

PERILAKU GASLIGHTING DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Skripsi

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Meraih Gelar Sarjana
Agama (S.Ag) pada Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas
Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Diajukan oleh
HASNIAR BARRI
21 0101 0052**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO
2025**

PERILAKU GASLIGHTING DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Skripsi

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Meraih Gelar Sarjana
Agama (S.Ag) pada Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas
Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Diajukan oleh
HASNIAR BARRI**

21 0101 0052

Pembimbing:

- 1. Dr. H. Rukman AR Said, Lc., M.Th.I.**
- 2. Sabaruddin, S.Sos., M.Sos.I.**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hasniar Barri
NIM : 21 0101 0052
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain dari kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan di dalamnya adalah tanggung jawab saya.

Bila di kemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administratif atas perbuatan saya dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 28 Juli 2025



Hasniar Barri

NIM: 21 0101 0052

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul "Perilaku Gaslighting Dalam Perspektif Al'Qur'an" yang ditulis oleh Hasniar Barri Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 21 0101 0052, mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo, yang dimunaqasyahkan pada hari Selasa, tanggal 6 Oktober 2025 telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji, dan diterima sebagai syarat meraih gelar Sarjana Agama (S.Ag.).

Palopo, 6 Oktober 2025

TIM PENGUJI

1. Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.

Ketua Sidang

(.....)

2. Dr. Kaharuddin, M.Pd.

Penguji I

(.....)

3. Dr. Sudirman, S.Ag., M.Pd.

Penguji II

(.....)

4. Dr. H. Rukman AR Said, Lc., M.Th.I..

Pembimbing I

(.....)

5. Sabaruddin S.Sos., M.Sos.I.

Pembimbing II

(.....)

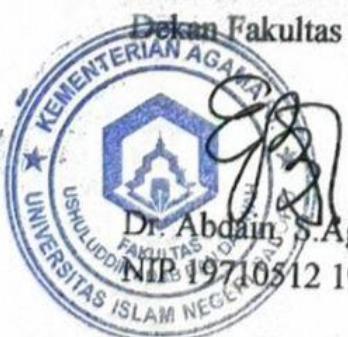
Mengetahui,

a.n. Rektor UIN Palopo

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Ketua Program Studi

Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.

NIP 19710512 199903 1 002



Dr. Amrullah Harun, S.Th.I., M.Hum.

NIP 19880426 202012 1 008

PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَبِهِ نَسْتَعِينُ عَلَىٰ أُمُورِ الدُّنْيَا وَالدِّينِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَىٰ أَسْرَفِ
الْمُرْسَلِينَ وَعَلَىٰ أَلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ أَمَّا بَعْدُ

Puja dan puji syukur atas kehadirat Allah swt. atas Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “*Perilaku Gaslighting dalam Perspektif Al-Qur'an*” selawat dan salam kepada suri tauladan yang paling mulia Rasulullah Muhammad saw., adalah Nabi terakhir yang selalu mengajarkan kesabaran dan ketenangan bagi seluruh umat Islam selaku para pengikutnya, keluarga, serta orang-orang yang senantiasa berada di jalannya.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak, terutama kepada kedua orang tua peneliti yang tersayang, cinta pertama dan panutanku ayahanda Awaluddin dan pintu surgaku ibunda Ani Polobuntu, terimakasih selalu berjuang dalam mengupayakan yang terbaik buat kehidupan penulis, penggerbonan atas setiap tetesan keringat, tenaga dan fikiran. dan terimakasih telah membesar, mendidik, mendo'akan dan memberikan kasih sayang yang tulus, kedua orang tua peneliti memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu memberikan pendidikan dan motivasi hingga peneliti mampu menyelesaikan studi ini hingga akhir. Peneliti juga mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada seluruh keluarga besar peneliti yang selama ini telah memberikan motivasi serta dorongan hingga peneliti menyelesaikan skripsi ini. Tentu penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan, kepada:

1. Rektor UIN Palopo, Dr. Abbas Langaji, M.Ag, Wakil Rektor I, Dr. Munir Yusuf, M.Pd., Wakil Rektor II, Dr. Masruddin, S.S., M.Hum., dan Wakil Rektor III, Dr. Takdir, S.H., M.H., M.Kes., yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menuntut ilmu pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Palopo, Dr. Abdain, S.Ag., M.HI., Wakil Dekan I, Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom., Wakil Dekan II, Dr. Amrul Aysar Ahsan, S.Pd.I., M.Si. Wakil Dekan III, Hamdani Thaha, S.Ag., M.Pd.I. yang selalu memberikan jalan terbaik dalam penyusunan Skripsi ini.
3. Ketua Progam Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Dr. Amrullah Harun, S. Th.I., M.Hum. Serta seluruh Dosen dan Staf di lingkup Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN Palopo yang telah membantu dan mengarahkan dalam proses penyelesaian skripsi.
4. Pembimbing I, Dr. H. Rukman AR Said, Lc., M.Th.I. dan Pembimbing II, Sabaruddin S.Sos., M.Sos.I. yang telah banyak memberikan bimbingan, masukan dan arahan selama proses penyelesaian skripsi.
5. Dr. Kaharuddin, M.Pd. dan Dr. Sudirman, S.Ag., M.Pd., selaku penguji I dan II. yang telah banyak memberikan arahan untuk menyelesaian skripsi ini.
6. Penasihat Akademik, Hj. Ratnah Umar, S.Ag., M.HI. yang telah memberikan arahan pada lingkup akademik selama perkuliahan.
7. Seluruh Dosen dan Staf di lingkup Kampus Universitas Islam Negeri (UIN) Palopo yang telah memberikan pengajaran serta bantuan kepada peneliti mulai dari awal masuk kuliah sampai menyelesaiannya.
8. Zainuddin S, S.E., M.Ak. Selaku kepala Unit Perpustakaan UIN Palopo beserta seluruh Staf Perpustakaan UIN Palopo yang telah membantu, khususnya dalam meminjamkan dan mengumpulkan buku-buku literatur yang berkaitan dengan skripsi ini.
9. Kepada teman terbaik dan seperjuangan penulis, Deby Cahya Kamila Gawing, S.Ag. yang berteman sejak tahun 2016 hingga saat ini masih

bersama, yang telah banyak membantu dan memberikan nasehat-nasehat yang baik dalam segala permasalahan penulis, serta selalu ada di setiap peristiwa berharga dalam perjalanan hidup penulis.

10. Kepada para sahabat penulis tercinta, Nurhalisa, Annisa Dian, Meniarti, Hikma, terimakasih kebersamaan dan dukungannya selama ini kepada penulis.
11. Kepada Teman seperjuangan peneliti di program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Angkatan 2021, terkhusus kepada group WhatsApp ciwi-ciwi miliader, terima kasih atas segala kebersamaan, dukungan dan motivasi selama perkuliahan.
12. Kepada posko 89 Desa Solo, kec.Angkona, Kab. Luwu Timur yang telah memberikan banyak pengalaman berharga. Selama berada di sana, penulis mendapatkan pelajaran, kerja sama yang baik, dan kenangan yang tidak terlupakan, yang sangat bermanfaat dalam kehidupan dan pendidikan penulis.

Akhir kata terima kasih kepada semua pihak yang selama ini menyemangati dan memberikan saran dalam penyusunan skripsi ini mudah-mudahan bernilai ibadah dan mendapatkan pahala dari Allah swt. Aamiin.

Palopo, 28 Juli 2025

Hasniar Barri
NIM: 21 0101 0052

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB DAN SINGKATAN

A. Transliterasi Arab-Latin

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasi ke dalam huruf latin dapat dilihat pada tabel berikut:

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	-	-
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta'	T	Te
ث	S a	s\	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	H{a	h{	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Z al	z	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	S{ad	s}	es (dengan titik di bawah)
ض	D{ad	d}	de (dengan titik di bawah)
ط	T{a	t}	te (dengan titik di bawah)
ظ	Z{a	z}	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	apostrof terbalik
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	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ه) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apapun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (').

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vocal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vocal rangkap diftong.

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ī	<i>fath}ah</i>	A	A
়	<i>Kasrah</i>	I	I
়	<i>d}ammah</i>	U	U

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ڦ	<i>fath}ah dan ya></i>	Ai	a dan i
ڻ	<i>fath}ah dan wau</i>	Au	a dan u

Contoh :

كيف : *kaifa*

هُولَ : *haul*

3. Maddah

Maddah atau vocal Panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harakat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
ڻ	<i>fath}ah</i> dan <i>alif</i> atau	a>	a dan garis di atas

	$y>a'$		
سـ	kasrah dan $y>a'$	i>	I dan garis di atas
وـ	$d\}ammah$ dan wau	u>	u dan garis di atas

Contoh:

مـات : $ma>ta$

رـمـى : $rama>$

قـيـلـ : $qi>la$

يـمـوـثـ : $yamu>tu$

4. $Ta>'marbu>t\}ah$

Transliterasi untuk $ta>'marbu>t\}ah$ ada dua yaitu, $ta>'marbu>t\}ah$ yang hidup atau harakat mendapat harakat $fath\}ah$, *kasrah* dan $d\}ammah$, transliterasinya adalah [t]. sedangkan $ta>'marbu>t\}ah$ yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan $ta>'marbu>t\}ah$ diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka $ta>'marbu>t\}ah$ itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

رـوـضـةـ الـأـطـفـالـ : $raud\}ah al-at\}fa>l$

الـمـدـيـنـةـ الـفـضـيـلـةـ : $al-madi>nah al-fa>dilah$

الـحـكـمـةـ : $al-h\}ikmah$

5. *Syaddah* (*tasydid*)

Syaddah atau *tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda (܍-), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

رـبـبـاـ : $rabbana>$

نـجـيـنـاـ : $najjaina>$

الْحَقُّ : *al-haqq*

نُعَمٌ : *nu'imah*

عَدُوٌ : *'aduwwun*

Jika huruf ى ber-tasydid di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf kasrah (...), maka ia ditransliterasi seperti huruf *maddah* menjadi i>.

Contoh:

عَلِيٌّ : ‘Ali> (bukana ‘Aliyy atau ‘Aly)

عَرَبِيٌّ : ‘Arabi> (bukan ‘Arabiyy atau ‘Araby)

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf (*alif lam ma'rifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasikan seperti biasa, *al-*, baik ketika diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh :

الشَّمْسُ : *al-syamsu* (bukan asy-syamsu)

الْزَلْزَلَةُ : *al-zalzalah* (bukan az-zalzalah)

الْفَلْسَفَةُ : *al-falsafah*

الْبِلَادُ : *al-bila>du*

7. *Hamzah*

Aturan transliterasi huruf *hamzah* menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi *hamzah* yang terletak di tengah dan akhir kata, namun, bila *hamzah* terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

ثَمُرُونَ : *ta'muru>na*

النَّوْعُ : *al-nau'*

شَيْءٌ : *syai'un*

أُمِرْثٌ : *umirtu*

8. Penulisan Kata Arab yang Lazim Digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya kata Al-Qur'an (dari *Al-Qur'an*), alhamdulillah dan munaqasyah. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasikan secara utuh.

Contoh :

Syarh} al-Arba'i>n al-Nawa>wi>

Risa>lah fi Ri'a>yah al-Maslahah

9. *Lafz} al-Jala>lah (الله)*

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf jar dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mud}a>filaih* (frasa nominal), ditransliterasikan tanpa huruf hamzah.

Contoh:

بِيَنْ اللَّهِ : *di>nulla>h*

بِاللَّهِ : *billa>h*

Adapun *ta>'marbu>t}ah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafz} al-jala>lah* ditransliterasi dengan huruf [t].

Contoh:

هُمْ فِي رَحْمَةِ اللَّهِ : *hum fi>rah}matilla>h*

10. Huruf Kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (All Caps), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal, nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal yang ditulis dengan sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DPP, CDK dan DR).

Contoh:

Wa ma> Muh}ammadun illa> rasu>l

*Inna awwala baitin wud}i‘a linn>asi lallaz|i< bi Bakkata
muba>rakan*

Syahru Ramad}a>n al-laz|i> fi>hi al-Qur'a>n

Nas}i>r al-Di>n al-Tu>si

Nas}r Ha>mid Abu Zayd

Al-Tu>fi>

Al-Mas}lah}ah fi> al-Tasyri> 'al-Isla>mi>

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abu (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi.

Contoh:

Abu> al-Walid Muh}ammad ibn Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abu> al-Walid Muh}ammad (bukan: Rusyd, Abu al-Walid Muhammad Ibnu)

Nasr Hamid Abu> Zaid, ditulis menjadi: Abu> Zaid, Nasr Hamid (bukan: Zaid, Nasr Hamid Abu>)

B. Daftar Singkatan

Beberapa singkatan yang ada di dalam skripsi:

- swt. : *subh}a>nahu wa ta‘a>la>*
- saw. : *s}allalla>hu ‘alaihi wa sallam*
- as. : *‘alaihi al-sala>m*
- ra. : *Radialla>hu ‘anhu/ ‘anha/ ‘anhum*
- H. : Hijriah
- M. : Masehi
- l. : lahir tahun (untuk yang masih hidup saja)
- w. : Wafat
- QS. : Qur'an Surah
- HR. : Hadis Riwayat

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PRAKATA.....	v
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB DAN SINGKATAN	ix
DAFTAR ISI	xvi
DAFTAR AYAT	xvii
DAFTAR HADIS	xviii
ABSTRAK.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan	10
F. Metode Penelitian.....	12
G. Definisi Istilah.....	14
BAB II Dampak Perilaku Gaslighting	16
A. Pengertian Gaslighting	16
B. Perilaku Gaslighting dalam Al-Qur'an.....	19
C. Contoh-Contoh Gaslighting dalam kisah Al-Qur'an.....	26
BAB III Dampak Perilaku Gaslighting.....	33
A. Gaslighting Terhadap Emosional	33
B. Dampak Gaslighting Terhadap Kekerasan Psikis	38
C. Dampak Gaslighting Terhadap Sosial	40
BAB IV Bentuk Larangan dan Solusi Al-Qur'an Untuk Mencegah dan Mengatasi Gaslighting	43
A. Larangan Al-Qur'an Untuk Mengatasi Gaslighting	43
B. Solusi Al-Qur'an Untuk Mencegah Gaslighting	55
BAB V PENUTUP.....	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
RIWAYAT HIDUP	73

DAFTAR AYAT

Kutipan Ayat 1 QS. Al-A‘rāf/7:20-21	7
Kutipan Ayat 2 QS. Al- Yūsuf/12:17	7
Kutipan Ayat 3 QS. Al-Baqarah/2:9	20
Kutipan Ayat 4 QS. Al- Mā’idah/5:41	22
Kutipan Ayat 5 QS. Al-Baqarah/2:14	23
Kutipan Ayat 6 QS. Al-Munāfiqūn/63:1	25
Kutipan Ayat 7 QS. Al-Qaṣāṣ/28:38,	27
Kutipan Ayat 8 QS. Al-Baqarah/2:8-10	29
Kutipan Ayat 9 QS. Al-Ṭāhā/20:120	30
Kutipan Ayat 10 QS. Al- Yūsuf/12:25-28	31
Kutipan Ayat 11 QS. Al- Najm/53:43-44	35
Kutipan Ayat 12 QS. Al- Mā’idah/5:8	46
Kutipan Ayat 13 QS. Al-Baqarah/2:42	48
Kutipan Ayat 14 QS. Al-Ghaffir/40:28	49
Kutipan Ayat 15 QS. Al-Baqarah/2:41	50
Kutipan Ayat 16 QS. Al-Baqarah/2:79	50
Kutipan Ayat 17 QS. Al-Baqarah/2:11-12	53
Kutipan Ayat 18 QS. Al-Ahzab/33:70	56
Kutipan Ayat 19 QS. Al-Nisa/4:135	57

DAFTAR HADIS

- | | |
|---|----|
| 1. Hadis tentang seruan untuk berkata jujur | 57 |
|---|----|

ABSTRAK

Hasniar Barri, 2025. *“Perilaku Gaslighting dalam Perspektif Al-Qur'an.”* Skripsi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Rukman AR Said dan Sabaruddin.

Penelitian ini membahas tentang Perilaku *gaslighting* dalam perspektif al-Qur'an, yakni suatu bentuk manipulasi psikologis yang berbahaya dan merusak kesehatan emosional, mental, dan sosial individu. *Gaslighting* merupakan tindakan menipu dan memanipulasi korban agar meragukan realitas dan penilaianya sendiri, yang seringkali terjadi dalam relasi kuasa seperti keluarga, pertemanan, hingga hubungan keagamaan. Dalam Islam, perilaku ini bertentangan dengan prinsip kejujuran (*ṣidq*), keadilan (*'adl*), dan amanah. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif dan metode tematik (*maudhū'i*) dalam menafsirkan ayat-ayat al-Qur'an yang relevan. Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa al-Qur'an secara tegas melarang segala bentuk kebohongan, penipuan, dan penyimpangan komunikasi yang merugikan orang lain. Bentuk-bentuk *gaslighting* dalam al-Qur'an dapat dikenali melalui tindakan *khid'ah* (tipu daya) dalam Qs. al-Baqarah/2:9, *nifaq* (kemunafikan) pada Qs. al-Maidah/5:41, *kazib* (kebohongan) pada Qs. al-Munafiqun/63:1, dan *sukhrīyah* (merendahkan) pada Qs. al-Baqarah/2:14. Dampak *gaslighting* mencakup kerusakan emosional, gangguan psikologis, dan disintegrasi sosial. Al-Qur'an tidak hanya melarang *gaslighting* secara tersirat melalui nilai-nilai kebenaran dan keadilan, tetapi juga memberikan arahan solutif melalui perintah untuk berkata jujur, berlaku adil, dan menegakkan kebenaran. Dengan demikian, al-Qur'an menjadi sumber etis-spiritual dalam membangun ketahanan diri dan masyarakat terhadap praktik *gaslighting*. Implikasi pada penelitian ini memberikan pemahaman bahwa nilai-nilai larangan dalam al-Qur'an memiliki relevansi kuat dalam menghadapi fenomena *gaslighting* di kehidupan modern. Prinsip kejujuran, keadilan, dan larangan berbuat zalim yang diajarkan al-Qur'an dapat dijadikan dasar dalam membangun kesadaran moral, memperkuat ketahanan psikologis, serta menciptakan hubungan sosial yang sehat dan berlandaskan kebenaran.

Kata Kunci: *Gaslighting*, Perspektif al-Qur'an

Diverifikasi oleh UPB



ABSTRACT

Hasniar Barri, 2025. “*Gaslighting Behavior in the Perspective of the Qur'an.*” Thesis of Qur'anic Studies and Tafsir, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, Universitas Islam Negeri Palopo. Supervised by H. Rukman AR Said and Sabaruddin.

This study explores gaslighting behavior from the perspective of the Qur'an, a harmful form of psychological manipulation that damages an individual's emotional, mental, and social well-being. Gaslighting involves deceiving and manipulating victims to the point where they doubt their own perception of reality and judgment. This behavior often occurs within power relations such as family, friendship, and religious interactions. In Islam, such acts are fundamentally contradictory to the principles of honesty (*ṣidq*), justice ('*adl*), and trustworthiness (*amānah*). The research employs a library-based (literature) method with a qualitative approach and uses a thematic (*maudhū'ī*) method to interpret relevant Qur'anic verses. The findings reveal that the Qur'an firmly prohibits all forms of deceit, falsehood, and manipulative communication that harm others. Instances of gaslighting in the Qur'an can be identified through behaviors such as *khid'ah* (deception) in Q.S. al-Baqarah [2]:9, *nifāq* (hypocrisy) in Q.S. al-Mā'idah [5]:41, *kazib* (lying) in Q.S. al-Munāfiqūn [63]:1, and *sukhriyyah* (mockery) in Q.S. al-Baqarah [2]:14. The effects of gaslighting include emotional damage, psychological distress, and social disintegration. The Qur'an not only implicitly prohibits gaslighting through its emphasis on truth and justice but also provides constructive solutions by commanding believers to speak truthfully, act justly, and uphold righteousness. Thus, the Qur'an serves as an ethical and spiritual framework for building individual and collective resilience against gaslighting practices. The implications of this study highlight the strong relevance of Qur'anic ethical values in addressing gaslighting in contemporary life. The principles of honesty, justice, and the prohibition of wrongdoing taught in the Qur'an can serve as a foundation for strengthening moral awareness, psychological resilience, and the creation of healthy, truth-based social relationships.

Keywords: Gaslighting, Qur'anic Perspective

Verified by UPB



الملخص

حسنيار بَرّي، 2025. "سلوك التلاعب العقلي (Gaslighting) في منظور القرآن الكريم." رسالة جامعية، في شعبة علوم القرآن والتفسير، كلية أصول الدين والأداب والدعوة، الجامعة الإسلامية الحكومية فالوفو. بإشراف رُقمان عبد الرحمن سعيد، وصبر الدين.

