

**KESEHATAN MENTAL DI MEDIA SOSIAL DALAM PERSPEKTIF
AL-QUR'AN**

**(Studi Analisis Kitab Tafsir *Şafwah Al-Tafûsîr* Karya 'Alî Aş-Şabûnî W.
1442 H/ 2021 M)**

Skripsi



Oleh:

Hanifah Laila Fithriani

NIM: 21211663

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR FAKULTAS
USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT ILMU AL-QUR'AN (IIQ)**

JAKARTA

1447 H/2025 M

**KESEHATAN MENTAL DI MEDIA SOSIAL DALAM PERSPEKTIF
AL-QUR'AN**

**(Studi Analisis Kitab Tafsir *Şafwah Al-Tafūsir* Karya 'Alī Aş-Şabūnī W.
1442 H/ 2021 M)**

Skripsi



Oleh:

Hanifah Laila Fithriani

NIM: 21211663

Pembimbing:

Dr. Siti Rohmah M. A.

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR FAKULTAS

USHULUDDIN DAN DAKWAH

INSTITUT ILMU AL-QUR'AN (IIQ)

JAKARTA

1447 H/2025 M

PESETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Kesehatan Mental Di Media Sosial Dalam Perspektif Al-Qur’an (Studi Analisis Kitab Tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* Karya ‘Alī Aş-Şābūnī W. 1442 H/ 2021 M)” yang disusun oleh Hanifah Laila Fithriani Nomor Induk Mahasiswa: 21211663 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan ke sidang munaqasyah.

Jakarta, 7, Agustus 2023

Pembimbing



Dr. Siti Rohmah M. A.

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Kesehatan Mental Di Media Sosial Perspektif Al-Qur’an (Studi Analisis Kitab Tafsir *Şafwah Al-Tafāsir* Karya ‘Alī Aş-Şābūnī 1442 H/ 2021 M)” yang disusun oleh Hanifah Laila Fithriani dengan NIM 21211663 telah diujikan pada sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an (IIQ) Jakarta pada tanggal 1 Agustus 2025. 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.ag.	Sekretaris Sidang	
3	Hana Natasya, M.Ag	Penguji I	
4	Muhammad Hizbullah, M.A	Penguji II	
5	Dr. Siti Rohmah M.A.	Pembimbing	

Jakarta, 4 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah




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

PERNYATAAN PENULIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hanifah Laila Fithriani

NIM : 21211663

Tempat / Tanggal Lahir : Bogor, 26 Desember 2000

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Kesehatan Mental Di Media Sosial Perspektif Al-Qur’an (Studi Analisis Kitab *Tafsir Şafwah Al-Tafāsīr* Karya ‘Alī Aş-Şābūnī W. 1442 H/ 2021 M)” adalah benar-benar asli karya saya kecuali kutipan-kutipan yang disebutkan. Kesalahan dan kekurangan di dalam karya ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Jakarta, 7 Agustus 2025



Hanifah Laila Fithriani

MOTTO

“Libatkan Allah dalam segala urusan, apa yang Berat menjadi Ringan
dan apa yang Sulit menjadi Mudah”

“ Hai orang-orang beriman, mintalah pertolongan kepada Allah
dengan sabar dan slat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”

(QS.Al-Baqarah [2]:153

“ Keberhasilan bukanlah milik orang yang pintar. Keberhasilan
adalah kepunyaan mereka yang senantiasa Berusaha”

-BJ. HABIBIE-

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

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 Di Media Sosial Perspektif Al-Qur’an ((Studi Analisis Kitab Tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* Karya ‘Alī Aş-Şābūnī W. 1442 H/ 2021 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. H j Nadjematul Faizah, S.H. Hum.
2. Wakil Rektor I, Bidang Akademik Institut Ilmu Al-Qur’an (IIQ) Jakarta, Ibu Dr. Hj. Romlah Widayati, M.Ag. Wakil Rektor II Institut Ilmu Al-Qur’an (IIQ) Jakarta, Bapak Dr. H. M. Dawud Arif Khan, SE., M.Si, Ak., CPA. Wakil Rektor III Institut Ilmun 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. Muhammad Ulinnuha, Lc, Ma.
4. Ketua Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (IAT) dan Para Staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Ibu Mamluatun Nafisah M. Ag.
5. Dosen Pembimbing Skripsi, Ibu Dr. Siti Rohmah M.A, M., yang dengan penuh kesabaran dan ketulusan telah membimbing penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Melalui arahan, masukan, serta dorongan semangat yang beliau berikan, penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan lebih terarah dan bermakna. Atas segala perhatian dan bantuan yang begitu berarti, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan dedikasi beliau dengan ganjaran yang terbaik.
6. Seluruh Staff Akademik Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta dan Staff Fakultas lainnya yang telah memberikan banyak bantuan kepada penulis dalam hal pengurusan administrasi selama menjalani studi hingga tahap penyusunan skripsi di IIQ Jakarta.
7. Kepala Perpustakaan Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta beserta para Staf yang bertugas.
8. Instruktur Tahfidz yang telah begitu sabar membimbing penulis dalam menghafal Al-Qur'an selama menjadi mahasiswa Institut Ilmu Al Qur'an (IIQ) Jakarta, untuk Bapak KH. Ahmad Fathoni, Lc, M.A., dan Ibu Mayadah Hanawi M.A.
9. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta yang dengan tulus membagikan ilmu dan wawasan kepada penulis, sehingga penulis dapat memperoleh pemahaman mengenai berbagai disiplin ilmu Al-Qur'an.

10. Kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Catur Budiyanto dan Ibu Ferisah Ita Maryani, yang senantiasa menjadi sumber kekuatan, doa, dan dukungan dalam setiap langkah kehidupan penulis. Terima kasih tak terhingga atas cinta, kesabaran, pengorbanan, serta doa yang tak pernah henti selama penulis menempuh pendidikan hingga menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda dan keberkahan yang tiada putus.
11. Kepada saudara-saudara penulis M. Azzam Taqiyudin, M. Pratama Egy S, mbah uti, mbah akung, om dan tante yang telah menjadi support system terbaik selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas doa, semangat, dan kebersamaan yang begitu berarti dalam setiap tahap perjuangan ini.
12. Teman-teman perjuangan Illa Lista Rahmah, Juwairiah Septiani, Terima kasih karena selalu ada dan menemani penulis berkeluh kesah selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih juga atas semangat, dukungan, candaan, yang menguatkan hingga penulis bisa berhasil menyelesaikan tahap demi tahap. Penulis doakan semoga kita semua selalu diberi kesehatan, rezeki yang luas, dan kemudahan dalam menggapai semua rencana Impian kita.
13. Teman-teman Angkatan Program Sarjana S1 Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, khususnya seluruh anggota kelas IAT B angkatan 2021, yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, namun telah menjadi bagian penting dalam perjalanan selama empat tahun ini. Terima kasih atas kebersamaan, kekompakan, keceriaan, dan suasana harmonis yang telah mewarnai masa-masa perkuliahan yang penuh kenangan.
14. Teruntuk diri saya, Terima kasih telah bertahan sejauh ini. Dalam setiap langkah yang tak mudah, dalam malam-malam Panjang penuh keraguan dan Lelah, aku tetap memilih untuk melanjutkan. Terima kasih terus

berjuang, bahkan saat ingin menyerah. Terima kasih karena tidak berhenti percaya bahwa aku mampu. Semoga Langkah ini menjadi awal dari perjalanan yang lebih bermakna.

PEDOMAN TRANSLITASI

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	Ša	Š	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	Žal	ž	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ya
ص	Šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)

ط	Ta	t	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	z	zet (dengan titik di bawa)
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
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Konsoonan 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	Hikmah
----------	---------	--------

حَزْبِيَّة	Ditulis	Jizyah
------------	---------	--------

(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	Karāmah al-auliyā'
--------------------------	---------	--------------------

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

زَكَاةُ الْفِطْرِ	Ditulis	Zakat al-fiṭr
-------------------	---------	---------------

4. Vokal Pendek

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

5. Vokal Panjang

1.	Fathah + Alif	Ditulis	Ā
	جاهلية	Ditulis	<i>Jāhiliyyah</i>
2.	Fathah + Ya' mati	Ditulis	Ā
	تنسى	Ditulis	Tansā
3.	Kasrah + Ya' mati	Ditulis	Ī
	كريم	Ditulis	<i>Karīm</i>
4.	Dammah + Wawu mati	Ditulis	Ū
	فروض	Ditulis	<i>Furūd</i>

6. Vokal Rangkap

1.	Fathah + Ya' mati	Ditulis	Ai
----	-------------------	---------	----

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

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

أنتم	Ditulis	A'antum
اعدت	Ditulis	U'iddat
لئن شكرتم	Ditulis	La'in syakartum

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 القروض	Ditulis	Zawi al-Furūd
اهل السنة	Ditulis	Ahl al-Sunnah

DAFTAR ISI

PESETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN PENULIS	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PEDOMAN TRANSLITASI.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT	xviii
المُنْخَص	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Permasalahan Penelitian	8
1. Identifikasi Masalah	8
2. Pembatasan Masalah	9
3. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Tinjauan Pustaka.....	11
F. Metodologi Penelitian	15
1. Jenis Penelitian	15
2. Sumber Data	16
3. Teknik Pengumpulan Data	16
4. Teknik Analisis Data.....	17
5. Pendekatan Penelitian.....	18

G. Teknik dan Sistematika Penulisan	19
BAB II TINJAUAN UMUM TENTANG KESEHATAN MENTAL	21
A. Definisi Kesehatan Mental	21
B. Tantangan Kesehatan Mental di Era Modern	24
C. Karakteristik dan Indikator Kesehatan Mental di Era Modern.....	26
D. Gangguan Kesehatan Mental.....	32
E. Langkah-langkah Menjaga Kesehatan Mental Dalam Islam	38
F. Identifikasi Kesehatan Mental.....	43
G. Identifikasi Term Terkait Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an	45
BAB III PROFIL KITAB TAFSIR ŞAFWAH AL-TAFĀSĪR.....	53
A. Alī Ash-Şhābūnī.....	53
1. Biografi Ali-Ash-Shabuni.....	53
2. Perjalanan Intelektual	55
3. Karya-karya `Alī Aş-Şābūnī.....	57
B. Tafsir Şafwah Al-Tafāsīr	58
1. Latar Belakang Penafsiran.....	58
2. Metode Penafsiran Kitab Tafsir Şafwatut Tafāsīr.....	60
3. Corak Penafsiran Kitab Tafsir Şafwatut Tafāsīr	61
4. Karakteristik Penafsiran Kitab Tafsir Şafwatut Tafāsīr	62
5. Sistematika Penafsiran Kitab Tafsir Şafwatut Tafāsīr	63
6. Pendapat dan Komentar Para Ulama Terhadap Alī Ash-Şhābūnī	64
BAB IV ANALISIS KESEHATAN MENTAL DALAM KITAB TAFSIR ŞAFWAH AL-TAFĀSĪR.....	67
A. Penafsiran `Alī Ash-Şābūnī terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental	67
B. Relevansi Penafsiran `Alī Ash-Şābūnī Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Pada Zaman Modern Ini	80

