Al-Qur'ān .....</b>	<b>84</b>
<b>BAB V: PENUTUP .....</b>	<b>98</b>
<b>B. Kesimpulan .....</b>	<b>98</b>
<b>C. Saran .....</b>	<b>100</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>101</b>
<b>LAMPIRAN AYAT-AYAT PILIHAN.....</b>	<b>107</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>111</b>

## **DAFTAR TABEL**

- Tabel 3.1 Penelusuran dan pemetaan diksi-diksi utama
- Tabel 3.2 Data Yang Dibuang
- Tabel 3.3 Data Utama/Yang Dipilih



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Kajian terhadap diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana* yang merepresentasikan relasi suami dan istri selama ini nyatanya belum sepenuhnya utuh dan tuntas. Hal ini tidak terlepas dari perkembangan khazanah keilmuan serta keragaman cara pandang para peneliti dalam memahami dan memaknai diksi-diksi tersebut. Seperti At-Ṭabari yang cenderung menghadirkan riwayat dalam memaknai lafadz<sup>1</sup> dan Al-Qurṭubi yang lebih memberikan perhatian pada aspek hukum.<sup>2</sup> Meskipun memiliki titik tekan yang berbeda, keduanya sepakat bahwa inti dari relasi suami dan istri adalah hubungan yang mendatangkan ketenteraman dan ketenangan bagi kedua belah pihak.

Sejalan dengan itu, M. Quraish Shihab melalui kecenderungannya pada aspek kebahasaan memandang bahwa relasi suami dan istri adalah hubungan keberpasangan dengan tujuan untuk saling melengkapi.<sup>3</sup> Sementara itu, Buya Hamka melalui corak sosialnya melihat bahwa relasi suami dan istri sebagai sarana dalam membangun persahabatan sejati yang menemani perjalanan hidup kedua belah pihak.<sup>4</sup> Meskipun demikian, pemaknaan dan penafsiran para mufasir

---

<sup>1</sup> Ibnu Jarir At-Ṭabari, *Tafsir At-Ṭabari Jilid 11*, terj. Ahsan Askani dkk (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), 842–3.

<sup>2</sup> Al-Qurṭubi, *Tafsir Al-Qurṭubi Jilid 14*, terj. Muhyiddin Mas Rida, dkk (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), 40.

<sup>3</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbāh: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'ān*, vol. 6, IV edition (Jakarta: Lentera Hati, 2011), 654.

<sup>4</sup> Haji Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhār Jilid 5*, 4th edition (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 2001), 3938 .

terhadap diksi-diksi tersebut masih bersifat umum dan parsial karena tersebar di berbagai penafsiran ayat secara terpisah. Kondisi tersebut secara kolektif meletakkan landasan teologis dan filosofis yang kuat dalam membangun keharmonisan rumah tangga.

Nilai-nilai ideal yang ditawarkan Al-Qur'ān melalui penafsiran para mufasir kini berhadapan dengan tantangan sosial kontemporer yang lebih kompleks. Seperti Dalam data Badan Pusat Statistik (BPS) pada Februari 2026 menunjukkan angka perceraian di Indonesia sepanjang tahun 2025 mencapai 438.168 kasus. Jika ditelusuri lebih dalam, kebanyakan perceraian disebabkan oleh faktor-faktor non-biologis yang akarnya pada rapuhnya ketahanan emosional dan mental, seperti perselisihan dan pertengkaran terus menerus (282.326 kasus), ekonomi (105.727 kasus), meninggalkan salah satu pihak (31.029 kasus), hingga Kekerasan dalam Rumah Tangga atau KDRT (7.138 kasus).<sup>5</sup>

Tingginya angka perceraian tersebut secara tidak langsung menciptakan perasaan cemas dan takut menikah di kalangan generasi muda. Fenomena tersebut muncul sebagai bentuk manifestasi terhadap kecemasan akan komitmen, hilangnya kemandirian, hingga trauma akibat konflik rumah tangga yang mereka lihat disekitarnya.<sup>6</sup> Akibatnya, terjadi penurunan angka pernikahan dan

---

<sup>5</sup> Badan Pusat Statistik, *Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor Penyebab Perceraian (perkara), 2025* (Jakarta, 2026), <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTIZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor-penyebab-perceraian--perkara---2024.html?year=2025>.

<sup>6</sup> Diki Herdiansyah and Rizka Khaira, *Menyelami Persepsi ' Marriage is Scary ' dalam Perspektif Religius dan Emosional di Konteks Sosial Budaya Kontemporer serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi : Sebuah Literatur Review*, 605–12.

meningkatnya persentase pemuda (usia 16-30 tahun) yang memilih untuk menunda atau bahkan tidak menikah.

Kajian terhadap relasi suami dan istri sampai saat ini telah banyak dikaji. Adapun penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan dengan tema penelitian ini terbagi menjadi dua kategori. *Pertama*, kajian yang fokus pada aspek normatif-hukum. Misalnya, Nur Fitria Primastuti<sup>7</sup> dan Haris Hidayatulloh<sup>8</sup> menjelaskan bahwa hubungan atau relasi suami dan istri terjalin dengan memikul kewajiban yang bersifat individu (masing-masing), maupun bersama dengan tujuan untuk membentuk keluarga *sakīnah mawaddah warāḥmah*. Kedua, kajian relasi suami dan istri dalam pandangan feminisme. Misalnya, Amina Wadud,<sup>9</sup> Fatima Mernisi dan Riffat Hasan<sup>10</sup> menjelaskan bahwa Al-Qur’ān memandang laki-laki dan perempuan sebagai subjek moral yang setara atau sama, baik dalam bentuk penciptaan maupun tanggung jawab. Dengan demikian, seluruh literatur tersebut memberikan kontribusi penting dalam khazanah keilmuan, sekaligus menjadi pijakan bagi upaya untuk mendalami lebih lanjut dimensi emosional suami dan istri yang terkandung dalam Al-Qur’ān.

Berdasarkan problem sosial dan akademik yang cukup signifikan dan telah diidentifikasi sebelumnya, maka penelitian ini lebih mengarah pada penelusuran dan pembacaan ayat-ayat yang relevan dengan tema yang dikaji dengan

---

<sup>7</sup> Nur Fitria Primastuti, “Telaah Hubungan Suami dan Istri dalam Perspektif Al-Qur’ān dan Hadits”, *Lentera*, vol. 24, no. 1 (2025), 70–82.

<sup>8</sup> Haris Hidayatulloh, “Hak Dan Kewajiban Suami dan istri Dalam Al-Qur’ān”, *Jurnal Hukum Keluarga Islam*, vol. 4, no. 2 (2019), 143–65.

<sup>9</sup> Amina Wadud, *Qur’an and Woman: Rereading the Sacred Text from a Woman’s Perspective* (New York: Oxford University Press, 1999), 22.

