

Pengasuhan Qur'ani: Relevansi Kisah Nabi Yusuf dengan *Negative Inner Child*

Khoirunnisa

Studi Al-Qur'an dan Tafsir, Sekolah Tinggi Ilmu Ushuluddin Wadi Mubarak Bogor,
Indonesia

Email: khoirunnisa070500@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history

Received: 11-04-2026

Revised: 11-05-2026

Accepted: 11-05-2026

DOI: <https://doi.org/10.61930/jsii.v4i1>

Kata Kunci

Era Digital; Kisah Nabi Yusuf;
Negative Inner Child; Pengasuhan
Qur'ani

ABSTRAK

Keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat memiliki peranan penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian individu, khususnya melalui pengasuhan yang merupakan amanah dalam Islam. Namun, di era digital, tantangan pengasuhan semakin kompleks dengan adanya arus informasi dan media sosial yang memengaruhi pembentukan karakter dan kepribadian individu. Fenomena *negative inner child*, yang berakar pada luka masa kecil yang belum terobati, kini menjadi isu relevan, terutama terkait dengan kecemasan dan ketidakpuasan diri. Berdasarkan Laporan Digital 2024, lebih dari 5 miliar pengguna media sosial global memicu fenomena *Fear of Missing Out (FOMO)* yang turut memperburuk kondisi ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *negative inner child* terhadap individu, mengeksplorasi relevansi kisah Nabi Yusuf dengan konsep ini di era digital, dan menggali panduan pengasuhan Qur'ani yang dapat mengatasi *negative inner child*. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur, data dikumpulkan dari sumber primer (Al-Qur'an, hadis, dan kitab tafsir) serta sumber sekunder (artikel, buku, dan penelitian terkait). Analisis dilakukan secara deskriptif dengan metode tafsir *maudhu'i* sebagaimana dirumuskan oleh Al-Humaidhi, untuk mengintegrasikan nilai Qur'ani dengan teori psikologi modern dalam konteks pengasuhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *negative inner child* berpengaruh signifikan terhadap kondisi psikologis serta pembentukan dan perkembangan karakter. Kisah Nabi Yusuf memberikan teladan pengasuhan berbasis kasih sayang, pengampunan, ketahanan emosional, dan penanaman iman, yang relevan untuk mengatasi luka emosional berupa *negative inner child* dan membangun karakter tangguh, terutama di era digital yang penuh distraksi sosial. Penelitian ini menawarkan solusi holistik berupa pendekatan preventif (pencegahan), korektif (perbaikan), dan preservatif (pemeliharaan karakter), sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan

kontribusi signifikan dalam pengembangan kajian pengasuhan, psikologi, dan nilai-nilai Qur'ani.

Keywords

Digital Era; Negative Inner Child; Qur'anic Parenting; The Story Of Prophet Yusuf.

ABSTRACT

The family, as the smallest unit of society, plays a pivotal role in shaping individual character and personality, particularly through parenting, which is regarded as a sacred trust in Islam. However, in the digital era, parenting challenges have become increasingly complex due to the influx of information and the influence of social media, which significantly impact and personality formation. The phenomenon of the negative inner child, rooted in unresolved childhood wounds, has become a pertinent issue, especially in relation to anxiety and self-dissatisfaction. According to the 2024 Digital Report, more than 5 billion global social media users contribute to the Fear of Missing Out (FOMO) phenomenon, which exacerbates this condition. The study aims to analyze the impact of the negative inner child on individuals, explore the relevance of the story of Prophet Yusuf to this concept in the digital era, and uncover Qur'anic parenting guidelines to address the negative inner child. Employing a qualitative approach with a literature review methods, data were collected from primary sources (the Qur'an, hadith, and book of exegesis) and secondary sources (articles, books, related research). The analysis was conducted descriptively using the tafsir maudhu'i method as formulated by Al-Humaidhi, integrating Qur'anic values with modern psychological theories within the context of parenting. The findings reveal that the negative inner child significantly impacts psychological conditions as well as the formation and development of character. The story of Prophet Yusuf exemplifies parenting rooted in compassion, forgiveness, emotional resilience, and faith instillation, which is highly relevant for addressing emotional wounds related to the negative inner child and foresting strong character, particularly in the socially distracting digital era. This study offers a holistic solution through preventive, corrective, and preservative approaches, and is expected to make a significant contribution to the development of parenting studies, psychology, and Qur'anic values.

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang berperan penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian individu. Dalam Islam, pengasuhan anak adalah amanah besar untuk mencetak individu bertakwa dan berakhlak mulia (Warosari dkk. 2023). Namun, era digital membawa tantangan baru berupa

akses informasi yang cepat dan media sosial, yang dapat memicu kecemasan, ketidakpuasan diri, dan luka emosional seperti *negative inner child* (Kurnia dkk. 2026). Fenomena ini, yang berakar dari pengabaian emosional pada anak dan trauma masa kecil, kini menjadi isu serius di masyarakat digital.

Berdasarkan *Laporan Digital 2024* yang dirilis We Are Social, lebih dari dua pertiga populasi dunia mengakses internet secara aktif, dengan lebih dari 5 miliar pengguna media sosial (Maddalena 2024). Fenomena ini menciptakan ruang sosial yang baru bagi individu untuk berinteraksi, namun juga berisiko menumbuhkan perasaan *Fear of Missing Out* (FOMO), yang dalam Cambridge Dictionary didefinisikan sebagai perasaan khawatir tertinggal informasi atau tren tertentu akibat media sosial ("FOMO" 2024). Perasaan ini sering kali berakar pada luka masa kecil yang belum terobati, memicu respons emosional yang berhubungan dengan *negative inner child* (Widirahayu dan Husna 2024). Salah satu manifestasi dari fenomena ini adalah perilaku seperti *social climber*, di mana individu berusaha meraih pengakuan sosial di media sosial sebagai kompensasi atas kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi sejak kecil (Andriani 2018; Ussolikhah dan dkk 2023).

Studi oleh McCrory (2020) dan Chapple (2021) menunjukkan bahwa pengalaman traumatis pada masa kecil serta kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi dapat memengaruhi perkembangan otak dan sistem saraf, yang pada gilirannya membentuk *negative inner child*. Terbentuknya *negative inner child* ini kemudian menjadi sumber konflik emosional dan gangguan psikologis yang berlanjut hingga dewasa (Simon Chapple 2024). Dampaknya dapat meluas kepada perilaku destruktif seperti *cyberbullying*, *cybercrime*, adiksi digital, paparan pornografi, hingga gangguan dalam hubungan interpersonal (Simon Chapple 2024, 23–26).

Namun, kajian mengenai pendekatan spiritual dalam mengatasi *negative inner child* masih sangat terbatas. Pengasuhan Qur'ani, yang berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an, diyakini mampu menjadi solusi efektif untuk mengatasi hal tersebut. Pendekatan ini berkontribusi pada pembentukan karakter dan kepribadian anak

yang lebih kuat, stabil, resilien, serta sehat dalam menghadapi tantangan kehidupan, terutama di era digital yang sarat distraksi dan tekanan sosial.

Salah satu kisah dalam Al-Qur'an yang sangat relevan untuk diterapkan dalam konteks ini adalah kisah Nabi Yusuf. Nabi Yusuf, yang mengalami berbagai bentuk kezaliman, seperti pengkhianatan, penindasan, dan ketidakadilan dari saudara-saudaranya serta lingkungan sosial sekitarnya, memberikan teladan luar biasa dalam mengatasi *negative inner child* dan tantangan kehidupan. Beliau menghadapinya dengan kesabaran, pengampunan, dan ketahanan emosional—yang berakar pada iman yang kuat. Keteladanan beliau ini dapat dijadikan model dalam pengasuhan khususnya dalam mengatasi *negative inner child*, serta membentuk karakter dan kepribadian yang resilien dalam menghadapi berbagai tantangan hidup, terutama di era digital ini.

Dalam bukunya *Pelajaran Hidup Surah Yusuf*, Fuad Al-Aris menggambarkan Nabi Yusuf sebagai simbol keadilan, ketulusan, dan kekuatan moral, menjadikannya sebagai teladan yang sangat relevan dalam pembentukan karakter yang stabil secara emosional (al-Aris 2005). Berbagai penelitian juga telah menyoroti relevansi nilai-nilai yang terdapat dalam kisah Nabi Yusuf, seperti kesabaran dan pengampunan dalam membantu individu yang mengalami luka emosional untuk pulih dan membangun kembali keseimbangan emosional mereka. Penelitian oleh Shehab (2021) mengungkapkan bahwa keteladanan Nabi Yusuf dalam menghadapi kecemburuan dan intrik saudara-saudaranya mengajarkan pentingnya pengampunan sebagai bagian dari penyembuhan luka emosional (Shehab 2021). Selain itu, studi oleh Hegazi dkk. (2022) dalam *Behavioural Education in Surah Yusuf* menunjukkan bahwa kesabaran, pengampunan, dan perlindungan diri terhadap godaan-godaan hidup dapat memperkuat resiliensi di tengah tantangan kehidupan modern, termasuk di era digital (Hegazi dkk. 2022).

Di sisi lain, kajian tentang pengasuhan dalam konteks ketidakhadiran figur ayah atau *fatherless parenting*, seperti yang diteliti oleh Nur Hamimah dkk. (2024) juga relevan dengan kisah Nabi Yusuf. Dalam kisah tersebut, meskipun Nabi Yusuf Kehilangan sosok ayah, Nabi Yaqub, yang merupakan figur sentral dalam kehidupannya, hubungan emosional yang kuat antara mereka tetap terjaga,

memberikan dampak positif terhadap perkembangan emosional Nabi Yusuf. Hal ini menggarisbawahi pentingnya peran figur orang tua, khususnya dalam membangun keseimbangan emosional anak (Hamimah dkk. 2024).

Walaupun kisah Nabi Yusuf sering dijadikan teladan dalam pengasuhan dan pembentukan karakter, sebagian besar penelitian cenderung memisahkan pembahasan antara *inner child*, teori psikologi modern, dan nilai pengasuhan Qur'ani. Hingga saat ini, belum ada kajian yang mengintegrasikan konsep *negative inner child* dengan teori psikososial Erik Erikson, *love languages* Gary Chapman, dan kisah Nabi Yusuf sebagai panduan pengasuhan Qur'ani dalam satu kajian komprehensif dan aplikatif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *negative inner child* terhadap individu, mengeksplorasi relevansi kisah Nabi Yusuf dengan *fenomena tersebut* di era digital, serta menggali panduan pengasuhan Qur'ani berbasis keteladanan Nabi Yusuf. Dengan mengintegrasikan teori psikologi modern, seperti teori psikososial Erikson dan *love languages* Chapman, serta nilai-nilai Qur'ani, penelitian ini menawarkan solusi holistik yang mencakup tiga aspek utama: usaha preventif (pencegahan), usaha korektif (perbaikan), dan usaha preservatif (pemeliharaan karakter). Pendekatan ini dirancang agar relevan dan aplikatif dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital, dengan menekankan keseimbangan aspek emosional dan spiritual sebagai kunci membangun karakter anak yang resilien dan berakhlak mulia. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan kajian pengasuhan, psikologi, dan nilai-nilai Qur'ani.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur untuk menganalisis pengaruh *negative inner child* terhadap individu, mengeksplorasi relevansi kisah Nabi Yusuf dengan *fenomena tersebut* di era digital, serta menggali panduan pengasuhan Qur'ani berbasis keteladanan Nabi Yusuf. Pendekatan ini memadukan sumber primer (Al-Qur'an, hadis, dan kitab tafsir) dan sumber sekunder (artikel, buku, dan penelitian terkait), dengan teori modern,

seperti teori *love languages* (bahasa kasih) Gary Chapman, teori perkembangan psikososial Erik Erikson, serta kajian trauma anak dalam Islam.

