



Revised: November 2025	Accepted: November 2025	Published: Desember 2025
----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------

Konsep Kecerdasan Emosional dalam Relasi Suami Istri: Telaah Terhadap Makna *Al-Libas* QS. Al-Baqarah Ayat 187

Serly Tiara Amani Zulfa

Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS)

Email: G100220035@student.ums.ac.id

Ahmad Nurrohim

Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS)

Email: an122@ums.ac.id

Abstract

This study aims to examine the metaphorical meaning of al-libas in QS. al-Baqarah verse 187 and integrate it with the concept of emotional intelligence in the context of husband-wife relationships. This study uses a qualitative approach based on library research with thematic interpretation methods and an interdisciplinary approach between Al-Qur'an interpretation and modern psychology. The primary data sources are from the Qur'an and classical and contemporary tafsir books, while the secondary data are in the form of psychology literature and studies on family relationships. The results show that al-libas has a symbolic meaning that includes protection, tranquility, and beauty in husband-wife relationships. These values are consistent with the main components of emotional intelligence according to Goleman, namely self-awareness, self-regulation, and empathy. The integration of the two gives rise to a "Qur'anic-emotional relationship" paradigm that emphasizes the balance between spiritual maturity and emotional maturity in the household. The implications of this study indicate that understanding the meaning of al-libas can serve as a conceptual and practical basis for fostering a harmonious Islamic family, while enriching the wealth of contextual and applicative interpretations in addressing modern human relationship problems.

Keywords: *Al-Libas, Emotional Intelligence, Husband-Wife Relationship, QS. al-Baqarah 187.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji makna metaforis al-libas dalam QS. al-Baqarah ayat 187 serta mengintegrasikannya dengan konsep kecerdasan emosional dalam konteks relasi suami istri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif berbasis studi pustaka (library research) dengan metode tafsir tematik dan pendekatan interdisipliner antara tafsir Al-Qur'an dan psikologi modern. Sumber data primer berasal dari Al-Qur'an dan kitab tafsir klasik maupun kontemporer, sedangkan data sekunder berupa literatur psikologi dan studi tentang hubungan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa al-libas memiliki makna simbolik yang mencakup perlindungan, ketenangan, dan keindahan dalam hubungan suami istri. Nilai-nilai tersebut memiliki kesesuaian dengan komponen utama kecerdasan emosional menurut Goleman, yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, dan empati. Integrasi

keduanya melahirkan paradigma “relasi Qur’ani-emosional” yang menekankan keseimbangan antara kedewasaan spiritual dan kematangan emosional dalam rumah tangga. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa pemahaman terhadap makna *al-libas* dapat menjadi dasar konseptual dan praktis bagi pembinaan keluarga Islami yang harmonis, sekaligus memperkaya khazanah tafsir kontekstual dan aplikatif dalam menghadapi problem relasi manusia modern.

Kata Kunci: *Al-Libas, Kecerdasan Emosional, Relasi Suami Istri, QS. al-Baqarah: 187.*

Pendahuluan

Kehidupan rumah tangga merupakan institusi sosial yang sangat penting dalam membangun masyarakat yang harmonis.¹ Namun, dalam kenyataannya, banyak pasangan suami istri menghadapi tantangan emosional yang dapat memicu konflik, kekerasan dalam rumah tangga, bahkan perceraian.² Salah satu faktor utama yang berperan dalam keharmonisan rumah tangga adalah kecerdasan emosional, yakni kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan emosi yang muncul dalam dirinya serta pasangannya.³ Dalam perspektif Islam, Al-Qur’an memberikan banyak petunjuk terkait relasi suami istri, salah satunya melalui metafora “*al-libas*” dalam QS. al-Baqarah ayat 187.⁴ Metafora ini sering digunakan dalam nasihat pernikahan sebagai simbol saling melindungi, menenangkan, dan menghiasi satu sama lain.⁵ Fenomena ini menunjukkan urgensi untuk mengkaji lebih dalam hubungan antara kecerdasan emosional dan makna simbolik *al-libas* dalam membangun relasi suami istri yang harmonis.

Meskipun banyak penelitian telah menyoroti pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan rumah tangga, masih terdapat kesenjangan dalam mengaitkan konsep ini secara spesifik dengan makna simbolik *al-libas* dalam QS. al-Baqarah ayat 187. Sebagian besar kajian hanya berhenti pada makna literal atau konotatif *al-libas*, tanpa membahas secara mendalam bagaimana kecerdasan emosional dapat menjadi landasan aktualisasi nilai-nilai *al-libas* dalam kehidupan suami istri. Selain itu, penelitian yang mengintegrasikan pendekatan tafsir Al-Qur’an dengan konsep psikologi modern seperti kecerdasan emosional masih sangat minim, sehingga diperlukan kajian yang lebih komprehensif dan integrative.

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan positif dengan penyesuaian diri dan kebahagiaan dalam pernikahan, serta menjadi faktor kunci dalam meminimalkan konflik dan meningkatkan komunikasi antara suami istri.⁶

¹ Tasya Gita Fitri et al., “Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Penyesuaian Diri Pada Ibu Muda Yang Menikah Dini,” *PSIMPHONI, International Journal of Educational Resources* 5, no. 2 (2024): 594–604, <https://doi.org/10.59689/incare.v4i6.893>.

² Nida Ulhaq, “Kecerdasan Emosional Suami Dalam Mengatasi Masalah Rumah Tangga Pandangan Maqasid Syari’ah (Studi Di Kecamatan Balikpapan Selatan),” 2022.

³ Wiratih Fajarwati, “Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kebahagiaan Pernikahan Pada Istri Yang Bekerja,” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 2 (2017): 180–86, <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4360>.

⁴ Muhammad Arif Rakhman Hakim, “Konotasi Makna Libas Dalam Pernikahan: Analisis Semiotika Roland Barthes Dalam QS. Al-Baqarah [2]:187),” *Jurnal Kajian Islam Interdisipliner* 8, no. 2 (2023): 57–76, <https://ejournal.uin-suka.ac.id/pasca/jkii/article/view/1372/104>.

⁵ Arif Hidayat, Darodjat, and Sriyanto, “Pesan Pendidikan Pernikahan Dalam QS. Al-Baqarah Ayat 187 (Analisis Kesetaraan Hak Dan Kewajiban Suami Istri),” *Al-Majaalis: Jurnal Dirasat Islamiyah* 12, no. 1 (2024): 200–226.

⁶ Fajarwati, “Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kebahagiaan Pernikahan Pada Istri Yang Bekerja.”

Dalam perspektif Maqasid Syari'ah, kecerdasan emosional suami sangat penting untuk menjaga keharmonisan rumah tangga dan mencegah terjadinya kekerasan maupun perceraian.⁷ Sementara itu, makna *al-libas* dalam QS. al-Baqarah ayat 187, menurut kajian semantik dan tafsir, melambangkan relasi saling melindungi, menenangkan, dan menghiasi antara suami istri sebagai fondasi keharmonisan rumah tangga.⁸ Namun demikian, belum banyak penelitian yang secara eksplisit menghubungkan makna simbolik *al-libas* dengan implementasi kecerdasan emosional dalam kehidupan suami istri, sehingga terdapat celah penelitian yang penting untuk diisi.