<sup>10</sup> Fatima Mernisi dan Riffat Hassan, *Setara Dihadapan Allah: Relasi Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Tradisi Islam Pasca Patriarki* (Yogyakarta: Yayasan Prakarsa, 1995), 43.

menggunakan pendekatan tafsir tematik<sup>11</sup> dan psikologi, guna menunjukkan kompleksitas pola relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'ān. Pendekatan tafsir tematik digunakan untuk menelusuri ayat-ayat yang relevan dengan tema yang dikaji melalui tiga diksi utama yang telah disebutkan sebelumnya, kemudian ditafsirkan dengan menggunakan tafsir Al-Azhār dan Al-Misbāh guna melihat pola emosional dalam ayat-ayat tersebut. Selain itu, peneliti menghadirkan perspektif psikologi relasi John M. Gottman sebagai pisau analisis untuk mengidentifikasi dan merumuskan prinsip-prinsip dari pola emosional relasi suami dan istri yang terkandung dalam ayat-ayat yang telah ditafsirkan. Dengan demikian, sintesis dari peleburan antara penafsiran Al-Qur'ān dan psikologi relasi ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih utuh dan komprehensif mengenai relasi suami dan istri.

Lebih lanjut, studi ini berangkat dari asumsi bahwa pola relasi suami dan istri dalam Al-Qur'ān tidak hanya dijelaskan dalam bentuk normatif-hukum, melainkan tercermin dalam berbagai ayat yang menunjukkan pola relasi tertentu. Dengan menghimpun, memetakan dan menganalisis ayat-ayat yang dipilih secara tematik, penelitian ini berargumen bahwa pola relasi dalam Al-Qur'ān membentuk prinsip-prinsip yang berlandaskan kedekatan batin, keamanan, dan ketenangan yang menjadi fondasi dalam membangun rumah tangga.

---

<sup>11</sup> Abul Hayy Al-Farmawi, *Metode Tafsir Maudhu'i Dan Cara Penerapannya*, terj. Rosihon Anwar (Bandung: Pustaka Setia, 2002).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti merumuskan beberapa masalah yang dianggap penting untuk dikaji, yaitu:

1. Bagaimana penelusuran dan pemetaan terhadap ayat-ayat Al-Qur'ān yang memuat diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana* dalam konteks relasi emosional suami dan istri?
2. Bagaimana penafsiran relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'ān perspektif tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka dan tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab?
3. Bagaimana pola relasi emosional dalam Al-Qur'ān membentuk prinsip kedekatan, keamanan, dan ketenangan emosional?

## **C. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian**

1. Tujuan penelitian
  - a. Menelusuri dan memetakan ayat-ayat Al-Qur'ān yang memuat diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana* dalam konteks relasi emosional suami dan istri.
  - b. Menganalisis penafsiran relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'ān perspektif tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka dan tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab.
  - c. Merumuskan pola relasi emosional dalam Al-Qur'ān yang merepresentasikan prinsip kedekatan, keamanan, dan ketenangan emosional.

## 2. Kegunaan penelitian

Secara teoritis, penelitian ini ditujukan untuk melihat bagaimana Al-Qur'ān dan psikologi modern berdialog tentang relasi emosional suami dan istri, sehingga dapat memperkaya khazanah keilmuan di era saat ini. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan kontribusi dalam pengembangan studi tafsir. Lebih lanjut, penelitian ini secara praktis diharapkan dapat memberikan pemahaman akan pentingnya kedekatan emosional antara pasangan sebagai fondasi rumah tangga sehat dan bahagia.

### D. Kajian Pustaka

Penelitian terkait tema yang dijadikan fokus penelitian, telah banyak dilakukan oleh para peneliti sebelumnya. Berdasarkan penelusuran yang penulis lakukan, secara garis besar penelitian-penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian ini memiliki tiga kecenderungan, yang diuraikan sebagai berikut:

#### 1. Diskursus emosi dalam Al-Qur'ān

Dalam diskursus mengenai emosi, Al-Qur'ān tidak menggunakan diksi yang secara harfiah bermakna emosi, melainkan menggunakan terminologi yang merepresentasikan gejala perasaan manusia. Pemetaan terhadap emosi pada bagian ini berfokus pada dua diksi, yakni *nafs* (jiwa)<sup>12</sup> dan *qalb* (hati).<sup>13</sup> Nanda Nurlina dan Bashori memandang bahwa diksi *nafs* menggambarkan gejala emosi antara perjalanan spiritual dan psikologis manusia dalam

---

<sup>12</sup> Nanda Nurlina dan Bashori, "Konsep 'Nafs' dalam Al-Qur'ān: Analisis Semantik terhadap Dimensi Psikologis dan Spiritualitas dalam Proses Pembentukan Karakter", *Semantik*, vol. 3, no. 3 2025, 204.

<sup>13</sup> Dipa Apriza Dkk, "Konsep Al-Qalb dan Al-'Aql", *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 3 2025, 1223.

mewujudkan kesempurnaan diri.<sup>14</sup> Pandangan ini kemudian diperkuat oleh Muhammad Arwani Rofi'i dengan hasil identifikasi tingkatan emosi manusia melalui tiga tingkatan, yakni *nafs al-ammārah* atau jiwa yang cenderung mencerminkan emosi negatif, *nafs lawwāmah* atau jiwa yang mencerminkan emosi penyesalan, dan *nafs muṭmainnah* atau jiwa yang mencerminkan puncak kestabilan dan ketenangan jiwa.<sup>15</sup>

Melengkapi pandangan mengenai *nafs*, Zuleyha Keskin<sup>16</sup> dan Amrina Rasyada dkk<sup>17</sup> menjelaskan bahwa *qalb* memiliki posisi sentral yang berperan sebagai instrumen pusat dalam mengelola emosi serta memimpin dan memberikan petunjuk kepada manusia. Dalam diskursus ini, hati menjadi penentu dari kondisi emosi seseorang, yang oleh Al-Qur'ān dibagi menjadi tiga macam, yakni *qalibun saḥīḥ* (hati yang sehat), *qalibun marīḍ* (hati yang sakit), dan *qalibun mayyit* (hati yang mati).<sup>18</sup> Kondisi-kondisi hati tersebut menggambarkan emosi-emosi yang dirasakan manusia yang tersebar dalam berbagai surat dan ayat Al-Qur'ān. Darwis Hūde dalam bukunya membagi emosi dalam Al-Qur'ān menjadi dua macam, yakni emosi positif dan emosi negatif.<sup>19</sup> Emosi positif dalam Al-Qur'ān merupakan bentuk representasi dari kondisi jiwa yang tenang dan hati yang sehat, meliputi cinta (*ḥub*), gembira dan

<sup>14</sup> Nanda Nurlina dan Bashori, *Konsep 'Nafs' dalam Al-Qur'ān*, 213.

<sup>15</sup> Muhammad Arwani Rofi'i, "Al-Nafs Dalam Al-Qur'ān: Makna, Macam Dan Karakteristiknya", *Al-I'jaz*, vol. 2, no. 1 2020, 80–1.

