
**Toxic dalam Ukhuwah Islamiyah: Belajar Dari Al-Qur'an Cara Membangun
Pertemanan Yang Sehat****M. Hudzaifah^{1*}, Muhammad Nahdan Syabil², Ali Akbar³, Edi Hermanto⁴**¹ Ilmu Al-Qur'an & Tafsir/Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau² Ilmu Al-Qur'an & Tafsir/Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau³ Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau⁴ Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*Email: muhammadhzai098@gmail.com**Abstrak**

Ukhuwah Islamiyah merupakan salah satu pilar penting dalam ajaran Islam yang menekankan nilai persaudaraan dan solidaritas antar sesama Muslim. Namun, dalam praktiknya, tidak semua hubungan pertemanan mencerminkan nilai-nilai luhur tersebut. Fenomena pertemanan yang bersifat *toxic* justru kerap muncul, yang ditandai dengan perilaku negatif seperti hasad, merendahkan, ghibah, dan memutus silaturahmi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji fenomena *toxic* dalam ukhuwah Islamiyah serta solusi membangun pertemanan yang sehat berdasarkan Al-Qur'an. Metode yang digunakan adalah studi pustaka (*library research*) dengan pendekatan kualitatif. Hasil kajian menunjukkan bahwa Al-Qur'an secara tegas melarang perilaku-perilaku yang merusak ukhuwah dan menganjurkan etika sosial yang luhur seperti saling menasihati, memaafkan, serta berteman dengan orang-orang bertakwa. Dengan memahami nilai-nilai ini, umat Islam diharapkan mampu membina pertemanan yang sehat dan sesuai dengan ajaran agama.

Kata kunci— Ukhuwah Islamiyah, *toxic*, Al-Qur'an, pertemanan sehat**Abstract**

Ukhuwah Islamiyah is a fundamental concept in Islam that emphasizes brotherhood and solidarity among Muslims. However, in practice, not all friendships reflect these noble values. Toxic relationships, characterized by negative behaviors such as envy, belittling, gossip, and severing ties, often emerge. This study aims to examine the phenomenon of toxicity in ukhuwah Islamiyah and explore solutions for building healthy friendships based on the Qur'an. The research utilizes a library research method with a qualitative approach. The findings indicate that the Qur'an clearly prohibits behaviors that damage ukhuwah and encourages ethical social interactions, such as advising one another, forgiving, and befriending the righteous. By understanding these values, Muslims are expected to foster healthy, meaningful relationships in line with Islamic teachings.

Keywords— Ukhuwah Islamiyah, *toxic*, Qur'an, healthy friendship

Pendahuluan

Ukhuwah Islamiyah atau persaudaraan dalam Islam adalah prinsip utama dalam membangun masyarakat yang harmonis, damai, dan saling menolong. Al-Qur'an menegaskan bahwa sesama mukmin adalah saudara.

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴿١٠﴾

“Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah antara kedua saudaramu (yang berselisih) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu mendapat rahmat” (QS. Al-Hujurat [49]: 10).

Ayat ini menunjukkan bahwa relasi antar sesama mukmin harus dibangun di atas dasar keimanan, kasih sayang, dan akhlak mulia. Namun, dalam realitas kehidupan sehari-hari, nilai-nilai luhur ini tidak selalu terwujud dalam pertemanan atau persaudaraan. Tidak jarang kita temukan relasi yang diwarnai oleh sikap manipulatif, merendahkan, saling menjatuhkan, hingga merusak kondisi mental dan spiritual seseorang—fenomena yang kini dikenal dengan istilah "toxic".

Ukhuwah yang bersifat toxic jelas bertentangan dengan nilai-nilai yang diajarkan Islam. Alih-alih menjadi sarana mendekatkan diri kepada Allah dan memperkuat solidaritas, hubungan seperti ini justru melemahkan spiritualitas dan merusak keharmonisan sosial. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji konsep ukhuwah yang sehat dalam perspektif Al-Qur'an serta bagaimana Al-Qur'an memberi pedoman dalam menghindari pertemanan yang tidak sehat tersebut.

