

Ghibah Online menjadihal yang lazim di masyarakat masa kini, pengertian ghibah sudah mulai berbedasehingga tidak ada aib yang perlu ditutupi lagi namun malah lebih mudah tersebar di seluruh kalangan. Berbicara mengenai ghibah tentu yang paling utama adalah aib dan objek. Tentu hal ini tidak dapat dibenarkan karena tentu menyimpang dari ajaran al-Qur'an.

Di era digital yang serba terhubung, informasi mengalir begitu cepat, dan interaksi online menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Namun, kemudahan ini juga membawa tantangan baru, salah satunya adalah fenomena ghibah atau gosip yang kini bisa menyebar dengan sangat mudah melalui media sosial. Ghibah online tidak hanya merusak reputasi seseorang, tetapi juga dapat menciptakan lingkungan digital yang penuh kebencian dan fitnah.

Dalam Islam, ghibah dianggap sebagai perbuatan tercela yang disamakan dengan memakan daging saudaranya sendiri yang telah mati, seperti yang disebutkan dalam Al-Qur'an Surat Al-Hujurat ayat 12. Analogi yang kuat ini menunjukkan betapa seriusnya dosa ghibah. Meskipun teknologi telah berubah, esensi dan bahaya ghibah tetap sama. Oleh karena itu, kita perlu strategi yang bijak untuk menghadapi dan mengurangi perilaku ini di dunia maya.

Dalam Buku ini akan mengupas beberapa tips praktis untuk mengurangi ghibah online dengan landasan ajaran Al-Qur'an, sekaligus membangun kesadaran diri dan tanggung jawab digital. Tujuannya adalah membantu kita menciptakan ruang online yang lebih positif, damai, dan sesuai dengan nilai-nilai Islam.

**TRIK DAN TIPS
MENGURANGI GHIBAH ONLINE
ALA AL-QUR'AN DI ERA DIGITAL**
Dita Febrianti., S.Ag & Wiwin Ainis Rohtih, M.Th.I
Penerbit: Yayasan Rahmazar Kurnia Jaya



TRIK DAN TIPS MENGURANGI GHIBAH
ONLINE ALA AL-QUR'AN DI ERA DIGITAL

Dita Febrianti., S.Ag
Wiwin Ainis Rohtih, M.Th.I



TRIK DAN TIPS MENGURANGI GHIBAH ONLINE ALA AL-QUR'AN DI ERA DIGITAL

Dita Febrianti., S.Ag
Wiwin Ainis Rohtih, M.Th.I



Yayasan Rahmazar Kurnia Jaya

**TRIK DAN TIPS
MENGURANGI GHIBAH ONLINE
ALA AL-QUR'AN DI ERA DIGITAL**

**Dita Febrianti., S.Ag
Wiwin Ainis Rohtih, M.Th.I**

Yayasan Rahmazar Kurnia Jaya

TRIK DAN TIPS MENGURANGI GHIBAH ONLINE ALA AL-QUR'AN DI ERA DIGITAL

Penulis:

Dita Febrianti., S.Ag

Wiwin Ainis Rohtih, M.Th.I

Editor: Muhammad Nizar

Diterbitkan oleh:

Yayasan Rahmazar Kurnia Jaya

Jl. Watu Damar, Karangploso-Malang

e-mail: antinrahmawati@gmail.com

Phone: 081249745821

yayasanrahmazarkurniajaya.my.id

Pasuruan, 13 November 2025

ISBN: 978-634-04-4915-0



Tentang Hak Cipta

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini ke dalam bentuk apapun secara elektronik maupun mekanis, termasuk fotokopi, upload di situs, upload di sosial media, tanpa izin tertulis dari penerbit. Undang-undang Nomor 19 Tahun 2022 tentang Hak Cipta, Bab XII Ketentuan Pidana, Pasal 72 Ayat (1), (2), dan (6).

KATA PENGANTAR

Ghibah Online menjadi hal yang lazim di masyarakat masa kini, pengertian ghibah sudah mulai berbeda sehingga tidak ada aib yang perlu ditutupi lagi namun malah lebih mudah tersebar di seluruh kalangan. Berbicara mengenai ghibah tentu yang paling utama adalah aib dan objek. Tentu hal ini tidak dapat dibenarkan karena tentu menyimpang dari ajaran al-Qur'an.

Di era digital yang serba terhubung, informasi mengalir begitu cepat, dan interaksi *online* menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Namun, kemudahan ini juga membawa tantangan baru, salah satunya adalah fenomena ghibah atau gosip yang kini bisa menyebar dengan sangat mudah melalui media sosial. Ghibah *online* tidak hanya merusak reputasi seseorang, tetapi juga dapat menciptakan lingkungan digital yang penuh kebencian dan fitnah.

Dalam Islam, ghibah dianggap sebagai perbuatan tercela yang disamakan dengan memakan daging saudaranya sendiri yang telah mati, seperti yang disebutkan dalam Al-Qur'an Surat Al-Hujurat ayat 12. Analogi yang kuat ini menunjukkan betapa seriusnya dosa ghibah. Meskipun teknologi telah berubah, esensi dan bahaya ghibah tetap sama. Oleh karena itu, kita perlu strategi yang bijak untuk menghadapi dan mengurangi perilaku ini di dunia maya.

Dalam Buku ini akan mengupas beberapa tips praktis untuk mengurangi ghibah *online* dengan landasan ajaran Al-Qur'an, sekaligus membangun kesadaran diri dan tanggung jawab digital. Tujuannya adalah membantu kita menciptakan ruang *online* yang lebih positif, damai, dan sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Pasuruan, 17 November 2025

Penulis

DAFTAR ISI

INFORMASI BUKU	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v

BAB I Ghibah dan Dampaknya di Era Digital . 1

A. Pengertian Ghibah.....	1
B. Dampak Ghibah di Era Digital	14
C. Contoh-Contoh Ghibah.....	19
1. Ghibah secara langsung atau lisan	19
2. Ghibah secara Online	19

BAB II Interpretasi Ghibah dalam

AL-QUR'AN.....	21
A. Ayat-Ayat Ghibah.....	21
B. Hikmah dalam Larangan.....	30
1. Perlindungan Diri Dari Lingkungan.....	31
2. Pembentukan Karakter dan Ketakwaan	31
3. Menciptakan Keadilan dan Keteraturan Sosial	32
4. Menuju Kebahagiaan Sesungguhnya.	32

BAB III Trik Menghindari Ghibah Online33

A. Strategi Menghindari Ghibah di Media Sosial.....	33
1. Bijak dalam Melihat Postingan Orang Lain	33
2. Berfikir Sebelum Berkomentar	35
3. Fokus pada Postingan Positif dan Bermanfaat	36
4. Berhati-Hati dalam Membuat Caption di Setiap Postingan	37
5. Memanfaatkan Media untuk Kebaikan	38
B. Cara Mengelola Emosi dan Reaksi dalam Melihat Postingan Yang Memicu Ghibah	40
1. Peka Terhadap Emosi.....	41
2. Membatasi Interaksi Dengan Konten Negatif.....	41

3. Berlatih Menahan Diri, Serta Meningkatkan Empati ...	41
4. Lakukanlah aktivitas yang menyenangkan dan menenangkan.....	42
C. Cara Membangun Komunikasi yang Positif	42
1. Mendengarkan dengan seksama.....	44
2. Memberikan Umpan Balik yang jujur dan Konstruktif.....	45
3. Penggunaan atau pemilihan diksi kata yang baik	45
4. Hindari Asumsi	45
BAB IV TIPS MENGURANGI GHIBAH	47
A. Cara Menghadapi Postingan Yang Memicu Ghibah	47
1. Jangan Ikut-ikutan.....	47
2. Berikan Komentar yang positif dan Netral.	48
3. Sembunyikan atau Laporkan Postingan	48
4. Ingatkan dengan Bijak.....	49
5. Alihkan Perhatian	49
B. Strategi Membangun Dialog yang Sehat dan Produktif secara Online.....	50
1. Memahami Konteks dan Tujuan Dialog	50
2. Menggunakan Bahasa Yang Santun.....	50
3. Fokus pada Gagasan, Bukan Pada Orang.....	51
4. Berikan Fakta atau Data Pendukung.....	51
5. Hindari Memperpanjang Konflik	51
C. Tips Menghindari Perdebatan Yang Tidak Perlu.....	52
1. Kenali Topik yang sensitive	52
2. Pahami Kapan Harus Berhenti	52
3. Tanamkan Pada Diri Kita bahwa, Kita Tidak Bisa Mengubah Semua Orang.....	53
4. Alihkan Pembicaraan	53
5. Berikan Jeda.	54

BAB V MEMBANGUN BUDAYA POSITIF ONLINE55

- A. Cara Membangun Komunitas Online Yang Positif dan Produktif55
 - 1. Tentukan Tujuan dan Aturan yang Jelas57
 - 2. Ciptakan Lingkungan yang Aman dan Inklusif58
 - 3. Fasilitasi Interaksi yang Bermakna58
 - 4. Beri Penghargaan kepada Anggota yang Berkontribusi.....59
 - 5. Dengarkan Masukan Anggota.....59
- B. Strategi Mempromosikan Konten yang Positif dan Inspiratif.....59
 - 1. Kenali Audiens dan Platform Anda59
 - 2. Gunakan Visual yang Menarik dan Emosional.....60
 - 3. Ceritakan Kisah Nyata (Storytelling).....60
 - 4. Dorong Interaksi dan Partisipasi60
 - 5. Kolaborasi dengan Konten Kreator Lain60
- C. Membangun Reputasi Online Yang Baik.....61
 - 1. Jadilah Diri Sendiri yang Otentik dan Konsisten61
 - 2. Kelola Jejak Digital Anda dengan Cermat.....61
 - 3. Berkontribusi Secara Positif dan Berikan Nilai62
 - 4. Jalin Hubungan dan Berinteraksi Secara Profesional ..62
 - 5. Tangani Kritik dengan Dewasa.....62

BAB VI IMPLEMENTASI NILAI-NILAI AL-QURAN DALAM INTRAKSI SOSIAL63

- A. Membangun Kesadaran Diri Dan Tanggung Jawab dalam Berinteraksi secara Online63
 - 1. Pahami Dampak Jejak Digital Anda63
 - 2. Kendalikan Emosi dan Tunda Respon63
 - 3. Berpikir Kritis Sebelum Berbagi informasi64
 - 4. Hargai Privasi Diri dan Orang Lain64
 - 5. Bertanggung Jawab Atas Kesalahan Anda.....64

B. Membentuk Lingkungan yang Damai dan Harmoni dalam Interaksi Online	65
1. Menjadi Teladan dalam Berkomunikasi	65
2. Berfokus pada Kesamaan, Bukan Perbedaan	65
3. Berbagi Konten Ynag Menginspirasi dan menyatukan.	65
4. Mengelola Konflik dengan Bijak	66
5. Laporkan Konten yang Dapat Merusak Perdamaian....	66
BAB VII KESIMPULAN	67
DAFTAR PUSTAKA	68

BAB I

GHIBAH DAN DAMPAKNYA DI ERA DIGITAL

A. Pengertian Ghibah

Ghibah berasal dari Bahasa arab غيبة yang berarti secara harfiahnya ialah gunjing. Sedangkan secara istilah ghibah berarti pembicaraan yang belum diketahui kebenarannya tentang seseorang yang tidak hadir dalam suatu perkumpulan.¹ Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Ghibah berarti membicarakan keburukan (kebaikan) orang lain.² Di telisik dari sudut pandang Bahasa Ghibah berasal dari kata ghaib berarti tidak hadir. Ghibah dapat di artikan sebagai penyebutan orang lain yang tidak hadir di hadapan penyebutnya dengan sesuatu yang tidak disenangi oleh yang bersangkutan.³

Ghibah online menjadi hal yang lazim untuk dilakukan sedangkan banyak sekali orang-orang awam pengguna media sosial yang ikut-ikutan dalam berkomentar tanpa memikirkan dampak yang di peroleh oleh objek aksi mereka. Banyak sekali individu yang bertindak tanpa berfikir dampak serta menelan informasi tanpa menela'ah, menyebarkan berita atau informasi yang di dapatkan tanpa sharing serta mencari tahu akan kebenarannya terlebih dahulu.⁴ Sehingga hal ini menjadi fokus penelitian ini mengenai dampak dari aksi ghibah sekaligus

¹ Ghibah (Islam), [https://id.wikipedia.org/wiki/Gibah_\(Islam\)](https://id.wikipedia.org/wiki/Gibah_(Islam)), 21 Juni 2025. Di akses pada Sabtu, 28 Juni 2025

² KBBI, <https://www.kbbi.web.id/gibah> Di akses pada, sabtu, 28 Juni 2025

³ M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Misbah, Jilid 12, (Lentera Hati, Jakarta, 2011) cet. Lv, h. 611

⁴ Diskominfo Kabupaten Bandung, Pengertian Hoax dan cara menangkalnya, 18 juli 2022, akses Kamis, 12 Juni 2025 <https://diskominfo.badungkab.go.id/artikel/42985-pengertian-hoax-dan-cara-menangkalnya>

memberikan solusi yang tepat dalam mengurangi ghibah sesuai dengan petunjuk al-Qur'an.

Ghibah merupakan suatu bentuk komunikasi antar sesama manusia yang melibatkan orang lain sebagai objek perbincangan. Ghibah berasal dari sifat manusia yang suka mengeluh dan selalu merasa kurang dengan apa yang dimilikinya sebagaimana yang di jelaskan dalam QS. Al-Ma'arij ayat 19-20. Dalam penelitian ini penulis menyajikan sepuluh Ayat Al-Qur'an yang membahas terkait, sebab awal terjadinya ghibah, dampak dari ghibah, serta solusi mengurangi ghibah. Yang meliputi, QS. Al-Ma'arij ayat 19; QS. Al-Ma'arij ayat 20; QS. Al-Hujurat ayat 11; QS. Al-Hujurat ayat 12; QS. Al-Ahzab ayat 58; QS. Al-Ahzab ayat 70; QS. Ali Imran ayat 139; QS. Al-Munafiqun ayat 9; QS. An-Nur ayat 19; QS. At-Tin ayat 4.

Penelitian ini, menitik fokuskan pada dampak dari perbuatan ghibah itu sendiri, serta menawarkan sebuah solusi dalam mengurangi perbuatan ghibah tersebut. Berbeda dengan beberapa penelitian terdahulu yang sudah di amati oleh penulis yang membahas terkait tema sama yaitu ghibah. Fokus penelitian terdahulu pada bentuk-bentuk ghibah di media sosial, cara mengatasinya melalui terapi al-Qur'an berupa dzikir dan sholat.

Al- Qur'an adalah Firman Allah yang diturunkan kepada nabi Akhirus zaman, Nabi Muhammad saw melalui Malaikat Jibril sebagai rahmad dan petunjuk bagi seluruh umat. Sebagaimana yang telah di sebutkan dalam Q.S Al-A'raf ayat 52:

وَلَقَدْ جِئْنَاهُمْ بِكِتَابٍ فَصَّلْنَاهُ عَلَىٰ عِلْمٍ هُدًى وَرَحْمَةً لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ

Sungguh, kami telah mendatangkan kitab (Al-Qur'an) kepada mereka, yang kami jelaskan atas dasar

pengetahuan, sebagai petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Sesuai dengan fungsi Al-Qur'an diatas bisa dikatakan bahwasanya Al-Qur'an sebagai petunjuk atau aturan hidup manusia. Namun, bagaimana dengan fenomena-fenomena yang lagi viral masa kini? Pesatnya teknologi tentu membuat manusia menjadi pribadi yang lupa akan segala batasan-batasan ruang karena dengan canggih nya teknologi tersebut maka tak perlu kumpul untuk tegur sapa hanya melalui sebuah ketikan jari saja sudah sampai langsung pada orang yang dituju.

Viralnya Media Sosial masa kini bukan lagi tentang edukasi, Informasi, ataupun motivasi. Namun sangat disayangkan karena justru yang sering Viral di Media sosial bukanlah hal mendidik, seperti halnya yang sedang saya teliti pada penelitian ini, Ghibah Online. Dampak dari Ghibah Online sering kali di sepelekan, padahal dampak dari Ghibah online ini sangat berpengaruh pada psikis seseorang.

Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah diceritakan, suatu ketika Rasulullah Saw pernah bertanya kepada para sahabat.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ أَتَدْرُونَ مَا الْغَيْبَةُ قَالُوا اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ قَالَ ذِكْرُكَ أَخَاكَ بِمَا يَكْرَهُ قِيلَ أَفَرَأَيْتَ إِنْ كَانَ فِي أَخِي مَا أَقُولُ قَالَ إِنْ كَانَ فِيهِ مَا نَقُولُ فَقَدْ اغْتَابَتْهُ وَإِنْ لَمْ يَكُنْ فِيهِ فَقَدْ بَهَتْهُ

Dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah SAW pernah bertanya: “Tahukah kamu, apakah ghibah itu?” Para sahabat menjawab; ‘Allah dan Rasul-Nya lebih tahu.’ Kemudian Rasulullah SAW bersabda: ‘Ghibah adalah

kamu membicarakan saudaramu mengenai sesuatu yang tidak ia sukai.’ Seseorang bertanya; ‘Ya Rasulullah, bagaimanakah menurut engkau apabila orang yang saya bicarakan itu memang sesuai dengan yang saya ucapkan?’ Beliau berkata: ‘Apabila benar apa yang kamu bicarakan itu ada padanya, maka berarti kamu telah menggunjingnya. Dan apabila yang kamu bicarakan itu tidak ada padanya, maka berarti kamu telah membuat-buat kebohongan terhadapnya.’⁵

Dari penjelasan Hadis di atas, dapat disimpulkan bahwa ghibah merupakan suatu perbuatan membicarakan orang lain di belakang, perbuatan ini tentu tidak di benarkan karena Ketika suatu hal yang kita bicarakan benar maka sama halnya kita menggunjingnya. Sedangkan Ketika hal yang kita bicarakan tidak benar maka hal tersebut sama halnya kita berbuat dusta atau kebohongan terhadapnya.

Imam Al-Ghazali dalam kitab *ihya’ Ulumuddin* berpendapat bahwa Ghibah atau menggunjing merupakan membicarakan seseorang yang tidak ada, tentang hal-hal yang tidak disukainya jika seandainya ia mendengar.⁶

Menurut Yusuf Al Qardhawi, Ghibah merupakan suatu hal yang tercela dan tidak diperbolehkan. Hal ini sebagaimana yang dijelaskan dalam kitabnya *Al Halal Wa al Haram Fi al Islam* “Ini menunjukkan kelicikannya, sebab sama dengan menusuk dari

⁵ Hadits Riwayat Bukhari, Muslim, Tirmidzi, Abu Daud, Darimi

⁶ Stop Menggunjing, Redaksi Sidogiri.Net, 2018. <https://sidogiri.net/2018/10/stop-menggunjing/#:~:text=Menurut%20Imam%20Ghazali%2C%20tindakan%20yang,sendiri%20kemudian%20berusaha%20untuk%20memperbaikinya> Di akses pada 29 Juni 2025

belakang. Sikap semacam ini salah satu bentuk daripada kehancuran. Sebab pengumpatan ini berarti melawan orang yang tidak berdaya. Ghibah disebut juga suatu ajakan merusak, sebab sedikit sekali orang yang lidahnya dapat selamat dari cela dan cerca.”Dari pernyataan tersebut jelas bahwasannya Yusuf Al Qardhawi mengatakan bahwa Ghibah merupakan suatu yang yang diharamkan.

Berbeda dengan pendapat di atas, Imam An Nawawi justru berpendapat bahwa ghibah diperbolehkan sebagaimana pendapatnya dalam kitab Al-Adzkar “Menggunjing itu walaupun haram hukumnya tetapi boleh pada hal-hal tertentu demi suatu kemaslahatan. Alasan yang membolehkan disini harus berdasarkan syariat. Ada enam macam sebab yang membolehkan adanya ghibah.”⁷ Enam diantaranya pertama, dalam sidang perkara di muka hakim. Kedua, dalam melaporkan pelanggaran hukum kepada aparat kepolisian atau otoritas terkait dengan niat mengubah kemungkaran. Ketiga, dalam meminta fatwa kepada seorang mufti. Keempat, dalam mengingatkan publik agar terhindar dari kejahatan pihak baik personal maupun institusi. Kelima, dalam kondisi di mana pihak-pihak tertentu melakukan kejahatann terang-terangan seperti meminum khamar, mengambil harta secara zalim, menarik upeti, mengambil kebijakan-kebijakan batil. Keenam, menandai seseorang dengan kekurangan fisik atau gelar-gelar buruknya.⁸

Dasar awal Perbuatan Ghibah tentu karena Karakter Manusia. Secara umum menurut Doni Koesoema A.karakter

⁷ An Nawawi, al-Adzkar (Surabaya: al-Hamain, 1995), hal. 303

⁸ Ila Dadilasari, 6 Kondisi Seseorang Boleh Melakukan Ghibah, Jum’at, 14 Oktober 2022, <https://lampung.nu.or.id/syiar/6-kondisi-seseorang-boleh-melakukan-ghibah-xzfg> Di akses pada, 29 Juni 2025.

dapat did efinisikan sebagai unsur psikososial yang dikaitkan dengan pendidikan dan konteks lingkungan. Karakter jika dipandang dari sudut behavioral yang menekankan unsur kepribadian yang dimiliki individu sejak lahir. Karakter dianggap sama dengan kepribadian, karena kepribadian dianggap sebagai ciri atau karakteristik atau sifat khas dari diri seseorang yang bersumber dari lingkungan.⁹

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, karakter adalah sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lainnya (tabiat, watak, kepribadian)¹⁰ Karakter manusia merupakan salah satu cerminan dari kepribadian seseorang itu maka tidak heran jika kita sering menjumpai orang yang berbeda-beda karakternya dalam kehidupan sosial termasuk caranya dalam berinteraksi pasti berbeda satu sama lain. Pembeda dari karakter-karakter manusia. Adapun macam-macam karakter manusia dibedakan menjadi empat, diantaranya ialah:

1) Plegmatis

Karakter Manusia Plegmatis memiliki unsur kepribadian seseorang yang dingin. Kepribadian ini pembawaanya tenang, cenderung diam, mudah untuk diatur, suka mengalah dan tidak suka ketika ada konflik.

2) Melankolis

Karakter manusia Melankolis ini memiliki unsur kepribadian yang serius dan tekun. Kepribadian ini dikenal dengan sifat perfeksionis karena karakter manusia yang satu ini, memiliki karakter yang rapi, teratur, terencana, dan mampu mempertimbangkan segala sesuatu setelah melihat

⁹ E-Journal, Universitas Negeri Yogyakarta,(Yogyakarta)

¹⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia

hal-hal kecil. Karakter Melankolis biasanya cenderung suka mengatur orang lain, suka mengontrol semuanya sendiri, cara bicaranya dingin, sesuai aturan dan terkesan baku.

3) Sanguinis

Karakter Manusia Sanguinis memiliki kepribadian dengan pembawaan yang ceria, aktif, optimis. Orang yang memiliki karakter Sanguinis ini cenderung mudah bergaul dan bisa membangun suasana menjadi lebih menyenangkan. Memiliki kepribadian yang suka menjadi pusat perhatian, memiliki rasa percaya diri yang tinggi, dan selalu senang dengan situasi yang gembira dan menyenangkan. Namun pemilik karakter ini biasanya sulit untuk berkonsentrasi dan diajak serius, selain itu mudah memutuskan sesuatu setelah berpikir secara pendek.

4) Koleris

Karakter manusia Koleris memiliki kepribadian dengan pembawaan yang emosional, logis, dan keras kepala. Karakter ini merupakan tipe kepribadian seorang pemimpin. Karakter Koleris cenderung suka mengatur, suka pertualangan, suka tantangan baru, dan tegas dalam mengambil keputusan, serta tidak mau menyerah dan mengalah.¹¹

Selain itu, landasan kedua tentu karena adanya perkembangan Teknologi. Pesatnya teknologi di Indonesia membuat cara interaksi manusia berbeda dari yang biasanya. Smartphone memudahkan orang dalam berinteraksi antar sesama. Tidak butuh ruang untuk sekedar berkumpul saling sapa, namun saat ini dengan adanya sosial media yang semakin

¹¹ Admin Kanaka, Artikel online Kanaka, Yogyakarta.

beragam maka dalam hal ini lebih muda orang dalam berinteraksi.

Informasi merupakan unsur pokok yang secara imprivat melekat dalam konsep pembangunan yang terencana. Saat ini informasi tersebar secara luas dan cepat dengan adanya perkembangan teknologi yang begitu pesat.

Pesatnya perkembangan teknologi di era Society 5.0 ini memberikan banyak dampak bagi masyarakat baik dampak positif dan negatif.¹² Pesatnya teknologi tentu membuat manusia menjadi pribadi yang lupa akan segala batasan-batasan ruang karena dengan canggihnya teknologi tersebut maka tak perlu kumpul untuk tegur sapa hanya melalui sebuah ketukan jari saja sudah sampai langsung pada orang yang dituju. Media social sangat berpengaruh positif bagi keberlangsungan hidup manusia karena dengan adanya media social dapat memudahkan cara berkomunikasi¹³ serta meng- update berita-berita terbaru hanya dengan beberapa menit saja. Namun dengan kemudahan komunikasi elektronik ini, masyarakat masa kini dapat menyebarkan desas-desus atau kabar angin yang belum tentu benar adanya (gibah) dengan menggunakan media sosial, yakni tidak ketika bertemu langsung saja. Bahkan, gibah dianggap hal yang lumrah untuk dilakukan tanpa menghiraukan dampak yang dapat ditimbulkan baik kepada yang digibahkan maupun si penggibah itu sendiri.

¹² Hendra Fridolin Ananda Sudater Siagian, Direktorat Jenderal Kekayaan Negara, Kamis, 30 Maret 2023 <http://djkn.kemenkeu.go.id/>

¹³ Nurul Fatmawati, Pengaruh Positif dan Negatif Media Sosial Terhadap Masyarakat, Direktorat Jenderal Kekayaan Negara, Selasa, 02 November 2021, <http://djkn.kemenkeu.go.id/>

Tidak dapat di pungkiri bahwa Smartphone ini merupakan salah satu produk teknologi yang mengubah perilaku komunikasi manusia dengan menembus ruang dan waktu. Walaupun berjarak ribuan kilometer penggunaanya dapat saling berkomunikasi elektronik baik dengan memandang atau mengobrol dengan lawan bicaranya

Sebagai manusia tentu kita harus berhati-hati dalam berinteraksi antar sesama, karena terkadang ketika kita mulai kehabisan topik pembicaraan kita akan mencari topik dan menjadikan orang lain sebagai objek interaksi antar sesama. Dalam berinteraksi terkadang kita menjadi pelaku ghibah adakalanya ketika kita tidak hadir dalam forum interaksi tersebut kita yang akan menjadi korbannya. Karena pada hakikatnya manusia itu, selalu merasa kurang dengan apa yang diberikan oleh Allah Swt, dan suka mengeluh. Sebagaimana Firman Allah dalam Q.S Al Ma'arij Ayat 19-21:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا | إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا | وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا

Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, Dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir,¹⁴

Ayat diatas merupakan pengecualian bagi orang-orang mukmin yang shalat dengan dengan berhias akhlak-akhlak mulia. Mereka memberikan hak-hak Allah dan juga hak-hak sebagai hamba sehingga mereka berhak mendapatkan keabadian di surga.¹⁵

¹⁴ Tafsir web, di akses pada 30 Juni 2025, <https://tafsirweb.com/11317-surat-al-maarij-ayat-21.html>

¹⁵ Prof. Wahbah Zuhaili, Tafsir Al-Munir, (Gema insani) Jilid 15, Hal.127

Manusia dijadikan bertabiat berkeluh kesah dan kikir, serta banyak cemberut. Karena itu, apabila dia ditimpa sesuatu kesulitan atau penyakit, dia mengeluh dan mengadu kesana kemar. Apabila mempunyai kekayaan ataupun kecukupan, sehat wal afiat tubuhnya, dia pun tak mau mempergunakan kekayaannya untuk kepentingan umum. Seharusnya manusia lebih memperhatikan keadaan akhirat daripada mendahulukan keadaan dunia. Kalau dia menderita kesulitan hidup, hendaklah dia bersabar. Apabila dia memperoleh harta, maka dipergunakanlah hart aitu untuk memperoleh kebahagiaan akhirat¹⁶

Ayat tersebut menggambarkan sebab keberpalingan manusia yang durhaka dari kebenaran. Allah berfirman: *Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat gelisah dan rakus.* Hal ini tercermin pada sikapnya yang *apabila ia disentuh* yakni ditimpa walau sedikit *kesusahan ia sangat berkeluh kesah, dan apabila mendapatkan kebaikan* seperti limpahan harta atau rezeki lainnya *ia amat kikir.*

Kata (هلع) *halu'an* terambil dari kata (هلع) *hala'* yang berarti *cepat gelisah* atau *berkeinginan meluap-luap* seperti rakus. Thabathaba'I mengomentari ayat di atas antara lain bahwa keinginan manusia meraih segala sesuatu yang merupakan potensi manusiawi yang dilekatkan Allah pada diri manusia, bukannya keinginan untuk meraih segala sesuatu baik atau buruk, berguna atau tidak, tetapi keinginan meluap untuk meraih kebaikan dan manfaat. Bukan juga keinginan meluap untuk meraih kebaikan dan manfaat baik berkaitan dengan dirinya maupun orang lain, tetapi apa yang dinilainya baik dan

¹⁶ Teungku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy, Tafsir Qur'anul Majid An-Nur, (Semarang : PT. Pustaka Rizki Putra) Jilid 5 hal. 4349

bermanfaat untuk dirinya. Nah keinginan meluap inilah yang menjadikan manusia goyah dan bimbang ketika ia disentuh oleh keburukan (lawan kebaikan) dan enggan memberi kebaikan itu ketika ia memperolehnya serta mengutamakan dirinya sendiri atas orang lain, kecuali bila ia menilai bahwa memberinya mengundang kedatangan kebaikan dan manfaat yang lebih besar buat dirinya. Dengan demikian, keluh kesah ketika disentuh keburukan dan kikir ketika meraih kebaikan dan rezeki merupakan akibat dari penciptaannya menyandang sifat *hala'* yakni gelisah dan keinginan meluap.¹⁷

Sifat tersebut yang merupakan naluri manusia dan yang merupakan bagian dari cinta diri sendiri (egoisme) bukanlah sesuatu yang buruk. Betapa ia dinilai buruk, padahal itulah satu-satunya cara yang mengundang manusia untuk meraih kebahagiaannya dan kesempurnaan wujudnya. Memang ia akan menjadi buruk kalau manusia keliru menggunakannya yakni menggunakannya dalam hal-hal yang dibolehkan dan tidak dibolehkan, dengan hak dan dengan batil. Ia akan menjadi sifat yang terpuji-sebagaimana halnya sifat-sifat yang lain jika diterapkan sisi keseimbangan. Bila ia menyimpang arah, berlebih atau berkurang, maka ia akan menjadi sifat buruk dan tercela. Manusia sejak kecilnya memiliki sifat tersebut dan bertindak atas dasar apa yang dianggapnya baik untuk dirinya atau buruk, ini berdasar naluri manusiawinya. Ia melakukan kegiatannya tanpa dibatasi oleh batas tertentu dari dalam dirinya, tetapi ketika ia telah dianugerahi akal dan mengetahui yang hak dan yang batil, yang baik dan yang buruk serta dan hatinya mengakui apa yang diketahuinya itu, maka ketika itu berubah

¹⁷ M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Misbah, (Jakarta: Lentera Hati, 2002) Jilid 14, hal. 441

sekian banyak pemahamannya tentang hak dan batil, baik dan buruk sehingga banyak hal yang tadinya dianggap baik, kini dinilainya buruk, demikian juga sebaliknya.

Demikian lebih kurang Thabathaba'i yang kemudian menegaskan bahwa sebenarnya tidak ada masalah dalam pernyataan ayat di atas bahwa manusia diciptakan menyandang sifat-sifat yang disebut ayat di atas, karena sifat-sifat itu baru tercela akibat ulah manusia yang menggunakan nikmat Allah itu tidak sesuai dengan yang dikehendaki-Nya.¹⁸

Dalam Tafsiran Al- Azhar menjelaskan “Sesungguhnya manusia diciptakan dalam keadaan keluh kesah.”(ayat 19). Keluh kesah tidak mempunyai ketenangan hati, selalu cemas, selalu ketakutan dan selalu merasa kekurangan saja. Berbagai macam sakit jiwa dapat pula mengiringi keluh kesah itu. “Apabila disentuh akan dia oleh suatu kesusahan dia pun gelisah.” (ayat 20) Bila ditimpa susah, dia tidak dapat lagi mengendalikan diri. Dia menjadi gelisah, menyesali nasib atau menyalahkan orang lain. Maunya hanya “tahu beres” saja, tidak mau terganggu sedikit jua pun. Pada ayat 10 dari surat 29, al-ankabut diterangkan juga perangai orang yang demikian. Yaitu apabila mereka bertemu penderitaan pada jalan Allah, dianggapnyalah fitnah manusia sebagai azab Allah juga. Pendeknya, orang seperti ini tidak pernah mau menyelidiki di mana kekurangan dan kelemahan dirinya, tidak mau tahu bahwa hidup di dunia itu mesti bertemu kesusahan dan kesenangan. Tidak ada yang senang dan mudah saja. “Dan apabila disentuh akan dia oleh kebajikan dia pun mendinding diri.” (ayat 21) mendinding diri, tidak mau dihubungi oleh orang lain, dia

¹⁸ M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Misbah, (Jakarta: Lentera Hati, 2002) Jilid 14, hal. 441-442

mencari 1000 macam akaluntuk mengelakkan kalau ada orang yang akan datang meminta pertolongan. Ada-ada saja jawabnya untuk menyembunyikan kemampuannya. Dia bakhil, tidak mau menolong orang. Maka lupalah dia akan kesusahan yang pernah menimpa dirinya. Bertambah dia mampu, bertambahlah bakhilnya. Dan dia pun tidak keberatan mendinding diri itu dengan macam-macam kebohongan. Perangkat semacam ini sangatlah buruknya.¹⁹

Allah Ta'ala berfirman seraya menceritakan tentang manusia dan akhlak tercela yang diciptakan padanya. “sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir” kemudian menafsirkannya melalui firman-Nya ini. “Apabila ia ditimpa kesusahan, ia berkeluh kesah.” Maksudnya, jika dia ditimpa oleh suatu hal yang menyusahkan, maka dia akan gusar dan mengeluh. Hatinya pun menjadi hancur karena rasa takut yang luar biasa menyeramkan dan karena putus asa dari mendapatkan kebaikan. “Dan apabila ia mendapat kebaikan, ia amat kikir.” Maksudnya, jika dia mendapatkan kenikmatan dari Allah, maka dia sangat kikir memberikannya kepada orang lain dan menolak memberikan hak Allah dari nikmat yang dididatkannya tersebut.²⁰

Dari penjelasan tafsir di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa Seorang manusia memiliki tabiat suka mengeluh ketika ia ditimpa musibah atau kesusahan, namun ia lupa ketika ia diberikan nikmat dan kekayaan dalam hidupnya ia akan kikir.