تتناول هذه الدراسة سلوك التلاعب العقلي (Gaslighting) في منظور القرآن الكريم، وهو شكل من أشكال الاستغلال النفسي الخطير الذي يؤدي إلى تدهور الصحة العاطفية والعقلية والاجتماعية للفرد. يتمثل هذا السلوك في خداع الضحية والتلاعب بها حتى تشك في واقعها وتقييمها الذاتي، وغالباً ما يحدث ذلك في العلاقات السلطوية مثل الأسرة، أو الصداقه، أو العلاقات الدينية. في الإسلام، يُعد هذا السلوك مخالفًا لمبادئ الصدق، والعدل، والأمانة. استخدمت هذه الدراسة المنهج المكتبي (Library Research) مع المدخل النوعي والمنهج الموضوعي في تفسير الآيات القرآنية ذات الصلة بالموضوع. وتُظهر نتائج البحث أن القرآن الكريم ينهى بشدة عن كل أشكال الكذب، والخداع، والانحراف في التواصل الذي يلحق الضرر بالآخرين. يمكن التعرف على صور التلاعب العقلي في القرآن من خلال أفعال الخداع كما في قوله تعالى: (يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ آمَنُوا) [البقرة: 9]، والنفاق كما في قوله تعالى: (يُسَارِعُونَ فِي الْكُفْرِ) [المائدة: 41]، والكذب كما في قوله تعالى: (إِذَا جَاءَكُمُ الْمُنَافِقُونَ) [المنافقون: 1]، والاستهزاء (السخرية) كما في قوله تعالى: (وَإِذَا لَقُوا الَّذِينَ آمَنُوا قَالُوا آمَنَّا) [البقرة: 14]. تتضمن آثار هذا السلوك أضرارًا عاطفية ونفسية، وتفككًا اجتماعيًّا. ولا يكتفي القرآن بالنهي عن هذا السلوك ضمنياً من خلال قيم الحق والعدل، بل يقدم أيضًا حلولاً توجيهية من خلال الأمر بالصدق، والعدل، وإقامة الحق. وبناءً على ذلك، يُعد القرآن الكريم مصدراً أخلاقيًّا وروحيًّا لبناء مناعة النفس والمجتمع تجاه ظاهرة التلاعب العقلي. وتبرز أهمية هذه الدراسة في بيان أنَّ القيم القرآنية في النهي عن الظلم والكذب والخداع ما تزال ذات صلة وثيقة بواقع الحياة الحديثة، إذ يمكن اعتمادها أساساً لترسيخ الوعي الأخلاقي، وتنمية المناعة النفسية، وبناء علاقات اجتماعية سليمة تقوم على الحقيقة والعدالة.

الكلمات المفتاحية: التلاعب العقلي، منظور القرآن الكريم

اللغة تطوير وحدة قبل من التحقق تم



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Al-Qur'an merupakan petunjuk atau panduan hidup bagi seluruh umat manusia.¹ Salah satunya al-Qur'an memberikan petunjuk cara berkomunikasi yang baik.² Dalam tafsir-tafsir, nilai kejujuran ditekankan karena pentingnya mengatakan kebenaran dan jujur dalam setiap aspek kehidupan manusia.³ Perkataan jujur bukan hanya sekadar kebiasaan yang baik namun juga sebagai cerminan dari ketakwaan.

Al-Qur'an menyatakan bahwa seseorang yang selalu berkata benar maka dinyatakan sebagai orang yang bertakwa dan seseorang selalu berusaha berkata benar maka manfaatnya bukan hanya ke dirinya saja tetapi ke orang lain juga, kejujuran menuntun kepada kebaikan dan masuk surga sebaliknya dusta menuntun kepada keburukan dan memasukkan ke neraka.⁴ Orang yang selalu berbuat dusta maka disebut dengan al-kizb.⁵ Kata *al-kazib*, *al-kazb*, *al-kizb* adalah bentuk kata benda (*mashdar*) yang berasal dari kata dasar kazaba, yakzibu, yang terdiri dari

¹ Agus Salim Syukran Agus Salim Syukran, "Fungsi Al-Qur'an Bagi Manusia," *Al'Iaz: Jurnal Studi Al-qur'an, Falsafah Dan Keislaman* 1, no. 2 (2019): 90–108, <https://doi.org/10.53563/ai.v1i2.21>.

² Subur Wijaya, "Al-Quran Dan Komunikasi (Etika Komunikasi Dalam Perspektif Al-Auran)," *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu Dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an* 15, no. 1 (2015): 1–28, <https://doi.org/10.53828/alburhan.v15i1.59>.

³ Muhammad Ali Amin Ibrahim And Article History, "Tantangan Sosial Dan Etika Modern Dalam Perspektif Tafsir Taisirul At Tafsir Karya Abdul Jalil Isa Article Info Abstract," *Taqrib : Journal of Islamic Studies* 2, no. 2 (2024): 61–73, <http://jurnal.dokicti.org/index.php/taqrib/index>.

⁴ Tasbih, "Pembinaan Karakter Menurut Hadist Nabi Saw (Analisis Terhadap Hadis-Hadis Kejujuran)," *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1, no. 1 (2014): 36–52.

⁵ Wiji Nurasih, "Islam dan Etika Bermedia Sosial Bagi Generasi Milenial: Telaah Surat Al-'Asr," *Jurnal Ilmu Dakwah dan Komunikasi* 16, no. 1 (2020): 149–78.

tiga huruf pokok, yaitu kāf, zal dan bā, yang memiliki arti sebagai lawan dari sifat jujur (*shidq*); menyampaikan informasi yang bertentangan dengan kenyataan yang sebenarnya padahal dia menyadari kebenarannya.⁶ Kebohongan berkembang menjadi tindakan manipulatif, di mana pelaku tidak hanya menyampaikan informasi yang salah, namun juga menyusun strategi agar kebohongan tersebut terlihat lebih masuk akal dan meyakinkan.

Seorang pembohong juga butuh strategi untuk melakukan kebohongan agar kebohongan itu bisa meyakinkan ini juga bisa dinamakan dengan manipulasi korban yang dibohongi, maka perilaku strategis tersebut yang membuat kebenaran informasi menjadi menyimpang (tidak sesuai), tidak lengkap, tidak jelas, dan tidak berhubungan.⁷ Hal ini dikenal dengan fenomena *gaslighting*. *Gaslighting* merupakan upaya untuk meyakinkan korban bahwa kata-kata, perasaan, dan kemampuannya tidak bisa dipercaya. Perilaku ini memanipulasi korban hingga meragukan kesehatan mentalnya, dengan tujuan *gaslighter* menciptakan kondisi yang membuat korban merasa keliru dan gila.⁸ Istilah tersebut memiliki akar sejarah yang menarik dan berasal dari dunia perfilman.

Istilah *gaslighting* digunakan karena merujuk pada kisah yang menjadi asal-usulnya, yakni drama *Gas Light* (1938) dan film *Gaslight* (1944). Dalam kisah tersebut, pelaku manipulasi meredupkan cahaya lampu gas di rumah,

⁶ Rukman Abdul Rahman Said, “Berdusta Dalam Tinjauan Hadis,” *Al-Asas: Jurnal Ilmiah Ilmu Dasar Keislaman* 4, no. 1 (2020): 27–40.

⁷ Kikan Sandiyus Tantri, Nofi Arum Aqilla, and Anis Sukmawati, “Pendidikan Karakter Di Era Digital: Mengajarkan Etika Dan Tanggung Jawab Dalam Penggunaan Sosial Media,” *Anwarul* 3, no. 4 (2023): 662–75.

⁸ Disney Hotstar, “Analisis Resepsi Penonton Perempuan Tentang Perilaku Gaslighting Dalam Web Series,” *Ilmu Komunikasi* VIII, no. 1 (2025).

kemudian menyangkal adanya perubahan ketika istrinya mempertanyakannya. Tindakan ini secara simbolis menggambarkan bagaimana manipulasi membuat seseorang meragukan realitas yang sebenarnya jelas terlihat.⁹ Dapat dikatakan bahwa istilah *gaslighting* mulai dikenal sejak kemunculannya dalam film tersebut. Istilah ini kemudian berkembang menjadi sebutan bagi suatu bentuk manipulasi psikologis, di mana pelaku berusaha mengendalikan korban dengan menanamkan keraguan terhadap persepsi, kesadaran, dan ingatan korban mengenai dirinya sendiri.¹⁰ Oleh sebab itu, istilah *gaslighting* dipilih dan melekat sebagai metafora unik untuk menjelaskan bentuk manipulasi psikologis yang membuat korban meragukan ingatan, persepsi, hingga kewarasannya.

Gaslighting adalah turunan dari kata “*gaslight*” yang dalam Kamus Oxford English Dictionary¹¹ diartikan sebagai lampu gas. Secara denotatif istilah ini bermakna “cahaya akibat gas yang terbakar”. Saat ini, *gaslighting* dipahami sebagai bentuk khusus dari manipulasi psikologis yang dilakukan secara sistematis dengan tujuan melemahkan korban.¹² Dengan demikian, *gaslighting* dan manipulasi memiliki hubungan yang erat, di mana *gaslighting* merupakan bentuk manipulasi yang lebih spesifik, destruktif, dan berdampak luas pada aspek psikologis, sosial, maupun spiritual.

⁹ Lillian Darke, Helen Paterson, and Celine van Golde, “Illuminating Gaslighting: A Comprehensive Interdisciplinary Review of Gaslighting Literature,” *Journal of Family Violence*, 2025, <https://doi.org/10.1007/s10896-025-00805-4>.

¹⁰ Nunung Rahmania, “Gaslighting Dalam Tindak Pidana Kekerasan Seksual (Studi Kasus Di Lombok) Gaslighting in Sexual Violence Crimes (Case Study in Lombok)” 10, no. 1 (2025).

¹¹ A.S. Hornby, ed., *Oxford English Learner's Pocket Dictionary*, fourth Edition (Oxford University Press (OUP), 2008). Hal.105

¹² Darke, Paterson, and van Golde, “Illuminating Gaslighting: A Comprehensive Interdisciplinary Review of Gaslighting Literature.”

Pelaku *gaslighting* biasa disebut dengan *gaslighter* di dalam sebuah hubungan dengan orang lain tersebut cenderung yang lebih lemah, *gaslighter* adalah pihak yang memiliki kendali atau lebih berkuasa dalam suatu hubungan.¹³ Adapun beberapa contoh tanda-tanda korban *gaslighting* menurut berbinari dalam unggahan aplikasi tiktok.¹⁴

1. Anda sering dikatakan ‘drama’ ataupun ‘lebay’ padahal hanya jujur tentang perasaan anda.
2. Di waktu anda menceritakan sesuatu yang membuat sakit hati, namun di baliknya ke anda seperti semuanya itu salah anda.
3. Anda mulai meragukan ingatan atau perspektif anda sendiri, seperti ‘bener gak sih kemarin dia mengatakan seperti itu.’

Perilaku *gaslighting* didasari dengan adanya dusta yang disengaja untuk tujuan manipulasi korban. Sederhananya, *gaslighting* merupakan bentuk manipulasi psikologis dengan tujuan untuk menanamkan keraguan dalam diri individu atau kelompok tertentu, hingga korban mulai merasakan keraguan dalam persepsi, ingatan, bahkan kewarasannya sendiri.¹⁵ Sifat dari *gaslighting* termasuk salah satu jenis bentuk sebuah *emotional abuse* (kekerasan emosional).¹⁶ Hal ini menunjukkan bahwa *gaslighting* bukanlah kasus yang jarang terjadi.

¹³ Indriati Yulistiani., “Menangkal Gaslighting Dalam Bentuk Intimidasi dan Manipulasi Komunikasi,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas* 9, no. 05 (2023)

¹⁴ Berbinarin, *Apa Sih Gaslighting Itu?*, Streaming Tiktok, (2024, Jakarta), <https://vt.tiktok.com/ZSkV9yvHg/>.

¹⁵ Devan Satya Nugraha, “Analisis Fenomena Gaslighting Dalam Hubungan Pertemanan Pada Remaja Akhir (Studi Fenomenologi)” (Universitas Muhammadiyah Malang, 2024).

¹⁶ Nurul Rofiqoh Maulidina, “Gaya Komunikasi Gaslighting Dalam Relasi Berpacaran Mahasiswa Pecinta Alam di Kediri Raya,” 2022. Hal. 16

Smith telah melakukan survei dari *The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey* (NISVS) di tahun 2015 mengatakan bahwa pria maupun wanita di Amerika Serikat pernah juga mengalami sebuah *emotional abuse*, survei tersebut menampakkan bahwa ada sebanyak 36.4% atau sebanyak 43.5 juta wanita Amerika Serikat yang telah mengalami sebuah *emotional abuse*. Tidak hanya Wanita, pria pun turut mengalaminya yang dimana lebih dari 34.2% atau sebanyak 38.1 juta pria pernah juga mengalaminya.¹⁷ Oleh karena itu *emotional abuse* bukan hanya dari jumlah keseluruhan namun juga terlihat jelas dalam data yang berdasarkan dari usia.

Berdasarkan data yang juga telah dilansir oleh Komnas Perempuan dan SIMFONI-PPA (Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak) di tahun 2022 pengalaman kekerasan emosional yang dialami oleh perempuan berusia 13-17 tahun ialah sebanyak 58,2%, kemudian kekerasan emosional yang dialami oleh laki-laki berusia 13-17 tahun ada sebanyak 52,2%.¹⁸ Hal ini sejalan dengan fakta bahwa pelaku *gaslighting* dapat menggunakan berbagai bentuk kekerasan emosional terhadap korban.

Pelaku dari tindakan manipulatif yang dikenal sebagai *gaslighter* dapat saja menggunakan dari sebuah teknik kekerasan emosional dalam bentuk jenis apapun itu terhadap korban, tujuannya agar korban merasa ragu terhadap dari persepsinya, ingatan bahkan sampai kesadarannya sendiri. Istilah dari *gaslighting* juga masih terlihat awam bagi masyarakat, namun biasanya tindakan manipulatif

¹⁷ Georgius Felix Haryanto Atjiu, “Dinamika Self-Esteem Pada Individu Dewasa Awal yang Mengalami Gaslighting Dalam Hubungan Pacaran,” 2022.

¹⁸ Tantri, Aqilla, and Sukmawati, “Pendidikan Karakter di Era Digital: Mengajarkan Etika dan Tanggung Jawab Dalam Penggunaan Sosial Media.”

ini dihasilkan adanya dari sebuah komunikasi yang pendapat korban merasa dirinya terancam dan tertekan, sehingga masyarakat pada umumnya masih belum merasa memiliki kewaspadaan atau pemahaman bahwa perilaku dari manipulatif merupakan jenis bentuk kekerasan. Sebuah hubungan yang didominasi akan tindakan manipulatif, pasti memiliki tingkat resiko tinggi, seseorang yang masuk dalam hubungan tidak sehat maka dapat menyebabkan trauma psikis, fisik, hingga sosial. Tindakan yang dilakukan oleh seseorang itu dalam hubungan yang tidak sehat hubungan tersebut akan berdampak yang tidak baik bagi pasangannya, seperti halnya manipulatif atau dusta (*gaslighting*).¹⁹ Perilaku tersebut tidak hanya merusak secara emosional, namun juga bertentangan dengan berdasarkan nilai-nilai dalam ajaran al-Qur'an.

Sebagai umat muslim ketika menjalankan aturan yang telah diterapkan dari al-Qur'an setidaknya memperhatikan aturan-aturan dalam al-Qur'an seperti ketika bertutur kata hal seperti berbohong harus dihindari. Dalam pandangan islam seseorang yang berkata berbohong akan diancam dengan azab, baik di dunia maupun di akhirat, sebagian orang memahami bahwa kebohongan hanya menguntungkan dari satu pihak, namun perlu diingat bahwa ini bukan tentang hadiah yang dimenangkan melainkan hukuman yang menanti di dunia maupun di akhirat.²⁰ Hukum dalam Islam memiliki sifat mengikat serta mencakup berbagai

¹⁹ Nurul Rofiqoh Maulidina, "Gaya Komunikasi Gaslighting Dalam Relasi Berpacaran Mahasiswa Pecinta Alam di Kediri Raya." Hal. 3-4

²⁰ Zainal Abidin Muhja and Liza Shahnaz, "Etika Jurnalistik Dalam Perspektif Hukum Islam," *Jurnal Akta Yudisia* 5, no. 2 (2021): 165, <https://doi.org/10.35334/ay.v5i2.1914>.

aspek.²¹ Hal ini sejalan dengan kebutuhan masyarakat modern yang menghadapi dinamika globalisasi. Sebagai dalam era globalisasi yang ditandai dengan kemajuan teknologi informasi dan komunikasi, perhatian terhadap etika dalam berkomunikasi menjadi semakin penting. Islam, sebagai agama yang menyeluruh, memberikan petunjuk etis dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam hal komunikasi.

Al-Qur'an, sebagai sumber utama dalam ajaran umat Islam, menyampaikan prinsip-prinsip etika komunikasi yang relevan dan dapat diterapkan sepanjang waktu. al-Qur'an mengajarkan betapa pentingnya komunikasi yang sopan, jujur, dan membangun dalam mempererat hubungan antar sesama serta menjaga keharmonisan sosial.²² Secara normatif, Al-Qur'an sebagai kitab suci umat Islam diyakini mengandung kebenaran absolut.²³ Dalam perspektif al-Qur'an, Islam mengajarkan pentingnya kejujuran, tidak berdusta, serta tidak memanipulasi orang lain. Adapun kisah dalam al-Qur'an yang menggambarkan sikap manipulasi tentang fenomena *gaslighting* yang tercantum pada QS. al-A'ra>f/7:20-21. Allah Swt berfirman:

فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَنُ لِيُبَدِّي لَهُمَا مَا وَرَيَ عَنْهُمَا مِنْ سُوءِتِهِمَا وَقَالَ مَا نَهِكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ إِلَّا أَنْ تَكُونَا مَلَكِيْنِ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَلِدِيْنَ وَقَاسَمَهُمَا إِنِّي لَكُمَا لَمِنَ النَّصِيْحِيْنِ

Terjemahnya:

²¹ Abdul Mutaakabbir and Rukman Abdul Rahman Said, "Dinamisasi Hukum Islam, Analisis Fatwa MUI Masa Pandemi Covid 19," *Palita: Journal of Social Religion Research* 6, no. 2 (2021): 173–92, <https://doi.org/10.24256/pal.v6i2.2264>.

²² Anisa Nur Izzati Sukmaningtyas et al., "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.

²³ M Ilham, "Hermeneutika Al-Qur'an: Studi Pembacaan Kontemporer Muhammad Shahrour," *Kuriositas* 11, no. 2 (2017): 2.

Maka, setan membisikkan (pikiran jahat) kepada keduanya yang berakibat tampak pada keduanya sesuatu yang tertutup dari aurat keduanya. Ia (setan) berkata, "Tuhanmu tidak melarang kamu berdua untuk mendekati pohon ini, kecuali (karena Dia tidak senang) kamu berdua menjadi malaikat atau kamu berdua termasuk orang-orang yang kekal (dalam surga)." Ia (setan) bersumpah kepada keduanya, "Sesungguhnya aku ini bagi kamu berdua benar-benar termasuk para pemberi nasihat."²⁴

Ibnu Katsir dalam tafsirnya menjelaskan, pada waktu itu, Iblis merasa iri dan berusaha menipu, menggoda, serta memperdaya Adam dan Hawa dengan kebohongan hingga ia bersumpah dengan menyebut nama Allah kepada keduanya.²⁵ Pada ayat tersebut berkaitan dengan fenomena gaslighting di mana seseorang mencoba untuk meragukan pemahaman atau realitas mereka melalui berbohong.

Selanjutnya dalam QS. Yusuf/12:17 juga menggambarkan kisah tentang feonemena *gaslighting* karena memiliki keterikatan. Allah swt. berfirman:

قَالُوا يَا بَنَانَا إِنَّا ذَهَبْنَا نَسْتَقْرُ وَتَرَكْنَا يُوسُفَ عِنْدَ مَتَاعِنَا فَأَكَلَهُ الذَّئْبُ وَمَا أَنْتَ بِمُؤْمِنٍ لَنَا وَلَوْ كُنَّا صَدِيقِينَ

Terjemahnya:

Mereka berkata, "Wahai ayah kami! Sesungguhnya kami pergi berlomba dan kami tinggalkan Yusuf di dekat barang-barang kami, lalu dia dimakan serigala; dan engkau tentu tidak akan percaya kepada kami, sekalipun kami berkata benar."²⁶

Ibnu katsir dalam tafsirnya menjelaskan bahwa saudara-saudara Yusuf berbohong kepada ayah mereka, Nabi Yaqub, tentang kematian Yusuf mereka berusaha meyakinkan Nabi Yaqub dari kebohongannya, berharap ayahnya percaya

²⁴ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Jakarta: PT. Lahjah Pentashihan, 2019), 152.

²⁵ Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Alu Syaikh, Lubabut Tafsir Min Ibni Katsir. Terjh. M. Abdul Ghoffar: Tafsir Ibnu Katsir Jilid III. Cet. X (Jakarta: Pustaka Imam al-Syafi'I, 2008).

²⁶ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 237.

dengan cerita mereka.²⁷ Pada ayat tersebut juga berkaitan dengan fenomena *gaslighting* dengan cara berbohong berusaha menyembunyikan dengan mengubah informasi yang sebenarnya.

Perilaku *gaslighting* di dasari dengan adanya dusta yang disengaja untuk tujuannya manipulasi korban. Perilaku ini tidak hanya merugikan korban individu tetapi juga menciptakan lingkungan sosial yang tidak sehat dipenuhi dengan ketidakkepercayaan. Meskipun perilaku *gaslighting* sering terjadi secara pribadi, tetapi dapat juga terjadi di depan umum atau media, baik dari secara langsung atau melalui penyebaran informasi yang menyesatkan.

