

**KONSEP KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF AL-QUR'AN
(Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik
LPMQ Kemenag RI)**

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



Oleh:

Anjani Mufidah

NIM. 20211364

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT ILMU AL-QUR'AN (IIQ) JAKARTA
1446 H/2024 M**

**KONSEP KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF AL-QUR'AN
(Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik
LPMQ Kemenag RI)**

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



Oleh:

Anjani Mufidah

NIM. 20211364

Dosen Pembimbing:


Mujiburohman, M.A.

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT ILMU AL-QUR'AN (IIQ) JAKARTA
1446 H/2024 M**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “*Konsep Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI)*” yang disusun oleh Anjani Mufidah dengan Nomor Induk Mahasiswa: 20211364 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan ke sidang munaqasyah.

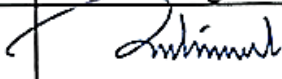



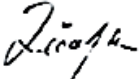
Tangerang Selatan, 28 Agustus 2024
Pembimbing



Mujiburahman, M.A.

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “**KONSEP KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF AL-QUR’AN (Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI)**” yang disusun oleh Anjani Mufidah Nomor Induk Mahasiswa 20211364 telah diujikan pada sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an (IIQ) Jakarta pada tanggal 03 September 2024. Skripsi telah diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.).

No.	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Muhammad Ulinnuha, Lc., M.A.	Ketua Sidang	
2.	Mamluatun Nafisah, M.A.	Sekretaris Sidang	
3.	Ruaedah, M.A.	Penguji I	
4.	Mabda Dzikara, M.A.	Penguji II	
5.	Mujiburohman, M.A.	Dosen Pembimbing	

Tangerang Selatan, 03 September 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IIQ Jakarta




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

PERNYATAAN PENULIS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anjani Mufidah

NIM : 20211364

Tempat/Tanggal Lahir : Blitar, 26 Desember 1996

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Konsep Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI)**” adalah benar-benar asli karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan yang sudah disebutkan. Kesalahan dan kekurangan di dalam karya ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Tangerang Selatan, 26 Agustus 2024



Anjani Mufidah

MOTTO

“Apabila sesuatu yang kau senangi tidak terjadi maka senangilah sesuatu yang terjadi”

Ali bin Abi Thalib

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya, Ibu Mirwahah dan Bapak Ahmad Afandi yang senantiasa memberikan semangat, dukungan, pengorbanan serta do'a yang tiada hentinya. Terima kasih juga untuk kakak saya yang senantiasa memberikan dukungan serta pengorbanannya.

Kepada guru-guru saya yang telah memberikan ilmu, motivasi, inspirasi serta bimbingan dengan sepenuhnya. Terima kasih atas dukungan dan bantuannya semoga segala kebaikan yang diberikan akan terbalas dengan beribu keberkahan.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah Swt. yang senantiasa melimpahkan rahmat, taufiq serta hidayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul **“Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI)”** yang merupakan tugas akhir sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana telah penulis selesaikan. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad Saw. yang telah menuntun umat manusia dari masa jahiliyah menuju masa yang terang benderang. Semoga untaian do’a tetap tercurahkan kepada keluarga, sahabat dan pengikutnya. Amin.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan dan perbaikann sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi seluruh masyarakat. Amin. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan tidak luput karena adanya dorongan dan bantuan berbagai pihak. Sehingga dalam kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu, antara lain:

1. Rektor Institut Ilmu Al-Qur`an (IIQ) Jakarta, Ibu Dr. Hj. Nadjematul Faizah S.H, M. Hum.
2. 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.

3. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta Bapak Dr. H. Muhammad Ulinnuha, Lc, M.A.; Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Ibu Mamluatun Nafisah, M.Ag.
4. Dosen pembimbing Skripsi, Bapak Mujiburahman, M.A. yang telah memberikan arahan dan bimbingan dengan telaten, yang senantiasa meluangkan waktunya, memberikan ilmu-ilmu dan gagasan-gagasan serta dukungan penuh sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Bapak Dr. KH. Ahmad Fathoni, Lc., M.A., Kak Ummu Hanifah, S.Ag., Ibu Fitriani, M.Pd., beserta seluruh instruktur tahfidz dan pembimbing tahsin yang telah sabar dan telaten dalam kebersamaian penulis untuk menjaga dan mempelajari ilmu Al-Qur'an.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin IIQ Jakarta yang telah membagikan ilmu-ilmunya dengan sabar dan penuh semangat sehingga menambah wawasan ilmu pengetahuan serta pengalaman bagi penulis.
7. Seluruh Staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, yang telah membantu memenuhi kebutuhan penulis selama kuliah dan membantu dalam menyelesaikan penulisan ini.
8. Staf perpustakaan, staf administrasi, staf LTQQ dan seluruh staf IIQ yang sudah banyak membantu mempermudah penulis selama ini.
9. Keluarga penulis, di antaranya kedua orang tua yaitu Ibu Mirwahah dan Bapak Ahmad Afandi yang tak pernah lelah memberikan do'a, kasih sayang, dukungan serta pengorbanannya kepada penulis. Serta saudara penulis, Kak Kholidatul Mas'ula yang selama ini banyak membantu penulis selama menjalani perkuliahan.
10. Pengasuh Pesantren Al-Qur'an Nur Medina, Ustaz Endang Husna Hadiawan, M.A. dan Ibu Arbiyah Mahfudz, S. Th. I., yang senantiasa memberikan motivasi, inspirasi, memberi arahan dalam kebaikan, dengan sabar dan telaten membimbing tanpa kenal lelah. Kepada

seluruh guru-guru yang sangat berperan dalam kehidupan penulis, terima kasih atas do'a-do'a, bimbingan dan motivasi yang sangat membangun.

11. Teman-teman yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini, Kak Hanifatul Fauziyah sering direpoti, Hilma Rosyida Ulya yang sudah banyak membantu dalam proses penyelesaian. Terima kasih banyak semoga kebaikan kalian dibalas oleh Allah Swt.
12. Teman-teman di pesantren dan IIQ Jakarta, khususnya kelas IAT A yang telah menjadi inspirasi dan memberikan warna selama perkuliahan. Seluruh teman-teman yang telah mendo'akan, senantiasa memberikan semangat dan masukan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
13. Pihak-pihak yang membantu dalam proses penyusunan skripsi ini, yang telah mendo'akan, di mana penulis tidak dapat sebutkan namanya satu persatu.

Semoga Allah Swt. menerima amal kebaikan semuanya dan diberikan balasan yang lebih dengan ridha-Nya. Semoga tulisan ini bermanfaat bagi siapapun yang membacanya. Penulis juga ingin menyampaikan permohonan maaf atas terdapatnya kekeliruan dalam penyusunan skripsi ini, semoga Allah Swt. melimpahkan ampunan-Nya. Amin.

Tangerang Selatan, 26 Agustus 2024



Anjani Mufidah

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi adalah penyalinan dengan penggantian huruf dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Dalam pedoman penulisan skripsi IIQ tahun 2021, transliterasi Arab-Latin mengacu kepada SKB Menteri Agama RI, Menteri Pendidikan dan Menteri Kebudayaan RI No. 158/1987 dan N0. 0543b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1998, adalah berikut ini:

1. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ya
ص	Sad	ṣ	Es (dengan titik di bawah)

ض	Dad	ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	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
ل	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	Ya

2. Konsonan Rangkap karena *tasydīd* ditulis rangkap:

مُتَعَدِّدَةٌ	Ditulis	<i>Muta’addidah</i>
عِدَّة	Ditulis	<i>‘Iddah</i>

3. *Tā’* Marbūtah di akhir kata

a. Bila dimatikan, ditulis *h*:

حِكْمَةٌ	Ditulis	<i>ḥikmah</i>
جِزْيَةٌ	Ditulis	<i>jizyah</i>

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

كَرَامَةُ الْأَوْلِيَاءِ	Ditulis	<i>karāmah al-auliā'</i>
--------------------------	---------	--------------------------

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

زَكَاةُ الْفِطْرِ	Ditulis	<i>zakāt 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
	جَاهِلِيَّةٍ	Ditulis	<i>Jāhiliyyah</i>
2.	<i>Fathah + ya' mati</i>	Ditulis	Ā
	تَنْسُ	Ditulis	<i>Tansā</i>
3.	<i>Kasrah + ya' mati</i>	Ditulis	Ī
	كَرِيمٍ	Ditulis	<i>Karīm</i>
4.	<i>dammah + wawu mati</i>	Ditulis	Ū
	فُرُوضٍ	Ditulis	<i>Furūḍ</i>

6. Vokal Rangkap

1.	<i>Fathah + ya' mati</i>	Ditulis	Ai
	بَيْنَكُمْ	Ditulis	<i>bainakum</i>
2.	<i>Fathah + wawu mati</i>	Ditulis	Au
	قَوْل	Ditulis	<i>Qaul</i>

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

أَنْتُمْ	Ditulis	<i>a'antum</i>
أَعِدَّتْ	Ditulis	<i>u'iddat</i>
لَايِنْ شَكَرْتُمْ	Ditulis	<i>la'in syakartum</i>

8. Kata Sanding Alif + Lam

a. Bila diikuti huruf *Qomariyyah*

الْقُرْآن	Ditulis	<i>Al-Qur'an</i>
الْقِيَّاس	Ditulis	<i>Al-Qiyās</i>

b. Bila diikuti huruf *Syamsiyah*

السَّمَاء	Ditulis	<i>al-samā'</i>
الشَّمْس	Ditulis	<i>al-syams</i>

9. Penulisan kata-kata dalam rangkaian

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya.

