

KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR *AL-MUNĪR*
KARYA WAHBAH AZ-ZUHAILĪ (W. 1437 H/2015 M)

Skripsi ini Diajukan
Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)



Oleh:

Alief Nurjuli Putri Wanda

NIM. 19211133

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

INSTITUT ILMU AL-QUR'AN (IIQ) JAKARTA

1445 H/2023 M

KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR *AL-MUNĪR*
KARYA WAHBAH AZ-ZUHAILĪ (W. 1437 H/2015 M)

Skripsi ini Diajukan
Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)



Oleh:

Alief Nurjuli Putri Wanda

NIM. 19211133

Dosen Pembimbing:

Dr. Siti Rahmah, M.A.

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

INSTITUT ILMU AL-QUR'AN (IIQ) JAKARTA

1445 H/2023 M

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “*Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 2015)*” yang disusun oleh Alief Nurjuli Putri Wanda Nomor Induk Mahasiswa: 19211133 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan ke sidang munaqasyah.

Jakarta, 14 Agustus 2023


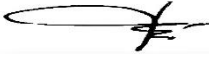
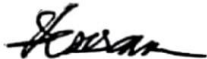


Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Siti Rahmah', with a stylized flourish at the end.

Dr. Siti Rahmah, M.A.

LEMBAR PENGESAHAN


Skripsi dengan judul “**Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 1437 H/2015 M)**” yang disusun oleh Alief Nurjuli Putri Wanda dengan NIM 19211133 telah diujikan pada sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an (IIQ) Jakarta pada tanggal 29 Agustus 2023. Skripsi telah diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar **Sarjana Agama (S.Ag)**.

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1	Hj. Muthmainnah, S.Thi.MA	Ketua Sidang	
2	Mamluatun Nafisah, M.Ag	Sekretaris Sidang	
3	Drs. Arison Sani, M.A	Penguji I	
4	Dr. Hana Natasya, M.Ag	Penguji II	
5	Dr. Siti Rahmah, M.A.	Pembimbing	

Tangerang Selatan, 29 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah


Dr. H. Muhammad Ulinnuha, Lc., M.A.

PERNYATAAN PENULIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Alief Nurjuli Putri Wanda**

NIM : 19211133

Tempat/Tanggal Lahir : Karanganyar, 02 Juli 2001

Menyatakan bahwa **Skripsi** dengan judul “*Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Munīr Karya Wahbah Az-Zuhailī (W. 1437 H/2015 M)*” adalah benar-benar asli karya saya kecuali kutipan-kutipan yang sudah disebutkan. Kesalahan dan kekurangan di dalam karya ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Tangerang, 14 Agustus 2023



Alief Nurjuli Putri Wanda

MOTTO

*“Hanya prosesmu lebih lama daripada orang lain,
bukan berarti kamu gagal”*

-PJH-

“Ayo jadi orang keren yang bisa ngelakuin hal yang susah”

-Paji-

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim, segala puji kita panjatkan kepada kehadiran Allah SWT atas segala curahan kasih sayang-Nya dan limpahan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi ini yang berjudul: “**Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir *Al-Munir* Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 1437 H/2015 M)**”. Shalawat serta salam semoga tetap tercurah kepada baginda alam yakni Nabi Muhammad saw, beliau ialah rasul terakhir, imam dari sekalian nabi dan rasul serta memberikan kita ilmu pengetahuan, dari sifat jahiliyah menuju peradaban seperti sekarang ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini masih banyak kekurangan baik materi maupun susunan bahasa, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran yang membangun dari semua pihak untuk memperbaiki karya ilmiah yang penulis susun ini. Penulisan Skripsi ini tidak luput dari peran serta bantuan dari berbagai pihak, baik sejak masa penelitian sampai pada penyusunan Skripsi ini. Pada kesempatan ini, penulis ingin menghaturkan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada pihak-pihak yang telah membantu antara lain:

1. Rektor Institut Ilmu Al-Qur`an (IIQ) Jakarta, Ibu Dr. Hj. Nadjematul Faizah S.H, M.Hum; Warek I Institut Ilmu Al-Qur`an (IIQ) Jakarta, Ibu Dr. Hj. Romlah Widayati, M.Ag; Warek II Institut Ilmu Al-Qur`an (IIQ) Jakarta, Bapak Dr. H. M. Dawud Arif Khan, S.E., M.Si., Ak., CPA; Warek III Institut Ilmu Al-Qur`an (IIQ) Jakarta, Ibu Hj. Muthmainnah, M.A.

2. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta Bapak Dr. H. Muhammad Ulinnuha, Lc, M.A;
3. Ketua Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Ibu Mamluatun Nafisah, M.Ag;
4. Dosen Pembimbing Ibu Dr. Siti Rahmah, M.A., yang telah memberikan bimbingan, arahan, kritik, dan saran demi terselesaikannya skripsi ini.
5. Bapak Drs. Arison Sani, M.A sebagai penguji I skripsi penulis dan Ibu Dr. Hana Natasya, M.Ag sebagai penguji II skripsi penulis, yang telah memberikan nasehat serta masukan yang membuat skripsi penulis layak untuk menjadi rujukan bagi para penuntut ilmu nantinya. Semoga Allah selalu menjaga para penguji dan dosen pembimbing penulis.
6. Segenap instruktur tahfizh diantaranya: Bapak Dr. KH. Ahmad Fathoni, Lc, M.A, Kak Siti Eva Zulfa, M.Ag., Kak Siti Nadlifah, S.Ag., Kak Herlin Misliani, M.Ag., Ibu Hj. Ade Halimah, S.Thi, instruktur dan pembimbing tahfiz yang sabar dalam membimbing dan memotivasi penulis dalam menghafal dan memurojaah hafalan Al-Qur'an selama penulis menduduki bangku kuliah dari awal hingga akhir.
7. Bapak dan ibu dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, yang selama ini telah mengajarkan berbagai mata kuliah dari awal hingga akhir semester dengan semangat dan kesabaran yang luar biasa agar menjadi teladan dan pelajaran penting bagi penulis.
8. Staff Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, yang telah membantu kelancaran dalam proses penulisan dan bimbingan skripsi.

9. Staff Perpustakaan IIQ Jakarta yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan kepada penulis untuk mengkaji dan menelaah dalam rangka menyelesaikan skripsi ini.
10. Keluarga tercinta, Ayah Danafi dan Mamah Selviani yang tak pernah lelah memberikan doa, yang selalu hadir dan mengiringi langkah penulis, serta tak pernah henti memberi kasih sayang, cinta dan nasihat-nasihatnya hingga saat ini. Serta adikku tercinta Winda dan Nada yang senantiasa memberikan doa dan semangatnya kepada penulis.
11. Kepada sahabatku Rahmi dan Dhanty yang sudah mempermudah penulis dalam mengerjakan skripsi dan memberikan doa serta dukungannya kepada penulis. Kepada sahabatku Balqis dan Afifah Al-Ma'sum dan juga kepada sahabatku yang lain Adisti, Lia dan Dwi yang senantiasa memberikan motivasi dan semangat, serta doa dan dukungannya kepada penulis untuk kelancaran penyusunan skripsi ini.
12. Teman-teman IIQ angkatan 2019 khususnya Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, yang selalu memberikan semangat dan berjuang bersama dalam mengapai cita-cita. Juga kepada teman-teman kelas IAT 8A yang selalu menyemangati satu sama lain terimakasih atas kebersamaannya selama 4 tahun.
13. Pihak-pihak lain yang telah membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu

Kepada semuanya semoga Allah SWT. menerima semua amal kebbaikannya, *jazakumullah khoiran katsiron*. Tidak lupa penulis ucapkan permohonan maaf jika dalam penyusunan skripsi ini terdapat kekeliruan maka itu berasal dari saya sendiri. Semoga Allah SWT. Melimpahkan ampunan-Nya. Saya hanyalah manusia biasa yang bisa benar dan salah. Semoga seluruh pihak yang telah membantu penulis, memberi perhatian dan dukungan kepada

Penulis sehingga Penulis dapat menyelesaikan pendidikan sampai pada tingkat Sarjana (S-1) dengan mendapat gelar akademis Sarja Agama (S.Ag)) mendapat berkah dan rahmat dari Allah SWT, *Aamiin*.

Tangerang, 14 Agustus 2023



Alief Nurjuli Putri Wanda

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi adalah penyalinan dengan pengganti huruf dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Dalam penelitian skripsi di IIQ, transliterasi Arab-Latin mengacu pada SKB Menteri Agama RI, Menteri Pendidikan dan Menteri Kebudayaan RI No. 158/1987 dan No. 0543b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988.

1. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Śa	ś	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Żal	ż	Zet (dengan titik di atas)

ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ya
ص	Ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki

ك	Kaf	K	Ka
لا	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Konsonan Rangkap karena *tasydid* ditulis rangkap:

مُتَعَدِّدَةٌ	Ditulis	<i>Muta'addidah</i>
عِدَّةٌ	Ditulis	<i>'Iddah</i>

3. *Ta' Marbûtah* di akhir kata

a. Bila dimatikan, ditulis *h*:

حِكْمَةٌ	Ditulis	<i>Hikmah</i>
----------	---------	---------------

جَزِيَّة	Ditulis	<i>Jizyah</i>
----------	---------	---------------

(Ketentuan ini tidak diberlakukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam Bahasa Indonesia seperti zakat, shalat dan sebagainya, kecuali dikehendaki lafal aslinya).

- b. Bila *Ta' Marbûtah* diikuti dengan kata sandang “Al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan *h*.