Konteks ini, sangat penting untuk memberikan pemahaman atau mengenalkan yang lebih dalam tentang *gaslighting* dan dampaknya terhadap ke individu dan masyarakat. Dengan pemahaman yang lebih baik lagi, diharapkan untuk dapat lebih peka lagi terhadap perilaku dari *gaslighting* dan mampu mengambil tindakan pencegahan untuk melindungi dari manipulasi psikologis. Melalui pendekatan al-Qur'an, kita dapat mengidentifikasi nilai-nilai yang melarang tindak manipulasi dan kebohongan. Beberapa ayat dalam al-Qur'an secara jelas menekankan pentingnya kejujuran dan keadilan, serta memberikan petunjuk mengenai perlindungan terhadap hak-hak individu, termasuk dalam hal menjaga kesehatan mental dan emosional seseorang. Oleh karena itu, dengan merujuk pada ajaran al-Qur'an, kita bisa mendapatkan pemahaman yang lebih dalam lagi terkait fenomena *gaslighting* serta bagaimana agama Islam memandang

²⁷ *Abdullah Bin Muhammad Bin Abdurrahman Bin Ishaq Alu Syaikh*, Lubabut Tafsir Min Ibni Katsir. Terjh. M. Abdul Ghoffar : Tafsir Ibnu Katsir Jilid IV. Cet. I, (Pustaka Imam al-Syafi'I 2003).

tindakan manipulasi terhadap individu, faktor inilah yang membuat peneliti untuk meneliti sebuah *perilaku gaslighting dalam Perspektif al-Qur'ani*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka yang menjadi rumusan masalah ialah:

1. Bagaimana perilaku *gaslighting* dalam al-Qur'an?
2. Bagaimana dampak perilaku *gaslighting* terhadap masyarakat luas?
3. Bagaimana bentuk solusi dalam al-Qur'an untuk mencegah dan mengatasi *gaslighting*?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini sebagai salah satu persyaratan wajib dalam menyelesaikan studi, serta untuk mengembangkan pengetahuan mengenai masalah yang telah dirumuskan, yaitu:

1. Untuk mengetahui perilaku *gaslighting* dalam al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui bagaimana dampak perilaku *gaslighting* terhadap masyarakat luas.
3. Untuk mengetahui bentuk solusi dalam al-Qur'an untuk mencegah dan mengatasi *gaslighting*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Diharapkan melalui penelitian ini dapat memberikan kontribusi pemikiran bagi pengembangan ilmu pengatahuan dan wawasan di bidang Ilmu al-Qur'an dan Tafsir terhadap perilaku *gaslighting* dalam perspektif al-Qur'an

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini mengharapkan untuk meningkatkan ilmu pengetahuan dan memperluas pengetahuan mengenai perilaku *gaslighting* serta menganalisis dalam perspektif al-Qur'an sehingga ini dapat dijadikan bahan pemaparan ketika mengalami situasi fenomena *gaslighting*.

E. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Ada beberapa literatur yang akan peniliti gunakan untuk sebagai referensi dari beberapa kajian literatur yang sudah diteliti oleh para peneliti terdahulu tentang *al-kizb* dan perilaku *gaslighting* yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan. Beberapa di antaranya, sebagai berikut:

1. Fitria Assyifa yang berjudul *Makna Al-Kadzib dalam al-Qur'an dan Kontekstualisasinya Terhadap Effect filter pada Gambar di Sosial Media*²⁸ menggunakan metode penelitian kepustakaan (*Library Research*) yang menerangkan bahwa effect filter yang sebagai kontekstualisasinya dari berdusta yang bersifat manipulasi yang mengakibatkan merugikan pihak lain.

²⁸ Fitria Assyifa, "Makna al-Kâdzib dalam al- qur'an dan kontekstualisasinya terhadap effect filter pada gambar di sosial media," no. 314 (2024).

2. Juminem yang berjudul *Adab Bermedia Sosial Dalam Pandangan Islam*²⁹

menggunakan metode penelitian yang digunakan ialah kepustakaan (*Library Research*) yang menganalisis bagaimana adab bermedia sosial dalam pandangan islam. Peneliti yang membahas tentang fenomena *gaslighting* sudah dikaji beberapa oleh peneliti. Pertama, Putu Adi Saskara yang berjudul *Pola Asuh Orangtua dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Psikologis Anak Usia Dini: Analisis Dampak Perilaku gaslighting Parenting*,³⁰ menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dan wawancara yang menjelaskan dampak perilaku *gaslighting* terhadap perkembangan psikologis dan komunikasi dari anak usia dini.

3. Nurul Rofiqoh Maulidina yang berjudul *Gaya Komunikasi Gaslighting dalam Relasi Berpacaran Mahasiswa Pecinta Alam di Kediri Raya*,³¹

penelitian ini termasuk penelitian lapangan dan pendekatan yang digunakan yaitu kualitatif, peneliti ini memperjelas gaya atau bentuk komunikasi *gaslighting* dan faktor penyebab yang dialami oleh mahasiswa pecinta alam di kediri raya.

4. Denis Anugrah Iansyah Al-uyun yang berjudul *Perilaku Komunikasi Playing*

Victim dan Gaslighting dalam Hubungan Romantis Pada Remaja,³² pada

²⁹ Juminem, “Adab bermedia sosial dalam pandangan islam,” *Geneologi pai: Jurnal pendidikan agama islam* 6, no. 1 (2019): 23, <https://doi.org/10.32678/geneologipai.v6i1.1799>.

³⁰ I Putu Adi Saskara, Ulio, and I Gusti Arya Anggriawan, “Pola Asuh Orangtua dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Psikologis Anak Usia Dini: Analisis Dampak Perilaku Gaslighting Preting,” *Pratama Widya : Jurnal Pendidikan Anak Usia dini* 8, no. 1 (2023): 15–25, <http://ojs.uhnsugriwa.ac.id/index.php/PW/article/download/2415/1614>.

³¹ Nurul Rofiqoh Maulidina, “Gaya Komunikasi Gaslighting Dalam Relasi Berpacaran Mahasiswa Pecinta Alam di Kediri Raya.”

³² Denis Anugrah Al-Uyun, “Perilaku Komunikasi Playing Victim dan Gasligting Dalam Hubungan Romantis Pada Remaja” (Universitas Satya Negara Indonesia, 2024).

penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk dan respon perilaku komunikasi playing victim dan *gaslighting* dalam hubungan romantis pada remaja.

5. Alvindio Yoga Pradista yang berjudul *Fenomena Gaslighting Sebagai Bentuk Penindasan Kepercayaan Diri Anak*,³³ penilitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, pada peneliti ini menerangkan bagaimana untuk mengetahui fenomena *gaslighting* sebagai bentuk penindasan kepercayaan diri anak melalui dari beberapa pengalaman yang dari subjek penelitian.

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kepustakaan (*literatur research*). Sebab proses penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan informasi dan data dengan menggunakan berbagai sumber yang tersedia di perpustakaan seperti referensi yang terkait dengan masalah yang ingin dipecahkan, hasil penelitian terdahulu yang sejenis artikel, catatan, dan berbagai jurnal. Kegiatan dikumpulkan dengan mengumpulkan, mengolah dan menyimpulkan data kemudian menggunakan metode/teknik tertentu untuk menemukan jawaban atas permasalahan yang dihadapi.³⁴

³³ Alvindio Yoga Pradista, “Fenomena Gaslighting Sebagai Benak Penindasan Kepercayaan Diri Anak,” 2023.

³⁴ Rita Kumala Sari, “Penelitian Kepustakaan Dalam Penelitian Pengembangan Pendidikan Bahasa Indonesia,” *Jurnal Borneo Humaniora* 4, no. 2 (2021): 60–69, https://doi.org/10.35334/borneo_humaniora.v4i2.2249.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang berfokus pada pengkajian kasus dalam konteks nyata serta situasi kontemporer.³⁵ Penelitian kualitatif tidak memperoleh hasil dari bentuk prosedur statistik atau bentuk hitungan, tetapi lebih kepada meneliti atau mengungkapkan fenomena dengan mengumpulkan data.³⁶ Penelitian kualitatif mencakup sejumlah langkah penting, antara lain merumuskan pertanyaan yang sesuai dengan tujuan penelitian serta prosedur yang akan ditempuh, mengumpulkan data secara spesifik, dan melakukan analisis data secara induktif.³⁷

2. Sumber Data

Sumber data primer atau rujukan asli yang paling pokok dalam penelitian ini ialah kitab suci al-Qur'an. Al-Qur'an memuat banyak ayat yang menekankan pentingnya perenungan terhadap makna yang terkandung di dalamnya.³⁸

Sumber data sekunder, yaitu data yang berfungsi sebagai data pelengkap yang mendukung data primer, data yang sebagai sumber pelengkap di antaranya seperti: tafsir, artikel, buku-buku, dan jurnal.

3. Teknik Pengumpulan Data

Berdasarkan penelitian yang digunakan penelitian perpustakaan maka, teknik pengumpulan data ini menggunakan teknik dokumentasi. Pengumpulan

³⁵ Amrullah Harun and Ratnah Umar, "Tafsir Al-Qur'an Media Daring Laman Web TafsirAlquran.Id Dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Tafsir Di Indonesia," *Al-Aqwam: Jurnal Studi Al-Quran Dan Tafsir* 3, no. 1 (2024): 1–19, <https://doi.org/10.58194/alaqwam.v3i1.1468>.

³⁶ Eka dalanta rehulina, "Eksplorasi Seksual Komersial Anak Di Indonesia," *Medan, Restu Printing Indonesia*, Hal.57 21, no. 1 (2008): 33–54, <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.

³⁷ Andi Batara Indra et al., "Dekonstruksi Kuasa Patriarki Novel Rara Mendut Karya Y.B. Mangunwijaya: Perspektif Feminisme Eksistensialis," *Gurindam: Jurnal Bahasa Dan Sastra* 1, no. 1 (2021): 24, <https://doi.org/10.24014/gjbs.v1i1.12872>.

³⁸ Mutaakabbir and Said, "Dinamisasi Hukum Islam, Analisis Fatwa MUI Masa Pandemi Covid 19."

data dengan teknik dokumentasi merupakan pelengkap dari observasi dalam penelitian kualitatif. Studi dokumen adalah hasil pengumpulan data kualitatif mengenai sejumlah fakta yang tersimpan yang seperti catatan, laporan, surat, buku, dalam bahan yang berbentuk dokumentasi.³⁹

4. Teknik Analisis Data

Tafsir merupakan istilah yang lazim digunakan dalam upaya memahami Al-Qur'an. Melalui tafsir, makna Al-Qur'an dapat dijelaskan secara lebih mendalam, baik dari segi teks maupun konteksnya.⁴⁰ Metode penafsiran tematik yang digunakan oleh peneliti dengan membahas ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan judul penelitian. Dengan menggunakan metode tematik maka, ada beberapa tahap langkah yang akan dilakukan sesuai yang telah diterapkan oleh Prof. Dr. Abd Al Hayy Farmawi:

- a. Menetukan topik yang akan dibahas.
- b. Mengumpulkan ayat-ayat yang berhubungan dengan topik tersebut.
- c. Menyusun urutan ayat berdasarkan waktu penurunannya, disertai dengan pemahaman tentang asbab al-nuzul.
- d. Memahami hubungan antara ayat-ayat tersebut dalam konteks surah masing-masing.⁴¹

G. Definisi Istilah

³⁹ V. Wiratna Sujarweni, "Metodologi Penelitian," *PT. Rineka Cipta, Cet.XII)an Praktek, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, Cet.XII)*, 2014, 107.

⁴⁰ Harun and Umar, "Tafsir Al-Qur'an Media Daring Laman Web Tafsiralquran.Id Dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Tafsir Di Indonesia."

⁴¹ Moh. Tulus Yamani, "Memahami Al-Qur'an Dengan Metode Tafsīr Maudū'i," *Jurnal Pai* 1, no. 2 (2015): 273–91.

Penelitian ini berjudul *Perilaku Gaslighting dalam Perspektif Al-Qur'an*. Penelitian ini didukung dengan beberapa istilah yang mesti dijelaskan, diantaranya sebagai berikut:

1. Perilaku

Perilaku merupakan segala bentuk tindakan atau aktivitas yang dilakukan oleh manusia dan mencakup makna yang sangat luas. Perilaku dapat dipahami sebagai kondisi batin seseorang dalam berpikir, berpendapat, dan bersikap, yang mencerminkan aspek fisik maupun nonfisik. Selain itu, perilaku juga merupakan respons psikologis individu terhadap lingkungannya.

2. *Gaslighting*

Gaslighting merupakan bentuk manipulasi psikologis yang berlangsung waktu lama, yang membuat korban dapat meragukan kebenaran pemikirannya, persepsi terhadap realitas, atau ingatan mereka. Hal seperti ini biasanya berujung pada kebingungan, hilangnya kepercayaan dan harga diri, kemudian kekhawatiran tentang stabilitas emosional atau mental mereka.⁴²

3. Perspektif

Perspektif adalah cara memandang atau berpikir dalam suatu objek.⁴³

4. Al-Qur'an

Al-Qur'an merupakan sebuah kitab kepercayaan islam dan hidayah yang diturunkan oleh Allah swt. kepada Nabi Muhammad saw. untuk segenap umat. Pikiran dan perasaan manusia telah disapa Allah dalam al-Qur'an, mengajarkan

⁴² Yanis Trisnawati Putri, "Perancangan Microblog Instagram Sebagai Media Edukasi" 3, no. 2 (2022): 46–56, <https://doi.org/10.30998/vh.v7i1.8592>.

⁴³ Vania Zulfa et al., "Isu-Isu Kritis Lingkungan Dan Perspektif Global," *Jurnal Green Growth Dan Manajemen Lingkungan* 5, no. 1 (2015): 29–40, <https://doi.org/10.21009/jgg.051.03>.

tentang tauhid, cara mengasihkan diri dengan berbagai ibadah, menunjukkan kepada manusia yang dapat membawakan kebaikan dan kesalamatan dalam kehidupan sosial manusia, membimbing dan meningkatkan kepribadian manusia agar dapat mewujudkan kebahagiaan di dunia hingga di akhirat.⁴⁴

⁴⁴ Muhammad Utsman Najati, “Psikologi Dalam Al-Qur’ān,” *Bandung: Pustaka Setia*, 2005, 162–164.

BAB II

PERILAKU *GASLIGHTING* DALAM AL-QUR’AN

A. Pengertian *Gaslighting*

Kehidupan ini kerap terjadi kebohongan-kebohongan, mulai yang dari tampak ringan hingga yang dapat merugikan orang lain. Kholil Misbach mengatakan berbohong termasuk tindakan yang berbahaya dan masuk dalam kategori keburukan yang dapat menyebar luas. Hal ini menunjukkan bahwa pada setiap waktu hampir selalu terdapat individu yang melakukan kebohongan, baik secara tidak sengaja maupun kesengajaan. Tidak hanya itu, Imam Nawawi menyatakan bahwa kebohongan adalah tindakan menyampaikan informasi yang tidak sesuai kenyataan yang sebenarnya.¹ Kebohongan tidak hanya berupa pernyataan yang tidak sesuai fakta, namun juga dapat muncul dalam bentuk manipulasi psikologis seperti *gaslighting*.

Gaslighting merupakan tindakan manipulasi psikologis dan komunikasi yang dilakukan oleh seseorang dengan cara memengaruhi pikiran orang lain secara halus. Tujuannya agar korban mulai merasakan keraguan terhadap dirinya sendiri, termasuk meragukan apa yang ia ingat, bagaimana ia memahami suatu kejadian, bahkan sampai mempertanyakan apakah dirinya masih berpikir normal atau tidak. Pelaku biasanya melakukannya dengan menyangkal kenyataan, memutar balik fakta, dan meremehkan perasaan korban, sehingga korban menjadi

¹ Gita Putri Pangastuti, *Laknat Allah Terhadap Pembohong Dalam Al- Qur ’ an (Kajian Tematik)*, 2022.

bingung dan kehilangan kepercayaan terhadap penilaianya sendiri.² Perilaku tersebut dikenal dengan istilah *gaslighting* yang berasal dari perfilman.

Fenomena *gaslighting* ini dipahami sebagai strategi pengendalian yang menanamkan keraguan terhadap pikiran, ingatan, dan keyakinan seseorang. Mekanisme *gaslighting* bekerja melalui konstruksi sosial-kognitif yang diciptakan pelaku secara sistematis, sehingga korban mengalami keraguan bahkan terhadap kewarasannya sendiri. Dalam hubungan personal, *gaslighting* tampak sebagai relasi toksik dengan pola manipulasi berulang yang melemahkan posisi korban. Sementara itu, dalam ranah religius, *gaslighting* dapat terjadi melalui penggunaan legitimasi agama untuk menekan dan mengendalikan keyakinan individu. Oleh karena itu, *gaslighting* dapat dipandang sebagai fenomena multidimensional yang bersifat destruktif, baik pada aspek psikologis, sosial, maupun spiritual.³

Istilah *gaslighting* berasal dari sebuah drama yang berjudul “*gas light*”⁴ yang dibuat pada tahun 1938. Drama ini kemudian dibuat menjadi film dengan judul yang sama pada tahun 1944. Film ini berkisah tentang seorang suami yang sengaja membuat istrinya merasa kebingungan dan meragukan pikirannya sendiri, dia meredupkan lampu gas di rumah tapi berkata bahwa lampu itu tidak berubah. Suaminya melakukan hal seperti itu supaya istrinya terlihat seperti kehilangan akal sehat, sehingga dia bisa mengontrol dan mengambil warisan istrinya dengan

² I Putu Adi Saskara, Ulio, and I Gusti Arya Anggriawan, “Perilaku Gaslighting Parenting Terhadap Perkembangan Psikologi Anak Usia Dini,” *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 8, no. 1 (2023): 15–25, <https://doi.org/10.25078/pw.v8i1.2415>.

³ Darke, Paterson, and van Golde, “Illuminating Gaslighting: A Comprehensive Interdisciplinary Review of Gaslighting Literature.”

⁴ Movieclips, *Gaslight* (1944) (Amerika Serikat, n.d.), <https://youtu.be/6o8Eq0LEpf0?si=dlkHKxRQUSghCqPh> <https://youtu.be/6o8Eq0LEpf0?si=dlkHKxRQUSghCqPh>

mudah. Kisah ini jadi dasar dari arti *gaslighting* yang kita pakai sekarang, yaitu cara memanipulasi seseorang sampai ia meragukan dirinya.⁵ Perilaku *Gaslighting* bisa juga terjadi di banyak aspek kehidupan dan terkadang sulit dikenali karena berlangsung secara halus. Dalam banyaknya kasus korban bahkan tidak menyadari bahwa dirinya sedang dimanipulasi secara emosional dan mental.

Gaslighting dapat muncul dalam berbagai situasi dan bentuk yang berbeda, terdapat jenis-jenis kasus dari *gaslighting*.⁶ Berikut inilah jenis-jenis kasus yang terdapat dari *gaslighting*, antara lain:

1. *Gaslighting* di lingkungan kerja, bisa dilakukan oleh siapa saja di tempat kerja, dan dampaknya lebih besar jika pelaku merupakan seseorang yang memiliki jabatan lebih tinggi.
2. *Gaslighting* secara sistematik dan institutive, biasanya dilakukan oleh oknum dalam rezim tertentu sebagai alat untuk merusak toleransi dalam masyarakat dan mempertahankan kekuasaan melalui manipulasi persepsi publik.
3. *Gaslighting* dapat terjadi di lingkungan keluarga, sekolah, hingga masyarakat. Bentuknya seperti perundungan, tekanan kelompok, maupun diskriminasi.

Meski bentuknya berbeda-beda, *gaslighting* sering menunjukkan gejala atau tanda yang mirip. Berikut beberapa ciri-ciri seorang *gaslighter*.⁷

⁵ Anna Drescher, "Asal Mula Istilah Gaslighting,(2024), Accessed June 19 2025, <https://www.simplypsychology.org/origin-of-the-term-gaslighting.html>.

⁶ Arbania Fitriani, Sitti Rahmah Marsidi, and Lita Patricia Lunanta, "Psikoedukasi: Gaslighting Dan Strategi Menghadapinya," *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas* 9, no. 03 (2023), <https://doi.org/10.47007/abv.v9i03.6244>.

- a) Berbohong atau menyembunyikan fakta terhadap korban
- b) Memutar balikkan fakta atau menyangkal sesuatu yang terjadi
- c) Menyampaikan informasi secara tidak lengkap
- d) Pelecahan verbal (menghina atau merendahkan melalui ucapan menyakitkan)
- e) Menghalangi perhatian atau membatasi korban dari sumber luar
- f) Meremehkan nilai atau perasaan korban
- g) Menjatuhkan korban secara perlahan dengan memanfaatkan kelemahan cara berpikir dan penilainnya.

B. Perilaku *Gaslighting* dalam Al-Qur'an

Berbagai persoalan dalam kehidupan pada hakikatnya telah diuraikan dalam Al-Qur'an, meskipun dalam beberapa hal disampaikan secara umum.⁸ Islam sebagai agama moralitas memuat prinsip-prinsip etika dan moral yang bersifat komprehensif. Nilai-nilai tersebut tidak hanya mengatur hubungan vertikal antara manusia dengan Allah (ḥablun min Allāh), tetapi juga hubungan horizontal antara manusia dengan sesama makhluk (ḥablun min al-nās).⁹ Walaupun istilah *gaslighting* tersebut tidak secara eksplisit disebut dalam al-Qur'an, namun perilaku dari *gaslighting* dapat digambarkan dalam al-Qur'an. Adapun beberapa perilaku *gaslighting* dalam al-Qur'an:

⁷ Itsna Mufliah and Najlatun Naqiyah, "Identifikasi Korban Kekerasan Gaslighting Pada Remaja Putri," *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 2 (2022): 238–47, <https://doi.org/10.26539/teraputik.621278>.

⁸ Rukman Abdul Rahman Said et al., "Solusi Al-Isrāf Dalam Al-Qur'an," *Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an Dan Tafsir* 9, no. 1 (2024): 11–25, <https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v9i1.2294>.

⁹ Ahmad Diaz et al., "TASAWUF: JALAN MENUJU PENCERAHAN BATIN DAN" 03, no. 03 (2025): 288–302.

1. Menipu dan Memanipulasi (*Khid'ah*)

Dalam bahasa arab, *khid'ah* merujuk pada tindakan menempatkan seseorang dalam situasi yang tampak sesuai dengan ucapannya, padahal sebenarnya mengandung maksud tersembunyi yang berbeda. Menurut Al-Qodzafi, terdapat tiga ciri utama dari *khid'ah* yang pertama, pelaku tidak ragu melakukan perbuatan hina atau tercela. Kedua, memiliki kecendrungan mudah memusuhi orang lain. Ketiga, dalam mencapai tujuan, ia menggunakan cara-cara tidak langsung atau penuh tipu muslihat.