Studi ini sangat relevan dengan disiplin Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, khususnya dalam upaya mengkaji makna ayat-ayat Al-Qur'an secara kontekstual dan aplikatif. Dengan menggunakan pendekatan semantik dan psikologi Islam, penelitian ini berupaya mengungkap makna terdalam dari istilah *al-libas* dalam QS. al-Baqarah ayat 187, serta mengaitkannya dengan konsep kecerdasan emosional yang berkembang dalam ilmu psikologi modern. Pendekatan ini diharapkan dapat memperkaya khazanah tafsir dan memberikan pemahaman baru yang lebih aplikatif dalam kehidupan rumah tangga Muslim.⁹

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam makna *al-libas* dalam QS. al-Baqarah ayat 187 dalam perspektif semantik, serta menganalisis hubungan antara konsep kecerdasan emosional dengan makna simbolik *al-libas* dalam membangun relasi suami istri yang harmonis.¹⁰ Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian tafsir Al-Qur'an yang terintegrasi dengan ilmu psikologi, sekaligus menjadi acuan praktis bagi pasangan suami istri, konselor keluarga, dan pendakwah dalam mewujudkan keluarga yang harmonis berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an dan kecerdasan emosional. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan mampu membuka ruang diskusi baru dalam pengembangan metodologi tafsir yang lebih kontekstual dan relevan dengan kehidupan nyata.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (*library research*) yang berfokus pada kajian makna *al-libas* dalam QS. al-Baqarah/2:187 dan relevansinya dengan konsep kecerdasan emosional dalam relasi suami istri. Analisis dilakukan dengan menggunakan metode tafsir tematik perkata untuk menelusuri makna *libas* secara komperhensif, metode *munasabah* untuk mengkaji keterkaitan ayat dalam konteksnya, serta pendekatan tafsir interdisipliner yang mengintegrasikan kajian tafsir dengan teori psikologi modern. Data penelitian bersumber dari literatur primer berupa Al-Qur'an dan kitab tafsir, serta sumber sekunder seperti buku, jurnal, dan penelitian ilmiah tentang psikologi dan hubungan keluarga. Analisis data dilakukan secara deskriptif analitis

⁷ Ulhaq, "Kecerdasan Emosional Suami Dalam Mengatasi Masalah Rumah Tangga Pandangan Maqasid Syari'ah (Studi Di Kecamatan Balikpapan Selatan)."

⁸ Sugirma and Agustang K, "Pakaian Terbaik Menurut Al-Qur'an (Telaah Maudhu' i Atas Term-Term Bermakna Pakaian Dalam Al- Qur'an)," *Al-Wardah: Jurnal Kajian Perempuan, Gender Dan Agama* 16, no. 1 (2022): 105–18, <https://doi.org/10.46339/al-wardah.xx.xxx>.

⁹ Hakim, "Konotasi Makna Libas Dalam Pernikahan: Analisis Semiotika Roland Barthes Dalam QS. Al-Baqarah [2]:187)."

¹⁰ Fitri et al., "Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Penyesuaian Diri Pada Ibu Muda Yang Menikah Dini."

untuk menemukan integrasi konseptual antara nilai-nilai Qur'ani dan kecerdasan emosional dalam kehidupan rumah tangga.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

A. Analisis Makna *al-Libas* dalam QS. al-Baqarah:187

Allah SWT. berfirman dalam surah Al-Baqarah ayat 187:

هَٰؤُلَاءِ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ هَٰؤُلَاءِ

Artinya: "Mereka adalah pakaian bagimu dan kamu adalah pakaian bagi mereka."¹¹

Penggunaan kata *al-libas* dalam teks Al-Qur'an tidak terbatas pada pengertian fisik semata. *Al-Libas* memiliki dimensi metaforis yang lebih dalam, yang merujuk pada konsep kesopanan, takwa, dan hubungan sosial yang harmonis antara individu.¹² Oleh karena itu, untuk memahami sepenuhnya makna dari *al-libas*, diperlukan pendekatan semantik yang dapat menyoroti dimensi religius, sosial, dan spiritual dari konsep ini.

Kata *libas* dan derivasinya di dalam al-Qur'an disebutkan sebanyak 23 kali yang terdapat pada beberapa surat yang sama dan berbeda. dan disebutkan sebanyak 13 kali dengan makna pakaian.¹³ Kata *al-libas* dalam karya Ibn Manzur yakni *Lisan al-Arab* memiliki makna yang kaya dan beragam, mencakup aspek fisik sekaligus simbolis. Secara umum, *al-libas* berarti pakaian atau penutup, yang berasal dari akar kata ل - ب - س yang bermakna menutupi atau mengenakan sesuatu. Kata *libas* dalam kamus *al-Munawwir* memiliki dua makna utama, penutup fisik dan simbol etis/sosial. Pertama, bermakna penutup fisik seperti pakaian, sebagaimana dalam arti ملبوس (pakaian), كساء (kain selubung), dan كسوة الكعبة (kain penutup Ka'bah). Kedua, libās juga mengandung makna simbol etis atau sosial sebagai penanda status, kehormatan, atau ikatan sosial, misalnya pada الزوج والزوجة (suami dan istri atau), ملابس رسمية (pakaian resmi).¹⁴

Makna kata *libas* menurut *Ensiklopedia Manka al-Qur'an Syarah Alfaazhul Qur'an* adalah segala sesuatu yang dipakai untuk berpakaian atau menutupi tubuh, baik dari kain maupun bahan lainnya, sebagai kebutuhan manusia di berbagai waktu dan tempat.¹⁵ Seperti dalam QS. An-Naba/78: 10 yang berbunyi : وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا : "Kami menjadikan malam sebagai pakaian". Begitu juga dalam kitab ini menjelaskan bahwa kata *libas* dalam QS. Al-Baqarah/2: 187 diartikan sebagai istri, karena kata tersebut digunakan sebagai metafora yang menggambarkan hubungan timbal balik antara suami istri yang saling melindungi serta menutupi satu sama lain.¹⁶

Dalam pengertian tekstual, kata ini diartikan sebagai pakaian yang berfungsi menutup aurat serta melindungi tubuh dari pengaruh cuaca, seperti panas dan dingin, sehingga

¹¹ Lajnah Pentashihan mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an Dan Terjemahan*, ed. Naf'an Akhun (Jakarta: IMAJINA, 2007), <https://doi.org/10.35632/ajis.v20i1.1887>.

¹² Ahmad Munawwir and Yusran, "Konsep Libas (Pakaian) Dalam Al-Quran," *Jurnal Tafsire* 9 (2021), <https://doi.org/10.24252/jt.v9i02.37342>.

¹³ Muqatil bin Sulaiman, *Wujuh Wa Nadzair Fi Qur'an Al-'Adzim* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2011).

¹⁴ Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, ed. KH. Ali Ma'shum and KH. Zainal Abidin Munawwir, 2nd ed. (Surabaya: Pustaka Progressif, 1997).

¹⁵ M. Dhuha Abdul Jabbar and KH. N. Burhanudin, *Ensiklopedia Makna Al-Qur'an Syarah Alfaazhul Qur'an*, 1st ed. (Bandung: Fitrah Rabbani, 2012).

