



**MEMERANKAN MEDIA SOSIAL
SEBAGAI MEDIA DAKWAH DALAM
MEMINIMALISASI GERAKAN RADIKAL**
(Social Media Function by Dakwa Media
to Minimalize Radical Movement)
Moh Rosyid

**PERAN PESANTREN MENGHADAPI
KONSTELASI ERA 4.0**
Nur Rohmah Hayati

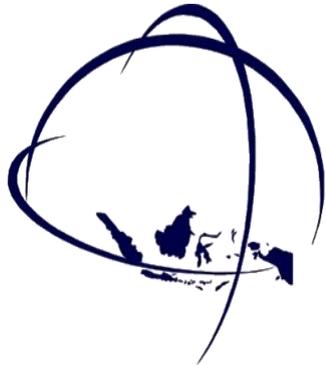
PEMAHAMAN KESETARAAN GENDER
(Studi Analisis Tingginya Cerai Gugat di Pengadilan
Agama Kabupaten Pati)
Indar Wahyuni & Riyanto

**APLIKASI KONSEP FIQH SOSIAL
KH. M.A. SAHAL MAHFUDH TERHADAP BATAS
USIA PERKAWINAN DALAM PASAL 7 AYAT (1)
UNDANG-UNDANG PERKAWINAN**
Muh. Luthfi Hakim

IR Vol. VIII No. 2 Tahun 2019 M

Diterbitkan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) IPMAFA Pati

P-ISSN: 2089-8142
E-ISSN: 2654-4997
TERAKREDITASI



Islamic Review

Jurnal Riset dan Kajian Keislaman



IPMAFA PRESS

Susunan Redaksi
ISLAMIC REVIEW
'IR'

Jurnal Riset dan Kajian Keislaman
Intitut Pesantren Mathali'ul Falah (IPMAFA)
Pati, Jawa Tengah

Penanggungjawab

Abdul Ghaffar Rozin (Rektor IPMAFA Pati)

Editorial Board

Syamsul Ma'arif, (Scopus ID 57196279085) Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang
Khoirun Niam, (Scopus ID: 57200652037; h-index: 1) Universitas Islam Negeri (UIN)
Sunan Ampel, Surabaya
Moch Nur Ichwan, (Scopus ID: 39361628400; h-index: 2) Sunan Kalijaga State Islamic
University, Yogyakarta
Al makin, (Scopus Author ID: 38162109000, h-index: 2) Sunan Kalijaga State Islamic
University, Yogyakarta
Andar Nubowo, Nahyang Technological University, Singapore
Muhammad Syafiq, Nahyang Technological University, Singapore
Muhyar Fanani, Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang
Dimiyati, Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati
Agus Waluyo, Institut Agama Islam Negeri Salatiga
Nur Said, Institut Agama Islam Negeri Kudus

Editorial Team

Editor In-Chief : A. Zaenurrosyid, Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati
Managing Editor : M. Sofyan Al-Nashr, Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati
Editor : Isyrokx Fuadi, Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati
Asisten Editor : Nur Khoiriyah, Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati
: Ahmad Dalhar Maarif, Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati
: Arina Ulfatul Jannah, Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati

Penerbit

IPMAFA Press

Frekuensi terbit 2 kali setiap 6 bulan sekali (April dan Oktober)

ALAMAT REDAKSI

Lantai 1 Kampus IPMAFA, Jl. Raya Pati-Tayu KM 20, Purworejo Margoyoso Pati Jawa
Tengah 59154, Telp.: 0295-5501999, Hp: 085 743 602 083, Fax: 0295-4150081, Website:
<http://journal.ipmafa.ac.id/>, Email: islamicreview@ipmafa.ac.id

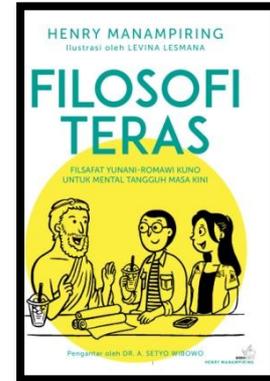
Redaksi mengundang para pembaca agar berpartisipasi aktif untuk memberikan kontribusi artikel baik hasil pemikiran, penelitian maupun *book review* pada edisi selanjutnya. Dengan demikian silaturahmi pemikiran akan tetap berlangsung.