Dalam bahasa indonesia, *khid'ah* diartikan sebagai tipu daya, yaitu upaya memperdaya atau bersikap licik terhadap orang lain. Sifat licik ini pada umumnya ditemukan pada orang-orang munafik. Nabi Muhammad saw. menjelaskan bahwa ada tiga ciri orang munafik. Pertama, ketika berbicara, ia berdusta. Kedua, ketika berjanji, ia mengingkarinya. Ketiga, ketika diberi amanah, ia berkhianat.¹⁰

Tindakan manipulasi termasuk perilaku yang menyimpang dari ajaran dan perintah Allah swt.¹¹ Dalam QS. al-Baqarah /2:9, yaitu:

يُخِدِّعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ آمَنُوا هُوَ مَا يَخْدِعُونَ إِلَّا أَنفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُونَ

Terjemahnya:

Mereka menipu Allah dan orang-orang yang beriman, padahal mereka hanyalah menipu diri sendiri tanpa mereka sadari.¹²

¹⁰ Jihan Rahmawati, “Istdirāj Perspektif Asy-Syaukani Dalam Tafsir Fath Al-Qadīr,” Al-Mustafid: Jurnal of Quran and Hadith Studies 3, no. 2 (2024): 1–18.

¹¹ Khafipa Nurul Iqsha, “Tinjauan Hukum Islam Terhadap Manipulasi Data Anak Di Panti Asuhan Nur Akbar Sungguminasa Kabupaten Gowa,” Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents 7, no. 2 (2014): 107–15.

¹² Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 3.

Ibnu Katsir dalam tafsirnya menjelaskan bahwa¹³ tindakan seperti itu merupakan tindakan orang-orang munafik yang hanya menyakiti diri sendiri disebabkan oleh murka Allah swt. akibat kekufuran, keraguan, dan kebohongan mereka. Sementara orang-orang munafik sama sekali tidak menyadarinya karena senantiasa berada ddalam kebutaan terhadap apa yang mereka lakukan tersebut.

Ayat di atas menunjukkan bahwa perilaku manipulasi psikologis merupakan tindakan yang dilarang oleh al-Qur'an karena termasuk dalam kategori zalim dan munafik. Dalam perilaku *gaslighting*, pelaku biasanya memutarbalikkan fakta untuk membuat korban bingung dan meragukan dirinya sendiri. Hal ini sejalan dengan sifat orang munafik yang telah disebutkan dalam ayat di atas, yaitu menipu Allah dan orang-orang beriman.

2. Munafik Secara Emosional (*Nifaq*)

Dalam bahasa arab kata “*nifaq*” berasal dari akar kata *nafakul yarbu*, yang merujuk pada lubang tikus. Tikus biasanya membuat jalan masuk yang terlihat, namun jalan keluarnya tersembunyi. Dari sini, makna dasar “*nifaq*” adalah menampilkan sesuatu yang berbeda dari kenyataannya yang tersembunyi di baliknya.

Dalam konteks ajaran islam, *nifaq* berarti memperlihatkan sikap atau ucapan yang tampak sesuai dengan kebenaran, sementara sebenarnya menyembunyikan hal yang bertentangan dengannya. Dengan demikian, seseorang yang tampak jujur dan benar di hadapan orang lain, padahal hati dan perbuatannya

¹³ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir QS Al-Baqarah 1-286* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 61.

justru sebaliknya, maka ia disebut dengan sebagai orang munafik. Sementara keyakinan atau tindakan yang mencerminkan kepura-puraan itu disebut sebagai nifaq.¹⁴

Dalam istilah yang digunakan al-Qur'an, menurut penjelasan al-Thabāṭhabā'ī, *nifaq* diartikan sebagai tindakan menampilkkan keimanan secara lahiriah, namun pada saat yang sama menyembunyikan kekafiran dalam batin. Pemahaman tersebut didasarkan pada firman Allah swt. dalam QS. al-Mâ'idah/5:41.¹⁵

يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ لَا يَحْرُنْكَ الَّذِينَ يُسَارِعُونَ فِي الْكُفْرِ مِنَ الَّذِينَ قَالُوا أَمَّا
يَا فَوَاهِمُهُمْ وَلَمْ تُؤْمِنْ قُلُوبُهُمْ وَمِنَ الَّذِينَ هَادُوا سَمَعُونَ لِلْكَذِبِ سَمَعُونَ
لِقَوْمٍ أَخَرِينَ لَمْ يَأْتُوكَ يُحَرِّفُونَ الْكَلِمَ مِنْ بَعْدِ مَوَاضِعِهِ ۝ يَقُولُونَ إِنَّ
أُوْتَيْنُمْ هَذَا فَخُدُودٌ وَإِنْ لَمْ تُؤْتَوْهُ فَاحْذَرُوا ۝ وَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ فِتْنَتَهُ فَلَنْ تَمْلِكَ
لَهُ ۝ مِنَ اللَّهِ شَيْءًا ۝ أُولَئِكَ الَّذِينَ لَمْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يُطَهِّرَ قُلُوبَهُمْ ۝ لَهُمْ فِي
الدُّنْيَا حَزْنٌ ۝ وَلَهُمْ فِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ

Terjemahnya:

Wahai Rasul (Muhammad), janganlah engkau disedihkan oleh orang-orang yang bersegera dalam kekufuran, yaitu orang-orang (munafik) yang mengatakan dengan mulut mereka, "Kami telah beriman," padahal hati mereka belum beriman, dan juga orang-orang Yahudi. (Mereka adalah) orang-orang yang sangat suka mendengar (berita-berita) bohong lagi sangat suka mendengar (perkataan-perkataan) orang lain yang belum pernah datang kepadamu. Mereka mengubah firman-firman (Allah) setelah berada di tempat-tempat yang (sebenar)-nya. Mereka mengatakan, "Jika ini yang diberikan kepada kamu, terimalah. Jika kamu diberi yang bukan ini, hati-hatilah." Siapa yang dikehendaki Allah kesesatannya, maka sekali-kali engkau tidak akan mampu menolak sesuatu pun dari Allah. Mereka itu adalah orang-orang yang Allah tidak hendak menyucikan hati mereka. Di

¹⁴ Wahyuni Rizki, "Peningkatan Prestasi Belajar Bidang Studi Akidah Akhlak Melalui Model PAKEM Snowball Throwing Siswa Kelas VII Pada Materi Akhlak Tercela Riya Dan Nifaq Di MTs Arriyadhu Mukhlisin Mompang Jae Kecamatan Panyabungan Utara," 2017, 17–18.

¹⁵ Iril Admizal, "Strategi Menghadapi Orang Munafik Menurut Alquran," Al Quds : Jurnal Studi Alquran Dan Hadis 2, no. 1 (2018): 65, <https://doi.org/10.29240/alquds.v2i1.391>.

dunia mereka mendapat kehinaan dan di akhirat akan mendapat azab yang sangat berat.¹⁶

Buya Hamka dalam *Tafsir al-Azhar* menjelaskan larangan munafik¹⁷, yaitu orang yang mudah mengatakan beriman, padahal dalam hatinya jauh dari kata beriman. Selain itu dijelaskan larangan menyebarkan narasi yang tidak benar kepada orang lain yang membingungkan.

Berdasarkan penjelasan ayat dan tafsir di atas, dapat dipahami bahwa sifat munafik yang dijelaskan dalam ayat di atas memiliki kaitan dengan pelaku *gaslighting*. Pelaku *gaslighting* seringkali menyembunyikan niat buruk di balik ucapan atau sikap yang terlihat baik yang sama halnya dengan sifat orang munafik. Dalam ayat di atas juga dijelaskan bahwa orang munafik suka menyebarkan kebohongan, sebagaimana yang biasa dilakukan oleh pelaku *gaslighting*. Oleh karena itu, *gaslighting* dapat dipahami sebagai salah satu bentuk nyata dari *nifaq* emosional, yaitu kemunafikan dalam perasaan dan tindakan.

3. Merendahkan Lawan (*Sukhrīyah*)

Al- Sukhrīyah merupakan menghina atau merendahkan orang lain, dan jelas perbuatan seperti ini dilarang dalam Islam. Menurut penjelasan Al-Qardawi, memperolok atau mengejek orang lain itu dilarang karena biasanya ada rasa sombong tersembunyi dalam diri pelakunya. Selain itu, tindakan seperti ini juga

¹⁶ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 114.

¹⁷ Hamka, *Tafsir Al-Azhar Jilid 3 (Surah Al-Maidah Dan Surah Al-an'am)*, Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003), 1737-1738.

menunjukkan adanya niat merendahkan dan menipu orang lain secara halus.¹⁸ Hal ini terdapat dalam QS. Al-Baqarah/2:14, yakni:

وَإِذَا لَقُوا الَّذِينَ أَمْنَوا قَالُوا أَمَنَّا وَإِذَا خَلُوا إِلَيْهِمْ لَا قَالُوا إِنَّا
مَعَكُمْ لَا إِنَّمَا نَحْنُ مُسْتَهْزِئُونَ

Terjemahnya:

Apabila mereka berjumpa dengan orang yang beriman, mereka berkata, “Kami telah beriman.” Akan tetapi apabila mereka menyendiri dengan setan-setan (para pemimpin) mereka, mereka berkata, “Sesungguhnya kami bersama kamu, kami hanya pengolok-olok.”¹⁹

M. Quraish Shihab dalam tafsir al-Misbah menjelaskan sifat orang munafik yang tidak hanya sekedar berbohong dan menipu, tetapi lebih dari itu.²⁰ Orang munafik berpura-pura beriman apabila bertemu dengan orang yang beriman, dan apabila menyendiri atau bersama dengan orang kafir mereka akan mengatakan bahwa sesungguhnya kami tetap bersama kamu dan memperolok-olok agama Islam.

Perilaku menghina dan merendahkan orang lain yang digambarkan dalam ayat di atas memiliki kaitan yang erat dengan perilaku *gaslighting*. Salah satu hal yang sering dilakukan oleh pelaku *gaslighting* adalah menghina korban dengan cara yang halus sehingga membuat korban merasa tidak berharga, bahkan meragukan dirinya sendiri. Oleh karena itu, tindakan merendahkan seperti ini sejalan dengan perilaku manipulasi dalam *gaslighting*.

4. Berbohong Berulang (*Kazib*)

¹⁸ Khairul Azhar Meerangani et al., “Gejala Al-Sukhriyyah Dalam Media Sosial: Analisis Menurut Perspektif Islam,” *Sains Insani*, 2022, 49–55, <https://doi.org/10.33102/sainsinsani.volno.446>.

¹⁹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 14.

²⁰ M Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Quran Surah al-Fatihah-Surah al-Baqarah, Tafsir al-Misbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 107-108.

Dikatakan bahwa secara umum kata *al-kazib* dipahami sebagai tindakan menyampaikan informasi yang tidak sesuai dengan kenyataan atau fakta sebenarnya, misalnya menyampaikan kabar tentang sesuatu yang sejatinya tidak terjadi. Dari kata *al-kazib* lalu terbentuk kata *al-kāzib* yang merujuk kepada *fā'il* (pelaku) atau *al-kazzab* (pembohong). Dengan demikian, *al-kazib* atau *al-kizb* dapat dimaknai sebagai tindakan menyampaikan sesuatu yang bertentangan dengan kenyataan yang sebenarnya telah diketahui oleh orang yang mengucapkannya.²¹ Berikut inilah ayat yang menggambarkan tentang *al-kazib* QS. al-Munāfiqūn/63:1, yakni:

إِذَا جَاءَكُمُ الْمُنْفَقُونَ قَالُوا نَشْهُدُ أَنَّا لَرَسُولُ اللَّهِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ أَنَّكُمْ لَرَسُولُهُ وَاللَّهُ يَشْهُدُ أَنَّ الْمُنْفَقِينَ لَكُذَّابُونَ

Terjemahnya:

Apabila orang-orang munafik datang kepadamu (Nabi Muhammad), mereka berkata, “Kami bersaksi bahwa engkau adalah benar-benar utusan Allah.” Allah mengetahui bahwa engkau benar-benar utusan-Nya. Allah pun bersaksi bahwa orang-orang munafik itu benar-benar para pendusta.²²

Surah ini turun di Madinah pada saat Nabi hijrah dari kota Mekkah ke Madinah, dan pada saat di Madinah banyak terdapat tempat kaum munafik yang pertama kali ditemukan, yaitu sosok tokoh yang bernama Abdullah bin Ubay bin Salul yang dijuluki dengan Abu Munafikin.²³

Quraish Shihab menjelaskan bahwa pada ayat pertama surah al-Munāfiqūn menyindir dan mengutuk perilaku Abdullah bin, dan juga semua orang munafik. Di sisi lain, diharapkan dengan menyindir, Abdullah bin Ubay akan menyadari

²¹ Rukman Abdul Rahman Said, “Berdusta Dalam Tinjauan Hadis,” *Al-Asas: Jurnal Ilmiah Ilmu Dasar Keislaman* 4, no. 1 (2020): 27–40.

²² Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 554.

²³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Jilid 14* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 242.

kesalahannya dan berusaha untuk memperbaiki diri.²⁴ Selain itu dijelaskan bahwa orang-orang munafik adalah pembohong yang di mana ucapan mereka tentang kerasulan Nabi Muhammad saw. adalah kebohongan.

Sedangkan dalam tafsir al-Azhar, Buya Hamka menjelaskan bahwa munafik merupakan orang yang lahir dengan pikiran atau hati dan mulutnya tidak sinkron.²⁵ Menurut Buya Hamka mereka adalah pembohong karena pengakuannya terhadap kerasulan Nabi tidak dari hati mereka. Bahkan mereka menolak sekeras-kerasnya kerasulan Nabi.

Kebohongan yang dilakukan berulang kali seperti yang dijelaskan dalam ayat dan tafsir di atas, merupakan salah satu ciri utama pelaku *gaslighting*. Pelaku *gaslighting* melakukan kebohongan untuk memanipulasi dan membingungkan korban agar korban meragukan dirinya sendiri. Hal ini juga mirip dengan sifat munafik yang berpura-pura berkata benar, padahal sebenarnya berdusta.

C. Contoh-Contoh *Gaslighting* dalam Kisah Al-Qur'an

Al-Qur'an memuat beragam peristiwa dan pengalaman emosional, baik yang disampaikan secara langsung maupun tersirat. Seluruh kisah tersebut berasal dari masa lampau dan mengandung nilai-nilai yang dapat dijadikan pelajaran berharga untuk kehidupan saat ini maupun di masa mendatang. Hal ini karena Al-Qur'an merupakan sumber kebenaran yang memiliki otoritas tinggi dalam ajaran dan keyakinan keagamaan.²⁶ Dalam Al-Qur'an, terdapat sejumlah ayat yang menggambarkan perilaku manipulatif menyerupai konsep *gaslighting* dalam

²⁴ Shihab, 243.

²⁵ Hamka, *Tafsir Al-Azhar Jilid 9*, 7496.

²⁶ Alim Sofiyan, "Interpretasi Ayat-Ayat Psikologi Dalam Surat Yusuf," *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Al-Hadits* 11, no. 2 (2019): 155–86, <https://doi.org/10.24042/aldozikra.v11i2.4395>.

psikologi modern. Perilaku ini umumnya ditandai dengan usaha untuk membingungkan, memutarbalikkan fakta, dan membuat pihak lain meragukan kebenaran atau persepsi mereka sendiri. Walaupun istilah "gaslighting" tidak disebut secara eksplisit, praktik yang serupa telah diabadikan dalam kisah-kisah dan peringatan Al-Qur'an. Berikut beberapa contohnya:

1. Firaun Memutarbalikkan Fakta terhadap Nabi Musa

Al-Qur'an mencatat banyak kekeliruan logika yang dilakukan oleh tokoh-tokoh di masa lampau, termasuk kesalahan berpikir dan berargumen yang dilakukan oleh Fir'aun dalam dialognya. Fir'aun tidak hanya kerap menyampaikan kebohongan yang disengaja dan direkayasa, tetapi juga menyampaikan narasi yang bersifat mitos, bersifat membujuk, dan jauh dari kenyataan. Strategi propagandanya yang sangat licik ini hanya akan berhasil apabila satu prinsip dasar terus dijaga, yaitu pengulangan. Kebohongan yang terus diulang oleh Fir'aun pada akhirnya dianggap sebagai suatu kebenaran oleh orang-orang di sekitarnya.²⁷ Berikut ayat tentang Firaun memutarbalikkan fakta terhadap Nabi Musa dalam QS. al-Qas'as}/28:38, yakni:

وَقَالَ فِرْعَوْنُ يَا يَاهَا الْمَلَأُ مَا عَلِمْتُ لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرِيْ فَأَوْقَدْ لِيْ يَهَامِنْ عَلَى الطِّينِ فَاجْعَلْ لِيْ صَرْحًا لَعِلِيْ أَطْلَعْ إِلَى إِلَهٍ مُؤْسِيْ وَإِنِيْ لَأَظُنْهُ مِنَ الْكَذِيْبِيْنَ

Terjemahnya:

Fir'aun berkata, "Wahai para pembesar, aku tidak mengetahui ada Tuhan bagimu selainku. Wahai Haman, bakarlah tanah liat untukku (untuk membuat batu bata), kemudian buatkanlah bangunan yang tinggi untukku agar aku

²⁷ Asep Muharam, "Dialog Eristis dan Falasi Logis (Analisis Dialog Musa as Dan Firaun Dalam Surat Al-Syu'a'rÄ [26]: 16-29)," Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir 7, no. 02 (2022): 173–90.

dapat naik melihat Tuhannya Musa! Sesungguhnya aku yakin bahwa dia termasuk para pendusta.”²⁸

Sayyid Qutb menjelaskan bahwa pernyataan Fir'aun yang mengatakan bahwa “Aku tidak mengetahui ada Tuhan bagimu selainku” merupakan perkataan yang sangat buruk dan kafir yang kemudian diterima oleh pembesar kerajaannya dengan pengakuan dan penerimaan. Fir'aun menguatkan hal itu dengan menggunakan legenda-legenda yang berkembang pada saat itu di Mesir, yang berupa penisbatan silsilah keturunan para raja kepada para dewa. Setelah itu, Fir'aun menggunakan kekuasaan yang menekan dan tidak membiarkan kepala untuk berpikir serta lidah untuk berbicara. Padahal mereka melihat Fir'aun sebagai manusia biasa yang juga hidup dan mati. Setelah itu, Fir'aun mencemooh Nabi Musa dan meragukan kebenarannya. Namun, bersama keraguan itu Fir'aun berusaha mencari sehingga sampai kepada kebenaran, “Sesungguhnya aku yakin bahwa dia termasuk para pendusta”.²⁹

Berdasarkan penafsiran Sayyid Quthb di atas, menunjukkan bahwa Fir'aun tidak hanya berbuat syirik karena menganggap dirinya Tuhan, tetapi juga melakukan manipulasi sosial dan psikologis yang menyesatkan rakyatnya. Fir'aun menggunakan legenda-legenda lama yang menyebut bahwa raja Mesir merupakan keturunan dewa agar rakyatnya semakin yakin bahwa Fir'aun layak untuk disembah. Rakyat tidak diberi ruang untuk berpikir dan berbicara, meski mereka tahu bahwa Fir'aun hanya manusia biasa yang bisa mati. Hal ini berkaitan dengan fenomena *gaslighting* yang memanipulasi orang lain sampai orang tersebut

²⁸ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 390.

²⁹ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Jilid 5: Di Bawah Naungan Al-Qur'an* (Jakarta: Gema Insani, 2000), 49.

meragukan kenyataan yang sebenarnya, seperti halnya Fir'aun yang membuat raga rakyatnya terhadap apa yang mereka tahu bahwa sebenarnya Fir'aun bukan Tuhan dan Nabi Musa merupakan pembawa kebenaran.

2. Kaum Munafik Menipu Orang Beriman

Orang-orang munafik menipu kaum beriman dengan berpura-pura menunjukkan keyakinan, padahal di dalam hati mereka tersembunyi sikap kufur. Tindakan tersebut dilakukan semata-mata untuk mencari celah dan rahasia yang tersembunyi di kalangan umat Islam, serta memecah belah hubungan antar sesama orang beriman agar saling bermusuhan. Sikap seperti ini mencerminkan perilaku tercela, karena pernyataan yang mereka lontarkan dipenuhi kebohongan. Dalam al-Qur'an sendiri, banyak kisah yang dapat dijadikan pelajaran (ibrah), yang mencerminkan akhlak terpuji dan dapat dijadikan teladan dalam membentuk kepribadian yang benar.³⁰ Sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Baqarah/2:8-10.

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَقُولُ أَمَّا بِاللَّهِ وَبِالْيَوْمِ الْآخِرِ وَمَا هُمْ بِمُؤْمِنِينَ يُخْدِعُونَ
اللَّهَ وَالَّذِينَ أَمْنَوْا وَمَا يَخْدِعُونَ إِلَّا أَنفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُونَ فِي قُلُوبِهِمْ
مَرَضٌ فَرَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ هُنَّ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

Terjemahnya:

Di antara manusia ada yang berkata, "Kami beriman kepada Allah dan hari Akhir," padahal sesungguhnya mereka itu bukanlah orang-orang mukmin. Mereka menipu Allah dan orang-orang yang beriman, padahal mereka hanyalah menipu diri sendiri tanpa mereka sadari.³¹

Quraish Shihab dalam tafsir al-Misbah menjelaskan bahwa ada dua kelompok manusia yang bukan orang bertakwa dan juga bukan orang kafir tetapi

³⁰ Hilman Hilmawarman, "Kepribadian Munafik Dan Dampak Psikologis Pelakunya Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tafsir QS. Al-Baqarah: 8-10 Dengan Pendekatan Ilmu Psikologi)" (IAIN Kediri, 2022).