BAB V PENUTUP.....	92
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA	95
PERSENTASE TURNITIN.....	107
BIOGRAFI PENULIS.....	111

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Karakteristik Probad yang Sehat Mental	31
Tabel 2. 2 Ayat-Ayat Term Nafsi.....	45

ABSTRAK

Meningkatnya gangguan kesehatan mental di era modern disebabkan oleh berbagai faktor kompleks seperti tekanan hidup, pengaruh media sosial, serta minimnya nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Pada kondisi ini berdampak pada ketenangan jiwa, kestabilan emosi, serta kualitas hidup Masyarakat secara umum. Al-Qur'an sebagai pedoman hidup umat Islam, menawarkan Solusi spiritual dan psikologis melalui ayat-ayat yang menyentuh aspek kejiwaan manusia, yang menjadi penting untuk dalam menjawab tantangan kesehatan mental masa kini. Sehingga penting untuk diteliti bagaimana ayat-ayat tersebut dipahami dalam kitab tafsir. Atas dasar itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penafsiran 'Alī Aṣ-Ṣābūnī dalam *Shafwatut Tafasir* terhadap ayat-ayat terkait kesehatan mental, sekaligus menilai relevansinya dengan teori Zakiah Daradjat dan kondisi masyarakat kontemporer.

penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan (*library research*), di mana jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan tematik (*maudhūrī*) teori Al Farmawi. Selanjutnya untuk pengumpulan data menggunakan Teknik dokumentasi. Dalam menganalisis data, memakai metode penulisan yang bersifat deskriptif analitis serta sumber data primer yang digunakan adalah Tafsir Ṣafwah Al-Tafāsīr Karya 'Alī Aṣ-Ṣābūnī (W. 1442 H/ 2021 M). Sedangkan sumber data sekundernya meliputi buku, skripsi, tesis, jurnal ilmiah, serta literatur lainnya yang relevan dengan fokus penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut 'Alī Aṣ-Ṣābūnī, kesehatan mental adalah keadaan pikiran yang tenang, seimbang, dan tidak terpengaruh oleh kecemasan atau keraguan. Keadaan ini dapat diperoleh melalui keimanan, perbuatan baik, dzikir, serta berserah diri kepada Allah SWT. Konsep ini sangat penting untuk menghadapi berbagai masalah mental di era modern, seperti stress dan depresi yang sering timbul karena tekanan kehidupan dan pengaruh media sosial. Dengan memperkuat hubungan spiritual melalui ajaran Al-Qur'an, seseorang dapat meraih ketenangan batin serta kesehatan mental yang menyeluruh.

Kata kunci : *Kesehatan mental, Era modern, Tafsir Ṣafwah Al-Tafāsīr, Media Sosial, Al-Qur'an*

ABSTRACT

The increase in mental health disorders in the modern era is caused by various complex factors such as life pressures, the influence of social media, and the lack of spiritual values in daily life. This condition affects inner peace, emotional stability, and the overall quality of life in society. The Qur'an, as the guidance for Muslims, offers spiritual and psychological solutions through its verses that touch upon the human psyche, making it highly relevant in addressing contemporary mental health challenges. Therefore, it is important to examine how these verses are understood within tafsir. Based on this, the purpose of this research is to analyze the interpretation of 'Alī Aṣ-Ṣābūnī in *Shafwatut Tafāsīr* regarding verses related to mental health, as well as to assess their relevance to Zakiah Daradjat's theory and contemporary societal conditions.

This study employs library research with a qualitative method. The approach used is thematic interpretation (*mawḍū'ī*) based on the theory of al-Farmawī. Data collection was carried out using documentation techniques. The primary data source is *Tafsīr Ṣafwah al-Tafāsīr* by 'Alī Aṣ-Ṣābūnī (d. 1442 H/2021 M), while secondary sources include books, theses, dissertations, scientific journals, and other relevant literature. The data analysis method applied is descriptive-analytical.

The results show that according to Sheikh Alī Ash-Ṣhābūnī, mental health is a state of mind that is calm, balanced, and free from anxiety or doubt. This condition can be achieved through faith, good deeds, remembrance of Allah (dhikr), and surrender to Him. This concept is highly relevant in facing modern mental health issues such as stress and depression, which are often triggered by life pressures and the influence of social media. By strengthening spiritual relationships through the teachings of the Qur'an, one can attain inner peace and comprehensive mental well-being.

Keywords: *Mental Health, Modern Era, Tafsir Ṣafwah al-Tafāsīr, Social media, Al-Qur'an*

المُلخَص

أَنَّ أزدِيَادَ الاضْطِرَابَاتِ النَّفْسِيَّةِ فِي العَصْرِ الحَدِيثِ نَاتِجٌ عَن عَوَامِلٍ مُعَقَّدَةٍ مِثْلَ ضُغُوطِ الحَيَاةِ، وَتَأثِيرَاتِ وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ الإِجْتِمَاعِيِّ، وَقِلَّةِ تَطْبِيقِ القِيمِ الرُّوْحِيَّةِ فِي الحَيَاةِ اليَوْمِيَّةِ. وَهَذِهِ الحَالَةُ تُؤَيِّرُ عَلَى سَكِينَةِ النَّفْسِ، وَاسْتِقْرَارِ العَاطِفَةِ، وَجُودَةِ الحَيَاةِ فِي المُجْتَمَعِ بِشَكْلِ عَامٍ. وَيُعْتَبَرُ القُرْآنُ الكَرِيمُ، بِصِفَتِهِ دَسْتُورَ الحَيَاةِ لِلْمُسْلِمِينَ، مَصْدَرًا لِلحُلُولِ الرُّوْحِيَّةِ وَالنَّفْسِيَّةِ عَن طَرِيقِ آيَاتِ تَمَسُّ جَوَانِبَ النَّفْسِ البَشَرِيَّةِ، مِمَّا يَجْعَلُهُ أَهْمِيَّةً كَبِيرَةً فِي مُوَاجَهَةِ تَحْدِيَّاتِ الصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ فِي زَمَانِنَا المُعَاصِرِ. وَلِذَلِكَ فَإِنَّهُ مِنَ المُهِمِّ دِرَاسَةَ كَيْفِيَّةِ فَهْمِ هَذِهِ الآيَاتِ فِي كُتُبِ التَّفْسِيرِ. وَعَلَى هَذَا الأَسَاسِ، يَهْدَفُ هَذَا البَحْثُ إِلَى دِرَاسَةِ تَفْسِيرِ الشَّيْخِ عَلِيِّ الصَّابُونِيِّ فِي كِتَابِهِ صَفْوَةُ التَّفَاسِيرِ لِلآيَاتِ المُتَعَلِّقَةِ بِالصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ، وَتَقْيِيمِ صِلَتِهَا بِنَظَرِيَّةِ زَكِيَّةِ دَرَادَجَاتٍ وَوَاقِعِ المُجْتَمَعِ المُعَاصِرِ.

تَسْتَعْدِمُ هَذِهِ الدِّرَاسَةُ بَحْثًا كِتَابِيًّا (بَحْثُ المَكْتَبَةِ)، وَهُوَ مِنْ أُنْوَاعِ البَحْثِ الكَيْفِيَّةِ (البَحْثُ الوَصْفِيَّةِ التَّحْلِيلِيَّةِ). وَقَدْ اتَّبَعَتِ الدِّرَاسَةُ المَنْهَجَ التَّمَاتِي (المَوْضُوعِي) وَفَقَّ نَظَرِيَّةَ أَبِي حَيَّانِ أَلْفَرَمَاوِيِّ. أَمَّا جَمْعُ البَيِّنَاتِ، فَقَدْ تَمَّ عَن طَرِيقِ التَّوَثُّيقِ، بِإِعتِبَارِ أَنَّ المَصَادِرَ الأَسَاسِيَّةَ هِيَ تَفْسِيرُ صَفْوَةِ التَّفَاسِيرِ للشَّيْخِ عَلِيِّ الصَّابُونِيِّ (وَفَاتَهُ سَنَةَ ١٤٤٠ هـ / ١٩١٩ م)، وَأَمَّا المَصَادِرُ الثَّانَوِيَّةُ فَتَشْمَلُ الكُتُبَ، وَالرِّسَالَةَ العِلْمِيَّةَ، وَالأَطْرُوحَاتِ، وَالمَقَالَاتِ الأَكَادِمِيَّةَ، وَغَيْرَهَا مِمَّا لَهُ صِلَةٌ بِمَوْضُوعِ البَحْثِ.

وَتُظْهِرُ نَتَائِجُ الدِّرَاسَةِ أَنَّ الشَّيْخَ عَلِيًّا الصَّابُونِيَّ يُعَرِّفُ الصِّحَّةَ النَّفْسِيَّةَ عَلَى أَنَّهَا حَالَةٌ عَقْلِيَّةٌ هَادِئَةٌ، وَمُتَوَازِنَةٌ، وَغَيْرُ مُتَأَثِّرَةٍ بِالقَلْقِ أَوْ الشُّكُوكِ. وَيُمْكِنُ الوُصُولُ إِلَى هَذِهِ الحَالَةِ عَن طَرِيقِ الإِيمَانِ، وَالأَعْمَالِ الصَّالِحَةِ، وَالدِّكْرِ، وَالتَّوَكُّلِ عَلَى اللَّهِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى. وَيُعَدُّ هَذَا المَفْهُومُ ذَا أَهْمِيَّةٍ كَبِيرَةٍ فِي مُوَاجَهَةِ مَشَاكِلِ الصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ فِي العَصْرِ الحَدِيثِ، مِثْلَ الضَّغْطِ

النَّفْسِيَّ وَالْاِكْتِنَابِ النَّاتِجِينَ عَنِ ضُغُوطِ الْحَيَاةِ وَتَأْثِيرَاتِ التِّكْنُولُوجِيَا وَوَسَائِلِ التَّوَاصُلِ
الْاجْتِمَاعِي. وَمِنْ خِلَالِ تَعْنِيَةِ الْعِلَاقَةِ الرُّوْحِيَّةِ مَعَ الْقُرْآنِ الْكَرِيمِ، يُمَكِّنُ لِلْإِنْسَانِ أَنْ يَحْصُلَ
عَلَى الطَّمَأِينَةِ الْبَاطِنِيَّةِ وَالصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ الشَّامِلَةِ.
الْكَلِمَاتُ الْمِفْتَاحِيَّةُ: الصِّحَّةُ النَّفْسِيَّةُ، الْعَصْرُ الْحَدِيثُ، تَفْسِيرُ صَفْوَةِ التَّفَاسِيرِ، وَسَائِلُ
التَّوَاصُلِ الْجَمَاعِي، الْقُرْآنُ

BAB I

PENDAHULUAN

Bab pertama skripsi ini merupakan pendahuluan yang menyajikan gambaran umum mengenai pokok kajian penelitian. Pada bab ini dipaparkan latar belakang yang melandasi pentingnya penelitian tentang kesehatan mental dalam perspektif Al-Qur'an, khususnya melalui analisis Tafsir Şafwah al-Tafāsīr karya Syekh 'Alī Ash-Shabūnī. Selain itu, bab ini juga menguraikan permasalahan penelitian, rumusan masalah, tujuan, dan manfaat penelitian, serta tinjauan pustaka yang menunjukkan posisi penelitian ini dibandingkan dengan karya-karya terdahulu. Untuk memperjelas arah penelitian, bab ini dilengkapi dengan penjelasan mengenai metodologi yang digunakan serta sistematika penulisan skripsi.