¹⁹ Prof. Dr. Haji Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (Hamka), Tafsir Al-Azhar, (Singapura: Puska Nasional PTE LTD) Jilid 10. Hal. 7623

²⁰ Dr. Abdullah Bin Muhammad Bin Abdurrahman Bin Ishaq Al-Sheikh, Penerjemah, M. Abdul Ghoffar E.M., Abdurrahim Mu'thi, Abu Ihsan Al-Atsari, (Pustaka Imam asy-Syafi'i) Jilid 8, Hal. 289.

B. Dampak Ghibah di Era Digital

Pesatnya perkembangan teknologi di era Society 5.0 ini memberikan banyak dampak bagi masyarakat baik dampak positif dan negatif.²¹ Pesatnya teknologi tentu membuat manusia menjadi pribadi yang lupa akan segala batasan-batasan ruang karena dengan canggih nya teknologi tersebut maka tak perlu kumpul untuk tegur sapa hanya melalui sebuah ketikan jari saja sudah sampai langsung pada orang yang dituju. Media social sangat berpengaruh positif bagi keberlangsungan hidup manusia karena dengan adanya media social dapat memudahkan cara berkomunikasi²² serta meng- update berita-berita terbaru hanya dengan beberapa menit saja.

Pada era saat ini, ghibah mulai merembet ke Media Sosial. Saat ini media sosial menjadi wadah yang mempercepat penyebaran informasi, baik informasi yang positif maupun informasi yang merugikan atau negatif. Ghibah online atau ghibah di media sosial memiliki dampak yang lebih luas daripada ghibah secara lisan. Melalui media sosial, dengan kecepatan sumber informasi yang tersebar secara pesat, orang lain dapat dengan mudah memberikan komentar-komentar terkait informasi yang belum tentu benar. Komentar-komentar negative ini tentu dapat memicu konflik. Ghibah yang belum tentu akan kebenarannya tentu menjadi suatu Fitnah yang

²¹ Hendra Fridolin Ananda Sudater Siagian, Direktorat Jenderal Kekayaan Negara, Kamis, 30 Maret 2023 <http://djkn.kemenkeu.go.id/>.

²² Nurul Fatmawati, Pengaruh Positif dan Negatif Media Sosial Terhadap Masyarakat, Direktorat Jenderal Kekayaan Negara, Selasa, 02 November 2021, <http://djkn.kemenkeu.go.id/>

dengan sengaja dilakukan oleh seseorang. Hal ini dapat merusak reputasi seseorang.²³

Saat ini, ghibah online menjadi hal yang lazim untuk dilakukan sedangkan banyak sekali orang-orang awam pengguna media sosial yang ikut-ikutan dalam berkomentar tanpa memikirkan dampak yang di peroleh oleh objek aksi mereka. Banyak sekali individu yang bertindak tanpa berfikir dampak serta menelan informasi tanpa menela'ah, menyebarkan berita atau informasi yang di dapatkan tanpa sharing serta mencari tahu akan kebenarannya terlebih dahulu.²⁴

Pemerintah belum dapat mengatasi fenomena mengenai ghibah di media sosial. Bukan hanya sekali dua kali, tetapi banyak sekali imbuan bahwa Fatwa MUI²⁵ belum cukup untuk menghentikan aksi ghibah dalam media sosial atau ghibah online. Untuk memberikan efek jera, beberapa kali para tokoh yang menjadi perbincangan di media sosial mencoba melaporkan akun-akun media sosial dengan jeratan undang-undang informasi dan transaksi elektronik (UU ITE) dengan pasal pencemaran nama baik. Namun, lagi-lagi peraturan perundang-undangan juga belum mampu menghentikan perilaku tersebut. Hal ini dikarenakan masyarakat Indonesia dalam proses komunikasi elektronik memiliki pandangan yang cenderung

²³ Ibnu Fikri Ghozali, *Bahaya Ghibah di Era Media Sosial: Mengatasi Fitnah dan Dosa Berlipat*, 2 Januari 2024. <https://www.batemuritour.com/detail/artikel/3009/bahaya-ghibah-di-era-media-sosial-mengatasi-fitnah-dan-dosa-berlipat> di akses pada 29 Juni 2025.

²⁴ Diskominfo Kabupaten Bandung, *Pengertian Hoax dan cara menangkalnya*, 18 juli 2022, akses Kamis, 12 Juni 2025 <https://diskominfo.badungkab.go.id/artikel/42985-pengertian-hoax-dan-cara-menangkalnya>

²⁵ Fadhil, *Haram dan Dilarang Dilakukan di Medsos Menurut MUI*, Kementerian Komunikasi dan Informatika (06-2017) <http://kominfo.go.id/>

menggiring untuk melakukan ghibah. Jari-jari yang semakin mengganas tersebut sudah seharusnya diintervensi. Karena, hal ini akhirnya dapat menimbulkan penyakit mental pada masyarakat seperti ketergantungan terhadap gadget dan lain sebagainya. Sehingga dibutuhkan edukasi serta kesadaran dalam berkomunikasi dari masing-masing individu agar dampak yang ditimbulkan dari komunikasi elektronik menjadi lebih damai dan sehat.²⁶

Manusia diciptakan oleh Allah Swt. agar menjadi khalifah di muka bumi. Salah satu ciri khalifah adalah mampu menciptakan suasana keamanan dan kedamaian yang dapat dirasakan oleh semua pihak, baik manusia, hewan maupun alam semesta. Dan salah satu cara menciptakan kedamaian dan keamanan adalah menumbuhkan rasa saling menghargai dan saling menghormati privasi masing-masing dan menghindari hal-hal yang dapat menguak dan membuka jendela permusuhan²⁷

Setiap manusia dituntut untuk berbuat baik atau berbaik sangka terhadap sesamanya dengan tidak membicarakan keburukan orang lain. namun pada kenyataannya yang ada pada era modern saat ini sering dijumpai seseorang yang membicarakan keburukan orang lain baik secara terang-terangan maupun tersembunyi. perbuatan Macam ini biasa disebut juga sebagai gosip ghibah atau rumpi detik gosip atau ghibah atau rumpi terhadap sesama akan memberikan dampak yang sangat

²⁶ Wening Purbatin & Palupi Soenjoto, Fenomena Ghibah Virtual pada Komunikasi Era Milenial Menurut Perspektif Islam, VOL 3 NO 1 (2019): ANCOMS 2019, <http://proceedings.kopertais4.or.id/> .

²⁷ Musyifikah Ilyas, Ghibah perspektif Sunnah, Jurnal Al-Qada'u, 23 Mei 2018.

buruk bagi kehidupan apalagi di dalam menjalin kemitraan antar sosial terlebih perbuatan ini akan berakibat pada permusuhan terhadap pihak yang bersangkutan.²⁸

Ghibah dapat menyebabkan konflik sosial yang sangat serius melalui media sosial. Ketika orang menyebarkan gosip negative tentang seseorang hal ini dapat memicu reaksi negative dari orang-orang yang merasa terlibat. Tentu hal ini dapat mempengaruhi dan merusak jalinan persaudaraan atau persahabatan yang sebelumnya terjalin dengan baik. Selain antar individu, tentu hal ini akan memicu reaksi beberapa kelompok yang berbeda di media sosial. Ketika salah satu kelompok menyebarkan gosip atau menggiring opini negatif terhadap kelompok lain, hal ini dapat memicu reaksi yang berlebihan dan meningkatkan ketegangan antar kedua kelompok.²⁹ Akibatnya ketegangan di media sosial akan semakin memanas dan saling adu argument melalui kanal media sosial. Hal ini tidak hanya disaksikan oleh dua kelompok saja, namun dapat di akses oleh semua orang yang mengenakan media sosial.

Selain Menyebabkan Konflik sosial. Ghibah yang tidak benar-benar valid akan menyebabkan fitnah dan kebohongan. Tidak bisa dipungkiri ketika kita ghibah pasti ada tambahan informasi yang terkadang tidak sesuai, ada kalanya juga informasi yang disampaikan berlebihan, atau bahkan keluar dari

²⁸ Silvi Nurul Izzah, Perspektif al-qur'an dan hadis terhadap maraknya perilaku ghibah di era globalisasi, (Banten: Jurnal UIN Sultan Maulana Hasanuddin).

²⁹ Fiqrah Risar Mohammed Risar, 3 Dampak Negatif Gibah pada Kehidupan Sosial Media, 15 mei 2023. Di akses pada 30 Juni 2025 <https://www.idntimes.com/life/inspiration/dampak-negatif-gibah-pada-kehidupan-sosial-media-c1c2-1-01-q4p42-f4qf58>.

informasi fakta yang mana hal ini dapat menyebabkan fitnah dan juga kesalah pahaman antar sesama.³⁰

Ghibah juga dapat merugikan diri kita sendiri, karena orang yang terbiasa menggunjing biasanya akan kehilangan reputasi dan kepercayaan dari orang lain. Mereka akan dianggap sebagai orang yang suka mencapuri urusan orang lain. Hal ini tentu akan merusak hubungan atau interaksi sosial bagi diri sendiri.

Dengan kecepatan perkembangan teknologi yang mana saat ini ghibah juga sudah mulai menyebar luas melalui smasrtpphone. Hal ini dapat merusak reputasi seseorang melalui media sosial dengan cepat. Ketika seseorang menjadi sasaran ghibah otomatis orang lain juga akan lebih mudah terpengaruh dengan beredarnya gosip tersebut. Seseorang yang menjadi korban dari tudingan yang belum tentu akan kebenarannya itu akan mendapatkan konsekuensi dengan reputasi yang rusak secara permanen. Hal ini tentu sangat memberikan efek yang berkepanjangan kepada seorang korban karena hal ini dapat menghambat aspek keberlangsungan kehidupan baik dari segi karier, maupun hubungan secara pribadi.³¹

Selain itu, ghibah dapat memiliki kecemasan dan tekanan psikologis. Karena dengan adanya ghibah atau penyebaran gosip melalui media sosial ini akan berkembang kepada mental

³⁰ Sigma Foundation, Dampak Negatif Ghibah dan cara menghindarinya dalam islam, 28 oktober 2024, di akses pada tanggl 30 Juni 2025 <https://yayasansigma.or.id/dampak-negatif-dan-cara-menghindarinya-dalam-islam/>.

³¹ Fiqrah Risar Mohammed Risar, 3 Dampak Negatif Gibah pada Kehidupan Sosial Media, 15 mei 2023. Di akses pada 30 Juni 2025 <https://www.idntimes.com/life/inspiration/dampak-negatif-gibah-pada-kehidupan-sosial-media-c1c2-1-01-q4p42-f4qf58>

seseorang, khususnya remaja. Hal ini berkaitan dengan merembetnya ghibah ini menjadi bentuk tidandakan *Cyberbullying* atau dikenal sebagai viktimisasi dunia maya. Hal ini tentu karena rusaknya citra diri, sehingga muncul keinginan untuk bunuh diri, dan muncul nya permasalahan lain,³² seperti berakibat pada karier di masa depan ataupun hubungan secara pribadi.

C. Contoh-Contoh Ghibah

1. Ghibah secara langsung atau lisan

Biasanya, ghibah terjadi secara langsung dalam sebuah perkumpulan atau saat sedang mengobrol santai. Ghibah ini bermula dari keburukan atau aib seseorang yang secara tidak sengaja diketahui oleh orang lain, lalu disebarluaskan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab melalui percakapan dalam kelompok tersebut.

Ghibah tidak hanya berkaitan dengan menyampaikan hal-hal yang benar ataupun buruk tentang seseorang. Substansi dari ghibah lebih menekankan pada tindakan membicarakan individu tanpa kehadirannya atau di luar sepengetahuan yang bersangkutan. Praktik ini juga berkaitan erat dengan etika dalam menyampaikan informasi mengenai orang lain tanpa izin dan persetujuan langsung dari pihak yang dibicarakan.

2. Ghibah secara Online

Seiring berjalannya waktu dan perkembangan transformasi teknologi, kita kini memasuki era digital.

³² Tim Medis Siloam Hospitals, Universitas Pelita Harapan, 22 agustus 2024, di akses pada 30 Juni 2025, <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/pengaruh-media-sosial-terhadap-kesehatan-mental-remaja>

Dalam konteks ini, praktik ghibah tidak lagi terbatas pada interaksi langsung, melainkan juga terjadi melalui berbagai platform daring. Fenomena ini dikenal sebagai *ghibah online* atau *ghibah digital*. Dibandingkan dengan ghibah secara langsung, ghibah dalam bentuk digital memiliki potensi penyebaran yang jauh lebih cepat dan luas, bahkan dapat menjadi viral dalam waktu singkat.

Ghibah memiliki dampak yang sangat luas dan dapat menimbulkan pengaruh psikologis yang mendalam, bahkan berkelanjutan, bagi korban. Selain itu, tindakan ini juga dapat menimbulkan efek adiktif bagi pelaku, karena munculnya rasa puas atau superioritas ketika mendapatkan perhatian, kepercayaan, atau dukungan dari orang lain sebagai akibat dari penyebaran informasi tersebut

BAB II

INTERPRETASI Ghibah DALAM AL-QUR'AN

A. Ayat-Ayat Ghibah

Al-Qur'an merangkum delapan ayat terkait dengan ghibah. Dalam surat Al-Hujurat ayat 11 berikut:

وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ
وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Janganlah kamu saling mencela satu sama lain dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barangsiapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.³³

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat ini melarang segala bentuk penghinaan dan pelecehan antar individu atau kelompok. Ia menjelaskan bahwa tindakan merendahkan orang lain menunjukkan kesombongan dan dapat menimbulkan permusuhan serta kebencian. Penghinaan tidak hanya merendahkan martabat individu yang dihina tetapi juga merendahkan moralitas pelaku penghinaan itu sendiri³⁴

Al-Qurtubi menafsirkan ayat ini sebagai peringatan terhadap perilaku yang dapat merusak keharmonisan sosial. Dia menekankan bahwa menghina atau mengolok-olok orang lain bertentangan dengan nilai-nilai Islam tentang persaudaraan dan saling menghormati. Menurutny, ayat ini

³³ Tafsir Kemenag NU Online, di akses pada Agustus 2

³⁴ (Katsir, 2006).

mendorong umat Islam untuk menjaga kehormatan satu sama lain dan menghindari perilaku yang bisa memicu konflik.³⁵

Al-Tabari menekankan bahwa penghinaan dapat menimbulkan luka emosional yang mendalam dan bisa merusak hubungan sosial. Dalam tafsirnya, dia menunjukkan bahwa tindakan mengolok-olok menunjukkan ketidakhormatan terhadap ciptaan Allah, karena setiap manusia diciptakan dengan martabat yang harus dihormati³⁶

Dari ayat tersebut dapat kita pahami bersama bahwa perbuatan ghibah merupakan sebuah perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT. Bahkan Ghibah merupakan suatu perbuatan yang Zalim. Dengan Mengetahui sebuah larangan tersebut alangkah baiknya jika kita menghindari perbuatan Ghibah atau menggunjing satu sama lain. Karena Perbuatan ini sangat merugikan bagi kita semua.

