

KESEHATAN MENTAL DALAM AL-QUR'AN
(Kajian Tafsir *Ru>h al-Ma'a>ni* Karya al-Alu>si>)

SKRIPSI

Oleh :

Eka Irmawati
20191700334008



PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS DAKWAH DAN USHULUDDIN
INSTITUT PESANTREN KH ABDUL CHALIM
MOJOKERTO

2023

KESEHATAN MENTAL DALAM AL-QUR'AN
(Kajian Tafsir *Ru>h al-Ma'a>ni* karya al-Alu>si>)

Skripsi

Diajukan Kepada:

Fakultas Dakwah dan Ushuluddin Universitas Pesantren KH. Abdul Chalim

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan

Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir

Diajukan oleh :

Eka Irmawati

NIM: 20191700334008

Dosen Pembimbing :

Habieb Bullah, M.Th.I

NIY: 2015.01.068

PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS DAKWAH DAN USHULUDDIN

INSTITUT PESANTREN KH ABDUL CHALIM

MOJOKERTO

2023

ABSTRAK

Irmawati, Eka, 2023, KESEHATAN MENTAL DALAM AL-QUR'AN (KAJIAN TAFSIR

RU>H AL-MA'a>NI KARYA AL-ALU>SI<), Skripsi Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas Dakwah dan Ushuluddin Institut Pesantren KH Abdul Chalim, Pembimbing

Habieb Bullah, M.Th.I

Kata Kunci: Kesehatan mental, Tafsir *Ru>h al-Ma'a>ni*

Penelitian ini membahas mengenai kesehatan mental dalam tafsir *Ru>h al-Ma'a>ni* karya Imam al-Alu>si> yakni membahas tentang ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental dalam al-Qur'an. Menjaga kesehatan mental sangatlah penting sebab fisik yang kuat tidak akan ada artinya tanpa mental jiwa yang sehat. Keadaan kehidupan yang tidak selayaknya bisa menimbulkan konflik psikis, yang mana terjadi kesenjangan antara tuntutan sosial dan kesiapan mental untuk menempuh tuntutan tersebut. Apabila konflik psikis tersebut terjadi secara terus menerus maka akan mengakibatkan kecemasan, kesepian dan perilaku menyimpang atau munculnya gejala psikosomatis. Permasalahan yang diangkat dalam penelitian skripsi ini adalah 1) Bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang kesehatan mental menurut al-Alu>si> dalam tafsir *Ru>h al-Ma'a>ni*? 2) Bagaimana relevansi kesehatan mental dalam tafsir *Ru>h al-Ma'a>ni* bagi kehidupan manusia modern?

Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian *library research* (kepastakaan). Mengumpulkan dari beberapa literatur kepustakaan berupa buku, skripsi maupun jurnal yang membahas mengenai objek materil (ayat-ayat kesehatan mental) dan objek formil (Perspektif Imam al-Alu>si>).

Berdasarkan hasil analisis, peneliti mengambil kesimpulan *pertama*: kesehatan mental memiliki keterkaitan yang erat dengan keimanan dalam upaya memperoleh dan menjaga kesehatan mental tetap stabil. Dengan mempunyai iman dalam diri dan disertai dengan sikap syukur, ridha, takwa serta menumbuhkan potensi diri melalui dzikir dan amal saleh maka seseorang akan memperoleh kesehatan mental berupa ketentraman, ketenangan hati dan kehidupan yang bahagia di dunia maupun di akhirat. *Kedua*: Relevansi penafsiran kesehatan mental perspektif al-Alu>si> terhadap kesehatan mental pada era modern terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan sebagai upaya dalam memperoleh dan menjaga kesehatan mental bagi kehidupan manusia modern, yakni menguatkan akidah dan spiritualitas, seimbang dalam memenuhi kebutuhan material dan spiritual, dzikir sebagai terapi dalam gangguan kesehatan mental dan menumbuhkan sifat sabar dan ridha dalam segala keadaan.