Analisis dilakukan secara deskriptif untuk mengintegrasikan nilai-nilai Qur'ani dengan teori psikologi modern dalam konteks pengasuhan Qur'ani. Peneliti memanfaatkan metode *Tafsir Maudhu'i* sebagaimana dirumuskan oleh Al-Humaidhi, yang melibatkan delapan langkah, seperti penentuan tema dan judul yang relevan, pengumpulan dan analisis ayat-ayat terkait, serta penghubungan ayat-ayat dengan konsep *negative inner child* dan konteks kehidupan modern (Prof. Dr. Ibrahim Shalih Al-Humaidi 2020). Fokus penelitian pada tahapan *trust versus mistrust* dan *autonomy versus shame and doubt* dalam teori Erikson, disesuaikan dengan peristiwa dalam kisah Nabi Yusuf, memperkuat analisis relevansi antara konsep *negative inner child* dan pengasuhan Qur'ani.

Metode ini dirancang untuk menghasilkan temuan teoritis dan aplikatif yang signifikan dalam pengembangan pengasuhan berbasis nilai-nilai Qur'ani di era digital.

Hasil dan Pembahasan

A. Definisi Pengasuhan dan Pengasuh serta Esensinya

1. Definisi Pengasuhan dan Pengasuh

Menurut KBBI, pengasuhan diartikan sebagai cara, proses, atau tindakan merawat, mendidik, dan membimbing individu yang berada di bawah tanggung jawab individu lainnya ("Hasil Pencarian - KBBI VI Daring," t.t.-a). Definisi ini sejalan dengan dua istilah yang sering merujuk pada praktik pengasuhan dalam konteks Islam, yaitu *hadhanah* dan *tarbiyah*. Keduanya memiliki makna mendalam, yakni tanggung jawab untuk memberikan perlindungan dan pendidikan yang menyeluruh bagi anak, baik secara fisik, emosional, maupun intelektual.

Hadhanah sendiri berfokus pada aspek penjagaan dan pengasuhan fisik anak, di mana orang tua atau pengasuh bertanggung jawab atas kesejahteraan anak, baik dalam hal perlindungan, pemenuhan kebutuhan dasar, maupun pendidikan ("PIMPINAN RAPAT KOMISI B 1 MASAIL FIQHIYYAH MU'ASHIRAH

(MASALAH FIKIH KONTEMPORER) IJTIMA' ULAMA KOMISI FATWA SE INDONESIA V" 2015). Aspek ini sangat penting sebagai pondasi dalam pengembangan diri anak. Di sisi lain, *tarbiyah* mencakup pendidikan yang lebih luas, menekankan pengembangan karakter secara menyeluruh, meliputi aspek fisik, intelektual, maupun spiritual. Istilah *tarbiyah* berasal dari kata *rabā-yarbū* yang berarti pertumbuhan dan pengembangan dalam dimensi kehidupan manusia, *rabiya-yarbā* yang mengacu pada perkembangan, dan *rabba-yarubbu* yang berarti membimbing, memperbaiki, serta mengatur. Ketiga makna etimologi ini saling melengkapi untuk menggambarkan konsep *tarbiyah*, yang bertujuan untuk memastikan pertumbuhan anak secara holistik, sesuai dengan nilai-nilai Qur'ani sehingga tujuan untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat dapat tercapai.

Pengasuh dalam perspektif pengasuhan Qur'ani tidak terbatas pada orang tua sebagai pengasuh utama, tetapi juga mencakup siapa saja yang memiliki peran dalam mendidik dan membimbing anak, seperti guru, tokoh agama, atau masyarakat secara keseluruhan (DWI 2022). Hal ini sejalan dengan pengertian pengasuh menurut KBBI, yang merujuk pada orang yang mengasuh dan bertanggung jawab sebagai wali, baik itu orang tua atau pihak lain yang memikul tanggung jawab untuk mendidik anak ("Hasil Pencarian - KBBI VI Daring," t.t.-b).

2. Esensi Pengasuhan dan Pengasuh

Pengasuhan dalam perspektif Qur'ani mengedepankan pemahaman bahwa anak bukan sekedar tanggung jawab duniawi, tetapi juga amanah dari Allah *Ta'ala* yang harus dipenuhi dengan penuh ketulusan dan kebijaksanaan. Karena pengasuhan termasuk pondasi utama dalam membentuk individu yang bertakwa dan berakhlak mulia (Warosari dkk. 2023). Sebagaimana dijelaskan dalam banyak ayat Al-Qur'an dan hadis, pengasuhan yang baik adalah pengasuhan yang mampu mendidik anak menjadi pribadi yang seimbang, memiliki akhlak terpuji, iman yang kokoh, dan amal yang bermanfaat.

Tujuan pengasuhan Qur'ani tidak hanya untuk membentuk individu yang sukses di dunia, tetapi juga di akhirat sebagai generasi bertakwa yang mampu menjaga hubungan vertikal (dengan Allah *Ta'ala*) dan horizontal (dengan sesama manusia), serta mewariskan nilai-nilai keislaman. Hal ini bertujuan untuk melahirkan generasi yang mampu mencapai kejayaan seperti masa keemasan peradaban Islam (Ulwan, t.t.).

Pengasuhan yang baik memiliki pengaruh signifikan pada pembentukan karakter dan kepribadian anak, seperti yang disebutkan dalam konteks *tarbiyah* dan *hadhanah*, karena karakter dan kepribadian yang baik terbentuk melalui pengasuhan dan pendidikan yang diberikan oleh pengasuh sejak dini. Pengasuhan yang penuh kasih sayang, disiplin dan konsisten, serta keteladanan akan memengaruhi bagaimana anak mengembangkan sikap, perilaku, dan nilai-nilai yang mereka anut. Anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang mendukung perkembangan emosional dan sosialnya cenderung memiliki karakter yang positif, seperti rasa percaya diri, empati, dan kemampuan untuk menghadapi tantangan hidup dengan bijaksana. Pendekatan pengasuhan seimbang, yang mengintegrasikan aspek emosional, sosial, dan spiritual, menjadikan anak dapat tumbuh sebagai individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki akhlak mulia dan kesiapan untuk menghadapi berbagai intrik kehidupan dengan sikap yang positif dan penuh tanggung jawab.

Dalam perspektif psikologi modern, teori perkembangan psikososial Erik Erikson memberikan wawasan tentang pentingnya pengaruh pengasuhan pada setiap tahap perkembangan anak, seperti pada tahap '*trust versus mistrust*' yang menekankan kebutuhan kasih sayang dan kepercayaan, serta '*autonomy versus shame and doubt*' yang membangun rasa percaya diri anak. Tahap-tahap ini relevan dengan teori *love languages* dari Gary Chapman yang dapat diintegrasikan dengan teori psikososial Erikson. Menurut Erikson, perkembangan karakter dan kepribadian anak dipengaruhi oleh tahap-tahap psikososial yang mereka lalui, yang berinteraksi dengan pengaruh orang tua dan pengasuh (Rizki 2024). Sementara itu, teori *love languages* membantu

pengasuh memahami cara terbaik untuk menunjukkan kasih sayang kepada anak berdasarkan bahasa cinta mereka, yang dapat berupa kata-kata afirmasi, waktu berkualitas, sentuhan fisik, tindakan pelayanan, atau pemberian hadiah(Nurhayati 2023).

Esensi pengasuh dalam konteks ini sangat penting, karena pengasuh tidak hanya bertanggung jawab secara fisik dalam menjaga dan merawat anak, tetapi juga berperan dalam mendidik dan membentuk karakter anak. Sebagai pihak yang membimbing, pengasuh diharapkan dapat meneladani nilai-nilai pengasuhan yang terkandung dalam ajaran Islam dan berperan aktif dalam proses pembentukan karakter serta kepribadian anak. Pengasuh memiliki tanggung jawab untuk memberikan teladan yang baik, mengarahkan anak untuk tumbuh menjadi individu yang bertanggung jawab, memiliki akhlak mulia, serta mampu memanfaatkan ilmu dan keterampilan yang diperoleh untuk kebaikan umat. Peran pengasuh mencakup pembimbingan dalam aspek emosional, sosial, dan spiritual anak, memastikan bahwa anak tidak hanya berkembang secara intelektual, tetapi juga memupuk nilai-nilai agama dan moral yang kuat. Dengan demikian, pengasuhan bukan hanya merupakan tanggung jawab orang tua semata, melainkan juga menjadi tanggung jawab kolektif dari berbagai pihak yang terlibat dalam kehidupan anak(Widayanti, t.t.).

B. Definisi, Jenis, dan Faktor Pembentuk *Inner Child*

1. Definisi *Inner Child*

Inner child adalah istilah psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian yang mencakup memori, emosi, serta pengalaman masa kecil yang tersimpan dalam alam bawah sadar. Secara bahasa, *inner child* merujuk pada “bagian batin yang menyerupai sifat kekanakan” yang tetap ada walaupun individu telah dewasa. Cambridge Dictionary mendefinisikan *inner child* sebagai bagian kepribadian yang masih bereaksi dan merasa seperti anak-anak(DI BELANDA dan YUSUF, t.t.), sementara Merriam-Webster mendeskripsikannya sebagai sisi tersembunyi dari kepribadian yang ditandai dengan bermain,

spontanitas, dan kreativitas, tetapi sering disertai kemarahan, rasa sakit, dan ketakutan akibat pengalaman masa kecil ("Definition of INNER CHILD," t.t.).

John Bradshaw (1992) mendefinisikan *inner child* sebagai bagian psikologis terkait kenangan dan pengalaman masa kecil yang belum terselesaikan, dan sering kali memengaruhi perilaku dewasa (Bradshaw 1992). Charles Whitfield (1987), menambahkan bahwa mencerminkan sifat kekanakan yang dapat muncul sebagai respons terhadap luka emosional atau trauma masa kecil (Whitfield 1987).

Istilah *inner child* dipopulerkan oleh Carl Jung, yang mengamati bahwa setiap individu memiliki sisi kepribadian yang bersifat seperti anak-anak, tercermin dalam perilaku dan respons emosionalnya. Konsep ini berkembang dari teori "gunung es" milik Sigmund Freud, psikolog asal Jerman, yang menyatakan bahwa kehidupan bawah sadar memiliki pengaruh besar terhadap perilaku manusia yang tampak di permukaan (Freud 1923).

Konsep ini menggambarkan bahwa *inner child* dapat menjadi kekuatan positif maupun hambatan emosional dalam kehidupan individu. Perkembangannya sangat bergantung pada kemampuan seseorang untuk menerima, mengendalikan, dan berdamai dengan bagian diri ini seiring waktu (Junaidah 2024). Dengan demikian, *inner child* tidak hanya merujuk pada dimensi psikologis yang memengaruhi perilaku dan emosi dewasa, tetapi juga pada pengalaman masa kecil yang membentuk karakter dan kepribadian sepanjang hidup. Memahami *inner child* menjadi langkah penting untuk menyelaraskan pengalaman masa lalu dengan kehidupan masa kini serta mencapai kedewasaan emosional (Pratiwi 2023).