كِرَامَةُ الْأَوْلِيَاءِ	Ditulis	<i>Karāmah al-auliya'</i>
--------------------------	---------	---------------------------

- c. Bila *Ta' Marbûtah* hidup atau dengan harakat, *fathah*, *kasrah*, dan *dammah* ditulis *t*.

زَكَاةُ الْفِطْرِ	Ditulis	<i>Zakat al-fiṭr</i>
-------------------	---------	----------------------

4. Vokal Pendek

َ	<i>Fathah</i>	Ditulis	A
ِ	<i>Kasrah</i>	Ditulis	I
ُ	<i>Dhammah</i>	Ditulis	U

5. Vokal Panjang

1.	<i>Fathah + Alif</i>	Ditulis	Ā
	جَاهِلِيَّة	Ditulis	<i>Jāhiliyyah</i>
2.	<i>Fathah + Ya' mati</i>	Ditulis	Ā
	تَنْسَى	Ditulis	<i>Tansā</i>

3.	<i>Kasrah + Ya' mati</i>	Ditulis	Ī
	كريم	Ditulis	<i>Karīm</i>
4.	<i>Ḍammah + Wawu mati</i>	Ditulis	Ū
	فروض	Ditulis	<i>Furūd</i>

6. Vokal Rangkap

1.	<i>Fathah + Ya' mati</i>	Ditulis	Ai
	بينكم	Ditulis	<i>Bainakum</i>
2.	<i>Fathah + Wawu mati</i>	Ditulis	Au
	قول	Ditulis	<i>Qaul</i>

7. Vokal Pendek yang berurutan dalam satu kata, dipisahkan dengan apostrof

أأنتم	Ditulis	<i>A'antum</i>
اعدت	Ditulis	<i>U'iddat</i>
لئن شكرتم	Ditulis	<i>La'in syakartum</i>

8. Kata Sanding + Alif Lām

- a. Bila diikuti huruf *Qamariyyah*

القرآن	Ditulis	<i>Al-Qur'an</i>
القياس	Ditulis	<i>Al-Qiyās</i>

b. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah*

السماء	Ditulis	<i>Al-Samā'</i>
الشمس	Ditulis	<i>Al-Syams</i>

9. Penulisan kata-kata dalam rangkaian ditulis menurut bunyi atau pengucapannya

ذو الفروض	Ditulis	<i>Zawi al-Furūd</i>
اهل السنة	Ditulis	<i>Ahl al-Sunnah</i>

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN PENULIS	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	viii
DAFTAR ISI.....	xv
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT.....	xx
BAB I.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Permasalahan	10
1. Identifikasi Masalah	10
2. Pembatasan Masalah.....	11
3. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	11
D. Tinjauan Pustaka	12
E. Metodologi Penelitian.....	17
1. Jenis Penelitian	17
2. Sumber Data	17
3. Teknik Pengumpulan Data	17
4. Teknik Analisa Data	18
5. Pendekatan Penelitian.....	18
F. Teknik dan Sistematika Penulisan	18
BAB II	21
A. Definisi Kesehatan Mental	21

B. Prinsip dalam Kesehatan Mental	26
C. Karakteristik dan Indikator Kesehatan Mental	30
D. Tujuan dan Manfaat Kesehatan Mental.....	34
E. Gangguan Kesehatan Mental	35
F. Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	44
G. Kesehatan Mental dalam Islam	46
H. Identifikasi Ayat-Ayat Kesehatan Mental	48
BAB III.....	53
PROFIL MUFASSIR DAN PROFIL KITAB AL-MUNĪR.....	53
A. Wahbah Az-Zuhailī	53
1. Biografi Wahbah Az-Zuhailī.....	53
2. Latar Belakang Intelektual.....	56
3. Karya-Karya	60
B. Kitab Al-Munīr	63
1. Latar Belakang Penafsiran.....	63
2. Sumber, Metode dan Corak Penafsiran	66
3. Sistematika Penulisan	70
BAB IV.....	73
ANALISIS KESEHATAN MENTAL DALAM TAFSIR AL-MUNĪR ..	73
A. Analisis Penafsiran Ayat-Ayat Kesehatan Mental Dalam Tafsir <i>Al-Munīr</i>	73
B. Relevansi Pandangan Wahbah Az-Zuhailī Terhadap Kesehatan Mental Dalam Al-Qur’an di Era Modern	89
BAB V	95
PENUTUP.....	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA.....	99

DAFTAR LAMPIRAN.....	107
A. Surat Keterangan Turnitin.....	107
B. Cek Plagiasi Turnitin.....	108
BIOGRAFI PENULIS.....	111

ABSTRAK

Alief Nurjuli Putri Wanda (19211133), “*Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 2015)*”. Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Jurusan Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, Institut Ilmu Al-Qur’an Jakarta.

Penulisan skripsi ini dilatarbelakangi oleh kekhawatiran penulis terhadap remaja yang mengalami gangguan mental. Pada tahap perkembangan inilah remaja belum mampu untuk mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Mubasyiroh di dalam penelitiannya mengemukakan tentang pemutus gejala mental emosional pada pelajar SMP-SMA di Indonesia. Hasil olah statistik menunjukkan sebanyak 50,17% pelajar SMP-SMA yaitu usia 13-15 tahun mengalami gejala emosional, diantaranya merasa kesepian 44,5%, kecemasan 40,75%, keinginan untuk bunuh diri 7,33%.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian skripsi ini adalah 1) Apa yang dimaksud dengan kesehatan mental? 2) Bagaimana penafsiran Wahbah Az-Zuhaili tentang kesehatan Mental dan relevansinya di era modern? Penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*), jenis penelitian telaah pustaka ini merupakan penelitian kualitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi, kemudian dalam pengumpulan data menggunakan teknik dokumentasi. Dalam menganalisis data menggunakan metode penulisan yang bersifat deskriptif analitis serta sumber data primer yang digunakan yaitu Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili.

Berdasarkan hasil penelitian pada Q.S Al-Fath (48):4 dan 18, Q.S Ar-Ra’d (13):28-29, Q.S An-Nahl (16):97 dan Q.S yunus (10):57-58 dan Q.S Al-Isra (17) 82. Penulis menyimpulkan pada penafsiran Wahbah Az-Zuhaili mengenai kesehatan mental yaitu ketika seseorang memiliki hati yang tenang, tentram dan terhindar dari segala macam gangguan mental yang dapat merusak mental seseorang. Kesehatan mental juga dapat menjadikan kita senantiasa beriman kepada Allah Swt. sehingga hal ini menambahkan keimanan pada diri seseorang dalam memperoleh kesehatan mental. Ketenangan, ketentraman, keikhlasan dan ketaatan kepada Allah merupakan sifat yang harus dicapai dalam kesehatan mental. Konsep kesehatan mental perspektif Wahbah Az-Zuhaili mempunyai relevansi terhadap kesehatan modern. Pengembangan dan pengenalan jiwa dalam Islam dapat mewujudkan suatu kondisi yang baik. Teknik psikoterapi berkaitan dengan penafsiran Wahbah Az-Zuhaili dengan mendekatkan diri kepada Al-Qur’an dan Islam, menjaga keikhlasan dan menjaga ukhuwwah akan menghadirkan ketenangan dan menghilangkan penyakit hati

Kata Kunci: Ketenangan, Kebahagiaan, Ketenteraman.

ABSTRACT

Alief Nurjuli Putri Wanda (19211133) “Mental Health in the Perspective of Al-Munīr Interpretation by Wahbah Az-Zuhailī. Thesis Faculty of Ushuluddin and Da’wah, Department of Al-Qur’an and Interpretation, Institute of Al-Qur’an Science Jakarta.

The background of writing this thesis is the author’s concern for adolescents who experience mental disorders. At thus stage of development, adolescents have not been able to control their emotions. In his research, Mubasyiroh suggests solving emotional mental symptoms in junior and senior high school students in Indonesia. The results of statistical analysis show that 50,17% of junior and senior high school students aged 13-15 years experience emotional feelings, including feeling lonely 44,55%, anxiety 40,75%, desire to commit suicide 7,33%.

The problem raised in this thesis research are 1) What is meant by mental health? 2) What is Wahbah Az-Zuhailī’s interpretation of mental health and its relevance in the modern era? This study uses library research, this type of literature review research is qualitative research. This study uses a psychological approach, then in data collection using documentation techniques. In analyzing the data using a writing method that is descriptive analytical and the primary data source used is Al-Munīr’s interpretation by Wahbah Az-Zuhailī.

Based on the results of research on Q.S Al-Fath (48): 4 and 18, Q.S Ar-Ra’d (13):28-29, Q.S An-Nahl (16):97, Q.S yunus (10):57-58 and Q.S Al-Isra (17) 82. The author concludes Wahbah Az-Zuhailī’s interpretation of mental health, namely when a person has a calm, peaceful heart and is protected from all kinds of mental disorders that can damage a person’s mental health. Mental health can also make us always believe in Allah Swt. so that this increases a person’s self confidence in obtaining mental health. Calm, tranquility, sincerity and obedience to Allah Swt. is a characteristic that must be achieved in mental health. The concept of mental health from Wahbah Az-Zuhailī’s perspective has relevance to modern health. The development and introduction of the soul in Islam can create a good condition. Psychotherapy techniques related to the interpretation of Wahbah Az-Zuhailī’s by getting closer to the Al-Qur’an and Islam, maintaining sincerity and maintaining ukhuwwah will bring calm and eliminate heart disease.