Metode Penelitian

Penelitian ini adalah bersifat kualitatif menggunakan sistem penelitian ke perpustakaan (*libraly research*). Menelusuri berbagai referensi dan literatur terkait dengan masalah pembahasan. Pengumpulan data dilakukan dari buku-buku, jurnal, disertai dengan artikel-artikel yang terkait dengan pembahasan *Toxic* dalam ukhuwah Islamiyah: belajar dari Al-Qur'an cara membangun pertemanan yang sehat. Dan juga mengambil sumber dari internet.

Pembahasan

Konsep Ukhuwah Islamiyah dalam Al-Qur'an

Al-ukhuwah, yang berarti "persaudaraan," memiliki akar kata dalam bahasa Arab. Kata "ukhuwwah" berasal dari kata "akha" (أَخَا). Dari sini muncul beberapa kata seperti "al-akh" dan "akhu", yang makna dasarnya adalah "memberi perhatian" (اهْتَم). Arti ini kemudian berkembang menjadi "sahabat" atau "teman" (الصديق، اصحاب). Secara leksikal, kata ini menunjukkan bahwa seseorang bersama di setiap keadaan dan saling bergabung antara komunitas satu dengan yang lainnya. Dalam banyak situasi, perhatian di antara mereka menjadi suatu keharusan (Apriyani, 2024).

Al-Qur'an menggambarkan ukhuwah Islamiyah sebagai persaudaraan yang dilandasi keimanan, saling menasihati dalam kebenaran, dan menjauhkan diri dari sifat-sifat yang merusak seperti iri, dengki, dan menggunjing. Seperti yang telah disebutkan dalam Al-Qur'an surat Al-Hujurat ayat 10 "*Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara. Maka damaikanlah antara kedua saudaramu dan bertakwalah kepada Allah agar kamu mendapat Rahmat*". Al-Qur'an juga menyerukan untuk menjauhi prasangka buruk, tidak mencari-cari kesalahan orang lain, serta larangan menggunjing karena hal-hal tersebut dapat merusak hubungan sosial dan ukhuwah sejati.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ ۚ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ۚ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾

“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). 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” (Q.S Al-Hujurat:11).

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَحْسَبُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا ۚ أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢﴾

“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 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” (Q.S Al-Hujurat:12).

Dalam dua ayat di atas menjelaskan bahwasannya sifat *toxic* (menggunjing, berprasangka buruk, iri, dan dengki) dapat merusak persaudaraan atau ukhuwah Islamiyah dalam interaksi kita terhadap sesama manusia. Dalam tafsir al-Munir, Wahbah az-Zuhaili menjelaskan bahwa ukhuwah Islamiyah adalah ikatan batin dan keimanan yang lebih kuat daripada ikatan darah. Ukhuwah ini harus dijaga dengan prinsip kasih sayang, saling menolong, dan menjauhi permusuhan dan perpecahan (Az-Zuhaili, 2013)

Di dalam hadist juga di jelaskan mengenai konsep ukhuwah islamiyyah yang berlandaskan keimanan.

عَنْ أَنَسٍ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ ﷺ لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ

“Tidak sempurna iman salah seorang dari kalian hingga ia mencintai saudaranya sebagaimana ia mencintai dirinya sendiri.” (HR. Bukhari no. 13, Muslim no. 45).

Perilaku Dan Ciri-ciri Toxic Dalam Ukhuwah Islamiyah Menurut Al-Qur'an

Kata *toxic* merupakan istilah populer yang kerap digunakan oleh generasi milenial masa kini. Secara harfiah, *toxic* berasal dari bahasa Inggris yang berarti “beracun.” Dalam konteks hubungan sosial, istilah ini menggambarkan seseorang yang perkataan atau sikapnya membawa pengaruh negatif, bahkan dapat merusak hubungan antarindividu. Dengan kata lain, *toxic* merujuk pada ungkapan, komentar, atau perilaku yang bernada kasar, menghina, atau menyakitkan (Haliya et al., 2023).