DAFTAR ISI

MEMERANKAN MEDIA SOSIAL SEBAGAI MEDIA DAKWAH DALAM MEMINIMALISASI GERAKAN RADIKAL (Social Media Function by Dakwa Media to Minimalize Radical Movement)	
<i>Mob Rosyid</i>	135-160
PERAN PESANTREN MENGHADAPI KONSTELASI ERA 4.0	
<i>Nur Robmah Hayati</i>	161-174
PEMAHAMAN KESETARAAN GENDER (Studi Analisis Tingginya Cerai Gugat Di Pengadilan Agama Kabupaten Pati)	
<i>Indar Wahyuni & Riyanto</i>	175-206
APLIKASI KONSEP FIQH SOSIAL KH. M.A. SAHAL MAHFUDH TERHADAP BATAS USIA PERKAWINAN DALAM PASAL 7 AYAT (1) UNDANG-UNDANG PERKAWINAN	
<i>Mub. Luthfi Hakim</i>	207-234
KONSEP <i>MASHLAHAH AL-AMMAH</i> DALAM PERSPEKTIF FIQH SOSIAL KH. MA. SAHAL MAHFUDH	
<i>Zabrotun Nafisah & Arif Chasanuddin</i>	235-258
تقويم تعليم اللغة العربية (دراسة الاختبرات اللغوية)	
<i>Nibayatus Sa'diyah, Risalatul Muawanah, Zakiyah Isnawati</i>	259-276
BOOK REVIEW: MENGEKANG EMOSI NEGATIF KUNCI MERAH KEDAMAIAN DALAM HIDUP	
<i>Ab Dalbar Muarif</i>	277-281

BOOK REVIEW

Buku : Filosofi Teras Filsafat Yunani-Romawi Kuno
Untuk Mental Tangguh Masa Kini
Penulis : Henry Manampiring
Penerbit : PT Kompas Media Nusantara
Cetakan : Maret 2019
Tebal buku : XXIV + 320 hlm; 13 cm x19 cm
ISBN : 978-602-412-518-9
eISBN : 978-602-412-519-6
KMN : 581815108



MENGEKANG EMOSI NEGATIF KUNCI MERAIH KEDAMAIAN DALAM HIDUP

Ah Dalhar Muarif

Dosen Institut Pesantren Mathali'ul Falah Pati

Email: dalhar@gmail.com

Ucapan adalah doa, setiap perkataan yang diucapkan apakah itu dalam keadaan serius atau bercanda akan memiliki kekuatan pada apa yang ada dalam kendali hidup kita. Di bawah alam sadar ucapan seolah-olah mempunyai efek yang nyata. Berita viral yang beredar di media sosial tentang video anak-anak muda dalam mobil yang bercanda tentang kecelakaan, seperti ada korelasinya, dalam waktu tidak lama mobil yang ditumpangi anak-anak muda tadi mengalami kecelakaan parah. Dari foto dan video yang beredar ada kesamaan antara mobil dan baju para anak-anak muda tersebut sebelum dan sesudah kecelakaan. Sesuatu yang berada dibawah kendali kita (perkataan, pemikiran, opini, interpretasi dan tindakan) maka akan menjadi benar-benar baik atau benar-benar buruk jika hal tersebut berada di bawah kendali kita seutuhnya dan ini salah satu ajaran dalam filosofi teras.

Kira-kira tahun 300 SM, Zeno seorang pedagang dari Syprus (sebuah pulau di selatan Turki) melakukan perjalanan dari Phoenichia ke Peiraeus dengan kapal melintasi laut Mediterania, kapal yang ditumpangi zeno karam. Ia pun kehilangan seluruh

dagangannya yang teramat mahal (pewarna ungu untuk jubah para raja) dan terdampar di Athena. Ini tentu sebuah cobaan yang amat besar. Dalam keadaan terjatuh dan terasing zeno pun belajar filsafat kepada filsuf yang berbeda-beda selang beberapa waktu kemudian ia mengajarkan filsufnya sendiri. Dia mengajar di sebuah teras berpilar (bahasa Yunani; *stoa*) sejak saat itu para pengikutnya disebut kaum *stoa/stoicisme* atau dalam buku ini disebut filosofi teras. Kaum Stoa dilatih untuk menjadi pribadi yang selalu berbahagia dan berfikir positif. “*Seorang praktisi stoa seharusnya senantiasa merasakan keceriaan dan sukacita yang terdalam, karena ia mampu menemukan kebahagiaannya sendiri dan tidak menginginkan suka cita yang lebih daripada sukacita yang datang dari dalam (Inner Joys)*”. Cenece (*On Happy Life*).