³¹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 3.

orang-orang munafik. Orang-orang munafik adalah mereka yang ketika bergaul dengan orang-orang beriman dengan tujuan mendengar rahasia kaum muslimin kemudian membocorkannya kepada lawan, atau bergaul dengan tujuan menutupi kemunafikan mereka sehingga mereka terhindar dari sanksi yang dapat diberikan kepada mereka.³²

Sikap munafik dalam ayat di atas menunjukkan bentuk manipulasi psikologis, di mana seseorang menyembunyikan niat yang sebenarnya dan berpura-pura menjadi bagian dari kelompok tertentu. Hal ini sejalan dengan perilaku *gaslighting* karena pelaku mempermainkan kepercayaan orang lain, membuat bingung, dan pada akhirnya membuat korban meragukan kepercayaan dirinya sendiri.

3. Iblis Memanipulasi Adam dan Hawa

Iblis menyesatkan Adam dan Hawa dengan membujuk mereka agar memakan buah yang telah dilarang oleh Allah swt. Akibat tergoda oleh rayuan tersebut, keduanya melanggar perintah Allah.³³ Hal tersebut telah dijelaskan dalam QS. al-A'ra>f/7:20–21 beserta QS. T}a>ha>/20:120

فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَنُ قَالَ يَادُمْ هَلْ أَدْلُكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَا يَبْلِى

Terjemahnya:

Maka, setan membisikkan (pikiran jahat) kepadanya. Ia berkata, “Wahai Adam, maukah aku tunjukkan kepadamu pohon khului (keabadian) dan kerajaan yang tidak akan binasa?”³⁴

³² Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Quran Surah Al-Fatihah-Surah Al-Baqarah*, 99.

³³ Rachmad Kurniawan, “Manusia Pertama Dalam Sejarah Peradaban,” 2022.

³⁴ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 320.

Ibnu Katsir dalam tafsirnya menjelaskan bahwa iblis menggoda Nabi Adam secara terus menerus yaitu dengan pohon khuldi (pohon keabadian). Menurutnya, Iblis menipu Nabi Adam dengan berkata bahwa pohon khuldi akan memberikan kehidupan yang abadi, padahal itu adakah bentuk penyesatan yang nyata.³⁵

Berdasarkan penafsiran di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku iblis sejalan dengan fenomena *gaslighting* yakni manipulasi yang membuat seseorang meragukan persepsi dan kebenaran yang jelas. Iblis tidak memaksa melainkan menggoda dengan memberikan janji keabadian. Padahal sebenarnya, iblis menyamarkan niat jahat di balik kata-katanya yang terdengar manis.

4. Istri Al-Aziz Memutarbalikkan Fakta

Ketika Nabi Yusuf dihadapkan pada godaan dari istri al-Aziz yang tergilagila padanya karena ketampanannya, ia hampir saja terjerumus. Namun, berkat keimanannya yang kokoh dan prinsip tauhid yang kuat, ia teringat kepada Allah dan berhasil menghindari perbuatan dosa besar.³⁶ Penjelasan tersebut terdapat pada QS. Yusuf/12:25-28, yakni:

وَاسْتَبَقَ الْبَابَ وَقَدَّتْ قَمِيصَهُ مِنْ دُبْرٍ وَأَفْيَا سَيِّدَهَا لَدَّا الْبَابِ قَالَتْ مَا جَزَاءُ مَنْ أَرَادَ بِأَهْلِكَ سُوءًا إِلَّا أَنْ يُسْجَنَ أَوْ عَذَابٌ أَلِيمٌ قَالَ هِيَ رَأْوَدَتِنِي عَنْ نَفْسِي وَشَهَدَ شَاهِدٌ مِنْ أَهْلِهَا إِنْ كَانَ قَمِيصُهُ قُدَّ مِنْ قُبْلٍ فَصَدَقَتْ وَهُوَ مِنَ الْكَذِيْنَ وَإِنْ كَانَ قَمِيصُهُ قُدَّ مِنْ دُبْرٍ فَكَذَبَتْ وَهُوَ مِنَ الصُّدِّيقِينَ

³⁵ Abdullah bin Muhammad Alu Syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 6* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2017), 298.

³⁶ Nur Rihladhatul 'Aisy Sayoga, "Tipuan Istri Al-Aziz Terhadap Yusuf Pada Q.S Yusuf Ayat25 29,"2021, https://www.academia.edu/115472422/Kisah_Tipuan_Istri_Al_Aziz_Terhadap_Yusuf_Pada_Q_S_Yusuf_Ayat_25_29.

Terjemahnya:

Keduanya berlomba menuju pintu dan perempuan itu menarik bajunya (Yusuf) dari belakang hingga koyak dan keduanya mendapati suami perempuan itu di depan pintu. Dia (perempuan itu) berkata, “Apakah balasan terhadap orang yang bermaksud buruk terhadap istrimu selain dipenjarakan atau (dihukum dengan) siksa yang pedih?.” Dia (Yusuf) berkata, “Dia yang menggoda diriku.” Seorang saksi dari keluarga perempuan itu memberikan kesaksian, “Jika bajunya koyak di bagian depan, perempuan itu benar dan dia (Yusuf) termasuk orang-orang yang berdusta. Jika bajunya koyak di bagian belakang, perempuan itulah yang berdusta dan dia (Yusuf) termasuk orang-orang yang jujur.” Maka, ketika melihat bajunya (Yusuf) koyak di bagian belakang, dia (suami perempuan itu) berkata, “Sesungguhnya ini adalah tipu dayamu (hai kaum wanita). Tipu dayamu benar-benar hebat.³⁷

M. Quraish Shihab menggambarkan ayat ini sebagai bentuk konflik yang mengandung manipulasi dan upaya pemutarbalikkan fakta. Di mana pada saat itu, Nabi Yusuf berusaha menjauh dari godaan isteri al-‘Aziz. Karena tidak berhasil menggoda Nabi Yusuf, wanita itu kemudian menarik bajunya dari belakang hingga robek. Untuk menyelamatkan diri, wanita itu kemudian menuduh Nabi Yusuf agar Yusuf dihukum berat.³⁸

Ayat di atas menunjukkan bentuk pemutarbalikkan fakta yang dilakukan oleh istri al-‘Aziz. Wanita itu menuduh Nabi Yusuf berbuat jahat, padahal sebenarnya dirinya sendiri yang berbuat salah. Hal ini sejalan dengan perilaku *gaslighting* yaitu menyalahkan korban dan membuatnya terlihat bersalah.

³⁷ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 238.

³⁸ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 6*, (Jakarta: Lentera Hati 2002), 105.

BAB III

DAMPAK PERILAKU *GASLIGHTING*

A. *Gaslighting* Terhadap Emosional

Perilaku *gaslighting* dapat menimbulkan dampak yang besar terhadap hubungan interpersonal terutama dalam aspek komunikasi.¹ Salah satu dampak yang paling mudah dikenali dari perilaku *gaslighting* adalah munculnya gangguan pada kondisi emosional korban, di mana korban sering kali mengalami kebingungan, merasa tidak berdaya, dan mulai meragukan validitas perasaan serta pikirannya sendiri.

Emosional merupakan reaksi yang timbul akibat rangsangan baik dari lingkungan sekitar maupun dari dalam diri seseorang. Emosi terkait dengan perubahan fisik dalam tubuh serta proses berpikir. Oleh karena itu, emosi menjadi bagian penting dalam kehidupan manusia karena dapat mendorong perilaku yang positif, sekaligus berpotensi menimbulkan perilaku negatif.²

Pengertian emosional menurut KBBI adalah menyentuh perasaan. Sedangkan Hamzah B Uno menyatakan bahwasanya emosi dapat diartikan sebagai gabungan perasaan dan pikiran tertentu yang berdampak pada kondisi fisik dan psikologis seseorang, serta mendorongnya untuk melakukan suatu tindakan. Santrock juga memberikan penjelasan bahwa Emosi merupakan reaksi

¹ Devan, “Alisis Fenomena Gaslighting Dalamhubungan Pertemanan Pada Remaja Akhir,” 2024, 1–23.

² Zulkarnain Zulkarnain, “Emosional : Tinjauan Al-Qur’ān Dan Relevansinya Dalam Pendidikan,” *Tarbawy : Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2018): 183–97, <https://doi.org/10.32923/tarbawy.v5i2.836>.

perasaan yang timbul saat seseorang terlibat dalam situasi atau interaksi yang memiliki makna atau nilai penting bagi dirinya.³

Emosi adalah perpaduan dari berbagai perasaan yang memiliki intensitas cukup tinggi dan memicu gejolak dalam suasana batin. Emosi juga berkaitan dengan proses sosial yang seringkali bertentangan dengan harapan atau keinginan pribadi, sehingga dapat menimbulkan reaksi seperti kekecewaan hingga kemarahan. Jenis emosi seperti inilah yang umum dialami oleh manusia. Saat ini, gangguan emosional dan mental menjadi masalah yang serius karena dapat berdampak pada program kependudukan. Depresi dan gangguan kejiwaan dapat dialami oleh setiap individu dengan tingkat keparahan yang beragam. Kondisi ini tidak terbatas pada kelompok usia tertentu, melainkan dapat terjadi pada siapa saja, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa.⁴ Oleh karena itu, kesehatan emosional sangat penting. Hal ini mencakup kesadaran diri, penerimaan terhadap perasaan, serta kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif dalam menghadapi tantangan maupun dalam proses pengembangan diri.⁵

Dalam pandangan Islam, emosi merupakan bagian dari nafsu yang dianugerahkan oleh Allah swt. Keinginan ini membentuk karakter seseorang, bisa mengarahkannya menjadi pribadi yang baik atau buruk, bijaksana atau kasar, dermawan atau pemarah. Emosi juga dipahami sebagai perasaan yang muncul dan berlalu dalam waktu singkat, disertai reaksi psikologis dan fisiologis yang bersifat

³ Prof. Dr. Khadijah, M.Ag. "Urgensi Pengembangan Sosial Emosional Bagi Anak Usia Dini", (Medan: Cv. Merdeka Kreasi Group, 2024). Hal. 3.

⁴ Ferri Eko Wahyudi and Nur Mawakhira Yusuf, "Pengaruh Salat Bagi Kesehatan Mental the Effect of Prayer on Mental Health," *Al-Isyraq* 7, no. 3 (2024): 778–94.

⁵ Maria Qibtiyah, "Emosi Dalam Perspektif Al-Qur'an" (Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, 2023), https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/1393/1/Emosi_dalam_perspektif_al-Qur%27an - Maria Qibtiyah.pdf.

subjektif, seperti rasa senang, sedih, cinta, dan keberanian. Seluruh bentuk emosi dan ekspresinya adalah ciptaan Allah swt. yang ditetapkan sebagai bagian dari kesempurnaan manusia. Hal ini ditegaskan dalam QS. al-Najm/53:43-44.⁶

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَى هُوَ أَمَاتَ وَأَحْيَا

Terjemahnya:

Bawa sesungguhnya Dia-lah yang menjadikan orang tertawa dan menangis, bahwa sesungguhnya Dia-lah yang mematikan dan menghidupkan.⁷

Dalam konteks ini, *gaslighting* dapat memberikan dampak emosional yang signifikan, karena manipulasi psikologis semacam itu mampu mengacaukan perasaan, pikiran, bahkan kondisi mental korban, sehingga memengaruhi cara mereka berpikir, merasa, dan bertindak.

Sebagai akibat dari hal ini, berbagai dampak jangka panjang dapat muncul.⁸

1. Kepercayaan Diri yang Rendah

Korban *gaslighting* kerap diliputi rasa bersalah, karena pelaku sering memanipulasi narasi kejadian agar dirinya tampak tidak bersalah. Tindakan manipulatif ini membuat korban mempertanyakan kebenaran versinya sendiri. Akibatnya, seiring berjalannya waktu dan terus-menerus mengalami *gaslighting*, korban mulai kehilangan rasa percaya diri. Persepsi mereka terhadap diri sendiri menjadi semakin negatif, yang pada akhirnya membuat mereka merasa tidak kompeten, tidak waras, atau seperti tidak layak menjalin hubungan dengan orang

⁶ Prof. Dr. Khadijah, "Urgensi Pengembangan Sosial Emosional Bagi Anak Usia Dini", (Medan: Cv. Merdeka Kreasi Group, 2024). Hal. 25.

⁷ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 527.

⁸ Dr. Rizal Fadli, "Ini Bahaya Gaslighting Dalam Hubungan Bagi Kesehatan Mental," Relationship, accessed 3 July 2025, https://www.halodoc.com/artikel/ini-bahaya-gaslighting-dalam-hubungan-bagi-kesehatan-mental?srslid=AfmBOoqP1BHQah-7_2dj1EcWt84dzCvLZSuvcKUizsYysa07D_x6IfM.

lain. Dampak psikologis ini turut memengaruhi bagaimana mereka menilai diri secara keseluruhan, termasuk harga diri dan keyakinan akan kemampuan pribadi mereka.

Minimnya rasa percaya diri pada seseorang dapat menjadi hambatan besar dalam proses pengembangan potensi diri, karena individu tersebut cenderung meragukan kemampuannya dan enggan untuk mengambil langkah atau tantangan baru.⁹ Selain menurunnya rasa percaya diri, dampak lain yang juga sering muncul akibat gaslighting adalah gangguan psikologis yang lebih serius.

2. Gangguan Kecemasan dan Depresi

Korban *gaslighting* berisiko tinggi mengalami gangguan kecemasan atau depresi, terutama jika mengalami manipulasi ini secara berulang. Salah satu taktik yang kerap digunakan pelaku adalah membatasi akses korban ke dukungan sosial, seperti keluarga dan teman, guna mempertahankan kontrol atas korban. Isolasi sosial ini memperkuat rasa kesepian serta memperburuk kondisi psikologis seperti kecemasan dan depresi. Selain itu, korban bisa mulai meragukan niat orang lain di sekitarnya, yang memicu ketidakpastian terus menerus. Hal ini kemudian dapat menjadi sebuah gejala-gejala awal dari gangguan kecemasan.

Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang umumnya dialami oleh individu pada usia remaja hingga dewasa. Kondisi ini dapat dipicu oleh berbagai faktor lingkungan sekitar dan ditandai oleh sejumlah gejala, seperti

⁹ Dina Siti Rohmah, Wikanengsih Wikanengsih, and Muhamad Rezza Septian, “Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Siswa Kelas X Yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah Sma Asshiddiqiyah Garut,” *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)* 4, no. 1 (2021): 81, <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.6213>.

suasana hati yang murung, hilangnya minat atau rasa senang, menurunnya energi tubuh, serta gejala lainnya. Sedangkan Kecemasan merupakan kondisi emosional yang menimbulkan ketidaknyamanan, seperti rasa tertekan saat menghadapi atau membayangkan kesulitan sebelum hal tersebut terjadi. Keadaan ini ditandai oleh rangsangan fisiologis, rasa tegang yang tidak menyenangkan, perasaan khawatir atau waswas, serta rasa takut terhadap situasi tertentu.¹⁰ jika berlangsung terus-menerus dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan produktivitas, dan berdampak negatif pada kesehatan fisik maupun mental.

3. Ketergantungan Emosional Pada Pelaku

Seiring waktu, korban dapat mulai bergantung pada pelaku untuk menentukan apa yang benar, karena mereka telah kehilangan kepercayaan pada penilaian diri sendiri. Ketergantungan semacam ini justru memperkuat kendali pelaku, sehingga semakin sulit bagi korban untuk melepaskan diri dari hubungan tersebut.

Ketergantungan emosional adalah keadaan di mana seseorang sangat bergantung pada individu lain secara emosional, sehingga merasa kesulitan atau bahkan tidak mampu menjalani kehidupannya dengan baik tanpa adanya dukungan emosional dari orang tersebut.¹¹ Perasaan tersebut dapat mengakibatkan berkurangnya rasa percaya diri, hilangnya kemandirian, serta meningkatnya risiko terjebak dalam hubungan yang tidak sehat.

¹⁰ Nina Sevani and Silvia Silvia, “Web Deteksi Gangguan Kecemasan Dan Depresi,” *Ultimatics : Jurnal Teknik Informatika* 7, no. 1 (2015), <https://doi.org/10.31937/ti.v7i1.345>.

¹¹ Nur Irmayanti and Aironi Zuroidah, “Gambaran Ketergantungan Emosional Dan Harga Diri Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran: Sistematik Review,” *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 11, no. 2 (2024): 314–32, <https://doi.org/10.35891/jip.v11i2.5456>.

B. Dampak *Gaslighting* Terhadap Kekerasan Psikis

Kekerasan merupakan bentuk perilaku atau tindakan yang menyimpang dan dapat digolongkan sebagai tindak kejahatan. Kekerasan dapat diartikan sebagai perbuatan yang mengakibatkan cedera, luka, trauma, bahkan kematian pada seseorang, serta menimbulkan kerusakan atau kerugian, baik secara fisik maupun dalam bentuk lainnya.¹² Kekerasan juga sering terjadi di mana-mana dan sudah ada sejak lama, bahkan sejak awal peradaban manusia. Artinya, kekerasan sudah dikenal dan dilakukan manusia di berbagai tempat dan waktu, dalam berbagai bentuk dan situasi. Sepanjang sejarah, manusia sering mengalami atau menyaksikan kekerasan, baik secara langsung maupun tidak langsung.¹³

Istilah kekerasan merujuk pada suatu perilaku yang dapat bersifat terbuka maupun tersembunyi, serta dapat dilakukan secara menyerang atau sebagai bentuk pertahanan diri, yang melibatkan penggunaan kekuatan terhadap orang lain. Menurut beberapa ahli, kekerasan didefinisikan sebagai tindakan yang menyebabkan kerusakan, baik secara fisik maupun psikologis. Karena kekerasan ini bertentangan dengan hukum, maka tindakan tersebut dianggap sebagai suatu bentuk kejahatan.¹⁴

Menurut United Nations (UN) kekerasan merupakan tindakan menggunakan kekuatan fisik atau ancaman penggunaan kekuatan fisik terhadap

¹² Hayani Wulandari and Silvi Pratiwi Maharani, “Perilaku Kekerasan Mempengaruhi Faktor Kepribadian Anak,” *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 9, no. 16 (2023): 355–62.

¹³ Yusnali - Budianti and Haidir Haidir, “Radikalisme Dalam Pendidikan (Studi Analisis Terhadap Isu-Isu Kontemporer),” *Edu-Riligi: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam Dan Keagamaan* 6, no. 2 (2022): 144–66, <https://doi.org/10.47006/er.v6i2.10969>.

¹⁴ Dadang Iskandar, “Upaya Penanggulangan Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga,” *Yustisi* 3, no. 2 (2016): 13–22, <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/lawreform/article/viewFile/312/217>.

diri sendiri, orang lain, kelompok, atau komunitas, yang dapat menimbulkan dampak atau risiko terhadap kesehatan. Dampak tersebut dapat berupa cedera, kematian, gangguan psikologis, atau hambatan dalam perkembangan yang normal.¹⁵ Kekerasan termasuk tindakan yang sengaja dilakukan seseorang kepada orang lain dengan tujuan untuk menimbulkan rasa sakit atau penderitaan, baik secara fisik maupun secara psikis.¹⁶

Kekerasan psikis lebih banyak menyebabkan gangguan pada perasaan atau kondisi mental seseorang. Dampaknya bisa berupa rasa takut, hilangnya kepercayaan diri, kesulitan untuk bertindak, hingga merasa tidak berdaya. Menentukan dan membuktikan bahwa seseorang menjadi korban kekerasan psikis bukanlah hal yang mudah, karena tekanan mental biasanya tidak muncul dalam waktu singkat. Orang yang mengalami tekanan psikis umumnya sudah melalui berbagai perlakuan buruk yang terus-menerus dan berlangsung lama.

Berbeda dengan kekerasan fisik atau seksual yang dapat terlihat secara langsung melalui luka atau memar, kekerasan psikis tidak tampak secara fisik. Seseorang yang menjadi korban kekerasan fisik atau seksual hampir pasti juga mengalami tekanan psikis. Namun, seseorang yang mengalami kekerasan psikis belum tentu mengalami kekerasan fisik atau seksual.¹⁷

¹⁵ Dian Pratomo S.Pd., “Pengertian Kekerasan Menurut Para Ahli: Mengupas Sisi Gelap Manusia,” accessed 3 July 2025, https://tambahpinter.com/pengertian-kekerasan-menurut-para-ahli/?utm_source=chatgpt.com.

¹⁶ Alycia Sandra Dina Andhini and Ridwan Arifin, “Analisis Perlindungan Hukum Terhadap Tindak Kekerasan Pada Anak Di Indonesia,” *Ajudikasi : Jurnal Ilmu Hukum* 3, no. 1 (2019): 41, <https://doi.org/10.30656/ajudikasi.v3i1.992>.

¹⁷ Erwin Asmadi, “Peran Psikiater Dalam Pembuktian Kekerasan Psikis Pada Korban Tindak Pidana Kekerasan Dalam Rumah Tangga,” *De Lega Lata: Jurnal Ilmu Hukum* 3, no. 1 (2018): 39–51, <https://doi.org/10.30596/dll.v3i1.3136>.

Kekerasan psikis adalah bentuk tekanan yang bertujuan untuk melemahkan kemampuan mental dan fungsi berpikir seseorang. Kemudian Kekerasan psikis suatu bentuk kekerasan yang dilakukan dengan cara menghina, merendahkan, mencela, atau mengucapkan kata-kata yang menyakitkan. Tindakan ini bisa melukai perasaan, merusak harga diri, mengurangi rasa percaya diri, dan membuat seseorang merasa rendah, lemah, tidak berharga, bahkan tidak berdaya.¹⁸ Dampak dari kekerasan psikis tidak hanya dirasakan secara emosional sesaat, tetapi juga dapat berlanjut menjadi gangguan psikologis yang lebih serius.

Seseorang yang mengalami gangguan jiwa, jika ditinjau dari aspek psikologis, berarti sedang mengalami gangguan dalam fungsi kejiwaannya, baik dari sisi rasional maupun emosional, yang terjadi di luar batas normal dan tanpa disadari. Kekerasan psikis dapat menjadi pemicu munculnya gangguan jiwa ringan, seperti gangguan kepribadian, masalah mental, tekanan emosional, stres ringan, perasaan tidak aman, depresi, hingga reaksi emosional berlebihan seperti hysteria.¹⁹ Emosional dan psikis sama-sama terkait dengan kejiwaan, tetapi emosional lebih pada reaksi perasaan sesaat, sedangkan psikis mencakup kondisi jiwa secara luas termasuk pikiran, emosi, kesadaran, dan kepribadian.