Dalam Al-Qur'an, ukhuwah Islamiyah dibangun atas dasar iman, kasih sayang, dan saling tolong-menolong dalam kebaikan dan takwa

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ

“Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan.” (QS. Al-Ma'idah: 2). Maka setiap sikap yang bertentangan dengan nilai-nilai ini dapat dikategorikan sebagai *toxic* dalam ukhuwah, karena merusak keutuhan hubungan, keikhlasan, serta ketenangan spiritual seseorang. Perilaku dan ciri-ciri *toxic* dalam Ukhuwah Islamiyah yaitu:

1. Hasad (الحسد) adalah perasaan iri hati dan dengki terhadap kenikmatan yang dimiliki orang lain, disertai keinginan agar nikmat itu hilang dari orang tersebut, walaupun kita sendiri tidak mendapatkannya. Dalam Al-Qur'an dan hadist juga menyebutkan

أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَىٰ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۖ فَقَدْ آتَيْنَا آلَ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَآتَيْنَاهُمْ مُلْكًا عَظِيمًا ﴿٥٤﴾

“Ataukah mereka dengki kepada manusia karena karunia yang telah dianugerahkan Allah kepadanya? Sungguh, Kami telah menganugerahkan kitab dan hikmah kepada keluarga Ibrahim dan Kami telah menganugerahkan kerajaan (kekuasaan) yang sangat besar kepada mereka.” (Q.S. Al-Nisa:54)

Hadist tentang hasad Rasulullah ﷺ bersabda

إِيَّاكُمْ وَالْحَسَدَ، فَإِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْحَسَنَاتِ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْخَطْبَ

"Jauhilah oleh kalian sifat hasad, karena sesungguhnya hasad itu memakan kebaikan sebagaimana api memakan kayu bakar." (HR. Abu Dawud, no. 4903)

2. Merendahkan dan mencela adalah sikap buruk terhadap orang lain yang muncul dari perasaan sombong, merasa lebih baik, atau tidak menghargai orang lain.

وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ

“Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk.” (Q.S. Al-Hujurat:11)

3. *Tajassus* dan *ghibah*. *Tajassus* artinya mengintai, mencari-cari kesalahan, atau mengorek rahasia orang lain secara sembunyi-sembunyi, baik melalui mata, telinga, atau media sosial. *Ghibah* adalah membicarakan saudaramu (Muslim) tentang sesuatu yang dia tidak suka jika mendengarnya, walaupun yang dikatakan itu benar.

وَلَا يَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بََعْضُكُم بَعْضًا

"Janganlah mencari-cari kesalahan orang lain dan janganlah ada di antara kamu yang menggunjing sebagian yang lain." (Q.S. Al-Hujurat:12)

4. *Nifaq* adalah sikap munafik: berpura-pura baik atau beriman padahal hatinya menyembunyikan kebencian, penipuan, atau niat jahat

وَإِذَا لَقُوا الَّذِينَ آمَنُوا قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا إِلَىٰ شُيُطَانِهِمْ قَالُوا إِنَّا مَعَكُمْ إِنَّمَا نَحْنُ مُسْتَهْزِؤُونَ ﴿١٤﴾

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

5. Membawa kepada kesesatan dan maksiat maksudnya, berteman dengan orang buruk bisa menyeret kita kepada kesesatan, dosa, dan maksiat, karena pengaruh teman itu sangat besar.