2. Jenis dan Faktor Pembentuk *Inner Child*

Inner child dapat dibedakan menjadi dua jenis utama, yaitu *positive inner child* dan *negative inner child*, berdasarkan pengaruh yang ditimbulkan selama masa kanak-kanak dan remaja. Proses pembentukan *inner child* dimulai sejak masa kanak-kanak hingga remaja, namun dampak paling signifikan terjadi pada periode usia 0 hingga 7 tahun, yang dikenal sebagai masa sensitif

perkembangan. Pada usia ini, individu sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan yang dapat membentuk karakter dan kepribadian (Junaidah 2024). Sejalan dengan teori psikososial Erik Erikson, masa kanak-kanak dan remaja memiliki keterkaitan erat dalam membentuk nilai-nilai dasar dan jati diri individu. ketika seorang anak sudah memiliki nilai-nilai yang kuat sejak kecil, mereka cenderung lebih stabil dan tidak mudah kehilangan identitas saat memasuki masa remaja.

Positive inner child merujuk pada bagian diri individu yang tidak terluka selama masa kanak-kanak atau remaja. Pembentukannya dipengaruhi oleh pengasuhan yang penuh kasih sayang, penanaman nilai-nilai spiritual atau keimanan, serta pemenuhan kebutuhan fisik, emosional, dan psikologis secara menyeluruh. Faktor lainnya termasuk konsistensi, disiplin, keteladanan, kebijaksanaan, dan pemahaman yang baik dari orang tua atau pengasuh. Individu yang memiliki *positive inner child* cenderung mengembangkan karakteristik yang stabil, dewasa secara emosional, percaya diri, mandiri, dan memiliki prinsip hidup yang kokoh. Mereka juga memiliki ketahanan emosional yang baik dan mampu mengatasi tantangan hidup tanpa mudah terpengaruh oleh lingkungan negatif. Selain itu, mereka mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu untuk tumbuh dan berkembang menjadi individu yang lebih baik (Pratiwi 2023, 5–12).

Sebaliknya, *negative inner child* adalah bagian dari diri individu yang terbentuk akibat luka emosional yang tidak tertangani pada masa kanak-kanak atau remaja. Pembentukannya dipengaruhi oleh dua faktor utama: pengabaian emosional pada anak dan trauma. Pengabaian emosional pada anak sering kali terjadi walaupun kebutuhan fisik anak terpenuhi. hal ini terjadi ketika pengasuh, baik orang tua, keluarga, atau guru, tidak memberikan perhatian emosional yang memadai (Simon Chapple 2024). Misalnya, ketika anak membutuhkan perhatian, seperti bermain atau berinteraksi, mereka sering merasa diabaikan karena pengasuh terlalu sibuk dengan pekerjaan atau aktivitas pribadi. Respons yang tidak mendukung, seperti membentak atau mengabaikan perasaan anak, dapat menyebabkan luka emosional yang

mendalam. Akibatnya, anak merasa tidak diberi ruang untuk mengungkapkan perasaannya dengan cara yang sehat (Saroya dan dkk, t.t.).

Selain pengabaian emosional pada anak, trauma secara psikologis maupun fisik, juga dapat membentuk *negative inner child*. Trauma yang berasal dari kekerasan verbal ataupun fisik, seperti pelecehan dan perundungan, serta pengalaman traumatis lainnya, seperti bencana alam atau peperangan, dapat mengganggu rasa aman anak (UK Trauma Council, t.t.). Trauma yang tidak ditangani dengan baik dapat memengaruhi perkembangan emosi dan perilaku, serta memengaruhi fungsi neurologis dan fisiologis individu. Hal ini dapat menyebabkan gangguan pada sistem saraf tubuh, yang berakibat pada peningkatan kadar hormon stres, kortisol, serta gangguan pada bagian otak yang terkait dengan memori dan pengambilan keputusan, seperti hippocampus dan prefrontal cortex. Dampak jangka panjang dari trauma dapat berupa masalah kesehatan fisik, seperti tekanan darah tinggi, gangguan tidur, atau penurunan sistem kekebalan tubuh (McCrorry 2020).

Luka emosional akibat pengabaian atau trauma yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan terbentuknya *negative inner child*, yang akan memengaruhi perilaku individu ketika dewasa (Surianti 2022). Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, memiliki pola perilaku destruktif, kecenderungan bertindak impulsif atau kompulsif, serta masalah kesehatan mental seperti kecemasan atau depresi. Selain itu, individu dengan *negative inner child* sering kali kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, merasa tidak percaya diri, dan menghadapi masalah dalam perkembangan karakter atau kepribadian mereka (Anggadewi 2020).

C. Pengaruh *Negative Inner Child* Terhadap Psikologis dan Karakter

1. Pengaruh Terhadap Psikologis

a) Masalah Kesehatan Mental

Individu dengan *negative inner child* sering kali mengalami berbagai gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan berlebihan, PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*), atau gangguan kepribadian (*borderline* atau

avoidant). Hal ini sering berkaitan dengan pengalaman masa kecil yang membentuk pola pikir dan emosi yang kurang sehat, seperti rasa takut akan penolakan atau ketidakpercayaan terhadap orang lain (Simon Chapple 2024). Menurut teori Erikson, *trust versus mistrust* yang tidak terpenuhi dengan baik dapat membentuk pola ketidakpercayaan yang melekat hingga dewasa.

b) Pola Perilaku Destruktif

negative inner child sering kali mendorong individu untuk melakukan perilaku destruktif sebagai respons terhadap rasa tidak nyaman dalam diri mereka. Perilaku ini termasuk *self-sabotage*—secara tidak sadar merusak hubungan atau karier karena merasa tidak layak—dan adiksi seperti bermain *game*, pornografi, atau penyalahgunaan zat berbahaya seperti alkohol dan narkoba (Simon Chapple 2024, 24).

c) Pola Perilaku Impulsif

Keputusan yang diambil tanpa berpikir panjang demi kepuasan sesaat sering kali terlihat pada individu dengan *negative inner child*. Misalnya, perilaku konsumtif seperti belanja berlebihan atau tindakan berisiko tinggi (Pratiwi 2023, 36). Hal ini dapat dikaitkan dengan ketidakmampuan mengembangkan pengendalian diri di masa kanak-kanak, sebagaimana dijelaskan dalam tahap *autonomy versus shame and doubt* menurut Erikson.

d) Pola Pikir Negatif

Keyakinan seperti 'saya tidak cukup baik' atau 'tidak ada yang mencintai saya', adalah karakteristik *inner child* yang terluka. Pola ini sering diperkuat oleh kritik internal yang terlalu keras (*inner critic*), menghambat individu untuk merasa bahagia atau bangga atas pencapaian mereka (Pratiwi 2023, 37).

e) Kecenderungan Maladaptif

Sebagai mekanisme pertahanan, individu dengan *negative inner child* dapat menarik diri dari hubungan sosial, berusaha berlebihan (*overachieving*) untuk mendapatkan validasi, atau menjadi terlalu

bergantung pada orang lain untuk mendapatkan rasa aman (Simon Chapple 2024, 32).

f) Gangguan Emosi

negative inner child sering kali menyebabkan individu memiliki emosi yang mudah meluap, seperti amarah atau kesedihan yang ekstrem. Selain itu, mereka cenderung terlalau sensitif terhadap kritik, yang membuat hubungan interpersonal menjadi rumit (Simon Chapple 2024, 59).

2. Pengaruh Terhadap Karakter

a) Pembentukan Karakter

Anak-anak dengan *negative inner child* sering kehilangan kesempatan untuk mengembangkan nilai-nilai dasar seperti empati, kejujuran, dan keberanian. Ketika kebutuhan psikososial pada tahap awal perkembangan tidak terpenuhi, seperti pada fase *initiative versus guilt* dalam teori Erikson, anak mungkin merasa ragu-ragu untuk mengambil inisiatif dalam hubungan sosial atau pengambilan keputusan. Akibatnya, ketika dewasa, mereka sulit percaya kepada orang lain karena ketidakamanan yang telah tertanam sejak kecil (Saroya dan dkk, t.t.).

b) Perkembangan Karakter

Hambatan dalam perkembangan karakter juga berkaitan erat dengan pengalaman masa kecil yang tidak mendukung. Pada fase *industry versus inferiority*, anak-anak yang tidak diberdayakan untuk meraih penacapaian dan mengembangkan rasa kompetensi dapat tumbuh dengan perasaan inferior. Hal ini mengakibatkan anak kesulitan dalam membangun sifat-sifat stabil seperti pengendalian emosi, tanggung jawab, atau keberanian dalam mengambil keputusan. Sebagai contoh, individu mungkin menjadi impulsif atau kompulsif, mudah menyerah, serta mengalami kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat (Pratiwi 2023, 37–40).

D. Relevansi Kisah Nabi Yusuf dengan *Negative Inner Child*

1. Sekilas Tentang Surah Yusuf

Kisah Nabi Yusuf termaktub dalam Surah Yusuf, yang secara khusus memuat cerita beliau, namun di dalamnya tidak hanya menceritakan perjalanan hidup beliau, tetapi juga menggambarkan banyak pelajaran penting terkait dengan pembentukan karakter yang resilien dalam menghadapi berbagai ujian hidup. Dalam konteks *negative inner child*, Surah Yusuf, mengajarkan pentingnya nilai-nilai keimanan, ketabahan, kesabaran, ketawakkalan kepada Allah *Ta'ala*, keteladanan, serta pengelolaan luka emosional akibat pengabaian emosional pada anak dan trauma, berupa penerimaan dan pemaafan yang tulus. Ini menjadi relevan untuk mengatasi masalah *negative inner child* dan membimbing individu pada pengasuhan yang tepat dan menuju pada kesembuhan serta kekuatan karakter.

Surah Yusuf, yang terdiri dari 111 ayat, menurut *ijma'* ulama, termasuk dalam kategori surah *Makkiyah*, yang diturunkan pada fase mekkah setelah Surah Hud. Surah ini menjadi penguat bagi Rasulullah *ṣallallāhu 'alaihi wa sallam* dan para sahabat dalam menghadapi tantangan dakwah Islam, terutama dalam menghadapi tekanan dari kaum kafir Quraisy. Selain itu Surah Yusuf juga memberi kabar gembira kepada mereka juga siapa saja yang membaca dan mentadabburinya bahwa setelah kesulitan akan ada jalan keluar, dan setelah kesempitan akan ada kekuasaan, sebagaimana yang dialami oleh Nabi Yusuf. Hal ini mengajarkan bahwa kendati banyak ujian dan trauma yang datang bertubi-tubi, dengan kesabaran dan ketawakkalan kepada Allah *Ta'ala*, seseorang bisa bangkit dan menemukan jalan menuju kemuliaan. (Abdil Bari 2021)

Dari sisi *asbabun nuzul*, surah ini berhubungan dengan hadis yang diriwayatkan oleh Abdullah bin Mas'ud (No. 36723) yang menceritakan permintaan sahabat agar Rasulullah *ṣallallāhu 'alaihi wa sallam* menceritakan kisah-kisah. Maka Allah *Ta'ala* menurunkan firman-Nya:

"kami ceritakan kepadamu kisah yang paling baik" (QS. Yusuf:3) ("Kitāb Mawsū'at al-Tafsīr al-Ma'thūr dalam Al-Maktabah al-Shāmilah," t.t.)

Hadis ini menggambarkan bahwa permintaan tersebut mengarah pada kisah terbaik yang akhirnya diungkapkan dalam Surah Yusuf.