ذَوِي الْفُرُوض	Ditulis	<i>Zawi al-Furūd</i>
أَهْلُ السَّنَةِ	Ditulis	<i>Ahl al-sunnah</i>

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN PENULIS.....	v
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	xi
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	xv
DAFTAR ISI.....	xix
DAFTAR TABEL.....	xxiii
ABSTRAK.....	xxv
ABSTRACT.....	xxvii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Permasalahan	8
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
E. Tinjauan Pustaka	12
F. Metodologi Penelitian.....	16
G. Teknik dan Sistematika Penulisan	19
BAB II : TINJAUAN UMUM TENTANG KESEHATAN MENTAL....	19
A. Definisi Kesehatan Mental.....	19

B. Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental.....	23
C. Indikator Kesehatan Mental	27
D. Gangguan Kesehatan Mental	31
E. Kesehatan Mental dalam Islam	39
F. Redaksi Ayat-Ayat Kesehatan Mental	41
BAB III : PROFIL TAFSIR AL-AZHAR DAN TAFSIR AL-QUR'AN TEMATIK LPMQ KEMENAG RI.....	47
A. Tafsir Al-Azhar	47
1. Biografi Penulis.....	47
2. Perjalanan Intelektual	49
3. Karya-Karya	52
4. Metodologi Tafsir Al-Azhar.....	55
B. Tafsir Al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI.....	61
1. Tim Penyusun.....	61
2. Karya-Karya	62
3. Metodologi Tafsir Al-Qur'an Tematik Kemenag RI	64
BAB IV : ANALISIS KESEHATAN MENTAL MENURUT TAFSIR AL- QUR'AN TEMATIK LPMQ KEMENAG RI DAN TAFSIR AL-AZHAR SERTA RELEVANSINYA DALAM KONTEKS MODERN	71
A. Penafsiran Ayat-Ayat Kesehatan Mental Menurut LPMQ Kemenag RI dan Hamka	71
1. QS. At-Tin [95] ayat 4-6 (Memiliki iman yang menjadi landasan semua sikap dan tingkah lakunya).....	71

2. QS. Al-Baqarah [2] ayat 155-157 (Mampu beradaptasi terhadap kenyataan (kesuksesan dan kegagalan)).....	74
3. QS. An-Nisā' [4] ayat 32 (Mampu memperoleh kepuasan dari upaya perjuangan hidupnya)	77
4. QS. Fuṣṣilat [41] ayat 30 (Bebas dari kecemasan dan ketegangan)	80
B. Analisis Persamaan dan Perbedaan Penafsiran Hamka dan LPMQ Kemenag RI terhadap Ayat-Ayat tentang Kesehatan Mental	83
C. Relevansi Penafsiran Ayat-Ayat tentang Kesehatan Mental dalam Konteks Modern	87
BAB V PENUTUP	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA	99
BIOGRAFI PENULIS	105

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Analisis Perbandingan Penafsiran 84

ABSTRAK

Anjani Mufidah (20211364), “Konsep Kesehatan Mental Perspektif Al-qur’an (Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI)”. Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Jurusan Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, Institut Ilmu Al-Qur’an Jakarta.

Pada zaman modern ini berbagai macam faktor mempengaruhi jiwa seseorang, era globalisasi serta transformasi sosial yang melunjak memiliki dampak pada berbagai bidang kehidupan, khususnya bagi psikologis manusia yang memicu kegelisahan dan kecemasan hingga 94% masyarakat Indonesia mengalami depresi ringan maupun berat. Data dari berbagai sumber menunjukkan bahwa angka bunuh diri di Indonesia, terutama di kalangan remaja, sangat mengkhawatirkan. Berdasarkan data Pusat Informasi Kriminal Polri, sepanjang 2023 tercatat 1.226 kasus bunuh diri. Berdasarkan kenyataan tersebut, penelitian ini mencoba untuk merespon fenomena tersebut dengan melakukan kajian terhadap penafsiran LPMQ Kemenag RI dan Hamka.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang berbentuk penelitian kepustakaan (*library research*) dengan teknik dokumentasi dalam pengambilan data serta menganalisis data dengan metode analisis isi (*content analysis*) yang merujuk pada data primer dan sekunder. Sumber data primer berasal dari Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Tafsir Al-Azhar. Sementara data sekunder berasal dari tafsir, buku, jurnal, skripsi, tesis, artikel dan media lain yang berkaitan dengan tema pembahasan.

Hasil dari penelitian ini disimpulkan: Pertama, LPMQ Kemenag RI dan Hamka memahami keempat ayat tentang kesehatan mental, untuk mencapai Kesehatan dapat ditempuh dengan memiliki iman yang kuat, menerima setiap takdir dan senantiasa takwa kepada Tuhan, karena hal ini merupakan landasan dasar manusia dalam menentukan setiap tindakan yang akan dilakukan. kepada Allah Swt. untuk mencapai ketentraman hidup. Kedua, Persamaan penafsiran yang signifikan yaitu sepakat bahwa iman menjadi landasan dasar seseorang dalam menentukan tindakan. Adapun perbedaan penafsiran terdapat pada kata "*asfala sāfilīn*". LPMQ Kemenag RI mengartikannya sebagai "martabat kerendahan", yang merujuk pada neraka sebagai tempat yang paling rendah derajatnya. Tafsir Al-Azhar memaknainya dengan "*ardzalil ‘umur*", di mana seseorang berada di usia tua dan lemah seperti kembali lagi pada waktu masih bayi. Ketiga, bahwa keempat identitas kesehatan mental yang disebutkan sangat erat kaitannya dengan kehidupan di era modern, di mana permasalahan juga semakin kompleks.

Kata Kunci: Kesehatan mental, LPMQ Kemenag RI, Hamka

ABSTRACT

Anjani Mufidah (20211364), "The Concept of Mental Health from the Perspective of the Qur'an (A Comparative Study of Tafsir Al-Azhar and Tafsir Al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI)" Thesis, Faculty of Ushuluddin and Da'wah, Department of Qur'anic Studies and Tafsir, Institute of Qur'anic Studies, Jakarta.

In this modern era, various factors influence an individual's mental state. The globalized era and the rapid social transformation have significant impacts on various aspects of life, especially on human psychology, leading to anxiety and stress, with as many as 94% of the Indonesian population experiencing mild to severe depression. Data from various sources show that the suicide rate in Indonesia, especially among teenagers, is very alarming. According to the Indonesian National Police Criminal Information Center, there were 1,226 reported cases of suicide in 2023. In light of this reality, this research aims to address these phenomena by studying the interpretations of LPMQ Kemenag RI and Hamka.

This study uses a qualitative method in the form of library research with documentation techniques to gather data and analyzes the data using content analysis, referring to both primary and secondary data. The primary data sources include the *Tafsir Al-Qur'an Tematik* from LPMQ Kemenag RI and *Tafsir Al-Azhar*. Secondary data sources consist of tafsir, books, journals, theses, articles, and other media related to the topic under study.

The results of this study are summarized as follows: First, both LPMQ Kemenag RI and Hamka interpret the four verses related to mental health, concluding that achieving mental health can be pursued by having strong faith, accepting every destiny, and remaining God-conscious, as this forms the foundation for any action to be taken, leading to inner peace. Second, the key similarity in their interpretations is the agreement that faith is the fundamental basis for determining one's actions. However, the differences in interpretation are found in the phrase "asfala sāfilīn". LPMQ Kemenag RI translates it as "the lowest rank", referring to Hell as the lowest place of rank. On the other hand, Tafsir Al-Azhar interprets it as "ardzalil 'umur", indicating the stage of life where one is weak, resembling the condition of infancy. Third, the four identities of mental health discussed are closely related to life in the modern era, where the issues at hand are becoming increasingly complex.