<sup>16</sup> Zuleyha Keskin, "The Qalb Model of the Self: A Qur'ānic Psychospiritual Framework", *Australian Journal Of Islamic Studies*, vol. 1, no. 1 (2026), 12.

<sup>17</sup> Amrina Rasyada Kamaruzaman dkk., "Qalb, Ṣadr, and Fu'ād: A Correlation According To I'jāz Bayani and Tafsir Al-Qur'ān", *Malaysian Journal For Islamic Studies*, vol. 7, no. 2 (2023), 46.

<sup>18</sup> Dipa Apriza Dkk, "Konsep Al-Qalb dan Al- 'Aql", *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 3 2025, 223.

<sup>19</sup> Darwis Hude, *Emosi: Penjelajahan religio-psikologis Tentang Emosi Manusia di dalam Al-Qur'ān* (Jakarta: Erlangga, 2006), 136.

bahagia (*farḥ* dan *riḍā*).<sup>20</sup> Sebaliknya, emosi negatif dalam A-Qur'an merupakan bentuk representasi dari kondisi jiwa dan hati yang bergejolak dan sakit, meliputi ketakutan (*khawf*), kesedihan (*ḥuzn*), marah dan benci.<sup>21</sup> Dengan demikian, kehadiran emosi dalam diri manusia yang termaktub dalam Al-Qur'an hadir bukan sekedar respons sesaat, melainkan menjadi indikator utama dalam melihat kualitas kesehatan spiritual dan psikologis seseorang untuk mencapai ketenangan.

## 2. Diskursus atas diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana*.

Penelitian-penelitian terdahulu terhadap diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana* fokus pada pembahasan yang terpisah-pisah, seperti Muhammad Yahya melihat bahwa diksi *zawaj* hanya menjelaskan identitas pasangan yang hadir setelah adanya ikatan pernikahan.<sup>22</sup> Wakhdah Faaqih<sup>23</sup> dan Sayyid Quthb<sup>24</sup> menjelaskan perluasan makna dari diksi tersebut. Melalui kacamata tafsir Al-Munīr dan Fī Żilālil Qur'ān, mereka berargumen bahwa konsep keberpasangan (*zawj*) memiliki tujuan untuk mewujudkan ketenangan dan ketenteraman (*sakīnah*) melalui sikap saling melengkapi. Sejalan dengan argumen tersebut, dan Syaripah Aini menguatkan argumen tersebut dengan

---

<sup>20</sup> *Ibid.*, 233–7.

<sup>21</sup> *Ibid.*, 241–2.

<sup>22</sup> Muhammad Yahya Abdullah dan Insan Kamil, “Decoding Islamic Marriage Terms Through Quranic Text by Nvivo 12 Pro”, *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, vol. 3, no. 1 (2024), 17.

<sup>23</sup> Wakhdah Faaqih dkk, “Study of Marriage Verses in Wahbah Zuhaili's Tafsir Al Munir”, *Al-Afkar: Journal for Islamic Studies*, vol. 7, no. 2 (2024), 685.

<sup>24</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fī Żilālil Qur'ān (surah Al-A'raf 138- At-Taubah 92) Jilid 5*, 6 th edition, terj. As'ad Yasin dan tim (Jakarta: Gema Insani, 2012), 75.

menekankan bahwa pencapaian *sakīnah*, *mawaddah* dan *rahmah* merupakan perwujudan dari sakralitas pernikahan yang berlandaskan pada Al-Qur'ān.<sup>25</sup>

Di sisi lain, diskursus atas diksi *labasa/libās* dalam Q.S. Al-Baqarah [2]: 187 masih diartifirkan sebatas hukum berhubungan suami dan istri pada bulan ramadhan. Syaikh Ahmad Syakir dalam Mukhtassar Tafsir Ibnu Kaṣīr, misalnya, menitikberatkan makna *libās* pada aspek hukum biologis karena pasangan memiliki posisi yang tidak terpisahkan secara fisik.<sup>26</sup> Selain itu, Moh. Arif Rakman Hakim dalam mengungkap makna lain dari diksi *libās* melakukan analisis semiotika secara mendalam dengan menekankan makna konotasi dari diksi tersebut, yakni pakaian yang bertujuan untuk selalu bersikap ketersalingan kepada pasangannya meliputi saling menghormati hingga saling memberikan ketenangan.<sup>27</sup>

### 3. Diskursus relasi suami dan istri

Penelitian-penelitian terdahulu terhadap relasi suami dan istri berfokus pada dua aspek. *Pertama*, fokus pada aspek normatif-hukum relasi suami dan istri. Penelitian Nur Fitria Primastuti<sup>28</sup> dan Haris Hidayatulloh<sup>29</sup> menekankan adanya hubungan yang bersifat legal-formal, di mana relasi suami dan istri

<sup>25</sup> Syaripah Aini, "Sakralitas Pernikahan dalam Cahaya Al-Qur'ān", *Al-Kauniyah: Jurnal Ilmu Alquran dan Tafsir*, vol. Vol. 5, No. no. 2 (2024), 78–9.

<sup>26</sup> Syaikh Ahmad Syakir, *Mukhtassar Tafsir Ibnu Katsir Jilid 1*, terj. Agus Ma'mun dan tim (Jakarta: Darus Sunnah, 2014), 523–4.

<sup>27</sup> Moh. Arif Rakman Hakim, "Konotasi Makna Libās dalam Pernikahan: Analisis Semiotika Roland Barthes Dalam Q.S al-Baqarah [2]:187)", *Jurnal Kajian Islam Interdisipliner*, vol. 8, no. 2 (2023), 71.

<sup>28</sup> Nur Fitria Primastuti, "Telaah Hubungan Suami dan Istri dalam Perspektif Al-Qur'ān dan Hadits", *Lentera*, vol. 24, no. 1 (2025), 70–82.

<sup>29</sup> Haris Hidayatulloh, "Hak Dan Kewajiban Suami dan istri Dalam Al-Qur'ān", *Jurnal Hukum Keluarga Islam*, vol. 4, no. 2 (2019), 143–65.

dibangun atas dasar pembagian tugas dan kewajiban individu (masing-masing) maupun bersama secara jelas, guna untuk menjaga stabilitas rumah tangga. Pandangan ini kemudian diperluas oleh Wahbah Az-Zuhaili,<sup>30</sup> M. Quraish Shihab,<sup>31</sup> Amina Wadud<sup>32</sup> dan Riffat Hasan<sup>33</sup> dengan menekankan sifat moral-humanis dalam menjelaskan mengenai relasi suami dan istri. Para tokoh ini memperluas cakupan relasi tersebut dengan menekankan bahwa relasi suami dan istri dalam Al-Qur'ān merupakan suatu hubungan moral yang setara atau timbal balik, baik dalam bentuk penciptaan maupun tanggung jawab. Sejalan dengan itu, pandangan ini bersinggungan dengan argumen Gottman yang menekankan bahwa kemitraan dalam rumah tangga harus didasarkan pada rasa yang bersifat timbal balik, di mana pasangan akan saling menghargai, saling memahami, saling mendukung, dan saling belajar serta bertumbuh bersama.<sup>34</sup>

*Kedua*, fokus pada aspek tujuan relasi suami dan istri. Penelitian Kinanthi Nur Fikria,<sup>35</sup> dan Wahbah Az-Zuhaili<sup>36</sup> mengidentifikasi bahwa dalam Al-Qur'ān, tujuan fundamental relasi suami dan istri adalah untuk mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, dan rahmah*, menjaga kesucian diri

---

<sup>30</sup> Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, Manhaj (Al-Baqarah-Ali Imran-An-Nisa')*, terj. Abdul Hayyie al Kattani. (Jakarta: Gema Insani, 2013), 561.