Pada ayat ke-3 Surah Yusuf, Allah *Ta'ala* berfirman bahwa kisah ini adalah “...*sebaik-baik kisah...*”. Sebagaimana dijelaskan oleh Abdullah bin Hamd al-Jalali bahwa kisah Yusuf adalah salah satu kisah yang paling menakutkan dan paling menarik dalam Al-Qur'an, karena di dalamnya terkandung berbagai pelajaran dan hikmah. Kisah ini menggambarkan peralihan keadaan yang signifikan, dari kehinaan menuju kemuliaan, dari perpecahan dan keterpisahan menuju persatuan dan kesatuan. Di dalamnya juga tercermin kasih sayang Allah *Ta'ala* yang begitu besar, serta perhatian-Nya kepada hamba-hamba-Nya yang paling dekat. Selain itu, kisah ini menunjukkan pertolongan Allah *Ta'ala* dalam situasi yang sangat sulit dan berat. Tidak kalah penting, kisah ini sarat dengan pelajaran-pelajaran berharga lainnya (“*كتاب دروس للشيخ عبد الله الجلالي*”, t.t.). Pernyataan ini selaras dengan yang dikatakan oleh As-Sa'di dalam kitab tafsirnya (as-Sa'di 2000).

Surah ini juga memiliki gaya bahasa yang sangat mendalam dan penuh hikmah, yang menunjukkan keajaiban (*‘ijaz*) Al-Qur'an. Keajaiban ini membuktikan bahwa Al-Qur'an benar-benar berasal dari sisi Allah *Ta'ala* dan memberikan petunjuk serta ketenangan bagi umat manusia, bahkan dalam menghadapi ujian yang paling berat. Setiap ayat yang menceritakan suatu peristiwa dalam surah ini, mampu menggambarkan berbagai situasi dan kondisi yang saling terkait, (Dr. Fuad Al-Aris 2013) yang tidak hanya relevan dalam konteks sejarahnya, tetapi juga dalam konteks pembentukan karakter, resiliensi, dan pengelolaan luka emosional.

2. Bentuk *Inner Child* dalam Kisah Nabi Yusuf

Kisah Nabi Yusuf, mengandung banyak aspek yang relevan dengan konsep *inner child*, termasuk dalam hal *negative inner child*, di mana Yusuf mengalami berbagai perlakuan yang dapat meninggalkan luka batin mendalam. Perlakuan yang diterima Nabi Yusuf sejak kecil menunjukkan adanya pengabaian emosional pada anak serta trauma, baik secara langsung maupun tidak langsung. Walau demikian, *inner child* yang ada pada Nabi Yusuf tidak menggambarkan efek dari *negative inner child* yang dapat merusak, melainkan

menggambarkan *positive inner child*. Hal ini dapat terlihat ketika Yusuf dewasa, yang menunjukkan kestabilan emosi, karakter mulia, kepribadian yang resilien, mampu bertahan dalam intrik kehidupan, hingga akhirnya mengantarkan beliau kepada kesuksesan di dunia dan akhirat.

Berikut adalah faktor pembentuk *negative inner child* dalam diri Nabi Yusuf ketika masih kecil adalah:

a) **Pengabaian Emosional Pada Anak**

Dalam Surah Yusuf ayat 8-12, Allah *Ta'ala* berfirman:

﴿ إِذْ قَالُوا لِيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَىٰ آبَائِنَا مِنَّا وَنَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّ آبَاءَنَا لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ۘ ٨ قَاتِلُوا يُوسُفَٰ أَوْ اطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ وَتَكُونُوا مِن بَعْدِهِ قَوْمًا صَالِحِينَ ۙ ٩ قَالَ قَائِلٌ مِّنْهُمْ لَا تَقْتُلُوا يُوسُفَٰ وَالْقَوْهٖ فِي غَيْبَتِ الْجُبِّ يَلْتَقِطُهُ بَعْضُ السَّيَّارَةِ إِن كُنْتُمْ فَاعِلِينَ ۙ ١٠ قَالُوا يَا أَبَانَا مَا لَكَ لَا تَأْمَنَّا عَلَىٰ يُوسُفَٰ وَإِنَّا لَهُ لَنَصِحُونَ ۙ ١١ أَرْسَلْنَا مَعَنَا غَدًا يَّزْتَعُ وَيَلْعَبُ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ ۙ ١٢ ﴾

(Ingatlah) ketika mereka berkata, “Sesungguhnya Yusuf dan saudara (kandung)-nya lebih dicintai Ayah daripada kita, padahal kita adalah kumpulan (yang banyak). Sesungguhnya ayah kita dalam kekeliruan yang nyata. Bunuhlah Yusuf atau buanglah dia ke suatu tempat agar perhatian Ayah tertumpah kepadamu dan setelah itu (bertobatlah sehingga) kamu akan menjadi kaum yang saleh.” Salah seorang di antara mereka berkata, “Janganlah kamu membunuh Yusuf, tetapi masukkan saja dia ke dasar sumur agar dia dipungut oleh sebagian musafir jika kamu hendak berbuat.” Mereka berkata, “Wahai ayah kami, mengapa engkau tidak memercayai kami atas Yusuf, padahal sesungguhnya kami benar-benar menginginkan kebaikan baginya? Biarkanlah dia pergi bersama kami besok pagi agar dia bersenang-senang dan bermain-main. Sesungguhnya kami benar-benar akan menjaganya.”

Tafsir dari ayat 8-12 dalam Surah Yusuf memberikan gambaran mendalam mengenai konflik internal dalam keluarga Nabi Yusuf yang dipicu oleh kecemburuan saudara-saudaranya.

Konteks ayat 8, Al-Mawardi menjelaskan bahwa Yusuf dan Bunyamin adalah saudara kandung seibu, yang mendapatkan perhatian lebih dari Nabi Yaqub setelah ibu mereka wafat. Perhatian ini memicu kecemburuan di antara saudara-saudara Yusuf yang lain (berbeda ibu), khususnya terhadap

Yusuf, yang sangat dicintai oleh Yaqub(al-Mawardi, t.t., 9). Al-Maraghi menafsirkan bahwa dalam ucapan saudara-saudara Yusuf, mereka menyebut Yusuf dan Bunyamin lebih dicintai oleh ayah mereka, meskipun masih kecil dan dianggap belum memberikan manfaat besar. Mereka merasa, sebagai kelompok yang lebih kuat dan mampu memenuhi kebutuhan keluarga, lebih berhak mendapatkan perhatian ayah mereka. Mereka pun menganggap Nabi Yaqub tidak adil dalam menunjukkan kasih sayang kepada Yusuf dan Bunyamin(Al-Maraghi 1365, 116–18).

As-Sa'di menambahkan bahwa saudara-saudara Yusuf merasa heran mengapa Nabi Yaqub lebih mencintai Yusuf dan Bunyamin, yang mereka anggap lemah, dibandingkan mereka yang lebih kuat dan kompak. Bahkan, mereka menuduh Nabi Yaqub berada dalam kesalahan yang jelas(as-Sa'di 2000, 394). Menurut berbagai tafsir dan *kitab* yang membahas kisah Nabi Yusuf ini, menjelaskan bahwa Nabi Yaqub lebih mencintai Yusuf dan Bunyamin bukan karena ketidakadilan, melainkan karena keduanya masih kecil dan kehilangan ibu mereka. Nabi yaqub berperan ganda sebagai ayah dan ibu bagi mereka. Selain itu, kasih sayang Nabi Yaqub terhadap Yusuf juga dipengaruhi oleh akhlak mulia yang ditunjukkan oleh Yusuf sejak kecil, serta kecintaan yang bertambah ketika Yusuf menceritakan mimpinya. Sebagaimana dikatakan dalam pepatah arab, "Siapa anak yang paling kau cintai?" Jawabnya, "Yang kecil hingga dewasa, yang hilang hingga ditemukan, yang sakit hingga sembuh(al-Maghrawi 2014, 43)."

Kasih sayang Nabi Yaqub ini bukanlah hal yang tercela, karena ini adalah tabiat manusia yang cenderung lebih menyayangi hal-hal yang baik, termasuk anak-anak yang memiliki akhlak mulia. Namun, rasa iri, cemburu, dan dengki muncul dalam hati saudara-saudara Yusuf, yang menyebabkan mereka merasa diperlakukan tidak adil oleh ayah mereka.

Sayyid Qutb menjelaskan bahwa rasa iri, cemburu, dan dengki yang menguasai saudara-saudara Yusuf semakin besar, sehingga mereka terperdaya oleh tipu daya setan dan mulai merencanakan makar untuk menyingkirkan Yusuf. Dalam konteks ayat 9, mereka (saudara-saudara

Yusuf) berdiskusi mengenai rencana yang akan dibuat: membunuh Yusuf atau membuangnya ke tempat jauh agar perhatian Nabi Yaqub sepenuhnya tertuju kepada mereka(Qutb 1995, 1953).

Al-Maraghi dan As-Sa'di memberikan penafsiran lebih rinci terkait ayat 10. Salah seorang saudara Yusuf, yang dianggap lebih baik pikirannya, mengusulkan agar Yusuf tidak dibunuh, melainkan dibuang ke dalam sumur agar ditemukan oleh musafir yang lewat. Pendapat ini dianggap sebagai dosa yang lebih ringan dibandingkan pembunuhan, walaupun tetap merupakan tindakan zalim. Saudara ini berharap dengan cara tersebut Yusuf akan diambil oleh musafir dan dibawa jauh dari keluarga. Al-Maraghi menjelaskan bahwa sumur yang dimaksud adalah sumur alami yang tidak dilapisi batu, dengan bagian dasar yang tidak terlihat oleh pandangan mata, sehingga memungkinkan Yusuf ditemukan oleh kafilah yang lewat(Al-Maraghi 1365, 118-19). As-Sa'di menambahkan bahwa saudara ini berusaha mengurangi dosa besar dengan menawarkan solusi yang lebih ringan, walaupun tetap mendukung rencana penyingkiran Yusuf(as-Sa'di 2000, 394).

Pada konteks ayat 11-12, saudara-saudara Yusuf mulai membujuk Nabi Yaqub agar mengizinkan Yusuf pergi bersama mereka. Mereka menggunakan berbagai alasan yang tampaknya masuk akal, seperti membiarkan Yusuf bersenang-senang, bermain, dan menikmati suasana luar. Al-Maraghi menjelaskan bahwa mereka mencoba meyakinkan Nabi Yaqub dengan menunjukkan perhatian kepada Yusuf dan menjanjikan bahwa mereka akan menjaga Yusuf dengan baik(Al-Maraghi 1365, 120). As-Sa'di menafsirkan bahwa Nabi Yaqub pada awalnya ragu karena khawatir akan keselamatan Yusuf. Namun, bujukan dan alasan mereka akhirnya membuat Nabi Yaqub mengizinkan Yusuf pergi bersama mereka(as-Sa'di 2000, 394). Al-Mawardi menambahkan bahwa saudara-saudara Yusuf memanfaatkan sisi emosional Nabi Yaqub agar memberikan izin dengan menyampaikan aktivitas yang tampaknya positif, oleh sebab itu mereka menggunakan kalimat *yarta' wa yal'ab*. Dalam hal ini, Nabi Yaqub memahami bahwa bermain dalam konteks

tersebut bukan sesuatu yang tercela, tetapi merupakan kegiatan yang wajar bagi Yusuf sebagai anak kecil(al-Mawardi, t.t., 11-12).

b) Trauma Psikologis dan Fisik

Allah *Ta'ala* berfirman:

﴿ قَالُوا لَيْنَ أَكَلَهُ الذَّنْبُ وَنَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّا إِذًا لَّخُسِرُونَ ۝ ١٤ فَلَمَّا ذَهَبُوا بِهِ وَاجْمَعُوا أَن يَجْعَلُوهُ فِي غِيَابَتِ الْجُبِّ وَأَوْحَيْنَا إِلَيْهِ لَتُنَبِّئَنَّهُمْ بِأَمْرِهِمْ هَذَا وَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ ۝ ١٥ ﴾

Mereka berkata, "Sungguh, jika serigala memangsanya, padahal kami kelompok (yang kuat), kami benar-benar orang-orang yang merugi."Maka, ketika mereka membawanya serta sepakat memasukkannya ke dasar sumur, (mereka pun melaksanakan kesepakatan itu). Kami wahyukan kepadanya, "Engkau kelak pasti akan menceritakan perbuatan mereka ini kepada mereka, sedangkan mereka tidak menyadari."