الْمَرْءُ عَلَىٰ دِينِ خَلِيلِهِ، فَلْيَنْظُرْ أَحَدُكُمْ مَنْ يُخَالِلُ

"Seseorang itu tergantung agama temannya. Maka hendaklah salah seorang dari kalian memperhatikan dengan siapa ia berteman." (At-Tirmidzi 1996)

يُوَلِّئِي لِيَتَنِي لَمْ أَخَذْ فَلَانَا خَلِيلًا ﴿٢٨﴾

"Oh, celaka aku! Sekiranya (dahulu) aku tidak menjadikan si fulan sebagai teman setia." (Q.S. Al-Furqan:28)

6. Memutus hubungan silaturahmi dengan saudara, kerabat, atau sahabat tanpa alasan yang dibenarkan syariat adalah dosa besar dan bisa menghapus keberkahan hidup.

فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتُقْطِعُوا أَرْحَامَكُمْ ﴿٢٢﴾

“Apakah seandainya berkuasa, kamu akan berbuat kerusakan di bumi dan memutuskan hubungan kekeluargaanmu?” (Q.S. Muhammad:22)

أُولَئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعَمَّى أَبْصَارَهُمْ ﴿٢٣﴾

“Mereka itulah orang-orang yang dilaknat oleh Allah. Lalu, Dia menulikan (pendengaran) dan membutakan penglihatan mereka.” (Q.S. Muhammad:23)

Dampak perilaku toxic

Kesehatan mental remaja terpengaruh oleh lingkungan pertemanan yang berbahaya. Dampak negatif dari berinteraksi dalam lingkungan pertemanan yang tidak sehat termasuk stres, kecemasan, depresi, rendahnya rasa percaya diri, perilaku merusak diri, dan isolasi sosial. Berbagai studi menunjukkan bahwa hubungan *toxic* (beracun) memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental individu yang menjadi korban. Dalam konteks keluarga, hubungan pasangan, maupun pertemanan, korban cenderung menunjukkan pola gangguan psikologis yang serupa, seperti menurunnya kepercayaan diri, munculnya trauma emosional, serta kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Individu dalam situasi ini seringkali mengalami perasaan tidak berharga dan terus-menerus meragukan diri sendiri, yang pada akhirnya dapat memicu kondisi psikologis seperti stres kronis dan gangguan kecemasan. Dengan demikian, penting untuk dipahami bahwa *toxic* friendship tidak hanya berdampak pada kesejahteraan emosional, tetapi juga berpotensi merusak kesehatan fisik dan mental secara keseluruhan (An et al., 2024).

Solusi Atau Cara Membangun Pertemanan yang Sehat Menurut Al-Qur'an

Dalam perspektif Islam, pertemanan memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kepribadian seseorang. Oleh karena itu, Al-Qur'an sebagai sumber ajaran utama umat Islam memberikan panduan jelas mengenai bagaimana menjalin hubungan pertemanan yang sehat dan penuh makna. Al-Qur'an juga menjelaskan bahwa teman yang baik adalah teman yang mengajak pada ketakwaan dan mampu mendekatkan seseorang kepada Allah sehingga di akhirat kelak ia akan menjadi teman yang abadi (Jufri 2017). Allah berfirman:

الْأَخِلَاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ ﴿٦٧﴾

“Teman-teman akrab pada hari itu sebagiannya menjadi musuh bagi sebagian yang lain kecuali orang-orang yang bertakwa.” (Q.S. Az-Zukhruf:67)

Berikut ini beberapa prinsip pertemanan yang sehat menurut Al-Qur'an.

1. Berteman dengan Orang yang Saleh dan Bertakwa

Al-Qur'an mendorong umat Islam untuk menjalin pertemanan dengan orang-orang yang beriman dan konsisten dalam kebaikan, karena mereka dapat menjadi penopang dalam keimanan dan akhlak.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ ﴿١١٩﴾

"Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah, dan hendaklah kamu bersama orang-orang yang benar." (QS. At-Taubah: 119)

2. Menjaga adab dan etika saat berinteraksi

Imam al-Ghazali rahimahullahu dalam risalahnya berjudul 'Al-Adab fid Din' menjelaskan tentang adab bersahabat yang wajib diperhatikan (An et al., 2024).