Keywords: Kesehatan Mental, LPMQ Kemenag RI, Hamka

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan dalam kehidupan manusia merupakan suatu hal yang menjadi perhatian. Kesehatan merupakan rezeki terbaik yang diberikan Tuhan bagi hambanya yang bersyukur. Akan tetapi, kehidupan di dunia ini tidak ada yang ideal sesuai dengan kehendak manusia, termasuk harapan senantiasa sehat jasmani serta rohani sepanjang hidupnya. Karena setiap makhluk pasti mengalami gangguan kesehatan, bahkan suatu saat kematian. Gangguan tersebut dapat menyerang kesehatan manusia baik dari segi fisik, mental, maupun sosial. Adanya gangguan kesehatan, menyadarkan bahwa manusia bukanlah makhluk sempurna. Dengan demikian harus berikhtiar mencari upaya pencegahan (*preventif-promotif*), penyembuhan (*curatif*), dan rehabilitasi.¹

Menurut WHO (*World Health Organisation*), kesehatan mental adalah suatu kondisi kesejahteraan individu di mana setiap individu dapat menyadari kemampuan dirinya, mampu mengatasi tekanan-tekanan yang masih normal dalam kehidupan sehari-harinya, mampu bekerja secara produktif dan bermanfaat, dan bisa memberikan kontribusi kepada masyarakatnya. WHO juga merumuskan jiwa sehat salah satunya adalah berusaha dan berjuang untuk dapat berhubungan dengan orang lain dengan cara saling tolong menolong, saling mencintai, dan dicintai.²

Zakiah Daradjat dalam bukunya berpendapat bahwa kesehatan mental yaitu bagaimana manusia semaksimal mungkin mampu mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi dan bakat, sehingga dapat menciptakan

¹ Kementerian Agama RI, *Kesehatan Mental Dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Jakarta: Penerbit Aku Bisa, 2012), h.287.

² Lathifah, Sumanta, dan Didi Junaedi, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi al-Balkhi", *Jurnal Diya' al-Afkar* 9, No. 02, (2021): h.261.

kebahagian bagi dirinya dan orang lain.³ Mental yang sehat memungkinkan orang untuk menyadari potensi mereka, mengatasi tekanan kehidupan yang normal, bekerja secara produktif dan berkontribusi pada komunitas mereka.⁴ Dapat diartikan jika setiap individu hidup sehat baik fisik maupun batinnya maka keluarga maupun masyarakat sebagai komunitas suatu bangsa juga ikut sehat.

Era globalisasi serta transformasi sosial yang melunjak memiliki dampak pada berbagai bidang kehidupan, khususnya bagi psikologis manusia yang memicu kegelisahan dan kecemasan hingga 94% masyarakat Indonesia mengalami depresi ringan maupun berat.⁵ Dewasa ini media informasi baik cetak maupun elektronik sering kali menampilkan berita kriminalitas dengan beragam bentuk. Termasuk di Indonesia maraknya kasus kejahatan semakin merajalela. Dari sini terlihat bahwa kehidupan masyarakat sedang tidak baik-baik saja. Krisis moral dan spiritual akhir-akhir ini telah menyerang masyarakat, tidak hanya menimpa orang dewasa, namun telah melibatkan anak-anak.

Gangguan mental yang menyerang manusia disebabkan berbagai macam faktor, seperti beban atau tekanan hidup, tidak dapat menerima kenyataan dalam hidup, serta berbagai faktor lainnya yang tidak ada kaitannya dengan fisik. Tidak menuntut kemungkinan terdapat individu secara lahiriyah tampak sehat, terpenuhi segala kebutuhan materialnya, kehidupannya terlihat baik-baik saja, akan tetapi jika ditinjau lebih dalam ia memiliki gangguan kesehatan terhadap mentalnya. Untuk tahap selanjutnya gangguan mental tersebut akan

³ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1995), h.12.

⁴ Widiya A Radiani, "Kesehatan Mental Masa Kini dan Penanganan Gangguannya Secara Islami", *Journal of Islamic and Law Studies* 3, No. 1, (2019): h.89.

⁵ Farikha, "Konsep Mental Health dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an (LPMQ) Dan Al-Mishbah)", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Salatiga, 2022), h.1.

menyerang ketahanan fisiknya dan akan berpengaruh terhadap produktifitasnya.⁶

Kehidupan di era modern telah menghancurkan tatanan mental manusia, hidup di era modern telah banyak dilanda oleh kecemasan-kecamasan dan ketegangan-ketegangan jiwa. Beberapa psikolog seperti Erich Fromm, Carl Gustav Jung, dan Rollo may, jauh sebelumnya telah memperingatkan hal ini. Semakin maju suatu masyarakat semakin banyak yang harus diketahui orang dan semakin sulit untuk mencapai ketenangan dan kebahagiaan hidup, sebab semakin banyak persaingan dan perebutan kesempatan serta keuntungan untuk memenuhi kebutuhan manusia. Di samping itu, bahwa kecemasan dan ketegangan jiwa yang dialami oleh masyarakat modern membawa implikasi yang disebut dengan *destruktif-substantif*, yaitu suatu tindakan yang mengarah kepada tindakan negatif, seperti: perusakan tanpa tujuan, ketidakseimbangan, ketegangan dan kekhawatiran yang tidak beralasan, dan lain-lain, hal tersebut akan berdampak negatif terhadap lingkungan.⁷

Data terbaru menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental di Indonesia semakin mengkhawatirkan. Mengutip laman titrati.id, terdapat 9.162.886 kasus depresi dengan prevalensi 3,7%, dan angka ini diperkirakan akan terus meningkat seiring dengan pertumbuhan penduduk. Riset Kaukus Masyarakat Peduli Kesehatan Jiwa menunjukkan peningkatan prevalensi gangguan mental di tahun 2024, dengan gangguan kecemasan mencapai 16% dan gangguan depresi mencapai 17,1%. Angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan data Riskesdas tahun 2018 yang mencatat prevalensi gangguan kecemasan 9,8% dan depresi 6%. Kenaikan signifikan ini menjadi bukti

⁶ Ikhwan Fuad, "Menjaga Kesehatan Mental Perspektif al-Quran dan Hadits", *Jurnal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi* 1, No. 1, (2016): h.33.

⁷ Ali, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur'an dan Relevansinya dengan Pendidikan Islam Kontemporer di Indonesia", (Tesis, Program Studi Pendidikan Agama Islam Pascasarjana IAIN Pekalongan, 2020), h.2.

bahwa Indonesia sedang menghadapi krisis kesehatan mental yang serius dan membutuhkan penanganan segera.⁸

Data dari berbagai sumber menunjukkan bahwa angka bunuh diri di Indonesia, terutama di kalangan remaja, sangat mengkhawatirkan. Berdasarkan data Pusat Informasi Kriminal Polri, sepanjang 2023 tercatat 1.226 kasus bunuh diri. Survei I-NAMHS (Indonesia-national Adolescent Mental Health Survey) 2022 yang melibatkan 5.664 remaja, terdiri dari 2.883 laki-laki dan 2781 perempuan untuk mewakili seluruh remaja Indonesia, menemukan fakta bahwa 1,4% remaja memiliki ide bunuh diri, 0,5% membuat rencana bunuh diri, dan 0,2% mencoba bunuh diri. Hal ini diperkuat oleh penelitian BRIN yang menunjukkan bahwa dalam kurun waktu 2012-2023, terdapat 2.112 kasus bunuh diri, dengan 46,63% di antaranya dilakukan oleh remaja. Survei Kesehatan Indonesia (2023) juga menunjukkan bahwa prevalensi depresi di Indonesia mencapai 1,4%, dengan 87,3% penderita tidak mendapatkan pengobatan. Rendahnya literasi kesehatan mental dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan jiwa menjadi faktor utama yang menyebabkan masalah ini.⁹

Tingkat penderita penyakit mental dan pelaku yang terlibat dengan pembunuhan, baik membunuh individu lain maupun bunuh diri meningkat dengan pesatnya. Hal tersebut disebabkan mayoritas individu yang mengalami ketidakstabilan emosi spiritual dan psikologi.¹⁰ Sebagaimana kita ketahui saat ini banyak sekali remaja yang melakukan tindakan kriminalitas, disebabkan kesehatan mental mereka yang terganggu. Tentu hal ini akan berdampak buruk bagi negara, yang mana remaja sebagai generasi penerus bangsa kedepannya.

⁸ Dedi Indrawan Saputra, "Awat, Gangguan Kesehatan Mental Mengintai", <https://kolakatimurkab.go.id> (10 Juni 2024), Diakses tanggal 14 September 2024.

⁹ Sandro Gatra, "Darurat Kesehatan Mental Anak Muda", <https://nasional.kompas.com> (29 Juli 2024), Diakses tanggal 13 September 2024.