Keywords: Serenity, Happiness, Serenity.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan manusia tidaklah selalu berjalan sesuai dengan apa yang kita harapkan. Melainkan harus melewati proses dengan berbagai persoalan dan masalah dalam hidupnya. Keadaan seperti ini akan menimbulkan konflik *internal* dan *eksternal*. Konflik *internal* meliputi perasaan takut, dan depresi. Adapun konflik *eksternal* meliputi pertikaian dengan orang lain, tidak dianggap di lingkungannya atau biasanya mendapatkan bully-an dari teman-temannya. Konflik ini bisa menyebabkan seseorang menjadi sangat emosional dan menimbulkan perasaan gelisah dalam dirinya.¹

Hal ini menimbulkan seseorang mengalami masalah kejiwaan. Masalah kejiwaan yang dihadapi seseorang biasanya sangat sering mendapat reaksi yang negatif dari orang-orang disekitarnya. Hal ini dikarenakan pemahaman masyarakat yang sangat terbatas tentang gangguan jiwa. Budaya dan tradisi yang mengaitkan kasus gangguan jiwa dengan kepercayaan masyarakat setempat, mengakibatkan sebagian masyarakat mengesampingkan perawatan medis terhadap orang yang memiliki gangguan kejiwaan. Islam memandang mengenai gangguan jiwa sama dengan pandangan para ahli kesehatan mental pada umumnya.²

Namun, Islam lebih menekankan pada stigma yang timbul oleh asumsi bahwa manusia harus berhadapan dengan berbagai problem kehidupan yang

¹ Fanny Nurhanifa, "Gambaran Gaya Koping (*Coping Style*) Pada Perilaku Melukai Diri Sendiri (*Self Injury*)", (Skripsi Sarjana, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah, Tasikmalaya, 2021), h. 1.

² Purmansyah Ariadi, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam", *Syifa MEDIKA* 3, no. 2, Maret (2013): h. 119.

egois dan materialistis. Hubungan sesama manusia di zaman sekarang cenderung tidak memiliki ikatan atau tidak memiliki solidaritas terhadap sesama manusia. Masyarakat tradisional yang biasanya hidup rukun terkikis oleh masyarakat modern yang biasanya memilih hidup masing-masing. Fenomena ini mengakibatkan manusia kehilangan jati dirinya. Keadaan yang seperti ini menuntut manusia untuk bisa bertahan untuk mengendalikan dirinya, dan bersikap tegar dalam kepribadiannya.

Berdasarkan penelitian terhadap para pasien yang kesehatan mentalnya terganggu, dapat disimpulkan bahwa rusaknya mental seseorang dapat mempengaruhi hidup seseorang. Pengaruh itu biasanya timbul pada perasaan, pikiran, tingkah laku, dan penyakit jiwa atau biasa disebut *psychoses*³. Sejalan dengan hal ini, usaha untuk memperoleh hidup yang sehat dan pribadi yang *integrated*⁴ harus dibarengi dengan kepercayaan diri dan individual yang solid. Karena, kesehatan adalah kondisi yang sangat normal bagi jiwa seseorang.⁵

Badan kesehatan dunia (WHO) mendefinisikan kesehatan mental sebagai suatu keadaan yang sejahtera, di mana seseorang sadar akan potensi dirinya, sehingga bisa mengatasi tekanan dengan normal dalam kehidupannya, dapat melakukan pekerjaan secara baik dan produktif, dan bisa memberikan bantuan untuk komunitasnya. Musthafa Fahmi (1977), berpendapat bahwa kesehatan mental memiliki pengertian dan batasan yang lebih luas. Ia memberikan dua pengertian; Pengertian pertama, kesehatan mental yaitu

³ Psikosis yang berarti di mana seseorang memiliki kondisi yang menyebabkan sulit untuk membedakan kenyataan dan imajinasi.

⁴ *Integrated* adalah terintegrasi atau diartikan sebagai memiliki kepribadian yang utuh.

⁵ Risdawati Siregar, "Pendekatan-Pendekatan Islam Untuk Mencapai Kesehatan Mental", *Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, No. 2, Desember (2020): h. 252-253.

apabila seseorang bebas dari gejala-gejala penyakit jiwa dan gangguan kejiwaan. Sedangkan pengertian kedua, kesehatan jiwa adalah seseorang yang bisa menyesuaikan dirinya dengan masyarakat, sehingga hal ini bisa membawa seseorang kepada kehidupan yang bebas dari goncangan, penuh daya hidup. Seseorang yang bisa menerima dirinya sendiri, tidak menunjukkan rasa tidak saling menghargai, dan tidak melakukan hal-hal yang tidak wajar, seseorang yang bisa mengendalikan antara emosi dan pikiran di dalam dirinya dalam berbagai keadaan.⁶ Menurut Jalaluddin di dalam bukunya dengan judul “Psikologi Agama” menjelaskan bahwa “Kesehatan mental adalah keadaan batin yang senantiasa berada dalam keadaan tenang, aman dan tentram, dan usaha untuk mendapatkan ketenangan batin dapat dilakukan melalui penyesuaian diri secara resignasi (menyerahkan diri sepenuhnya kepada Tuhan)”.⁷

Pengertian dari kalangan psikiater menjelaskan kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari *simton-simton*⁸ dan psikosis. Definisi ini menyimpulkan bahwa seseorang yang memiliki mental sehat merupakan orang yang mengatasi dan menguasai segala macam perasaan di dalam

⁶ Ikhwan Fuad, “Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur’an dan Hadis”, *Journal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi* 1, no. 1, Juni (2016): h. 34-35.

⁷ Purmansyah Ariadi, “Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam”, h. 119.

⁸ Pada The New Oxford Dictionary “A Symptom” diartikan sebagai: suatu fenomena fisik atau mental, keadaan atau perubahan suatu kondisi yang timbul yang disertai dengan gangguan dan merupakan bukti untuknya secara khusus merupakan indikator subjektif, yang dapat dilihat oleh pasien dan disesuaikan dengan objektif.

hidupnya sehingga tidak menimbulkan adanya gangguan jiwa, *neurosis*⁹ dan *psikosis*.¹⁰

Berdasarkan dari kehidupan sehari-hari, terdapat beberapa tanda kesehatan mental yang dekat pada diri remaja: *Pertama*, *anxietas* (kecemasan). *Kedua*, hilang semangat dalam diri remaja sehingga mengakibatkan depresi. *Ketiga*, pola tidur yang tidak teratur. *Keempat*, keinginan menyakiti diri sendiri, sehingga memiliki keinginan untuk melakukan percobaan bunuh diri. Hal ini diakibatkan karena banyaknya perubahan dan permasalahan pada usia remaja. Sehingga, situasi emosi tidak dapat terkendali dalam diri remaja. Pada tahap perkembangan inilah remaja belum mampu untuk mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Mubasyiroh di dalam penelitiannya mengemukakan tentang pemutus gejala mental emosional pada pelajar SMP-SMA di Indonesia. Hasil olah statistik menunjukkan sebanyak 50,17% pelajar SMP-SMA yaitu usia 13-15 tahun mengalami gejala emosional, diantaranya merasa kesepian 44,5%, kecemasan 40,75%, keinginan untuk bunuh diri 7,33%.¹¹

Seseorang yang mengalami gangguan terhadap kesehatan mental dapat mengalami kondisi disabilitas atau kecacatan di dalam hidupnya karena pada umumnya gangguan jiwa akan mengakibatkan kondisi disabilitas bagi

⁹ *Neurosis* adalah gangguan yang didasarkan kepada kecemasan atau lemahnya psikologis seseorang sehingga menimbulkan perilaku untuk menjaga diri dari adanya gangguan-gangguan yang bertujuan untuk mengurangi dan menghindari rasa cemas. Sedangkan *psikosis* adalah penyakit mental yang disebabkan oleh seseorang yang mengalami gangguan sulit membedakan antara halusinasi dengan realita.

¹⁰ Muhiimatul Hasanah, "Pengaruh Gadget terhadap Kesehatan Mental Anak", *Indonesian Journal of: Islamic Early Childhood Education* 2, No. 2, Desember (2017), h. 208.

¹¹ Rizka Nur Hamidah, dkk, "Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Islam", *Prophetic Guidance and Counseling Journal* 2, no. 1, Maret (2021): h. 27.

penderitanya dibandingkan mengarahkan pada kematian dini.¹² Maka dari itu psikologi sebagai suatu ilmu pengetahuan mengkhususkan seseorang untuk mempelajari atau menyelidiki dan menerangkan kegiatan-kegiatan psikis atau gejala kejiwaan yang pada umumnya terdapat pada manusia yang normal. Pada setiap manusia yang normal pada umumnya memiliki gejala-gejala kejiwaan atau pernyataan jiwa yang secara garis besar dalam psikologi umum dibagi menjadi 4 (empat) bagian sebagai berikut:¹³

- a. Kognisi (gejala penanganan) yang termasuk pada kegiatan psikis pengenalan/kognisi ini merupakan gejala jiwa seperti tanggapan, ingatan, pengamatan, asosiasi, fantasi, berpikir dan inteligensi.
- b. Emosi (gejala jiwa perasaan): Begot dan yang lainnya mengenai gejala jiwa perasaan ini terbagi menjadi 2 bagian, yaitu perasaan rendah (jasmaniah) dan perasaan luhur (rohaniah) perasaan jasmaniah seperti: perasaan penginderaan dan perasaan vital.¹⁴ Sedangkan perasaan rohaniah meliputi perasaan keindahan, perasaan sosial, perasaan ketuhanan, perasaan kesusilaan, perasaan diri, dan perasaan intelektual.
- c. Konasi (gejala jiwa kehendak) gejala ini terbagi menjadi 2 (dua) macam: yaitu gejala kehendak indra yang meliputi tropisme,¹⁵ refleks, insting, automsitisisme,¹⁶ kebiasaan, nafsu, kecenderungan dan keinginan. Semua

¹² Novia Kartikasari dan Atika Dian Ariana, "Hubungan antara Literasi Kesehatan Mental, Stigma Diri terhadap Intensi Mencari Bantuan pada Dewasa Awal", *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 4, no. 2, (2019), h. 65.