آداب الإخوان: الاستبشار بهم عند اللقاء، والابتداء بالسلام. والمؤانسة والتوسعة عند الجلوس، والتشجيع عند القيام والإنصات عند الكلام، وتكره المجادلة في المقال، وحسن القول للحكايات، وترك الجواب عند انقضاء الخطاب، والنداء بأحب الأسماء

“Adab berteman, yakni: Menunjukkan rasa gembira ketika bertemu, Mendahului mengucapkan salam, Bersikap ramah dan lapang dada ketika duduk bersama, turut melepas saat teman berdiri, memperhatikan saat teman berbicara dan tidak mendebat ketika sedang berbicara, menceritakan hal-hal yang baik, tidak memotong pembicaraan dan panggilah dia dengan nama yang disenanginya.”

....وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا....

"Dan ucapkanlah kata-kata yang baik kepada manusia." (QS. Al-Baqarah: 83)

إِنْ أَوْلَى النَّاسِ بِاللَّهِ مَنْ بَدَأَهُمُ بِالسَّلَامِ

"Sesungguhnya manusia paling utama di sisi Allah adalah orang yang memulai salam atas mereka." (HR. Abu Dawud dan Ahmad). Terdapat di dalam kitab riyadushsholin (An Nawawi, 2008).

3. Menjaga Lisan dari Ghibah dan Namimah: Rasulullah SAW sangat menekankan pentingnya menjaga lisan dari perkataan yang buruk, termasuk ghibah (menggunjing) dan namimah (adu domba). Beliau bersabda:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: "الْمُسْلِمُ أَخُو الْمُسْلِمِ، لَا يَظْلِمُهُ، وَلَا يُسْلِمُهُ، وَمَنْ كَانَ فِي حَاجَةِ أَخِيهِ، كَانَ اللَّهُ فِي حَاجَتِهِ، وَمَنْ فَرَّجَ عَنْ مُسْلِمٍ كُرْبَةً، فَرَّجَ اللَّهُ عَنْهُ بِهَا كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا، سَتَرَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ"

"Seorang Muslim adalah saudara bagi Muslim lainnya, ia tidak menzaliminya dan tidak menyerahkannya (kepada musuh). Barangsiapa membantu kebutuhan saudaranya, maka Allah akan membantu kebutuhannya. Barangsiapa menghilangkan satu kesusahan seorang Muslim, maka Allah akan menghilangkan satu kesusahannya pada hari kiamat. Dan barangsiapa menutupi aib seorang Muslim, maka Allah akan menutupi aibnya pada hari kiamat." (Muslim, 1991)

Hadits ini secara jelas melarang ghibah dan namimah karena keduanya merupakan bentuk kezaliman dan tidak membantu, bahkan merusak hubungan persaudaraan. Menutupi aib saudara seiman adalah tindakan yang dianjurkan, berlawanan dengan menyebarkannya melalui ghibah.

4. Menghindari Prasangka Buruk (Su'udzon): Rasulullah SAW memperingatkan umatnya untuk menjauhi prasangka buruk karena sebagian prasangka adalah dosa. Beliau bersabda:

إِيَّاكُمْ وَالظَّنَّ، فَإِنَّ الظَّنَّ أَكْذَبُ الْحَدِيثِ

"Berhati-hatilah kalian terhadap prasangka, karena sesungguhnya prasangka itu adalah perkataan yang paling dusta." (HR. Bukhari dan Muslim)

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

"Wahai orang-orang yang beriman, jauhilah banyak dari prasangka, sesungguhnya sebagian prasangka itu adalah dosa..."(QS. Al-Hujurat: 12)

Su'udzon dapat meracuni hati dan pikiran, yang pada akhirnya akan tercermin dalam tindakan dan perkataan yang merusak Ukhuwah Islamiyah. Menghindari prasangka buruk adalah langkah penting untuk menjaga kebersihan hati dan hubungan baik antar sesama Muslim.