¹⁰ Khairunnas Rajab, Psikologi Iman sebagai Penguatan Nilai Teologis dalam Kesehatan Mental Islam, *Jurnal SOSIO-RELIGIA* 9, No. 3, (2010): h.919.

Terdapat beberapa tanda terganggunya kesehatan mental yang dekat pada diri remaja berdasarkan kehidupan sehari-hari: *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. Banyaknya permasalahan dan perubahan pada usia remaja lah yang menyebabkan hal itu terjadi. Pada tahap perkembangan inilah remaja belum mampu untuk mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Mubasyiroh di dalam penelitiannya mengemukakan tentang pemaparan 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

Berbagai permasalahan dan perubahan pada remaja akan menyebabkan timbulnya masalah mental emosional pada remaja apabila tidak terkontrol dengan baik. Di mana kondisi seseorang mengalami *distres psikologis*¹², terjadi perubahan psikologis pada keadaan tertentu tetapi bisa kembali pulih seperti semula. Masalah mental emosional harus ditangani secara tepat agar tidak menimbulkan dampak yang buruk bagi proses perkembangan remaja.¹³

Ilmuwan Barat menawarkan sebuah konsep kesehatan mental untuk mewujudkan kebahagiaan. Namun masyarakat muslim merasa konsep tersebut masih kurang mampu untuk mewujudkan, karena tidak ada nilai kandungan Al-Qur'an yang dimasukkan dalamnya dan cenderung berorientasi pada hal-

¹¹ Alief Nurjuli Putri Wanda, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 1437 H/2015 M)", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta, 2023), h.4.

¹² *Distres Psikologis* didefinisikan sebagai emosi atau perasaan tidak menyenangkan yang dialami seseorang saat kewalahan, yang dapat memengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari (Lihat <https://study.com>).

¹³ Eka Malfasari, "Kondisi Mental Emosional Pada Remaja", *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8, No. 3, (2020): h.241.

hal yang bersifat materi. Sehingga tafsir Al-Qur'an hadir menawarkan konsep kesehatan mental untuk menyempurnakan kesehatan mental manusia, seiring dengan ketidaksempurnaan konsep kesehatan mental yang dicetuskan oleh ilmuwan barat.¹⁴

Islam datang membawa konsep *psikoterapi* untuk meningkatkan kesehatan mental dengan spiritual. Al-Qur'an dan hadis merupakan dasar ajaran Islam yang memberikan petunjuk kepada manusia dalam menjaga gaya perilaku individu untuk mencapai tahap kebahagiaan yang sesungguhnya. Al-Qur'an memberikan istilah jiwa yang damai, hadis 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.¹⁵

Al-Qur'an telah menyatakan dirinya sebagai kitab petunjuk (*hudan*) yang dapat menuntun manusia ke jalan yang benar. Selain itu berfungsi sebagai pemberi penjelasan (*tibyān*) terhadap segala sesuatu dan pembeda (*furqān*) antara kebenaran dan kebatilan. Keagungan dan keajaiban Al-Qur'an selalu muncul seiring dengan perkembangan akal manusia dari masa ke masa. Kandungannya seakan tak lekang disengat panas dan tak lapuk dimakan hujan. Karena itu, upaya menghadirkan pesan-pesan Al-Qur'an merupakan proses yang tidak pernah berakhir selama manusia hadir di muka bumi.¹⁶

Sebagaimana firman Allah Swt.:

¹⁴ Lathifah, Sumanta, dan Didi Junaedi, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi al-Balkhi", *Jurnal Diya' al-Afkar* 9, No. 02, (2021): h.263.

¹⁵ 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.

¹⁶ Kementerian Agama RI, *Kesehatan Dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Jakarta: Penerbit Aku Bisa)

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

“Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur’an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.” (QS. Yunus [10]:57)

Ayat di atas pada tafsir Kemenag RI dijelaskan bahwa Allah berseru kepada manusia tentang Al-Qur’an yang diturunkan melalui Rasul-Nya sebagai pedoman bagi umat manusia. Ayat ini menyimpulkan fungsi Al-Qur’an dalam memperbaiki jiwa manusia, di antaranya sebagai *mauidhah* yaitu sebagai pelajaran dari Allah bahwa manusia hendaknya mencintai yang hak dan benar serta meninggalkan perbuatan yang batil dan keji. Kemudian Al-Qur’an sebagai *syifa* yaitu penyembuh bagi penyakit yang bersarang dalam dada manusia. Al-Qur’an sebagai *huda* yaitu petunjuk yang lurus menuju jalan yang diridai Allah Swt. selanjutnya Al-Qur’an sebagai *rahmah* yaitu karunia yang diberikan kepada orang-orang mukmin dalam menjalankan kehidupan yang penuh cinta dan kasih sayang.¹⁷

Kesehatan mental, bukanlah persoalan menjadi perhatian dalam bidang psikologi saja, tetapi juga menjadi perhatian berbagai bidang di antaranya bidang tafsir. Sebagai buktinya, tidak sedikit mufasir yang menafsirkan ayat mengenai kesehatan mental dengan karakteristik tersendiri dalam setiap tafsirnya.

Dalam penelitian ini yang akan dibahas adalah bagaimana konsep kesehatan mental dalam perspektif tafsir ilmi pada Tafsir Al-Qur’an Tematik Karya LPMQ Kemenag RI. Ayat-ayat yang digunakan diantaranya adalah: QS. al-Tīn [95]: 4-6, QS. al-Baqarah [2]: 155-157, QS. al-Nisā’ [4]: 32, dan QS. Fuṣṣilat [41]: 30.¹⁸

¹⁷ Bacaan Al-Qur’an, “Arti Surat Yunus Ayat 57 dalam Al-Qur’an dan Tafsirnya,” <https://kumparan.com> (22 Mei 2024), Diakses tanggal 20 Juli 2024.

¹⁸ LPMQ Kemenag RI, *Tafsir Al-Qur’an Tematik Jilid 4*, (Jakarta: Kamil Pustaka, 2014), h.343.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, penulis tertarik untuk meneliti kesehatan mental lebih mendalam. Menggunakan konsep kesehatan mental yang dirumuskan dalam Tafsir Al-Qur'an Tematik Karya LPMQ Kemenag RI dan dikomparasikan dengan Tafsir al-Azhar karya Buya Hamka serta bagaimana relevansinya dengan masalah gangguan kesehatan mental yang akhir-akhir ini banyak dialami remaja di Indonesia. Oleh karena itu, penulis akan mengkaji dan meneliti bagaimana Al-Qur'an membahas tentang kesehatan mental. Akhirnya penulis menitikberatkan skripsi ini dengan judul: **“Konsep Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an “(Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI)”**.

B. Permasalahan

Masalah dalam penelitian merupakan titik pangkal suatu penyelidikan ilmiah. Masalah dalam penelitian merupakan fokus yang akan diselidiki. Masalah merupakan kesenjangan (gap) antara apa yang seharusnya ada dan apa yang terjadi, atau antara apa yang diharapkan akan terjadi dan apa yang menjadi kenyataan.¹⁹ Setelah memaparkan beberapa hal pada latar belakang, supaya penelitian ini lebih terarah, penulis perlu menentukan identifikasi masalah, pembatasan masalah serta rumusan masalah.

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan di atas, munculah beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi oleh penulis sebagai berikut :

- a. Kehidupan di era modern mengakibatkan sebagian manusia kehilangan jati dirinya.
- b. Permasalahan dan perubahan kehidupan memberikan pengaruh terhadap emosional remaja.

¹⁹ Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana, 2017), h.85.

- c. Kurangnya dimensi spiritual berpotensi menyebabkan kesehatan mental manusia mudah terganggu.
- d. Banyak generasi muda di Indonesia mengalami gangguan kesehatan mental.
- e. Gangguan kesehatan mental dapat menyerang siapa saja, tanpa memandang usia.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi yang telah disebutkan di atas, maka penulis akan membatasi permasalahan untuk menghindari pembahasan yang tidak mengarah pada tujuan penulisan. Batasan penelitian ini, adalah penafsiran ayat-ayat tentang kesehatan mental yang terdapat pada Tafsir Al-Qur'an Tematik karya LPMQ Kemenag RI. Dalam Tafsir tersebut disebutkan sembilan ciri seseorang yang sehat mentalnya yaitu: QS.al-Tīn [95]: 4-6, QS. al-Hujurāt [49]: 12, QS. al-Baqarah [2]: 155-157, QS. al-Nisā' [4]: 32, QS. Al-Mudaṣṣir [74]: 6, QS. al-Hujurāt [49]: 13, QS. Fuṣṣilat [41]: 30, QS. al-Baqarah [2]: 286, dan QS. al-Insān [76]: 8-9.