¹³ Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi: Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, (Cet. V; Jakarta: Prenadamedia Group, 2015), h. 162-163.

¹⁴ Perasaan vital meliputi perasaan yang berhubungan dengan keadaan jasmani seperti perasaan segar, loyo tidak berdaya dan lain sebagainya.

¹⁵ Tropisme dalam pengertiannya berhubungan dengan tumbuhan, yaitu pergerakan dalam pertumbuhan sel yang menyebabkan pergerakan organ tumbuhan utuh menuju atau menjauhi sumber rangsangan.

¹⁶ Nama lainnya adalah automatisisme adalah suatu gejala yang menimbulkan gerak yang terjadi dengan sendirinya.

gejala kehendak tersebut tidak dipengaruhi oleh pikiran. Sedangkan gejala kehendak rohaniah yaitu kemauan.

d. Gejala campuran yaitu minat dan perhatian, kelelahan dan sugesti.

Pembagian gejala di atas banyak dipopulerkan oleh para psikolog untuk memudahkan seseorang dalam mempelajari gejala kejiwaan pada manusia yang normal, karena setiap diri manusia yang normal di mana pun berada pada dirinya terdapat keempat jenis gejala yang telah dijelaskan di atas.

Pada awal abad ke-19, dikatakan ahli kedokteran baru menyadari bahwa adanya hubungan antara penyakit dengan kondisi psikis seseorang. Hubungan ini mengakibatkan seseorang menderita gangguan secara fisik yang hal ini dikarenakan adanya gangguan mental sebaliknya gangguan mental juga mengakibatkan adanya penyakit fisik pada seseorang. Terkait dengan kesehatan mental maka tidak lepas dengan peran agama.

Kedekatan hubungan antara agama dan kesehatan mental sudah banyak diteliti dari zaman dahulu, dari zaman yang masih menganggap suatu penyakit sebagai campur tangan dari makhluk gaib, sampai zaman sekarang yang sudah menggunakan alat medis dalam menentukan adanya suatu penyakit. Pada saat ini, masyarakat modern memandang bahwa mendiagnosis suatu penyakit itu apabila muncul gejala fisik. Teknologi yang sudah semakin canggih memberikan keyakinan pada manusia bahwa penyakit muncul hanya karena faktor fisik saja. Maka, asumsi pada zaman dahulu bahwa makhluk halus memiliki hubungan dengan suatu penyakit bisa dipatahkan dengan adanya penggunaan alat medis yang bisa memberi bukti bahwa penyakit itu adalah sebuah virus atau kuman.¹⁷

¹⁷ Abdul Hamid, "Agama dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Psikologi Agama", *Jurnal Kesehatan Tadulako* 3, no. 1, Januari (2017): h. 2-3.

Dalam Al-Qur'an terdapat ayat-ayat yang berhubungan dengan kesehatan mental dengan berbagai istilah. Langgung seorang ilmuwan dan pakar pendidikan psikologi (w. 2008), istilah tersebut adalah kemakmuran (*falah*), kebahagiaan (*sa'âdah*), kejayaan (*fawz*), kesempurnaan (*al-kamal*), dan keselamatan (*hajat*). Disamping itu, terdapat banyak ayat-ayat yang memiliki kaitan dengan penjelasan kesehatan mental, diantaranya hubungan manusia dengan dirinya, sesama manusia, lingkungan dan Tuhan, yang semuanya ditujukan untuk mendapatkan hidup bermakna dan bahagia dunia dan akhirat.¹⁸

Dalam *psikoterapi* Islam, jiwa manusia atau bisa disebut dengan *psyche* dibersihkan dari hal-hal yang buruk, jahat, dan juga segala hal yang kurang baik yang bisa merusak jiwa dan menjauhkan seseorang dari Allah Swt. yang mengakibatkan seseorang mengalami gangguan. Sebagaimana yang diketahui bahwa ajaran Islam di dalamnya mengandung tuntunan agar kehidupan manusia bebas dari rasa depresi, cemas, dan sebagainya. Bukan hanya dengan membaca dan memahami makna ayat-ayat Al-Qur'an saja, tapi Islam juga mengajarkan doa agar mendapatkan ketenangan hati. Dalam doa inilah seseorang meminta agar kehidupannya diberikan kesejahteraan, ketenangan, dan juga keselamatan baik keselamatan dunia maupun akhirat.¹⁹

Islam datang membawa konsep *psikoterapi* untuk meningkatkan kesehatan mental dengan spiritual. Al-Qur'an dan hadis merupakan prinsip dalam ajaran Islam yang memberikan petunjuk kepada orang-orang untuk menjaga gaya perilaku seseorang untuk mencapai tahap kebahagiaan yang

¹⁸ Hilmy Rabi'ah Nur, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an, Jakarta, 2021), h. 7-8.

¹⁹ Mutiara Andini, Djumi Aprilia dan Primalita Putri Distiana, "Kontribusi Psikoterapi Islam bagi Kesehatan Mental", *Journal of Psychology Religion and Humanity* 3, No. 2, Oktober (2021): h. 167.

sesungguhnya. Al-Qur'an memberikan istilah jiwa yang damai, Hadits menyebutnya sebagai fitrah (tenang). Kedua istilah tersebut merupakan naluri seseorang untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang dimiliki setiap muslim. Jiwa yang tenang harus berdasarkan fitrah yang diberikan Allah Swt. yaitu akidah dan tauhid. Fitrah ini memerlukan pemeliharaan yang bisa membuatnya tumbuh lebih baik. Salah satunya dengan syariat agama yang membuat fitrah menjadi lebih baik.²⁰

Islam mendefinisikan kesehatan jiwa sebagai hubungan baik antara manusia dengan Allah (berserah diri) dengan menjalankan sholat dan zikir, manusia dengan pribadinya, dirinya dengan orang lain dengan beramal shaleh, juga dengan alam semesta sehingga Allah memberikan ketenangan jiwa. Sebagaimana contoh Islam mengatur tentang kesehatan jiwa terdapat dalam QS. Asy-Syams ayat 7-10:²¹

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۖ ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۖ ﴿٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۖ ﴿٩﴾
وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ۖ ﴿١٠﴾

“(7) Dan demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan)-nya, (8) lalu Dia mengilhamkan kepadanya (jalan) kejahatan dan ketakwaannya, (9) sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu), (10) dan sungguh rugi orang yang mengotorinya.” (QS. Asy-Syams [91]:7-10)

Pada ayat tersebut, dijelaskan bahwa manusia harus bisa menyesuaikan dirinya sendiri agar terhindar dari gangguan kejiwaan. Dalam tafsir *Al-Munir* dijelaskan ayat ini berisi bahwa Allah bersedekah dengan jiwa manusia yang diciptakan seimbang berdasarkan fitrah yang kuat.

²⁰ Mutiara Andini, Djumi Aprilia dan Primalita Putri Distiana, “Kontribusi Psikoterapi Islam bagi Kesehatan Mental”, h. 167.

²¹ Ike Mardiaty Agustin, Kesehatan Jiwa dalam Perspektif Islam”, <http://jateng.aisyiah.or.id/id/berita/artikel-kesehatan-jiwa-dalam-perspektif-islam.html>. (06 November 2022).

Keseimbangan ini diberikan sesuai dengan kebutuhannya untuk mengatur badan baik indra yang zahir maupun batin dan kekuatan alami.²²

Salah satu contoh penelitian sebelumnya yang memiliki tema mengenai kesehatan mental ialah penelitian Hilmy Rabi'ah Nur pada tahun 2021 dengan judul Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab pada penelitian tersebut Hilmy Rabi'ah Nur menyimpulkan bahwa kesehatan mental mempunyai keterikatan dengan keimanan kepada Allah Swt. dan upaya untuk memelihara dan memperoleh kesehatan mental. Keterikatan antara amal saleh dengan keimanan tidak hanya memberikan kehidupan yang baik di dunia saja tetapi juga kebahagiaan yang hakiki yaitu kebahagiaan akhirat.²³ Penelitian tersebut dengan penulis memiliki persamaan dan perbedaan. Persamaan penulis dengan penelitian tersebut yakni mengenai tema yaitu tentang kesehatan mental, sedangkan perbedaannya terdapat pada pendekatan penelitian serta beberapa ayat yang ditambahkan penulis untuk membedakan pada penelitian terdahulu dan juga terdapat perbedaan pada tafsirnya, penelitian tersebut menggunakan tafsir Al-Misbah sedangkan penulis menggunakan Tafsir Al-Munir.

Berdasarkan dari uraian di atas, penulis tertarik untuk lebih mengetahui makna kesehatan mental dalam Al-Qur'an secara lebih mendalam. Maka penulis tertarik untuk meneliti kesehatan mental dalam Tafsir *Al-Munir* karya Wahbah Az-Zuhaili. Beliau dikenal sebagai ulama yang produktif dalam menulis dalam bidang keilmuan, beliau juga dikenal sebagai ulama tafsir yang sangat kompeten. Alasan penulis mengambil Tafsir *Al-*

²² Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syariah dan Manhaj*, (Jil 15, Cet. 1; Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 548.