A. Latar Belakang

Al-Qur'an merupakan kitab suci umat Islam yang menjadi pedoman hidup dan petunjuk dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Lebih dari sekadar sumber nasihat spiritual dan moral, Al-Qur'an juga memberikan perhatian besar terhadap kesehatan jiwa dan ketenangan batin manusia. Dalam banyak ayat, Al-Qur'an digambarkan sebagai syifa (obat) bagi umatnya penawar bagi hati yang gelisah, penyembuh bagi jiwa yang resah, dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Fungsi ini menegaskan bahwa Al-Qur'an tidak hanya membimbing manusia secara lahiriah, tetapi juga menjadi sumber ketenangan dan penyembuhan secara batiniah. Sebagaimana firman Allah dalam surat Yunus ayat 57:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا 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).

Ditinjau dari segi bahasa, syifa merupakan bentuk isim mashdar شِفَاءٌ “yang berasal dari fiil Madhi شَفَى” yang memiliki arti kesembuhan, menyembuhkan atau mengobati. Pandangan dari M. Quraishh Shihhab menegaskan bahwa kata syifa memiliki arti penyembuhan atau pengobatan, serta digunakan untuk menyiratkan pemahaman tentang keterbatasan dari kekurangan, atau ketiadaan arah dalam memperoleh manfaat. Dari ayat tersebut, dijelaskan bahwa Al-Qur’an memiliki empat fungsi penting yaitu: (1) sebagai pengajaran, (2) obat, (3) petunjuk, dan (4) rahmat.¹

Dalam Tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* Karya ‘Alī Aş-Şābūnī ayat ini menjelaskan bahwasannya ayat ini diturunkan untuk seluruh manusia yang menjelaskan tentang telah turun kepada kalian Al-Qur’an yang agung yang merupakan nasehat bagi kalian dari Allah SWT, Al-Qur’an sebagai menyembuh penyakit bimbang dan bodoh yang ada di dalam dada, hidayah dari kesesatan dan Rahmat bagi orang mukmin. Az-Zamakhsyari berkata, "Yakni telah datang kepada kalian sebuah kitab yang memuat seluruh faedah yang agung, yaitu nasehat, peringatan mengenai tauhid, obat dari akidah yang salah, mengajak menuju kebenaran dan rahmat bagi orang yang beriman kepada-Nya di antara kalian."²

Di tengah dinamika kehidupan modern yang penuh tekanan, peran Al-Qur’an sebagai *syifa* atau penyembuh jiwa menjadi semakin relevan.

¹ Nur Padilah, Mardian Idris Harahap, Trinisna Wati Utami, “Makna Syifa’ Dalam Perspektif Al-Qur’an Surah Yunus Ayat 57” 18, No. 3 (2024). h 2318-2319.

² Muhammad Ali Ash-Shabuni, *Şafwah Al-Tafāsīr Tafsir-Tafsir Pilihan*, Terj. KH. Yasin, Cet. (Jilid 2) (Pustaka Al-Kausar, 2011).hal.635

Relevansi ini semakin tampak ketika kita melihat realitas yang terjadi saat ini, di mana gangguan kesehatan mental terus menunjukkan peningkatan, termasuk di Indonesia, sebagai dampak dari tekanan hidup yang semakin kompleks dan melelahkan.

Tidak hanya dari sudut pandang agama dan sejarah, kesehatan mental juga menjadi fokus penting dalam dunia kesehatan modern. Kesehatan mental merupakan keadaan yang meliputi kesejahteraan emosional, psikologi, dan sosial, yang memungkinkan individu untuk berfungsi dengan baik dalam aktivitas sehari-hari.³ sedangkan menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan Kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan individu yang menyadari potensinya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan berubah, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya.⁴ WHO menyatakan bahwa satu dari empat orang di dunia akan dipengaruhi oleh gangguan mental atau neorologis di beberapa titik dalam kehidupan mereka. Sekitar 450 juta orang saat ini menderita kondisi seperti itu, salah satu contohnya gangguan mental adalah depresi. WHO menunjukan bahwa depresi adalah penyakit umum di seluruh dunia, dengan lebih dari 300 juta orang terkena dampaknya.⁵

Kondisi ini juga tercermin di Indonesia, di mana jumlah kasus gangguan kesehatan mental terus mengalami kenaikan dalam beberapa tahun terakhir. Menurut Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P) Kementerian Kesehatan, Anung Sugihantono, mengungkapkan terjadi

³ Lindarda S. Panggalo, M.Psi, Psikolo, Sang Ketet Arta ,SKM, M.Kes, FilSQua, Ns. Siti Nurafifah Qarimah, S.KEP., M.Kep., CWCCA ,et al., eds., Kesehatan Mental (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024).h.1

⁴ Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental* (Pemekasan: Duta Media Publishing, 2019). H. 11

⁵ Aloysius, Suryanto, dan Salvia Nada, “Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 Di Indonesia,” *Jurnal Citizenship Virtues* (2021).h.84

peningkatan masalah kesehatan mental di tahun 2018 dibandingkan tahun 2013. Merujuk pada Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan Kementerian Kesehatan pada 2018,5 prevalensi orang gangguan jiwa berat (skizofrenia/psikosis) meningkat dari 0,15% menjadi 0,18%, sementara prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia 15 tahun keatas meningkat dari 6,1% pada tahun 2013 menjadi 9,8 persen pada 2018. "Prevalensi depresi pada penduduk usia 15 tahun keatas sebesar 6, persen atau sekitar 12 juta penduduk usia 15 tahun keatas menderita depresi," kata dia.⁶

Data depresi di Indonesia tahun 2023 ditemukan 9.162.886 kasus depresi dengan prevalensi 3,7 %. Di sisi lain, jumlah penduduk Indonesia setiap tahun bisa bertambah sampai lebih dari 3 juta jiwa yang kini sudah menyentuh total 278.16.66 jiwa. Kemungkinan angka penduduk depresi akan jauh lebih besar lagi. Menurut data yang dimuat laman *Our Better World* dari data Kementerian Kesehatan 2013, sekitar 9 juta penduduk Indonesia mengalami depresi. Ada pun sebagai akibatnya ditemukan 3,4 % kasus bunuh diri per 100.000 orang di Indonesia. Sekitar 16 juta orang berusia 15 tahun ke atas, ditemukan kasus bunuh diri yang diawali gejala kecemasan dan depresi oleh pelakunya. Kasus bunuh diri turut dipicu dengan penyakit kejiwaan yang lebih parah seperti psikosis, dengan angka sekitar 400.000 orang. Ada pun penderita gangguan jiwa yang mendapatkan pemasangan dari lingkungannya mencapai 57.000 orang.⁷

Kesehatan mental merupakan aspek penting dari kesejahteraan individu dan masyarakat yang tidak boleh diabaikan, terutama di era modern dengan tekanan hidup yang semakin tinggi. Hal ini berdampak signifikan

⁶ Ahmad Azmi Asy-Sya'bani, "*Kesehatan Mental Dalam Al-Quran (Doctoral Dissertation, Institut PTIQ Jakarta)*," 2020.

⁷ "Info Data Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023", <https://tirto.id/info-data-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-tahun-2023-gQRT> (10 oktober 2023)

terhadap kualitas hidup dan produktivitas Masyarakat. Berdasarkan data Survei Kesehatan Mental Remaja Indonesia (I-NAMHS) 2022, sekitar 34,9% remaja atau 15,5 juta remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, dan 5,5% di antaranya (2,45 juta remaja) memiliki gangguan mental serius. Namun, hanya 2,6% dari mereka yang pernah mengakses layanan dukungan atau konseling.⁸

Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap masalah kesehatan mental, terutama di kalangan remaja, adalah penggunaan teknologi dan media sosial. Seiring dengan perkembangan zaman dan kemajuan teknologi yang semakin canggih, banyak tantangan muncul dalam kehidupan manusia. Memiliki dampak yang positif dan negatif yang sangat berpengaruh pada kehidupan masyarakat.⁹

Dampak positif dan negatif penggunaan teknologi saat ini seperti media sosial, permainan online, internet, dan masih banyak lagi. Salah satunya adalah media sosial Media sosial sangat sering diakses setiap detiknya bahkan masyarakat khususnya remaja tidak bisa lepas dari media sosial. Menurut data yang dilansir oleh Prambors menyatakan media sosial yang paling populer di Indonesia adalah Whastapp 92, %, Instagram 86,5 % dan Tiktok 70,8 %. Efek positif pengguna media sosial yaitu memudahkan berinteraksi, sebagai kreativitas, informasi , kesadaran sosial. Adapula efek negatif dari media sosial yaitu mengalami penyakit mental, *Cyber bullying* (Ketika pendapat tidak diterima publik), kurangnya privasi. Efek negatif ini jika dibiarkan tanpa

⁸ Kolaborasi Kemen PPPA dan UNICEF: *Sinergikan Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial di Kementerian dan Lembaga*, Situs Resmi Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan Anak. <https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTMzOA==> (02 Agustus 2024)

⁹ Mutiara Andini, Djumi Aprilia, Primalita Puti Distina, “Kontribusi Psikoterapi Islam Bagi Kesehatan Mental,” Departement of Islamic Paschology IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, no. Vol 3, No.2 (October 2021).h.167.

penanganan yang tepat dapat menimbulkan gangguan kesehatan mental yang serius, seperti depresi atau kecemasan.¹⁰

Responden menggunakan media sosial dengan intensitas normal (44,5%) sedangkan lainnya menggunakan media sosial dengan intensitas tinggi (28,5%) serta terdapat 24.5% responden mengalami stress sedang, 10.5% lainnya mengalami stress parah dan 6% mengalami stress sangat parah.¹¹

Kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dalam diri seseorang seperti sifat, bakat, warisan genetik dan lain sebagainya. Sifat contohnya adalah sifat yang lemah lembut, pemarah dan jahat. Bakat contohnya bakat menyanyi, bakat menulis, akting dan lain sebagainya. di sisi lain, warisan genetik mencakup turunan emosi, potensi, intelektual dan lain sebagainya.