Menyebarkan aib itu bukanlah hal yang positif, menyebarkan aib itu adalah perbuatan yang melenceng dari ajaran agama Islam atau tidak diperbolehkan oleh agama Islam itu tersendiri. Islam berdiri kokoh di atas pondasi Al-Qur'an dan Hadis. Al-Qur'an dan hadis ini sangat berfungsi sebagai petunjuk bagi manusia agar mereka tidak menyeleweng dari ajaran agama Islam tersebut. Al-Qur'an sebagai Wahyu yang pertama yang diturunkan oleh Allah kepada rasul melalui Malaikat Jibril yang tertulis dalam mushaf diriwayatkan secara Mutawatir menjadi ibadah apabila membacanya diawali surat al-fatihah dan diakhiri surat an-nas maka semua yang terkandung di dalam Al-Qur'an itu bersifat universal dapat dilaksanakan dalam setiap waktu dan tempat dan di setiap kondisi dan

³⁵ (Al-Qurtubi, 2009)

³⁶ Al-Tabari, 2001)

situasi. Sedangkan hadits itu sebagai sumber tuntutan Islam yang kedua yang merupakan sesuatu yang datang dari Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam baik berupa perkataan atau perbuatan dan persetujuan. Adapun fungsi hadis tersebut terhadap Al-Qur'an secara umum adalah menjelaskan makna kandungan Al-Qur'an yang sangat dalam dan global seperti apa yang sudah dijelaskan dalam surat al-Nahl ayat 44 yang artinya keterangan-keterangan dan kitab-kitab. Dan kami turunkan kepadamu Al-Qur'an agar kamu menerangkan kepada umat manusia apa yang telah diturunkan kepada mereka dan supaya mereka memikirkan.³⁷

Dari maraknya Fenomena Ghibah secara online ini dapat menjadikan manusia merasa aman dan lupa akan ancaman serta larangan Allah SWT dalam menyebarkan berita-berita bohong karena ghibah di masa kini sudah bukan lagi sesuatu yang bernilai kesalahan dan dosa, namun justru ghibah online di anggap sebagai hal yang lumrah untuk di lakukan. Padahal Allah SWT sudah berpesan pada manusia pada al-Qur'an Surat Al-Hujurat ayat 12 sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا ۚ أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Wahai orang-orang yang beriman, jauhilah banyak prasangka! Sesungguhnya sebagian prasangka itu dosa. Janganlah mencari-cari kesalahan orang lain dan janganlah ada di antara kamu yang menggunjing

³⁷ Silvi Nurul Izzah, Perspektif al-qur'an dan hadis terhadap maraknya perilaku ghibah di era globalisasi, (Banten: Jurnal UIN Sultan Maulana Hasanuddin)

sebagian yang lain. Apakah ada di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Tentu kamu merasa jijik. Bertakwalah kepada Allah! Sesungguhnya Allah Maha Penerima Tobat lagi Maha Penyayang.

Ibnu Katsir menekankan bahwa ayat ini mengingatkan umat Islam untuk menjauhi prasangka buruk terhadap orang lain, karena prasangka sering kali tidak berdasar dan dapat menimbulkan dosa. Ia juga menjelaskan bahwa menggunjing adalah tindakan yang sangat buruk, diibaratkan seperti memakan daging saudara sendiri yang sudah mati, yang sangat menjijikkan dan merusak kehormatan orang lain³⁸

Al-Qurtubi menafsirkan ayat ini dengan menekankan pentingnya menjaga kehormatan dan privasi orang lain. Dia menjelaskan bahwa mencari-cari kesalahan orang lain dan menggunjing merupakan perbuatan yang merusak persaudaraan dan menimbulkan permusuhan. Ia menekankan bahwa takwa kepada Allah harus menjadi motivasi utama dalam menjauhi perilaku negatif ini³⁹

Al-Tabari menekankan bahwa ayat ini memberikan peringatan keras terhadap kebiasaan menggunjing dan berprasangka buruk, yang dapat merusak ikatan sosial dan menyebabkan perpecahan. Menurutnya menjaga lisan dan hati dari perbuatan yang tercela ini adalah bagian dari ketaatan kepada Allah dan upaya untuk menjaga keharmonisan dalam masyarakat.⁴⁰

³⁸ Katsir, 2006).

³⁹ Al-Qurtubi, 2009).

⁴⁰ (Al-Tabari, 2001).

Dari ayat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa Allah SWT telah beresam pada umat manusia untuk menjauhi banyak prasangka dan juga jangan mencari-cari kesalahan orang lain. Selain itu dalam ayat ini Allah SWT juga memerintahkan pada manusia untuk tidak menggunjing saudara atau umat manusia yang lain. Ghibah sama halnya dengan perilaku di atas yaitu dengan mencari-cari kesalahan orang lain lalu kemudian mencela atau menggunjing sesama. Dan dalam hal ini terdapat suatu perintah untuk segera bertobat karena perbuatan tersebut sama halnya dengan memakan daging saudaranya sendiri. Dan Allah mengingatkan untuk bertobat serta bertaqwa kepada Allah SWT.

Dengan perbuatan ghibah yang dilakukan tanpa kita sadari, bahwa hal tersebut merupakan suatu perbuatan yang dapat menyakiti orang lain sebagaimana yang telah Allah jelaskan dalam al-Qur'an Surat Al-Ahzab ayat 58 sebagai berikut:

وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدْ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا
وَإِنَّمَا مُبِينًا

Orang-orang yang menyakiti mukminin dan mukminat, tanpa ada kesalahan yang mereka perbuat, sungguh, mereka telah menanggung kebohongan dan dosa yang nyata.

Dampak dari Ghibah dapat menyakiti orang lain serta menurut keterangan ayat di atas akan menanggung sebuah kebohongan dan dosa yang nyata. Maka dari itu, sebagai manusia yang tentunya tanpa kita sengaja pasti kita mengalami perbuatan tersebut. Dalam penelitian ini penulis

juga menawarkan sebuah solusi konkrit untuk mengurangi perbuatan ghibah online perspektif al-Qur'an.

Sebagaimana yang telah telah di jelaskan dalam al-Qur'an Surat Al-Ahزاب Ayat 70:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar

Dari Ayat di atas, dari dampak ghibah yang menyakiti orang lain dan memikul beban kebohongan ialah mengupayakan untuk selalu berkata yang benar dan tidak terlalu menaruh rasa curiga pada orang lain.

Selain menyakiti orang ghibah juga dapat menjadikan orang lain merasa lemah yang berakibat beban mental pada orang lain. Sebagaimana yang telah Allah Firman kan dalam QS. Ali- Imran ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.

Penulis mengangkat ayat ini sebagai dampak dari ghibah dapat memberikan beban psikis seseorang. Solusi dari dampak ini adalah dengan melakukan hal-hal yang positif atau menyibukkan diri dalam kebaikan dan kebermanfaatan dan tidak lalai sesuai dalam Firman Allah QS. Al-Munafiqun ayat 9:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ
ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ

Hai orang-orang beriman, janganlah hartamu dan anak-anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah. Barangsiapa yang berbuat demikian maka mereka itulah orang-orang yang merugi.

Dalam bermedia sosial tentunya lebih membatasi diri dalam mengonsumsi hal-hal yang kurang baik seperti mulai mengikuti akun dengan konten konten edukatif dan inspiratif.

Sehingga pada akhirnya dengan tersebarnya berita bohong tersebut, manusia yang lalai akan mendapatkan azab dari Allah SWT. Sesuai dengan QS. An-Nur ayat 19:

إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا
وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Sesungguhnya orang-orang yang ingin agar perbuatan yang sangat keji itu (berita bohong) tersiar di kalangan orang-orang yang beriman, mereka mendapat azab yang pedih di dunia dan di akhirat. Dan Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.⁴¹

Ibnu Katsir menjelaskan bahwa ayat ini merujuk pada larangan menyebarkan tuduhan atau berita palsu tentang perbuatan yang tidak senonoh di kalangan orang beriman. Ia menekankan bahwa menyebarkan fitnah dapat menyebabkan kerusakan sosial yang luas. Allah memperingatkan bahwa mereka yang terlibat dalam tindakan semacam itu akan

⁴¹ Tafsir Ringkas Kemenag RI, al-Qur'an Digital NU Online.

menerima hukuman yang berat baik di dunia maupun di akhirat.⁴²

Al-Qurtubi menafsirkan ayat ini sebagai peringatan keras terhadap orang-orang yang menyebarkan cerita-cerita bohong. Ia menyebutkan bahwa tindakan menyebarkan fitnah adalah dosa besar karena dapat menciptakan kebencian, dan permusuhan di masyarakat. Dalam penafsirannya, ia juga menekankan pentingnya menjaga kehormatan dan reputasi sesama muslim (Al-Qurtubi, 2009).⁴³

Sayyid Qutb menjelaskan bahwa ayat ini menunjukkan betapa seriusnya Islam dalam menjaga kehormatan dan privasi individu. Penyebaran fitnah dianggap sebagai ancaman besar bagi tatanan sosial dan moralitas masyarakat. Ia menekankan bahwa Islam mengajarkan umatnya untuk selalu berhati-hati dalam menyebarkan informasi dan memastikan bahwa segala sesuatu yang disampaikan adalah benar dan tidak merugikan orang lain.⁴⁴

Dengan adanya fenomena inilah penulis merasa tertarik untuk membahas bagaimana solusi untuk menghentikan atau setidaknya menurunkan intensitas perilaku ghibah online di kalangan masyarakat luas perspektif Al-Qur'an menggunakan metode tafsir *maudhu'i*. Penelitian ini nantinya akan lebih fokus bagaimana dampak dari ghibah online tersebut dan juga solusi untuk menghindari atau menghentikan perilaku atau kebiasaan seseorang melakukan ghibah online ini. Penelitian ini menjadi penting karena

⁴² Katsir, 2006).

⁴³ (Al-Qurtubi, 2009).

⁴⁴ (Qutub, 1999).

dampak tidak hanya pada korban saja namun, dampaknya juga pada penggosip atau penggibah itu sendiri.

Manusia adalah makhluk yang selalu merasa kurang dengan apa yang dimilikinya sehingga menjadikan ia memiliki sifat iri dan dengki. Sifat ini dapat memicu sebuah perbuatan yang di namakan ghibah. Padahal Allah SWT menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya sebagaimana yang telah Allah jelaskan dalam Q.S At-Tin Ayat 4, berikut:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

Sungguh, kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.

Menurut penafsiran Quraish Shihab menggambarkan anugerah Allah kepada manusia yang diciptakan dengan bentuk sebaik-baiknya. Lisan juga dapat menjadi sebuah perhiasan atau mutiara yang sangat berharga di dalam hidup. seseorang mampu menjaganya dengan baik dan menggunakannya dengan tepat maka dapat meningkatkan harkat dan martabatnya Namun apabila sebaliknya maka itu adalah perbuatan yang dilarang oleh ajaran agama Islam.

Ghibah terjadi karena sebab karakter manusia itu sendiri, yang mudah mengeluh, berkeluh kesah, memiliki sikap iri, dan tidak kepuasan pada nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT. Sehingga ia mudah menjelekkan orang lain, menyebarkan aib orang lain, menggunjing, dan lain sebagainya. Tentu hal ini tidak sejalan dengan ayat-ayat diatas yang membahas tentang bagaimana larangan atau peringatan terkait Perbuatan Ghibah ini.

Peneliti menemukan ayat yang sesuai sebagai bentuk solusi mengurangi ghibah online, selain tentunya adanya kedekatan diri kita dengan Allah atau Hablumminallah sebagai umat Allah SWT perlu bermuhasabah diri bahwa Manusia diciptakan oleh Allah dalam bentuk sebaik baiknya sebagaimana yang telah Allah Sebutkan dalam QS At-Tin ayat 4.

B. Hikmah dalam Larangan

Larangan dalam agama, khususnya dalam Islam, sering kali dipandang sebagai batasan yang membelenggu kebebasan. Namun, jika dipahami lebih dalam, setiap larangan sejatinya mengandung hikmah atau pelajaran berharga yang bertujuan untuk melindungi dan menuntun manusia menuju kebaikan. Larangan bukanlah sekadar aturan, melainkan sebuah pelindung dari kerusakan, baik bagi diri sendiri maupun masyarakat.

Dalam kajian Islam, larangan ghibah tidak hanya dipahami sebagai pembatasan terhadap kebebasan berekspresi, melainkan sebagai sebuah paradigma etika sosial yang berorientasi pada pembentukan masyarakat harmonis dan damai. Tindakan ini, yang sering kali disebut sebagai perbuatan dosa, sesungguhnya merupakan sebuah pedoman yang mendorong individu untuk mengendalikan ucapan demi menjaga integritas sosial.

Dengan menginternalisasi nilai-nilai ini dan menjaga lisan dari perbuatan ghibah, kita secara kolektif berkontribusi pada pembentukan kehidupan spiritual yang lebih baik. Lebih dari itu, praktik ini secara signifikan mendukung terciptanya

masyarakat yang berlandaskan kasih sayang, toleransi, dan saling menghormati.

Oleh karena itu, upaya kolektif diperlukan untuk meningkatkan kesadaran mengenai implikasi destruktif ghibah terhadap individu dan tatanan sosial. Melalui pemahaman ini, kita dapat bersama-sama membangun komunitas yang bersih dari perilaku merugikan dan mewujudkan kehidupan sosial yang lebih positif dan konstruktif.

1. Perlindungan Diri Dari Lingkungan

Hikmah terbesar dari larangan adalah sebagai penjaga keselamatan. Misalnya, larangan mengonsumsi minuman keras dan narkoba bertujuan untuk melindungi akal, kesehatan fisik, serta kestabilan emosional. Tanpa larangan ini, seseorang berisiko kehilangan kesadaran, merusak organ tubuh, dan berpotensi melakukan tindakan kriminal. Demikian pula, larangan berzina menjaga kehormatan diri dan keturunan, serta mencegah penyebaran penyakit dan masalah sosial.

2. Pembentukan Karakter dan Ketakwaan

Larangan juga berfungsi sebagai alat untuk mendidik jiwa. Saat seseorang patuh pada larangan, ia sedang melatih kedisiplinan, mengendalikan hawa nafsu, dan menumbuhkan kesabaran. Proses ini membentuk pribadi yang lebih kuat, bertanggung jawab, dan memiliki kendali diri. Kepatuhan terhadap larangan, meski terasa sulit, adalah wujud nyata dari ketakwaan dan kecintaan kepada Sang Pencipta.

3. Menciptakan Keadilan dan Keteraturan Sosial

Secara sosial, larangan menjadi fondasi untuk menciptakan tatanan masyarakat yang adil dan harmonis. Contohnya, larangan mencuri, menipu, atau membunuh bertujuan untuk melindungi hak milik, kehormatan, dan nyawa setiap individu. Tanpa larangan ini, masyarakat akan dipenuhi kekacauan, ketidakpercayaan, dan ketidakamanan. Larangan-larangan ini memastikan bahwa setiap orang dapat hidup dengan tenang dan damai, knowing that their rights are protected.

4. Menuju Kebahagiaan Sesungguhnya.

Pada akhirnya, semua larangan adalah bagian dari petunjuk menuju kebahagiaan yang hakiki. Banyak hal yang terlihat menyenangkan secara instan, namun dampaknya merugikan di kemudian hari. Larangan-larangan ini membantu manusia untuk melihat lebih jauh dari kenikmatan sesaat, dan memilih jalan yang membawa kebaikan jangka panjang. Dengan menjauhi larangan, manusia terhindar dari penyesalan, penderitaan, dan kerusakan, sehingga dapat meraih ketenangan jiwa dan kebahagiaan sejati di dunia maupun akhirat.

BAB III

TRIK MENGHINDARI Ghibah ONLINE

A. Strategi Menghindari Ghibah di Media Sosial

Pada sub bab ini, akan dijelaskan berbagai macam serangkaian upaya sadar dan terencana yang dilakukan oleh setiap individu untuk mencegah diri, dan menghindari suatu perbuatan ghibah di media sosial. Berbagai macam cara dan juga upaya akan di jelaskan pada bab ini, sehingga memudahkan pembaca dalam melaksanakan upaya atau strategi mengurangi ghibah di media sosial.

1. Bijak dalam Melihat Postingan Orang Lain

Postingan di media sosial bisa menjangkau dan di akses oleh semua pengguna media. Tentu dari sini terdapat banyak sudut pandang orang lain dalam melihat unggahan, mungkin bagi kita yang posting itu hal yang biasa dan berlalu begitu saja. Namun, tidak dengan perspektif orang lain ketika melihatnya, ada yang berspektif positif ada juga yang negatif.

Sebagai generasi Milenial dan generasi Z pengguna media sosial yang memiliki preferensi tinggi dengan data survei asosiasi penyelenggara jasa internet Indonesia (APJII) Generasi millennial, mayoritasnya (74,09%) lebih sering mengakses Facebook, sedangkan Generasi Z mayoritasnya (51,9%) sering mengakses aplikasi Instagram.⁴⁵ Dari data tersebut tentu langkah bijak yang

⁴⁵ Media Sosial Favorit Gen Z dan Milenial Indonesia, Databoks, diakses pada, 26 Juli 2025. <https://databoks.katadata.co.id/infografik/2024/09/24/media-sosial-favorit-gen-z-dan-milenial-indonesia#:~:text=>

seharusnya diambil adalah dengan cara senantiasa menumbuhkan rasa Husnuzan kepada sesama. Husnuzan dalam Bahasa arab, “husnu” berarti baik, sedangkan “as-zan” memiliki arti prangsangka. Sehingga Husnuzan adalah berprasangka baik. Namun, dalam istilah Husnuzan merupakan sikap atau cara pandang seseorang sehingga dapat melihat suatu hal secara positif dengan bekal hati yang bersih.⁴⁶

Tentu kita ingat bahwa Allah SWT selalu mengingatkan kita, bahwa kita harus senantiasa berprasangka baik, sebagaimana yang telah di jelaskan dalam QS. Al-Hujurat ayat 12:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ

Wahai orang-orang yang beriman! Jauhilah banyak prasangka, sesungguhnya prasangka itu dosa⁴⁷

Ibnu Katsir menekankan bahwa ayat ini mengingatkan umat Islam untuk menjauhi prasangka buruk terhadap orang lain, karena prasangka sering kali tidak berdasar dan dapat menimbulkan dosa. Ia juga menjelaskan bahwa menggunjing adalah tindakan yang sangat buruk, diibaratkan seperti memakan daging saudara sendiri yang

Menurut%20survei%20Asosiasi%20Penyelenggara%20 Jasa,09%25)%%20 sering%20mengakses%20Facebook.