²³ Hilmy Rabi'ah Nur, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an, Jakarta, 2021).

Munīr karena kitab tafsir ini pembahasannya mudah dipahami dan juga dicermati. Wahbah Az-Zuhailī merupakan seorang ulama fiqh dan mufassir di era kontemporer yang mana saat ini pemikiran-pemikirannya memiliki relevansi dengan konteks dan kondisi sosial masyarakat Indonesia.

Maka dari itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian secara lebih rinci dan mendalam mengenai penafsiran Tafsir *Al-Munīr* tentang kesehatan mental. Kemudian atas dasar permasalahan yang sudah dijelaskan di atas, maka menurut penulis perlu dilakukan penelitian terhadap kesehatan mental. Sehingga dapat menjadi sebuah perspektif baru dalam memaknai kesehatan mental khususnya bagi para remaja. Maka dari itu, penulis akan mengkaji dan meneliti bagaimana Al-Qur'an membahas tentang kesehatan mental. Akhirnya penulis menitikberatkan skripsi ini dengan judul: **“Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir *Al-Munīr* Karya Wahbah Zuhaili.”**

B. Permasalahan

Setelah penulis memaparkan beberapa hal pada latar belakang, agar penelitian ini lebih terarah penulis perlu membuat identifikasi masalah, pembatasan masalah serta rumusan masalah.

1. Identifikasi Masalah

Dari pemaparan latar belakang masalah di atas, maka muncullah beberapa permasalahan. Di antara permasalahan yang dapat diidentifikasi oleh penulis adalah:

- a. Adanya konflik *internal* dan *eksternal* dalam kehidupan manusia.
- b. Fenomena kehidupan masyarakat modern mengakibatkan sebagian manusia kehilangan jati dirinya.
- c. Pentingnya kesehatan mental sebagai hubungan baik antara manusia dengan Allah.

- d. Gejala-gejala kejiwaan yang terdapat pada manusia normal.
- e. Penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an terkait dengan Kesehatan Mental.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, agar pembahasan ini lebih terarah dan mudah difahami, maka penulis akan membatasi ruang lingkup masalah ini. Batasan penelitian ini adalah tentang penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dan relevan dengan persoalan Kesehatan Mental.

Berkaitan dengan ini, penulis hanya berfokus pada masalah kesehatan mental yang terkait dengan ayat-ayat dengan term *sakinah* yaitu Q.S Al-Fath (48) ayat 4 dan 18, juga pada term *qalb* Q.S Ar-Ra'd ayat 28-29. Ayat tentang kebahagiaan Q.S An-Nahl (16) ayat 97 dan ayat Al-Qur'an sebagai terapi kesehatan mental yaitu Q.S yunus (10) ayat 57-58 dan Q.S Al-Isra (17) ayat 82. Maka dalam penelitian ini penulis hanya menggunakan 8 ayat tersebut. Alasan penulis mengambil kitab Tafsir *Al-Munir* karena kitab tafsir ini pembahasannya mudah dipahami dan juga dicermati. Kemudian, kitab ini juga dilengkapi dengan penjelasan tentang fiqih kehidupan.

3. Rumusan Masalah

Setelah membatasi masalah yang akan diteliti, agar pembahasan lebih terarah, maka penulis merumuskan poin-poin sebagai berikut:

- a. Apa yang dimaksud dengan kesehatan mental?
- b. Bagaimana penafsiran Wahbah Az-Zuhaili tentang kesehatan Mental dan relevansinya di era modern?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang ada, maka yang diharapkan menjadi tujuan penelitian ini adalah:

- a. Mendeskripsikan pengertian kesehatan mental.
- b. Menganalisis penafsiran Wahbah Az-Zuhailī terhadap kesehatan modern dan relevansinya di era modern.

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

a. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan untuk memperkaya khazanah keilmuan Islam pada kesehatan mental dalam kitab Tafsir *Al-Munīr*. Penulis berharap dengan penelitian ini dapat mengembangkan wawasan ilmu pengetahuan dan membawa manfaat bagi masyarakat luas.

b. Secara Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi untuk memberikan kontribusi pengetahuan dan memperkaya wacana seseorang atau kelompok tentang penafsiran Wahbah Az-Zuhailī tentang Kesehatan Mental dalam kitab Tafsir *Al-Munīr*.

D. Tinjauan Pustaka

Setelah mengamati dan membaca beberapa literatur yang penulis dapatkan, penulis belum menemukan buku atau karya ilmiah yang berjudul sama dengan judul skripsi ini. Namun, sejauh ini beberapa telah ditemukan pembahasan yang membahas tentang kesehatan mental, akan tetapi belum mencakup tentang penafsiran ayat-ayat Kesehatan mental perspektif tafsir *Al-Munīr* karya Wahbah Az-Zuhailī .

Berikut adalah beberapa literatur yang penulis temukan yang memiliki keteraitan dengan yang akan penulis sampaikan diantaranya:

1. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur’an (Analisis Surah Yunus Ayat 57)”, skripsi yang ditulis oleh Husnul Hatima A Darise, 2018. Dalam

penelitian ini sebagaimana judulnya, menjelaskan kesehatan mental perspektif Al-Qur'an pada surah Yunus ayat 57. Menjelaskan bahwa Allah mengingatkan pada ayat ini nikmat iman dan hidayah dengan turunnya Al-Qur'an, lebih besar nikmatnya daripada nikmat seluruh harta, karena dunia bersifat sementara sedangkan akhirat bersifat selamanya.²⁴ Penelitian skripsi ini menggunakan jenis penelitian berbasis kepastakaan (*library research*) sedangkan metode yang digunakan yaitu metode kualitatif. Adapun penelitian skripsi ini memberikan kontribusi sebagai rujukan dan sumber bacaan dalam penyusunan skripsi penulis, dimana penulis mendapat informasi lain terkait teori Kesehatan Mental dan faktor penyebab gangguan mental. Persamaan penelitian skripsi ini dengan penulis adalah terletak pada kesamaan tema yaitu Kesehatan Mental. Adapun perbedaannya adalah penulis skripsi ini mengemukakan tentang kesehatan Mental perspektif Al-Qur'an, sedangkan penulis mengemukakan Kesehatan Mental perspektif Tafsir Al-Munir.

2. "Urgensi Kesehatan Mental dalam Pendidikan Islam Perspektif Zakiah Daradjat", skripsi yang ditulis oleh Hanik Munadifah, 2019. Dalam penelitian ini menjelaskan konsep kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat diartikan sebagai keharmonisan yang sesungguhnya antara fungsi jiwa, juga memiliki kesanggupan untuk menghadapi segala masalah yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya serta lingkungannya dengan dilandasi oleh keimanan serta ketakwaan agar mencapai kehidupan yang Bahagia dunia akhirat.²⁵ Penelitian skripsi ini menggunakan jenis penelitian berbasis kepastakaan

²⁴ Husnul Hatima A Darise, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur'an (Analisis Surah Yunus Ayat 57)", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri, Palu, 2018).

²⁵ Hanik Munadifah, "Urgensi Kesehatan Mental dalam Pendidikan Islam Perspektif Zakiah Daradjat", (Skripsi Sarjana, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Sunan Ampel, Surabaya, 2019).

(*library research*) sedangkan metode yang digunakan yaitu metode kualitatif. Adapun penelitian skripsi ini memberikan kontribusi sebagai rujukan dan sumber bacaan dalam penyusunan skripsi penulis, dimana penulis mendapat informasi lain terkait teori Kesehatan Mental dan tujuan serta manfaat Kesehatan Mental. Persamaan penelitian skripsi ini dengan penulis adalah terletak pada kesamaan tema yaitu Kesehatan Mental. Adapun perbedaannya adalah penulis skripsi ini mengemukakan tentang kesehatan Mental perspektif Zakiah Daradjat, sedangkan penulis mengemukakan Kesehatan Mental perspektif Tafsir Al-Munir.

3. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab”, skripsi yang ditulis oleh Hilmy Rabi’ah Nur, 2021. Dalam penelitian ini, sebagaimana pada judulnya, menjelaskan bagaimana pandangan M. Quraish Shihab tentang Kesehatan Mental. M. Quraish Shihab menjelaskan dalam tafsirnya bahwa Kesehatan Mental mempunyai hubungan yang sangat erat dengan Allah swt. dan upaya untuk memelihara dan memperoleh mental yang sehat. Kemudian, keterikatan antara amal soleh dengan keimanan tidak hanya dengan memberikan kehidupan baik di dunia tetapi juga kebahagiaan yang sesungguhnya di akhirat.²⁶ Penelitian skripsi ini menggunakan jenis penelitian berbasis kepustakaan (*library research*) sedangkan metode yang digunakan yaitu metode kualitatif. Adapun penelitian skripsi ini memberikan kontribusi sebagai rujukan dan sumber bacaan dalam penyusunan skripsi penulis, dimana penulis mendapat informasi lain terkait teori Kesehatan Mental. Persamaan penelitian skripsi ini dengan penulis adalah terletak pada kesamaan tema yaitu Kesehatan Mental.

²⁶ Hilmy Rabi’ah Nur, “Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab”, (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an, Jakarta, 2021).

Adapun perbedaannya adalah penulis skripsi ini mengemukakan tentang kesehatan mental perspektif Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab, sedangkan penulis mengemukakan Kesehatan Mental perspektif Tafsir Al-Munīr.