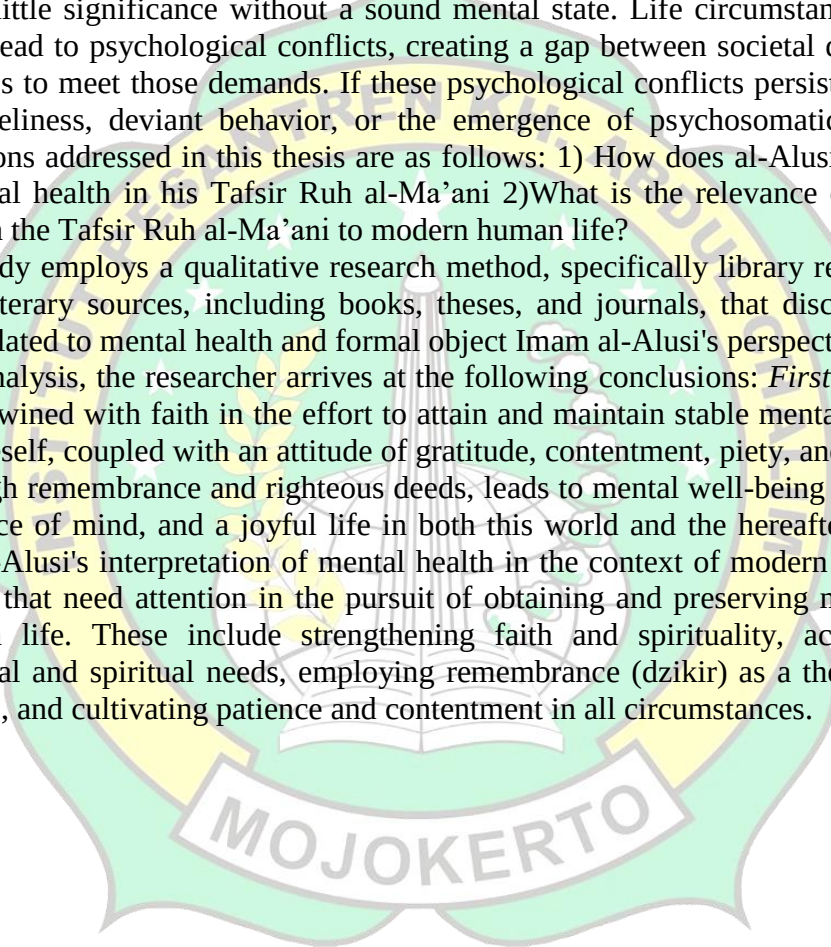
ABSTRACT

Irmawati, Eka, 2023, Mental Health In The Qur'an (From The Perspektive Of The Interpretation Of The Spirit Of al-Ma'ani by al-Alusi). Skripsi Of Qur'anic Science And Tafsir Study Program, Faculty of Dakwah and Ushuluddin, KH Islamic School. Abdul Chalim Pacet Mojokerto, Supervisor: Habieb Bullah, M.Th.I

Keywords: Mental Health, Tafsir Ruh al-Ma'ani

This research discusses the topic of mental health in the interpretation (Tafsir) of Ruh al-Ma'ani by Imam al-Alusi. Maintaining mental health is of utmost importance, as physical strength holds little significance without a sound mental state. Life circumstances that are less than ideal can lead to psychological conflicts, creating a gap between societal demands and the mental readiness to meet those demands. If these psychological conflicts persist, they can result in anxiety, loneliness, deviant behavior, or the emergence of psychosomatic symptoms. The research questions addressed in this thesis are as follows: 1) How does al-Alusi interpret verses related to mental health in his Tafsir Ruh al-Ma'ani 2) What is the relevance of mental health interpretation in the Tafsir Ruh al-Ma'ani to modern human life?

This study employs a qualitative research method, specifically library research. It draws from various literary sources, including books, theses, and journals, that discuss the material object verses related to mental health and formal object Imam al-Alusi's perspective. Based on the analysis, the researcher arrives at the following conclusions: *Firstly*, mental health is closely intertwined with faith in the effort to attain and maintain stable mental health. Having faith within oneself, coupled with an attitude of gratitude, contentment, piety, and nurturing one's potential through remembrance and righteous deeds, leads to mental well-being characterized by tranquility, peace of mind, and a joyful life in both this world and the hereafter. *Secondly*, the relevance of al-Alusi's interpretation of mental health in the context of modern times highlights several aspects that need attention in the pursuit of obtaining and preserving mental health for modern human life. These include strengthening faith and spirituality, achieving balance between material and spiritual needs, employing remembrance (dzikir) as a therapy for mental health disorders, and cultivating patience and contentment in all circumstances.



خلاصة

إيرماواتي، إيكّا، ٣٢٠٢ الصحة النفسية في القرآن الكريم (دراسة في تفسير روح المعاني للألوسي)، أطروحة برنامج الدراسة في الدراسات القرآنية والتفسير، كلية الدعوة وأصول الدين، معهد مدرسة الخليل عبد الحليم الإسلامية الداخلية، المشرف حبيب بله، ماجستير اللاهوت

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، تفسير روح المعاني

تتناول هذه الدراسة موضوع الصحة النفسية في تفسير الإمام الألوسي لروح المعاني، وخاصة الآيات القرآنية المتعلقة بالصحة النفسية. الحفاظ على الصحة النفسية مهم جدًا لأن الجسم القوي بدون عقل سليم لا معنى له. إن ظروف المعيشة غير الملائمة قد تؤدي إلى صراعات نفسية تمثل فجوة بين المطالب الاجتماعية والاستعداد العقلي لتلبية هذه المطالب. وتؤدي الصراعات النفسية المستمرة إلى القلق والشعور بالوحدة والسلوك المنحرف أو إلى ظهور أعراض نفسية جسدية. الأسئلة التي تطرحها هذه الورقة هي: (١) كيف يتم تفسير الآيات المتعلقة بالصحة النفسية عند الألوسي في تفسير روح المعاني؟ (٢) ما أهمية الصحة النفسية في تفسير روح المعاني للحياة الإنسانية المعاصرة؟

تعتمد هذه الدراسة على أسلوب البحث المكتبي النوعي. ويعتمد هذا الكتاب على مصادر أدبية مختلفة في شكل كتب وأطروحات ومجلات تتناول مواضيع مادية (آيات عن الصحة النفسية) وموضوعات شكلية (من وجهة نظر الإمام الألوسي). وبناء على نتائج التحليل يتوصل الباحث إلى النتيجة الأولى وهي أن الصحة النفسية ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالإيمان بتحقيق والحفاظ على الصحة النفسية المستقرة. فمن خلال الثقة بالنفس، مصحوبة بالشكر والفرح والتقوى، وتنمية القدرات من خلال الذكر والعمل الصالح، ينال الإنسان الصحة النفسية في صورة السلام والطمأنينة والحياة السعيدة في الدنيا والآخرة. ثانيًا: إن أهمية تفسير الصحة النفسية من منظور الألوسي للصحة النفسية في العصر الحديث تظهر أنه يجب مراعاة عدة جوانب فيما يتعلق بتحقيق الصحة النفسية والحفاظ عليها في حياة الإنسان الحديث، وهي: تقوية الإيمان والروحانية، وموازنة تلبية الاحتياجات المادية والروحية، والذكر كعلاج للاضطرابات النفسية، وتعزيز الصبر والفرح في جميع الظروف.