5. Mengedepankan Persaudaraan dan Saling Membantu: Esensi dari Ukhuwah Islamiyah adalah persaudaraan dan saling membantu dalam kebaikan. Rasulullah SAW bersabda:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ، مَثَلُ الْجَسَدِ، إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ، تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهْرِ وَالْحُمَّى

"Perumpamaan kaum mukminin dalam saling mencintai, saling menyayangi, dan saling berlemah lembut adalah seperti satu tubuh. Apabila ada salah satu anggota tubuh yang sakit, maka seluruh tubuh akan merasakan demam dan tidak bisa tidur." (HR. Bukhari dan Muslim)

Hadits ini menggambarkan betapa eratnya ikatan persaudaraan dalam Islam. Ketika seorang Muslim merasakan kesulitan, Muslim lainnya seharusnya turut merasakan dan berusaha untuk membantunya. Sikap saling membantu dan peduli ini adalah antitesis dari perilaku *toxic* yang merusak Ukhuwah Islamiyah.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa dalam konteks ukhuwah Islamiyah, hubungan persaudaraan yang sehat sangat penting untuk dijaga agar tidak tercemar oleh perilaku-perilaku *toxic*. Perilaku *toxic*, seperti iri hati, fitnah, dan memutuskan hubungan, sangat dilarang dalam Islam dan dapat merusak keharmonisan umat. Al-Qur'an memberikan pedoman yang jelas mengenai bagaimana membangun

ukhuwah Islamiyah yang baik, dengan menekankan pada kasih sayang, saling memberi nasihat, serta memaafkan satu sama lain. Dengan demikian, ukhuwah yang sehat bisa terwujud jika setiap individu berusaha menjaga prinsip-prinsip ini dalam interaksi sosialnya. Dalam hal ini, Al-Qur'an tidak hanya memberikan peringatan terhadap perilaku *toxic* tetapi juga memberikan solusi yang konstruktif untuk memperbaiki dan menjaga hubungan antar sesama Muslim.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar umat Islam lebih mendalami ajaran-ajaran Al-Qur'an terkait dengan ukhuwah Islamiyah. Menghindari perilaku *toxic* dalam kehidupan sehari-hari dan berusaha untuk selalu menjalin hubungan dengan penuh kasih sayang dan saling pengertian akan menciptakan suasana yang lebih harmonis. Selain itu, penting bagi masyarakat untuk terus mengedukasi generasi muda tentang pentingnya menjaga ukhuwah yang sehat sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Referensi

- An, Dalam Al- Q U R AN, Analisis Qs, Al-maidah Pendekatan, Fungsi Interpretasi, and Hermeneutika Jorge. 2024. "PENAFSIRAN *TOXIC* FRIENDSHIP."
- An Nawawi, Imam Abu Zakariya bin syaraf. 2008. "RIYADHUS SHOLIHIN."
- At-Tirmidzi, Abu Isa Muhammad bin Isa. 1996. "Jami' Shohi Sunan At-Tirmizi."
- Az-Zuhaili, Wahbah. 2013. "Tafsir Al-Munir Jilid 13 (Juz 25 & 26)." *Gema Insani* 9:19.
- Haliya, Ikfiani, Fakultas Ushuluddin, D A N Humaniora, Universitas Islam, and Negeri Walisongo. 2023. *TOXIC FRIENDSHIP DALAM AL- QUR ' AN (Kajian Tafsir Tematik)*.
- Jufri, Nurhikmah Istnaini. 2017. "Pertemanan Perspektif Al-Qur'an (Suatu Tinjauan Metode Maudu'i)." *TESIS Pascasarjana UIN Alauddin Makassar*, 29–33.
- Muslim, Abi Husain. 1991. "Shohih Muslim," 2580.
- Apriyani, N., Yusuf, M., & Mardan. 2024. "KONSEP UKHUWAH DALAM AL-QUR ' AN" *Pendidikan, Jurnal, and Sosial D A N Humaniora*. 4 (2): 77–89. <https://journal.unimerz.com/index.php/kapasa>.