4. “Peranan Pendidikan Islam dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat”, skripsi ini ditulis oleh Suaini, 2021. Dalam penelitian ini sebagaimana judulnya, menjelaskan kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat. Menurutnya pendidikan Islam sangatlah penting dalam kesehatan mental. Karena pendidikan Islam memiliki beberapa poin dalam membina kesehatan mental yaitu mampu memberikan bimbingan dalam kehidupan, penolong dalam ketakutan, menentramkan jiwa serta mengendalikan emosi, baik dalam mengendalikan pikiran, perasaan maupun perilaku anak.²⁷ Penelitian skripsi ini menggunakan jenis penelitian berbasis kepustakaan (*library research*) sedangkan metode yang digunakan yaitu metode kualitatif. Adapun penelitian skripsi ini memberikan kontribusi sebagai rujukan dan sumber bacaan dalam penyusunan skripsi penulis, dimana penulis mendapat informasi lain terkait teori Kesehatan Mental dan indikator Kesehatan Mental. Persamaan penelitian skripsi ini dengan penulis adalah terletak pada kesamaan tema yaitu Kesehatan Mental. Adapun perbedaannya adalah penulis skripsi ini mengemukakan tentang kesehatan mental perspektif Zakiah Daradjat, sedangkan penulis mengemukakan Kesehatan Mental perspektif Tafsir Al-Munīr.
5. “Khamr dan Kesehatan Mental (Kajian Ma’ānil Hadis Sunan Ibnu Majah 3390 dengan Perspektif Psikologi)”, skripsi yang ditulis oleh Shinta

²⁷ Suaini, “Peranan Pendidikan Islam dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat”, (Skripsi Sarjana, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri, Lampung, 2021).

Khurniawati, 2022. Dalam penelitian ini menjelaskan kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang mana seseorang dalam kondisi berakal, emosional maupun spiritual keseluruhannya dapat berkembang secara menyeluruh sehingga individu bisa melakukan kesesuaian dalam kehidupan, sehingga dapat melakukan aktivitas keseharian juga bersosialisasi dengan orang lain dengan semestinya.²⁸ Penelitian skripsi ini menggunakan jenis penelitian berbasis kepustakaan (*library research*) sedangkan metode yang digunakan yaitu metode kualitatif. Adapun penelitian skripsi ini memberikan kontribusi sebagai rujukan dan sumber bacaan dalam penyusunan skripsi penulis, dimana penulis mendapat informasi lain terkait teori kesehatan mental serta mengetahui karakteristik mental yang sehat. Persamaan penelitian skripsi ini dengan penulis adalah terletak pada kesamaan tema yaitu Kesehatan Mental. Adapun perbedaannya adalah penulis skripsi ini mengemukakan tentang kesehatan Mental perspektif psikologi, sedangkan penulis mengemukakan Kesehatan Mental perspektif Tafsir Al-Munīr.

Data sebagaimana dicantumkan di atas adalah hasil penelusuran penulis berkaitan dengan kajian kesehatan mental. Berpijak dari hal tersebut, penulis menyimpulkan bahwa belum ada bahasan secara khusus yang membahas kesehatan mental dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Al-Munīr. Dengan posisi inilah akan menjadi penelitian khusus yang berbeda dengan penelitian lain yang sudah ditemukan.

²⁸ Shinta Khurniawati, "Khamr dan Kesehatan Mental (Kajian Ma'ānil Hadis Sunan Ibnu Majah 3390 dengan Perspektif Psikologi)", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2022).

E. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu penelitian yang penulis lakukan terhadap literatur yang berkaitan dengan penulisan skripsi ini. Jenis penelitian telaah pustaka ini merupakan penelitian kualitatif, yaitu suatu proses penelitian dan pemahaman yang berdasar kepada metodologi yang menyelidiki suatu fenomena sosial dan masalah manusia.

2. Sumber Data

Sumber data terbagi menjadi dua, yaitu sumber data primer dan sekunder. Adapun sumber primer dalam penelitian ini adalah Al-Qur'an dan Terjemahannya serta kitab Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili yang diterbitkan oleh Gema Insani di Jakarta tahun 2016.

Sedangkan sumber data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari berbagai data, buku-buku serta beberapa artikel yang berkaitan dengan penelitian ini yaitu tentang kesehatan mental.

3. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik dokumentasi yang merupakan sebuah pengumpulan data berupa ayat-ayat dan penafsiran yang berkaitan dengan kesehatan mental yang terdapat dalam kitab Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili, serta data lainnya termasuk buku, kitab, karya ilmiah tentang pendapat, teori, dalil atau hukum dan lainnya yang berhubungan dengan masalah penelitian ini.

4. Teknik Analisa Data

Dalam pembahasan skripsi ini, penulis menggunakan metode penulisan yang bersifat deskriptif analitis. Dimana penulis akan memaparkan data yang telah tersusun dengan melakukan kajian terhadap data tersebut, menggambarkan bagaimana pendapat Wahbah Az-Zuhailī, para mufasir dan para intelektual cendekiawan muslim yang berkaitan dengan kesehatan mental secara sistematis, sehubungan dengan pendapat para ahli yang relevan juga digunakan.

5. Pendekatan Penelitian

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan psikologi. Di mana penulis mengambil beberapa pengertian menurut para ahli psikolog dan mengaitkan pada ayat-ayat yang memiliki kaitan dengan kesehatan mental. Menurut Langgulong yang merupakan seorang ilmuwan dan pakar pendidikan psikologi, mengungkapkan bahwa terdapat banyak ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental dengan berbagai istilah yang digunakannya sebagai sesuatu yang hendak dicapai oleh setiap manusia, diantaranya kebahagiaan (*sa'adah*), keselamatan (*ḥajat*), kejayaan (*fawz*), dan kesempurnaan (*al-kamal*).²⁹

F. Teknik dan Sistematika Penulisan

Adapun yang dijadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini yaitu merujuk pada buku Pedoman Penulisan Proposal dan Skripsi Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta edisi revisi 2021.

²⁹ Hilmy Rabi'ah Nur, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab", h. 49.

Sedangkan sistematika penulisannya untuk memudahkan pembahasan dalam skripsi ini, maka penulis membagi menjadi lima bab, dengan sistematika sebagai berikut:

Bab pertama yaitu pendahuluan yang berisi tentang latar belakang masalah, permasalahan meliputi identifikasi masalah, pembatasan masalah dan perumusan masalah. Kemudian, membahas tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, metodologi penelitian yang terdiri dari jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisa data dan pendekatan penelitian serta teknik dan sistematika penulisan.

Bab kedua, kajian teori mengenai gambaran umum tentang kesehatan mental yang di dalamnya membahas pengertian dan dilanjutkan dengan pembahasan karakteristik dan indikator kesehatan mental, serta uraian kesehatan mental dalam Al-Qur'an.

Bab ketiga, membahas mengenai gambaran Tafsir Al-Munīr serta pengarangnya yaitu Wahbah Az-Zuhailī. Di bab ini menjelaskan tentang latar belakang penulisan Tafsir Al-Munīr, lalu dilanjut dengan metode, corak, dan sumber penafsiran, serta sistematika penulisan. Dilanjut pembahasan mengenai biografi Wahbah Az-Zuhailī, riwayat pendidikan dan karir, karya-karyanya, serta corak berfikir dan hal-hal yang mempengaruhi Wahbah Az-Zuhailī dalam karya-karyanya.

Bab keempat, merupakan pembahasan dari rumusan masalah yaitu mengamati penjelasan penafsiran Wahbah Az-Zuhailī tentang ayat-ayat kesehatan mental dan relevansinya pada era modern.

Bab kelima berisi penutup. Pada bab ini, penulis mencoba memberikan kesimpulan dan saran-saran penelitian. Selain itu, penulis juga menyertakan daftar pustaka.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah penulis melakukan penelitian tentang ayat-ayat tentang kesehatan mental dalam Tafsir Al-Munir seperti yang telah dijelaskan secara rinci pada setiap bab. Oleh karena itu, penulis mencoba untuk menarik kesimpulan yang dapat mencakup dari seluruh penjelasan di atas, adalah sebagai berikut:

1. Kesehatan mental ialah apabila seseorang tidak mengalami gangguan mental, tidak jatuh sakit akibat adanya *stressori*, sesuai dengan kemampuannya dan selaras dengan lingkungannya, serta tumbuh dan berkembang secara positif. Prinsip dalam kesehatan mental memiliki beberapa kelompok, yaitu hakikat manusia sebagai organisme, dengan lingkungannya dan hakikat dengan Tuhan. Karakteristik mengenai kesehatan mental seperti yang telah dijelaskan di atas, antaranya terbebas dari gangguan jiwa, dapat menyesuaikan diri, memanfaatkan kemampuan dengan maksimal serta tercapainya kebahagiaan baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Tujuan dan manfaat kesehatan mental yaitu mengobati dan mencegah serta memelihara mental dari segala penyebabnya atau segala macam penyakit yang dapat menyebabkan adanya gangguan mental seseorang. Beberapa gangguan mental yang mengakibatkan seseorang sakit mentalnya, Depresi mental, bipolar, *Skizofrenia* dan *anxiety* (gangguan kecemasan). Beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, ada dua faktor, faktor internal dan faktor eksternal. Kemudian juga di dalam Al-Qur'an ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental dengan berbagai istilah diantaranya kebahagiaan (*sa'adah*), keselamatan (*hajat*), kejayaan (*fawz*), dan

kesempurnaan (*al-kamal*). Identifikasi ayat-ayat mengenai term *nafs*, *qalb*, *sa'dah* dan *sakinah*.