Sementara, faktor eksternal merupakan faktor yang dipengaruhi dari luar individu. Ini termasuk lingkungan, hukum, politik, sosial budaya, agama dan pemerintah. Keluarga adalah lingkungan pertama bagi seseorang yang baru lahir, diantara keluarga tersebut bayi dipengaruhi oleh ibu, ayah, kakek, nenek dan orang-orang yang berada di dekat bayi. Faktor eksternal yang berada di lingkungan seseorang akan berpengaruh pada kesehatan mental. Lingkungan yang baik akan berpengaruh baik pada kesehatan mental seseorang, sedangkan lingkungan yang buruk akan menciptakan mental yang buruk juga. Penggunaan media sosial merupakan faktor eksternal dari kesehatan mental. Penggunaan media sosial dapat berdampak kepada

¹⁰ Agus Iryadi, Chika Afiana Adriani, Naira Salwa Qabila Pertiwi, Ririn Rahmawati, Zahgrina Dewi, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja" 2, No (2024). H.74-75

¹¹ Heri Gunawan, Ike Anggraeni, Annisa Murrachmawati, "*Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19*" Vol. 12, No. 2 (2021).

penggunanya dalam aspek kesehatan mental, diantaranya kecemasan dan depresi.¹²

Di antara berbagai faktor eksternal yang memengaruhi kesehatan mental, agama memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan ketenangan batin dan kestabilan emosi. Peningkaran manusia terhadap agama sering kali disebabkan oleh faktor-faktor tertentu, baik dari kepribadian maupun lingkungan sekitar. Fitrah manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT adalah memiliki naluri beragama, yaitu agama tauhid. Jika ada seseorang yang tidak beragama tauhid, maka hal tersebut tidaklah wajar; keadaan itu umumnya disebabkan oleh pengaruh lingkungan, sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an Surat Ar-Rum ayat 30:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ

اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

“Maka, hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Islam sesuai) fitrah (dari) Allah yang telah menciptakan manusia menurut (fitrah) itu.588) Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah (tersebut). Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.” (Ar-Ruum {30}: 30)

Dalam Tafsir *Ṣafwah Al-Tafāsīr* Karya ‘Alī Ash-Shābūrī Maka hadapkanlah wajahmu kepada agama Allah," *ikhlaslah agamamu kepada Allah dan hadapkanlah diri kepada Islam dengan semangat dan kesungguhan, "dengan lurus"* menjauhi seluruh kebatilan menuju agama yang benar yaitu Islam. "(Tetaplah atas) fitrah Allah SWT yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu," yaitu agama yang benar, dan Kami perintahkan kamu untuk tetap berpegangan padanya, yang Allah menciptakan manusia atas fitrah

¹² Asriyanti Rosmalina, Tia Khaerunnisa, “Penggunaan Media Sosial Dalam Kesehatan Mental Remaja” 4, No. 1 (2021). H.53-54.

itu, yaitu fitrah tauhid. Ibnul Jauzi berkata: Redaksi ayat menggunakan nafi (peniadaan), namun maknanya nahi (pelarangan) Yakni janganlah kalian mengubah ciptaan Allah, sehingga kalian mengubah manusia dari fitrahnya yang diberikan Allah kepada mereka¹³

Oleh karena itu, sangat penting bagi kita untuk menjaga Kesehatan mental karena Kesehatan mental yang baik memungkinkan kita untuk menghadapi tekanan hidup, membuat Keputusan yang bijak, dan menjalani kehidupan dengan lebih Bahagia dan produktif. Menjaga kesehatan mental juga membantu kita untuk lebih mampu dalam menjalani hubungan yang positif dengan orang lain, meningkatkan rasa percaya diri, serta meminimalisi resiko gangguan kesejatan mental seperti stress, kecemasan, dan depresi.

Melihat dari latar belakang diatas penulis ingin meneliti terkait “Kesehatan mental dalam perspektif Al-Qur’an (Studi Analisis Kitab Tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* Karya ‘Alī Ash-Şhābūnī w. 1442 H/ 2021 M). Sehingga penelitian ini dapat menjadi Solusi atas kasus yang terjadi sebagaimana yang diungkapkan.

B. Permasalahan Penelitian

Adapun dalam sub kedua bab ini akan membahas mengenai identifikasi masalah, pembatasan masalah, dan rumusan masalah, berikut akan dibahas satu per satu, sebagai berikut:

1. Identifikasi Masalah

Dari pemaparan latar belakang yang telah ditulis diatas, munculah beberapa permasalahan yang perlu dibahas secara detail dan mendalam. Di antara pembahasan yang dapat diidentifikasi oleh penulis adalah:

¹³ Muhammad Ali Ash-Shabuni, *Şafwah Al-Tafāsīr Tafsir-Tafsir Pilihan, Terj. KH. Yasin, Cet. (Jilid 4).h.137*

- a. Permasalahan kesehatan mental di era modern setiap tahun selalu meningkat.
- b. Efek negatif dari media sosial yang tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat menimbulkan gangguan Kesehatan mental yang serius.
- c. Perkembangan teknologi dan penggunaan media sosial yang tidak terkontrol turut menjadi faktor penyebab gangguan mental seperti stres, kecemasan, hingga depresi.
- d. Adanya faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi kesehatan mental di era modern.
- e. Kurangnya pemanfaatan nilai-nilai agama, khususnya Al-Qur'an, sebagai Solusi penyembuhan kesehatan mental.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, agar pembahasan 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 di era modern dengan menggunakan Kitab Tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* Karya 'Alī Aş-Şābūnī (w. 1442 H/ 2021 M).

Dari banyaknya ayat Al-Qur'an yang membahas tentang Kesehatan mental, tetapi penulis hanya mengambil ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan Kesehatan mental di era modern ini, seperti pada Al-Qur'an Surah yaitu QS. Al-Qaşaş [28] ayat 77, QS. An-Nahl [16] ayat 97, ayat-ayat tentang ketenangan jiwa yaitu QS. Ar-Ra'd [13] ayat 28, QS. Al-A'rāf [7] ayat 35 dan QS. Al-Fath [48] ayat 4. Maka dalam penelitian ini penulis hanya menggunakan 5 ayat tersebut.

3. Rumusan Masalah

Agar mendapatkan Gambaran yang jelas dan untuk memperoleh kajian yang mendalam serta akurat, maka penulis merumuskan masalah yang ditekni sebagai berikut:

- a. Bagaimana penafsiran ‘Alī Aṣ-Ṣābūnī (w. 1442 H/ 2021 M) terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental?
- b. Bagaimana relevansi penafsiran ‘Alī Aṣ-Ṣābūnī (w. 1442 H/ 2021 M) terhadap kesehatan mental masyarakat pada era media sosial?

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian yang dilakukan, tentu memiliki tujuan yang mendasari penulis dalam melakukan suatu penelitian, berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Menganalisis Penafsiran Syekh ‘Alī Ash-Shābūnī (w. 1442 H/ 2021 M) terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan Kesehatan mental.
2. Menganalisis relevansi penafsiran Syekh ‘Alī Ash-Shābūnī (w. 1442 H/ 2021 M) terhadap kesehatan mental pada era medis sosial.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperdalam keilmuan tentang Kesehatan mental berdasarkan panduan Al-Qur’an, serta penelitian ini juga mampu menambah wawasan dalam ilmu psikologi orang lain atau diri sendiri.

2. Manfaat Praktis

Dengan penelitian ini bisa digunakan oleh para ilmun, ahli tafsir terutama Masyarakat awam sebagai bahan refensi dalam Kesehatan

mental di era media sosial ini. selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti sejenis ini di masa depan.

E. Tinjauan Pustaka

Kajian Pustaka adalah evaluasi kritis dan mendalam dari penelitian sebelumnya. Kajian pustaka memiliki beberapa tujuan utama, yakni menginformasikan kepada pembaca hasil-hasil penelitian lain yang berkaitan erat dengan yang dilakukan saat itu, menghubungkan penelitian dengan literatur-literatur yang ada, dan telah mengisi celah-celah dalam penelitian-penelitian sebelumnya.

1. Skripsi berjudul “*Kesehatan Mental Dalam Al-Qur’an*” yang ditulis pada tahun 2020 yang ditulis oleh Ahmad Azmi Asy-Sya’bani, Mahasiswa Institut PTIQ Jakarta fakultas Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir.¹⁴ Hasil dari penelitian skripsi ini yaitu Kesehatan mental dalam perspektif Islam merupakan suatu kemampuan diri individu dalam mengelola fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian dengan diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitarnya secara dinamis berdasarkan Al-Qur’an dan Sunnah sebagai pedoman hidup menuju kebahagiaan dunia dan akhirat.

Dalam Skripsi ini memiliki persamaan dengan skripsi yang ditulis yaitu, sama membahas tentang Kesehatan mental dalam Al-Qur’an. Adapun perbedaannya pada skripsi yang ditulis oleh penulis merujuk pada kitab tafsir sedangkan skripsi di atas tidak merujuk pada kitab tafsir manapun. Dengan adanya persamaan antar skripsi penulis dan yang ditulis, sehingga skripsi ini berkontribusi terhadap penelitian yang akan dilakukan yaitu sebagai informasi tambahan pada penulis tentang Kesehatan mental dalam al-Qur’an.

¹⁴ Ahmad Azmi Asy-Sya’bani, “Kesehatan Mental Dalam Al-Qur’an”,h.2

2. Skripsi ini yang berjudul “ Kesehatan Mental dalam Perpektif Tafsir Al-Miṣbāh karya M. Quraish Shihab yang ditulis pada tahun 2021 yang ditulis oleh Hilmy Rabi’ah Nur.¹⁵ Hasil penelitian skripsi ini yaitu membahas Kesehatan mental mempunyai hubungan yang erat dengan keimanan serta Upaya dalam memperoleh dan menjaga Kesehatan mental, dapat kita ketahui pula bahwa antara kehidupan dunia dan akhirat itu harus seimbang, sehingga Kesehatan mental dapat terjaga dengan baik

Dalam skripsi ini memiliki persama dengan skripsi penulis yaitu sama membahas tentang Kesehatan mental dan skripsi ini menjadi panduan untuk penulis membahas dengan tafsir yang lain. Namun, dapat perbedaan pula antara skripsi ini dengan skripsi penulis yaitu dalam mengambil kitab tafsir, penulis mengambil kitab Ṣafwah Al-Tafāṣīr. Sehingga skripsi ini dapat berkontribusi terhadap penelitian yang akan dilakukan yaitu sebagai informasi tambahan pada penulis tentang Kesehatan mental dalam al-Qur’an.