Konteks ayat 14 menurut Al-Maraghi, saudara-saudara Yusuf meyakinkan Nabi Yaqub bahwa mereka cukup kuat untuk melindungi Yusuf dari serangan serigala. Dialog tersebut memperlihatkan kepercayaan diri mereka, sehingga Nabi Yaqub diyakinkan untuk tidak khawatir(Al-Maraghi 1365, 120). As-Sa'di menambahkan bahwa saudara-saudara Yusuf dengan cerdas mencoba membujuk Nabi Yaqub melalui argumen rasional. Mereka menekankan manfaat bagi Yusuf untuk bermain di luar rumah, yang akhirnya membuat Nabi Yaqub mengizinkan meski dengan perasaan khawatir yang mendalam(as-Sa'di 2000, 392).

Al-Mawardi menafsirkan pada ayat sebelumnya tentang kekhawatiran Nabi Yaqub atas Yusuf jika mereka membawa Yusuf pergi dari sisinya itu dikarenakan takut dimakan serigala, bahwa Nabi Yaqub tidak menyampaikan tuduhan langsung, melainkan memilih bahasa yang halus untuk menyampaikan rasa takutnya. Hal ini menunjukkan hikmah dan kebijaksanaan beliau dalam menjaga perasaan anak-anaknya. Maka saudara-saudara Yusuf meyakinkan ayah mereka dengan mengatakan mereka kelompok kuat, sehingga mustahil serigala dapat menyerang Yusuf saat mereka bersamanya. Pernyataan ini digunakan untuk membangun rasa percaya dari ayah mereka, agar mengizinkan Yusuf pergi bersama mereka.

Ayat ini memperlihatkan kombinasi emosi dan kebijaksanaan Nabi Yaqub. Beliau khawatir dengan kemungkinan buruk, baik dari serigala ataupun tindakan saudara-saudara Yusuf (al-Mawardi, t.t., 12-13).

Dalam konteks ayat 15 Al-Maraghi menjelaskan bahwa kata *ajma'ū* menunjukkan tekad bulat saudara-saudara Yusuf untuk melaksanakan rencana mereka tanpa keraguan. Setelah memasukkan Yusuf ke sumur, Allah *Ta'ala* menurunkan wahyu kepada Yusuf untuk menguatkan hatinya dan memberitahukan bahwa kelak ia akan menceritakan perbuatan tersebut kepada mereka (Al-Maraghi 1365, 121). Ibnu Katsir mencatat bahwa tindakan mereka mencerminkan kejahatan bersama yang dilakukan secara sadar dan terorganisir untuk menyakiti Yusuf kecil (bin Kathīr al-Dimashqī 1421). As-Suddi dan *mufassir* lainnya menyebutkan bahwa tindakan kekerasan, baik verbal maupun fisik, dilakukan terhadap Yusuf, seperti memukul, menghardik, hingga membuangnya ke sumur. Abu Bakar bin Ayyash, dalam Tafsir Ibnu Katsir, menambahkan bahwa Yusuf ditinggalkan sendiri di dalam sumur selama tiga hari, yang mempertegas penderitaan fisik dan emosional yang ia alami (bin Kathīr al-Dimashqī 1421).

Allah *Ta'ala* juga berfirman:

﴿ وَجَاءَتْ سَيَّارَةٌ فَأَرْسَلُوا وَارِدَهُمْ فَأَدْلَى دَلْوَهُ قَالَ يَبِئْسَ الْيُسْرَىٰ هَٰذَا غُلْمٌ وَاسْتُرُّهُ بِضَاعَةً وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِمَا يَعْمَلُونَ ۝ ١٩ وَشَرُّهُ بِبَطْنٍ بَحْسٍ طَرَاهِمَ مَعْدُودَةٍ وَكَانُوا فِيهِ مِنَ الزَّاهِدِينَ ۝ ٢٠ ﴾

Datanglah sekelompok musafir. Mereka menyuruh seorang pengambil air, lalu dia menurunkan timbanya. Dia berkata, "Oh, senangny! Ini ada seorang anak muda." Kemudian mereka menyembunyikannya sebagai barang dagangan. Allah Maha Mengetahui apa yang mereka kerjakan. Mereka menjualnya (Yusuf) dengan harga murah, (yaitu) beberapa dirham saja sebab mereka tidak tertarik kepadanya.

Dalam konteks ayat 19-20 pada Surah ini, Al-Maraghi menggambarkan bahwa Nabi Yusuf ditinggalkan dalam sumur hingga ditemukan oleh kafilah. Mereka memperlakukannya sebagai barang dagangan dan menjualnya dengan harga rendah (Al-Maraghi 1365). Al-Mawardi menafsirkan bahwa kafilah tersebut menyembunyikan Yusuf untuk menghindari klaim

kepemilikan, baik dari saudara-saudara Yusuf maupun pihak lain(al-Mawardi, t.t.).

As-Sa'di menjelaskan makna *wa syarauhu bi samanin bakhsin* (mereka menjual Yusuf dengan harga murah), di mana *dhamir 'ha'* dalam ayat ini menunjukkan saudara-saudara Yusuf, bukan kafilah. Ia menyebutkan bahwa Yusuf dijual dengan harga sangat rendah, hanya beberapa dirham, karena saudara-saudaranya tidak berniat memperoleh keuntungan besar dari penjualannya, tetapi semata-mata ingin menyingkirkan Yusuf dari ayahnya(as-Sa'di 2000, 395).

Makna *wa kânū fihī minaz zāhidīn* (dan mereka merasa tidak tertarik terhadap Yusuf) menurut As-Sa'di mengacu pada kafilah yang tidak menghargai Yusuf, baik secara material maupun nilai kemanusiaan, meskipun Yusuf memiliki potensi besar yang akan terlihat di masa depan. Ayat ini, menurut As-Sa'di, juga memberikan pelajaran tentang hakikat nilai manusia. Yusuf dihargai sangat rendah, menunjukkan bahwa manusia sering kali menilai sesuatu berdasarkan penampilan atau kondisi saat itu, tanpa menyadari nilai sejati di baliknya. Ketulusan niat pun terlihat berbeda-beda: saudara-saudaranya tidak menjual Yusuf untuk keuntungan, melainkan hanya ingin menyingkirkannya. Namun, Allah *Ta'ala* memiliki rencana yang jauh lebih besar untuk Yusuf (as-Sa'di 2000, 395).

Berdasarkan penafsiran tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa kisah Nabi Yusuf menggambarkan adanya pengabaian emosional pada anak dan trauma secara psikologis dan fisik yang dialaminya ketika kecil, sebagaimana merujuk yang disebutkan oleh *The National Child Traumatic Stress Network (NCTSN)*, trauma merupakan kejadian menakutkan, berbahaya, atau penuh kekerasan yang mengancam integritas fisik maupun emosional anak.(UK Trauma Council, t.t.) Saudara-saudaranya yang lebih tua mengabaikan kondisi Yusuf yang masih kecil dan kehilangan ibu, didorong oleh rasa iri dan dengki terhadap perhatian Nabi Yaquub. Akibatnya, mereka merencanakan makar untuk menyingkirkan Yusuf, hingga membuangnya ke dalam sumur dan menjualnya sebagai budak

dengan harga rendah. Walaupun nyawa manusia sangat berharga disisi Allah *Ta'ala*. Sebagaimana Rasulullah *ṣallallāhu 'alaihi wa sallam* bersabda:

لَزَوَالِ الدُّنْيَا أَهْوَنُ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ قَتْلِ رَجُلٍ مُسْلِمٍ

Hilangnya nyawa seorang mukmin lebih besar dosanya di sisi Allah daripada hilangnya dunia seluruhnya. (HR. An-Nasa'i). (An-Nasa'i, t.t.)

Peristiwa ini menunjukkan bahwa pengabaian emosional pada anak dan pengalaman traumatis berpotensi menciptakan *negative inner child*, yang dapat memengaruhi perkembangan psikososial individu pada tahap *trust versus mistrust* (kepercayaan vs. Ketidakpercayaan) serta *autonomy versus shame and doubt* (otonomi vs. rasa malu dan keraguan) sebagaimana dijelaskan dalam teori psikososial Erik Erikson.

Namun, kasih sayang dan pengasuhan Nabi Yaqub yang tulus menjadi penyeimbang penting dalam membangun kepribadian resilien Nabi Yusuf. Pola asuh ini membantu Yusuf mengatasi ancaman emosional dan fisik yang dialaminya, membangun rasa percaya diri, dan menanamkan kemampuan memaafkan yang terlihat jelas dalam berbagai peristiwa hidupnya. Walaupun mengalami berbagai bentuk pengkhianatan dan perlakuan tidak adil, Yusuf tumbuh menjadi individu yang kuat secara emosional dan spiritual. Menunjukkan integritas moral, rasa tanggung jawab, serta kasih sayang yang tercermin dalam sikapnya terhadap saudara-saudaranya dan peranannya sebagai pemimpin bijaksana. Hal ini menunjukkan bahwa yang tercermin dalam diri Nabi Yusuf adalah *positive inner child* bukan *negative inner child*.

Dengan demikian, kisah Nabi Yusuf tidak hanya menunjukkan dampak pengabaian emosional pada anak dan trauma, tetapi juga menekankan pentingnya dukungan emosional, pengasuhan berbasis iman, kasih sayang, dan keteladanan dalam membentuk karakter dan kepribadian yang resilien. Keteladanan ini sangat relevan untuk diterapkan dalam konteks pengasuhan kontemporer, terutama dalam menghadapi tantangan era digital yang memperburuk luka pengasuhan di masa kecil.

3. Relevansi Kisah Nabi Yusuf dengan *Negative Inner child* di Era Digital

a) Perbandingan Sosial di Media Sosial

Media sosial menciptakan ekspektasi tidak realistis dan perbandingan sosial yang intens, memicu kecemasan dan memperburuk luka emosional masa kecil, terutama bagi individu dengan *negative inner child* (Ningrum 2023).

b) Fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO)

FOMO meningkatkan perasaan ketidakpuasan diri akibat tekanan sosial di media digital, memperdalam luka pengasuhan yang belum terselesaikan (Ussolikhah dan dkk 2023).

c) *Cyberbullying* dan Adiksi Digital

Perundungan siber dan kecanduan media sosial memperburuk kondisi psikologis individu, memperbesar dampak *negative inner child* dan menciptakan pola pengasuhan yang tidak sehat (Nayla, t.t.).

d) Glorifikasi Gangguan Mental di Media Digital

Media sering menggambarkan gangguan mental secara tidak proporsional, memperparah kondisi individu yang rentan, terutama mereka dengan trauma masa kecil, sebagaimana yang dikatakan Sarah Harrop dalam penelitiannya (Harrop 2024).

e) Trauma Nabi Yusuf sebagai Relevansi *Negative Inner Child*

Nabi Yusuf mengalami pengabaian emosional pada anak dan trauma ketika kecil akibat perilaku saudara-saudaranya, sebagaimana luka emosional yang dialami individu dengan *negative inner child*.

f) Pengasuhan Nabi Yaqub sebagai Contoh Dukungan Emosional

Nabi Yaqub memberikan pengasuhan penuh kasih dan kebijaksanaan yang membentuk kepribadian resilien pada Nabi Yusuf, relevan untuk mengatasi dampak media sosial dalam pembentukan *negative inner child*.