<sup>31</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'ān Surah Ali Imran, dan An-Nisa*, vol. 2 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 330.

<sup>32</sup> Wadud, *Qur'an and Woman*, 22.

<sup>33</sup> Fatima Mernisi dan Riffat Hassan, *Setara Dihadapan Allah: Relasi Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Tradisi Islam Pasca Patriarki* (Yogyakarta: Yayasan Prakarsa, 1995), 43.

<sup>34</sup> Gottman, *The Seven Principles*, 19–20.

<sup>35</sup> Kinanthi Nur Fikria dan Muh Tasrif, "Tujuan Pernikahan dalam Al-Quran dan Relevansinya dengan Fenomena Childfree (Perspektif Tafsir Maqāṣidī)", *Jusma: Jurnal Studi Islam dan Masyarakat*, vol. 2, no. 2, 2023, 39.

<sup>36</sup> Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, Manhaj, Jilid 11*, terj. Abdul Hayyie al Kattani (Jakarta: Gema Insani, 2016), 92.

dan kecukupan rezeki, serta melestarikan keturunan yang berkualitas dan bertakwa. Pandangan ini kemudian diperkuat oleh Mufidah yang berargumen bahwa untuk mewujudkan nilai-nilai *sakinah, mawaddah, dan rahmah*, maka menjaga keseimbangan hak dan kewajiban tidak dapat dipisahkan.<sup>37</sup> Melengkapi pandangan tersebut, Lahmuddin Lubis menegaskan bahwa pencapaian keluarga *sakinah, mawaddah, dan rahmah*, maka suami dan istri harus memiliki fondasi spiritualitas yang kuat dan kokoh melalui pendalaman, penghayatan, dan pengamalan ajaran agama secara menyeluruh.<sup>38</sup>

Berdasarkan peta diskursus di atas, peneliti melihat bahwa meskipun kajian mengenai emosi dalam Al-Qur'ān dan relasi suami dan istri telah banyak dilakukan, namun mayoritas penelitian tersebut masih bersifat parsial yang kemudian menjadi celah di mana diksi *zawaja, labasa, dan sakana* selama ini lebih sering dikaji dalam ruang lingkup hukum formal (*fiqh*) atau definisi leksikal yang terpisah, tanpa adanya upaya sistematis untuk mengintegrasikannya sebagai sebuah pola relasi emosional yang utuh. Selain itu, dialog interdisipliner yang mempertemukan kedalaman tafsir M. Quraish Shihab dan Buya Hamka dengan teori psikologi empiris *The Sound Relationship House* dari John M. Gottman masih sangat jarang ditemukan. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi celah tersebut dengan menawarkan sintesis baru yang mentransformasikan terminologi Qur'āni menjadi prinsip-prinsip emosional yang aplikatif yang dimulai dari kedalaman dalam memahami asal-usul melalui konsep *anfusikum*

---

<sup>37</sup> Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*, IV edition, ed. Ahmad Nurul Kawakip (Malang: UIN Maliki Press, 2014), 161.

<sup>38</sup> Lahmuddin Lubis, *Konseling dan Terapi Islami*, Revisi edition (Medan: Perdana Publishing, 2021), 80.

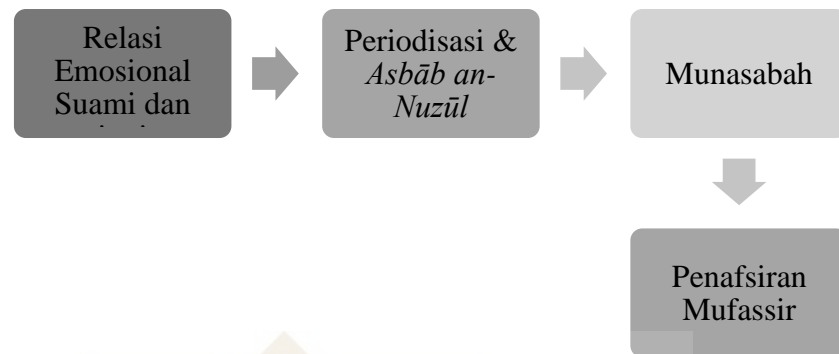
(kedekatan) yang kemudian memungkinkan pasangan saling melindungi dan termanifestasikan melalui konsep *libās* (keamanan), yang pada akhirnya bermuara pada stabilitas emosi melalui konsep *sakīnah* (ketenangan).

#### E. Kerangka Teori

Dalam penelitian ini, metode tafsir tematik model Al-Farmawi akan digunakan sebagai kerangka kerja dalam menganalisis ayat-ayat Al-Qur'ān tentang relasi emosional suami dan istri. Berikut ini langkah-langkah metode tafsir tematik model Al-Farmawi: Pertama, menetapkan tema yang akan dibahas, yaitu relasi emosional suami dan istri. Kedua, menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan tema. Ketiga, klasifikasi ayat-ayat tersebut sesuai dengan periodisasi turunnya, dan *asbāb an-nuzūlnya*. Keempat, memahami munasabah antar ayat dalam masing-masing suratnya. Kelima, menyusun kerangka pembahasan yang sempurna, meliputi kajian linguistik, dan penafsiran M. Quraish Shihab dan Buya Hamka. Keenam, melengkapi pembahasan dengan hadis-hadis yang relevan dengan tema yang dibahas. Ketujuh, mempelajari setiap ayat yang dikaji secara keseluruhan dengan penyusunan yang sempurna.<sup>39</sup> Perhatikan alur di bawah ini:

---

<sup>39</sup> Abdul Hayy Al-Farmawi, *Metode Tafsir Maudhu'i dan Cara Penerapannya*, terj. Rosihon Anwar (Bandung: Pustaka Setia, 2002), 51.