3. Artikel ilmiah yang berjudul “Kontribusi Psikoterapi Islam bagi Kesehatan Mental “ yang ditulis pada tahun 2021 yang ditulis oleh Mutiara Andini, Djumi Aprilia, Primalita Putri Distina, terbit pada jurnal, *Journal of Psychology, Religion and Humanity*.¹⁶ Adapun hasil temuan pada jurnal ini yaitu membahas Kesehatan mental dalam agama islam dan konsep psikoterapi Kesehatan mental dalam islam yaitu seperti psikoterapi melalui shalat, psikoterapi melalui dzikir dan doa, dan masih banyak lainnya.

¹⁵ Hilmy Rabi’ah Nur, “Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab,” 2021.

¹⁶ Mutiara Andini, Djumi Aprilia, Primalita Putri Distina, “Kontribusi Psikoterapi Islam Bagi Kesehatan Mental.” *Departemen of Islamic paschology IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung*, no2. Vol 3(October 2021).

Dalam penulisan ini memiliki persamaan dengan skripsi penulis yaitu sama membahas Kesehatan mental dalam pandangan islam. Namun memiliki perbedaan dengan skripsi penulis yaitu jurnal ini tidak membahas Kesehatan mental melalui kitab tafsir, sedangkan skripsi penulis membahas kitab tafsir yang di pake untuk membahas tentang Kesehatan mental pada skripsi ini. Dengan adanya persamaan antara jurnal dan skripsi yang ditulis, sehingga jurnal ini berkontribusi terhadap penelitian yang akan dilakukan yaitu sebagai informasi tambahan pada penulis tentang kesehatan mental dalam sudut pandangan islam.

4. Skripsi berjudul “ Konsep Tazkiyatun Nafs Dalam Al-Qur’an dan Relevansinya dengan Kesehatan Mental (Studi Tafsir Al-Miṣbāh karya M.Quraish Shihab)” yang ditulis pada tahun 2022 yang ditulis oleh Khaidar Akbar Universitas Islam Negeri Purwokerto, jurusan Konseling dan pengembangan Masyarakat, fakultas dakwa.¹⁷ Menurut El-Quusy (1996) bahwa, kesehatan mental atau mental yang sehat adalah keselarasan yang sempurna atau integrasi antara fungsi-fungsi jiwa yang bermacam-macam disertai kecakapan untuk melewati tekanan-tekanan jiwa yang ringan yang sering terjadi pada setiap orang di samping secara positif dapat merasakan kebahagiaan dan kemampuan.

Dalam skripsi ini memiliki persamaan yaitu, membahas tentang Kesehatan mental dalam perspektif kitab tafsir, namun terdapat perbedaan dalam kitab yang di pake oleh skripsi penulis. dengan adanya persamaan antar skripsi penulis dan yang ditulis, sehingga skripsi ini berkontribusi terhadap penelitian yang akan dilakukan yaitu sebagai informasi tambahan pada penulis tentang Kesehatan mental dalam al-Qur’an.

¹⁷ Khaidar Akbar, “*Konsep Tazkiyatun Nafs Dalam Al-Qur’an Dan Relevansinya Dengan Kesehatan Mental (Studi Tafsir Al-Misbah Karya Quraish Shuhab)*,” 2022.

5. Artikel ilmiah yang berjudul “ *Kesehatan Mental dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama*” yang ditulis pada tahun 2023 yang ditulis oleh Nor Izzati Septia, Nihyatul Kamal, dan Ngalimun, terbit pada jurnal, *Journal Islamic Studies*.¹⁸ Adapun hasil temuan dalam jurnal ini yaitu Kesehatan mental yang baik adalah kondisi Ketika batin kita berada dalam keadaan tentram dan tenang, sehingga memungkinkan kita untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar kita. Muhammad Mahmud Abd Al-Qadir mengungkapkan lebih jauh mengenai hubungan agama dengan kesehatan mental melalui pendekatan biokimia. Menurutnya, di dalam tubuh manusia terdapat sembilan jenis kelenjar hormon yang memproduksi persenyawaan-persenyawaan kimia. Apabila hal itu terjadi perubahan yang terlampaui lama, seperti panik, takut, dan sedih yang berlangsung lama, akan mengakibatkan penyakit saraf yang bersifat kejiwaan. Akan tetapi hal itu semua tidak akan terjadi jika seseorang mempunyai keimanan yang cukup. Melihat uraian-uraian di atas dapat disimpulkan bahwa sangat besar pengaruh agama terhadap kesehatan mental.

Dalam Jurnal ini memiliki kesamaan dengan skripsi yang ditulis yaitu mengenai Kesehatan mental menurut al-quran atau agama. Adapun perbedaannya dengan skripsi yang ditulis, yaitu terdapat pada kitab tafsir yang menjadi sumber utama dalam penulisan skripsi penulis, sedangkan jurnal ini tidak membahas pada kitab tafsir nya. Dengan adanya persamaan antara jurnal dan skripsi yang ditulis, sehingga jurnal ini berkontribusi terhadap penelitian yang akan dilakukan yaitu sebagai informasi tambahan pada penulis tentang psikologi kesehatan mental dalam kajian agama.

¹⁸ Nor Izzati Septia, Nihyatul Kamal, Ngalimun, “*Kesehatan Mental Dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama*” no 2. Vol (Maret 2023).

Dari berbagai penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa kajian mengenai kesehatan mental dalam perspektif Islam telah banyak dibahas, baik melalui pendekatan umum maupun tafsir tertentu. Namun, penelitian ini memiliki ciri khas tersendiri karena secara khusus mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an tentang kesehatan mental melalui *Tafsir Şafwah al-Tafāsīr* karya 'Alī Aş-Şābūnī, sehingga diharapkan mampu memberikan kontribusi baru dalam khazanah studi tafsir dan kesehatan mental.

F. Metodologi Penelitian

Metode penelitian adalah cara seseorang peneliti dalam mendapatkan data yang valid dalam Menyusun sebuah karya ilmiah:

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan penelitian kualitatif dalam bentuk penelitian kepustakaan (library research). Penelitian Kualitatif adalah jenis penelitian yang menganalisis data secara deskriptif untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai suatu fenomena. Data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian ini menghasilkan informasi detail terkait fenomena yang sedang diteliti.¹⁹ Sedangkan bentuk penelitian kepustakaan merupakan proses pengumpulan data atau informasi melalui berbagai jenis materi yang tersedia di perpustakaan, seperti kitab, buku, catatan, dokumen, majalah, serta kisah-kisah, sejarah dan lain-lain. Data yang diperoleh dari penelitian ini digunakan sebagai landasan dasar dan alat utama dalam menjalankan

¹⁹ Salsa Alya Ghaita, "Karakteristik Mushaf Kuno Di Nusantara Abad XIX (Studi Kritis Corrupt Manuskrip Mushaf Pamijahan Bogor), " (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah, Jakarta, 2023). h.15.

penelitian. Penelitian ini juga dikenal sebagai penelitian yang berfokus pada data-data sekunder.²⁰

2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data diperoleh. Sumber data terbagi menjadi dua, yaitu sumber data primer dan sekunder. Kedua sumber data ini penting untuk memastikan keabsahan data dan informasi yang diperoleh. Berikut ini adalah rincian mengenai penggunaan sumber data primer dan sekunder dalam penelitian ini:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data yang berasal dari sumber asli atau pertama. Adapun sumber data primer dalam penelitian ini hanya fokus pada ayat-ayat mengenai Kesehatan mental dalam kajian *Tafsir Ṣafwāh al-Tafāsīr* karya ‘Alī Aṣ-Ṣābūnī.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data informasi yang secara tidak langsung memiliki otoritas dan tanggung jawab atas informasi yang tersedia. Adapun sumber data yang dijadikan sebagai sumber data sekunder skripsi ini yaitu buku, kamus, skripsi, tesis, jurnal ilmiah, artikel, kitab, serta situs internet yang relevan dengan penelitian yang dilakukan.²¹

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan untuk mengumpulkan data menggunakan metode dokumentasi. Metode dokumentasi adalah Dokumentasi adalah salah satu teknik pengumpulan data melalui dokumen

²⁰ Mardalis, “Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal,” (Jakarta: Bumi Aksara 2007). h.28

²¹ 082411129_Bab3.pdf(walisongo.ac.id) BAB III Metode Penelitian

atau catatan-catatan tertulis yang ada.²² Dokumentasi merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan peneliti kualitatif untuk mendapatkan gambaran dari sudut pandang subjek melalui suatu media tertulis dan dokumen lainnya yang ditulis atau dibuat langsung oleh subjek yang bersangkutan. Dengan metode ini, peneliti mengumpulkan data dari dokumen yang sudah ada, sehingga penulis dapat memperoleh catatan-catatan yang berhubungan dengan penelitian.

4. Teknik Analisis Data

Sebagai bagian dari Upaya penelitian untuk memenuhi dan melengkapi studi ini, peneliti menggunakan Teknik analisis data dengan metode deskriptif-analisis. Metode deskriptif-analitis didasarkan pada fakta-fakta atau keadaan yang terjadi saat ini, dan fokus pada masalah yang relevan pada saat penelitian dilakukan. Menurut Sugiyono, “metode deskriptif adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan dan menganalisis hasil penelitian”.²³

Adapun Langkah-langkah yang digunakan dalam analisis data berikut:²⁴

- a. Pertama, Penulis mengidentifikasi dan mempelajari dari sumber-sumber primer dan sekunder.
- b. Kedua, Penulis mengidentifikasi ayat-ayat tersebut yang membahas tentang Kesehatan mental.

²² Ulfah, U., & Arifudin, O. (2023). *Analisis Teori Taksonomi Bloom Pada Pendidikan Di Indonesia*. Jurnal Al-Amar: Ekonomi Syariah, Perbankan Syariah, Agama Islam, Manajemen Dan Pendidikan, 4(1), H.13-22.

²³ Kurnia Nur Fitriyani, "*Dampak Riyāḍah Al-Qur'an Terhadap Santri (Studi Kasus Pada Pondok Pesantren Asshiddiqiyah II Batu Ceper Tangerang)*", (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah, Jakarta, 2023), h. 18.

²⁴ M. Alfatih Suryadilaga, *Metodologi Ilmu Tafsir*(Yogyakarta: Teras Press, 2010),h. 77.

- c. Ketiga, setelah menemukan ayat-ayat tersebut, peneliti akan mengkaji bagaimana Syekh ‘Alī Ash-Shābūrī (w. 1442 H/ 2021 M) dalam menafsirkannya.
- d. Keempat, Peneliti melakukan analisis mendalam mengenai Kesehatan mental dan Solusi di era modern berdasarkan penafsiran ayat-ayat tersebut.
- e. Kelima, dengan data yang telah dikumpulkan dan di analisis, peneliti dapat menyimpulkan hasil penelitiannya.