C. Dampak Gaslighting Terhadap Sosial

Istilah “sosial” berasal dari bahasa Latin yaitu *socius*, yang berarti berteman atau bermasyarakat. Sosial dalam arti umum sebagai kemasyarakatan

¹⁸ M. Ilham and P. Handoyo, “Kekerasan Guru Terhadap Siswa: Studi Fenomenologi Tentang Bentuk Kekerasan Guru Dan Legitimasi Penggunaannya,” *Jurnal Paradigma* 1, no. 3 (2013): 1–4, <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/viewFile/3913/6456>.

¹⁹ Asmadi, “Peran Psikiater Dalam Pembuktian Kekerasan Psikis Pada Korban Tindak Pidana Kekerasan Dalam Rumah Tangga.” *De Lega Lata: Jurnal Ilmu Hukum*, (2018)

sedangkan dalam arti sempit mengutamakan kepentingan bersama atau masyarakat. Definisi sosial memang memiliki makna yang luas. Secara umum, sosial dapat diartikan sebagai segala hal yang berkaitan dengan masyarakat, atau sebagai sikap dan perilaku yang mencerminkan kehidupan bermasyarakat secara umum.²⁰ Pengertian sosial menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) ialah suatu yang berkenaan dengan masyarakat. Gaslighting dapat memberikan dampak yang sangat buruk terhadap kesehatan mental, emosional, dan kehidupan sosial korban. Berikut adalah beberapa dampak utama dari gaslighting terhadap kehidupan sosial.²¹

1. Kebingungan dan Perasaan Terisolasi

Gaslighting menyebabkan korban meragukan persepsi dan ingatan mereka sendiri, yang sering kali menimbulkan kebingungan. Akibatnya, korban merasa sendirian dan terisolasi karena takut tidak dipercaya oleh orang lain. Rasa takut ini membuat mereka menarik diri dari lingkungan sosial dan enggan berbagi pengalaman yang mereka alami.

2. Rasa Takut dan Insecure Berlebihan

Korban gaslighting sering hidup dalam ketakutan, baik karena takut membuat kesalahan maupun takut direndahkan. Kondisi ini bisa menimbulkan rasa tidak aman (*insecure*) yang mendalam, hingga membuat mereka ragu dan takut untuk mengambil keputusan.

²⁰ Renaldi Amiman, Benedicta Mokalu, and Selvi Tumengkol, “Peran Media Sosial Facebook Terhadap Kehidupan Masyarakat Di Desa Lalue Kecamatan Essang Kabupaten Kepulauan Talaud,” *Journal Ilmiah Society* 2, no. 3 (2022): 1–9.

²¹ Gea Yustika, “Gaslighting Dalam Hubungan: Ciri, Dampak, Dan Cara Mengatasinya,” *Kesehatan Mental*, accessed 3 July 2025, <https://www.orami.co.id/magazine/gaslighting/>

3. Kehilangan Arah dan Jati Diri

Akibat manipulasi yang berlangsung terus-menerus, korban sering kali mulai meragukan jati diri mereka sendiri mereka tidak lagi yakin dengan apa yang mereka suka, apa yang mereka inginkan, atau apa yang mereka yakini benar. Dalam jangka panjang, hal ini dapat menyebabkan mereka merasa kehilangan arah dalam menjalani hidup, seolah-olah terputus dari identitas dan tujuan pribadi yang sebelumnya mereka miliki.

4. Sulit Menjalin Hubungan Baru

Setelah menjadi korban *gaslighting*, seseorang sering kali mengalami kesulitan untuk kembali mempercayai orang lain atau membangun hubungan baru. Rasa takut bahwa pengalaman manipulatif serupa akan terulang membuat mereka enggan membuka diri dan bersikap waspada terhadap siapa pun. Dampak psikologis dari *gaslighting* bisa sangat dalam, terutama jika berlangsung dalam waktu lama, dan dapat mengikis rasa aman serta kepercayaan diri. Proses pemulihan dari luka ini biasanya tidak instan dibutuhkan waktu, dukungan dari lingkungan yang sehat, dan terkadang bantuan profesional untuk membangun kembali kepercayaan diri serta menjaga kesehatan mental.

BAB IV

BENTUK LARANGAN DAN SOLUSI AL-QUR’AN UNTUK MENCEGAH DAN MENGATASI *GASLIGHTING*

A. Larangan al-Qur’an untuk Mengatasi *Gaslighting*

Gaslighting adalah bentuk manipulasi psikologis yang menyebabkan korban meragukan persepsi, ingatan, atau kewarasannya sendiri. Istilah ini dikenal luas dalam psikologi sebagai bentuk kekerasan emosional yang berlangsung secara berulang dan sistematis.¹ Dalam konteks relasi beragama, *gaslighting* kerap dilakukan dengan menyisipkan narasi-narasi spiritual yang tampak edukatif, padahal sebenarnya bersifat menindas dan melemahkan otonomi spiritual korban.

Al-Qur’an secara tegas telah melarang berbagai bentuk perilaku yang serupa dengan *gaslighting*. Seperti larangan berbuat zalim, larangan berdusta, larangan menyalahgunakan agama untuk kepentingan pribadi, serta larangan berbuat kerusakan dan menyebarkan ketakutan. Hal ini merupakan pola-pola yang sering ditemukan dalam perilaku *gaslighting*.

Dengan menelusuri ayat-ayat al-Qur’an yang melarang berbagai bentuk perilaku *gaslighting*, dapat dipahami bahwa Islam menekankan pentingnya kejujuran, keadilan, dan perlindungan terhadap hak-hak psikologis individu. Oleh karena itu, berikut akan dijelaskan bentuk-bentuk larangan al-Qur’an dalam mengatasi *gaslighting* yang diperkuat dengan tafsir para ulama.

¹ Saskara, Ulio, and Anggriawan, “Perilaku Gaslighting Parenting Terhadap Perkembangan Psikologi Anak Usia Dini.”

1. Larangan Berbuat Zalim (Kezaliman Psikologis)

Gaslighting dalam realitasnya sering kali tidak dikenali sebagai bentuk kezaliman karena berlangsung secara halus, tersembunyi, dan terstruktur. Pelaku biasanya membungkus niat manipulatifnya dengan bahasa yang seolah-olah peduli atau membimbing, padahal sebenarnya sedang menekan dan mengendalikan korban secara emosional. Hal ini semakin berbahaya apabila dilakukan oleh tokoh yang memiliki pengaruh dalam lingkungan keagamaan, sebab korban cenderung merasa bersalah jika menolak, serta takut dianggap durhaka atau melawan ajaran agama. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa dalam Islam, kezaliman tidak terbatas pada kekerasan fisik semata, tetapi juga bisa terjadi melalui perkataan, tekanan psikologis, dan penyalahgunaan kuasa,² sebagaimana yang banyak terjadi dalam praktik *gaslighting*.

Islam menolak segala bentuk kezaliman karena bertentangan dengan nilai keadilan dan kemanusiaan yang dijunjung tinggi dalam ajarannya. Kezaliman (*zulm*) dalam Al-Qur'an sendiri merupakan salah satu dosa besar yang berkaitan langsung dengan pelanggaran terhadap hak Allah swt.³ maupun hak sesama manusia. Ibn Manzhur dalam *Lisan al-'Arab* menjelaskan bahwa *zulm* adalah "meletakkan sesuatu tidak pada tempatnya", baik dalam bentuk perkataan, tindakan, maupun niat tersembunyi. Dalam konteks *gaslighting*, bentuk kezaliman ini termasuk dalam kategori *zulm nafsi* atau kezaliman

² Maizuddin, *Perspektif Al-Qur'an Tentang Manusia Dan Kezaliman* (Banda Aceh: Fakultas Ushuluddin Universitas Islam (UIN) Ar-Raniry, 2014). 53.

³ Maizuddin, *Perspektif Al-Qur'an Tentang Manusia Dan Kezaliman*, 31.

terhadap jiwa orang lain, yang mengakibatkan kerusakan psikologis dan spiritual.

Gaslighting dalam perspektif Islam dapat dipahami sebagai bentuk kekerasan non-fisik yang menyasar aspek psikologis seseorang, membuat korban kehilangan orientasi, kepercayaan diri, dan bahkan keyakinan spiritualnya. Dalam banyak kasus, pelaku *gaslighting* menyusupkan rasa bersalah yang dalam pada korban dengan memutarbalikkan fakta, menuduh tanpa dasar, atau menciptakan ilusi kebenaran yang berpihak pada pelaku.⁴ Ketika hal ini terjadi dalam konteks keagamaan, maka korban tidak hanya mengalami luka batin, tetapi juga terancam meninggalkan keyakinan karena trauma terhadap figur atau institusi keagamaan yang menyalahgunakan otoritasnya.

Relasi sosial dalam keagamaan, fenomena ini kerap tidak dikenali sebagai kekerasan karena dibungkus dalam narasi moral atau dakwah. Padahal dalam perspektif Qur'ani, setiap bentuk dominasi yang merendahkan martabat individu merupakan bentuk kezaliman yang ditolak.⁵ Al-Qur'an sebagai sumber utama ajaran Islam mengandung berbagai prinsip moral dan etika yang secara langsung maupun tidak langsung menolak segala bentuk manipulasi psikologis. Salah satu prinsip utama dalam al-Qur'an adalah larangan berbuat zalim.

Kezaliman dalam konteks ini tidak hanya terbatas pada kekerasan fisik atau penindasan ekonomi, tetapi juga mencakup kezaliman psikologis yang

⁴ Misra Reina Aulia Revi, "Religious Gaslighting Dalam Komunitas Muslim: Kritik Pendidikan Islam Terhadap Manipulasi Psikologi Atas Nama Agama," *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Islam* 4 (2024): 150.

⁵ Maizuddin, *Perspektif Al-Qur'an Tentang Manusia Dan Kezaliman*. 54

merampas hak individu untuk merasa aman, dihargai, dan dimengerti.

Gaslighting termasuk dalam kategori ini karena pelaku berupaya menanamkan keraguan terhadap persepsi, emosi, dan akal korban.⁶ Al-Qur'an secara konsisten mengecam segala bentuk kezaliman, baik dalam bentuk kekerasan fisik, verbal, maupun psikologis. Hal ini ditegaskan dalam berbagai ayat, termasuk dalam QS. al-Mā'idah/5: 8:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُوْنُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقُسْطِ وَلَا يَجْرِي مَنْكُمْ شَنَآنٌ
قَوْمٌ عَلَىٰ آلَّا تَعْدِلُوا إِنَّمَا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَأَنَّوْا اللَّهَ أَنَّ اللَّهَ خَيْرٌ بِمَا
تَعْمَلُونَ

Terjemahnya:

"Dan janganlah kebencianmu terhadap suatu kaum mendorong kamu untuk berlaku tidak adil. Berlaku adillah, karena adil itu lebih dekat kepada takwa."⁷

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat di atas mengajarkan bahwa keadilan adalah kewajiban yang tidak dapat diganggu gugat, bahkan dalam keadaan penuh konflik emosional.⁸ Maka, penggunaan otoritas agama untuk membungkam atau menekan pihak lain atas nama pendidikan, nasihat, atau amar makruf, dapat menjadi bentuk kezaliman terselubung jika dilakukan secara tidak adil dan manipulatif.

Gaslighting mengikis integritas spiritual dan menghancurkan rasa percaya diri korban, yang dalam jangka panjang dapat mengakibatkan trauma religius.⁹ Perilaku ini juga dapat melanggengkan kekuasaan yang opresif,

⁶ Devan Satya Nugraha, "Analisis Fenomena Gaslighting Dalam Hubungan Pertemanan Pada Remaja Akhir (Studi Fenomenologi)." 24.

⁷ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 108.

⁸ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 74.

⁹ Reina Aulia Revi, "Religious Gaslighting Dalam Komunitas Muslim: Kritik Pendidikan Islam Terhadap Manipulasi Psikologi Atas Nama Agama." 67.

menutup ruang dialog, dan memperkeruh citra agama yang seharusnya membawa rahmat dan pembebasan.

Imam al-Ghazali dalam *Iḥyā’ ʻUlūm al-Dīn* menyatakan bahwa kerusakan terbesar dari seorang alim bukan terletak pada ilmunya, melainkan pada kesombongannya dalam menggunakan ilmu untuk menjatuhkan orang lain.¹⁰ Ketika seseorang menjadikan posisi keagamaan sebagai alat untuk mengintimidasi dan mengontrol orang lain, maka ia telah melakukan kezaliman yang halus tetapi berbahaya. Oleh karena itu, larangan berbuat zalim dalam al-Qur'an harus dipahami sebagai panggilan untuk menjaga integritas relasi sosial dan spiritual agar senantiasa berpihak pada kasih sayang, empati, dan keadilan.

Dengan demikian, al-Qur'an secara eksplisit menolak *gaslighting* sebagai bentuk kezaliman psikologis, sekaligus menawarkan prinsip moral untuk membangun relasi sosial yang adil, empatik, dan egaliter.

2. Larangan Berdusta dan Memutarbalikkan Fakta

Gaslighting merupakan bentuk kebohongan sistematis yang dirancang untuk menimbulkan keraguan dan kebingungan dalam pikiran korban.¹¹ Pelaku sering kali menyangkal fakta, memanipulasi peristiwa, atau bahkan menyalahkan korban agar terlihat sebagai penyebab masalah. Dalam Islam, berdusta adalah dosa besar yang merusak integritas pribadi sekaligus hubungan sosial dan spiritual.

¹⁰ Abu Hamid Al-Ghazali, *Iḥyā’ ʻUlūmuddin*, Terj. H. A. Afifuddin Muhamid, (Jakarta: Pusat Azzam, 2002). 67.

¹¹ Fitria Assyifa, “Makna Al-Kādzib Dalam Al- Qur'an Dan Kontekstualisasinya Terhadap Effect Filter Pada Gambar Di Sosial Media” (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2024), <https://repository.uin-suska.ac.id/82000/>.

Al-Qur'an mengecam keras praktik pencampuran antara kebenaran dan kebatilan, sebagaimana ditegaskan dalam QS. al-Baqarah/2: 42:

وَلَا تَلِسُوا الْحَقَّ بِالْبَاطِلِ وَتَكْثُمُوا الْحَقَّ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ

Terjemahnya:

“(Janganlah kamu campuradukkan kebenaran dengan kebatilan) dan (jangan pula) kamu sembunyikan kebenaran, sedangkan kamu mengetahui(-nya).”¹²

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat di atas merupakan peringatan keras kepada orang-orang yang dengan sengaja menyembunyikan kebenaran demi keuntungan pribadi.¹³ Dalam praktiknya, pelaku *gaslighting* sering kali menggunakan narasi atau dalil agama untuk menutupi kebenaran dan menanamkan keraguan dan rasa bersalah kepada korban.

Penting untuk dipahami bahwa kejujuran bukan hanya soal menyampaikan kebenaran, tetapi juga tentang menjaga amanah sosial dan spiritual dalam relasi interpersonal. Ketika seseorang memutarbalikkan fakta untuk menjatuhkan orang lain, ia tidak hanya berdusta, tetapi juga telah merusak tatanan moral yang menjadi dasar bagi kehidupan beragama. Dalam konteks *gaslighting*, dusta menjadi alat untuk mengontrol, mengasingkan, dan menundukkan korban.¹⁴ Oleh karena itu, Islam tidak hanya mengutuk kebohongan dalam bentuknya yang eksplisit, tetapi juga yang terselubung dan berulang seperti dalam praktik *gaslighting*.

¹² Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 4.

¹³ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 179.

¹⁴ Fiqhiyatun Naja and Nanik Khalifah, “Bias Konfirmasi Terhadap Perilaku Berbohong,” *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 7, no. 1 (2020): 21–40, <https://doi.org/10.35891/jip.v7i1.1953>.

Al-Qur'an juga menyebutkan bahwa Allah swt. Tidak akan memberikan petunjuk kepada orang-orang yang berdusta. Dalam QS. Ghafir/40: 28:

وَقَالَ رَجُلٌ مُؤْمِنٌ مِنْ أَلِ فِرْعَوْنَ يَكْتُمُ إِيمَانَهُ أَتَقْتُلُونَ رَجُلًا أَنْ يَقُولَ رَبِّيَ اللَّهُ وَقَدْ جَاءَكُمْ بِالْبَيِّنَاتِ مِنْ رَبِّكُمْ وَإِنْ يَكُنْ كَذِبًا فَعَلَيْهِ كَذِبُهُ وَإِنْ يَكُنْ صَادِقًا يُصِبِّكُمْ بَعْضُ الَّذِي يَعِدُكُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي مَنْ هُوَ مُسْرِفٌ كَذَّابٌ

Terjemahnya:

"Seorang laki-laki mukmin dari keluarga Fir'aun yang menyembunyikan imannya berkata, "Apakah kamu akan membunuh seseorang karena dia berkata, 'Tuhanmu adalah Allah.' Padahal, sungguh dia telah datang kepadamu dengan membawa bukti-bukti yang nyata dari Tuhanmu. Jika dia seorang pendusta, dia adalah yang akan menanggung (dosa) dustanya itu, dan jika dia seorang yang benar, niscaya sebagian (bencana) yang diancamkan kepadamu akan menimpamu. Sesungguhnya Allah tidak memberi petunjuk kepada orang yang melampaui batas lagi pendusta."¹⁵

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat di atas menunjukkan manipulasi kognitif yang menciptakan persepsi palsu adalah bentuk kebohongan yang dilaknat dalam Islam dan menjadi penghalang datangnya hidayah.¹⁶ Oleh karena itu, *gaslighting* merupakan praktik yang tidak hanya merusak relasi sosial, tetapi juga menjauhkan manusia dari nilai-nilai ilahiah yang berlandaskan kejujuran dan keadilan.¹⁷

3. Larangan Menyalahgunakan Agama Untuk Kepentingan Pribadi

Salah satu bentuk paling serius dari *religious gaslighting* adalah penyalahgunaan ayat-ayat suci dan ajaran agama untuk membenarkan tindakan yang sebenarnya bertentangan dengan prinsip-prinsip kebenaran dan keadilan

¹⁵ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 470.

¹⁶ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir QS Ghafir* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 497.

¹⁷ Yustika, "Gaslighting Dalam Hubungan: Ciri, Dampak, Dan Cara Mengatasi." 55.

dalam Islam.¹⁸ Dalam praktiknya, pelaku menggunakan legitimasi agama bukan untuk mendidik atau membimbing, melainkan untuk menekan, mengendalikan, atau menakut-nakuti korban demi mendapatkan keuntungan pribadi, baik dalam bentuk kekuasaan, otoritas, harta, maupun kepatuhan mutlak. Ini merupakan bentuk eksploitasi yang sangat berbahaya, karena mencampuradukkan antara kebenaran wahyu dan hawa nafsu manusia.

Dalam al-Qur'an, Allah swt. memberikan peringatan yang sangat keras terhadap semacam ini. Allah swt. berfirman dalam QS. al-Baqarah/2: 41:

وَأَمِنُوا بِمَا أَنْزَلْتُ مُصَدِّقًا لِّمَا مَعَكُمْ وَلَا تَكُونُوا أَوَّلَ كَافِرٍ بِهِ ۖ وَلَا تَشْتَرُوا بِأَيْتِي ۗ ثَمَنًا قَلِيلًا ۖ وَلَا يَأْتِي فَاتَّقُونَ

Terjemahnya

"Berimanlah kamu kepada apa (al-Qur'an) yang telah Aku turunkan sebagai pemberi arah bagi apa yang ada pada kamu (Taurat) dan janganlah kamu menjadi orang yang pertama kafir kepadanya. Janganlah kamu menukar ayat-ayat-Ku dengan harga murah dan bertakwalah hanya kepada-Ku."¹⁹

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat di atas menunjukkan dua larangan utama: pertama, menolak kebenaran hanya karena bertentangan dengan kepentingan pribadi; dan kedua, memperjualbelikan ayat-ayat Allah swt. dengan "harga murah" yakni menukar nilai-nilai ilahi demi keuntungan duniawi.²⁰ Ungkapan "harga murah" dalam konteks ini tidak hanya menunjuk pada imbalan materi, tetapi juga mencakup segala bentuk keuntungan duniawi

¹⁸ Rukman Abdul Rahman Said, "Berdusta Dalam Tinjauan Hadis," *Al-Asas: Jurnal Ilmiah Ilmu Dasar Keislaman* 4, no. 1 (2020): 27–40.

¹⁹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 7.

²⁰ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 176.

yang sifatnya sementara, seperti jabatan, pengaruh, atau kedudukan sosial.²¹

Lebih lanjut, dalam QS. al-Baqarah/2: 79 ditegaskan bahwa:

فَوَيْلٌ لِّلَّذِينَ يَكْتُبُونَ الْكِتَبَ بِأَيْدِيهِمْ ثُمَّ يَقُولُونَ هَذَا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ لِيَشْتَرُوا
بِهِ ثَمَنًا قَلِيلًا فَوَيْلٌ لَّهُمْ مِمَّا كَتَبْتُ أَيْدِيهِمْ وَوَيْلٌ لَّهُمْ مِمَّا يَكْسِبُونَ

Terjemahnya:

“Celakalah orang-orang yang menulis kitab dengan tangan mereka (sendiri), kemudian berkata, “Ini dari Allah,” (dengan maksud) untuk menjualnya dengan harga murah. Maka, celakalah mereka karena tulisan tangan mereka dan celakalah mereka karena apa yang mereka perbuat.”²²

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat di atas menyindir keras para ahli kitab yang mengubah atau merekayasa wahyu, lalu mengklaim bahwa itu berasal dari Allah swt. semata-mata untuk memperoleh keuntungan tertentu.²³

Dalam konteks modern, perilaku ini sangat relevan dengan praktik-praktik manipulatif di mana seseorang mengutip ayat secara parsial, mengeluarkannya dari konteks, atau bahkan menambahkan tafsir yang menyimpang untuk memperkuat posisi atau kepentingan dirinya.²⁴

Penyalahgunaan agama menodai citra Islam sebagai agama kasih sayang dan pembebasan. Dalam sejarahnya, Islam datang untuk memerdekaan manusia dari belenggu kesewenang-wenangan, bukan untuk menindas.²⁵ Maka dari itu, setiap upaya menggunakan agama untuk memperkuat dominasi atas orang lain, apalagi dengan cara memanipulasi kondisi emosional dan spiritual korban, adalah bentuk pelanggaran terhadap misi kenabian itu sendiri. Islam

²¹ M Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 6* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 390-391.

²² Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 12.

²³ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 229.

²⁴ Fitria Assyifa, “Makna Al-Kâdzib Dalam Al- Qur'an Dan Kontekstualisasinya Terhadap Effect Filter Pada Gambar Di Sosial Media” (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2024), <https://repository.uin-suska.ac.id/82000/>.

²⁵ Abu Hamid al-Ghazali, *Ihya 'Ulumuddin*. 70-71.

mengajarkan bahwa ilmu dan kewenangan agama adalah amanah, bukan alat untuk memperoleh pengaruh atau keuntungan duniawi.

Praktik dalam *gaslighting* berbasis agama, pelaku sering kali menggunakan otoritas keagamaan atau simbol-simbol religius untuk memperkuat pengaruhnya atas korban.²⁶ Misalnya, ia mungkin menyebut ketaatan kepada dirinya sebagai bagian dari ketaatan kepada Allah swt. atau ia mengklaim bahwa kritik terhadapnya adalah bentuk “melawan agama.” Dalam relasi seperti ini, agama bukan lagi menjadi sumber cahaya (*nur*), tetapi menjadi alat kegelapan yang menyesatkan. Ini merupakan bentuk pengkhianatan spiritual yang sangat berat karena mencemari kemurnian ajaran Ilahi dengan motif duniawi.

Praktik semacam ini juga termasuk dalam bentuk *istikbar* (kesombongan) dan *tazayyun* (memoles kebatilan agar tampak benar), yang keduanya secara tegas dikecam dalam banyak ayat al-Qur'an. Dalam al-Qur'an, manipulasi agama untuk dominasi pribadi termasuk dalam kezaliman spiritual (*zulm ruhani*) yaitu penindasan yang tidak hanya merugikan orang lain di dunia, tetapi juga membahayakan keselamatan akhirat pelaku dan korbannya.

Dengan demikian, larangan menyalahgunakan agama dalam Islam tidak hanya merupakan peringatan terhadap penyimpangan moral, tetapi juga upaya menjaga kesucian wahyu dari unsur-unsur manipulatif. Seorang Muslim yang

²⁶ Reina Aulia Revi, “Religious Gaslighting Dalam Komunitas Muslim: Kritik Pendidikan Islam Terhadap Manipulasi Psikologi Atas Nama Agama.” 151.

beriman seharusnya menjadikan wahyu sebagai cahaya untuk menerangi jalan hidup, bukan sebagai alat untuk menguasai dan menekan sesama manusia.

4. Larangan Membuat Kerusakan dan Menyebar Ketakutan

Gaslighting, meskipun tidak meninggalkan luka fisik yang terlihat, merupakan bentuk kekerasan psikologis yang sangat merusak kesehatan mental, spiritual, dan sosial seseorang.²⁷ Dalam konteks relasi keagamaan, manipulasi semacam ini bahkan bisa mengguncang keimanan dan hubungan seseorang dengan Tuhan. Korban *gaslighting* umumnya mengalami gangguan emosional seperti rasa bersalah yang berlebihan, kecemasan kronis, hilangnya rasa percaya diri, dan keterasingan dari komunitas maupun dari nilai-nilai agama yang selama ini diyakini. Bahkan, tidak jarang korban merasa putus asa atau takut kepada Tuhan bukan karena cinta, tetapi karena trauma yang dibungkus dengan narasi religius.

Islam dalam perbuatannya yang menimbulkan kerusakan di muka bumi dikecam keras.²⁸ Kerusakan di sini tidak terbatas pada kerusakan lingkungan atau kerusakan fisik, tetapi juga mencakup kerusakan moral, sosial, dan spiritual. Hal ini ditegaskan dalam firman Allah swt. dalam QS. al-Baqarah/2: 11-12:

وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَلَكِنْ لَا يَشْعُرُونَ

Terjemahnya:

“Dan apabila dikatakan kepada mereka, ‘Janganlah berbuat kerusakan di bumi,’ mereka menjawab, “Sesungguhnya kami hanyalah orang-orang

²⁷ Pradista, “Fenomena Gaslighting Sebagai Bentuk Penindasan Kepercayaan Diri Anak.” 20.

²⁸ Busra Febriyarni, “Fiqh Al-Hadis Etika Bisnis,” *Al Istimbath, Jurnal Hukum Islam* Vol 1, no. No 2 (2016): 14, <http://journal.iaincurup.ac.id/index.php/alistenbath/article/view/119>.

yang melakukan perbaikan. Di antara bentuk kerusakan di atas bumi adalah kekufuran, kemaksiatan, menyebarkan rahasia orang mukmin, dan memberikan loyalitas kepada orang kafir. Melanggar nilai-nilai yang ditetapkan agama akan mengakibatkan alam ini rusak, bahkan hancur.”²⁹

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat di atas mengandung sindiran tajam terhadap orang-orang yang menutupi niat buruk mereka dengan kedok kebaikan³⁰ Mereka melakukan tindakan yang merusak, namun mengklaim bahwa mereka sedang berdakwah, memberi nasihat, atau bahkan memperjuangkan kebenaran.³¹ Dalam praktik manipulasi keagamaan, pelaku sering kali menyamarkan kekerasan verbal dan psikologis sebagai bentuk “amar makruf nahi munkar” padahal hal tersebut adalah upaya sistematis untuk merendahkan dan mengendalikan orang lain.

Islam tidak mentoleransi tindakan yang merusak kestabilan jiwa manusia dengan cara apa pun. Bahkan dalam konteks perang, Islam menetapkan etika agar tidak menyakiti yang tidak bersalah, tidak merusak tempat ibadah, dan tidak menciptakan teror yang tidak proporsional.³² Maka lebih-lebih lagi dalam kehidupan damai, tidak boleh ada ruang bagi kekerasan psikologis atas nama agama. Tugas umat Islam adalah menjadi agen pemulihan, bukan perusak, termasuk dalam membangun ketahanan spiritual yang sehat di tengah tantangan zaman.

Gaslighting berbasis agama yang menyisipkan rasa bersalah, ancaman dosa, dan kecemasan eksistensial secara terus-menerus adalah bentuk

²⁹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 3.

³⁰ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir QS Al-Baqarah 1-286* (Jakarta: Pustaka imam asy-syaffi'i, 2000), 172.

³¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 1*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002). 91-92.

³² M. Fakhri Husein, “Etika Perang Dalam Islam: Studi Terhadap Hadis Nabi Dan Praktiknya Dalam Sejarah Islam,” *Jurnal Ilmu Syariah Dan Hukum* 45 (2020): 33–34.

penindasan emosional.³³ Ia menghancurkan identitas dan martabat seseorang di hadapan Tuhan dan masyarakat. Dalam hal ini, pelaku telah membuat kerusakan yang sangat dalam yakni kerusakan ruhani yang bisa menyebabkan seseorang menjauh dari agama, kehilangan arah hidup, dan bahkan tidak lagi percaya pada nilai-nilai kebaikan.

Bahkan, jika pelaku menggunakan label “ustadz,” “pemimpin rohani,” atau “tokoh agama,” dan klaimnya dibungkus dengan kutipan dalil dan retorika religius, tindakan tersebut tetap tidak bisa dibenarkan. Kerusakan spiritual yang muncul akibat dominasi psikologis seperti ini justru lebih berbahaya karena tidak kasat mata, tetapi dampaknya berlangsung lama dan mendalam.

Al-Qur'an menuntun umat Islam untuk menjadi *muslih* (pembaharu yang memperbaiki), bukan *mufsid* (perusak yang menyamar sebagai pembaharu). Oleh karena itu, siapa pun yang menggunakan agama untuk menakut-nakuti, mengintimidasi, atau menghancurkan rasa aman sesama manusia baik melalui kata-kata, tafsir manipulatif, atau tekanan emosional telah melakukan bentuk kerusakan yang dilarang secara tegas dalam Islam.³⁴

Maka dari itu, dalam perspektif Qur'ani, menyebarkan rasa takut, menciptakan tekanan batin, dan merusak nilai kemanusiaan dengan mengatasnamakan agama adalah bentuk kezaliman yang harus ditolak dan dilawan secara moral, sosial, dan spiritual. Islam datang sebagai agama rahmat,

³³ Reina Aulia Revi, “Religious Gaslighting Dalam Komunitas Muslim: Kritik Pendidikan Islam Terhadap Manipulasi Psikologi Atas Nama Agama.” 150.

³⁴ Nurdin, “Fasād Dalam Perspektif Al-Qur'an: Analisis Semantik Terhadap Konsep Kerusakan Dalam Masyarakat,” *Jurnal Ushuluddin* 29 (2021): 165–167.

bukan intimidasi. Setiap bentuk kekerasan psikologis yang mengatasnamakan agama adalah pengkhianatan terhadap misi kasih sayang Islam itu sendiri.

B. Solusi al-Qur'an untuk Mencegah *Gaslighting*

Setelah menjelaskan berbagai bentuk larangan al-Qur'an dalam mengatasi *gaslighting* seperti larangan berbuat zalim, berdusta, memutarbalikkan fakta, menyalahgunakan agama, dan menyebarkan ketakutan dapat dipahami bahwa Islam tidak hanya berperan sebagai agama yang melarang kerusakan, tetapi juga memberikan solusi yang konstruktif. Oleh karena itu, berikut dijelaskan berbagai solusi yang ditawarkan al-Qur'an untuk mencegah perilaku *gaslighting*.

1. Perintah untuk Berlaku Jujur, Adil, dan Menegakkan Kebenaran

Setelah melarang berbagai bentuk kebohongan, kezaliman, manipulasi, dan kerusakan yang menjadi dasar dari praktik *gaslighting*, al-Qur'an juga memberikan solusi konstruktif berupa perintah-perintah positif. Islam tidak hanya menolak kezaliman secara pasif, tetapi mendorong setiap Muslim untuk aktif membangun masyarakat yang adil, jujur, dan berpihak pada kebenaran.³⁵ Dalam konteks menghadapi *gaslighting*, solusi Qur'ani menekankan pentingnya membentuk pribadi yang berintegritas, berani bersuara, dan teguh menegakkan keadilan, bahkan ketika itu menantang kekuasaan atau otoritas yang menyimpang.

a) Perintah Berkata Benar dan Jujur

Allah swt. Berfirman dalam QS. al-Ahzaab/33: 70:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

³⁵ Firmansyah Budiman, Syaiful Anam, "Karakteristik Peserta Didik Ideal Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Hadits," *At-Turots: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2021): 103–16.

Terjemahnya:

“Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan ucapkanlah perkataan yang benar.”³⁶

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat di atas menyerukan dua hal mendasar: ketakwaan dan ucapan yang benar.³⁷ *Qawlan sadīdan* adalah perkataan yang tidak hanya benar secara fakta, tetapi juga lurus, tepat sasaran, dan memiliki dampak positif.³⁸ Dalam konteks *gaslighting*, di mana manipulasi terjadi melalui pemutarbalikan kata-kata, penanaman keraguan, dan distorsi kebenaran, maka *berkata benar* menjadi bentuk perlawanan yang paling esensial.

اللَّهُ صَلَّى اللَّهُ رَسُولُ قَالَ : قَالَ عَنْهُ اللَّهُ رَضِيَ مَسْعُودُ بْنُ اللَّهِ عَبْدِ عَنْ الْبَرِّ وَإِنَّ ، الْبَرِّ إِلَى يَهْدِي الصِّدْقَ فَإِنَّ ، بِالصِّدْقِ عَلَيْكُمْ وَسَلَّمَ عَلَيْهِ حَتَّى الصِّدْقَ وَيَتَحَرَّى يَصْدُقُ الرَّجُلُ يَزَالُ وَمَا ، الْجَنَّةُ إِلَى يَهْدِي الْفُجُورُ إِلَى يَهْدِي الْكَذِبَ فَإِنَّ ، وَالْكَذِبَ وَإِيَّاكُمْ ، صَدِيقًا اللَّهِ عِنْدَ يُكْتَبَ وَيَتَحَرَّى يَكْذِبُ الرَّجُلُ يَزَالُ وَمَا ، النَّارُ إِلَى يَهْدِي الْفُجُورَ وَإِنَّ ، كَذَّابًا³⁹ اللَّهِ عِنْدَ يُكْتَبَ حَتَّى الْكَذِبَ

Artinya:

Dari ‘Abdullâh bin Mas’ûd Radhiyallahu anhuma, ia berkata: “Rasûlullâh Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda, ‘Hendaklah kalian selalu berlaku jujur, karena kejujuran membawa kebaikan, dan kebaikan mengantarkan seseorang ke Surga. Dan apabila seorang selalu berlaku jujur dan tetap memilih jujur, maka akan dicatat di sisi Allâh sebagai orang yang jujur. Dan jauhilah oleh kalian berbuat dusta, karena dusta membawa seseorang kepada kejahanatan, dan kejahanatan mengantarkan seseorang ke Neraka. Dan jika seseorang senantiasa berdusta dan memilih kedustaan maka akan dicatat di sisi Allâh sebagai pendusta (pembohong).’”

³⁶ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 427.

³⁷ Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 398.

³⁸ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 12*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002). 278.

³⁹ Muhamad ibn Ismâ'îl Al-Bukhârî, *Sahih Al-Bukhari* (Beirut: Dâr Tawq al-Najâh, 1422). 47.

Seorang Muslim yang memegang prinsip kejujuran akan menolak untuk menjadi bagian dari sistem manipulatif, sekalipun ia ditekan oleh lingkungan, keluarga, atau otoritas yang menyalahgunakan agama. Ucapan yang benar bukan hanya bentuk kejujuran pribadi, tetapi juga wujud solidaritas terhadap kebenaran dan perlindungan terhadap korban yang dizalimi.⁴⁰

b) Menegakkan Keadilan

Allah swt. berfirman dalam QS. An-Nisā' /4: 135:

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُوْنُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ اللَّهِ وَلَا عَلَى أَنفُسِكُمْ أَوْ الْوَالِدِينَ وَالْأَقْرَبِينَ إِنْ يَكُنْ غَنِيًّا أَوْ فَقِيرًا فَاللَّهُ أَوْلَى بِهِمَا فَلَا تَتَنَاهُوا الْهَوَى أَنْ تَعْدِلُوا وَإِنْ تَلُوْنَ أَوْ ثُرِضُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا ﴾

Terjemahnya:

“Wahai orang-orang yang beriman, jadilah kamu penegak keadilan dan saksi karena Allah, walaupun kesaksian itu memberatkan dirimu sendiri, ibu bapakmu, atau kerabatmu. Jika dia (yang diberatkan dalam kesaksian) kaya atau miskin, Allah lebih layak tahu (kemaslahatan) keduanya. Maka, janganlah kamu mengikuti hawa nafsu karena ingin menyimpang (dari kebenaran). Jika kamu memutarbalikkan (kata-kata) atau berpaling (enggan menjadi saksi), sesungguhnya Allah Maha Teliti terhadap segala apa yang kamu kerjakan.”⁴¹

Ibnu Katsir⁴² menjelaskan bahwa ayat di atas memerintahkan umat Islam untuk menjadi *qawwāmīn bil-qist* yaitu pribadi yang secara aktif menegakkan keadilan dalam segala situasi. Perintah ini tidak hanya berlaku di ruang publik seperti pengadilan atau pemerintahan, tetapi juga dalam relasi

⁴⁰ Adek Saputra Harahap, “Makna Al-Zur Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya Dengan Konteks Kekinian (Studi Komparatif Antara Tafsir Ibnu Katsir Dan Tafsir Al-Maraghi)” (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021).

⁴¹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 100.

⁴² Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000), 469.

sosial sehari-hari, termasuk dalam relasi personal, keluarga, atau institusi agama, yang kerap menjadi tempat terjadinya gaslighting secara terselubung.⁴³

Keadilan yang diperintahkan dalam ayat ini menuntut keberanian untuk bersaksi dengan jujur, meskipun hal itu berisiko merugikan diri sendiri atau orang-orang terdekat.⁴⁴ Hal ini menunjukkan bahwa dalam pandangan Islam, kebenaran tidak boleh dikorbankan demi loyalitas buta atau perlindungan terhadap status sosial dan kepentingan pribadi.

Selain itu, ayat ini memperingatkan agar tidak mengikuti *hawa nafsu*, karena hawa nafsu adalah salah satu sumber utama dari praktik *gaslighting* di mana pelaku menggunakan kekuasaan atau kedudukan untuk memutarbalikkan realitas demi mempertahankan kontrol atas orang lain. Ketika keadilan digantikan oleh kepentingan pribadi, maka terjadilah penindasan yang dibungkus dengan dalih kebaikan atau agama.⁴⁵

c) Menolak Diam atas Ketidakadilan

Ayat di atas selain memerintahkan untuk menegakkan keadilan, ayat tersebut juga mengingatkan bahwa berpaling dari kesaksian atau memutarbalikkan kebenaran adalah perbuatan yang tidak tersembunyi dari Allah swt. sikap diam dalam menghadapi *gaslighting* bisa berarti membiarkan kezaliman terus berlangsung, bahkan memperkuat sistem yang merugikan. Maka dari itu, Islam tidak mengajarkan umatnya untuk bersikap netral terhadap

⁴³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 2, (Jakarta: Lentera Hati, 2002). 278.

⁴⁴ Nurhayati, "Konsep Keadilan Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Terhadap Penegakan Hukum," *Jurnal Hukum Dan Politik Islam* 5 (2020): 172–173.

⁴⁵ Reina Aulia Revi, "Religious Gaslighting Dalam Komunitas Muslim: Kritik Pendidikan Islam Terhadap Manipulasi Psikologi Atas Nama Agama." 152.

kezaliman, tetapi justru memerintahkan untuk melawan dengan kekuatan moral dan spiritual.⁴⁶

Konteks ini menjelaskan bahwa, seseorang yang menyaksikan atau menyadari adanya *gaslighting*, apalagi yang dilakukan dengan membungkus diri dalam simbol-simbol agama, tidak boleh diam. Ia harus menjadi bagian dari suara kebenaran membela yang lemah, memperjuangkan keadilan, dan meluruskan penyimpangan dengan cara yang bijak dan benar.

Menjadi pribadi yang tegas dalam membela kebenaran, meski sendirian, adalah bentuk ibadah yang tinggi nilainya dalam Islam.⁴⁷ Rasulullah saw. sendiri sepanjang hidupnya menunjukkan keberanian moral dalam melawan ketidakadilan, baik dalam bentuk fisik maupun non-fisik. Dalam menghadapi *gaslighting*, keberanian untuk mengoreksi, mengklarifikasi, dan membela korban adalah perwujudan dari iman yang aktif. Seorang Muslim tidak cukup hanya baik secara individu, tetapi juga harus mampu membangun lingkungan sosial yang sehat, adil, dan transparan.

⁴⁶ Maizuddin, *Perspektif Al-Qur'an Tentang Manusia Dan Kezaliman*. 48.

⁴⁷ Syahrul R, "Urgensi Amar Ma'ruf Nahi Munkar Dalam Membangun Masyarakat Madani Perspektif Al-Qur'an," *Jurnal Ilmiah Al-Huda* 13 (2020): 88.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Perilaku gaslighting dalam al-Qur'an tidak disebutkan secara eksplisit dengan istilah tersebut, namun tergambar melalui perilaku yang dilarang, seperti kebohongan (kazib), penipuan (khid'ah), kemunafikan (nifaq), dan penghinaan (sukhriyah). Hal ini tampak dalam kisah-kisah Qur'ani, seperti tipu daya Iblis kepada Adam dan Hawa, kebohongan saudara-saudara Yusuf, serta fitnah istri al-'Aziz terhadap Nabi Yusuf.
2. Dampak gaslighting meliputi kerugian besar bagi korban, baik secara emosional, psikologis, maupun sosial. Pada aspek emosional, korban kehilangan rasa percaya diri, mengalami kecemasan, depresi, dan ketergantungan emosional. Pada aspek psikologis, korban mengalami trauma, rasa tidak berharga, hingga gangguan mental. Sedangkan secara sosial, gaslighting menimbulkan isolasi, rusaknya hubungan, dan kesulitan membangun relasi yang sehat.
3. Solusi al-Qur'an untuk mencegah dan mengatasi gaslighting diwujudkan dalam bentuk larangan berbuat zalim, berdusta, memutarbalikkan fakta, dan menyalahgunakan agama. Sebaliknya, al-Qur'an memerintahkan untuk bersikap jujur, adil, dan menegakkan kebenaran. Prinsip-prinsip ini berfungsi sebagai pedoman etis dan spiritual untuk melindungi individu dari manipulasi

psikologis, membangun kesadaran sosial, serta memperkuat relasi yang sehat dan berkeadilan.