Hasil penelitian yang dilakukan Lathifah dkk dalam *Diyā al-Afkār: Jurnal studi Al-Qur'an dan al-Hadis*, yang telah menelaah teori psikologi al-Balkhi terhadap ayat-ayat tentang kesehatan mental dalam Tafsir Al-Qur'an Tematik karya LPMQ Kemenag RI, di mana ayat-ayat tersebut diklasifikasikan berdasarkan empat tahapan dalam perawatan mental dan tubuh manusia menurut teori psikologi al-Balkhi; *Pertama*, tahapan kebutuhan menjaga jiwa, ayat yang masuk dalam tahap ini yaitu QS.al-Tīn [95]: 4-6, QS. al-Baqarah [2]: 286, QS. Al-Mudaṣṣir [74]: 6. *Kedua*, tahapan pencegahan gangguan jiwa, ayat yang masuk dalam tahapan ini yaitu QS.al-Tīn [95]: 4-6, QS. al-Baqarah [2]: 155-157, QS. al-Hujurāt [49]: 13, QS. al-Insān [76]: 8-9. *Ketiga*, tahapan memulihkan kesehatan jiwa, ayat yang masuk dalam tahap ini yaitu QS. al-Nisā' [4]: 32, QS. al-

Baqarah [2]: 155-157. *Keempat*, tahapan klasifikasi kesehatan jiwa dan pengobatan, ayat yang masuk dalam tahapan ini yaitu QS. al-Hujurāt [49]: 12, QS. Fuṣṣilat [41]: 30.

Berdasarkan hasil tersebut, pada penelitian ini penulis mengambil satu ayat yang berbeda dari setiap tahapan, sehingga ayat yang akan dikaji ada empat, yaitu: QS.al-Tīn [95]: 4-6, QS. al-Baqarah [2]: 155-157, QS. al-Nisā' [4]: 32, dan QS. Fuṣṣilat [41]: 30.

3. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah yang sudah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang kesehatan mental menurut Tafsir al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI?
- b. Bagaimana analisis persamaan dan perbedaan Tafsir al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI dalam menafsirkan ayat-ayat tentang kesehatan mental?
- c. Bagaimana relevansi penafsiran ayat-ayat tentang kesehatan mental menurut Hamka dan LPMQ Kemenag RI dalam konteks modern?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan perumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, untuk menjawab rumusan masalah maka tujuan penelitian pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Memaparkan penafsiran ayat-ayat tentang kesehatan mental dalam Tafsir al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik karya LPMQ Kemenag RI.

2. Menganalisis persamaan dan perbedaan Tafsir al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI dalam menafsirkan ayat-ayat tentang kesehatan mental.
3. Menganalisis relevansi penafsiran ayat-ayat kesehatan mental menurut Hamka dan LPMQ Kemenag RI dalam konteks modern.

D. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini penulis berharap dapat memberikan manfaat, di antaranya manfaat secara teoritis dan praktis. Manfaat teoritis yang mana temuan atas penelitian berguna untuk pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan objek yang dikaji. Sedangkan manfaat praktis mengacu pada penggunaan hasil penelitian oleh berbagai pihak dengan tujuan meningkatkan kinerja terkait.²⁰

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan Islam pada kesehatan mental terutama dalam bidang tafsir serta diharapkan dapat membantu mengembangkan studi Al-Qur'an dan tafsir. Penulis berharap penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan membawa manfaat bagi masyarakat luas.

2. Secara Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi untuk memberikan informasi dalam memahami ayat-ayat kesehatan mental pada Tafsir Al-Qur'an Tematik karya LPMQ Kemenag RI dan Tafsir al-Azhar sehingga dapat mengambil pelajaran guna perbaikan diri menambah keimanan dan ketakwaan kepada Allah Swt. serta bekal untuk kehidupan mendatang.

²⁰ Abd. Rahman Rahim, *Cara Praktis Penulisan Karya Ilmiah* (Yogyakarta: Zahir Publishing, 2020), h.31.

E. Tinjauan Pustaka

Kajian pustaka secara umum diartikan sebagai ringkasan dan teori yang didapatkan dari bacaan yang relevan. Tinjauan literatur juga berfungsi sebagai latar belakang persiapan pengumpulan data aktual dalam penelitian ekperimental dan berfungsi sebagai konteks masa lalu dalam sebuah studi baru.²¹ Berdasarkan tema yang diangkat penulis, tentu penelitian ini bukan menjadi satu-satunya tulisan. Sejauh ini telah ditemukan beberapa pembahasan tentang kesehatan mental. Adapun 5 kajian tentang tema terkait penelitian, yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya adalah sebagai berikut:

1. Artikel dalam jurnal ilmiah yang ditulis oleh Widiya A Radiani mahasiswa UIN Antasari, Banjarmasin Tahun 2020, dengan judul “*Kesehatan Mental Masa Kini dan Penanganan Gangguannya Secara Islami*”. Dalam artikel ilmiah ini membahas tentang kesehatan mental dan untuk mengetahui situasi kesehatan mental pada masyarakat masa kini dan penanganan gangguannya secara islami.

Kesimpulan penelitian ini bahwa berdasarkan hasil kajian menunjukkan terdapat banyak gangguan mental di masyarakat di Indonesia.²² Persamaan penelitian di atas dengan penelitian penulis lakukan adalah sama-sama mengkaji mengenai kesehatan mental di Indonesia. Perbedaannya penelitian pada artikel ini tidak menggunakan tafsir Al-Qur’an sedangkan penelitian penulis menggunakan tafsir Al-Qur’an. Kontribusi dari penelitian sebelumnya yakni memberikan informasi mengenai materi kesehatan mental.

2. Artikel dalam jurnal ilmiah yang ditulis oleh Lathifah, Sumanta, dan Didi Junaedi mahasiswa IAIN Syekh Nurjati Cirebon Tahun 2021,

²¹ Muannif Ridwan, Suhar AM, “Bahrul Ulum dan Fauzi Muhammad, Pentingnya Penerapan Literatur Review pada Penelitian Ilmiah”, *Jurnal Masohi* 2, No. 1 (2021): h.45.

²² Widiya A Radiani, “Kesehatan Mental Masa Kini dan Penanganan Gangguannya Secara Islami”, *Journal of Islamic and Law Studies* 3, No. 1, (Juni 2019): h.109.

dengan judul “*Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi al-Balkhi*”. Dalam artikel ilmiah ini membahas tentang bagaimana kesehatan mental dalam perspektif tafsir psikologi pada tafsir al-Qur’an tematik karya LPMQ Kemenag RI serta bagaimana telaah teori psikologi Al-Bakhi terhadap tafsir tersebut.²³

Kesimpulan penelitian ini bahwa seseorang yang sehat mentalnya adalah yang memiliki ciri-ciri sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Tafsir Al-Qur’an Tematik Kemenag RI, dan ayat-ayat tentang kesehatan mental diklasifikasikan pada empat tahapan dalam perawatan mental dan tubuh manusia menurut teori psikologi al-Balkhi.

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian penulis lakukan adalah sama-sama mengkaji kesehatan mental dalam Tafsir Al-Qur’an Tematik karya LPMQ Kemenag RI. Perbedaannya, penelitian yang penulis lakukan adalah dengan mengkomparasikan Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik karya LPMQ Kemenag RI. Kontribusi dari penelitian sebelumnya yakni memberikan teori hasil penelitian teori psikologi al-Balkhi.

3. Skripsi dengan judul “*Konsep Mental Health dalam Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an (LPMQ) Dan Al-Mishbah)*” oleh Nasichatul Munawaroh, mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora UIN Salatiga Tahun 2022. Fokus penelitian ini yaitu menguraikan konsep mental *health* dalam Al-Qur’an perspektif *Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an (LPMQ) Dan Al-Mishbah*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah kedua tafsir tersebut memiliki karakteristik berbeda dalam menafsirkan

²³ Lathifah, Sumanta, dan Didi Junaedi, “Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi al-Balkhi”, *Jurnal Diya’ al-Afkar* 9, No. 02, (2021): h.261.

mental *healt serta* terdapat perbedaan dalam menafsirkan beberapa kata. Tetapi ke duanya sepakat bahwa iman merupakan titik landasan dasar manusia dalam bersikap dan tingkah laku.²⁴

Skripsi ini memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu sama-sama mengkaji konsep kesehatan mental. Perbedaannya skripsi ini melakukan komparasi Tafsir Al-Qur'an Tematik Kemenag RI dan Tafsir Al-Misbah sedangkan penulis melakukan komparasi antara Tafsir Al-Azhar dengan Tafsir Al-Qur'an Tematik Kemenag RI. Kontribusi dari penelitian Nasichatul Munawaroh adalah memberikan informasi dan gambaran dari konsep kesehatan mental dalam Tafsir Al-Qur'an Tematik Kemenag RI.