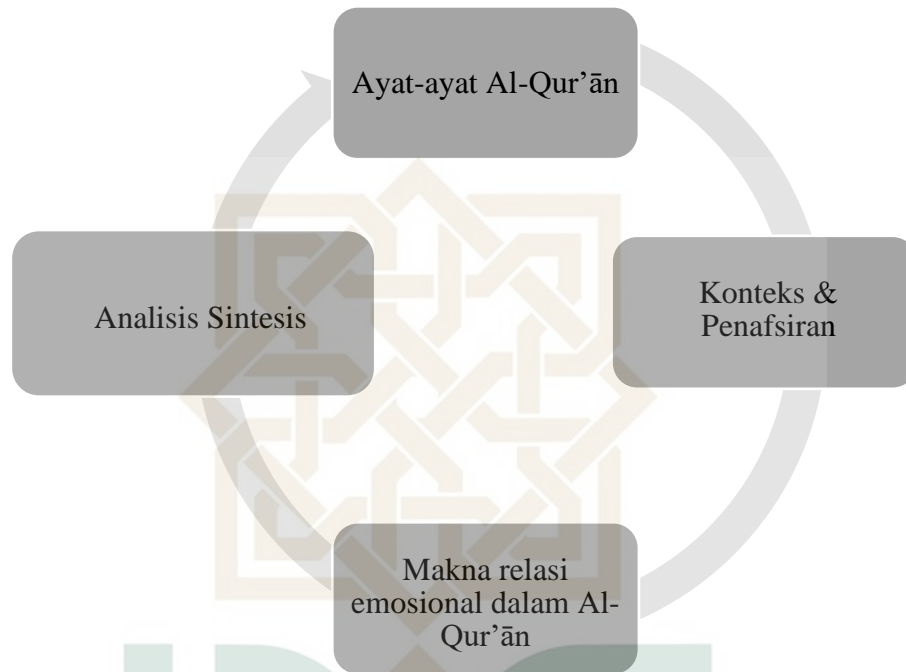


**Gambar 1:** Alur Penelitian Tafsir

Pemetaan atas ayat-ayat tersebut kemudian dianalisis dengan teori relasi John M. Gottman. Pemilihan teori ini didasarkan pada asumsi bahwa hubungan suami dan istri tidak hanya dibangun oleh ikatan normatif-legal semata, melainkan juga dibangun dengan interaksi emosional yang berlangsung secara terus-menerus. Dalam bukunya *The Seven Principles For Making Marriage Work*, Gottman menekankan bahwa stabilitas dan keharmonisan rumah tangga sangat ditentukan oleh pola komunikasi, respon emosi, serta kemampuan pasangan dalam mengelola konflik dan menciptakan makna bersama (*shared meaning*).<sup>40</sup> Dalam bagian ini, tujuh prinsip yang dikemukakan Gottman digunakan sebagai alat untuk membaca prinsip-prinsip relasi emosional dalam Al-Qur'an. Penjelasan terhadap tujuh prinsip Gottman peneliti paparkan secara lebih mendalam dan luas pada Bab II.

<sup>40</sup> John M. and Nan Silver Gottman, *The Seven Principles For Making Marriage Work* (New York: Crown Publisher, INC, 1999), 247–50.

Berikut ini bagan alur penerapat teori John M. Gottman :



**Gambar 2:** Alur Penerapan Teori

Dengan menggunakan teori psikologi relasi dalam memahami ayat-ayat Al-Qur'an mengenai relasi suami dan istri, penelitian ini hendak melihat secara menyeluruh pola relasi emosional suami dan istri dalam membentuk prinsip kedekatan emosional, keamanan emosional, dan ketenangan emosional yang digambarkan oleh Al-Qur'an.

#### **F. Metode Penelitian**

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang sesuai dan tepat, maka rincian metodologi penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:

## 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang berfungsi untuk mendeskripsikan dan menginterpretasikan suatu fenomena atau peristiwa atas subjek yang diteliti.<sup>41</sup> Adapun jenis penelitian ini adalah kepustakaan (*library research*) karena data-data yang dikumpulkan berupa dokumen, meliputi buku, jurnal, maupun literatur-literatur pendukung yang berkaitan dengan tema yang dikaji.<sup>42</sup>

## 2. Sumber Data

Secara umum, sumber data dalam penelitian ilmiah terbagi menjadi dua, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.<sup>43</sup> Pada penelitian ini, sumber data primernya adalah Al-Qur'ān, khususnya ayat-ayat yang berkaitan dengan relasi emosional suami dan istri. Sementara itu, sumber data sekunder diperoleh dari kitab tafsir, buku, jurnal, tesis, maupun literatur-literatur pendukung lainnya yang setema untuk mendapatkan penjelasan tambahan secara lebih komprehensif.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam mengumpulkan data-data yang sesuai dengan tema yang dikaji, penelitian ini akan menggunakan kajian kepustakaan (*library research*)<sup>44</sup> yang

---

<sup>41</sup> Abdul Fattah Nasution, *Metode Penelitian Kualitatif*, ed. Meyniar Albina, Pertama (Bandung: Harfa Creative, 2023), 22.

<sup>42</sup> Milya Sari and Asmendri Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (Library Research) Dalam Penelitian Pendidikan IPA," *Natural Science* 6, no. 1 (2020), 43.

<sup>43</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (2020).

<sup>44</sup> Milya Sari dan Asmendri Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (Library Research) Dalam Penelitian Pendidikan IPA," *Natural Science* 6, no. 1 (2020), 43.

langkah-langkahnya disajikan berdasarkan kajian teoritik. Langkah awal yang dilakukan dalam mengumpulkan data adalah menelusuri dan memetakan ayat-ayat yang berkaitan dengan tema melalui tiga diksi utama, yakni *labasa*, *zawaja*, dan *sakana*. Ayat-ayat tersebut kemudian ditafsirkan dan diidentifikasi dengan pendekatan tafsir tematik. Selanjutnya, ayat-ayat yang telah diidentifikasi aspek emosionalnya, kemudian didialogkan secara interdisipliner dengan perspektif psikologi John M. Gottman guna merumuskan prinsip-prinsip relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur’ān secara komprehensif.

#### 4. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode analisis isi (*content analysis*)<sup>45</sup> dalam menganalisis data. Selain itu, penelitian ini bersifat interdisipliner<sup>46</sup> karena menggabungkan dan menghubungkan antara dua pendekatan yang berbeda, yaitu tafsir tematik dan psikologi relasi. Analisis kemudian dilakukan dengan cara mendialogkan hasil penafsiran ayat dengan prinsip-prinsip John M. Gottman, guna merumuskan prinsip-prinsip relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur’ān.

---

<sup>45</sup> Moh. Bakir, “Teknik-Teknik Analisis Tafsir Dan Cara Kerjanya”, *MISYKAT: Jurnal Ilmu-ilmu Al-Quran, Hadist, Syari’ah dan Tarbiyah*, vol. 5, no. 1 (2020), 51.

<sup>46</sup> Moh Mansur Abdul Haq, “Urgensi Aneka Pendekatan dalam Kajian Islam: Dari Inter-Multidisiplin ke Transdisiplin Menurut Amin Abdullah”, *Medina-Te : Jurnal Studi Islam*, vol. 183, no. 2 (2023), 153–64.