5. Pendekatan Penelitian

Untuk menjawab rumusan masalah pada penelitian ini, penulis menggunakan beberapa teori sebagai berikut ini :

a. Teori Psikologi Zakiah Drajat

Dalam penelitian ini penulis menganalisis ciri-ciri orang yang sehat secara mentalnya menggunakan teori Zakiah Drajat , yaitu ciri-ciri orang yang sehat mental menurut Zakiah Drajat adalah sebagai berikut:

- 1) Terbebas dari gangguan jiwa.
- 2) Terwujudnya keserasian anatar unsur-unsur jiwa.
- 3) Mampu beradaptasi dengan baik dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain.
- 4) Memiliki kemampuan untuk meningkatkan potensi pribadi dan bermanfaat untuk orang lain.
- 5) Memiliki keyakinan dan ketaatan kepada Allah.²⁵

b. Teori Tematik dengan pendekatan Hayyan Al-Farmawi

²⁵ H. Ramayulis, *Psikologi Agama* (Kalam Mulia Jakarta, 2017). H.162

Dalam penelitian ini penulis akan menggunakan teori Tematik (Tafsir Maudhu'i) dengan teori Abu Hayyan Al-Farmawi, yaitu metode yang membahas ayat-ayat Al-Qur'an berdasarkan tema atau judul yang telah ditetapkan. Langkah-langkahnya sebagai berikut :

- 1) Menetapkan masalah yang akan dibahas.
- 2) Menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan masalah tersebut.
- 3) Menyusun runtutan ayat sesuai dengan masa turunnya, disertai pengetahuan tentang asbab al-nuzulnya.
- 4) Memahami korelasi ayat-ayat tersebut dalam surahnya masing-masing.
- 5) Menyusun pembahasan dalam kerangka yang sempurna.²⁶

G. Teknik dan Sistematika Penulisan

Adapun Teknik penulisan merujuk kepada buku pedoman penulisan proposal dan skripsi IIQ edisi revisi tahun 2021. Sedangkan sistematika penulisan bertujuan untuk menjelaskan bagian-bagian yang akan ditulis dan dibahas dari penelitian ini secara sistematis. Penelitian ini dibagi menjadi lima bab.

Bab pertama, merupakan bab pendahuluan yang berisi uraian tentang latar belakang masalah yang menjadi dasar adanya penelitian ini, lalu dilanjutkan pada pembahasan identifikasi, pembatasan dan perumusan masalah agar penelitian fokus pada masalah yang akan diteliti. Kemudian dilanjutkan uraian mengenai manfaat dan tujuan penelitian, serta metodologi penelitian dimana mencakup bahasan tentang jenis penelitian, sumber

²⁶ Yamani, M. T. (2015). Memahami Al-Qur'an dengan metode tafsir maudhu'i. *J-PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2).

penelitian, metode pengumpulan data dan metode analisis data. Dan terakhir uraian mengenai teknik serta sistematika penulisan.

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

Bab ketiga, merupakan pembahasan mengenai gambaran tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* serta pengarangnya yaitu 'Alī Aş-Şābūnī (w. 1442 H/ 2021 M). Pada bab ini menjelaskan tentang latar belakang penulisan tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr*, dilanjut dengan metode, corak dan sumber penafsiran, dan sistematika penulisan. Kemudian dilanjut pembahasan mengenai biografi 'Alī Aş-Şābūnī (w. 1442 H/ 2021 M), riwayat pendidikan dan karir, karya-karyanya serta corak berfikir dan hal-hal yang mempengaruhi 'Alī Aş-Şābūnī (w. 1442 H/ 2021 M) dalam karya-karyanya.

Bab keempat, ini merupakan pembahasan dari rumusan masalah yaitu mencermati penjelasan kesehatan mental perspektif Tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* Karya 'Alī Aş-Şābūnī (w. 1442 H/ 2021 M).

Bab Kelima, dalam bab ini berisi tentang penutup terdiri dari penelitian ini yang berupa kesimpulan, didasarkan pada uraian dan bahasan pada bab-bab sebelumnya, saran-saran dari penulis, dan terahir adalah daftar pustaka yang menjadi rujukan dalam penulisan ini.

BAB V

PENUTUP

Pada bab akhir ini penulis memberikan Kesimpulan dan saran dari pembahasan yang ada dalam bab sebelumnya sebagaimana berikut:

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan penafsiran `Alī Ash-Şābūnī dalam karyanya Şafwah Al-Tafāsīr, terdapat lima ayat Al-Qur'an yang berkaitan tentang kebahagiaan, ketenangan, dan ketakwaan yakni QQS. Al-Qashash:77, QS. An-Nahl: 97, QS. Ar-Ra'd: 28, QS. Al-A'raf: 35, serta QS. Al-Fath: 4 yang berisi pesan-pesan yang relevan dengan Kesehatan mental. Ayat-ayat tersebut mengungkapkan bahwa ketenangan jiwa, ketakwaan, berzikir, iman, serta beramal baik merupakan fondasi penting bagi Kesehatan mental seseorang muslim. Syekh Alī Ash-Şhōbūnī menjelaskan bahwa keseimbangan antara kehidupan dunia dan akhirat, pengendalian diri, serta kesadaran spiritual dapat melahirkan ketenangan batin dan serta kesadaran spiritual dapat menciptakan ketenangan batin dan mencegah seseorang dari perasaan takut, cemas, dan kesedihan yang berlebihan. Penafsiran ini menunjukkan bahwa islam telah memberikan pedoman yang komprehensif dan praktis untuk menjaga kestabilan jiwa serta kesejahteraan psikologi. Oleh karena itu, Şafwah Al-Tafāsīr tidak hanya menyampaikan ajaran agama, tetapi juga menjadi referensi penting bagi nilai-nilai yang membantu kondisi mental yang sehat dan seimbang.
2. Penafsiran yang telah disebutkan oleh `Alī Ash-Şābūnī terhadap ayat-ayat Al-Qur'an sangat relevan dengan tantangan kesehatan mental di media sosial, banyak orang yang mengalami stress, kecemasan, dan

depresi akibat tekanan dari lingkungan sosial, ekspektasi diri, serta lemahnya spiritual. Prinsip-prinsip Islam yang diambil dari tafsir ini, seperti pentingnya dzikir, tawakal, syukur, dan pengembangan potensi diri, sejalan dengan indikator kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat, yaitu terbebas dari gangguan jiwa, tercapainya keserasian jiwa, kemampuan adaptasi sosial, serta integrasi antara iman dan amal. Tafsir ini juga menegaskan bahwa pendekatan spiritual Islam mampu menjadi solusi yang holistik terhadap problematika psikologis, karena mampu menguatkan sisi spiritual, emosional, dan sosial seseorang. Dengan demikian, tafsir *Şafwah Al-Tafāsīr* tidak hanya memiliki nilai teologis, tetapi juga berkontribusi nyata dalam pembinaan kesehatan mental masyarakat era media sosial secara menyeluruh.

B. Saran

Sebagaimana penelitian pada umumnya, tentunya apa yang telah dihasilkan oleh penulis tidaklah terlepas dari kekurangan. Sebagai penutup dari penelitian ini, maka penulis menyampaikan beberapa saran berikut:

1. Penting untuk melakukan penelitian yang lebih luas, mendalam dan berfokus mengenai Kesehatan mental dalam Al-Qur'an agar bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Umat Muslim, khususnya dan Masyarakat umum pada umumnya, sebaiknya dapat menghayati serta mengamalkan ajaran-ajaran yang ada dalam Al-Qur'an untuk menjaga Kesehatan dan keseimbangan jiwa manusia.
3. Bagi para ahli di bidang Kesehatan mental, termasuk psikolog, psikiater, dokter spesialis jiwa, serta tokoh agama, seharusnya

memanfaatkan pendekatan religious sebagai terapi untuk masalah Kesehatan mental, selain dari metode pengobatan yang sudah ada.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Ali- Ash-Shabuni Muhammad, (2011) *Şafwah Al-Tafāsīr Tafsir-Tafsir Pilihan, Terj. KH. Yasin, Cet. (Jilid 2)* (Pustaka Al-Kausar).
- Abu ‘Abdillah Muhammad bin Isma‘il al-Bukhari, “Shahih Bukhari”, (Beirut: Dār Twaq an-Najāt, 1442H), Juz 6
- Fakhriyani Vidya Diana. (2019). *Kesehatan Mental* (Pemekasan: Duta Media Publishing).
- H. Jalaluddin, (2017) *Psikologi Agama* (Jakarta :Kelapa Gading).
- H. Ramayulis, *Psikologi Agama* (2017) (Kalam Mulia Jakarta).
- Lindarda, Panggalo,et al., eds, (2024) *Kesehatan Mental* (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia).
- Sobur Alex. *Psikologi Umum Dalam Lintas Sejarah. (2019)* (CV. Pustaka. Setia).
- Suharso dan .Ana Retnoningsih. (2022). *Kamus Bahasa Indonesia* (Semarang).
- Suryadilaga Alfatih, (2010) *Metodologi Ilmu Tafsir* (Yogyakarta: Teras Press).
- Wenny Permata Bunga, (2023) *Kekambuhan Pada Pasien Skizofrenia (Psychiatric Mental Health Nursing)* (Jakarta).
- Yusuf Syamsu LN, (2018) *Kesehatan Mental Perspektif Psikologi Dan Agama.* (PT. Remaja Rosdakarya, Bandung).

Jurnal, Skripsi, Tesis

082411129_Bab3.pdf(walisongo.ac.id) BAB III Metode Penelitian

Abdul Qoyyum Muhammad, (2020) “*Qishash Dalam Perspektif Al-Qur’an Syekh Ali Ash Shabuni (Skripsi Sarjana Fakultas Ushuluddin),”* .