E. Solusi Al-Qur'an dalam Mengatasi *Negative Inner Child*

Dengan mengkaji lebih dalam kisah Nabi Yusuf, dapat terlihat bagaimana pengabaian emosional terhadap anak dan pengalaman traumatis masa kecil memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan karakter dan kepribadian individu. Pengaruh ini menjadi semakin relevan terutama di era digital saat ini, di mana pengaruh media sosial dan tekanan sosial turut berperan dalam pembentukan identitas diri. Dalam konteks ini, pengasuhan berbasis nilai-nilai Al-Qur'an menawarkan solusi efektif untuk mengatasi *negative inner child*, yang semakin berkembang akibat pengaruh tersebut, melalui tiga pendekatan utama: pencegahan, penyembuhan atau koreksi, dan pemeliharaan.

Selaras dengan hal tersebut, teori *love languages* (bahasa kasih) yang dikembangkan oleh Gary Chapman dapat diterapkan untuk memahami kebutuhan emosional anak serta memastikan bahwa mereka merasa dicintai. Teori ini mencakup lima aspek: *words of affirmation* (kata-kata penegasan), *quality time* (waktu berkualitas), *receiving gifts* (pemberian hadiah), *acts of service* (tindakan pelayanan), dan *physical touch* (sentuhan fisik). *Love languages* ini sangat relevan dalam mencegah terbentuknya *negative inner child*, terutama pada masa pertumbuhan dan perkembangan awal anak, yaitu pada usia 0-7 tahun. Pada tahap ini, *baterai kasih* anak harus selalu terisi penuh dengan kelima bahasa kasih tersebut. Jika salah satu bahasa kasih tidak terpenuhi, hal ini dapat memengaruhi perilaku anak, seperti tantrum, kesulitan menerima arahan, atau kecenderungan mengganggu teman-temannya. Namun, setelah melewati usia tersebut, pemenuhan *baterai kasih* dapat lebih difokuskan pada bahasa kasih utama yang dominan sesuai kecenderungan anak (Nurhayati 2023, 8).

Dalam beberapa kasus, seperti kecanduan, perilaku negatif, atau gangguan psikologis lainnya, hal tersebut dapat disebabkan oleh *baterai kasih* yang kosong. Oleh karena itu, dengan mengisi *baterai kasih* pada anak sesuai dengan bahasa kasih dominannya, masalah-masalah tersebut dapat diatasi (Zhahara dan Ayuningtyas 2023). Penerapan *love languages* ini sangat relevan pada

ketiga langkah yang telah disebutkan: pencegahan, penyembuhan atau koreksi, dan pemeliharaan.

Sebagaimana Allah *Ta'ala* berfirman dalam Surah At-Tahrim ayat 6, yang mengingatkan umat untuk menjaga diri dan keluarga dari api neraka, *Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu...* (QS. At-Tahrim: 6).

Pengasuhan yang berbasis kasih sayang dan pendidikan yang benar memiliki pengaruh yang signifikan dalam membentuk karakter dan kepribadian anak. Diriwayatkan juga dalam hadis yang disampaikan oleh Ali bin Abi Thalib dan Ibnu Umar, walaupun sanadnya dianggap *dha'if*, para ulama sepakat bahwa makna hadis ini sangat penting, yaitu mengenai peran orang tua dalam mendidik anak untuk berbakti kepada mereka. Al-Ghazali mengungkapkan bahwa berbuat baik kepada anak berarti tidak menyebabkan mereka durhaka melalui perbuatan buruk orang tua, sementara Al-Manawi dan Al-Abdari menambahkan bahwa hal ini juga mencakup pemenuhan hak-hak anak, seperti mengajarkan sopan santun, mendidik mereka dalam Al-Qur'an dan Sunnah, serta membimbing mereka menuju ketaatan ("Darajatu ḥadīts: raḥimallāhu wālidaini a'ānā waladahumā 'alā birrihimā," t.t.).

Tiga langkah yang disebutkan—pencegahan, penyembuhan atau koreksi, dan pemeliharaan—mencerminkan prinsip-prinsip pengasuhan Qur'ani, seperti yang diterapkan oleh Nabi Yaqub dalam mengasuh anak-anaknya. Nabi Yaqub memberikan contoh dalam usaha preventif, korektif, dan preservatif melalui pola pengasuhan yang berbasis kasih sayang, kesabaran, kebijaksanaan, dan keteladanan. Sementara itu, Nabi Yusuf memberikan teladan dalam proses penyembuhan atau koreksi diri, dengan menerima takdir, dan melakukan perbaikan dalam menghadapi trauma masa lalu. Pendekatan-pendekatan ini dapat diadaptasi dan diterapkan dalam konteks pengasuhan anak di era digital saat ini.

Seperti yang disebutkan dalam esensi pengasuhan, bahwa pengasuhan yang sejati adalah untuk membawa kebahagiaan di dunia dan akhirat. Di dunia, pengasuhan yang baik akan mencetak generasi yang berkualitas, sedangkan di

akhirat, pengasuhan yang benar akan memastikan generasi tersebut meraih kebahagiaan di surga-Nya. Oleh karena itu, solusi-solusi yang berbasis pada nilai-nilai Al-Qur'an ini sangat relevan dan penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam konteks pengasuhan anak di era digital untuk mengatasi *negative inner child*.

1. Usaha Preventif atau Pencegahan

Usaha preventif bertujuan untuk mencegah terbentuknya *negative inner child* sejak dini melalui pengasuhan berbasis kasih sayang dan pola asuh yang sehat. Pendekatan ini dapat diambil dari kisah Nabi Yusuf, sebagaimana disebutkan dalam QS. Yusuf: 5-6, Allah *Ta'ala* berfirman:

Dia (ayahnya) berkata, "Wahai anakku, janganlah engkau ceritakan mimpimu kepada saudara-saudaramu karena mereka akan membuat tipu daya yang sungguh-sungguh kepadamu. Sesungguhnya setan adalah musuh yang jelas bagi manusia. Demikianlah, Tuhan memilihmu (untuk menjadi nabi), mengajarkan kepadamu sebagian dari takwil mimpi, serta menyempurnakan nikmat-Nya kepadamu dan kepada keluarga Ya'qub, sebagaimana Dia telah menyempurnakannya kepada kedua kakekmu sebelumnya, (yaitu) Ibrahim dan Ishaq. Sesungguhnya Tuhanmu Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.

Dalam ayat ini, Nabi Yaqub menunjukkan kasih sayang melalui kata-kata lembut dan perhatian mendalam terhadap mimpi Yusuf, serta memberikan nasihat bijaksana untuk melindungi Yusuf dari potensi bahaya emosional dan fisik. Hal ini menekankan pentingnya komunikasi yang positif dalam pengasuhan anak.

Penerapan nilai *love languages* dalam pengasuhan terlihat dari lima aspek berikut:

a) *Words of Affirmation*

Memberikan apresiasi positif melalui kata-kata lembut yang mencerminkan perhatian dan kasih sayang, seperti cara Nabi Yaqub berbicara kepada Yusuf menggunakan panggilan *yā bunayya* (Rahmah 2016).

b) *Quality Time*

Meluangkan waktu berkualitas untuk mendengarkan cerita anak tanpa gangguan, sebagaimana Nabi Yaqub meluangkan waktu mendengarkan Yusuf menceritakan mimpinya. Dalam era digital, pengasuh harus menghindari distraksi dari perangkat digital seperti ponsel atau media sosial (Widayanti, t.t., 6-7).

c) *Receiving Gifts*

Menunjukkan penghargaan kepada anak melalui pemberian hadiah kecil yang bermakna emosional, yang dapat memperkuat ikatan emosional (Nurhayati 2023, 10).

d) *Acts of Service*

Melindungi anak dari potensi trauma atau bahaya dengan tindakan nyata, seperti yang dilakukan Nabi Yaqub saat melarang Yusuf menceritakan mimpinya kepada saudara-saudaranya untuk menghindari rasa iri. Dalam konteks era digital, hal ini dapat berupa pemantauan interaksi anak di media sosial, memberikan nasihat bijaksana tentang penggunaan teknologi.

e) *Physical Touch*

Menunjukkan kasih sayang melalui pelukan atau sentuhan fisik yang positif. Walaupun tidak disebutkan secara langsung dalam kisah Nabi Yusuf, bagaimana saat Nabi Yaqub merespons cerita mimpi Yusuf dengan pendekatan ini, perhatian fisik tetap relevan untuk membangun kedekatan emosional.

Allah *Ta'ala* juga berfirman (QS. Yusuf: 13):

Dia (Ya'qub) berkata, "Sesungguhnya kepergian kamu bersama dia (Yusuf) sangat menyedihkanku dan aku khawatir serigala akan memangsanya, sedangkan kamu lengah darinya."

Ayat ini menunjukkan pentingnya *quality time* dan *Acts of service* berupa perlindungan emosional yang diberikan Nabi Yaqub kepada Yusuf. Hal ini memastikan anak merasa aman, dihargai, dan dilindungi. Nabi Yaqub juga menunjukkan perhatian terhadap potensi besar Yusuf melalui mimpinya, yang

ditafsirkan sebagai tanda kenabian. Beliau memberikan perlindungan tambahan kepada Yusuf untuk mencegah konflik yang timbul dari rasa iri saudara-saudaranya.

Dalam konteks era digital, pengasuh juga dapat menerapkan prinsip yang sama dengan: *Pertama*; Menghindari gangguan dari perangkat elektronik seperti ponsel saat berinteraksi dengan anak, *Kedua*; Memberikan dukungan emosional secara langsung maupun melalui media digital, seperti pesan teks yang membangun atau panggilan video, *Ketiga*; Memantau aktivitas anak di media social, mengedukasi tentang bahaya konten negatif serta pentingnya berbagi informasi secara bijak. Jika perlu berlangganan media mainstream premium yang membatasi iklan-iklan atau acara tidak layak dikonsumsi anak.

Selain itu Nabi Yaqub juga menanamkan nilai-nilai keimanan kepada Yusuf sejak dini dengan mengenalkan Allah *Ta'ala* dan mengingatkan tentang tipu daya setan. Hal ini menjadi landasan penting dalam membangun karakter anak yang kuat secara spiritual. Praktik ini tercermin pada akhir kisah Nabi Yusuf, di mana beliau mampu memaafkan saudara-saudaranya dengan mengakui bahwa semua kejadian adalah bagian dari takdir Allah *Ta'ala* juga tipu daya setan. Hal ini selaras dengan inti Hadis Arba'in yang diriwayatkan oleh At-Tirmidzi, di mana Rasulullah *ṣallallāhu 'alaihi wa sallam* memberikan nasihat kepada Ibnu Abbas. Beliau menekankan pentingnya mengenal dan menjaga hubungan dengan Allah *Ta'ala*, serta selalu meminta dan bergantung kepada-Nya. Rasulullah juga menjelaskan bahwa segala sesuatu yang telah ditetapkan sebagai takdir seseorang, maka takdir tersebut tidak akan luput darinya, dan apa yang bukan takdirnya tidak akan pernah menimpanya (An-Nawawi, t.t.).

Dalam menerapkan langkah-langkah ini, usaha preventif atau pencegahan dalam pengasuhan tidak hanya menciptakan lingkungan emosional yang sehat tetapi juga mencegah terbentuknya *negative inner child* yang dapat berdampak pada masa depan anak.