## 5. Pendekatan Penelitian

Terdapat tiga pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini, yakni pendekatan tafsir tematik, psikologi, dan interdisipliner. Pendekatan tafsir tematik digunakan untuk melihat dimensi emosional suami dan istri dalam ayat-ayat yang telah dipilih dan dianalisis. Sementara pendekatan psikologi digunakan sebagai kaca mata untuk melihat fenomena kejiwaan dan dinamika hubungan dalam teks Al-Qur'ān. Pendekatan ini menjadi fondasi dasar penggunaan teori psikologi relasi dalam membedah pola relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'ān. Adapun pendekatan interdisipliner digunakan untuk menjembatani dua disiplin ilmu yang berbeda (tafsir dan psikologi). Penggunaan pendekatan ini memungkinkan terjadinya dialog antara prinsip-prinsip relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'ān dengan prinsip-prinsip psikologi modern, guna menghasilkan sintesis yang bersifat komprehensif dan aplikatif.

### G. Sistematika Pembahasan

Dalam rangka memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh dan spesifik atas problematika yang diidentifikasi sebelumnya, maka penelitian ini akan disusun secara sistematis dalam beberapa bab pembahasan, diantaranya:

Bab pertama memuat pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah dengan menghadirkan problem akademik atas tema yang dikaji. Kemudian, rumusan, tujuan, dan kegunaan penelitian dihadirkan untuk mengetahui batasan, fokus, dan arah penelitian. Selanjutnya, kajian pustaka yang bertujuan untuk

memverifikasi tingkat orisinalitas, keunikan, dan kebaharuan penelitian ini. Pemaparan terhadap kerangka teori, metodologi, dan sistematika pembahasan juga turut dibahas dalam bab ini.

Bab kedua akan meninjau secara umum konsep relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'ān, meliputi pengertian, hakikat, dan tujuannya. Selain itu, konsep emosi dalam psikologi dan Al-Qur'ān juga akan ditinjau secara umum. Terakhir, akan diuraikan *The Sound Relationship House Theory* John M. Gottman beserta prinsip-prinsipnya.

Bab ketiga fokus pada penyajian dan pengolahan data ayat secara tematik. Penelusuran ayat dilakukan menggunakan kitab *Mu'jam Al-Mufahras* melalui tiga diksi utama, yakni *labasa*, *zawaja*, dan *sakana*. Selanjutnya, ayat-ayat pilihan kemudian dipetakan dan ditafsirkan dengan merujuk pada dua tafsir otoritatif di Indonesia, yakni tafsir al-Misbāh karya M. Quraish Shihab dan tafsir al-Azhār karya Buya Hamka untuk mengungkap makna dasar dan merumuskan prinsip-prinsip emosional dari diksi-diksi tersebut.

Bab keempat akan menjadi bagian analisis dari hasil temuan yang telah diuraikan dan disusun pada bab kedua dan ketiga. Hasil penafsiran dari prinsip-prinsip yang dirumuskan dari analisis ketiga diksi tersebut, kemudian dijelaskan secara konseptual. Setelah itu, prinsip-prinsip tersebut didialogkan secara interdisipliner dengan teori John M. Gottman. Proses ini dilakukan dengan tujuan untuk merumuskan sebuah sintesis mengenai pola relasi emosional yang utuh dan dinamis.

Bab kelima merupakan bagian akhir dari penelitian ini. Bab ini akan memuat kesimpulan secara menyeluruh dari pembahasan bab kedua hingga keempat sebagai jawaban atas rumusan masalah yang dihadirkan dalam penelitian ini. Selain itu, saran-saran terhadap penelitian lanjutan yang bersifat akademik maupun praktis terkait relasi emosional suami dan istri akan dihadirkan dalam penelitian ini.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penjabaran mengenai ayat-ayat tentang relasi emosional suami dan istri yang dibaca melalui analisis interpretatif dan teori Gottman di atas guna menjawab tiga pertanyaan penelitian, maka penelitian ini menghasilkan tiga kesimpulan, yakni sebagai

1. Penelusuran dan pemetaan terhadap ayat-ayat yang memuat diksi *zawaja*, *labasa*, dan *sakana* dalam konteks relasi emosional suami dan istri, menghasilkan lima ayat pilihan yang tersebar dalam beberapa surah, yakni Q.S. Al-A'raf [7]: 189 (menekankan konsep kesatuan jiwa manusia yang mendatangkan ketenangan), Q.S. An-Nahl [16]: 72 (menekankan konsep kesatuan jiwa dan generasional manusia), Q.S. Al-Furqān [25]: 74 (menekankan pasangan sebagai sumber ketenangan serta penyejuk hati dan mata), Q.S. Ar-Rūm [30]: 21 (menekankan ketenangan yang dilandasi cinta dan kasih sayang antara suami dan istri), dan Q.S. Al-Baqarah [2]: 187 (menekankan fungsi suami dan istri melalui metafora pakaian). Melalui penelusuran dan pemetaan ini, terlihat bahwa Al-Qur'ān tidak hanya membicarakan status hukum pernikahan, melainkan juga membicarakan aspek relasi emosi suami dan istri sebagai penekanan ikatan jiwa yang mendalam.
2. Penafsiran terhadap lima ayat pilihan tersebut melalui analisis interpretatif Quraish Shihab dan Buya Hamka mengasilkan tiga prinsip utama untuk menjelaskan relasi emosional suami dan istri dalam Al-Qur'ān , yakni:

*Pertama*, prinsip kedekatan emosional yang termanifestasikan melalui konsep *anfusikum* mengisyaratkan keterbukaan dan kesetaraan antara pasangan. *Kedua*, prinsip keamanan emosional yang termanifestasikan melalui konsep *libās* (pakaian) memiliki fungsi sebagai penutup (penjagaan martabat), perhiasan (dalam upaya memperindah hubungan), dan perlindungan batin. *Ketiga*, prinsip ketenangan emosional yang termanifestasikan melalui konsep *sakīnah* menggambarkan kondisi batin yang stabil dan tenang.

3. Pola relasi emosional dalam Al-Qur'ān membentuk bangunan yang utuh. Pola ini kemudian bekerja secara dinamis, di mana kedekatan (*anfusikum*) memiliki posisi sebagai fondasi dasar yang akan memunculkan keamanan (*libās*) sebagai bentuk manifestasi perlindungan batin, yang pada akhirnya bermuara pada ketenangan (*sakīnah*) sebagai puncak stabilitas emosional dalam mewujudkan hakikat pernikahan yang sesuai dengan prinsip Al-Qur'ān. Peleburan antara ketiga prinsip tersebut dengan perspektif *The Sound Relationship House* membuktikan bahwa stabilitas emosi dalam suatu hubungan secara praktis menjadi prasyarat dalam mencapai puncak ketenangan mendalam (*qurrata a'yun*), serta menjadi wujud dari visi penghambaan dalam kehidupan rumah tangga.

## **B. Saran**

Penelitian ini hanya berfokus pada penelitian kepustakaan (*library research*) dalam menganalisis dan mendialogkan antara ayat-ayat Al-Qur'ān tentang relasi emosional suami dan istri dengan teori relasi John Gottman.