Tujuan utama dari filsafat teras adalah 1) hidup bebas dari emosi negatif (sedih, marah, cemburu, curiga, baper dan lain-lain). 2) hidup untuk mengasah kebajikan (*virtues*). Ada 4 kebajikan dalam stoicisme yaitu kebijaksanaan (*wisdom*), keadilan (*justice*), keberanian (*courage*) dan menahan diri (*temperance*). Di antara alasan filsafat teras ini baik untuk dipelajari adalah karena siapapun bisa ikut mempraktikkannya tanpa harus tergantung pada atribut yang melekat padanya, seperti kekayaan, prestasi akademis, suku, profesi, agama, intelegensi bawaan dan lain-lain. Alasan yang lain yaitu filsafat teras cocok untuk mereka yang sering atau sedang merasa khawatir akan hidup atau sering resah dan kecewa dalam kehidupan sehari-hari karena filsafat teras melawan pola pikir destruktif. Apakah *stoicisme* tetap relevan untuk masa kini (*zaman now*) sedangkan ia diajarkan 300 SM yang secara peradaban dan keadaan alam sangat jauh berbeda. Setidaknya ada 3 alasan *stoicisme* tetap relevan di masa kini. Pertama, *stoicisme* ditulis untuk menghadapi masa sulit (tidak ada batasan waktu). Kedua, *stoicisme* dibuat untuk globalisasi. Ketiga, *stoicisme* adalah filsafat kepemimpinan.

Buku *Filosofi Teras Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini* oleh Henry Manampiring diawali pembahasan tentang survei khawatir nasional. Meskipun ini survey tetapi dalam melakukannya tidak terikat dengan ilmu penelitian ilmiah, tidak ada aturan baku dalam *survey*, bahkan sampelpun bukan mewakili populasi secara nasional. Survey dilakukan untuk mengetahui sebesar apakah rasa khawatir ada dan dapat memengaruhi cara berpikir dan bersikap terhadap seseorang. Maka, kondisi psikis dapat mempengaruhi kesehatan tubuh kita, jika dalam keseharian kita hidup dalam cemas dan stres

untuk jangka waktu yang panjang, maka tubuh juga beradaptasi dalam rentang waktu tersebut. Bukan situasi penyebab stresnya yang menjadi masalah, tetapi persepsi kita akan situasi tersebut.

Selanjutnya dalam buku ini membahas tentang hidup selaras dengan alam dan dikotomi kendali. Manusia harus hidup dengan alam jika ingin hidup yang baik, keluar dari keselarasan dengan alam adalah pangkal ketidakbahagiaan. Filosofi teras percaya bahwa segala sesuatu di alam ini saling terkait (*interconnected*), termasuk di dalamnya segala peristiwa yang terjadi dalam hidup kita. Hidup selaras dengan alam berarti kita harus sebaik-baiknya menggunakan nalar, akal sehat dan rasio. Dalam hidup ada hal-hal yang berada di bawah kendali kita (pikiran, opini, persepsi dan tindakan kita sendiri) dan ada yang tidak (kekayaan, reputasi, kesehatan dan opini orang lain). Baik tidaknya hidup kita hanya bisa dinilai dari hal-hal dibawah kendali kita. Segala sesuatu diluar kendali kita adalah *indifferent*, tidak berpengaruh terhadap baik buruknya hidup kita. Sebagian dari *indifferent* itu lebih diinginkan (*preferred*) sebagian lain tidak diinginkan (*unpreferred*).