4. Skripsi dengan judul "*Kesehatan Mental Perspektif Hamka dalam Tafsir Al-Azhar*" oleh Ra'ainun Nahar, mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang Tahun 2022. Fokus penelitian ini yaitu menguraikan konsep kesehatan mental dalam Al-Qur'an *perspektif Hamka dalam Tafsir Al-Azhar*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa kesehatan mental dalam tafsir Al-Azhar tidak dibahas secara spesifik. Dari ayat-ayat yang dibahas ada beberapa upaya untuk emnjaga dan memperoleh kesehatan mental di era modern.²⁵

Skripsi ini memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu sama-sama mengkaji konsep kesehatan mental dan ada satu ayat yang dalam pembahasan. Perbedaannya skripsi ini melakukan penelitian pada Tafsir Al-Azhar sedangkan penulis melakukan

²⁴ Nasichatul Munawaroh, "Konsep Mental Health dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an (LPMQ) Dan Al-Mishbah", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Adab Dan Humaniora UIN Salatiga, 2022), h.130.

²⁵ Ra'ainun Nahar, "Kesehatan mental Perspektif Hamka dalam Tafsri Al-Azhar", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, 2022), h.88.

komparasi pada Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an Tematik Kemenag RI. Kontribusi dari penelitian Ra'ainun Nahar adalah memberikan informasi dan gambaran dari konsep kesehatan mental.

5. Skripsi dengan judul "*Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 1437 H/2015 M)*" oleh Alief Nurjuli Putri Wanda, mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Quran Jakarta Tahun 2023. Penelitian ini menganalisis penafsiran Wahbah Al-Zuhaili terhadap kesehatan modern dan relevansinya di era modern. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa Konsep kesehatan mental perspektif Wahbah Al-Zuhaili mempunyai relevansi terhadap kesehatan modern. Teknik psikoterapi berkaitan dengan penafsiran Wahbah Al-Zuhaili dengan mendekati diri kepada Al-Qur'an dan Islam, menjaga keikhlasan dan menjaga ukhuwwah akan menghadirkan ketenangan dan menghilangkan penyakit hati.²⁶

Skripsi ini memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu sama-sama mengkaji konsep kesehatan mental di era modern. Perbedaannya skripsi ini berdasarkan penafsiran Wahbah Al-Zuhaili sedangkan penulis menggunakan tafsir LPMQ. Kontribusi dari penelitian Alief Nurjuli Putri Wanda adalah sebagai rujukan dan sumber bacaan dalam penyusunan skripsi penulis, dimana penulis mendapat informasi lain terkait teori kesehatan mental dan gangguannya.

²⁶ Nasichatul Munawaroh, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 1437 H/2015 M)", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Adab Dan Humaniora UIN Salatiga, 2022), h.96.

F. Metodologi Penelitian

Metode penelitian merupakan hal yang sangat penting dari sebuah penelitian, sehingga tidak bisa dipisahkan dari sebuah penelitian. Metode penelitian akan membentuk sebuah karakteristik keilmuan dari penelitian, karena eksistensi dalam sebuah penelitian berfungsi sebagai jalan bagaimana penelitian ini dapat diselesaikan. Metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.²⁷ Untuk mendapatkan data yang objektif, penulis menggunakan kajian kepustakaan (*library research*) dengan mengumpulkan data pustaka dari literatur yang berkaitan dengan tema penelitian ini.

2. Sumber Data

Sumber data meliputi dua bagian, yaitu sumber data primer dan sekunder. Adapun sumber data primer dalam penelitian ini berasal dari tafsir Al-Qur'an Tematik Kesehatan karya LPMQ Kemenag RI dan Tafsir Al-Azhar. Sedangkan sumber data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari data-data yang berkaitan dengan kesehatan mental dan psikologi, buku, skripsi, tesis, jurnal, artikel, website dan media lain yang berhubungan dengan tema terkait sebagai pelengkap dalam penelitian.

3. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah dengan studi dokumenter (*documentary study*), yaitu

²⁷ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung:Alfabeta, 2012), cet. 1, h.2.

dengan mengumpulkan data-data penafsiran dalam kitab Tafsir Al-Quran Tematik Kesehatan karya LPMQ Kemenag RI dan Tafsir Al-Azhar, baik tertulis maupun elektronik. Kemudian data yang berkaitan dengan kesehatan mental dan gangguan kesehatan mental serta penanggulangannya.

4. Teknik Analisa Data

Analisis data merupakan proses mencari data kemudian disusun secara sistematis, selanjutnya membuat kesimpulan.²⁸ Dalam penelitian ini penulis akan menganalisa data menggunakan metode deskriptif analisis. Kemudian data-data tersebut dianalisis secara komprehensif dan mendalam. Dengan cara melihat dan menganalisis penafsiran mengenai ayat yang menerangkan kesehatan mental pada Tafsir Al-Quran Tematik Kesehatan karya LPMQ Kemenag RI dalam sudut pandang tafsir psikologi, serta pendapat mufasir lain.

5. Pendekatan Penelitian

Adapun pendekatan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan tematik (tafsir *maudhu'i*). Tafsir *maudhu'i* adalah metode tafsir dengan cara mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang mempunyai tujuan sama, yang membahas topik/judul tertentu dan menertibkannya sesuai dengan masa turunnya selaras dengan sebab-sebab turunnya, kemudian ayat-ayat tersebut diberikan penjelasan-penjelasan, keterangan-keterangan dan hubungan-hubungannya dengan ayat-ayat yang lain, dan selanjutnya mengistinbatkan hukum-hukum.²⁹

²⁸ Nana Syaodin Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung : Remaja Rosda Karya, 2010), cet. Ke-VI, h.60.

²⁹ Moh. Tulus Yamani, "Memahami Al-Qur'an dengan Metode Tafsir Maudhu'i", *J-PAI I*, No.2 (Januari-Juni 2015), h.273.

Tafsir *maudhu'i*-nya menggunakan tafsir *maudhu'i* Abdul Hayy al-Farmawi, adapun langkah-langkahnya adalah³⁰:

- a. Menentukan tema atau topik yang akan dikaji.
- b. Mengumpulkan ayat-ayat yang berkaitan dengan tema tersebut.
- c. Menjelaskan setiap ayat yang telah dikumpulkan, meliputi latar belakang turunnya disertai *asbab al-nuzul*.
- d. Memahami *munasabah* ayat dengan ayat lain dalam surah yang sama.
- e. Menyusun kerangka pembahasan yang sempurna.
- f. Melengkapi pembahasan dengan hadis-hadis yang sesuai.
- g. Menganalisis ayat-ayat yang telah dikumpulkan secara keseluruhan dengan cara menghimpun ayat-ayat yang mempunyai pengertian sama, atau mengompromikan ayat-ayat yang umum dan khusus, mutlak dan terikat, atau yang pada lahirnya bertentangan. Tujuannya adalah untuk menemukan kesatuan makna dan menghindari perbedaan atau pemaksaan dalam penafsiran.

Dalam penelitian ini, penulis menerapkan metode analisis isi. Metode analisis ini berlandaskan fakta dan data yang menjadi isi atau materi suatu buku. Metode analisis isi digunakan untuk menganalisis data yang telah dikumpulkan. Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif, yaitu berusaha untuk menggambarkan apa yang ada, pendapat yang sedang berkembang, prosedur yang ada dan berlangsung, serta yang sedang berkembang.³¹

³⁰ M. Quraish Shihab, "Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat" (Bandung: Mizan, 1995), h.114-115.

³¹ Zulfa Qurrotul Aini, "Hak-Hak Politik Perempuan (Studi Komparatif tafsir Tematik Quraish Shihab dan Tafsir Tematik Kementerian Agama RI)", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Quran Jakarta, 2023), h.21.

Penelitian ini juga menggunakan pendekatan psikologi. Di mana penulis menggabungkan pemahaman dari para ahli psikologi dengan ayat-ayat Al-Quran yang berhubungan dengan kesehatan mental. Menurut Langgulung, seorang ilmuwan dan pakar pendidikan psikologi, banyak ayat dalam Al-Quran yang membahas kesehatan mental. Ayat-ayat ini menggunakan berbagai istilah untuk menggambarkan tujuan hidup manusia, seperti kebahagiaan (*sa'ādah*), keselamatan (*hājāt*), kejayaan (*fawz*), dan kesempurnaan (*al-kamāl*).³²

G. Teknik dan Sistematika Penulisan

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

Sedangkan sistematika penulisannya untuk memudahkan pembahasan dalam skripsi ini, terbagi 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. Setelah itu, 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, pada bab ini penulis akan memaparkan kajian teori mengenai kesehatan mental, dengan beberapa sub bab di antaranya yaitu pengertian kesehatan mental, prinsip-prinsip kesehatan mental, indikator

³² Hilmy Rabi'ah Nur, "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab", h. 49.

kesehatan mental, gangguan kesehatan mental, kesehatan mental dalam Islam, serta redaksi ayat kesehatan mental.