- Afifuddin, A; dan Amirul, B,(2024)” *Memahamo Tasawuf dan Implementasinya di Zaman Modern*”, 5. No. 2.
- Akbar Khaidar,(2022) “*Konsep Tazkiyatun Nafs Dalam Al-Qur’an Dan Relevansinya Dengan Kesehatan Mental (Studi Tafsir Al-Misbah Karya Quraish Shuhab)*.”.
- Al-Ashfahani Ar-Raghib, (2017) *Al-Mufradat Fi Gharibil Qur’an*, terj. Ahmad Zaini Dahlan, (Jil 2, Jawa Barat: Pustaka Khazanah Fawa'id, ,
- Alfarizi Mas’ud Naufal, et al., eds, (2024) “*Metode Dan Corak Tafsir Al-Qur’an: Tahlili, Ijmali, Muqaran, Dan Maudhui*” 2, No.12
- Alfazani Rosyid M.; dan Dinda Khoirunisa A, (2021) “ *Faktor Pengembangan Potensi Diri: Minat/ Kegemaran, Lingkungan Dan Self Disclosure (Suatu Kajian Studi Literatur Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial)*”, 2, No.2.
- Al-Hafiz Dino, M. Abis Fikran Zakiyan, Maulana Hasbially Pratama, (2023) *Dampak Puasa Untuk Kesehatan Mental Dan Fisik*, 1, No.3.
- Al-Munir Malik Abd, (2020) “*Safwat Al-Tafasir Karya Al-Sabuni Dan Contoh Penafsirannya Tentang Ayat-Ayat Sifat*” 16, No.2
- Alya Ghaitza Salsa,(2023) “*Karakteristik Mushaf Kuno Di Nusantara Abad XIX (Studi Kritis Corrupt Manuskrip Mushaf Pamijahan Bogor)*, ” (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah, Jakarta).
- Ananda Dian, (2021) *Hubungan Antara Kebahagiaan Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Suku Sakai Di Kota Pekanbaru (Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau Pekanbaru)*, 11.
- Andini Mutiara, Djumi Aprilia, Primalita Puti Distina, (2021) “*Kontribusi Psikoterapi Islam Bagi Kesehatan Mental.*”Departemen of

- Islamic paschology IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, no2. Vol 3(October).
- Ayu Caesari Polita, Dona Suzana, Dean Zulmi Airlangga, (2024) “*Literatur Review Masalah Kesehatan Mental Remaja Ketidaksetaraan Sosial Dan Ekonomi*” 4, No. 1
- Ayu Putri Ajeng, et al., eds.,(2024) *Clinical Manifestation of Depression in Adolescent: A Literature Review*, 1, No 2.
- Azania Desti, (2021) *Peran Sporotual Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Di Tengah Pandemi COVID-19*, 7, No. 1.h. 35
- Azmi Asy-Sya’bani Ahmad, (2020) “*Kesehatan Mental Dalam Al-Quran (Doctoral Dissertation, Institut PTIQ Jakarta)*,”
- Bulut Sefa, Ishaq Ibrahim Hajjiyousouf, Thseen Nazir, (2021) *Depresi Dari Sudut Pandang Yang Berbeda*, 1, no. 2.
- Doni Baruna Maradol Kristianus, Dewita Karema Sarajar, (2024) *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Wilayah 3T Daerah Papua*, 13, No. 1
- Enda Sundari Putri, (2021) *Sholat Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Buya Hamka*, 3, No. 1.
- Fahrurrozi, (2020) *Model Psikoterapi Di Kalangan Banten (Analisis Kualitatif Deskriptif Terhadap Terapi Kejiwaan) Para Praktisi Di Kota Serang*, 36, No. 1
- Fajrussalam Hisny, et al., eds., (2022) “ *Peran Agama Islam Dalam Pengaruh Kesehatan Mental Mahasiswa*” 5, No 1.
- Fani Reza Iredho, (2015) *Efektifitas Pelaksanaan Ibadah Dalam Upaya Mencapai Kesehatan Mental*, 1, No. 1.

- Farhan Jami Muhammad, (2024) "*Telaah Objek Kata Tayyib Dan Khabits Dalam Tafsir Al-Sya'rawi Dan Tafsir Safwah Al-Tafasir (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin),*"
- Fitra Nurainun, (2023) "*Fenomena Adopsi Anak Di Indonesia Studi Komparatif Atas Pemikiran Ali Ash-Shabuni Dan M. Quraish Shihab Dalam QS. Al-Ahzab/33:4-5 (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuludin Adab Dan Dakwah,Palu),*".
- Fitriya Ema, Nur Hani'ah, Hanifatul Khofifah, (2024) "*Tasawuf Dalam Perspektif Psikologi: Harmoni Spiritual Dan Kesehatan Mental*", 5. No.2.
- Fuad Abd al-Baqi Muhammad, "*Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfāz Al-Qur'ān Al-Karīm*" (Kairo: Dar al-Kutub al-Misriyah, 1364).
- Ghefira Yusrani Khairunnisa, et al., eds., (2023) "*Tinjauan Kebijakan Kesehatan Mental Di Indonesia: Menuju Pencapaian Sustainable Development Goals Dan Universal Health Coverage*" 1, No. 2.
- Gunawan Heri, Ike Anggraeni, Annisa Murrachmawati, (2021) "*Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19*" Vol. 12, No. 2.
- Haikal Muhammad, (2022) *Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengurangi Gejala Kecemasan.*"Terapi Kognitif Perilaku untuk Mengurangi Gejala Kecemasan.
- Haryono Andy, Abdur Razzaq, (2020) "*Analisis Metode Tafsir Muhammad Ash-Shabuni Dalam Kitab Tafsir Rawaiu' al-Bayan*" 18, No.1 (2020)
- Hasan Maulana; dan Hasan Mud'is, (2022) "*Pengaruh Pikiran Positif Terhadap Kesehatan Mental Suatu Analisis Konseptual*", 3, No.1.

- Humaedi, (2022) “*Politik Dalam Perspektif Muhammad Ali Ash-Shabuni (Banten:UIN Sultan Maulana Hasanuddin*” 1, No.4
- Imam,(2024) *Meningkatkan Kesehatan Mental Di Era Modern: Tantangan Dan Solusi (Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, November 5,.*
- Iryadi Agus, Chika Afiana Adriani; Naira Salwa Qabila Pertiwi; Ririn Rahmawati; dan Zahgrina Dewi,(2024) “*Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja*” 2, No 2.
- Izzati Septia Nor, Nihayatul Kamal, Ngalimun, (2023) “*Kesehatan Mental Dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama*”no 2. Vol (Maret).
- Kadiyono; dan Anissa L. Kadiyono, (2024) “*Efektifitas Pengembangan Potensi Diri Dan Orientasi Wirausaha Dalam Meningkatkan Sikap Wirausaha*”,6, No.1,.
- Kamila Aisyatin,(2020) *Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan,* 4,No.1 .
- Khiriyah Rizqiyani, Sarah Handayani, (2020) *Kesehatan Mental Emosional Perempuan Penderita Kanker Di Indonesia,* 3, No. 2.
- Khoerani eds., ,(2024) “ *Pengaruh Religiusitas Dan Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Santri*”, 7, No.2,
- Kurniati Khofifah; dan Hamidah, (2021) “ *Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19*”, 1,No. 1.
- Lantupa Kumowal Royke, Heliyanti Kalintabu, Priscilla Olivia Awuy, (2022) *Orang Tua Dan Gereja Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Remaja,* 3, No.2.

- Lestari Munalisa,(2021) *Konsep Puasa Dalam Kitab Fath Al-Mu'in Karangan Syekh Zayn Ad-Din Al-Malibary Dan Relevansinya Dengan Materi Fiqh Kelas VIIIIMTS (Skripsi Sarjana, Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan),.*
- Mardalis, (2007) "Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal," (Jakarta : Bumi Aksara.
- Morlindah Tripertiwi Ardiva, (2025) *Konsep Dasar Kesehatan Mental (Pengertian,Prinsip-Prinsip, Fungsi Mental Hygiene),* 1, no 2.
- Mufraini, (2020) *Dana Haji Indonesia (Harapan Dalam Paralogisme Pengelolaan Dan Teorisasi Keuangan Syariah.*
- Muktifada Matilda Arthagina, et al., eds., (2025) " *Memahami Tantangan Kesehatan Mental Generasi Z*" 3, No. 1.
- Muldiansyah Faisal, Sahrudi, (2024) " *Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Bekasi*" 5, No. 2
- Muthmainnah, Fazil Amris, (2024) *Tinjauan Skizofrenia Secara Psikoneuroimunologi,* 2, No. 3.
- Mutiara Andini, Djumi Aprilia, Primalita Puti Distina, (2021) " *Kontribusi Psikoterapi Islam Bagi Kesehatan Mental,*" Departement of Islamic Paschology IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, no. Vol 3, No.2 (October).
- Najatul Huda Nana, (2022) " *Analisis Sistematis Corak-Corak Tafsir Periode Pertengahan Anata Masa Klasik Dan Modern-Kontemporer*" 8, No. 2.
- Nanditya Putra Bramana, Nur Muhammad Khusna, Muhammad Ikrom, (2022) *Pengertian Agama Dan Peran Agama Dalam Kesehatan Mental,* 3,No.1 (2022).

- Nastiar Addien Muhammad, (2023) “*Usur Balaghah Dalam Surah Al-Qari’ah (Telaah Kitab Shafwah al-Tafasir)*” 24, No. 1.
- Ningsih Ratna , (2023) “*Unsur Balaghah Dalam Surah Al-Hujurat: Telaah Kitab Shafwah At-Tafsir,*” .
- Noor Izzah Tanjung Assyifa, Cucu Setiwan, (2022) *Peran Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat*, 8.
- Nur Fitriyani Kurnia, "Dampak Riyāḍah Al-Qur’an Terhadap Santri (Studi Kasus Pada Pondok
- Nur Hamidah Rizka dan Noneng Siti Rosidah, (2021) “*Konsep Kesehatan Mental Remaja Perspektif Islam*”, 2, No.1.
- Nur Padilah, Mardian Idris Harahap, Trinisna Wati Utami, (2024) “*Makna Syifa’ Dalam Perspektif Al-Qur’an Surah Yunus Ayat 57*” 18, No. 3.
- Nur Sakina Palebo Wahdania, (2022) “*Analisis Kontrastif Kata Sakinah, Muthmainnah, dan Hudu’ Dalam Al-Qur’an*”, 2, No.1
- Nurhaeni Ani, Dewi Erna Marisa, Thia Oktiany, (2022) “*Peningkatan Pengetahuan Tentang Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja*”, 1, No.1.
- Nurhasanah Ayunda, (2024) “*Peran Ideal Ayah Dalam Membentuk Karakter Anak Usia Prnatal Hingga Dewasa Menurut Al-Qur’an (Studi Tafsir Safwatut Tafasir Karya Ali Asabuni W.1443 H) (Skripsi Sarja , Fakultas Ushuluuddin Dan Dakwah),*”
- Nurjuli Putri Wanda Alief, (2023) “*Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Al-Zuhaili (W.1437 H 2015 M) . (Skripsi Sarjana , Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Institut Ilmu Al-Qur’an, Jakarta.,*”
- Pakung Wati Sukma, Rara Desti Anggraeni, (2023) “*Menjaga Kesehatan Mental Dalam Islam Maintaining Mental Health in an Islamic Perspective*” 1, No.2