¹⁶ Jabbar and Burhanudin.

menunjukkan fungsi fisiknya dalam kehidupan sehari-hari.¹⁷ Namun, secara kontekstual, *al-libas* memiliki makna yang lebih luas, mencakup ketenangan hati, percampuran, maupun perbuatan baik, yang menegaskan dimensi non-fisik dari penggunaannya. Dalam *lisan al-arab* kata ini juga sering dibandingkan dengan istilah lain seperti *al-tsaub*. Meskipun keduanya berarti pakaian, *al-libas* lebih sering dipakai untuk menyebut penutup luas atau pakaian yang lebih formal, sedangkan *tsaub* biasanya merujuk pada pakaian sehari-hari.¹⁸

Raghib al-Asfahani dalam *Mufradat Alfadz al-Qur'an* menjelaskan bahwa kata *al-libas* memiliki beberapa makna dasar yang saling berkaitan. Secara harfiah, *al-libas* berarti pakaian fisik yang berfungsi menutupi tubuh, melindungi aurat, sekaligus menjadi hiasan bagi pemakainya. Namun, makna *al-libas* tidak hanya terbatas pada aspek lahiriah saja, melainkan juga merujuk pada pakaian ruhani atau batin, yakni pakaian ketakwaan. Dalam pengertian ini, *libas* menggambarkan sifat-sifat baik yang seharusnya dimiliki individu, seperti kejujuran, rasa malu, dan ketulusan, yang berperan mengendalikan perilaku serta sikap hidup.¹⁹ Selanjutnya, dalam konteks hubungan suami-istri, *al-libas* digunakan untuk melukiskan kedekatan emosional dan fisik, dimana pasangan saling melengkapi, melindungi, serta menutupi kekurangan masing-masing. Disisi lain, istilah ini juga dipakai dalam makna majazi, seperti dalam ungkapan percampuran antara kebenaran dan kebatilan atau kondisi keraguan, sehingga menunjukkan dimensi abstrak dari kata tersebut. Selain itu, *al-libas* juga diartikan sebagai ketentraman hati dan perlindungan jiwa, yang menegaskan bahwa pakaian bukan sekedar kebutuhan fisik, melainkan juga sumber kenyamanan emosional dan rasa aman bagi manusia.²⁰

Ibn Katsir memahami istilah ini sebagai bentuk majaz yang menggambarkan keintiman, perlindungan, dan kebutuhan timbal balik antara suami dan istri. Ibnu Abbas, Mujahid, Sa'id ibn Jubair, Al-Hasan, Qatadah, As-Saddi, dan Muqatil ibn Hayyan menafsirkan makna ayat tersebut bahwa “mereka adalah ketenangan bagi kalian, dan kalian pun adalah ketenangan bagi mereka.” Sementara itu, Ar-Rabi' ibn Anas menafsirkannya sebagai “mereka adalah selimut bagi kalian dan kalian pun adalah selimut bagi mereka.”²¹

Ditinjau dari tafsir *ath-Thabari* karya ibn Jarir, QS. Al-Baqarah/2: 187 mengandung makna majazi yang mendalam terkait relasi suami-istri. Pertama, kata لباس merepresentasikan kedekatan fisik dan kesatuan jasmani antara suami dan istri, sebagaimana pakaian melekat pada tubuh. Dalam konteks ini, hubungan mereka mencakup الالتصاق والاتحاد (menutup aurat dan kehormatan). Ath-Thabari memperkuat hal ini dengan syair-syair Arab klasik yang menggunakan istilah pakaian sebagai simbol الاقتراب والمماسة (kedekatan dan persentuhan).²²

Kedua, kata لباس juga bermakna السكن والطمأنينة والحماية (ketenangan, ketenteraman, dan perlindungan). Hal ini sejalan dengan firman Allah: “لَيَسْكُنَ إِلَيْهَا” (QS. al-A'raf: 189) dan

¹⁷ April Haji et al., “Meaning of The Word Libās in QS.. Al-Baqarah [2]:187 in Michael Camille Riffaterre's Semiotics Application,” *Proceedings of the International Conference on Islamic and Muhammadiyah Studies (ICIMS 2022)* 676, no. Icims (2022): 37–44, <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220708.006>.

¹⁸ Ibn Manzur, *Lisan Al Arab* (Mesir, 1363).

¹⁹ Haji et al., “Meaning of The Word Libās in QS.. Al-Baqarah [2]:187 in Michael Camille Riffaterre's Semiotics Application.”

²⁰ Raghib Al-Asfahani, *Mufradat Alfadz Al-Qur'an* (Damaskus: Dar al-Qalam, 1993).

²¹ {Formatting Citation}

²² Muhammad ibn Jarir Ath-Thabari, *Tafsir Ath-Thabari*, ed. Dr. Abdul Sanad Hassan Yamama, Hajar, vol. Jilid 3 (Kairo: Hajar, 1990)

“وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِبَاسًا” (QS. al-Furqān: 47), di mana penggunaan لباس menggambarkan sesuatu yang menjadi سِتْرًا وَرَاحَةً (penutup dan tempat istirahat).²³ Para mufasssir seperti Mujāhid, Qatādah, dan Ibnu ‘Abbās menegaskan bahwa pasangan adalah سَكْنٌ وَمَأْمُنٌ (tempat ketenangan dan perlindungan) satu sama lain.

Dari penjelasan tersebut tampak bahwa ayat ini menegaskan hubungan suami-istri dalam Islam bukan sekedar relasi biologis, tetapi mencakup kesatuan tubuh, ketenangan jiwa, perlindungan, serta penjagaan kehormatan dan rahasia. Suami istri saling menjadi *libas* dalam arti menyatu, menutupi, dan memberikan rasa aman.

Sebagaimana dikemukakan oleh Quraish Shihab dalam tafsir *al-Misbah*, ayat ini mengandung makna yang dalam tentang relasi suami istri. Seksual merupakan kebutuhan fitrah bagi laki-laki maupun perempuan, sebagaimana pakaian merupakan kebutuhan dasar manusia. Analogi “pakaian” menunjukkan bahwa suami dan istri tidak dapat hidup normal tanpa keberpasangan, sebab masing-masing saling membutuhkan.²⁴ Layaknya pakaian yang berfungsi menutupi aurat dan kekurangan fisik, suami dan istri juga hendaknya saling melengkapi serta menutupi kekurangan dan kelemahan masing-masing.

Selain itu, dalam QS. Al-A'raf: 26, pakaian dianggap sebagai penutup aurat dan perhiasan,²⁵ jika pakaian merupakan hiasan bagi pemakainya, maka suami adalah hiasan bagi istrinya, begitu juga sebaliknya. Lebih dari itu, pakaian berfungsi melindungi manusia dari cuaca panas maupun dingin serta berbagai gangguan dari luar,²⁶ demikianlah pula hubungan suami istri yang idealnya menghadirkan perlindungan, kenyamanan, serta dukungan dalam menghadapi kesulitan hidup. Dengan demikian, makna pakaian dalam ayat ini menggambarkan hubungan yang sangat erta, penuh kebutuhan, kasih sayang dan saling menjaga, menutupi, saling memperindah, dan saling melindungi.