Bab ketiga, membahas mengenai profil Tafsir al-Azhar karya Hamka dan Tafsir Al-Quran Tematik Kesehatan karya LPMQ Kemenag RI. Meliputi latar belakang dan biografi penyusun, perjalanan intelektual, karya-karya dan dilanjutkan dengan menuliskan metode serta corak penafsiran yang digunakan dalam tafsir tersebut.

Bab keempat, merupakan pembahasan dari rumusan masalah yaitu memaparkan penafsiran Tafsir al-Azhar karya Hamka dan Tafsir Al-Quran Tematik Kesehatan karya LPMQ Kemenag RI mengenai ayat-ayat tentang kesehatan mental, persamaan dan perbedaan keduanya serta relevansinya dalam era modern.

Bab kelima, menjadi bagian penutup yaitu akhir dari penulisan penelitian. Pada bab ini, penulis akan menyajikan kesimpulan penelitian sebagai jawaban dari rumusan masalah yang telah diajukan. Selanjutnya akan disertakan saran-saran berdasarkan hasil penelitian yang diharapkan dapat menjadi gambaran bagi peneliti selanjutnya dengan tema yang sama.

BAB V PENUTUP

Bab ini merupakan akhir dari perjalanan penelitian yang berjudul “Konsep Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI)”. Pada bab ini, penulis akan menyajikan rangkuman dari hasil penelitian, kesimpulan dari hasil analisis dan saran untuk penelitian kedepannya.

A. Kesimpulan

Setelah penulis memaparkan penafsiran tentang ayat-ayat kesehatan mental menurut pandangan Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI, maka dapat ditarik kesimpulan dari penjelasan di atas sebagai berikut:

1. Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur’an Tematik memahami bahwa yang utama dari menjaga atau merawat kesehatan mental adalah dengan memiliki iman yang kuat, menerima setiap takdir dan senantiasa takwa kepada Tuhan, karena hal ini merupakan landasan dasar manusia dalam menentukan setiap tindakan yang akan dilakukan. Tafsir Al-Azhar menafsirkan, bahwa untuk mencapai kesehatan mental yaitu hendaknya manusia membebaskan hati dari segala penyakit dan menempererat hubungan dengan Allah Swt. Tim LPMQ menafsirkan, bahwa untuk mewujudkan mental yang sehat, bagaimana hendaknya manusia mampu menjaga kesehatan mentalnya, yaitu dengan menjaga hubungan baik dengan Tuhannya, dirinya sendiri, dan lingkungan sosialnya. Keduanya memiliki tujuan yang sama yaitu untuk mencapai kehidupan yang tentram dan sejahtera.
2. Persamaan penafsiran Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an tematik LPMQ kemenag RI adalah keduanya sepakat bahwa iman bukan sekadar keyakinan, tetapi juga pengaruh yang mendalam terhadap perilaku dan

cara pandang seseorang. Iman merupakan faktor penentu dalam membentuk sikap dan tindakan manusia dalam berbagai aspek kehidupan, mulai dari hubungan dengan Allah Swt., dengan diri sendiri dan dengan lingkungan masyarakat sekitar. Kemudian pentingnya kesabaran dan kemampuan beradaptasi dengan kenyataan apapun yang terjadi dan hanya menyerahkan semuanya kepada Allah Swt. Kedua tafsir ini menekankan mengenai perintah kepada manusia untuk selalu berusaha dan menerima hasil usaha tanpa iri hati kepada orang lain, tanpa berangan-angan menginginkan sesuatu yang sulit diraih. Dan untuk menjaga agar jiwa senantiasa tenang adalah dengan bertawakal kepada Allah Swt. Perbedaan penafsiran antara Tafsir Al-Azhar dan Tafsir Al-Qur'an tematik LPMQ Kemenag RI terlihat jelas pada kata "*asfala sāfilīn*". Tafsir Al-Azhar memaknainya dengan "*ardzalil 'umur*", di mana seseorang berada di usia tua dan lemah seperti kembali lagi pada waktu masih bayi. Sementara itu, Tim LPMQ Kemenag RI mengartikannya sebagai "martabat kerendahan", yang merujuk pada neraka sebagai tempat yang paling rendah derajatnya. Untuk perbedaan lain tidak terlalu signifikan, yaitu terdapat perbedaan dalam cara penyajian.

3. Relevansi penafsiran Hamka dan LPMQ Kemenag RI mengenai ayat-ayat tentang kesehatan mental dikaitkan dengan konteks modern, di mana arus informasi dan teknologi yang begitu cepat, maraknya kasus gangguan mental yang semakin meningkat dan menyerang berbagai kalangan. Oleh karena itu, dalam upaya menjaga dan merawat kesehatan mental, sebagaimana penafsiran Hamka dan LPMQ Kemenag RI terhadap ayat-ayat tentang kesehatan mental, keduanya menekankan betapa pentingnya menanamkan iman sebagai landasan dasar kehidupan. Kemudian mampu beradaptasi terhadap kenyataan (kesuksesan dan kegagalan), sebagai pencegahan terjadinya gangguan kesehatan mental. Mampu beradaptasi

dengan kenyataan, baik kebahagiaan maupun kesedihan, mensyukuri dan percaya dengan potensi diri sendiri.

Selanjutnya, mampu memperoleh kepuasan dari upaya perjuangan hidupnya tanpa menaruh rasa iri hati terhadap kelebihan yang dimiliki orang lain, di zaman modern ini merupakan kunci penting dalam memulihkan kesehatan jiwa. Dan kemampuan membebaskan dari kecemasan dan ketegangan, dengan menyerahkan beban hidup kepada Allah Swt., seseorang dapat menemukan ketentraman hidup.

B. Saran

Setelah dilakukannya pengkajian beberapa ayat mengenai ciri kesehatan mental perspektif Tafsir Al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis berharap para pembaca untuk mengisi kekurangan-kekurangan tersebut. Oleh karena itu saran dalam penulisan selanjutnya yaitu:

1. Kepada pembaca, semoga dapat mengambil manfaat dari penelitian yang sudah dilakukan dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari dan melanjutkan penelitian dengan tema terkait guna melengkapi kekurangan-kekurangan dalam penelitian ini dengan mencari sumber-sumber bacaan lain.
2. Kepada peneliti lain, agar dalam melakukan penelitian dapat memperkaya sumber bacaan sebagai bahan kajian, sehingga mendapatkan data yang valid dan luas.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Aizid, Rizem. *Melawan Stres dan Depresi*. Jakarta Selatan: Saufa, 2015.
- Al-Bukhārī, Muḥammad bin Ismā'īl. *Sāḥīḥ al-Bukhārī*. Beirut : Dar al Fikr.
Hadis no. 5213.
- Daradjat, Zakiah. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 1995.
- Hamka. *Tafsir Al-Azhar Jilid* . Jakarta: Gema Insani, 2015.
- Hamka. *Tafsir Al-Azhar Jilid*. Jakarta: Pustaka Panjimas, 1983.
- Husaini, Adian dan Bambang Galih Setiawan. *Pemikiran dan Perjuangan M. Natsir & Hamka dalam Pendidikan*. Depok: Gema Insani, 2020.
- Indonesia. Undang-Undang tentang Kesehatan Jiwa, UU Nomor 18 Tahun 2014.
- Jaelani, A.F. *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Amzah, 2000.
- Kartono, Kartini dan Jenny Andari. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju, 2000.h.3.
- Kementerian Agama RI. *Kesehatan Mental Dalam Perspektif Al-Qur'an*. Jakarta: Penerbit Aku Bisa. 2012.
- LPMQ Kemenag RI. *Kesehatan dalam Perspektif Al-Qur'an (Tafsir Al-Quran Tematik)*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Quran, 2009.
- LPMQ Kemenag RI. *Tafsir Al-Qur'an Tematik*. Jakarta: Kamil Pustaka, 2014.
- Mulaqqin, Ibnu, *Al-Taudhih li Syarh al-Jami' as-Shahih*. Juz XXII. Beirut: *Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah*, 2018. Hadis No. 4707.
- Musyafa, Haidar. *Buya Hamka: Sebuah Novel Biografi*. Tangerang Selatan: Imani, 2018.
- Rahim, Abd. Rahman. *Cara Praktis Penulisan Karya Ilmiah*. Yogyakarta: Zahir Publishing, 2020.
- Ramayulis. *Psikologi Agama*. Jakarta: Kalam Mulia, 2002.