⁴⁶ Husnudzon kepada Allah Ta’ala, Jurusan Informatika, Universitas Islam Indonesia. Di akses pada 26 Juli 2025 <https://informatics.uui.ac.id/2021/10/08/husnuzan-kepada-allah-taala/#:~:text=Perintah%20untuk%20 selalu%20berhuznuzan%20juga,Jauhilah%20banyak%20dari%20prasangka.>

⁴⁷ NU Online, Al-Qur’an, Surah Al-Hujurat ayat 12. Di akses pada, 27 juli 2025. <https://quran.nu.or.id/al-hujurat/12>

sudah mati, yang sangat menjijikkan dan merusak kehormatan orang lain⁴⁸

Al-Qurtubi menafsirkan ayat ini dengan menekankan pentingnya menjaga kehormatan dan privasi orang lain. Dia menjelaskan bahwa mencari-cari kesalahan orang lain dan menggunjing merupakan perbuatan yang merusak persaudaraan dan menimbulkan permusuhan. Ia menekankan bahwa takwa kepada Allah harus menjadi motivasi utama dalam menjauhi perilaku negatif ini⁴⁹

Al-Tabari menekankan bahwa ayat ini memberikan peringatan keras terhadap kebiasaan menggunjing dan berprasangka buruk, yang dapat merusak ikatan sosial dan menyebabkan perpecahan. Menurutnya menjaga lisan dan hati dari perbuatan yang tercela ini adalah bagian dari ketaatan kepada Allah dan upaya untuk menjaga keharmonisan dalam masyarakat⁵⁰

Dari ayat serta penafsiran di atas tentu kita telah tahu bahwa prasangka akan menambah beban dos akita saja, namun berbeda, jika prasangka kita baik maka hal tersebut akan membawa alam bawah sadar kita, paradigma, sudut pandang kita dalam melihat postingan orang lain akan positif. Sehingga dengan berhunusan sebagai Langkah awal ini kita bisa lebih bijak lagi dalam melihat postingan orang lain.

2. Berfikir Sebelum Berkomentar

Berfikir berasal dari kata pikir. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, Arti kata pikir adalah akal budi, ingatan,

⁴⁸ Katsir, 2006).

⁴⁹ Al-Qurtubi, 2009).

⁵⁰ (Al-Tabari, 2001).

dan angan-angan. Sedangkan berfikir merupakan proses mental yang dilakukan oleh manusia untuk memahami, menganalisis, mengevaluasi, dan memecahkan masalah berdasarkan pengetahuan, pengalaman, dan informasi yang dimiliki. Sedangkan pendapat lain, berpikir merupakan menggunakan akal budi untuk mempertimbangkan dan memutuskan sesuatu, seperti menimbang-nimbang dalam ingatan⁵¹

Dalam merespons atau mengomentari suatu unggahan yang beredar di media sosial, kita sebagai generasi Z perlu bersikap bijak dengan terlebih dahulu mengamati dan mempertimbangkannya secara matang. Ketika kondisi pikiran, emosi, dan fisik sedang tidak stabil, kemampuan berpikir jernih dapat terganggu. Hal ini berisiko mendorong kita untuk melontarkan komentar negatif yang tanpa disadari dapat merugikan, bahkan melukai perasaan orang lain.

3. Fokus pada Postingan Positif dan Bermanfaat

Media sosial menjadi ruang terbuka bagi siapa saja untuk memberikan pendapatnya dari berbagai konten atau postingan. Namun, tidak semua konten yang beredar memiliki nilai-nilai informatif dan edukatif. Tak sedikit konten yang justru malah menggiring opini dan bersifat propokatif. Maka dari itu, penting bagi setiap individu khususnya generasi muda untuk menela'ah atau memilah konten-konten yang positif, informatif, dan edukatif.

Ketika kita fokus pada postingan positif maka hal tersebut secara tidak langsung akan meningkatkan kualitas

⁵¹ Oxford Languages, di akses pada 30 Juli 2025, <https://languages.oup.com/google-dictionary-id/>

diri dan lingkungan digital. Karena dengan konten-konten positif yang kita nikmati setiap harinya secara tidak langsung hal tersebut akan berimbas pada wawasan kita yang semakin meningkat, dapat memberikan banyak pengaruh baik bagi diri sendiri maupun lingkungan, karena semakin banyak kita mengakses konten-konten positif hal tersebut akan berpengaruh pada ekosistem digital yang terbentuk.

4. Berhati-Hati dalam Membuat *Caption* di Setiap Postingan

Caption bisa kita maknai sebagai bentuk representasi diri yang dapat mewakili momen unggahan tersebut. Selain itu caption bisa mewakili sudut pandang atau cara berfikir dari pengunggah tersebut. Ketika caption yang kita buat kurang bijak maka hal tersebut akan menimbulkan kesan negative bagi pembaca.

Dengan bersikap hati-hati dalam menyusun caption, secara tidak langsung kita turut menjaga dampak psikologis yang mungkin ditimbulkan pada audiens. Sebab, tanpa disadari, kurangnya ketelitian dalam membuat sebuah unggahan dapat menyisipkan unsur negatif, seperti body shaming, sindiran, atau penggunaan bahasa yang kasar. Kehati-hatian ini juga penting untuk menghindari potensi konflik dan mencegah munculnya konten yang bersifat provokatif.

Secara umum, setiap individu di masyarakat memiliki cara pandang yang berbeda dalam menafsirkan caption dari suatu unggahan. Perbedaan persepsi ini berpotensi menimbulkan kesalahpahaman di kalangan audiens tertentu. Oleh karena itu, sebagai pengguna media yang

aktif dalam membuat dan membagikan konten, penting bagi kita untuk berhati-hati dan meminimalkan penggunaan kata atau kalimat yang mengandung unsur sindiran maupun konotasi negatif terhadap pihak tertentu.

Sebagai generasi muda yang merupakan pengguna dominan media sosial, peran pemuda sangat diharapkan dalam menciptakan lingkungan digital yang sehat dan beretika. Hal ini mencakup kemampuan untuk bersikap kritis, tidak mudah terprovokasi oleh konten yang mengandung unsur SARA, menggiring opini yang menimbulkan konflik atau kebencian, maupun yang berisi ghibah digital.

Sebagaimana pepatah bijak yang sering kita dengar, “Mulutmu adalah harimaumu,” atau dalam makna lain, “Lidah itu lebih tajam dari pedang.” Ungkapan ini mengingatkan kita bahwa setiap kata yang terucap memiliki kekuatan—bisa menjadi alat penyembuh, namun juga bisa berubah menjadi senjata yang melukai. Ketika lisan tidak dijaga, ucapan yang keluar dapat menjadi seperti bilah pedang yang siap menebas, tanpa pandang arah dan tanpa sadar meninggalkan luka. Di era digital, di mana kata-kata tak lagi hanya terdengar, tetapi juga terbaca dan tersebar luas, kemampuan menjaga lisan—baik secara lisan maupun tulisan—adalah bentuk tanggung jawab moral yang tak bisa diabaikan.

5. Memanfaatkan Media untuk Kebaikan

Media digital merupakan platform terbuka yang dapat diakses oleh seluruh lapisan masyarakat. Kondisi ini tentu menjadi peluang besar untuk dimanfaatkan dalam menyebarkan ilmu pengetahuan, kegiatan positif, serta

berbagai konten edukatif lainnya. Selain berperan sebagai wadah untuk membagikan informasi yang bersifat mendidik, media sosial juga dapat difungsikan sebagai ruang untuk mencari sumber pengetahuan dan menjadi sarana pembelajaran yang lebih fleksibel dan produktif bagi semua Kalangan.

Sebagai generasi muda, kehidupan kita kini tak terpisahkan dari media sosial. Salah satu hal yang berkembang dalam konteks ini adalah *personal branding*, di mana banyak anak muda mulai membangun citra dirinya melalui media sosial dengan membagikan konten-konten yang positif, edukatif, inspiratif, dan sebagai bentuk ekspresi diri. Meskipun tidak semua pengguna akan menyukai atau menyetujui apa yang kita bagikan, menyajikan potret diri yang bermakna dan informatif dapat memberikan kepuasan tersendiri bagi diri kita. Dengan demikian, kita dapat terhindar dari keterlibatan dalam hal-hal negatif di media sosial, terutama yang bersifat provokatif atau merugikan.

Fokus pada unggahan yang bersifat positif tentu tidak akan merugikan, justru dapat memberikan dampak yang membangun bagi diri sendiri maupun orang lain. Sayangnya, masih terdapat pandangan keliru di tengah masyarakat yang menganggap *personal branding* sebagai ajang untuk memamerkan prestasi dan pencapaian. Padahal, bagi individu yang melakukannya, aktivitas tersebut merupakan bentuk ekspresi diri dan cara untuk mengabadikan momen berharga melalui platform digital, yang pada akhirnya dapat memberikan kepuasan pribadi secara emosional maupun psikologis

Selain itu, media sosial juga dapat mempercepat perkembangan bisnis-bisnis kita mulai dari yang kecil, menengah, hingga kelas bisnis yang besar. Media sosial bisa kita jadikan sebuah alat promosi atau pemasaran di setiap produk-produk local yang mana hal ini dapat menggerakkan ekonomi masyarakat serta dapat memperluas peluang usaha.

B. Cara Mengelola Emosi dan Reaksi dalam Melihat Postingan Yang Memicu Ghibah

Pada era Revolusi digital saat ini, tentu tidak hanya unggahan positif saja yang bisa kita nikmati, banyak sekali konten-konten negative yang dapat memicu reaksi emosional negatif baik karena hal sensitive, bersifat propokatif, atau memancing komentar negative terhadap seseorang. Tentu mengelola emosi dan reaksi menjadi penting bagi kita agar tidak terjebak pada perilaku yang merugikan diri sendiri dan juga orang lain.

Psikologi memandang komunikasi dengan cakupan yang luas, dari sekadar pertukaran pesan hingga pengaruh terapeutik. Secara mendasar, komunikasi adalah proses di mana energi dan informasi dari alat indera diteruskan ke otak untuk kemudian diterima dan diproses. Psikologi fokus menganalisis seluruh komponen dalam proses komunikasi ini, terutama pada diri komunikan—meneliti karakteristik, serta faktor internal dan eksternal yang membentuk perilaku komunikasinya.⁵²

⁵² Zuliana Sari, Sakinah, Mufaro'ah, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Bengkalis, Indonesia, Membangun Hubungan yang Positif melalui Komunikasi yang Efektif. Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini,

Pada sub-bab ini penulis akan menyajikan cara-cara yang relevan untuk dilakukan dalam mengelola emosi dan reaksi pada konten-konten di media sosial.

1. Peka Terhadap Emosi

Emosi merupakan reaksi terhadap seseorang atau kejadian.⁵³ Emosi dapat ditunjukkan ketika diri kita merespon perasaan tertentu, emosi bisa diartikan sebagai bentuk sinyal tubuh kita dalam mengekspresikan hal yang dirasakan oleh tubuh.

2. Membatasi Interaksi Dengan Konten Negatif

Ada beberapa pengklasifikasian konten, ada yang positif dan ada juga yang negative. Setiap dari kita tentu bisa memilih mau menikmati konten yang positif atau konten yang negative. Dalam platform media sosial telah banyak sekali konten yang positif dan kita sebagai pembaca tentu bisa memilih dan memilah terkait mana konten yang positif dan mana konten yang negatif.

3. Berlatih Menahan Diri, Serta Meningkatkan Empati

Setiap diri manusia memiliki cara tersendiri dalam menahan dirinya dari perbuatan dosa, terkhusus ghibah. Karena ghibah akan memberikan dampak yang sangat luar biasa. Selain beberapa cara dalam pengelolaan emosi di atas. Maka, Langkah selanjutnya adalah menahan diri. Menahan diri untuk tidak ber ghibah hal ini bisa dilakukan dengan cara memposisikan diri kita sebagai objek ghibah.

Ketika hal itu bisa kita lakukan maka empati kita terhadap sesama akan muncul dengan sendirinya. Hal inilah

yang kemudian menjadi bentuk pengendalian emosi yang bijak.

Dengan berempati, kita akan lebih berhati-hati dalam berbicara dan bereaksi, serta memahami bahwa setiap orang memiliki cerita dan pergumulannya masing-masing.

4. Lakukanlah aktivitas yang menyenangkan dan menenangkan

Langkah terakhir ialah melakukan hal-hal yang menyenangkan, seperti melakukan aktivitas yang menjadi hobi atau hal-hal lain yang positif misalnya menyibukkan diri dengan cara berorganisasi ataupun hal-hal positif lainnya.

Ketika emosi sulit dikendalikan, cobalah alihkan perhatian pada hal-hal yang menenangkan seperti membaca, berdoa, menulis jurnal, atau melakukan aktivitas fisik ringan. Ini membantu menjaga keseimbangan emosi agar tidak terluapkan melalui komentar negatif di dunia maya.

Mengelola emosi saat melihat postingan yang memicu ghibah adalah bentuk kecerdasan emosional dan kedewasaan dalam bermedia. Dengan tetap tenang, berpikir jernih, dan mengedepankan empati, kita bisa berkontribusi dalam menciptakan lingkungan digital yang lebih sehat, positif, dan beradab.

C. Cara Membangun Komunikasi yang Positif

Komunikasi adalah elemen dasar yang tak terpisahkan dari kehidupan sosial manusia. Sebagai makhluk sosial, manusia menggunakan komunikasi-baik verbal maupun nonverbal-untuk berinteraksi. Komunikasi adalah fondasi

utama yang membentuk cara manusia berpikir dan bertindak dalam berbagai situasi.⁵⁴

Melalui komunikasi, individu dan kelompok dapat belajar, berbagi strategi, dan menemukan solusi untuk tantangan hidup. Dengan demikian, komunikasi memegang peran krusial dalam interaksi sehari-hari. Komunikasi yang efektif sangat berguna untuk menyampaikan pesan secara jelas, baik kepada satu orang maupun banyak orang.⁵⁵

Dalam interaksi, komunikasi selalu hadir sebagai bagian esensial. Topik dan tujuan menjadi dasar percakapan, sementara alat atau media komunikasi berperan penting dalam memastikan informasi tersampaikan dengan baik. Secara garis besar, komunikasi berkelanjutan antarindividu dibedakan menjadi dua jenis, yaitu komunikasi verbal⁵⁶ dan komunikasi nonverbal.⁵⁷

⁵⁴ Zuliana Sari, Sakinah, Mufaro'ah, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Bengkalis, Indonesia, Membangun Hubungan yang Positif melalui Komunikasi yang Efektif. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume 2 Nomor 4, Tahun 2024, <https://e-journal.nalanda.ac.id/index.php/KHIRANI>

⁵⁵ Zuliana Sari, Sakinah, Mufaro'ah, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Bengkalis, Indonesia, Membangun Hubungan yang Positif melalui Komunikasi yang Efektif. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume 2 Nomor 4, Tahun 2024, <https://e-journal.nalanda.ac.id/index.php/KHIRAN>

⁵⁶ Komunikasi lisan yang berupa kata-kata dan ucapan. Mereka mengartikulasikan perasaan, emosi, gagasan, dan pemikiran dengan menggunakan kata-kata, serta mereka mengkomunikasikan fakta, data, dan informasi lain yang ingin mereka sampaikan untuk bertukar perasaan dan pemikiran antara individu dan kelompok.

⁵⁷ Komunikasi nonverbal biasanya identik dengan komunikasi yang tidak menggunakan kata-kata atau yang dapat menekankan makna simbol-simbol yang diterapkan pada lingkungan sosial suatu masyarakat. Baik komunikasi verbal maupun nonverbal mempunyai fungsi yang berkaitan dengan komunikasi dalam hubungan interaksional.

Membangun komunikasi yang positif merupakan suatu kunci untuk menjaga hubungan yang harmonis baik dalam lingkungan keluarga, pertemanan, maupun pekerjaan. Komunikasi tidak hanya mengacu pada pada perkataan saja, tetapi juga tentang bagaimana cara anda menyampaikannya, mendengarkan, dan merespons.

