

FLEKSIBILITAS PSIKOLOGIS TOKOH MARYAM DALAM AL-QUR'AN

SKRIPSI

Oleh:

Roviqoh Kamilah Majna
20211700334024



PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS DAKWAH DAN USHULUDDIN
UNIVERSITAS KH ABDUL CHALIM
MOJOKERTO
2025

ABSTRAK

Roviqoh Kamilah Majna. 2025. Fleksibilitas Psikologis Tokoh Maryam dalam Al-Qur'an. Skripsi. Fakultas Dakwah dan Ushuluddin. Universitas KH. Abdul Chalim Pacet Mojokerto. Pembimbing: Idris, M.Th. I

Kata Kunci : Maryam, Al-Qur'an, Naratif, Acceptance and Commitment Therapy (ACT)

Isu kesehatan mental, khususnya pada perempuan merupakan isu yang semakin mendapat perhatian di era modern saat ini, mengingat banyaknya tekanan sosial, peran ganda, dan beban psikologis yang dihadapi perempuan. Data global (WHO) mengungkapkan bahwa perempuan secara signifikan lebih rentan terpengaruh oleh masalah kesehatan mental dibandingkan laki-laki, dengan perbandingan prevalensi 2 kali lebih tinggi. Dalam konteks ini, figur perempuan dalam al-Qur'an sangat dibutuhkan untuk dijadikan cermin dan sumber inspirasi dalam membangun ketahanan psikologis perempuan sekarang. Salah satu tokoh perempuan dalam al-Qur'an yang menarik untuk dikaji ketahanan psikologisnya adalah Maryam. Maryam mampu melewati berbagai tekanan sosial, stigma, dan ujian berat yang menimpa dirinya dengan baik. Untuk itu, tokoh Maryam dalam al-Qur'an akan ditelaah aspek fleksibilitas psikologisnya dengan menggunakan teori ACT. Dan untuk menunjang pengungkapan aspek psikologis tokoh Maryam, maka diperlukan analisis naratif guna mengetahui alur kisah tokoh Maryam.

Penelitian ini merupakan *library research* (penelitian kepustakaan) dengan jenis penelitian kualitatif. Dalam proses memperoleh data, digunakan metode tematik (*maudhu'i*) yaitu mengumpulkan ayat-ayat yang temanya sama. Adapun sumber primer adalah al-Qur'an dan beberapa kitab tafsir. Sedangkan data sekunder penelitian ini adalah buku-buku, jurnal, artikel, dan literatur ilmiah lainnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa struktur naratif kisah Maryam dalam al-Qur'an memenuhi unsur *equilibrium* (doa Hannah dan kelahiran Maryam [QS. Ali Imran: 36-37]), *disequilibrium* (kehamilan, pengasingan, kelahiran Isa, dan tuduhan masyarakat [QS. Ali Imran: 45, QS. Maryam: 22-23, dan QS. 27-29]), serta *new equilibrium* (pembelaan dari bayi yang berbicara [QS. Ali Imran: 46 dan QS. Maryam: 30-33]). Kemudian, fleksibilitas psikologis tokoh Maryam diwujudkan dalam bentuk *Acceptance* (penerimaan penuh atas takdir [QS. Ali Imran: 47]), *Cognitive Defusion* (pelepasan dari pikiran negatif yaitu berharap mati [QS. Maryam: 23]), *Being Present* (kesadaran hadir dalam situasi mengandung tanpa suami [QS. Maryam: 20]), *Self as Context* (identitas diri sebagai hamba Allah [QS. Maryam: 26]), *Values* (penghayatan nilai iman yang teguh [QS. Ali Imran: 42]) serta *Committed Action* (tindakan nyata yang konsisten dengan nilai tersebut [QS. Maryam: 29])

ABSTRACT

Roviqoh Kamilah Majna. 2025. The Psychological Flexibility of the Figure of Maryam in the Qur'an. Thesis. Faculty of Da'wah and Ushuluddin. KH. Abdul Chalim University Pacet Mojokerto. Supervisor: Idris, M.Th. I

Keywords: Maryam, Al-Qur'an, Naratif, Acceptance and Commitment Therapy (ACT)

Mental health issues, especially in women, have been increasingly gaining attention in the modern era, considering the numerous social pressures, dual roles, and psychological burdens faced by women. Global data (WHO) reveals that women are significantly more vulnerable to mental health problems compared to men, with a prevalence ratio that is 2 times higher. In this context, the figure of women in the Qur'an is very much needed to serve as a mirror and source of inspiration in building the psychological resilience of women today. One of the female figures in the Qur'an that is interesting to study for her psychological resilience is Maryam. Maryam was able to overcome various social pressures, stigma, and severe trials that befell her well. To that end, the character of Maryam in the Qur'an will be examined for her psychological flexibility using ACT theory. Furthermore, to support the exploration of the psychological aspects of Maryam's character, a narrative analysis is required to understand the storyline of Maryam.