Berdasarkan penjelasan tafsir tersebut, makna *al-libas* dapat dipahami melalui dua konteks yang saling melengkapi, yakni konteks positif dan konteks negatif. Dalam konteks positif, *al-libas* menggambarkan hubungan suami istri yang dilandasi oleh kasih sayang, kenyamanan dan keindahan. Sebagaimana pakaian berfungsi melindungi tubuh dari panas, dingin, dan gangguan luar, suami istri juga berperan sebagai pelindung bagi satu sama lain, baik secara fisik, emosional maupun sosial. Selain itu, dalam surah al-A'raf/7 ayat 26 disebutkan bahwa pakaian adalah perhiasan, dengan penjelasan bahwa suami istri menjadi perhiasan satu sama lain bukan sekedar dalam arti penampilan lahiriah, tetapi juga dalam makna batiniah.²⁷ Suami menjadi kebanggaan dan keindahan bagi istrinya, begitu pula sebaliknya.²⁸ Maka fungsi *libas* sebagai hiasan menunjukkan bahwa pernikahan idealnya tidak hanya memenuhi kebutuhan biologis dan perlindungan moral, tetapi juga memperindah kehidupan melalui kebersamaan, kasih, dan akhlak mulia.

²³ Ath-Thabari.

²⁴ M Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Quran Volume 1, Lentera Hati*, 1999.

²⁵ Muhith et al., “Konsep Libas Dalam Al-Qur’an Surat Al-A’raf Ayat 26 (Menurut Tafsir Fi Zhilalil Qur’an),” *Jurnal Madani Institute: Jurnal Politik, Hukum, Pendidikan, Sosial Dan Budaya* 10, no. 1 (2021).

²⁶ Nihayatul Laili Yuhana, “Pandangan Menutup Aurat Pasangan Dalam Perspektif Al-Qur’an: Studi Tentang Ayat-Ayat Libas (Pakaian),” *Shad: Jurnal Ilmu Al-Qur’an Dan Tafsir* 1, no. 1 (2023): 32–41.

²⁷ Ahmad Nurrohim dan Hany Raudhatul Jannah, “Pakaian Muslimah Dalam Al-Quran: Antara Tafsir Hasbi Ash-Shiddieqy Dan Quraish Shihab,” *Suhuf* 32, no. 1 (2020): 59–75, journals.ums.ac.id.

²⁸ Yustin Rahayu and Ahmad Nurrohim, “Dalil Teologis Wanita Bekerja Dalam Al-Qur’an,” *QiST: Journal of Quran and Tafseer Studies* 1, no. 1 (2022): 48–64, <https://doi.org/10.23917/qist.v1i1.524>.

Sementara itu, konteks negatif al-libas bukan bermakna buruk, tetapi menunjukkan fungsi “menutupi”, sesuatu yang bersifat kekurangan atau kelemahan pada pasangan. Dalam pandangan Quraish Shihab, sebagaimana pakaian menutupi bagian tubuh yang tidak pantas terlihat, suami istri pun berkewajiban saling menutupi aib dan kekurangan pasangannya. Hal ini mencerminkan bentuk kasih sayang dan penghormatan, bukan penipuan atau penyembunyian kebenaran. Makna ini menggambarkan sisi negatif dari sesuatu yang ditutupi (aib, kelemahan, kekurangan), namun berimplikasi positif dalam menjaga kehormatan, harga diri, dan keutuhan rumah tangga.

Dapat disimpulkan bahwa teori Goleman memberi dimensi psikologis pada makna *al-libas* yang bersumber dari Al-Qur'an. Keduanya berpadu untuk membentuk fondasi hubungan suami istri yang sehat, al-libas menekankan perlindungan dan kasih sayangnya, sedangkan kecerdasan emosional menuntun bagaimana kedua nilai itu diwujudkan dalam perilaku sehari-hari. Integrasi keduanya menghasilkan relasi yang tidak hanya sakinah secara spiritual, tetapi juga harmonis secara emosional.

B. Konsep Kecerdasan Emosional: Kajian Psikologis

Secara etimologi, emosi berasal dari bahasa latin yakni akar kata dari *movere* yang memiliki arti menggerakkan, bergerak. Kemudian ditambah dengan awalan ‘e’ untuk memberi arti bergerak menjauh.²⁹ Emosi secara harfiah berarti yang menggerakkan kita untuk meraih sasaran, berperan sebagai sumber energi yang menumbuhkan motivasi, dan motivasi tersebut kemudian memengaruhi cara kita memandang sesuatu serta menentukan tindakan yang kita ambil.³⁰ Secara istilah, emosi dapat diartikan sebagai suatu bentuk aktivitas atau gejala dalam pikiran, perasaan, maupun dorongan batin yang muncul secara intens dan meluap.³¹ Menurut *Dictionary of Psychology*, emosi merupakan keadaan terangsangnya organisme yang melibatkan perubahan-perubahan mendalam dan disadari dalam perasaan seseorang.³² Dengan demikian, emosi dapat dipahami sebagai kondisi psikologis yang mendorong individu untuk bereaksi atau bertindak setelah menerima rangsangan, baik dari dalam maupun luar diri, yang kemudian menimbulkan respon kompleks berupa ketegangan atau guncangan batin..³³

Kecerdasan emosional pertama kali diperkenalkan oleh Salovey dan Mayer pada tahun 1990 yang mendefinisikannya sebagai kemampuan untuk memahami, mengatur, dan mengarahkan emosi diri sendiri dan orang lain.³⁴ Salovey dan Mayer menjelaskan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengamati dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain, serta memanfaatkan emosi tersebut sebagai dasar dalam

²⁹ Yahdinil Firda Nadhiroh, “PENGENDALIAN EMOSI (Kajian Religio-Psikologis Tentang Psikologi Manusia),” *Jurnal Saintifika Islamica* 2, no. 1 (2015): 53–63.

³⁰ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999).

³¹ Budi Sarasati and Okta Nurvia, “Emosi Dalam Tulisan,” *Jurnal Psibernetika* 14, no. 1 (2021): 40–48, <https://doi.org/10.30813/psibernetika>.

³² Ely Manizar HM, “Mengelola Kecerdasan Emosi,” *Tadbir* II, no. 2 (2016): 1–16.

³³ HM.

³⁴ Sari Marojahan Simaremare, Helena Turnip, and Debora Maria Sihite, “Peran Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan Siswa,” *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2025): 296–305, <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>.

mengarahkan pikiran dan perilaku.³⁵ Konsep ini kemudian dipopulerkan oleh Daniel Goleman melalui bukunya “*Kecerdasan Emosi*”. Ia mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, serta mengelola emosi secara efektif dalam menjalin hubungan sosial..³⁶ Dengan kata lain, kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk memahami, membedakan, dan mengendalikan berbagai emosi yang muncul, terutama dalam menghadapi situasi yang menantang.³⁷

Kecerdasan ini dianggap sebagai potensi penting yang sejajar, bahkan lebih berpengaruh daripada kecerdasan intelektual, karena penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran dua kali lebih besar dalam menentukan keberhasilan seseorang.³⁸ Dari banyaknya hasil penelitian yang ada, Goleman menyatakan bahwa kecerdasan intelektual hanya berkontribusi sekitar 20% terhadap keberhasilan seseorang, sedangkan 80% nya dipengaruhi kecerdasan emosional.³⁹ Kecerdasan emosional terbentuk melalui keharmonisan antara pikiran dan perasaan⁴⁰ yang tercermin dari kemampuan seseorang dalam mengekspresikan emosi secara tepat serta mengelola emosi negatif dengan bijak.⁴¹ Daniel Goleman juga mengidentifikasi lima komponen utama dalam kecerdasan emosional, yakni kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan ketampilan.⁴²

Kesadaran diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali dan memahami perasaan serta emosi yang dimilikinya, termasuk menyadari pengaruhnya terhadap orang lain. Mengenali emosi diri berarti sadar terhadap apa yang kita rasakan saat perasaan itu muncul. Kita perlu memantau emosi kita dari waktu ke waktu, karena jika tidak, emosi bisa menguasai dan mengendalikan diri kita. Saat emosi yang memegang kendali, kita hanya menjadi “penumpang”, dan hal itu bisa berakibat buruk.⁴³ Kesadaran diri menjadi fondasi dari semua komponen, karena individu perlu mengenali dan memahami emosi mereka

³⁵ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999)

³⁶ Putri Mukhlisa et al., “Kecerdasan Emosional/Emotional Intelligence (EQ),” *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora* 2, no. 1 (2023): 115–27, <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v2i1.656>.