Pada sub bab ini, anda akan mengetahui bagaimana langkah serta cara terkait membangun komunikasi yang positif. Kebanyakan dari diri kita tentu tahu bagaimana caranya membangun komunikasi yang positif, namun, sering kali hal ini disepelekan. Karena di anggap hal kecil yang remeh, padahal dari hal kecil inilah kita bisa memupuk persaudaraan yang erat baik di lingkungan sekitar kita, ataupun melalui jejaring media sosial.

1. Mendengarkan dengan seksama

Komunikasi yang baik tentu berawal dari cara kita mendengar. Mendengar secara aktif disini bermakna fokus pada apa yang disampaikan atau dicvertakan oleh teman bicara, bukan hanya menunggu giliran untuk berbicara. Memberikan perhatian penuh, untuk lawan bicara merupakan salah satu hal yang membuat pembicara di hargai dan di respon dengan baik. Berikan Kontak mata jangan sibuk sendiri dengan Ponsel ataupun lainnya ketika mendengarkan lawan bicara bercerita. Selanjutnya ketika lawan bicara selesai bercerita berikan respon yang positif, seperti, mengulang poin utama dari yang diceritakan sebagai bentuk penguat bahwa anda memahami apa yang diceritakan oleh lawan bicara.

2. Memberikan Umpan Balik yang jujur dan Konstruktif.

Memberikan Umpan Balik adalah bagian yang tak kalah penting dalam membangun komunikasi yang positif. Saat kita memberikan umpan balik atas cerita dari lawan bicara ucapkan dengan cara jujur namun, tidak menyakiti lawan bicara. Fokuslah pada Tindakan atau perilaku yang bisa di ubah, bukan pada karakter seseorang. Sehingga hal ini akan membantu orang lain berkembang tanpa merasa diserang atau tersudutkan.

3. Penggunaan atau pemilihan diksi kata yang baik

Pilihan kata akan sangat mempengaruhi makna, maka dari itu mulailah belajar memikirkan dan memilih kata-kata yang akan keluar dari mulut kita biar tidak terkesan menyakiti orang lain. Pemilihan kata-kata yang baik atau positif, juga kalimat-kalimat yang membangun. Tidak semua orang bisa menerima kritikan yang terkesan frontal dan menyakitkan. Bukan menguatkan orang lain justru malah membuatnya *down*.

4. Hindari Asumsi

Sering kali kita membuat asumsi sendiri tanpa mau mengonfirmasi. Misalnya ketika teman, keluarga, ataupun orang-orang disekeliling kita murung, pasti asumsi kita aneh-aneh seperti, “apa dia marah yah ke aku?” atau “pasti marah nih ke aku, apa ya salahku.” Tanpa kita sadari kita selalu menafsirkan perilaku seseorang di sekeliling kita dengan sendiri tanpa mengonfirmasi terlebih dahulu.

Langkah pertama yang harus kita mulai saat ini adalah berfikir positif, ketika ada hal yang kurang nyaman sebaiknya kita bertanya dengan kalimat yang baik, bukan

ber asumsi atau menyimpulkan sendiri. Sehingga kesalahan paham antar teman antar keluarga tidak ada, dan bisa hidup lebih tentram dan indah. Misalnya, “apa kah ada hal yang mengganggu pikiranmu hari ini?” berusaha mengerti bukan menghakimi.

BAB IV

TIPS MENGURANGI GHIBAH

A. Cara Menghadapi Postingan Yang Memicu Ghibah

Di media sosial, asumsi negatif sering muncul hanya karena perbedaan pendapat atau latar belakang. Beberapa pengguna bahkan sengaja mencari-cari kesalahan orang lain untuk disebarluaskan, entah itu dalam bentuk tangkapan layar, foto pribadi, atau informasi sensitif lainnya, yang dapat merusak reputasi. Menggunjing juga sering terjadi melalui komentar negatif yang merendahkan, sementara grup-grup *online* kadang menjadi sarana bagi pengguna untuk saling bergosip atau memfitnah.⁵⁸

Ketika kita mengakses media sosial tentu ada beberapa postingan yang memicu ghibah atau gosip. Tentu kita harus bijak dalam menyikapi hal tersebut dengan bijak, karena ghibah bukan perkara yang remeh untuk saat ini, dari dampak ghibah yang sudah di jelaskan secara detail pada Bab I tentu sangat merugikan baik dari penggibah ataupun orang yang menjadi objek ghibahnya. Berikut adalah Langkah-Langkah atau cara efektif dalam menghadapi postingan yang memicu ghibah.

1. Jangan Ikut-ikutan

Ketika Hal yang sedang ramai di sosial media atau FYP di akun kita, jangan ikut ikutan terlebih dahulu.

⁵⁸ Yasar Muda Lubis , Wahab Nur Kadri, Universitas PTIQ Jakarta, Ujaran Kebencian di Era Digital (Perspektif Etika Komunikasi AL-Quran dan Solusinya) BUSYRO (Jurnal Dakwah dan Komunkasi Islam) Volume 6, Nomor 1, November 2024 | DOI: 10.55352/kpi.v6i1.1126 <https://ejournal.insud.ac.id/index.php/kpi>

sebagai generasi muda tentu kita harus lebih cerdas dalam memaknai setiap postingan yang sedang Viral. Kita harus mengkaji terlebih dahulu apakah hal yang sedang viral benar adanya atau hanya berita bohong yang secara sengaja disebarkan oleh seseorang yang tidak bertanggung jawab. Telusuri sumber aslinya, telusuri latar belakangnya, kemudian kita lihat dari beberapa sudut pandang yang berbeda. Sehingga sebelum kita ikut-ikutan mengshare suatu berita atau konten kita perlu tahu sumber aslinya darimana dan mengklarifikasi terkait kebenarannya.

2. Berikan Komentar yang positif dan Netral.

Sebagai Pengamat atau penikmat konten yang terjadi di media sosial tentu kita harus berada pada sikap Netral. Tidak condong ke salah satu pihak sehingga tidak menimbulkan perpecahan atau perselisihan. Ghibah ini terkadang secara terbuka terkadang juga secara tertutup. Melalui Media sosial kita biasanya ghibah terjadi di grup whatsapp ini bisa dikatakan sebagai ghibah tertutup karena hanya anggota grup itu saja yang mengetahuinya. Ghibah terbuka seperti di media sosial secara terbuka misalnya pada akun gosip yang sudah luas yaitu “lambe turah” pada akun tersebut merupakan contoh ghibah secara terbuka karena dapat dinikmati oleh semua kalangan pengguna media sosial. Dan melalui komentar itulah sebagai bentuk ghibah. Karena saling menanggapi satu sama lain hingga memunculkan banyak sudut pandang dan adu argument dengan sudut pandangnya masing-masing.

3. Sembunyikan atau Laporkan Postingan

Ketika terdapat sebuah postingan atau komentar yang kurang nyaman atau mengganggu kita bisa melaporkan

dan akan di tinjau oleh sistemnya setelah itu jika laporan kita bisa diterima maka komentar tersebut akan di hapus oleh system platform media sosial yang sedang kita gunakan Selain itu ada cara lain yaitu dengan menyembunyikan komentar atau postingan sehingga postingan tersebut tidak akan muncul lagi pada sosial media kita.

4. Ingatkan dengan Bijak

Ketika itu teman dengan kita maka Kita boleh mengingatkan dengan cara bijak, tidak menghakimi, tidak menyudutkan, tidak pula menyindir. Gunakanlah cara bijak ketika mengingatkan dan tidak yterkesan menggurui. Namun, bagaimana ketika itu orang lain, ketika kita tidak mampu mengetahui karakternya seperti apa dan kita bingung cara mengingatkannya seperti apa, maka kita diam saja tidak ikut ikutan namun, teruslah mendoakannya agar ia bisa berubah.

5. Alihkan Perhatian

Alihkan perhatian kita kepada hal-hal yang positif misalnya melihat konten-konten yang positif, yang memiliki nilai edukatif dan informatif, atau bisa juga dengan kita memulai membuat konten yang positif sehingga konten tersebut menjadi salah satu sumbangsih kita kepada masyarakat secara luas terkait konten postif yang tentunya lebih bermanfaat daripada konten yang negative.

B. Strategi Membangun Dialog yang Sehat dan Produktif secara Online

Setiap dari kita berkomunikasi tentu yang kita butuhkan adalah dialog. Biasanya saking kebingungan memulai dialog darimana Dialog positif tidak hanya menghindari konflik saja, namun mampu menciptakan diskusi yang bermanfaat.

1. Memahami Konteks dan Tujuan Dialog

Sebelum diri kita memutuskan untuk terlibat dalam suatu percakapan tentu kita wajib menganalisis dan menganalisa terkait konteks dan tujuan dari dialog tersebut. Apakah diskusi yang terjalin ini untuk mencari solusi, berbagi informasi, atau sekedar bertukar pendapat. Sehingga ketika di awal sudah kita menganalisis hal tersebut maka kita akan paham Batasan dialognya sampai mana. Sehingga dengan memahami konteks dan tujuan di awal percakapan akan membantu kita dalam menyesuaikan nada atau isi komentar dan argument agar tetap relevan dan konstruktif. Penting bagi kita untuk tidak langsung bereaksi tanpa membaca keseluruhan isi postingan atau komentar sebelumnya.

2. Menggunakan Bahasa Yang Santun

Di dunia maya, emosi sering kali sulit untuk kita kenali, sehingga penggunaan Bahasa menjadi sangat krusial, mulai sekarang kita harus mulai menggunakan Bahasa-Bahasa yang santun ketika hendak memosting suatu konten ataupun memberikan komentar melalui media sosial. Usahakan pendapatmu selalu mengedepankan sikap menghargai, dan pendapat yang tanpa menyerang personal. Cobalah untuk memahami perspektif orang lain meskipun terkadang rasanya kita

tidak setuju dengan pendapatnya. Ganti kalimat “Pendapatmu salah total” menjadi dengan kalimat “Saya melihat dari sudut pandang yang berbeda, karena....” tentu hal tersebut akan lebih mudah diterima dan tidak memicu konflik. Sehingga komunikasi yang akan terjalin adalah komunikasi yang positif.

3. Fokus pada Gagasan, Bukan Pada Orang

Sering kali kita sebagai manusia pengguna media sosial suka salah sasaran. Karena yang kita serang terkadang orangnya atau menyerang secara personal atau karakter lawan bicaranya. Cobalah untuk menjaga dialog dengan cara menghindari penyerangan secara personal, karena strategi ini tentu relevan untuk menjaga dialog tetap sehat dan positif di lingkungan Media Sosial. Upayakan untuk tetap Fokus pada gagasan atau argumennya, bukan pada orang yang mengutarakannya. Pertahankan dialog tetap pada topik dan hindari penyimpangan ke hal-hal yang tidak relevan dalam percakapan.

4. Berikan Fakta atau Data Pendukung

Agar dialog yang kita mulai menjadi lebih produktif, perlu bagi kita memiliki pendukung dalam berargument seperti data, fakta, atau sumber yang kredibel. Hal ini akan membuat pendapat atau argument yang disampaikan kuat dan tidak mudah untuk disangkal. Selain itu, upayakan mengajak orang lain berdiskusi berdasarkan bukti, bukan hanya mengedepankan emosi atau asumsi, tanpa suatu bukti.

5. Hindari Memperpanjang Konflik

Jika dialog mulai memanas dan berpotensi menjadi perdebatan yang tidak sehat, pilih untuk mengakhiri

percakapan. Terkadang, lebih baik mundur daripada terjebak dalam lingkaran argumen yang tidak ada habisnya. Anda bisa mengakhiri dengan kalimat seperti, "Mari kita sepakati untuk tidak sepakat," atau "Saya menghargai pendapatmu, mari kita akhiri diskusi ini."

Dengan menerapkan strategi ini, Anda tidak hanya berkontribusi menciptakan ruang digital yang lebih positif, tetapi juga menunjukkan kematangan dalam berinteraksi secara *online*.

C. Tips Menghindari Perdebatan Yang Tidak Perlu

Sering kali, Perdebatan menghabiskan waktu dan energi tanpa menghasilkan solusi yang efektif. sebagai manusia yang memiliki fungsi sebagai makhluk sosial tentu kita harus mengenali saat dimana kita harus menghindari perdebatan, terutama ketika tidak ada titik temu yang jelas

1. Kenali Topik yang sensitive

Ada beberapa topik yang sering kali memicu emosi dan sulit untuk di bahas secara objektif. Seperti, Topik Politik, Agama, Ras, Suku, atau isu-isu yang sangat personal. Sebagai generasi muda tentu kita harus memahami Dialog-dialog yang mengarah pada isu-isu tertentu yang bersifat sensitive dan memicu perdebatan yang Panjang dan tidak ada ujungnya, sehingga Langkah terbaik adalah menghindari dialog perdebatan itu.

2. Pahami Kapan Harus Berhenti

Kita harus peka terhadap situasi juga, ketika kita sudah memberikan argument dengan jelas namun dari pihak lawan bicara tidak menunjukkan tanda-tanda untuk mendengarkan atau memahami, saatnya untuk berhenti.

Karena ketika kita terus beragumen itu rasanya akan percuma dan tentu akan menimbulkan ke tidak legaan dalam hati yang dapat memicu perdebatan dengan lawan bicara seperti teman, keluarga, ataupun orang-orang dilingkungan kita. Karena hal tersebut tentu akan membuang-buang waktu saja. Anda bisa mengakhiri sebuah Percakapan dengan kalimat yang netral seperti, “Saya mengerti pandangan anda, tapi sepertinya kita memiliki pendapat dan sudut pandang yang berbeda terkait hal ini.”

3. Tanamkan Pada Diri Kita bahwa, Kita Tidak Bisa Mengubah Semua Orang.

Penyebab utama suatu perdebatan muncul adalah keinginan untuk membuktikan bahwa kita benar. Kita perlu menyadari bahwa kita tidak bisa mengubah keyakinan atau pandangan setiap orang. Karena tentunya mereka memiliki pendapatnya sesuai dengan sudut pandang mereka. Daripada kita terus memaksakan pendapat yang sama dan akan menimbulkan suatu perdebatan dan konflik dengan lawan bicara. Alangkah lebih Baiknya ketika kita menghargai suatu perbedaan tersebut, dan menanamkan pada diri kita, bahwa setiap orang memiliki hak untuk berpendapat, memiliki sudut pandang, dan argumentasi yang berbeda dari kita.

4. Alihkan Pembicaraan

Jika Kalian sudah merasa bahwa percakapan yang kita bangun mulai memanas dan berpotensi menjadi perdebatan, coba alihkan topik pembicaraan. Kita bisa memulai topik baru yang lebih ringan atau yang semua

orang bisa sepakat dengan hal tersebut. Sehingga tidak terjadi perdebatan yang cukup memicu konflik.

5. Berikan Jeda.

Ketika perdebatan berlangsung cukup lama dan semakin tidak terfokus, maka Langkah yang seharusnya kita lakukan adalah mengambil jeda. Jika kita merasa emosi mulai naik, ambil nafas dalam-dalam dan berikan jeda sebelum merespon. Hal ini tentu akan memberikan efek yang luar biasa pada tubuh. Karena dengan cara ini, memberikan ruang untuk diri kita bisa lebih tenang dan berfikir sehingga kita bisa merespons perdebatatan dengan fikiran jernih dan hati yang tenang. Sehingga tidak terlalu larut dalam perdebatan atau emosi yang mulai naik. Dan memutuskan apakah perdebatan itu layak diteruskan atau tidak.

BAB V

MEMBANGUN BUDAYA POSITIF ONLINE

A. Cara Membangun Komunitas Online Yang Positif dan Produktif

Pesatnya perkembangan teknologi telah mendorong banyak komunitas virtual untuk memanfaatkan media sosial sebagai sarana utama pengembangan mereka. Saat ini, berbagai komunitas virtual telah hadir di Indonesia, membuktikan bahwa platform-platform ini sangat efektif dalam membangun interaksi.⁵⁹

Dengan demikian, pemanfaatan media sosial berperan penting dalam membangun hubungan sosial, memfasilitasi pertukaran pengetahuan, dan mendorong pertumbuhan individu maupun kelompok. Oleh karena itu, penelitian mendalam tentang cara mengoptimalkan media sosial untuk pengembangan komunitas virtual sangatlah krusial. Langkah ini penting untuk memahami dan memanfaatkan potensi penuh dari platform digital demi kemaslahatan bersama.⁶⁰

Pemanfaatan media sosial untuk membangun komunitas *online* memberikan dampak positif yang besar. Platform ini menjadi wadah bagi orang-orang dengan minat serupa untuk saling berbagi ilmu, pengalaman, dan ide. Komunitas ini juga menyediakan ruang aman untuk

⁵⁹ Permassanty, T.D., & Muntiani, M. Strategi Komunikasi Komunitas Virtual Dalam Mempromosikan Tangerang Melalui Media Sosial, Jurnal Penelitian Komunikasi, Volume 21 Nomor 2 Tahun 2018.