2. Penafsiran Wahbah Az-Zuhaili mengenai kesehatan mental yaitu ketika seseorang memiliki hati yang tenang, tenteram dan terhindar dari segala macam gangguan mental yang dapat merusak mental seseorang. Kesehatan mental juga dapat menjadikan kita senantiasa beriman kepada Allah Swt. sehingga hal ini menambahkan keimanan pada diri seseorang dalam memperoleh kesehatan mental. Ketenangan, ketenteraman, keikhlasan dan ketaatan kepada Allah merupakan sifat yang harus dicapai kesehatan mental. Konsep kesehatan mental perspektif Wahbah Az-Zuhaili mempunyai relevansi terhadap kesehatan modern. Pengembangan dan pengenalan jiwa dalam Islam dapat mewujudkan suatu kondisi yang baik. Teknik psikoterapi berkaitan dengan penafsiran Wahbah Az-Zuhaili dengan mendekati diri kepada Al-Qur'an dan Islam, menjaga keikhlasan dan menjaga ukhuwwah akan menghadirkan ketenangan dan menghilangkan penyakit hati.

B. Saran

Setelah mengkaji beberapa ayat mengenai kesehatan mental dalam Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili perlu dilakukannya penelitian lebih lanjut, mengenai kesehatan mental dalam Al-Qur'an secara menyeluruh dari kitab tafsir lainnya. Penulisan ini merupakan sedikit contoh yang diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan menjadi sumber untuk melakukan penelitian selanjutnya. Penulis menyadari bahwa penelitian ini belum sepenuhnya sempurna baik dari penyajian, analisa dan lainnya. Oleh karena itu, penulis berharap adanya penelitian lebih lanjut guna untuk melengkapi penelitian ini dengan pengkajian yang lebih luas guna menambah khazanah pemikiran Islam dalam realitas kehidupan yang akan datang. Maka dari itu penulis berharap pada peneliti selanjutnya dan para pembaca agar

melengkapi dan dapat memperbaiki penelitian terhadap masalah ini. Kekurangan dan kesalahan pada penelitian ini diharapkan dapat menjadikan penelitian dalam topik yang sama menjadi lebih komprehensif dan lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Buku:

- Aizid, Rizem, *Melawan Stres dan Depresi*, Jakarta Selatan: Saufa, 2015.
- Al-Ashfahani, Ar-Raghib, *Al-Mufradat Fi Gharibil Qur'an*, terj. Ahmad Zaini Dahlan, Jil 2, Jawa Barat: Pustaka Khazanah Fawa'id, 2017.
- Aprilistyawati, Ana, *Keperawatan Psikiatri dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Kyta, 2016.
- Azizy, Faizah Ali Syibromalisi dan Jauhar, *Membahas Kitab Tafsir Klasik Modern*, Cet. I; Ciputat: Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011.
- Az-Zuhailī, Wahbah, *Tafsir Al-Munīr: Aqidah, Syariah dan Manhaj*, Jil 6, Cet. 1; Jakarta: Gema Insani, 2013
- _____, *Tafsir Al-Munīr: Aqidah, Syariah dan Manhaj*, Jil 7, Cet. 1; Jakarta: Gema Insani, 2013.
- _____, *Tafsir Al-Munīr: Aqidah, Syariah dan Manhaj*, Jil 8, Cet. 1; Jakarta: Gema Insani, 2013.
- _____, *Tafsir Al-Munīr: Aqidah, Syariah dan Manhaj*, Jil 13, Cet. 1; Jakarta: Gema Insani, 2013.
- Baqi, Muhammad Fuad Abdul, *Mu'jam al-Mufahrasy Li al-Fadz Al-Qur'an*, Beirut: Dar el-Fikr, 1996.
- Dewi, Kartika Sari, *Kesehatan Mental*, Semarang: UPT Undip Press Semarang, 2012.
- Fakhriyani, Diana Vidya, *Kesehatan Mental*, Pamekasan: Duta Media, 2019.
- H. Ansori, LAL, *Tafsir bi al-Ra'yi: Menafsirkan Al-Qur'an dengan Ijtihad*, Jakarta: Gaung Persada Press, 2010.
- Hakim, A. Husnul, *Ensiklopedi Kitab-Kitab Tafsir "Kumpulan Kitab-Kitab Tafsir dari Masa Klasik sampai Masa Kontemporer"*, Cinangka, Lingkar Studi Al-Qur'an, 2019.

Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 9, Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura, 1990.

Ikatan Alumni Syam Indonesia, *Allāmah asy-Syām Syekh Wahbah Az-Zuhaili*, Depok: Al-Hikam Press, 2017.

Kartikasari, M. Nur Dewi, *et al.*, eds., *Kesehatan Mental*, Padang Sumatera Barat: Pt Global Eksekutif Teknologi, 2022.

Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Al-Qur'an Tematik – Spiritual Dan Akhlak*, Seri 1, Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2010.

Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Ilmi – Fenomena Kejiwaan Manusia Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2016.

Muniarti, Ade Saputra, Ahmad Muzaffar, dan Sri Muniarti, *Kesehatan Mental*, Jambi: Salim Media Indonesia, 2017.

Rochman, Kholil Lur, *Kesehatan Mental*, Cet. I; Purwokerto: STAIN Press, 2013.

Shaleh, Abdul Rahman, *Psikologi: Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, Cet. V; Jakarta: Prenadamedia Group, 2015.

Yusuf, Ah., *et al.*, eds., *Kesehatan Jiwa Pendekatan Holistik dalam Asuhan Keperawatan*, Jakarta: Mitra Wacana Media, 2019.

Yusuf, Syamsu L.N., *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*, Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2018.

Karya Ilmiah:

Darise, Husnul Hatima A. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur'an (Analisis Surah Yunus Ayat 57)”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri, Palu, 2018.

- Jamilah, Dwi, “Konsep Rezeki dalam Al-Qur’an (Studi Tafsir Al-Munīr Karya Wahbah Az-Zuhailī w. 1434)” Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Ilmu Al-Qur’an, Jakarta, 2020.
- Khurniawati, Shinta. “Khamr dan Kesehatan Mental (Kajian Ma’ānil Hadis Sunan Ibnu Majah 3390 dengan Perspektif Psikologi)”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2022.
- Ma’rufah, Yuanita, “Manfaat Shalat Terhadap Kesehatan Mental Dalam Al-Qur’an”, Skripsi sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, Yogyakarta, 2015.
- Maghfirah, Ulil, “Pandangan Wahbah Az-Zuhailī Tentang Ayat-Ayat Legitimasi Kekerasan dalam Rumah Tangga” Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Adab dan Humainora UIN Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, 2021.
- Makiyah, Fawa Idul, “Penafsiran Wahbah Az-Zuhailī Tentang Infaq dalam Tafsir Al-Munir”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2018.
- Mauliza, Ulva, “Taubat dalam Perspektif Tafsir Al-Munīr Karya Wahbah Az-Zuhailī (1932-2015 M)”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an, Jakarta, 2021.
- Munadifah, Hanik. “Urgensi Kesehatan Mental dalam Pendidikan Islam Perspektif Zakiah Daradjat”, Skripsi Sarjana, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Sunan Ampel, Surabaya, 2019.
- Muthi’ah, Ukhti, “Analisis Penafsiran Wahbah Az-Zuhaili Dalam Tafsir *Al-Munir* Terhadap Tidak Ingin Punya Anak (*Childfree*) Dalam Berumah Tangga”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an, Jakarta, 2022.
- Nur, Hilmy Rabi’ah. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an, Jakarta, 2021.
- Nurhanifa, Fanny. “Gambaran Gaya Koping (Coping Style) Pada Perilaku Melukai Diri Sendiri (Self Injury)”, Skripsi Sarjana, Fakultas

Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah, Tasikmalaya, 2021.

Pujiati, Yatim, “Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat”, Skripsi Sarjana, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan, Bandung, 2018.

Qur’an, Miftachul, “Pendidikan Keluarga Islam Dalam Kisah Nabi Ibrahim Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili”, Skripsi Sarjana, Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah, Jakarta, 2016.

Rezyika, Icha, “Penafsiran Ayat-Ayat *Syifā’* dalam Tafsir Al-Munir (Kitab Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili)”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Bengkulu, 2021.

Ruhama, Nety, “Perbandingan Pendapat Wahbah Az-Zuhaili Dengan Ulama Tafsir Lainnya Tentang Hukum Menyentuh Mushaf Al-Qur’an: Studi analisis Terhadap Penafsiran QS. Al-Waqi’ah: 77-80”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam UIN Sumatera Selatan, Medan, 2019.

Setiawati, Ririn, “Kesehatan Mental Perspektif M. Bahri Ghazali” Skripsi Sarjana, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan, Lampung, 2020.

Siregar, S. Husni, “Hubungan Sabar Dengan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi”, Skripsi sarjana, Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Pekanbaru, 2021.

Suaini, “Peranan Pendidikan Islam dalam Membina Kesehatan Mental Anak Perspektif Zakiah Daradjat”, Skripsi Sarjana, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri, Lampung, 2021.

Susilawati, “Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat”, Skripsi Sarjana, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan, Lampung 2017.

Taqwa, Mayvita Innani, “Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Stories Dengan Kesehatan Mental”, Skripsi sarjana, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah, Malang, 2018.

Warni, “Dzikir dan Kesehatan Mental (Studi Al-Qur’an Surat Ar-Ra’du Ayat 28 dalam Tafsir Al-Azhar)”, Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Raden Intan, Lampung, 2017.

Sumber Jurnal:

Andini, Mutiara, Djumi Aprilia dan Primalita Putri Distiana. “Kontribusi Psikoterapi Islam bagi Kesehatan Mental”, *Journal of Psychology Religion and Humanity* 3, no. 2, Oktober 2021.