2. Usaha Korektif atau Perbaikan

Usaha korektif dilakukan ketika seseorang atau pengasuh telah menyadari adanya pengaruh *negative inner child*, baik pada diri sendiri maupun dalam pola pengasuhannya. Koreksi ini bertujuan untuk memperbaiki pola pikir, perilaku, dan interaksi pengasuhan agar anak dapat tumbuh dengan fitrah yang sehat, bebas dari pengaruh negatif yang mungkin ditimbulkan ke depannya.

a) **Manusia Sebagai Individu dan Pengasuh Sebagai Individu**

Individu yang mengalami *negative inner child* dapat mengambil pelajaran dari kisah Nabi Yusuf, terutama dalam mempraktikkan kesabaran, pemaafan dan penerimaan takdir. Ketika saudara-saudaranya datang meminta maaf, Nabi Yusuf berkata:

"Tidak ada cercaan terhadap kamu pada hari ini. Semoga Allah mengampuni kamu, dan Dia adalah Maha Penyayang di antara para penyayang." (QS. Yusuf: 92).

Nabi Yusuf juga menerima takdir yang telah Allah *Ta'ala* tentukan dengan lapang dada, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an, Allah *Ta'ala* berfirman:

...Sungguh, Tuhanku telah berbuat baik kepadaku, ketika Dia membebaskan aku dari penjara dan ketika membawa kamu dari dusun, setelah setan merusak (hubungan) antara aku dengan saudara-saudaraku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Lembut terhadap apa yang Dia kehendaki. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana. (QS. Yusuf: 100)

Dalam konteks modern, terutama era digital, sikap ini relevan dengan: *Pertama*; Memaafkan diri sendiri dan orang lain untuk melepaskan beban emosional. *Kedua*; Melatih *mindfulness* untuk mengelola emosi dengan lebih baik dan menjaga pikiran tetap positif. *Ketiga*; Membatasi paparan informasi negatif, terutama dari media sosial, yang dapat memicu luka lama atau memperburuk kondisi emosional (Hasyad 2022). *Keempat*; Mengedukasi diri sendiri agar siap menjadi pengasuh atau orang tua yang lebih baik, sesuai

dengan nilai-nilai Qur'ani, sehingga dampak negatif tidak diwariskan kepada generasi berikutnya.

Pengasuh yang memiliki *negative inner child* perlu melakukan introspeksi dan koreksi terhadap pola pikir dan perilaku mereka dalam mengasuh anak. Hal ini penting untuk memastikan bahwa pola pengasuhan mereka menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak secara fitrah. Sebagaimana Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda:

"Tidaklah seorang anak dilahirkan kecuali dalam keadaan fitrah, maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi." (HR. Bukhari dan Muslim).(t.t.)

Koreksi ini dapat dilakukan dengan: *Pertama*; Mengadopsi pola pengasuhan berbasis kasih sayang, seperti membangun komunikasi yang baik dan menghormati anak (Hasyad 2022, 24). *Kedua*; Menghindari kekerasan fisik maupun verbal yang hanya memperburuk pengaruh emosional. Sebaliknya, pengasuh harus mencontohkan perilaku penuh kasih dan kesabaran (al-Qurasy 2022).

b) Pengasuh Melakukan Koreksi Pengasuhan

Dalam kisah Nabi Yusuf, Nabi Yaqub tetap konsisten menunjukkan kasih sayang kepada anak-anaknya, bahkan setelah mereka melakukan kesalahan besar. Dalam QS. Yusuf: 18 dan 83, QS. Yusuf: 66-67, QS. Yusuf: 98, Nabi Yaqub tetap menunjukkan kasih sayang kepada anak-anaknya (saudara-saudara Yusuf) dengan tetap bersabar atas perlakuan mereka, memberikan nasihat dengan lembut, serta memohonkan ampunan kepada Allah *Ta'ala*.

Pengasuh dapat mencontoh keteladanan ini dengan: *Pertama*; Tetap konsisten dalam menunjukkan kasih sayang, bahkan ketika anak melakukan kesalahan. Hal ini tidak mengabaikan pentingnya disiplin, tetapi dilakukan dengan cara yang bijaksana (al-Qurasy 2022). *Kedua*; Menerapkan *love languages* yang dominan pada setiap anak, seperti *word of affirmation* (memberikan kata-kata lembut yang mendukung dan membangun kepercayaan diri anak) dan *acts of service* (menunjukkan perhatian melalui

tindakan nyata yang membantu anak merasa dihargai). *Ketiga*; Mencontohkan akhlak mulia, karena anak cenderung meniru perilaku pengasuh atau orang tua (Widayanti 2016, 36). *Keempat*; Melindungi anak dari dampak negatif media digital, seperti membatasi paparan terhadap konten berbahaya, memberikan nasihat tentang penggunaan teknologi dengan bijak, dan mendorong kebiasaan positif di dunia maya (Hasyad 2022, 23–24).

Dalam dunia digital, pengasuh perlu memperhatikan aspek-aspek berikut: *Pertama*; membatasi informasi negatif yang diakses oleh anak agar tidak memicu pengaruh emosional buruk. *Kedua*; Membentuk kebiasaan positif di dunia maya, seperti berbagi doa, nasihat, dan cerita inspiratif yang dapat memperkuat nilai-nilai spiritual dan emosional. *Ketiga*; Tetap memelihara komunikasi yang baik dengan anak, baik secara langsung maupun melalui media digital seperti panggilan video atau pesan teks yang positif.

Koreksi pengasuhan tidak hanya berfungsi untuk memperbaiki hubungan antara pengasuh dan anak, tetapi juga menciptakan pondasi yang sehat bagi generasi berikutnya. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ini, pengasuh dapat mencegah pengaruh *negative inner child* yang berkelanjutan dan membangun lingkungan keluarga yang harmonis berdasarkan nilai-nilai Qur'ani.

3. Usaha Preservatif atau Pemeliharaan

Usaha preservatif atau pemeliharaan bertujuan untuk memastikan bahwa nilai-nilai positif yang telah diajarkan kepada anak tetap terjaga sepanjang hidup mereka. Pendekatan ini penting untuk menjaga ketahanan secara emosional dan mental, serta spiritual anak di tengah berbagai tantangan, termasuk pengaruh negatif dari era digital.

Dalam kisah Nabi Yusuf, terlihat bagaimana Nabi Yaqub tetap berdoa dan berserah diri kepada Allah *Ta'ala*, walaupun menghadapi situasi sulit. Sebagaimana firman Allah *Ta'ala*:

Dia (Yaqub) berkata, "Sesungguhnya hanya kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku. Aku mengetahui dari Allah apa yang tidak kamu ketahui." (QS. Yusuf: 86)

Selain itu, dalam QS. Yusuf: 67, Nabi Yaqub menunjukkan tawakkal kepada Allah *Ta'ala* dengan tetap menjaga keimanannya di tengah kesedihan dan cobaan. Ayat-ayat ini menegaskan pentingnya memelihara doa, tawakkal, dan semangat positif dalam keluarga sebagai langkah untuk menjaga ketahanan secara emosional dan mental serta spiritual anak.

Berikut adalah langkah praktis yang bisa ditempuh oleh pengasuh dalam usaha preservatif atau pemeliharaan:

a) **Memperbarui Niat, Doa dan Tawakkal kepada Allah *Ta'ala***

Pengasuh harus terus memperbarui niat dan memajukan doa untuk kebaikan anak-anak mereka, termasuk memohon perlindungan dari pengaruh negatif, baik di dunia nyata maupun di dunia digital serta tawakkal kepada Allah *Ta'ala*. Doa dan tawakkal menjadi landasan penting dalam membangun ketahanan spiritual keluarga.

b) **Membangun budaya keluarga yang mendukung nilai-nilai Qur'ani**

Pengasuh dapat menciptakan ekosistem keluarga yang sehat dengan menerapkan nilai-nilai seperti kesabaran, ketekunan, dan keimanan secara konsisten. Budaya ini meliputi interaksi yang mendukung tumbuh kembang anak, baik secara emosional maupun spiritual (Ulwan, t.t., 580).

c) **Menggunakan *love languages* dalam pemeliharaan**

Word of affirmation; dengan memberikan kata-kata positif yang memperkuat rasa percaya diri anak dan menegaskan nilai-nilai agama. *Acts of service*; dengan membantu anak memahami pentingnya menjalankan ajaran agama dengan memberikan contoh nyata dalam kehidupan sehari-hari. *Quality time*; dengan meluangkan waktu bersama anak, seperti berdiskusi, mendengarkan curahan hati mereka, atau melaksanakan ibadah bersama, seperti membaca Al-Qur'an dan salat berjamaah (Widayanti 2016, 7).

d) **Mengawasi interaksi anak di dunia digital**

Pengasuh perlu memastikan bahwa konten yang diakses anak melalui media sosial atau platform digital sesuai dengan nilai-nilai Islam. pengawasan ini dilakukan tanpa mengurangi kepercayaan, melainkan untuk melindungi anak dari pengaruh negatif yang dapat merusak mental dan spiritual mereka (Ulwan, t.t., 528).

e) **Membimbing anak menghadapi tantangan era digital**

Anak perlu diajarkan untuk tetap berpegang pada nilai-nilai agama di tengah derasnya informasi digital. Hal ini meliputi: *Pertama*; Menjaga etika dalam interaksi daring. *Kedua*; Memilah informasi yang baik dan sesuai dengan nilai-nilai Islam. *ketiga*; Tetap konsisten dalam menjalankan ibadah di tengah berbagai distraksi digital.

Dalam konteks era digital, pengasuh dapat mendorong anak untuk menggunakan teknologi secara produktif. Contohnya seperti: *Pertama*; Mendukung kegiatan yang meningkatkan kreativitas dan wawasan anak, seperti mengikuti kelas daring yang edukatif atau berpartisipasi dalam komunitas daring berbasis nilai-nilai positif. *Kedua*; Membatasi waktu layar agar anak tetap memiliki keseimbangan antara aktivitas digital dan non-digital (al-Qurasy 2022).

Dengan langkah preventif, korektif, dan preservatif ini, nilai-nilai Qur'ani dapat menjadi solusi menyeluruh untuk mengatasi timbulnya pengaruh dari *negative inner child*. Langkah-langkah ini juga sekaligus membentuk generasi yang resilien atau tangguh dalam menghadapi era digital secara emosional, mental, dan spiritual untuk meraih kesuksesan dunia dan akhirat.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *negative inner child*, yang disebabkan oleh pengabaian emosional pada anak dan trauma, berpengaruh terhadap psikologis, perilaku, dan karakter individu, termasuk gangguan mental, impulsivitas, dan ketidakstabilan emosi.

Kisah Nabi Yusuf mengajarkan pentingnya ketahanan emosional, kesabaran, dan pengasuhan penuh kasih untuk menghadapi luka emosional. Nilai-nilai ini

sangat relevan di era digital yang memperburuk luka emosional melalui *Fear of Missing Out* (FOMO).