Keterbatasan penelitian ini menyisakan celah untuk mengembangkan tema ini melalui penelitian lapangan (*field research*) yang lebih komprehensif dalam melihat penerapan integrasi prinsip-prinsip tersebut pada pasangan-pasangan Muslim. Penelitian lanjutan dapat dilakukan dengan menguji secara langsung efektivitas *The Sound Relationship House Theory* diterapkan di kalangan masyarakat *religius*. Pembacaan lebih lanjut melalui studi kasus atau pendekatan sosiologis menjadi krusial dilakukan untuk dapat membuktikan validitas serta relevansi nilai-nilai Qur'ani dalam menjawab problematika rumah tangga kontemporer secara lebih detail dan komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Syaripah. “Sakralitas Pernikahan dalam Cahaya Al-Qur’ān”, *Al-Kauniyah: Jurnal Ilmu Al-Qur’ān dan Tafsir*, vol. Vol. 5, No, no. 2, 2024.
- Akil, Aisyah Madihah Mohd dan Khazri Osman. “Kajian Semantik Cinta Pada Lafaz Al-Ḥubb Dalam Al-Qur’ān”, *Semantiq*, Malaysia: The National University Of Malaysia, 2022.
- Al-Farmawi, Abul Hayy. *Metode Tafsir Maudhu’i Dan Cara Penerapannya*, terj. Rosihon Anwar. Bandung: Pustaka Setia, 2002.
- Al-Qurthubi. *Tafsir Al-Qurthubi*, terj. Muhyiddin Mas Rida, dkk Jakarta: Pustaka Azzam, 2009.
- Amrullah, Haji Abdulmalik Abdulkarim. “Tafsir Al-Azhar Jilid 1”, *Pustaka Nasional Pte Ltd*, 1st edition, Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 1990.
- \_\_\_\_\_. *Tafsir Al-Azhar*, Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 1990.
- \_\_\_\_\_. *Tafsir Al-Azhar Jilid 7*, 1st edition, Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 1990.
- \_\_\_\_\_. *Tafsir Al-Azhar Jilid 5*, 4th edition, Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 2001.
- Apriza, Dipa Dkk. “Konsep Al-Qalb dan Al-‘Aql”, *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 3 2025,
- At-Thabari, Ibnu Jarir. “Tafsir At-Thabari Jil. 11”, terj. Ahsan Askan dkk, *Pustaka Azzam*, Jakarta, 2007.
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munīr: Aqidah, Syari’ah, Manhaj (Al-Furqan-Al-Ankabut)*, vol. 10, terj. Abdul Hayyie al Kattan. Jakarta: Gema Insani, 1385.
- \_\_\_\_\_. “Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari’ah, Manhaj (Al-Fatihah-Al-Baqarah)”, *Gema Insani*, vol. 1, terj. Abdul Hayyie al Kattan. Jakarta: Gema Insani, 2013,
- \_\_\_\_\_. “Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari’ah, Manhaj (Yusuf-An-Nahl)”, *Gema*

*Insani*, vol. 7, terj. Abdul Hayyie al Kattan. Jakarta: Gema Insani, 2013.

\_\_\_\_\_. “Tafsir Al-Munir : Akidah, Syariah, Manhaj (Al-A’raf-At-Taubah)”, terj. Abdul Hayyie al Kattan. Jakarta: Gema Insani, 2013.

Badan Pusat Statistik. *Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor Penyebab Perceraian (perkara), 2025*, Jakarta, 2026, <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor-penyebab-perceraian--perkara---2024.html?year=2025>.

Bakir, Moh. “Teknik-Teknik Analisis Tafsir Dan Cara Kerjanya”, *MISYKAT: Jurnal Ilmu-ilmu Al-Quran, Hadist, Syari’ah dan Tarbiyah*, vol. 5, no. 1 (2020), 51.

Bashori, dan Nanda Nurlina. “Konsep ‘Nafs’ dalam Al-Qur’ān: Analisis Semantik terhadap Dimensi Psikologis dan Spiritualitas dalam Proses Pembentukan Karakter”, *Semantik*, vol. 3, no. 3, 2025.

Daniel, dan Roger F. *Keajaiban Emosi Manusia: Quantum Emotion For Smart Life*, ter. 1st edition, Yogyakarta: Think, 2008.

Elmuhriania, Wira dan Nurmaiya Rahmi. “Emosi (Marah) Dalam Al-Qur’ān: Analisis Terhadap Penafsiran Quraish Shihab”, *Jurnal Pendidikan dan Pemikiran*, vol. 19, no. 2, 2024.

Fikria, Kinanthi Nur dan Muh Tasrif. “Tujuan Pernikahan dalam Al-Quran dan Relevansinya dengan Fenomena Childfree (Perspektif Tafsir Maqāṣidī)”, *Jusma: Jurnal Studi Islam dan Masyarakat*, vol. 2, no. 2, 2023,

Gottman, John M. *Why Marriages Succeed or Fail And How to Make Yours Last*, New York: USA, 1994.

Gottman, John M. and Nan Silver. *The Seven Principles For Making Marriage Work*, New York: Crown Publisher, INC, 1999.

\_\_\_\_\_. *Disayang Suami Sampai Mati: Tujuh Prinsip Melanggengkan Pernikahan*

- Yang Dapat Dipelajari Suami dan Istri*, II edition, Bandung: Kaifa, 2001.
- \_\_\_\_\_. *What Makes Love Last?: How to Build Trust and Avoid Betrayal*, berilustrasi edition, Simon and Schuster, 2012.
- Gottman, John M. and Joan Declaire. *The Relationship Cure: A Five Step Guide for Building Better Connections with Family, Friends, and Lovers.*, New York: Harmony/Rodale/Convergent, 2002.
- Hakim, Moh. Arif Rakman. “Konotasi Makna Libas dalam Pernikahan: Analisis Semiotika Roland Barthes Dalam Q.S al-Baqarah [2]:187)”, *Jurnal Kajian Islam Interdisipliner*, vol. 8, no. 2, 2023.
- Haq, Moh Mansur Abdul. “Urgensi Aneka Pendekatan dalam Kajian Islam: Dari Inter-Multidisiplin ke Transdisiplin Menurut Amin Abdullah”, *Medina-Te : Jurnal Studi Islam*, vol. 183, no. 2, 2023
- Herdiansyah, Diki dan Rizka Khaira. *Menyelami Persepsi ' Marriage is Scary ' dalam Perspektif Religius dan Emosional di Konteks Sosial Budaya Kontemporer serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi : Sebuah Literatur Review*.
- Hude, Darwis. *Emosi: Penjelajahan religio-psikologis Tentang Emosi Manusia di dalam Al-Qur'ān*, Jakarta: Erlangga, 2006.
- Hidayatulloh, Haris. “Hak Dan Kewajiban Suami dan istri Dalam Al-Qur'ān”, *Jurnal Hukum Keluarga Islam*, vol. 4, no. 2 2019.
- Jannatuna, Eka. “Perilaku Phubbing dan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami dan istri”, *Psikologi Perseptual*, vol. 7, 2022.
- Kamaruzaman, Amrina Rasyada dkk. “Qalb, Ṣadr, and Fu'ād: A Correlation According To I'jāz Bayani and Tafsir Al-Qur'ān”, *Malaysian Journal For Islamic Studies*, vol. 7, no. 2, 2023.
- Kamil, Muhammad Yahya Abdullah dan Insan, “Decoding Islamic Marriage Terms Through Quranic Text by Nvivo 12 Pro”, *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'ān dan Tafsir*, vol. 3, no. 1, 2024.