³⁷ Jessica Juniarta Sihombing, Ita Armyanti, and Agustina Arundina Triharja T, “Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Empati Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2020,” *Cermin Dunia Kedokteran* 50, no. 10 (2023): 531–43, <https://doi.org/10.55175/cdk.v50i10.1075>.

³⁸ M.Pd. Dr. Dra. Erni Murniati, *Hubungan Antara Intelegensi Dan Emosi Dengan Belajar (Pengertian Emosi Dan Intelegensi, Tingkatan, Dan Dampaknya Pada Belajar)*, 1st ed. (Jakarta: Universitas Kristen Indonesia, 2020).

³⁹ Uliyatul Marfu’ah, “Integrasi Nilai-Nilai Kecerdasan Emosional Perspektif Daniel Goleman Dalam Al-Qur’an,” *MA’ALIM: Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 1 (2024): 109–26, <https://doi.org/10.21154/maalim.v5i1.8675>.

⁴⁰ Teti Devita Sari and Ami Widyastuti, “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan Manajemen Konflik Pada Istri,” *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau* 11, no. Juni (2015): 49–54.

⁴¹ Bidayatul Hidayah, Amarina Ashar Ariyanto, and Sugeng Hariyadi, “Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender?: Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan,” *Jurnal Psikologi Udayana* 7, no. 2 (2020): 43, <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i02.p05>.

⁴² Chatarina Suryaningsih et al., *Kecerdasan Emosional Di Era Digital*, 2024.

⁴³ Kosma Manurung, “Mendalami Dampak Perselisihan Orang Tua Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di Keluarga Kristiani,” *MANTHANO: Jurnal Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (2024): 37–48, <https://doi.org/10.55967/manthano.v3i1.56>.

sendiri sebelum bisa mengelola, memotivasi, berempati, dan berinteraksi secara efektif. Pengaturan diri yakni berhubungan dengan kemampuan untuk mengontrol emosi negatif agar lebih produktif.⁴⁴ Setelah mengenali emosi, selanjutnya adalah mengelola atau mengatur emosi tersebut. Hal ini mencakup kemampuan mengontrol impuls, menahan diri dan reaksi negatif yang tidak produktif, dan mengekspresikan emosi secara tepat.⁴⁵ kemampuan ini penting agar emosi tidak mengganggu pelaksanaan tugas dan dapat membantu seseorang bangkit dari tekanan dan kekecewaan.⁴⁶ Motivasi dalam hal ini berkaitan dengan dorongan dalam diri untuk mencapai tujuan dengan penuh semangat.⁴⁷ Dengan pengelolaan diri yang efektif, individu memiliki dorongan internal yang kuat dan positif untuk mencapai tujuan.⁴⁸

Setelah mampu mengenali dan mengatur emosi diri, selanjutnya adalah empati. Empati berasal dari kata Yunani, yaitu *empathia* yang artinya ikut merasakan.⁴⁹ Secara istilah dapat dipahami sebagai kemampuan untuk memahami, merasakan perasaan orang lain, serta menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.⁵⁰ Empati sangatlah penting sebagai sistem pemandu emosi yang menuntun kita agar hubungan kita dengan orang lain tetap baik. Emosi dibangun berdasarkan kesadaran diri, semakin terbuka dengan emosi diri sendiri maka semakin paham dengan perasaan orang lain.⁵¹

Komponen terakhir adalah ketrampilan sosial, yakni kemampuan untuk berinteraksi dan membangun hubungan yang baik dengan orang lain.⁵² Ketrampilan sosial dalam kecerdasan emosional menurut Goleman sering dianggap sebagai tingkatan tertinggi atau puncak dari komponen-komponen tersebut, karena ketrampilan sosial adalah manifestasi nyata dan aplikasi dari kecerdasan emosional dalam interaksi sosial yang efektif. Namun secara konseptual, Goleman tidak menempatkan komponen ini dalam hirarki, dimana ketrampilan sosial secara mutlak berada di atas semua komponen lain. Ketrampilan sosial tercapai melalui integrasi kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, dan empati, yakni komponen yang saling mendukung satu sama lain. Jadi, ketrampilan sosial adalah pengembangan keseluruhan kecerdasan emosional, bukan semata-mata tingkatan tertinggi dalam hirarki, melainkan bagian integral yang mencerminkan keberhasilan fungsi kelima komponen itu bersama.

Dalam relevansinya dengan hubungan suami istri, kecerdasan emosional memegang peranan yang sangat penting. Pasangan suami istri yang memiliki kecerdasan emosional

⁴⁴ Ngalemisa B R Saragih, "Kecerdasan Emosional Sebagai Prediktor Keberhasilan Interpersonal," *Literacy Notes* 1, no. 1 (2025): 1–9.

⁴⁵ HM, "Mengelola Kecerdasan Emosi."

⁴⁶ Hidayah, Ariyanto, and Hariyadi, "Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender?: Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan."

⁴⁷ Putri Mukhlisa et al., "Kecerdasan Emosional/Emotional Intelligence (EQ)."

⁴⁸ Yeti Dahliana and Rohma Syarifah Az Zaroh, "Membangun Kesehatan Mental Perempuan Dalam Perspektif Al-Hujurat Ayat 11," *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Tafsir* 7, no. 1 (2024): 248–60, <https://doi.org/10.58518/alfurqon.v7i1.2656>.

⁴⁹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1996)

⁵⁰ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999)

⁵¹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1996)

⁵² Cut Maitrianti, "Hubungan Antara Kecerdasan Intrapersonal Dengan Kecerdasan Emosional," *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam* 11, no. 2 (2021): 291–305, <https://doi.org/10.1016/j.intman.2022.100969>.

tinggi mampu bersikap sesuai situasi dan mengambil keputusan dengan bijak. Kematangan emosi membantu mereka menyelesaikan konflik dengan tenang, saling memahami, dan menjaga keharmonisan rumah tangga.⁵³ Emosi yang muncul dari rangsangan baik dari dalam diri maupun lingkungan sekitar seringkali memengaruhi interaksi antar pasangan.⁵⁴ Kehidupan keluarga merupakan lingkungan awal pembelajaran emosional, dimana individu mulai mengenali dan memahami perasaannya sendiri, mempelajari respons orang lain terhadap emosi tersebut, serta mengembangkan kemampuan menalar, merespons, dan mengekspresikan harapan maupun ketakutan secara tepat dan konstruktif.⁵⁵ Dengan adanya kecerdasan emosional, suami dan istri dapat mengenali dan mengelola emosi mereka secara baik sehingga tidak mudah terpancing menjadi konflik yang dapat merusak keharmonisan rumah tangga.