⁶⁰ Permassanty, T.D., & Muntiani, M. Strategi Komunikasi Komunitas Virtual Dalam Mempromosikan Tangerang Melalui Media Sosial, Jurnal Penelitian Komunikasi, Volume 21 Nomor 2 Tahun 2018.

berdiskusi, memberikan dukungan emosional, serta bertukar informasi.⁶¹

Melalui komunitas *online*, para anggota bisa terhubung dengan individu dari latar belakang dan budaya berbeda. Hal ini meningkatkan pemahaman lintas budaya dan mendorong inklusi sosial.⁶²

Selain itu, media sosial juga memberi kesempatan bagi individu untuk membangun personal *branding*⁶³ atau mengasah keahlian. Dengan menjadi pemimpin atau *influencer*⁶⁴ di komunitas, mereka dapat memengaruhi dan memotivasi anggota lain untuk mencapai tujuan bersama.⁶⁵

Forum diskusi *online* yang asinkronus sering kali hanya berfungsi sebagai tempat singgah bagi individu untuk berinteraksi sesekali, tanpa adanya ikatan yang kuat atau

⁶¹ Waters, R.D., Tindall, D.B., & Morton, T.S. Media Catching and the Journalism Of Social Media. *Journalism Studies*, Volume 11 Nomor 2 Hal. 175-201 (2010)

⁶² Waters, R.D., Tindall, D.B., & Morton, T.S. Media Catching and the Journalism Of Social Media. *Journalism Studies*, Volume 11 Nomor 2 Hal. 175-201 (2010)

⁶³ Menurut Gorbato, Khapova, dan Lysova, personal branding adalah strategi untuk membangun dan memelihara citra publik yang positif. Konsep ini menggabungkan dua teori utama: teori pemasaran, yang melihat individu sebagai "produk" dengan nilai dan janji, serta teori presentasi diri, yang berfokus pada cara seseorang menampilkan dirinya untuk mengelola reputasi dan identitas di mata orang lain.

⁶⁴ Menurut Hariyanti dan Wirapraja dalam Penelitiannya (2018), influencer adalah figur media sosial yang punya banyak pengikut dan mampu memengaruhi perilaku mereka. Oleh karena itu, menggunakan jasa influencer merupakan strategi pemasaran digital yang efektif untuk promosi.

⁶⁵ Waters, R.D., Tindall, D.B., & Morton, T.S. Media Catching and the Journalism Of Social Media. *Journalism Studies*, Volume 11 Nomor 2 Hal. 175-201 (2010)

kelanjutan komunikasi. Meskipun platform semacam ini bisa memfasilitasi pertemuan singkat, ia tidak selalu memenuhi kebutuhan mendalam sebuah komunitas daring.⁶⁶

Agar anggota benar-benar merasa menjadi bagian dari komunitas *online*, mereka harus merasakan adanya ikatan sosial yang lebih besar, membangun hubungan yang erat dengan sesama, dan terlibat dalam komunikasi yang berkelanjutan. Terkadang, diperlukan pengalaman yang kurang menyenangkan atau bahkan penolakan awal sebelum seorang anggota menyadari betapa pentingnya menjadi bagian dari sebuah komunitas daring.⁶⁷

Membangun komunitas *online* yang positif dan produktif membutuhkan lebih dari sekadar membuat grup atau forum. Ini adalah tentang menumbuhkan budaya yang menghargai, mendukung, dan mendorong interaksi yang sehat di antara para anggotanya. Berikut adalah beberapa strategi utama untuk mencapai hal tersebut.

1. Tentukan Tujuan dan Aturan yang Jelas

Sebelum anggota baru bergabung, pastikan Anda memiliki tujuan yang jelas untuk komunitas Anda. Apakah ini komunitas untuk berbagi hobi, belajar keterampilan baru, atau mendukung satu sama lain? Setelah tujuannya jelas, susunlah aturan komunitas yang

⁶⁶ Adelia Ayu Armaya, Aulia Syafitri Yasmin, Della Agustina, Nurbati, Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Sarana Pengembangan Komunitas Virtual, Jurnal Ilmiah Multidisiplin, Hal.831. Vol.1 Nomor 11, Desember 2023, <https://zenodo.org/records/10393672>

⁶⁷ Adelia Ayu Armaya, Aulia Syafitri Yasmin, Della Agustina, Nurbati, Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Sarana Pengembangan Komunitas Virtual, Jurnal Ilmiah Multidisiplin, Hal.831. Vol.1 Nomor 11, Desember 2023, <https://zenodo.org/records/10393672>

tegas dan mudah dipahami. Aturan ini harus mencakup larangan terhadap *cyberbullying*,⁶⁸ ujaran kebencian, dan promosi yang tidak relevan.

2. Ciptakan Lingkungan yang Aman dan Inklusif

Agar anggota merasa nyaman untuk berinteraksi, ciptakan ruang yang *aman* dan inklusif. Ini berarti memoderasi konten secara aktif dan segera menindaklanjuti setiap pelanggaran. Sambut anggota baru dengan hangat, dan dorong mereka untuk memperkenalkan diri. Pastikan setiap anggota merasa dihargai, terlepas dari latar belakang atau tingkat pengetahuannya.

3. Fasilitasi Interaksi yang Bermakna

Jangan biarkan komunitas Anda menjadi tempat yang pasif. Fasilitasi interaksi dengan membuat postingan yang memancing diskusi, mengadakan sesi tanya jawab dengan ahli, atau membuat tantangan kecil yang melibatkan partisipasi anggota. Ajak anggota untuk berbagi cerita, tips, atau pengalaman mereka. Ini akan membuat komunitas terasa hidup dan bermanfaat.

⁶⁸*Cyberbullying*, atau perundungan dunia maya, adalah tindakan kekerasan yang menimpa anak-anak atau remaja yang dilakukan oleh teman sebaya mereka melalui internet. Menurut UNESCO, tindakan ini bisa terjadi di berbagai platform digital, seperti media sosial, aplikasi *chatting*, game, atau melalui ponsel. Senada dengan itu, Think Before Text mendefinisikan *cyberbullying* sebagai perilaku agresif dan disengaja yang dilakukan oleh sekelompok orang atau individu. Tindakan ini dilakukan berulang-ulang melalui media elektronik dengan target seseorang yang dianggap sulit untuk melawan. akses, 6 Agustus 2025, <https://www.unicef.org/indonesia/id/child-protection/apapun-cyberbullying>

4. Beri Penghargaan kepada Anggota yang Berkontribusi

Ketika ada *anggota* yang aktif membantu, memberikan informasi berharga, atau menciptakan konten yang positif, berikanlah penghargaan. Ini bisa berupa ucapan terima kasih publik, sebutan sebagai "anggota teladan," atau bahkan peran moderator. Pengakuan ini tidak hanya memotivasi anggota tersebut, tetapi juga mendorong orang lain untuk ikut berkontribusi secara positif.

5. Dengarkan Masukan Anggota

Komunitas yang sehat adalah komunitas yang mendengarkan. Mintalah masukan dari anggota secara *berkala* tentang apa yang mereka sukai, tidak sukai, atau harapkan dari komunitas. Pertimbangkan ide-ide mereka untuk meningkatkan kualitas komunitas.

B. Strategi Mempromosikan Konten yang Positif dan Inspiratif

Mempromosikan konten positif dan inspiratif adalah cara yang efektif untuk menyebarkan kebaikan dan memberikan dampak yang berarti. Di tengah banjirnya informasi negatif, konten semacam ini bisa menjadi "oase" yang menyegarkan bagi banyak orang. Berikut adalah beberapa strategi untuk mempromosikan konten yang positif dan inspiratif secara efektif.

1. Kenali Audiens dan Platform Anda

Sebelum mempromosikan konten, pahami siapa target audiens Anda dan platform apa yang mereka gunakan. Konten yang inspiratif di Instagram (berupa kutipan visual) mungkin berbeda dengan konten yang efektif di

LinkedIn (berupa kisah sukses atau artikel mendalam). Sesuaikan format, gaya bahasa, dan waktu publikasi Anda agar sesuai dengan audiens dan platform yang dituju.

2. Gunakan Visual yang Menarik dan Emosional

Konten visual sering kali lebih mudah menarik perhatian dan membangkitkan emosi. Gunakan gambar, video, atau infografis yang berkualitas tinggi dan relevan. Misalnya, kutipan inspiratif akan jauh lebih berdampak jika disajikan dengan desain yang estetik atau video pendek yang menceritakan sebuah kisah.

3. Ceritakan Kisah Nyata (Storytelling)

Manusia terhubung melalui cerita. Gunakan teknik *storytelling* untuk membuat konten Anda lebih personal dan berkesan. Ceritakan kisah nyata tentang seseorang yang berhasil melewati kesulitan, sebuah momen yang mencerahkan, atau pengalaman positif yang bisa menjadi pelajaran. Kisah-kisah ini sering kali lebih menginspirasi daripada sekadar fakta atau nasihat.

4. Dorong Interaksi dan Partisipasi

Ajak audiens Anda untuk terlibat. Setelah memposting konten, ajukan pertanyaan yang memicu refleksi, seperti "Apa hal yang paling menginspirasi Anda hari ini?" atau "Bagaimana pengalaman ini mengubah cara pandang Anda?". Dorong mereka untuk berbagi cerita atau pengalaman positif mereka sendiri di kolom komentar. Interaksi ini akan membangun komunitas yang saling mendukung dan menyebarkan inspirasi lebih luas.

5. Kolaborasi dengan Konten Kreator Lain

Bekerja sama dengan influencer atau konten kreator lain yang memiliki nilai dan audiens yang sejalan bisa

memperluas jangkauan konten Anda. Kolaborasi bisa berupa *live streaming* bersama, *challenge* yang positif, atau *shout-out* di media sosial masing-masing. Cara ini tidak hanya memperkenalkan konten Anda ke audiens baru, tetapi juga memperkuat pesan positif yang ingin Anda sampaikan.

C. Membangun Reputasi Online Yang Baik

Membangun reputasi *online* yang baik sangat penting di era digital ini, baik untuk personal maupun profesional. Reputasi yang positif dapat membuka banyak peluang, sementara reputasi yang buruk dapat merusak kredibilitas dan kepercayaan. Berikut adalah beberapa strategi untuk membangun reputasi *online* yang baik.

1. Jadilah Diri Sendiri yang Otentik dan Konsisten

Reputasi *online* yang kuat dibangun di atas konsistensi dan keaslian. Tunjukkan siapa Anda sebenarnya dengan cara yang positif dan profesional. Pastikan informasi yang Anda bagikan di berbagai platform (*LinkedIn*, *Instagram*, *Twitter*) selaras. Hindari berpura-pura menjadi orang lain, karena ketidaksesuaian dapat merusak kepercayaan.

2. Kelola Jejak Digital Anda dengan Cermat

Jejak digital adalah semua data yang Anda tinggalkan saat beraktivitas *online*. Lakukan pencarian nama Anda sendiri di Google secara berkala untuk melihat apa yang muncul. Hapus atau atur privasi pada postingan lama yang mungkin tidak lagi mencerminkan diri Anda yang sekarang. Berhati-hatilah saat berkomentar, berbagi, atau

menyukai konten, karena semua itu adalah bagian dari jejak digital Anda.

3. Berkontribusi Secara Positif dan Berikan Nilai

Salah satu cara terbaik untuk membangun reputasi adalah dengan menjadi sumber daya yang berharga. Bagikan pengetahuan, berikan wawasan, dan bantu orang lain di bidang yang Anda kuasai. Anda bisa menulis artikel, membuat konten edukatif, atau memberikan komentar yang membangun di forum dan media sosial. Dengan memberikan nilai, Anda akan dikenal sebagai orang yang kompeten dan bermanfaat.

4. Jalin Hubungan dan Berinteraksi Secara Profesional

Bangun jaringan dengan profesional di bidang Anda. Jalin koneksi di *LinkedIn* dan berinteraksi secara sopan di platform lain. Beri ucapan selamat atas pencapaian orang lain, bagikan artikel yang menarik, dan tanggapilah komentar dengan bijak. Interaksi positif ini akan menunjukkan bahwa Anda adalah pribadi yang kolaboratif dan menghargai orang lain.

5. Tangani Kritik dengan Dewasa

Tidak semua interaksi *online* akan positif. Ketika Anda menghadapi kritik atau komentar negatif, tangani dengan dewasa dan tenang. Hindari terpancing emosi atau membalas dengan kata-kata kasar. Akui kesalahan jika memang Anda salah, dan jelaskan posisi Anda dengan sopan. Cara Anda merespons kritik akan sangat memengaruhi bagaimana orang lain memandang karakter Anda.

BAB VI

IMPLEMENTASI NILAI-NILAI AL-QURAN DALAM INTRAKSI SOSIAL

A. Membangun Kesadaran Diri Dan Tanggung Jawab dalam Berinteraksi secara Online

Membangun kesadaran diri dan tanggung jawab *online* sangat penting untuk memastikan interaksi digital yang sehat dan positif. Ini bukan hanya tentang melindungi diri sendiri, tetapi juga tentang berkontribusi pada lingkungan *online* yang lebih baik bagi semua orang. Berikut adalah beberapa tips untuk membangun kesadaran diri dan tanggung jawab *online*.

1. Pahami Dampak Jejak Digital Anda

Setiap tindakan yang Anda lakukan di internet meninggalkan jejak. Mulai dari postingan, komentar, hingga "like" yang Anda berikan. Sadarilah bahwa jejak digital ini bersifat permanen dan dapat dilihat oleh banyak orang, termasuk calon atasan, kolega, atau teman baru. Sebelum mengunggah atau berkomentar, tanyakan pada diri sendiri: "Apakah ini mencerminkan diri saya yang terbaik?"

2. Kendalikan Emosi dan Tunda Respon

Saat Anda melihat postingan atau komentar yang memicu emosi, jangan langsung bereaksi. Ambil jeda sejenak. Pikirkan apakah respons Anda akan menambah masalah atau justru menyelesaikan masalah. Sering kali, respons yang didasari emosi akan memperburuk situasi. Tunda respons Anda hingga Anda bisa berpikir lebih jernih dan memberikan tanggapan yang lebih bijak.

3. Berpikir Kritis Sebelum Berbagi informasi

Di era informasi yang cepat, mudah sekali untuk menyebarkan berita atau konten tanpa memeriksa kebenarannya. Jadilah konsumen konten yang cerdas. Sebelum membagikan informasi, pastikan sumbernya kredibel dan valid. Tanyakan pada diri sendiri: "Apakah informasi ini benar? Apakah saya yakin ini bukan hoaks?" Dengan begitu, Anda bertanggung jawab untuk tidak menyebarkan disinformasi yang dapat merugikan orang lain.

4. Hargai Privasi Diri dan Orang Lain

Tanggung jawab *online* juga berarti menghargai privasi. Jangan pernah membagikan informasi pribadi atau rahasia orang lain tanpa izin. Begitu juga, kelola pengaturan privasi Anda sendiri di media sosial. Pahami siapa saja yang bisa melihat postingan Anda dan batasi akses jika diperlukan. Privasi adalah hak yang harus dihormati, baik bagi Anda maupun orang lain.

5. Bertanggung Jawab Atas Kesalahan Anda

Setiap orang bisa melakukan kesalahan, termasuk saat berinteraksi *online*. Jika Anda tidak sengaja memposting sesuatu yang tidak pantas, menyakiti perasaan orang lain, atau menyebarkan informasi yang salah, akutilah kesalahan Anda. Minta maaf secara tulus dan hapus postingan tersebut jika perlu. Bertanggung jawab atas kesalahan menunjukkan kedewasaan dan integritas, yang pada akhirnya akan membangun reputasi *online* yang lebih baik.

B. Membentuk Lingkungan yang Damai dan Harmoni dalam Interaksi Online

Mempromosikan perdamaian dan harmoni secara *online* merupakan tindakan proaktif untuk melawan perpecahan dan konflik. Di tengah berbagai perbedaan pendapat, ada beberapa strategi yang bisa Anda terapkan untuk menciptakan lingkungan digital yang lebih damai dan suportif.

1. Menjadi Teladan dalam Berkomunikasi

Langkah pertama adalah menjadi teladan dalam setiap interaksi. Gunakan bahasa yang santun, hargai pendapat orang lain, dan hindari komentar yang menyerang pribadi. Alih-alih berdebat, coba ajukan pertanyaan terbuka untuk memahami sudut pandang yang berbeda. Komentar yang membangun dan penuh empati akan menjadi contoh positif bagi orang lain.

2. Berfokus pada Kesamaan, Bukan Perbedaan

Dalam sebuah diskusi, sering kali orang terlalu fokus pada apa yang membedakan mereka. Cobalah untuk mencari titik temu atau kesamaan yang bisa menyatukan. Misalnya, daripada membahas perbedaan pandangan politik, fokuslah pada tujuan bersama untuk kesejahteraan masyarakat. Menyoroti hal-hal positif yang sama-sama diyakini dapat meredakan ketegangan dan membangun jembatan.

3. Berbagi Konten yang Menginspirasi dan menyatukan.

Bagikan konten yang mengedukasi, menginspirasi, atau mempromosikan persatuan. Ini bisa berupa kisah nyata tentang toleransi, artikel yang menjelaskan manfaat

keberagaman, atau video yang merayakan kolaborasi. Dengan membanjiri linimasa Anda dengan konten positif, Anda bisa mengimbangi narasi negatif yang sering kali mendominasi ruang *online*.