B. Saran

1. Bagi Individu dan Masyarakat Umum

Diharapkan agar setiap individu lebih mengenali dan memahami perilaku *gaslighting* sebagai bentuk kekerasan emosional yang tersembunyi namun berbahaya. Kesadaran ini penting agar setiap orang dapat melindungi diri dari manipulasi psikologis serta mampu membangun relasi sosial yang sehat, berdasarkan prinsip kejujuran dan keadilan sebagaimana diajarkan dalam al-Qur'an.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian *gaslighting* dengan pendekatan yang berbeda, atau menggali aspek psikologis dan sosiologis dari fenomena ini melalui studi lapangan, sehingga memberikan kontribusi yang lebih luas bagi kajian keislaman dan ilmu sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah bin Muhammad Alu Syaikh. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 6*. Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2017.
- Abdullah Bin Muhammad Bin Abdurrahman Bin Ishaq Alu Syaikh*, 2003.
- Admizal, Iril. "Strategi Menghadapi Orang Munafik Menurut Alquran." *Al Quds : Jurnal Studi Alquran Dan Hadis* 2, no. 1 (2018). <https://doi.org/10.29240/alquds.v2i1.391>.
- Agus Salim Syukran, Agus Salim Syukran. "Fungsi Al-Qur'an Bagi Manusia." *Al-I'jaz : Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman* 1, no. 2 (2019). <https://doi.org/10.53563/ai.v1i2.21>.
- Al-Bukhārī, Muḥammad ibn Ismā'īl. *Sahih Al-Bukhari*. Beirut: Dār Ṭawq al-Najāh, 1422.
- Al-Ghazali, Imam. *Ihya' Ulumuddin*. Jakarta: Pusat Azzam, 2002.
- Al-uyun, Denis Anugrah. "Perilaku Komunikasi Playing Victim Dan Gaslighting Dalam Hubungan Romantis Pada Remaja." Universitas Satya Negara Indonesia, 2024.
- Ali Amin Ibrahim, Muhammad, and Article History. "Tantangan Sosial Dan Etika Modern Dalam Perspektif Tafsir Taisirul at Tafsir Karya Abdul Jalil Isa Article Info Abstract." *Taqrib : Journal of Islamic Studies* 2, no. 2 (2024). <http://jurnal.dokicti.org/index.php/taqrib/index>.
- Amiman, Renaldi, Bnedita Mokalu, and Selvi Tumengkol. "Peran Media Sosial Facebook Terhadap Kehidupan Masyarakat Di Desa Lalue Kecamatan Essang Kabupaten Kepulauan Talaud." *Journal Ilmiah Society* 2, no. 3 (2022).
- Andhini, Alycia Sandra Dina, and Ridwan Arifin. "Analisis Perlindungan Hukum Terhadap Tindak Kekerasan Pada Anak Di Indonesia." *Ajudikasi : Jurnal Ilmu Hukum* 3, no. 1 (2019). <https://doi.org/10.30656/ajudikasi.v3i1.992>.
- Asmadi, Erwin. "Peran Psikiater Dalam Pembuktian Kekerasan Psikis Pada Korban Tindak Pidana Kekerasan Dalam Rumah Tangga." *De Lega Lata: Jurnal Ilmu Hukum* 3, no. 1 (2018). <https://doi.org/10.30596/dll.v3i1.3136>.
- Assyifa, Fitria. "Makna Al-Kâdzib Dalam Al- Qur'an Dan Kontekstualisasinya Terhadap Effect Filter Pada Gambar Di Sosial Media." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2024. <https://repository.uin-suska.ac.id/82000/>.
- ATjiu, Georgius Felix Haryanto. "Dinamika Self-Esteem Pada Individu Dewasa Awal Yang Mengalami Gaslighting Dalam Hubungan Pacaran." *Applied Microbiology and Biotechnology*, 2022.
- Barik, Jurnal, Yanis Trisnawati Putri, Meirina Lani Anggapusp, Jurusan Desain, Universitas Negeri Surabaya, Jurusan Desain, and Universitas Negeri Surabaya. "Perancangan Microblog Instagram Sebagai Media Edukasi" 3, no. 2 (2022). <https://doi.org/10.30998/vh.v7i1.8592>.
- Berbinarin. *Apa Sih Gaslighting Itu?*, n.d. <https://vt.tiktok.com/ZSkV9yvHg/>.
- Budianti, Yusnali -, and Haidir Haidir. "Radikalisme Dalam Pendidikan (Studi Analisis Terhadap Isu-Isu Kontemporer)." *Edu-Riligi: Jurnal Ilmu*

- Pendidikan Islam Dan Keagamaan* 6, no. 2 (2022). <https://doi.org/10.47006/er.v6i2.10969>.
- Budiman, Syaiful Anam, Firmansyah. "Karakteristik Peserta Didik Ideal Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Hadits." *At-Turots: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2021).
- Darke, Lillian, Helen Paterson, and Celine van Golde. "Illuminating Gaslighting: A Comprehensive Interdisciplinary Review of Gaslighting Literature." *Journal of Family Violence*, 2025. <https://doi.org/10.1007/s10896-025-00805-4>.
- Devan. "Alisis Fenomena Gaslighting Dalamhubungan Pertemanan Pada Remaja Akhir," 2024.
- Devan Satya Nugraha. "Analisis Fenomena Gaslighting Dalam Hubungan Pertemanan Pada Remaja Akhir (Studi Fenomenologi)." Universitas Muhammadiyah Malang, 2024.
- Diaz, Ahmad, Syahrezyah Makmur, Haris Kulle, Ratnah Umar, Universitas Islam Negeri Alauddin, Universitas Islam, and Negeri Palopo. "Tasawuf: Jalan Menuju Pencerahan Batin Dan" 03, no. 03 (2025).
- Drescher, Anna. "Asal Mula Istilah Gaslighting," 2024. <https://www.simplypsychology.org/origin-of-the-term-gaslighting.html>.
- Eka dalanta rehulina. "Eksplorasi Seksual Komersial Anak Di Indonesia." *Medan, Restu Printing Indonesia*, Hal.57 21, no. 1 (2008). <https://doi.org/10.21831/hum.v2i1>.
- Fadli, Dr. Rizal. "Ini Bahaya Gaslighting Dalam Hubungan Bagi Kesehatan Mental." *Relationship*. Accessed July 3, 2025. https://www.halodoc.com/artikel/ini-bahaya-gaslighting-dalam-hubungan-bagi-kesehatan-mental?srsltid=AfmBOoqP1BHQah-7_2dj1jEcWt84dzCvLZSuvcKUizsYysa07D_x6IfM.
- Febriyarni, Busra. "Fiqh Al-Hadis Etika Bisnis." *Al Istimbath , Jurnal Hukum Islam* Vol 1, no. No 2 (2016): 14. <http://journal.iaincurup.ac.id/index.php/alistimbath/article/view/119>.
- Ferii Eko Wahyudi, and Nur Mawakhira Yusuf. "Pengaruh Salat Bagi Kesehatan Mental the Effect of Prayer on Mental Health." *Al-Isyraq* 7, no. 3 (2024).
- Fitriani, Arbania, Sitti Rahmah Marsidi, and Lita Patricia Lunanta. "Psikoedukasi: Gaslighting Dan Strategi Menghadapinya." *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas* 9, no. 03 (2023). <https://doi.org/10.47007/abd.v9i03.6244>.
- Harahap, Adek Saputra. "Makna Al-Zur Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Dengan Konteks Kekinian (Studi Komparatif Antara Tafsir Ibnu Katsir Dan Tafsir Al-Maraghi)." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021.
- Harun, Amrullah, and Ratnah Umar. "Tafsir Al-Qur'an Media Daring Laman Web Tafsiralquran.Id Dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Tafsir Di Indonesia." *Al-Aqwam: Jurnal Studi Al-Quran Dan Tafsir* 3, no. 1 (2024). <https://doi.org/10.58194/alaqwam.v3i1.1468>.
- Hilmawarman, Hilman. "Kepribadian Munafik Dan Dampak Psikologis Pelakunya Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tafsir Qs. Al-Baqarah: 8-10 Dengan Pendekatan Ilmu Psikologi)." IAIN Kediri, 2022.

- Hornby, A.S., ed. *Oxford English Dictionary*. Fourth Edi. Oxford University Press (OUP), 2008.
- Hotstar, Disney. "Analisis Resepsi Penonton Perempuan Tentang Perilaku Gaslighting Dalam Web Series." *Ilmu Komunikasi* VIII, no. 1 (2025).
- Husein, M. Fakhri. "Etika Perang Dalam Islam: Studi Terhadap Hadis Nabi Dan Praktiknya Dalam Sejarah Islam." *Jurnal Ilmu Syariah Dan Hukum* 45 (2020).
- Ibnu Katshir. *Tafsir Ibnu Katsir QS Al-Baqarah 1-286*. Jakarta: Pustaka imam asy-syafi'i, 2000.
- Ilham, M., and P. Handoyo. "Kekerasan Guru Terhadap Siswa: Studi Fenomenologi Tentang Bentuk Kekerasan Guru Dan Legitimasi Penggunaannya." *Jurnal Paradigma* 1, no. 3 (2013). <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/viewFile/3913/6456>.
- Indra, Andi Batara, Sabaruddin Sabaruddin, Fajrul Ilmy Darussalam, M Ilham, and Agustan Agustan. "Dekonstruksi Kuasa Patriarki Novel Rara Mendut Karya Y.B. Mangunwijaya: Perspektif Feminisme Eksistensialis." *Gurindam: Jurnal Bahasa Dan Sastra* 1, no. 1 (2021). <https://doi.org/10.24014/gjbs.v1i1.12872>.
- Iqsha, Khafipa Nurul. "Tinjauan Hukum Islam Terhadap Manipulasi Data Anak Di Panti Asuhan Nur Akbar Sungguminasa Kabupaten Gowa." *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* 7, no. 2 (2014).
- Irmayanti, Nur, and Aironi Zuroidah. "Gambaran Ketergantungan Emosional Dan Harga Diri Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran: Sistematik Review." *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 11, no. 2 (2024). <https://doi.org/10.35891/jip.v1i2.5456>.
- Iskandar, Dadang. "Upaya Penanggulangan Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga." *Yustisi* 3, no. 2 (2016). <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/lawreform/article/viewFile/312/217>.
- Juminem, Juminem. "Adab Bermedia Sosial Dalam Pandangan Islam." *Geneologi PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 6, no. 1 (2019). <https://doi.org/10.32678/geneologipai.v6i1.1799>.
- Kurniawan, Rachmad. "Manusia Pertama Dalam Sejarah Peradaban," 2022.
- M Ilham. "Hermeneutika Al-Qur'an: Studi Pembacaan Kontemporer Muhammad Shahrour." *Kuriositas* 11, no. 2 (2017).
- Mahmud, H Fikri, and M Ag. "Makna Al-Kâdzib Dalam Al- Qur'an Dan Kontekstualisasinya Terhadap Effect Filter Pada Gambar Di Sosial Media," no. 314 (2024).
- Maizuddin. *Perspektif Al-Qur'an Tentang Manusia Dan Kezaliman*. Banda Aceh: Fakultas Ushuluddin Universitas Islam (UIN) Ar-Raniry, 2014.
- Meerangani, Khairul Azhar, Mohammad Fahmi Abdul Hamid, Ahmad Faqih Ibrahim, Muhammad Hilmi Mat Johar, and Adam Badhrulhisham. "Gejala Al-Sukhriyyah Dalam Media Sosial: Analisis Menurut Perspektif Islam." *Sains Insani*, 2022, 49–55. <https://doi.org/10.33102/sainsinsani.volno.446>.
- Movieclips. *Gaslight* (1944). Amerika Serikat, n.d. <https://youtu.be/6o8Eq0LEpf0?si=dlkHKxRQUSghCqPh>.

- Mufliah, Itsna, and Najlatun Naqiyah. "Identifikasi Korban Kekerasan Gaslighting Pada Remaja Putri." *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 2 (2022). <https://doi.org/10.26539/teraputik.621278>.
- Muharam, Asep. "Dialog Eristis Dan Falasi Logis (Analisis Dialog Musa as Dan Firaun Dalam Surat Al-Syua'rā [26]: 16-29)." *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 7, no. 02 (2022).
- Muhja, Zainal Abidin, and Liza Shahnaz. "Etika Jurnalistik Dalam Perspektif Hukum Islam." *Jurnal Akta Yudisia* 5, no. 2 (2021). <https://doi.org/10.35334/ay.v5i2.1914>.
- Mutaakabbir, Abdul, and Rukman Abdul Rahman Said. "Dinamisasi Hukum Islam, Analisis Fatwa MUI Masa Pandemi Covid 19." *Palita: Journal of Social Religion Research* 6, no. 2 (2021). <https://doi.org/10.24256/pal.v6i2.2264>.
- Naja, Fiqhiyatun, and Nanik Kholifah. "Bias Konfirmasi Terhadap Perilaku Berbohong." *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 7, no. 1 (2020). <https://doi.org/10.35891/jip.v7i1.1953>.
- Najati, Muhammad Utsman. "Psikologi Dalam Al-Qur'an." *Bandung: Pustaka Setia*, 2005.
- Nurdin. "Fasād Dalam Perspektif Al-Qur'an: Analisis Semantik Terhadap Konsep Kerusakan Dalam Masyarakat." *Jurnal Ushuluddin* 29 (2021).
- Nurhayati. "Konsep Keadilan Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Terhadap Penegakan Hukum." *Jurnal Hukum Dan Politik Islam* 5 (2020).
- Nurul Rofiqoh Maulidina. "Gaya Komunikasi Gaslighting Dalam Relasi Berpacaran Mahasiswa Pecinta Alam Di Kediri Raya," 2022.
- Pangastuti, Gita Putri. *Laknat Allah Terhadap Pembohong Dalam Al- Qur'an (Kajian Tematik)*, 2022.
- Pradista, Alvindio Yoga. "Fenomena Gaslighting Sebagai Bentuk Penindasan Kepercayaan Diri Anak," 2023.
- Prof. DR. Hamka. *Tafsir Al-Azhar Jilid 3 (Surah Al-Maidah Dan Surah Al-an'am)*. Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003.
- Prof. Dr. Khadijah, M.Ag. *Urgensi Pengembangan Sosial Emosional Bagi Anak Usia Dini*. Edited by Tim Kreatif Merdeka Kreasi. Medan: Cv. Merdeka Kreasi Group, 2024.
- Qibtiyah, Maria. "Emosi Dalam Perspektif Al-Qur'an." Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, 2023. https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/1393/1/Emosi_dalam_perspektif_al-Qur%27an - Maria Qibtiyah.pdf.
- Quthb, Sayyid. *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Jilid 5: Di Bawah Naungan Al-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani, 2000.
- R, Syahrul. "Urgensi Amar Ma'ruf Nahi Munkar Dalam Membangun Masyarakat Madani Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Ilmiah Al-Huda* 13 (2020).
- Rahmania, Nunung. "Gaslighting Dalam Tindak Pidana Kekerasan Seksual (Studi Kasus Di Lombok) Gaslighting in Sexual Violence Crimes (Case Study in Lombok)" 10, no. 1 (2025).
- Rahmawati, Jihan. "Istidrāj Perspektif Asy-Syaukani Dalam Tafsir Fath Al-Qadīr." *Al-Mustafid: Jurnal of Quran and Hadith Studies* 3, no. 2 (2024).

- Reina Aulia Revi, Misra. "Religious Gaslighting Dalam Komunitas Muslim: Kritik Pendidikan Islam Terhadap Manipulasi Psikologi Atas Nama Agama." *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Islam* 4 (2024).
- Rizki, Wahyuni. "Peningkatan Prestasi Belajar Bidang Studi Akidah Akhlak Melalui Model PAKEM Snowball Throwing Siswa Kelas VII Pada Materi Akhlak Tercela Riya Dan Nifaq Di MTs Arriyadhu Mukhlisin Mompang Jae Kecamatan Panyabungan Utara," 2017.
- Rohmah, Dina Siti, Wikanengsih Wikanengsih, and Muhamad Rezza Septian. "Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Siswa Kelas X Yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah Sma Asshiddiqiyah Garut." *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)* 4, no. 1 (2021): 81. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.6213>.
- S.Pd., Dian Pratomo. "Pengertian Kekerasan Menurut Para Ahli: Mengupas Sisi Gelap Manusia." Accessed July 3, 2025. https://tambahpinter.com/pengertian-kekerasan-menurut-para-ahli/?utm_source=chatgpt.com.
- Said, Rukman Abdul Rahman. "Berdusta Dalam Tinjauan Hadis." *Al-Asas: Jurnal Ilmiah Ilmu Dasar Keislaman* 4, no. 1 (2020): 27–40.
- Said, Rukman Abdul Rahman, Abdul Mutakabbir, Amrullah Harun, Teguh Arafah Julianto, and A. Rahmat Hidayat. "Solusi Al-Isrāf Dalam Al-Qur'an." *Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an Dan Tafsir* 9, no. 1 (2024): 11–25. <https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v9i1.2294>.
- Sari, Rita Kumala. "Penelitian Kepustakaan Dalam Penelitian Pengembangan Pendidikan Bahasa Indonesia." *Jurnal Borneo Humaniora* 4, no. 2 (2021): 60–69. https://doi.org/10.35334/borneo_humaniora.v4i2.2249.
- Saskara, I Putu Adi, Ulio, and I Gusti Arya Anggriawan. "Perilaku Gaslighting Parenting Terhadap Perkembangan Psikologi Anak Usia Dini." *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 8, no. 1 (2023). <https://doi.org/10.25078/pw.v8i1.2415>.
- _____. "Pola Asuh Orangtua Dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Psikologis Anak Usia Dini: Analisis Dampak Perilaku Gaslighting Parenting." *Pratama Widya : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 8, no. 1 (2023): 15–25. <http://ojs.uhnsugriwa.ac.id/index.php/PW/article/download/2415/1614>.
- Sayoga, Nur Rihladhatul 'Aisy. "Tipuan Istri Al-Aziz Terhadap Yusuf Pada QS Yusuf Ayat 25-29," 2021. https://www.academia.edu/115472422/Kisah_Tipuan_Istri_Al_Aziz_Terhadap_Yusuf_Pada_Q_S_Yusuf_Ayat_25_29.
- Sevani, Nina, and Silvia Silvia. "Web Deteksi Gangguan Kecemasan Dan Depresi." *Ultimatics : Jurnal Teknik Informatika* 7, no. 1 (2015). <https://doi.org/10.31937/ti.v7i1.345>.
- Shihab, M Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 6*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- _____. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 6*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- _____. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Quran Surah Al-*

- Fatihah-Surah Al-Baqarah. Tafsir Al-Misbah.* Jakarta: Gema Insani, 2002.
- Sofiyah, Alim. "Interpretasi Ayat-Ayat Psikologi Dalam Surat Yusuf." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Al-Hadits* 11, no. 2 (2019). <https://doi.org/10.24042/al-dzikra.v11i2.4395>.
- 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).
- Tantri, Kikan Sandiyus, Nofi Arum Aqilla, and Anis Sukmawati. "Pendidikan Karakter Di Era Digital: Mengajarkan Etika Dan Tanggung Jawab Dalam Penggunaan Sosial Media." *ANWARUL* 3, no. 4 (2023).
- Tasbih. "Pembinaan Karakter Menurut Hadist Nabi SAW (Analisis Terhadap Hadis-Hadis Kejujuran)." *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1, no. 1 (2014).
- Wijaya, Subur. "Al-Quran Dan Komunikasi (Etika Komunikasi Dalam Perspektif Al-Quran)." *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu Dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an* 15, no. 1 (2015): 1–28. <https://doi.org/10.53828/alburhan.v15i1.59>.
- Wiji Nurasih. "Islam Dan Etika Bermedia Sosial Bagi Generasi Milenial: Telaah Surat Al-'Asr." *Jurnal Ilmu Dakwah Dan Komunikasi* 16, no. 1 (2020).
- Wiratna Sujarweni, V. "Metodologi Penelitian." *PT. Rineka Cipta, Cet.XII)an Praktek, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, Cet.XII)*, 2014, 107.
- Wulandari, Hayani, and Silvi Pratiwi Maharani. "Perilaku Kekerasan Mempengaruhi Faktor Kepribadian Anak." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 9, no. 16 (2023).
- Yamani, Moh. Tulus. "Memahami Al-Qur'an Dengan Metode Tafsīr Maudū'i." *Jurnal PAI* 1, no. 2 (2015).
- Yulistiani, Indriati, Arbania Fitriani, Putri Hayari, and Elvinesya Sukardi. "Menangkal Gaslighting Dalam Bentuk Intimidasi Dan Manipulasi Komunikasi." *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas* 9, no. 05 (2023). <https://doi.org/10.47007/abd.v9i05.6508>.
- Yustika, Gea. "Gaslighting Dalam Hubungan: Ciri, Dampak, Dan Cara Mengatasinya." Kesehatan Mental. Accessed July 3, 2025. <https://www.orami.co.id/magazine/gaslighting>?
- Zulfa, Vania, Milson Max, Iskar Hukum, and Irfan Ilyas. "Isu-Isu Kritis Lingkungan Dan Perspektif Global." *Jurnal Green Growth Dan Manajemen Lingkungan* 5, no. 1 (2015). <https://doi.org/10.21009/jgg.051.03>.
- Zulkarnain, Zulkarnain. "Emosional: Tinjauan Al-Qur'an Dan Relevansinya Dalam Pendidikan." *Tarbawy : Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2018):. <https://doi.org/10.32923/tarbawy.v5i2.836>.

RIWAYAT HIDUP



is bernama Hasniar Barri, lahir di Bua, pada tanggal 22 Juni 2003. Penulis merupakan anak dari pasangan Awaluddin dan Ani Polobuntu. Pendidikan dasar ditempuh di SD Negeri 012 Samarinda Sebrang dan lulus pada tahun 2015 kemudian melanjutkan ke SMP Negeri 10 Palopo lulus tahun 2018, dan melanjutkan di Pondok Pesantren Nurul Junaidiyah Lauwo lulus tahun 2021. Selanjutnya, penulis melanjutkan pendidikan tinggi di Universitas Islam Negeri Palopo pada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Selama masa pendidikan, penulis juga aktif dalam kegiatan organisasi Himpunan Mahasiswa Ilmu Alqur'an dan Tafsir. Penulis memiliki motto hidup "Ilmu tanpa amal bagaikan pohon tanpa buah".