Kesadaran diri membantu pasangan memahami perasaan mereka, sehingga bisa lebih sadar akan perasaan satu sama lain agar lebih tenang dan bijak dalam merespon situasi yang sulit serta saat menghadapi masalah atau konflik. Dalam pernikahan, pengendalian terhadap emosi negatif seperti rasa iri, kesal, atau frustrasi sangat penting agar komunikasi tetap konstruktif dan tidak merusak kepercayaan atau kasih sayang.⁵⁶ Selain itu, suami istri juga perlu mempunyai empati satu sama lain, sehingga mampu memahami dan merasakan perasaan pasangan untuk membantu membangun rasa saling pengertian dan kedekatan emosional. Motivasi juga tidak kalah penting dalam hal ini, karena bertujuan sebagai pendorong untuk menguatkan komitmen untuk terus berusaha mempertahankan kebersamaan. Keterampilan sosial dalam hal ini adalah bagaimana suami istri berkomunikasi, menyelesaikan konflik, dan memperkuat ikatan emosional melalui interaksi yang sehat. Memiliki keterampilan sosial yang baik membantu menjaga keharmonisan dan saling pengertian dalam jangka panjang. Sebuah penelitian menjelaskan jika semakin pasangan dapat memahami tentang perasaannya sendiri dan juga orang lain, mampu mengkomunikasikan perasaannya, serta mampu mengambil sudut pandang orang lain, maka semakin tinggi pula kepuasan pernikahan yang dirasakan.⁵⁷

Dengan demikian, kecerdasan emosional tidak hanya dapat dipahami melalui perspektif psikologi modern semata, tetapi juga memiliki relevansi yang mendalam dengan nilai-nilai spiritual dalam ajaran Islam. Al-Qur'an, sebagai pedoman hidup umat manusia, telah menggambarkan konsep pengelolaan emosi, empati, dan keharmonisan hubungan dalam berbagai ayatnya. Salah satu konsep Qur'ani yang memiliki kedekatan makna dengan kecerdasan emosional adalah *libas*, sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Baqarah ayat 187. Konsep *libas* tidak hanya bermakna lahiriah sebagai penutup tubuh, tetapi juga

⁵³ Bidayatul Mutammimah and Nasrulloh, "Kewajiban Meredam Emosi Bagi Suami Terhadap Akhlak Istri (Analisis HADIS La Yafrak Mukminun Mukminatun In Kariha Minha Khuluqan Radiya Minha Khuluqan Akhar)," *AL ATSAR : Jurnal Ilmu Hadits* 2, no. 2 (2024): 23–37.

⁵⁴ Teti Devita Sari and Ami Widyastuti, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan Manajemen Konflik Pada Istri."

⁵⁵ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1996)

⁵⁶ Fina Mokoginta, "Kecerdasan Emosi, Religiusitas Dan Kepuasan Pernikahan Pada Wanita Muslim Yang Menikah Muda," *TAZKIYA: Journal of Psychology* 2, no. 1 (2019): 103–15, <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v2i1.10761>.

⁵⁷ Mokoginta, "Kecerdasan Emosi, Religiusitas Dan Kepuasan Pernikahan Pada Wanita Muslim Yang Menikah Muda."

mengandung makna simbolik yang mencerminkan keintiman emosional, perlindungan, dan keseimbangan dalam hubungan suami istri.

C. Integrasi Konsep *al-Libas* dengan Kecerdasan Emosional: Pendekatan Interpretasi Interdisipliner

Konsep *al-libas* dalam QS. Al_baqarah/2:187 tidak hanya merepresentasikan relasi fisik antara suami dan istri, melainkan juga menggambarkan dimensi psikologis dan spiritual yang mendalam. Pemaknaan metaforis terhadap *al-libas* menunjukkan bahwa hubungan pernikahan ideal tidak sekadar berlandaskan kebutuhan biologis, tetapi juga pada kesinambungan emosional, perlindungan moral, dan keharmonisan jiwa. Dalam konteks ini, pendekatan interdisipliner membuka ruang untuk mengaitkan nilai-nilai Qur'ani dalam konsep *libas*, melainkan hanya mengaitkan dimensi-dimensi yang relevan dan sejalan dengan nilai-nilai Qur'ani, yaitu kesadaran diri (*self-awareness*), pengaturan diri (*self-regulation*), dan empati (*emphaty*).

Fungsi *libas* sebagai simbol kedekatan dan keterkaitan dapat dimaknai sebagai cerminan dari pentingnya kesadaran diri dalam membangun relasi yang sehat. Sebagaimana pakaian melekat pada tubuh dan menampakkan keindahannya, pasangan suami istri saling merefleksikan kepribadian dan emosi pasangannya. Kesadaran diri memungkinkan individu menganalisis perasaan dan reaksinya sebelum mengekspresikannya, sehingga dapat bertindak secara proporsional dan bijak. Hubungan emosional yang sehat berawal dari kemampuan mengenali diri sendiri. Dengan demikian *libas* menjadi simbol kesadaran reflektif atas pentingnya memahami diri dalam menjaga keharmonisan relasi.

Selain itu, makna *libas* sebagai pelindung dan penutup aurat dapat dipahami sebagai simbol pengaturan diri. Sebagaimana pakaian melindungi tubuh dari panas dan dingin, pengaturan diri berfungsi sebagai pelindung emosional yang mencegah dampak negatif dari luapan amarah dan impulsivitas.⁵⁸ Individu yang mampu mengatur emosi akan menutupi kekurangan pasangannya tanpa menutupi kebenaran, menjaga kehormatan dan ketenangan bersama. Dalam konteks ini, *libas* berperan sebagai pelindung batin yang menjaga hubungan dari konflik destruktif dan memperkuat stabilitas emosional dalam rumah tangga.

Hubungan suami istri diibaratkan seperti pakaian yang melekat pada tubuh, saling melindungi, dan memberikan kenyamanan.⁵⁹ Hal ini menunjukkan bahwa empati merupakan kemampuan memahami dan merasakan emosi orang lain yang menjadi fondasi kasih sayang. Dengan empati, seseorang mampu menempatkan diri pada posisi pasangannya, memahami perasannya, serta memberikan dukungan emosional yang tepat.⁶⁰ Empati menjembatani kedekatan spiritual dan emosional yang melahirkan ketenangan, sehingga *libas* menjadi simbol keintiman dan kasih sayang yang berakar pada saling pengertian.

Integrasi antara nilai-nilai *libas* dan prinsip kecerdasan emosional mengajarkan bahwa relasi ideal menuntut keseimbangan antara kedewasaan spiritual dan kematangan emosional. *Libas* menggambarkan nilai-nilai ketenangan, perlindungan, dan keindahan, sementara

⁵⁸ Muhith et al., "Konsep Libas Dalam Al-Qur'an Surat Al-A'raf Ayat 26 (Menurut Tafsir Fi Zhilalil Qur'an)," *Jurnal Madani Institute: Jurnal Politik, Hukum, Pendidikan, Sosial Dan Budaya* 10, no. 1 (2021).

⁵⁹ M Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Quran Volume 1, Lentera Hati*, 1999.

⁶⁰ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1996)

kecerdasan emosional menyediakan kerangka praktis untuk mewujudkan nilai-nilai tersebut dalam perilaku nyata. Hubungan yang berlandaskan kesadaran diri, pengaturan diri, dan empati akan membentuk intraksi yang harmonis, saling menghargai, dan penuh kasih.