Al-Qur'an menawarkan solusi holistik melalui pendekatan preventif, korektif, dan preservatif untuk mencegah, menyembuhkan, dan menjaga kestabilan karakter individu. Pengasuhan berbasis nilai Qur'ani menjadi kunci dalam membentuk generasi yang resilien dan tangguh secara emosional dan spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdil Bari, Ibnu. 2021. *Tadabbur Kisah Nabi Yusuf*. 1 ed. PENERBIT ZADUNA.
- Al-Maraghi, Ahmad bin Mustafa. 1365. *Tafsir Al-Maraghi*. 1 ed. Vol. 12. Syarikah Maktabah wa Mathba'ah Mustafa Al-Babi Al-Halabi wa Awladuhu. <https://shamela.ws/book/23608/2391#p1>.
- Andriani, Fizzy. 2018. "FENOMENA SOCIAL CLIMBER MELALUI TWITWAR." *JURNAL PUSTAKA KOMUNIKASI* 1 (2): 349–60.
- Anggadewi, Brigitta Erlita Tri. 2020. *Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-kanak Pada Remaja*. 2 (2).
- An-Nasa'i, Ahmad bin Syu'aib bin Ali bin Sinan bin Bahr Al Khurasani. t.t. *Sunan an-Nasa'i*. Disunting oleh Al-Albani. Shahih an-Nasa'i. Maktabah al-Ma'arif. <https://sunnah.one/>.
- An-Nawawi, Imam Muhyiddin Yahya bin Syaraf. t.t. *Hadist Arba'in Nawawiyah*. Disunting oleh Syekh Muhammad Nashiruddin Al-Albani. Hadist ke-19.
- Aris, Dr. Fuad al-. 2005. *Laṭā'if al-Tafsīr min Sūrah Yūsuf*. 1 ed. Dār al-Ma'rifah.
- Bradshaw, Jhon. 1992. *Homecoming: Reclaiming and Championing Your Inner Child*. Health Communications, Inc.
- "Darajatu ḥadīts: raḥimallāhu wālidaini a'ānā waladahumā 'alā birrihimā." t.t. Diakses 20 Desember 2024. <https://www.islamweb.net/ar/fatwa/149029/-درجة-حديث-رحم-الله-والدين-أعانا-ولدهما-على-برهما>
- "Definition of INNER CHILD." t.t. Diakses 23 Desember 2024. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/inner+child>.
- dī, Abd al-Raḥmān bin Nāṣir as-Sa'. 2000. *Taysīr al-Karīm al-Raḥmān fī Tafsīr Kalām al-Mannān*. 1 ed. Vol. 3. Muassasah ar-Risalah. <https://shamela.ws/book/42/823#p1>.
- DI BELANDA, INDONESIA-BELANDA YANG BERDOMISILI, dan M. YUSUF. t.t. *POLA ASUH ISLAMI (ISLAMIC PARENTING) KELUARGA CAMPURAN*.
- Dr. Fuad Al-Aris. 2013. *Pelajaran Hidup Surah Yusuf*. Diterjemahkan oleh Fauzi Bahrezi. cetakan 1. Penerbit Zaman.

- DWI, ARIANTI. 2022. "KETELADANAN ORANG TUA DALAM MENDIDIK AKHLAK ANAK MENURUT ABDULLAH NASHIH „ULWAN DALAM KITAB TARBIYATUL AULAD (Terj:Emiel Ahmad, M.Si)." Undergraduate, UIN RADEN INTAN LAMPUNG. <https://repository.radenintan.ac.id/17537/>.
- "FOMO." 2024. November 27. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/fomo>.
- Freud, S. 1923. *The Ego and the Id*. In J. Strachey (Ed.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. Vol. 19. Hogarth Press.
- Hamimah, Nur, Wiwin Ainis Rohtih, dan Amir Mahmud. 2024. "Dampak Pola Asuh Fatherless Dalam Al-Qur'an: Study Kritis Parenting Dalam Kisah Nabi Ya'kub." *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal* 6 (6): 6. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v6i6.3247>.
- Harrop, Sarah. 2024. "Is Mental Illness 'Glamorised' by Modern Media?" University of Wolverhampton, Maret 20. <https://online.wlv.ac.uk/is-mental-illness-glamorised-by-modern-media/>.
- "Hasil Pencarian - KBBI VI Daring." t.t.-a. Diakses 23 November 2024. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pengasuhan>.
- "Hasil Pencarian - KBBI VI Daring." t.t.-b. Diakses 18 Desember 2024. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Pengasuh>.
- Hasyad, Dr. Ghadah. 2022. *Solusinya Ajak Anakmu ngobrol!* 1 ed. PT. Qaf Media Kreativa.
- Hegazi, Mahmoud H. M., Hafiz Bin Hj. Abdullah, dan Ahmed Shehab. 2022. "Behavioural Education in Surat Yusuf." *International Journal of Health Sciences* 6 (S1): 745-53. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS1.4822>.
- Imam al-Bukhari. t.t. "Sahih al-Bukhari, Hadith No. 6599." <https://sunnah.one/>.
- Junaidah, Lies imma. 2024. "Recovery From Inner Child." *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan* 2 (3): 278-85. <https://doi.org/10.61132/corona.v2i3.639>.
- Kathīr al-Dimashqī, 'Imād al-Dīn Abū al-Fidā' Ismā'īl bin. 1421. *Tafsīr al-Qur'ān al-'Azīm*. 1 ed. Vol. 8. Mū'assasah Qurṭubah.
- "KEPUTUSAN KOMISI B1 MASALAH FIKIH KONTEMPORER (MASAIL FIQHIYAH MU'ASHIROH) IJTIMA' ULAMA KOMISI FATWA SE-INDONESIA V TAHUN 2015 Tentang HAK PENGASUHAN ANAK BAGI ORANG TUA YANG BERCERAI KARENA BERBEDA AGAMA." 2015. Fatwa MUI. <https://fatwamui.com/data-fatwa>.
- "Kitāb Mawsū'at al-Tafsīr al-Ma'thūr dalam Al-Maktabah al-Shāmilah." t.t. Diakses 29 November 2024. <https://shamela.ws/book/639/7610#p4>.
- Kurnia, Akbar, Muhamad Sulthon, Ahmad Sarbini, dan Asep Iwan Setiawan. 2026. "Peran Agama Dalam Membangun Ketahanan Mental Remaja Di Desa Gantar Dalam Menghadapi Kecemasan Dan Tekanan Media Sosial Di Era Digital."

-
- JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan* 6 (6): 1653–62. <https://doi.org/10.54543/syntaximperatif.v6i6.952>.
- Maddalena, Sofia. 2024. "Digital 2024." *We Are Social Indonesia*, Januari 31. <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024/>.
- Maghrawi, Abi Sahl Muhammad bin Abdul Rahman al-. 2014. *Attadabbur wa al-Bayan fi Tafsir al-Qur'an Bi Shahih as-Sunnah*. 1 ed. Vol. 16. Lebanon.
- Mawardi, Abu al-Hasan Ali bin Muhammad al-. t.t. *Tafsir al-Mawardi: Al-Nukat wa al-Uyun*. Vol. 3. Dar al-Kutub al-Ilmiyah. <https://shamela.ws/book/8346/1618#p1>.
- McCrory, Eamon. 2020. "Childhood Trauma and The Brain." UK Trauma Council, September. <https://uktraumacouncil.org/resources/childhood-trauma-and-the-brain>.
- Nayla, Muthia Rahman. t.t. "Memahami Dampak Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan* 2 (1). <https://jurnal.tigamutiara.com/index.php/jimad>.
- Ningrum, Muthia Sari. 2023. "Pengaruh Budaya Digital terhadap Ontologi Identitas Diri Tinjauan Filsafat Postmodernisme." *Literacy Notes* 1 (2).
- Nurhayati, A. 2023. "Upaya Meningkatkan Karakter Anak Usia Dini Dengan Metode Bahasa Kasih." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3 (2): 2.
- Pratiwi, Asmira. 2023. *Inner Child Healing*. Jendela Penerbit.
- Prof. Dr. Ibrahim Shalih Al-Humaidi. 2020. *Al-Madkhal ilā al-Tafsīr al-Mawḍū'ī*. Dar Ibn al-Jawzi.
- Qurasy, Syekh Dr. Naif al-. 2022. *Creative Islamic Parenting*. 5 ed. Diterjemahkan oleh M. Zaini. PENERBIT ZADUNA.
- Qutb, Sayyid. 1995. *Fī ḥalāl al-Qur'an*. 24 ed. Vol. 4. Dar Asy-Syuruq.
- Rahmah, Mariyatul Norhidayati. 2016. "Model Komunikasi Interpersonal Dalam Kisah Nabi Yusuf As." *Al-Hiwar Jurnal Ilmu Dan Teknik Dakwah* 4 (1). <https://doi.org/10.18592/al-hiwar.v4i6.1212>.
- Rizki, Najrul Jimatul. 2024. "Penerapan Teori Perkembangan Sosial Dan Kepribadian Erikson Dalam Pendidikan: Pendekatan Psikososial Untuk Optimalisasi Pembelajaran." *Epistemic: Jurnal Ilmiah Pendidikan* 3 (3): 462–81. <https://doi.org/10.70287/epistemic.v3i3.69>.
- Sa'dī, 'Abd ar-Raḥmān bin Nāṣir bin 'Abdullāh as-. 2000. *Taysīr al-Karīm ar-Raḥmān fi Tafsīr Kalām al-Mannān*. Mu'assasah ar-Risālah.
- Saroya, Tengku Annisa, dan dkk. t.t. "PENGASUHAN DALAM PERKEMBANGAN ANAK DAN REMAJA." *Jurnal Al-Qalam* 24 (02). Diakses 10 Oktober 2024. <https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/al-qalam/article/view/6458/2869>.
- Shehab, Ahmed. 2021. "View of Concepts of Quranic Stories & their Impact on the Raising & Reforming of the Children's Behavior 'Surat Yusuf (Joseph) as a Model.'" *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry* 12 (Juli).

-
- Simon Chapple, Noviatry. 2024. *How to Heal Your Inner Child: Mengatasi Trauma Masa Lalu dan Pengabaian Emosional pada Anak*. Cetakan kedua. PT Elex Media Komputindo.
- Surianti, Surianti. 2022. "Inner Child: Memahami dan Mengatasi Luka MasaKecil." *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* 8 (September): 10–18. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i2.1239>.
- UK Trauma Council. t.t. "Linking Childhood Trauma to Mental Health." Diakses 7 Desember 2024. <https://uktraumacouncil.org/resource/linking-childhood-trauma-to-mental-health>.
- Ulwan, Dr. Abdullah Nashih. t.t. *TARBIYATUL AULAD*. Khatulistiwa Press.
- Ussolikhah, Nakhma', dan dkk. 2023. "Social Climber dengan Pendekatan Psikoanalisis Inner Child." *Prosiding SEMINALU*.
- Warosari, Yuli Fatimah, Munzir Hitami, dan Sri Murhayati. 2023. "Abdullah Nashih Ulwan: Pendidikan Anak Dan Parenting." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3 (2): 2.
- Whitfield, Charles L. 1987. *Healing the Child Within: Discovery and Recovery for Adult Children of Dysfunctional Families*. Health Communications, Inc.
- Widayanti, Ida S. 2016. *Anak dari Surga Menuju Surga*. 1 ed. PT Arga Tilanta.
- Widayanti, Ida S. t.t. *Anak dari Surga Menuju Surga*. Jakarta : Arga Tilanta., 2016.
- Widirahayu, Margareth Dyah Anggraini, dan Juniana Husna. 2024. "Dampak Perbandingan Sosial di Instagram Terhadap Fomo dan Social Anxiety di Era Digital: Sebuah Kajian Deskriptif pada Mahasiswa." *Jurnal Jejak Hukum Indonesia (JHI)* 01 (2).
- Zhahara, Irena, dan Fitria Ayuningtyas. 2023. "Love Language di dalam Keluarga (Studi Fenomenologi Komunikasi Antara Anak Dan Orang Tua)." *Inter Komunika Jurnal Komunikasi* 8 (2): 51–68.
- "ص1 - كتاب دروس للشيخ عبد الله الجلاي - دروس وعبر من قصة يوسف عليه السلام - المكتبة الشاملة" t.t. Diakses 8 Mei 2026. https://shamela.ws/book/7744/592?utm_source=chatgpt.com.