- Raziqin, Badiatul, Badiatul Muchlisin Asti, dan Junaidi Abdul Manaf. “101 Jejak Tokoh Islam Indonesia”. Yogyakarta: e-Nusantara, 2009.
- Semiun, Yustinus. *Kesehatan Mental 1*, Yogyakarta: Kanisius, 2006.
- Sukmadinata, Nana Syaodin. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosda Karya, 2010. Cet I.
- Syukur, Yanuardi dan Arlen Ara Guci. *Buya Hamka: Memoar Perjalanan Hidup Sang Ulama*. Solo: Tinta Medina, 2017.
- Tim Baiyul Mukminin. *Mengenal Ulama Nusantara: Sejarah Biografi 30 Ulama Karismatik*. Jakarta: Emir, 2019.
- Yusuf, Muri. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana, 2017.

Jurnal/Skripsi

- Aini, Zulfa Qurrotul. “Hak-Hak Politik Perempuan (Studi Komparatif tafsir Tematik Quraish Shihab dan Tafsir Tematik Kementerian Agama RI)”. Skripsi. Institut Ilmu Al-Quran Jakarta, 2023.
- Ali. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur’an dan Relevansinya dengan Pendidikan Islam Kontemporer di Indonesia”. Tesis. IAIN Pekalongan, 2020.
- Alviyah, Aviv. “Metode Penafsiran Buya Hamka Dalam Tafsir Al-Azhar”. *Ilmu Ushuluddin* 15. (01). 2016.
- Andini, Mutiara Djumi Aprilia dan Primalita Putri Distiana. “Kontribusi Psikoterapi Islam bagi Kesehatan Mental”, *Journal of Psychology Religion and Humanity* 3 (2). Oktober 2021.
- Ariadi, Purmansyah. Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam. *Syifa’ Medika* 3. (2). 2013.

- Ayuningtyas, Dumilah. Misnaniarti, Marisa Rayhani. "Analisis Situasi Kesehatan Mental pada Masyarakat di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya". *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2018.
- Azisi, Ali Mrsyid. "Peran Agama dalam Memelihara Kesehatan Jiwa dan Kontrol Sosial Masyarakat". *Jurnal Al-Qalb 11*, No. 2. September 2020.
- Esya Heryana dkk. Konsep Zikir dalam Al-Qur'an sebagai Terapi Gangguan Bipolar". *Jurnal Riset Agama 2*(1). 2022.
- Farikha. "Konsep Mental *Health* dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an (LPMQ) Dan Al-Mishbah)". Skripsi. Sarjana, Universitas Islam Negeri (UIN) Salatiga, 2022.
- Fuad, Ikhwan. "Menjaga Kesehatan Mental Perspektif al-Quran dan Hadits", *Jurnal An-naafs: Kajian dan Penelitian Psikologi 1*(1). 2016.
- Hamka ". *el-Umdah Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir 1*(01). 2018.
- Hidayati, Husnul. "Metodologi Tafsir Konstekstual Al-Azhar Akrya buya Ike A. P., Amnan, B Fitria M. "Skizofrenia: Suatu Studi Literatur". *Journal of Public Health and Medical Studies 1* (1). 2022.
- Kusuma, Alam Budi. "Pendekatan Psychotherapy Al-Quran dalam Gangguan Kesehatan Mental (Suatu Kajian Psikologi Agama)". *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam 5*, No.1. Juni 2016.
- Lathifah, Sumanta, dan Didi Junaedi. "Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir al-Qur'an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi al-Balkhi". *Jurnal Diya' al-Afkar 9* (2). 2021.
- Malfasari, Eka. "Kondisi Mental Emosional Pada Remaja", *Jurnal Keperawatan Jiwa 8*(3). 2020.
- Mawar D. Y., Noor C. dan Valentina M. S. Studi Pnggunan Antipsikotik dan Efek Samping Pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Sambang

- Lihun Kalimantan Selatan”. *Jurnal Sains Farmasi Dan Klinis* 3(2). 2017.
- Munawan, M. “*Critical Discourse Analysis dalam Kajian Tafsir Alquran: Studi Tafsir Al-Azhar karya Hamka*”. *Tajdid* 25. (02). 2018).
- Munawaroh, Nasichatul. “Konsep Mental Health dalam Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an (LPMQ) Dan Al-Mishbah”. Skripsi UIN Salatiga, 2022.
- Murni, Dewi. “Tafsir Al-Azhar (Suatu Tinjauan Biografis dan Metodologis)”. *Jurnal Syhadah* 3 (02). 2015.
- Nahar, Ra’ainun. “Kesehatan mental Perspektif Hamka dalam Tafsri Al-Azhar”. Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, 2022.
- Nur, Hilmy Rabi’ah. Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir AL-Misbah Karya M. Quraish Shihab. Skripsi sarjana, Institut Ilmu AL-Qur’an (IIQ) Jakarta, 2021.
- Nurhaeni, Ani. Dewi Erna Marisa, Thia Oktiany. “Peningkatan Pengetahuan Tentang Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja”. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan* 1 (2). 2022.
- Radiani, Widiya A. “Kesehatan Mental Masa Kini dan Penanganan Gangguannya Secara Islami”. *Journal of Islamic and Law Studies* 3 (1). 2019.
- Rajab, Khairunnas. Psikologi Iman sebagai Penguatan Nilai Teologis dalam Kesehatan Mental Islam, *Jurnal SOSIO-RELIGIA* 9(3). 2010.
- Ridwan, Muannif. Suhar AM. “Bahrul Ulum dan Fauzi Muhammad, Pentingnya Penerapan Literatur Review pada Penelitian Ilmiah”, *Jurnal Masohi* 2(1). 2021.
- Samain, dan Budiharjo. “Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur’ān dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-

- Misbah”, *ATTA'DIB Jurnal Pendidikan Agama Islam, Prodi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah IAIN Bone* 1(2). Desember 2021.
- Sany, Ulfi Putra. “Gangguan Kecemasan dan Depresi Menurut Perspektif Al - Qur’an”, *Jurnal Ilmiah Indonesia* 7(1). 2022.
- Sidik, Muhammad Yusup. “Penfasiran Al-Qur’an Era Kontemporer di Indonesia: Analisis Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an (LPMQ) 2000-2022”. Tesis, Intitut Ilmu Al-Quran Jakarta, 2023.
- Sugiono. *Metode Penelitian Pendidikan*. cet. 1. Bandung:Alfabeta, 2012.
- Susilawati. “Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat”. Skripsi. Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung, 2017.
- Syahrial, Muhammad Irfan April. *Tafsir Tematik Al-Qur’an (Studi atas Buku “Tafsir Al-Qur’an Tematik” Kementerian Agama RI)*. Jakarta: Perguruan Tinggi Ilmu al-Qur’an, 2019.
- Tsani, Aulia dan Ursa Agniya. “Menenangkan Jiwa: Menelusuri Jejak Kesehatan Mental dalam Tafsir Al-Azhar”. *Jurnal At-Tahfidz* 5 (2). Juni, 2024.
- Wanda, Alief Nurjuli Putri. “Kesehatan Mental dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili (W. 1437 H/2015 M)”. Skripsi. Institut Ilmu Al-Qur’an Jakarta, 2023.
- Yamani. Moh. Tulus. “Memahami Al-Qur’an dengan Metode Tafsir Maudhu’i”, *J-PAI* 1(2). Januari-Juni 2015.
- Zahroh, Syarifah Mudain Fatimatuz. “Konsep Takabur dalam Perspektif Tafsir Kontemporer (Studi Komparatif antara Tafsir Al-Azhar dan Tfsir Al-Misbah)”. Skripsi Sarjana, Institut Ilmu Al-Quran Jakarta, 2023.

Website

Bacaan Al-Qur'an. "Arti Surat Yunus Ayat 57 dalam Al-Qur'an dan Tafsirnya,". <https://kumparan.com> (22 Mei 2024). Diakses tanggal 20 Juli 2024.

Kemkes. "Gangguan Kesehatan Mental Semakin Ngetren dan Perlu Diwaspadai". <https://ayosehat.kemkes.go.id> (14 Juli 2024). Diakses tanggal 21 Juli 2024.

Rokom. "Kemkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia". <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id>. 07 Oktober 2022. Diakses tanggal 8 Agustus 2024.

Saputra, Dedi Indrawan. "Awas, Gangguan Kesehatan Mental Mengintai". <https://kolakatimurkab.go.id> .10 Juni 2024. Diakses tanggal 14 September 2024.

Gatra, Sandro. "Darurat Kesehatan Mental Anak Muda". <https://nasional.kompas.com>. 29 Juli 2024. Diakses tanggal 13 September 2024.