Dengan demikian, pendekatan interdisipliner terhadap konsep *libas* menyingkap adanya titik temu antara ajaran wahyu dan temuan psikologi modern. Al-Qur'an menekankan nilai-nilai spiritual dan moral dalam hubungan manusia, sedangkan teori kecerdasan emosional menyoroti dimensi psikologis dan perilaku. Keduanya saling melengkapi, *libas* memberikan dasar normatif tentang kasih sayang dan kehormatan, sementara kecerdasan emosional menjelaskan cara mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Integrasi ini menghasilkan paradigma relasi Qur'ani-emosional, yaitu hubungan yang seimbang antara akal, hati, dan spiritualitas yang pada akhirnya menciptakan keharmonisan batin dan sosial dalam kehidupan berkeluarga.

Dari hasil integrasi konseptual tersebut, dapat disimpulkan bahwa Al-Qur'an melalui simbolisme *al-libas* telah menggambarkan pentingnya kecerdasan emosional dalam menjaga keharmonisan relasi manusia, khususnya dalam pernikahan. Nilai-nilai *libas* seperti perlindungan, ketenangan, dan saling menutupi kekurangan sejalan dengan komponen utama kecerdasan emosional, yakni kesadaran diri, pengaturan diri, dan empati. Hal ini menunjukkan bahwa pesan wahyu tidak hanya bersifat spiritual, tetapi juga menyentuh ranah psikologis manusia. Dengan demikian, integrasi *al-libas* dan kecerdasan emosional melalui pendekatan interpretasi interdisipliner merupakan upaya ilmiah untuk menghadirkan pemahaman Qur'ani yang kontekstual dan aplikatif dalam menjawab problematika relasi manusia modern. Pada akhirnya, *al-libas* dapat dipandang sebagai model ideal keseimbangan spiritual dan emosional dalam mewujudkan hubungan yang harmonis, saling melindungi, dan penuh kasih sayang sebagaimana dikehendaki oleh nilai-nilai Islam.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep *al-libas* dalam QS. al-Baqarah ayat 187 memiliki makna simbolik yang mendalam, mencakup aspek perlindungan, ketenangan, kehormatan, dan kasih sayang antara suami istri. Makna metaforis ini menunjukkan bahwa hubungan pernikahan ideal tidak hanya berlandaskan kebutuhan biologis, tetapi juga melibatkan dimensi spiritual dan emosional yang menuntut kesalingan, penghargaan, serta tanggung jawab bersama. Dalam perspektif tafsir, *al-libas* menggambarkan pasangan yang saling melindungi dan menutupi kekurangan satu sama lain, sehingga membentuk relasi yang harmonis, penuh ketenangan, dan saling menghiasi sebagaimana fungsi pakaian terhadap tubuh. Melalui pendekatan interdisipliner antara tafsir Al-Qur'an dan psikologi modern, ditemukan keterkaitan erat antara nilai-nilai *al-libas* dengan prinsip kecerdasan emosional, terutama dalam aspek kesadaran diri, pengaturan diri, dan empati. Integrasi keduanya melahirkan paradigma *relasi Qur'ani-emosional*, yaitu hubungan suami istri yang menyeimbangkan kedewasaan spiritual dan kematangan emosional. Dengan menerapkan kecerdasan emosional berlandaskan nilai-nilai Qur'ani, pasangan dapat mengelola emosi secara bijak, memperkuat komunikasi, serta menjaga keharmonisan rumah tangga. Oleh karena itu, pemahaman terhadap konsep *al-libas* dan kecerdasan emosional menjadi landasan penting dalam mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, wa rahmah* sesuai tuntunan Islam.

Daftar Pustaka

- Al-Asfahani, Raghib. *Mufrodat Alfadz Al-Qur'an*. Damaskus: Dar al-Qalam, 1993.
- Al-Qur'an, Lajnah Pentashihan mushaf. *Al-Qur'an Dan Terjemahan*. Edited by Naf'an Akhun. Jakarta: IMAJINA, 2007. <https://doi.org/10.35632/ajis.v20i1.1887>.
- Ath-Thabari, Muhammad ibn Jarir. *Tafsir Ath-Thabari*. Edited by Dr. Abdul Sanad Hassan Yamama. Hajar. Vol. Jilid 3. Kairo: Hajar, 1990. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_P_EMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.
- Dahlia, Yeti, and Rohma Syarifah Az Zaroh. "Membangun Kesehatan Mental Perempuan Dalam Perspektif Al-Hujurat Ayat 11." *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Tafsir* 7, no. 1 (2024): 248–60. <https://doi.org/10.58518/alfurqon.v7i1.2656>.
- Dr. Dra. Erni Murniati, M.Pd. *Hubungan Antara Intelegensi Dan Emosi Dengan Belajar (Pengertian Emosi Dan Intelegensi, Tingkatan, Dan Dampaknya Pada Belajar)*. 1st ed. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia, 2020.
- Fajarwati, Wiratih. "Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kebahagiaan Pernikahan Pada Istri Yang Bekerja." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 2 (2017): 180–86. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4360>.
- Fitri, Tasya Gita, Fatin Rohmah Nur Wahidah, Dyah Astorini Wulandari, and Herdian. "Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Penyesuaian Diri Pada Ibu Muda Yang Menikah Dini." *PSIMPHONI, International Journal of Educational Resources* 5, no. 2 (2024): 594–604. <https://doi.org/10.59689/incare.v4i6.893>.
- Goleman, Daniel. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1996.
- Goleman, Daniel. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999.
- Haji, April, Sidik Saiful Anwar, Andri Nirwana, and Ahmad Nurrohm. "Meaning of The Word Libās in QS. Al-Baqarah [2]:187 in Michael Camille Riffaterre's Semiotics Application ." *Proceedings of the International Conference on Islamic and Muhammadiyah Studies (ICIMS 2022)* 676, no. Icims (2022): 37–44. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220708.006>.
- Hakim, Muhammad Arif Rakhman. "Konotasi Makna Libas Dalam Pernikahan: Analisis Semiotika Roland Barthes Dalam QS. Al-Baqarah [2]:187)." *Jurnal Kajian Islam Interdisipliner* 8, no. 2 (2023): 57–76. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/pasca/jkii/article/view/1372/104>.
- Hidayah, Bidayatul, Amarina Ashar Ariyanto, and Sugeng Hariyadi. "Apakah Emotional Intelligence Dipengaruhi Gender?: Analisis Perbedaan Kecerdasan Emosi Kaitannya Dengan Manajemen Konflik Suami-Isteri Dalam Masa Kritis Perkawinan." *Jurnal Psikologi Udayana* 7, no. 2 (2020): 43. <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i02.p05>.