- Permatasari Alya, Oktaviani Lativa Rahmadani, (2023) *Pengaruh Sholat Terhadap Kesehatan Mental*, 1, No. 6.h.945
- Putra Sany Ulfi, (2022)*Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al-Qur'an*, 7, No.1.h.1266
- Qatrunnada Salsabila, Reni Solianti, (2023) “*The Practice of Interpretation of As-Sa'di And Muhammad Ali Ash-Shabuni (A Comparative Study of Q.S. Al-Baqarah/2:284-286)*” 2, No.2
- Rabi'ah Nur Hilmy, (2021) “*Kesehatan Mental Dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab,*”.
- Rafiqah Fitriani Sabila,(2022) “*Tipologi Manusia Dalam Menyikapi Al-Qur'an (Studi Analisis QS. Fathir Ayat 31-35 Dalam Tafsir Shafwah At-Tafasir) (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama,*”.
- Rafly Muhammad, et al., eds., (2024) “*Analisi Ayat-Ayat Jihad Dalam Rawai'u Al-Bayan Fi Tafsie Ayat Al-Ahkam Karya Ali Ash-Shabuni*” 4, No. 2.
- Rahmat, et als., eds., (2021) “*Model Pengukuran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Di Perguruan Tinggi Islam*”, 1, No.2
- Rahmawati Auliya, Bashori, (2025) “*Kajian Kitab Tafsir Shafwat At-Tafasir Karya Muhammad Ali Al--Shabuni*” 2, no.1.
- Rahmawati Uliya, Bashori, (2025) “*Kajian Kitab Tafsir Shafwat At-Tafasir Karya Muhammad Ali Al--Shabuni*” 2, no.1.
- Reanldi M, Basri, Ina Resratu Fordatkosu, (2024) *Hubungan Stress Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Akhir Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makasaar*, 15, No. 1.
- Reza Widya, et al., eds., (2022) *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Di Kota Batam*, 1, No. 1

- Rian Nurseha Uswatun dan Aulia Ayu Rohayah, (2024) “ *Konsep Kesehatan Mental Dalam Pendidikan Islam Analisis Pemikiran Prof. Zakiah Daradjat*”, 17, No.1..
- Rifkikah,Nopi,Masdiana Nur, (2025) “ *Analisis Tantangan dan Peluang Digitalisasi Untuk Penanganan Kesehatan Mental*”, 1, No.2.
- Riyadi Ridho, (2021) “*Zina Menurut Ali Ash-Shabuni Dalam Tafsir Şafwah Al-Tafāsīr*” 5,No. 2.
- Rizkia Ramadhani Indah, et al., (2024) *Depresi Penyebab Dan Gejala Depresi*, 2, No.2 (2024).
- Rofi’I Arwani Muhammad, (2020) *Al-Nafs Dalam Al-Qur’an :Makna, Macam Dan Karakteristiknya*, 2,No. 1.
- Rofiq Ainur, Sutopo, (2023) *Tafakur Dan Dzikir Dalam Mencapai Ketenangan Hidup*, 3, No.1.
- Rosmalina Asriyanti , Tia Khaerunnisa, (2021) “*Penggunaan Media Sosial Dalam Kesehatan Mental Remaja*” 4, No. 1.
- Sahputra Eka, Yuza Reswan, Ikhwan Baihaqi, (2020) *Multimedia Interaktif Pengenalan Tatacara Sholat Berbasis Animasi 3D Untuk Siswa Ringkat Sekolah Dasar*, 16, No.1.
- Salim Fuad, Abuzar Alghifari, Beko Hendro, (2024) “*Analisis Retorika Dalam Tafsir Shafwah Al-Tafasir Terhadap Surah Al-Bayyinah*” 3, No. 2
- Salma Adilla Frista Jane, (2020) “*Unsur Thibaq Dan Muqabalah Dalam Surah Al-Kafirun: Telaah Kitab Shafwath At-Tafasir*” 1, No. 3
- Sanjari Jani Sanjari T dan Pratiwi Nurlita, (2023) *Konsep Kesehatan Mental Perspektif Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya Ulumuddin*, 3, No.1.

- Sarmini, Angga Putri, Cica Maria, Lisastris Syahrias, Ita Mustika, (2023) *Penyuluhan Mental Health Upaya Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja*, 6, No 1.
- Sarofatul Janah Aliza, "(2022) *Gangguan Kesehatan Mental Pada Pasca Pandemi*", 4, No.
- Sholekhawati, (2024) *Perspektif Al-Qur'an Tentang Kesehatan Mental Terhadap Trauma Psikis Dalam Praktik Poligini (Tesis, Universitas PTIQ Jakarta)*.
- Sofia Namun & Endah Puspita Sari,(2020)" *Indikator Kebahagiaan (Al-Sa'adah) dalam Perspektif Al-Qur'an dan Hadits*", 23, No.2,
- Sofia Rizqiani Ika, Tobroni Tobroni, Faridi Faridi, (2025) "*Harmonisasi Spiritual dan Mental: Pendidikan Agama Dalam Perspektif Psikologi*", 13, No.1.
- Sri Yulianti Tunjung, Dinar Ariasti, (2020) "*Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Emosional Masyarakat Di Dukuh Gumuk Sari Dan Gerjen, Puncangan, Kartasura*", 8, No.2.
- Suryanto; Aloysius; dan Salvia Nada,(2021) "*Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 Di Indonesia,*" *Jurnal Citizenship Virtues*.
- Taufiki Muhammad, (2020) "*Metode Tafsir Muhammad Ali Ash-Shabuni Dalam Rawa'I Al-Bayan Fi Tafsir Ayat Ahkam*" 6, No 2.
- Tris Septia Ningsih Usi, et al.,eds., (2023) *Karakteristik Dan Angka Kejadian Skizofrenia Rawat Inap Di RSKD Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2021*, 3, No. 11.
- Ulfah, U., & Arifudin, O. (2023). *Analisis Teori Taksonomi Bloom Pada Pendidikan Di Indonesia*. *Jurnal Al-Amar: Ekonomi Syariah, Perbankan Syariah, Agama Islam, Manajemen Dan Pendidikan*, 4(1),

- Wahyu Purwaningsih Sri, (2022) *Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam (Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area)*,
- Wahyudi,et al., eds., (2023) “*Analisi Pemikiran As-Shabuni Tentang Poligami Dalam Kitab Şafwah Al-Tafāsīr*” 3,No 2.
- Yamani, M. T. (2015). Memahami Al-Qur’an dengan metode tafsir maudhu’i. *J-PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2).
- Yenti Arsini, et al., eds., (2023) “*Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja*” 3, No. 2
- Yudha Negara Rayzona, (2024) *Mental Helth Revolution:Menghadapi Tantangan Kesehatan Mental Di Era Modern.*,
- Yulyanti Sarah, Sri Mulyani, (2024) “*Metode Tafsir Tahlili Dalam Menafsirkan Al-Qur’an: Analisis Pada Tafsir Al-Munir*” 7, No.1
- Zaiyanurrifqi Affan,(2023) “*Konsep Riba Perspektif Al-Qur’an (Analisis Penafsiran Muhammad ’Ali Ash-Shabuni Dalam Kitab Shafwah At-Tafasir)* , (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddindan Studi Agama),,
- Ziauddin, “*Shafwah Al-Tafasir Kurva Muhammad Ali Ash-Shabani (Suatu Kanan Metodologi)*”,

Website

- “Info Data Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023”,
<https://tirto.id/info-data-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-tahun-2023-gQRT> (10 oktober)
- Kolaborasi Kemen PPPA dan UNICEF (2024) *Sinergikan Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial di Kementerian dan Lembaga*”, *Situs Resmi Kementrian Pemberdayaan Perempuan*

dan *perlindungan*
Anak. <https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTMzOA==> (02
Agustus)



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/2025

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Rita Asri Listintari
Jabatan : Perpustakaan

NIM	21211663	
Nama Lengkap	Hanifah Laila Fithriani	
Prodi	IAT	
Judul Skripsi	KESEHATAN MENTAL DI ERA MODERN DALAM PERSEKTIIF AL-QUR'AN (Studi Analisis Kitab Tafsir Şafwah Al-Tafûsir Karya 'Ali Ash-Şhûbûni W. 1442 H/ 2021 M)	
Dosen Pembimbing	Dr. Siti Rohmah M. A.	
Aplikasi	Turnitin	
Hasil Cek Plagiarisme (yang diisi oleh staf perpustakaan untuk melakukan cek plagiarisemen)	Cek 1: 17 %	Tanggal Cek 1: 8 Agustus 2025
	Cek 2:	Tanggal Cek 2:
	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/I/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, 8 Agustus 2025
Petugas Cek Plagiarisme




Rita Asri Listintari

PERSENTASE TURNITIN

107. Hanifah Laila Fithriani-IAT

ORIGINALITY REPORT

17%	18%	8%	5%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.iiq.ac.id <small>Internet Source</small>	6%
2	repository.ptiq.ac.id <small>Internet Source</small>	4%
3	Submitted to Neosho County Community College <small>Student Paper</small>	2%
4	ejournal.uit-lirboyo.ac.id <small>Internet Source</small>	1%
5	repository.uinjkt.ac.id <small>Internet Source</small>	1%
6	ejurnal.politeknikpratama.ac.id <small>Internet Source</small>	1%
7	repository.radenintan.ac.id <small>Internet Source</small>	1%
8	syekhnurjati.ac.id <small>Internet Source</small>	1%
9	tirto.id <small>Internet Source</small>	1%
10	eprints.walisongo.ac.id <small>Internet Source</small>	

		1 %
<hr/>		
11	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	1 %
<hr/>		
12	jurnal.radenfatah.ac.id Internet Source	1 %
<hr/>		

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On

BIODATA PENULIS



Hanifah Laila Fithriani, lahir di Bogor, 26 Desember 2000, anak kesatu dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Catur Budiyanto dan Ibu Ferisah Ita Maryani. Saya asli orang Bogor lebih tepatnya di Leuwiliang. Penulis memulai sekolah Dasar di SD IT Islahul Ummah selama 6 tahun. Kemudian melanjutkan ke jenjang SMP di Ma'ahad Rahmaniyyah selama 3 tahun. Kemudian melanjutkan ke jenjang SMA di Pondok Pesnatren Fathan Mubina selama 4 tahun. Selama penulis menimba ilmu di pondok pesantren penulis sangat aktif ikut OSIS dan kepanitiaan. Kemudian setelah lulus SMA penulis melanjutkan Pendidikan lagi untuk menghafalkan Al-Qur'an di Huffadz Gemma selama 1 tahun. Setelah itu, penulis melanjutkan Pendidikan di Perguruan Tinggi yakni Institut Ilmu Al Qur'an (IIQ) Jakarta, Fakultas Ushuluddin, Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir untuk mengetahui lebih dalam ilmu Al-Qur'an. Saat ini penulis menyibukkan diri menjadi mahasiswa Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta. Penulis selama di IIQ menjabat 1 tahun jurusan koperasi, untuk mempelajari lebih banyak tentang berbisnis.