- Keskin, Zuleyha. "The Qalb Model of the Self: A Qur'anic Psychospiritual Framework", *Australian Journal Of Islamic Studies*, vol. 1, no. 1, 2026.
- Lubis, Lahmuddin. *Konseling dan Terapi Islami*, Revisi edition (Medan: Perdana Publishing, 2021).
- Malisi, Ali Sibra. "Pernikahan Dalam Islam", *SEIKAT: Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Hukum*, vol. 1, no. 1, 2022.
- Mernisi, Fatima dan Riffat Hassan. *Setara Dihadapan Allah: Relasi Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Tradisi Islam Pasca Patriarki* (Yogyakarta: Yayasan Prakarsa, 1995).
- Mufidah. *Pikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*, IV edition, ed. Ahmad Nurul Kawakip, Malang: UIN Maliki Press, 2014..
- Muzakky, Althaf Husein. "Interpretasi Ma'nā Cum Maghẓā terhadap Relasi Suami-Istri dalam QS. Al-Mujādalah [58]: 1-4", *Hermeneutik: Jurnal Ilmu al-Qur'an dan Tafsir*, vol. 14, no. 01, 2020..
- Nasution, Abdul Fattah. *Metode Penelitian Kualitatif*, ed. Meyniar Albina, Pertama, Bandung: Harfa Creative, 2023.
- Nurhikma, Dkk. "Batasan Privasi Dalam Hukum Islam: Analisis Fenomena Oversharing di Media Sosial", *JIH: Jurnal Hukum*, vol. 1, no. 2, 2025.
- Nurlaila, Siti dan Muhammad Alif. "Emotions In The Qur'an: A Thematic Study of Verses on Self- Control", *Al-Muhafidz*, vol. 5, no. 2 2025,
- Nurlina, Nanda dan Bashori. "Konsep 'Nafs' dalam Al-Qur'an: Analisis Semantik terhadap Dimensi Psikologis dan Spiritualitas dalam Proses Pembentukan Karakter", *Semantik*, vol. 3, no. 3 2025.
- Penyusun, Tim. "Kamus Bahasa Indonesia", *Pusat Bahasa* (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008).
- Primastuti, Nur Fitria. "Telaah Hubungan Suami dan Istri dalam Perspektif Al-Qur'an dan Hadits", *Lentera*, vol. 24, no. 1 (2025), 70–82.

- Quthb, Sayyid. *Tafsir Fī Zilāl al-Qur'ān*, terj. M. Misbah dkk, Jakarta: Robbani Press, 2008.
- \_\_\_\_\_. *Tafsir Fi Zilalil Qur'an (surah Al-A'raf 138- At-Taubah 92)*, 6th edition, Jakarta: Gema Insani, 2012.
- Rizki, Muh Dkk. "Reinterpreting the Concept of Āsyirūhunna bil Ma'rūf in QS. An Nisā ' Verse 19 through the Qira'ah Mubādalah Approach", *SiRad: Pelita Wawasan*, vol. 1, no. 2, 2025.
- Rofi'i, Muhammad Arwani "Al-Nafs Dalam Al-Qur'ān: Makna, Macam Dan Karakteristiknya", *Al-I'jaz*, vol. 2, no. 1, 2020.
- Rokim, Saeful dan Rahendra Maya. "Structural Analysis Of Fear Typology In The Quran (Linguistic And Semantic Perspective)", *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Quran dan Tafsir*, vol. 10, no. 01, 2025,
- Safaria, Triantoro dan Nofrans Eka Saputra. *Manajemen Emosi*, 1st edition, Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Sari, Milya dan Asmendri. "Penelitian Kepustakaan (Library Research) Dalam Penelitian Pendidikan IPA," *Natural Science* 6, no. 1, 2020).
- Sasri, Rima Okto dkk. "Al-Hub Dalam Al-Qur'ān: Perbandingan Tafsir Al Mishbah Dan Tafsir Al Maraghi", *Thullab: Jurnal Riset Publikasi Mahasiswa*, vol. 1, no. 1, 2021.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'ān*, IV edition, Jakarta: Lentera Hati, 2011.
- \_\_\_\_\_. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'ān (Al-Furqan-al-Qashash*, IV edition, Jakarta: Lentera Hati, 2011.
- \_\_\_\_\_. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'ān*, IV edition, Jakarta: Lentera Hati, 2011.
- Shohibah, Ida Fitri dan Achmad Fathoni, "Trust And Trustworthiness In Husband-Wife Relationship", *Psycho Idea*, vol. 20, 2022.

- Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, 2020.
- Syakir, Syaikh Ahmad. *Mukhtassar Tafsir Ibnu Katsir Jilid 1*, Jakarta: Darus Sunnah, 2014.
- Syukur, Abdul. *Beragam Cara Terapi Gangguan Emosi Sehari-hari*, Yogyakarta: Diva Press, 2011.
- The Gottman Institute. "John dan Julie Gottman", *The Gottman Institute*, 2026 [https://doi.org/https://www.gottman.com/about/john-julie-gottman/].
- Ubaidillah, Reza Adnan . "Pernikahan Dalam Al-Qur'an (Studi Analisis Term Nakaḥa dan Zawj dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Maudhu'i Skripsi)" (PTIQ Jakarta, 2023.
- Ulhaq, Afifah Nada dkk. "Respons Al-Qur'an Terhadap Fenomena Toxic Positivity : Analisis Kritis Ayat-Ayat Ujian , Sabar dan Keseimbangan Emosi", *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, vol. 4, no. 1, 2026.
- Wadud, Amina. *Qur'an and Woman: Rereading the Sacred Text from a Woman's Perspective*, New York: Oxford University Press, 1999.
- Wakhdah Faaqih dkk. "Study of Marriage Verses in Wahbah Zuhaili's Tafsir Al Munir", *Al-Afkar: Journal for Islamic Studies*, vol. 7, no. 2, 2024, pp. 675–97 [https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v7i2.968.Abstract.].
- Warsah, Idi dan Mirzon Daheri. *Psikologi Suatu Pengantar*, Revisi ed. by Yusron Masduki, Yogyakarta: Tunas Gemilang Press, 2021.
- Zulfa, Serly Tiara Amani dan Ahmad Nurrohim. "Konsep Kecerdasan Emosional dalam Relasi Suami dan istri : Telaah Terhadap Makna Al-Libās QS. Al-Baqarah Ayat 187", *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam*, vol. 6, no. 3, 2025.
- Zulkarnain. "Emosional : Tinjauan Al- Qur'an dan Relevansinya Dalam Pendidikan", *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*, vol. 5, no. 2, 2018.