4. Mengelola Konflik dengan Bijak

Ketika Anda menghadapi konflik atau perdebatan yang mulai memanas, cobalah untuk mengelolanya dengan bijak. Jika memungkinkan, ajak pihak yang terlibat untuk berdiskusi secara pribadi (melalui pesan langsung) agar tidak menjadi tontonan publik yang bisa memperburuk situasi. Jika tidak ada jalan keluar, Anda bisa memilih untuk tidak melanjutkan perdebatan atau mengakhirinya dengan pesan yang menenangkan.

5. Laporkan Konten yang Dapat Merusak Perdamaian.

Sebagai pengguna yang bertanggung jawab, Anda memiliki kekuatan untuk melaporkan konten yang merusak perdamaian. Konten seperti ujaran Kebencian, Berita Bohong, atau *cyberbullying* harus ditindak tegas. Dan dapat Melaporkannya ke platform terkait adalah langkah nyata untuk memastikan ruang *online* tetap aman dan harmonis bagi semua orang.

BAB VII

KESIMPULAN

Ghibah merupakan suatu perbuatan tercela dan berimbas pada kehidupan manusia baik di dunia maupun di akhirat. Ghibah sendiri merupakan suatu perbuatan menyebarkan aib orang lain atau menggunjing yang mana akan memberikan dampak pada kehidupan kita yaitu azab dari Allah SWT atas perbuatan ghibah kita.

Ghibah bisa dibilang sebagai virus atau penyakit, karena bagi siapapun yang melakukannya maka ia akan terus mengulangnya walaupun tanpa ia sadari. Hal tersebut akan alami mengikuti pola interaksi kita Ketika sudah kehabisan topik dengan teman ngobrol. Ghibah sendiri berasal dari sifat manusia yang suka berkeluh kesah. Sifat iri kepada pencapaian orang lain atau hal yang dimiliki oleh orang lain akan memicu terjadinya ghibah.

Solusi mengurangi ghibah itu sendiri dengan cara ber muhasabah diri bahwa setiap dari diri kita di ciptakan dengan sebaik-baiknya umat-Nya. Kemudian, Ketika hendak melakukan ghibah seharusnya kita mengingat betapa setiapmdari perbuatan kita akan menerima balasannya begitupun ghibah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, Putri, Eko Zulfikar. "Bullying dalam Perspektif QS. Al-Hujurat Ayat 11 dan Kolerasinya dengan Netizen di Media Sosial." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 5, no. 1 (2023): 1-13.
<https://doi.org/10.58401/takwiluna.v5i1.1273>.
- Fatmawati, Nurul. "Pengaruh Positif dan Negatif Media Sosial Terhadap Masyarakat." Direktorat Jenderal Kekayaan Negara, 2 November 2021.
<http://djkn.kemenkeu.go.id/>.
- Fadhil. "Haram dan Dilarang Dilakukan di Medsos Menurut MUI." Kementerian Komunikasi dan Informatika (06-2017). <http://kominfo.go.id/>.
- Fadhil Raihan, Muhammad Reza, Esya Heryana, Fitriani, Winona Lutfiah. "Spill The Tea: Fenomena Gibah Masa Kini Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)." *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (2022): 69-91.
<https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.15658>.
- Gabriels, Katleen, Charlotte J.S. De Backer. "Virtual gossip: How gossip regulates moral life in virtual worlds." *Computers in Human Behavior* 63 (October 2016): 683-693.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.065>.
- Hakim, Lukman Nul, Iffatul Bayyinah. "Etika Sosial Perspektif Mufassir Nusantara: Kajian QS. Al-Hujurat Ayat 9-13 Dalam Tafsir Al-Ibriz." *Al-Shamela: Journal of Quranic and Hadith Studies* 1, no. 1 (2023): 70-86.
<https://doi.org/10.61994/alshamela.v1i1.33>.
- Hasanah, Uswatun, Busro Busro. "Hold Your Fingers: The Communication Ethics on WhatsApp Based on the Hadith."

Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication 39, no. 3 (2023): 239-254.

Ilmah, Mumtazah Al, Salamah Noorhidayati, Ahmad Saddam, Siti Marpuah, Husnul Amira. "Pendidikan Karakter Dalam Surah Al-Hujurat: Telaah Penafsiran Mahmud Yunus Dalam Tafsir Al-Karim." *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu al-Quran dan Tafsir* 3, no. 2 (December 31, 2023): 256–272. <https://doi.org/10.19109/jsq.v3i2.23189>.

Izzah, Silvi Nurul. *Perspektif al-Qur'an dan Hadis terhadap Maraknya Perilaku Ghibah Di Era*

Globalisasi. Banten: Jurnal UIN Sultan Maulana Hasanuddin, 2020.

Luthfi Riyani, Fadia. "Pengkajian Makna Gibah dalam Perspektif Hadis: Studi Takhrij dan Syarah Hadis." *CATAH: Conference Article of Takhrij Al-Hadith* 16 (2022): 40-49.

Maha, Lasmini. "Ghibah Virtual Dalam Media Sosial Menurut Imam Al-Qurtubi Dalam Tafsir Al-Jami' li Ahkam Al-Qur'an." *Al-I'jaz: Jurnal Kewahyuan Islam* 9, no. 1 (2023): 307-319.

Munawir, Ahmad Warson. *al-Munawwir: Kamus Arab Indonesia*. Cet. IV. Yogyakarta: Pustaka Progresif, 1997.

Narsih, Ayu, Eko Zulfikar. "Antisipasi Berita Hoax dalam Al-Qur'an: Upaya Meminimalisir Dampak Negatif di Media Sosial." *Al-Iklil: Jurnal Dirasah Al Qur'an dan Tafsir* 1, no. 2 (2023): 118-129. <https://doi.org/10.28926/al%20iklil.v1i2.1327>.

Prawito, Agung. "Klasifikasi Karakteristik Kepribadian Manusia Berdasarkan Tipologi Hippocrates–Galenus Menggunakan Metode Naïve-Bayes." *Prosiding*

SEMNAS INOTEK (Seminar Nasional Inovasi Teknologi) 5, no. 1 (2021): 133-140.

Poerwadarminta, WJS. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: PN. Balai Pustaka, 1985. Purbatin, Wening, Palupi Soenjoto. "Fenomena Ghibah Virtual pada Komunikasi Era

Milenial Menurut Perspektif Islam." *ANCOMS* 3, no. 1 (2019). <http://proceedings.kopertais4.or.id/>.

Sajadi, Dahrun. "Pendidikan Karakter Dalam Perspektif Islam." *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam* 2, no. 2 (2019): 1-19. <https://doi.org/10.34005/tahdzib.v2i2.510>.

Sifa, Layyinat. "Ghibah Dalam Entertainment Perspektif Hadis (Aplikasi Teori Double Movement Fazlur Rahman)." *Kontemplasi: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin* 7, no. 2 (2019): 282-298.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol. 15. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

Tafsir Ringkas Kemenag RI. *Al-Qur'an Digital NU Online*.

Taufani, Eka M, Hasnidar Karim. "Ghibah Melalui Media Sosial dalam Identifikasi Proses Komunikasi." *Islamic Education Studies: An Indonesian Journal* 1, no. 1 (2018): 10-14. <https://doi.org/10.30631/ies.v1i1.12>.

Gaya Hidup: Arti Ghibah Menurut Islam. n.d. <https://www.cnnindonesia.com/> (accessed Januari 26, 2025).

Metodologi Penelitian: Analisis Tematik. 2025. [Http://paperpile.com/](http://paperpile.com/) (accessed Januari 25, 2025).

Siagian, Hendra Fridolin Ananda Sudater. n.d.

"Studi dampak Sosial- Ekonomi Pandemi Covid-19 di Indonesia." *Smeru Research Institute*, 2020.

- Fadhil. *Haram dan Dilarang Dilakukan di Medsos Menurut MUI*. Juni 2017. <http://kominfo.go.id/> (accessed November 27, 2024).
- A, Qotrun. *Penelitian Kualitatif: Pengertian, Ciri-ciri, Tujuan, Jenis, dan Prosedurnya*. n.d. <http://gramedia.com/> (accessed November 20, 2024).
- Kanaka, Admin. "Artikel Online." *Kanaka Yogyakarta*, n.d.
- Lestari. "Implikasi Konsep Kebudayaan Clifford Geertz Terhadap Konsep Manusia (Perspektif Filsafat Manusia)." *e journal Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta*, 2010.
- Kuswarno. "Tradisi Fenomenologi Pada Penelitian Komunikasi Kualitatif Sosio Humaniora." *e journale*, 2007.
- Fadly. "Representasi Budaya Indonesia Dalam Iklam “Analisis Semiotika pada Iklan Audio Visual Pesona Indonesia”." *e journal*, 2020.
- RPO. "Representasi penguasa orde baru dalam lakon wayang ' Bambang Indra Lakon Gentholeth '." *e journal* , 2020.
- Sanjaya. "Galeri Kesenian Barong Bali di Kabupaten Gianyar Universitas Uduyana Bandung." *E-Journal Udayana Bandung*, 2020.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung, 2016.
- Sendjaja. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: *Universitas Terbuka*, 2011.
- Izzah, Silvi Nurul. "Perspektif Al-Qur'an dan Hadis terhadap maraknya perilaku ghibah di era Globalisasi." *Jurnal UIN Sultan Maulana Hasanuddin*, 2019.
- Raihan, Muhammad Reza Fadhil, Esya Heryana, Fitriani, Winona Lutfiah. "Spill The Tea: Fenomena Ghibah Masa

Kini Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i." *Jurnal Riset Agama UIN Sunan Gunung Jati*, 2022.

Poerwadarminta, WJS. "Kamus Umum Bahasa Indonesia." In *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, by WJS. Poerwadarminta, 1125. Jakarta: PN. Balai Pustaka, 1985.

Munawwir, Ahmad Warson. "al-Munawwir:Kamus Arab Indonesia." In *al-Munawwir:Kamus Arab Indonesia*, by Ahmad Warson Munawwir, 1025. Yogyakarta: Pustaka Progressif, 1997.

Hasan, Iqbal. "Analisis Data Penelitian Dengan *Statistik*." In *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*, by Iqbal Hasan, 5. Jakarta: Bumi Aksara, 2008.

Achmadi, Cholid Narbuko dan Abu. "Metodologi Penelitian ." In *Metodologi Penelitian* , by Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, 1. Jakarta: Bumi Aksara, 2009.

Fatmawati, Nurul. *Pengaruh Positif dan Negatif Media Sosial Terhadap Masyarakat*. November 2, 2021. <http://djkn.kemenkeu.go.id/> (accessed Oktober 11, 2024).

Soenjoto, Wening Purbatin dan Palupi. "Fenomena Ghibah Virtual pada Komunikasi Era Milenial Menurut Perspektif Islam." *Ancoms*, 2019.

Informatika, Kementerian Komunikasi dan. *Haram dan Dilarang Dilakukan di medsos menurut MUI*. Juni 2017. <http://kominfo.go.id/> (accessed September 7, 2024).

Toma, Azil Alfathsa. *Pengertian Karakter: Pengembangan Diri*. 2025. <https://id.scribd.com/> (accessed Januari 26, 2025).

Rohtih, Wiwin Ainis. *Unifikasi Tema Al-Qur'an: Metode dan Aplikasi Penafsiran Sa'id Hawwa dalam Tafsir Al-asa fi al-Tafsir*. Yogyakarta: Arti Bumi Intaran, 2021.

- Cholid Narbuko, Abu Achmadi. "Metodologi Penelitian." In *Metodologi Penelitian*, 1. Jakarta: Bumu Aksara, 2009.
- Cahyo, C. "Warak Ngendog Dalam Tradisi Dugderan Sebagai Representasi Identitas Muslim Urban di Kota Semarang." *e journal kota semarang*, 2018.
- Raharjo, D D. *Teori Komunikasi*. Yogyakarta: Gava Media, 2015.
- Mulyana, D. *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005.
- Littlejohn, F. A. *Theories Of Human Communication*. 2011.
- Bahar, M. *Filsafat Kebudayaan Dan Sastra Dalam Perspektif Sejarah Universitas Hasanudin*. Makassar: Universitas Makassar press, 2017.
- Roudhonah, Dr. Hj. *Ilmu Komunikasi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2019.
- Burgoon, M. *A Revision Of Approaching Speech/Communication*. 1977.
- Darussalam, A. "Wawasan Hadis tentang Silaturahmi." *e-journal UIN Makasar*, 2019: 13-15.
- Ngafifi, Muhammad. "Kemajuan Teknologi dan pola hidup manusia dalam perspektif sosial budaya." *journal.uny.ac.id*, 2014.
- Habibillah, Muhammad. "Raih Berkah Harta dengan sedekah dan Silaturahmi." *e-journal uin jkt*, 2013: 123.
- Ahmad, Ustadz Abdul Wahab. "Silaturahmi via online, cukupkah?" *nu online*, 2019: 4-5.
- abadi, al fairuz. *Tanwirul al miqbas min tafsir ibnu abbas*. Tangerang: penerbit kitab press, 1992.

Bandung, Diskominfo Kabupaten. *diskominfo.bandungkab.* 7
18, 2022. <https://diskominfo.bandungkab.go.id> (accessed
6 12, 2025).

TENTANG PENULIS



Dita Febrianti., S.Ag. seorang mahasiswa aktif S1 program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir di Universitas Yudharta Pasuruan, adalah sosok yang menunjukkan rekam jejak kepemimpinan dan prestasi yang luar biasa. Perempuan kelahiran tahun 2003 ini telah membuktikan bahwa keterbatasan geografis tidak menghalangi semangatnya untuk berkembang.

Perjalanan kepemimpinannya dimulai dari tingkat Dusun sebagai Ketua PAR IPPNU Dusun Kucur (2019-2021), Ketua PAC IPPNU Kecamatan Purwosari (2021-2023), berlanjut ke tingkat kabupaten sebagai Ketua PC IPPNU Kabupaten Pasuruan (2023-2025). Selain itu, ia juga aktif dalam berbagai organisasi mahasiswa, menjabat sebagai Sekretaris Himpunan Mahasiswa Prodi IAT (2023-2024) dan menjadi Anggota Bidang Kepenulisan Forum Komunikasi Mahasiswa Tafsir Hadis Indonesia Wilayah Jawa Timur (2023-2024).

Keahliannya sebagai pemimpin juga terbukti dalam proyek-proyek praktis, seperti menjadi ketua kelompok ISS-MBKM MTs MA Al-Machfudzoh Sidoarjo (November-januari 2023), KKN Universitas Yudharta Pasuruan (Juli 2024) dan PPM di SMA Negeri 1 Purwosari (Oktober-November 2025). Ia juga berkomitmen pada pengabdian

masyarakat sebagai Pengurus Pleno PC Fatayat NU Kabupaten Pasuruan bidang Media (2025-2030).

Di bidang publik, Dita merupakan seorang pembicara yang ulung, telah menjadi narasumber di lebih dari 50 webinar, seminar, dan pelatihan. Prestasinya mencakup Best Inspiration Duta Muslimah Hijab (2022) dan Finalis Duta Muda Jawa Timur (2024). Ia juga seorang penulis produktif, salah satu karyanya adalah buku ber-ISBN Tafsir dan Hadis dalam Dinamika Masyarakat Klasik hingga Kontemporer.

Melalui semua pencapaiannya, Dita Febrianti adalah sosok inspiratif yang membuktikan bahwa kerja keras dan dedikasi adalah kunci kesuksesan.



Wiwin Ainis Rohtih, M.Th.I adalah Dosen sekaligus ketua Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Agama Islam Universitas Yudharta Pasuruan. Menyelesaikan Kuliah S1 (2008) di Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin IAIN Sunan Ampel Surabaya dan Melanjutkan S2 di Jurusan yang sama di Pascasarjana IAIN Sunan Ampel.

Pada tahun 2019, ia ambil bagian menjadi peneliti dosen PTAIS pada Direktorat Jenderal Pendidikan Agama Islam Departemen RI, dengan Fokus pendampingan trauma healing melalui hipnoterapi al-Qur'an pada anak-anak korban bom teroris di Rusunawa Wonocolo Sidoarjo yang saat ini Sedang Proses HAKI.

Selain Karya ilmiah, penulis juga peminat dunia fiksi. Novel berjudul Garis Doa menjadi solo pertama dalam dunia literasi. Sejumlah ontology puisi Semester Kehidupan (January, 2020), Ontologi cerpen cerita Anak Hebat (Januari, 2020), Maharani (Januari, 2020), Dari Sudut Kampus (Februari, 2020), Friksi (Maret, 2020) Alunan Kisah Ramadhan (April, 2020), Gema Takbir di Laut Timur (April, 2020), Survive (Juni, 2020), Jelaga Jiwa (Juni, 2020) Tarian Pena untuk Kak Rostie (Juni, 2020), Dear Buah Hati (Juli, 2020), Asmaradana (Agustus, 2020), dan menghapus Jejakmu.