- Hidayat, Arif, Darodjat, and Sriyanto. "Pesan Pendidikan Pernikahan Dalam QS. Al-Baqarah Ayat 187 (Analisis Kesetaraan Hak Dan Kewajiban Suami Istri)." *Al-Majaalis: Jurnal Dirasat Islamiyah* 12, no. 1 (2024): 200–226.
- HM, Ely Manizar. "Mengelola Kecerdasan Emosi." *Tadbir* II, no. 2 (2016): 1–16.
- Ismanto, Reno. "Maqasid Pernikahan Perspektif Imam Al-Gazali Berdasarkan Kitab Ihya 'Ulum Al-Din." *Islamitsch Familierecht Journal* 1, no. 01 (2020): 46–65. <https://doi.org/10.32923/ifj.v1i01.1569>.
- Jabbar, M. Dhuha Abdul, and KH. N. Burhanudin. *Ensiklopedia Makna Al-Qur'an Syarah Alfaazhul Qur'an*. 1st ed. Bandung: Fitrah Rabbani, 2012.
- Maitrianti, Cut. "Hubungan Antara Kecerdasan Intrapersonal Dengan Kecerdasan Emosional." *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam* 11, no. 2 (2021): 291–305. <https://doi.org/10.1016/j.intman.2022.100969>.
- Manurung, Kosma. "Mendalami Dampak Perselisihan Orang Tua Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di Keluarga Kristiani." *MANTHANO: Jurnal Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (2024): 37–48. <https://doi.org/10.55967/manthano.v3i1.56>.
- Manzur, Ibn. *Lisan Al Arab*. Mesir, 1363.
- Marfu'ah, Uliyatul. "Integrasi Nilai-Nilai Kecerdasan Emosional Perspektif Daniel Goleman Dalam Al-Qur'an." *MA'ALIM: Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 1 (2024): 109–26. <https://doi.org/10.21154/maalim.v5i1.8675>.
- Mokoginta, Fina. "Kecerdasan Emosi, Religiusitas Dan Kepuasan Pernikahan Pada Wanita Muslim Yang Menikah Muda." *TAZKIYA: Journal of Psychology* 2, no. 1 (2019): 103–15. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v2i1.10761>.
- Muhith, Muhammad Amanuddin, Sufyan Muttaqin, and Syafrinal. "Konsep Libas Dalam Al-Qur'an Surat Al-A'raf Ayat 26 (Menurut Tafsir Fi Zhilalil Qur'an)." *Jurnal Madani Institute: Jurnal Politik, Hukum, Pendidikan, Sosial Dan Budaya* 10, no. 1 (2021).
- Munawwir, Ahmad Warson. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. Edited by KH. Ali Ma'shum and KH. Zainal Abidin Munawwir. 2nd ed. Surabaya: Pustaka Progressif, 1997.
- Munawwir, Ahmad, and Yusran. "Konsep Libas (Pakaian) Dalam Al-Quran." *Jurnal Tafseer* 9 (2021). <https://doi.org/10.24252/jt.v9i02.37342>.
- Mutammimah, Bidayatul, and Nasrulloh. "Kewajiban Meredam Emosi Bagi Suami Terhadap Akhlak Istri (Analisis HADIS La Yafrak Mukminun Mukminatun In Kariha Minha Khuluqan Radiya Minha Khuluqan Akhar)." *AL ATSAR : Jurnal Ilmu Hadits* 2, no. 2 (2024): 23–37.
- Nadhiroh, Yahdinil Firda. "PENGENDALIAN EMOSI (Kajian Religoi-Psikologis Tentang Psikologi Manusia)." *Jurnal Saintifika Islamica* 2, no. 1 (2015): 53–63.
- Nihayah, Rohatun. "Term Al-Libas Dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tekstual-Kontekstual." *Syariat Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Hukum* 7, no. 2 (2019): 217–26.

- Nurrohim, Ahmad, and Hany Raudhatul Jannah. "Pakaian Muslimah Dalam Al-Quran: Antara Tafsir Hasbi Ash-Shiddieqy Dan Quraish Shihab." *Suhuf* 32, no. 1 (2020): 59–75. journals.ums.ac.id.
- Pangesti, Sania, and Dinie Ratrie Desiningrum. "Hubungan Antara Keharmonisan Keluarga Dengan Kecerdasan Emosional Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cicurug Sukabumi." *Jurnal Empati* 14, no. 2 (2023): 118–26.
- Putri Mukhlisa, Sindi Yohenda, Ulfa Yanti, and Linda Yarni. "Kecerdasan Emosional/Emotional Intelligence (EQ)." *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora* 2, no. 1 (2023): 115–27. <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v2i1.656>.
- Rahayu, Yustin, and Ahmad Nurrohim. "Dalil Teologis Wanita Bekerja Dalam Al-Qur'an." *QiST: Journal of Quran and Tafseer Studies* 1, no. 1 (2022): 48–64. <https://doi.org/10.23917/qist.v1i1.524>.
- Sanjaya, Yunita, Asriningrum Utami, and Elisabeth Lilis Mailool. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Gaya Resolusi Konflik Pada Pernikahan Kristen." *Mediapsi* 10, no. 1 (2024): 219–35. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2024.0010.01.929>.
- Saragih, Ngalemisa B R. "Kecerdasan Emosional Sebagai Prediktor Keberhasilan Interpersonal." *Literacy Notes* 1, no. 1 (2025): 1–9.
- Sarasati, Budi, and Okta Nurvia. "Emosi Dalam Tulisan." *Jurnal Psibernetika* 14, no. 1 (2021): 40–48. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>.
- Shihab, M Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Quran Volume 1. Lentera Hati*, 1999.
- Sihombing, Jessica Juniarta, Ita Armyanti, and Agustina Arundina Triharja T. "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Empati Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2020." *Cermin Dunia Kedokteran* 50, no. 10 (2023): 531–43. <https://doi.org/10.55175/cdk.v50i10.1075>.
- Simaremare, Sari Marojahan, Helena Turnip, and Debora Maria Sihite. "Peran Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan Siswa." *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2025): 296–305. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>.
- Sugirma, and Agustang K. "Pakaian Terbaik Menurut Al-Qur'an (Telaah Maudhu' i Atas Term-Term Bermakna Pakaian Dalam Al- Qur'an)." *Al-Wardah: Jurnal Kajian Perempuan, Gender Dan Agama* 16, no. 1 (2022): 105–18. <https://doi.org/10.46339/al-wardah.xx.xxx>.
- Sukmaningtyas, Anisa Nur Izzati, Ahmad Nurrohim, Asda Amatullah, Fathimah Salma Az-Zahra, Ammar Muhammad Jundy, Tiffani Lovely, and Muhammad Syahidul Haqq. "Etika Komunikasi Al-Qur'an Dan Relevansinya Dengan Komunikasi Di Zaman Modern." *Jurnal Semiotika; Kajian Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 4, no. 2 (2024): 557–76.
- Sulaiman, Muqatil bin. *Wujuh Wa Nadzair Fi Qur'an Al-'Adzim*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2011.

- Suryaningsih, Chatarina, Saripuddin, Nur Widjiyati, and Ahmad Sumiyanto. *Kecerdasan Emosional Di Era Digital*, 2024.
- Teti Devita Sari, and Ami Widyastuti. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan Manajemen Konflik Pada Istri." *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau* 11, no. Juni (2015): 49–54.
- Ulhaq, Nida. "Kecerdasan Emosional Suami Dalam Mengatasi Masalah Rumah Tangga Pandangan Maqasid Syari'ah (Studi Di Kecamatan Balikpapan Selatan)," 2022.
- Yuhana, Nihayatul Laili. "Pandangan Menutup Aurat Pasangan Dalam Perspektif Al-Qur'an: Studi Tentang Ayat-Ayat Libas (Pakaian)." *Shad: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 1, no. 1 (2023): 32–41.