Ariadi, Purmansyah. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam”, *Syifa MEDIKA* 3, no. 2, Maret 2013.

Azania, Desti, dan Naan, “Peran Spiritual Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Di Tengah Pandemi Covid-19”, *Humanistika* 7, no. 1, 2021.

Aziz, Rahmat, “Aplikasi Model Rasch dalam Pengujian Alat Ukur Kesehatan Mental Di Tempat Kerja”, *Jurnal Psikoislamika* 12, no 2, 2015.

Baihaqi, “Studi Kitab Tafsir al-munir Karya Wahbah Az-Zuhaili dan Contoh Penafsirannya Tentang Pernikahan Beda Agama”, *Jurnal Analisis* 21, no 1, 2016.

Budiarti, Meilanny, dkk, “Pekerjaan Sosial: Bekerja Bersama Orang Dengan Gangguan Bipolar”, *Jurnal Penelitian dan PPM* 5 no. 1, 2018.

Fuad, Ikhwan. “Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur’an dan Hadis”, *Journal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi* 1, no. 1, Juni 2016.

Hamid, Abdul. “Agama dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Psikologi Agama”, *Jurnal Kesehatan Tadulako* 3, no. 1, Januari 2017.

Hamidah, Rizka Nur dan Noneng Siti Rosidah, “Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Islam”, *Prophetic Guidance and Counseling Journal* 2, no 1, 2021.

Hamidah, Rizka Nur, dkk. “Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Islam”, *Prophetic Guidance and Counseling Journal* 2, no. 1, Maret 2021.

- Hariyono, Andy, "Analisis Metode Tafsir Wahbah Zuhaili Dalam kitab Al-Munir", *Jurnal Al-Dirayah* 1, no 1, 2018.
- Hasanah, Muhimmatul, "Pengaruh Gadget terhadap Kesehatan Mental Anak", *Indonesian Journal of: Islamic Early Childhood Education* 2, no. 2, Desember 2017.
- Heryana, Esya, dkk, "Konsep Zikir dalam Al-Qur'an sebagai Terapi Gangguan Bipolar", *Jurnal Riset Agama* 2 no. 1, 2022.
- Kartikasari, Novia, dan Atika Dian Ariana, "Hubungan antara Literasi Kesehatan Mental, Stigma Diri terhadap Intensi Mencari Bantuan pada Dewasa Awal", *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 4, no. 2, 2019.
- Kasman, Rusdi, dan Muhammad Azhar, "Hukum Mempelajari Psikologi Islam dan Relevansinya dengan Ilmu Pendidikan Jiwa Islam", *Jurnal Pendidikan Islam Ta'dibuna* 12, no 3, 2023.
- Leuwol, Ferdinand Salomo, dkk, "Psikologi Multikultural dalam Praktik: Menghadapi Tantangan Kesejahteraan Mental di Era Global dengan Pemahaman dan Pendekatan yang Beragam", *Jurnal Multidisiplin West Science* 2, no. 8, 2023.
- Muzaki, dkk. "Konseling Islami: Suatu Alternatif bagi Kesehatan Mental", *Prophetic: Propessional. Empathy and Islamic Counseling Journal* 2, no. 2, Desember 2019.
- Nofiyana, Kurnia, dan Ratna Supradewi, "Penerimaan Diri Pada Wanita Dengan Gangguan Bipolar", *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)* 2, ISSN: 2720-9148. Semarang: 2022.
- Ratnawati, "Metode Perawatan Kesehatan Mental Dalam Islam", *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 3, no. 1, 2019.
- Sany, Ulfi Putra, "Gangguan Kecemasan dan Depresi Menurut Perspektif Al-Qur'an", *Jurnal Ilmiah Indonesia* 7, no 1, 2022.
- Siregar, Risdawati. "Pendekatan-Pendekatan Islam Untuk Mencapai Kesehatan Mental", *Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, no. 2, Desember 2020.

- Sukron, Mokhammad, "Tafsir Wahbah az-Zuhaili Analisi Pendekatan, Metodologi, dan Corak Tafsir al-Munir Terhadap Ayat Poligami", *Tajdid: Jurnal Pemikiran Keislaman dan Kemanusiaan* 2, no. 1, 2018.
- Susanti, Septiani Selly, "Kesehatan Mental Remaja dalam Perspektif Pendidikan Islam", *As-Salam* 7 no. 1, 2018.
- Yasin, Hadi, "Mengenal Metode Penafsiran Al-Qur'an", *Tahdzib Akhlak* 1, no. 5, 2020.
- Zarkasyi, Hamid Fahmy, dkk, "Iman dan Kesehatan Psikis Perspektif Said Nursi (Kajian Psikotrapi dalam Risale-i Nur)", *Kalimah: Jurnal Studi Agama-Agama dan Pemikiran Islam* 18, no. 1, 2020.
- Zulfikar, Eko dan Ahmad Zinal Abidin, "Penafsiran Tekstual Terhadap Ayat-Ayat Gender: Telaah Penafsiran Wahbah Az-Zuhaili Dalam Kitab Tafsir Al-Munir", *Al-Quds: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Hadis* 3, no. 2, 2019.
- Zulkarnain, dan Siti Fatimah, "Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam", *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* 10, no. 1, 2019.

Sumber Internet

- Agustin, Ike Mardiaty. Kesehatan Jiwa dalam Perspektif Islam", <http://jateng.aisyiah.or.id/id/berita/artikel-kesehatan-jiwa-dalam-perspektif-islam.html>, diakses tanggal 06 November.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, "Definisi Mental (daring)", <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Mental>, (8 Februari 2023).

DAFTAR LAMPIRAN

A. Surat Keterangan Turnitin



PERPUSTAKAAN
INSTITUT ILMU AL-QUR'AN (IIQ) JAKARTA
Jl. Ir. H. Juanda No.70, Tangerang Selatan Banten 15419 Telp. (021) 74705154 Fax. (021) 7402 703
Email : iiq@iiq.ac.id Website : www.iiq.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIARISME
Nomer : 107/Perp.IIQ/USH.IAT/VIII/2023

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Rita Asri Listintari
Jabatan : Perpustakaan

NIM	19211133	
Nama Lengkap	Alief Nurjuli Putri Wanda	
Prodi	IAT	
Judul Skripsi	KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-MUNIR KARYA WAHBAH AZ-ZUHAILI (W. 2015)	
Dosen Pembimbing	Dr. Siti Rahmah, M.A	
Aplikasi	Turnitin	
Hasil Cek Plagiarisme (yang diisi oleh staf perpustakaan untuk melakukan cek plagiarismen)	Cek 1. 20 %	Tanggal Cek 1: 22 Agustus 2023
	Cek 2. 20 %	Tanggal Cek 2: 25 Agustus 2023
	Cek. 3.	Tanggal Cek 3:
	Cek. 4.	Tanggal Cek 4:
	Cek. 5.	Tanggal Cek 5:

Sesuai dengan ketentuan Kebijakan Rektor Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta Nomor: 03/A.1/IIQ/1/2021 yang menyatakan batas maksimum similarity skripsi mahasiswa sebesar **35%**, maka hasil skripsi di atas dinyatakan **bebas** plagiarisme.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tangerang Selatan 25 Agustus 2023
Petugas Cek Plagiarisme




Rita Asri Listintari

B. Cek Plagiasi Turnitin

KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-MUNĪR KARYA WAHBAH AZ-ZUHAILĪ (W. 2015)

ORIGINALITY REPORT

20% SIMILARITY INDEX	22% INTERNET SOURCES	8% PUBLICATIONS	15% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	------------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repository.iiq.ac.id Internet Source	7%
2	archive.org Internet Source	3%
3	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	2%
4	repository.uinjkt.ac.id Internet Source	1%
5	core.ac.uk Internet Source	1%
6	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	1%
7	repository.unhas.ac.id Internet Source	1%
8	jurnal.lp2msasbabel.ac.id Internet Source	1%
9	Ali Musolli Sohibi Harahap, Syafruddin Syafruddin, Syofyan Hadi. "Pengaruh Munāsabah Terhadap Penafsiran dalam Kitab Tafsīr Al-Munīr Karya Wahbah Az-	1%

Zuhaili", MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan
Tafsir, 2022

Publication

10	quranlearning.info Internet Source	1%
11	anzdoc.com Internet Source	1%
12	elzadiantika.blogspot.com Internet Source	1%
13	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1%
14	digilib.uinsby.ac.id Internet Source	1%

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On

BIOGRAFI PENULIS



Alief Nurjuli Putri Wanda lahir di kota Karanganyar Jawa tengah pada tanggal 02 Juli 2001, merupakan putri pertama dari 3 bersaudara dari Bapak Danafi dan Ibu Selviani Nur Istikhomah. Penulis menyelesaikan pendidikan jenjang sekolah dasar di SDN Bubulak Batuceper pada tahun 2013. Kemudian jenjang Sekolah Menengah Pertama di MTSN 3 tahun 2016. Setelah itu penulis melanjutkan jenjang Sekolah Menengah Atas di MA Tarbiyah Islamiyah Kota Tangerang pada tahun 2019. Pada tahun yang sama, penulis melanjutkan studi ke jenjang perkuliahan di perguruan tinggi Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (IAT) dari tahun 2019 sampai tahun 2023. Berkat rahmat dan pertolongan Allah SWT, usaha dan do'a dari kedua orang tua, penulis diberikan kemudahan dalam menjalani aktivitas akademik dan dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul "**Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir *Al-Munir* Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 1437 H/2015 M)**"