Menariknya dari buku ini adalah dilakukannya wawancara terhadap ahli terhadap masalah yang relevan pada sub pembahasan buku ini. Pertama, wawancara dengan Dr. Andri SpkJ.FAPM yang membahas tentang rasa khawatir dan cemas pada seseorang. Jika dalam keseharian kita hidup dalam cemas dan stres untuk jangka waktu yang panjang, maka tubuh juga beradaptasi dalam rentang waktu tersebut. Selanjutnya wawancara dengan Llia (penulis), menurutnya *stoicisme* sangat relevan bagi *entrepreneur* dalam menyikapi kegagalan dan penolakan dan bersikap santai dalam menyikapi hal-hal yang tidak perlu. Selanjutnya wawancara dengan Cania Citta Irlanie (editor geolive dan geotimes) yang membahas tentang pendapat dan opini orang lain, hasilnya adalah 10% masalah dalam hidup adalah masalah itu sendiri, 90%-nya adalah bagaimana kira merespon masalah tersebut. Mensimulasi kemungkinan terburuk dari setiap tindakan membantu kita mengantisipasinya, termasuk di media sosial. Anak muda terlalu banyak membandingkan diri dengan hidup orang lain (yang tampak sempurna) di media sosial ini bisa menjadi kekecewaan pada diri sendiri yang berlanjut pada rasa marah. Dalam hal menjadi orang tua maka wawancara dilakukan dengan Agstried Piethers seorang ahli psikologi anak dan

pendidikan, menurutnya seringkali orang tua memiliki tuntutan yang tidak realistis terhadap perkembangan putra putri mereka. Prestasi anak menjadi tidak *worth it* jika proses pencapaiannya tidak menyenangkan dan *parenting* adalah bisa melepaskan hal-hal yang tidak bisa kita kontrol dan fokus pada hal-hal yang bisa kita kontrol.

Pembahasan terakhir dalam buku ini adalah tentang *citizen of the world*, dalam filosofi teras dijelaskan kita semua adalah 'kosmopolit' warga dunia. Kita semua berasal dari akar yang sama tidak ada alasan untuk mebeda-bedakan suku, agama, ras dan kebangsaan untuk bisa bersikap manusiawi. Jika dihadapi sendirian maka banyak masalah yang berada di luar kendali kita, namun jika dihadapi bersama, maka banyak masalah yang bisa berubah menjadi dibawah kendali kita. Di akhir pembahasan buku ini juga membahas tentang kematian. Segala sesuatu yang selaras dengan alam adalah baik, termasuk kematian. Hidup bukan soal panjangnya tetapi pada kualitasnya, hidup yang selaras dengan alam, menggunakan nalar, menjalankan kebajikan, akan membawa hidup yang baik bahkan hidup yang singkat sekali pun.

Kekurangan dari buku ini adalah tidak ada pembahasan filsafat teras disandingkan dengan agama. Di awal pembahasan buku sudah dijelaskan bahwa filsafat teras bukan sebuah agama, tetapi setelah itu seperti dikesampingkan dalam pembahasan agama, bahkan hampir tidak ada pembahasan agama. Akan jadi lebih bagus jika filsafat teras juga dikombinasikan dengan agama. Firman Allah dalam surat ar-ra'du ayat 28 ; "*orang-orang yang beriman hati mereka jadi tenteram dengan berdzikir (mengingat) Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati akan menjadi tenteram*". Dalam islam hanya dengan mengingat Allah hati bisa menjadi tenteram, bila disandingkan dengan filsafat teras maka dengan mengingat Allah maka hati kita akan selalu berfikir positif, tidak mudah emosi dan mengabaikan hal-hal yang kurang penting. Salah satu tujuan dari filsafat teras yaitu hidup bebas dari emosi negatif. Untuk itu maka kita harus bisa mengendalikan sesuatu yang berada didalam kendali kita atau di luar kendali kita, Islam mengajarkan beberapa cara agar terhindar dari emosi negatif, di antaranya "*jika kalian marah, maka diamlah*" (HR.Ahmad), dan tersenyumlah saat marah karena saat marah itu raut wajah menegang setidaknya saat tersenyum sedikit melenturkan rasa tegang dan dapat merubah aura negatif menjadi positif. filsafat teras

adalah aliran filsafat yang lebih mementingkan pengendalian emosi dengan berbagai caranya salah satunya adalah diam sejenak dan berpikir jernih. Kalau kita tersinggung oleh ulah dan perkataan orang lain itu sepenuhnya salahmu sendiri, kemarahan kita lebih merusak daripada penyebab kemarahan itu sendiri dan terkadang ada orang-orang yang layak dihindari dalam hidup. Dari keterangan diatas maka akan lebih menarik jika filsafat teras disandingkan dengan ajaran agama.