This research is library research a qualitative research type. In the process of gathering data, a thematic method is used, which involves collecting verses with the same theme. The primary sources are the Qur'an and several tafsir books. Meanwhile, the secondary data for this research consists of books, journals, articles, and other scientific literature.

The research results show that the narrative structure of the story of Maryam in the Qur'an fulfills the elements of equilibrium (Hannah's prayer and the birth of Maryam [QS. Ali Imran: 36-37]), disequilibrium (pregnancy, isolation, the birth of Jesus, and accusations from society [QS. Ali Imran: 45, QS. Maryam: 22-23, and QS. 27-29]), and new equilibrium (defense from a speaking baby [QS. Ali Imran: 46 and QS. Maryam: 30-33]). Then, the psychological flexibility of the character Maryam is manifested in the form of Acceptance (full acceptance of destiny [QS. Ali Imran: 47]), Cognitive Defusion (release from negative thoughts, namely wishing for death [QS. Maryam: 23]), Being Present (awareness of being present in a situation without a husband [QS. Maryam: 20]), Self as Context (identity as a servant of God [QS. Maryam: 26]), Values (appreciation of strong faith values [QS. Ali Imran: 42]) and Committed Action (real actions that are consistent with those values [QS. Maryam: 29]).

ملخص

رفيقة كاملة مجنى. 2025. المرونة النفسية لشخصية مريم في القرآن. فرضية. كلية الدعوة وأصول الدين. كياهي حاج عبد الحليم في باجت مو جوكيرتو. المشرف: إدريس، ماجستير

الكلمات المفتاحية: مريم، القرآن، السرد، العلاج بالقبول والالتزام

تشكل قضايا الصحة النفسية، وخاصة بالنسبة للنساء، قضية تحظى بقدر متزايد من الاهتمام في العصر الحديث اليوم، بالنظر إلى العديد من الضغوط الاجتماعية، والأدوار المزدوجة، والأعباء النفسية التي تواجهها النساء. تكشف البيانات العالمية (من منظمة الصحة العالمية) أن النساء أكثر عرضة بشكل ملحوظ للتأثر بمشاكل الصحة النفسية مقارنة بالرجال، مع نسبة انتشار تتجاوز ضعف ذلك. في هذا السياق، تعتبر شخصية المرأة في القرآن ضرورية لتكون مرآة ومصدر إلهام في بناء المرونة النفسية للنساء في الوقت الحاضر. واحدة من الشخصيات النسائية في القرآن التي تستحق الدراسة في مجال قوتها النفسية هي مريم. كانت مريم قادرة على تجاوز مختلف الضغوط الاجتماعية، والوصمات، والاختبارات الصعبة التي تعرضت لها بشكل جيد. لذلك، سيتم دراسة شخصية مريم في القرآن الكريم من حيث مرونتها النفسية باستخدام نظرية ACT ومن أجل دعم الكشف عن الجوانب النفسية لشخصية مريم، فإن التحليل السرد ضروري لمعرفة مسار قصة شخصية مريم. هذه الدراسة هي بحث مكتبي (بحث مكتباتي) من نوع البحث النوعي. خلال عملية جمع البيانات، تم استخدام الطريقة الموضوعية (الموضوعية) التي تعتمد على جمع الآيات التي لها نفس الموضوع. المصدر الرئيسي هو القرآن وبعض كتب التفسير. أما البيانات الثانوية في هذه الدراسة فهي الكتب والمجلات والمقالات والأدبيات العلمية الأخرى.

تظهر نتائج البحث أن الهيكل السرد لقصة مريم في القرآن الكريم يستوفي عناصر التوازن (دعاء حنة وولادة مريم [آل عمران: 36-37])، عدم التوازن (الحمل، العزلة، ولادة عيسى، واتهامات المجتمع [آل عمران: 45، مريم: 22-23، و 27-29])، بالإضافة إلى التوازن الجديد (الدفاع عن النفس من خلال الطفل الذي يتحدث [آل عمران: 46 ومريم: 30-33]). ثم يتم تجسيد المرونة النفسية لشخصية مريم في شكل القبول (القبول الكامل بالقدر [آل عمران: 47])، التفكيك المعرفي (التحرر من الأفكار السلبية مثل التمني بالموت [مريم: 23])، الحضور (الوعي بالوضع القائم في حالة الحمل دون زوج [مريم: 20])، الذات كالسياق (هوية الفرد كعبد لله [مريم: 26])، القيم

(تجسيد القيم الإيمانية الثابتة [آل عمران: 42]) وأيضًا العمل الملتزم (الأفعال الحقيقية التي تتماشى مع تلك القيم [مريم: 29])

