



**TERAPI AL-QUR'AN DAN PSIKOLOGI TENTANG KELUH KESAH
(STUDI KOMPARATIF)**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I



UIN SUSKA RIAU

OLEH:

JUNIA NOSA NOPIANTI

NIM: 11930220887

Pembimbing I

H. Fikri Mahmud Lc., M.A

Pembimbing II

H. Agus Firdaus Chandra, Lc., M.A

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

2023



© Hak Cipta dimiliki UIN Suska Riau
Staff Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip, sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Fikri Mahmud LC., MA
Firdaus Chandra, Lc., MA
Pembimbing Skripsi
Junia Nosa Nopianti

Dinas
5 (lima) eksemplar
Penyusunan Skripsi
Junia Nosa Nopianti

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Ushuluddin
UIN SUSKA RIAU
di-
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
Dengan hormat,

Setelah dengan seksama dan memberikan bimbingan serta petunjuk bagi perbaikan naskah ini, kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi atas nama Sdr. Junia Nosa Nopianti (NIM: 11930220887) yang berjudul: **Terapi Al-Qur'an dan Psikologi Tentang Keluh Kesah (Studi Komparatif)** telah dapat diajukan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dari Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin.

Harapan kami dalam waktu dekat, mahasiswa yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji secara resmi dalam sidang munaqasyah yang telah ditetapkan.

Demikian untuk dapat dimaklumi, atas perhatian diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekanbaru, Oktober 2023

Pembimbing I,

Pembimbing II,


F. Fikri Mahmud Lc. MA
NIP. 130109001


H. Agus Firdaus Chandra, Lc., MA
NIP. 19850829201503 1 002



PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: Terapi Al-Qur'an dan Psikologi Tentang Keluh Kesah (Studi Komperatif),

Nama : Junia Nosa Nopianti

NIM : 11930220887

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Telah dimunaqasyahkan dalam sidang panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 21 September 2023

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 04 Oktober 2023

Dekan,



Dr. H. Jamaluddin, M. Ush
NIP. 19670423 199303 1 004

Panitia Ujian Sarjana

Ketua/Penguji I

Dr. Arizal Nur, S.Th,L, MIS
NIP. 19800108200310 1 001

Sekretaris/Penguji II

Afriadi Putra, S.Th.I., M.Hum.
NIP. 19890420201801 1 001

Penguji III

Prof. Dr. H. Syamruddin, M.Ag
NIP. 19580323198703 1 003

Penguji IV

Jani Arni, S.Th.L, M.Ag
NIP. 19820117200912 2 006

MENGETAHUI

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran Surat :
 Nomor : Nomor 25/2021
 Tanggal : 10 September 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : JUNIA NUSA NORIANTI
 NIM : 1193 0220 887
 Tempat/Tgl. Lahir : KASIMANG / 16 JUNI 2001
 Fakultas/Pascasarjana : USHULUDDIN
 Prodi : ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

TENAGA AL-QUR'AN DAN PSIKOLOGI TENTANG KELUH KESAH (STUDI KOMPARATIF)

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Ditandatanganilah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

UIN SUSKA RIAU
 Pekanbaru, 05 October 2023
 Yang membuat pernyataan



[Handwritten Signature]

JUNIA NUSA NORIANTI
 NIM : 1193 0220 887

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari urusan), tetaplah bekerja keras(untuk urusan lain). Dan hanya kepada Tuhan mu lah engkau berharap.”

(QS. Al-Insyirah : 6-8)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja dengan lelah-lelah itu. Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semuanya yang kau invertasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan.”

(Boy Chandra)

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



KATA PENGANTAR



Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: “**TERAPI AL-QUR’AN DAN PSIKOLOGI TENTANG KELUH KESAH (STUDI KOMPARATIF)**” dan untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S. Ag). Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada teladan untuk umat manusia yakni Nabi Muhammad SAW, semoga kelak kita bisa mendapatkan syafaatnya.

Terselesaikannya penulisan skripsi ini berkat karunia Allah SWT serta dukungan, motivasi bimbingan dan bantuan dari semua pihak yang telah membantu, meluangkan waktunya untuk penulis. Yang paling utama penulis ucapkan terimakasih kepada kedua Orang Tua Ayahanda **Ali Amran** (Alm) seseorang yang biasa penulis sebut ayah dan berhasil membuat penulis bangkit dari kata menyerah. Alhamdulillah kini penulis bisa berada ditahap ini, menyelesaikan karya ilmiah sebagai perwujudan terakhir sebelum beliau benar-benar pergi menghadap sang pencipta. Terimakasih telah mengantarkan penulis sampai ke jenjang perguruan tinggi, meskipun pada akhirnya perjalanan ini harus penulis lewati sendiri tanpa lagi ayah temani, dan Ibunda **Idar** yang telah memberikan dukungan terbaik, motivasi, dan doa terbaik untuk penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini, serta kakak **Sasri Iswir Yamawati S.Keb**serta abang **Untung** serta adik **M. Ardiansyah**, selalu menjadi tempat penulis untuk mengadu, dan selalu memberikan segala bentuk dorongan dan motivasi.

Tak lupa pula penulis ucapkan kepada **Ismi Aziz S.Ag** dan **Wendy Hermawan S.Ag** yang selalu mendampingi dan selalu memberi dukungan penuh dari awal pembuatan skripsi sampai terselesaikannya skripsi penulis ini. Dan terimakasih penulis ucapkan untuk para rekan-rekan terbaik yang selalu mendampingi dan menemani penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. **Ranti defli S.Pd**, **Nadia**

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Khairotin, Mela Riani, Kartika Putri S, Cincay Squad, serta rekan-rekan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim. Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M. Ag beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di universitas ini.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin Dr. H. Jamaluddin, M.Us. Wakil Dekan I Dr. Rina Rehayati, M.Ag. Wakil Dekan II Dr. Afrizal Nur, MIS. dan Wakil Dekan III Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M.Ag.
3. Bapak Agus Firdaus Chandra, Lc., MA selaku Ketua Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir dan Bapak Afriadi Putra S. Th. I., M. Hum sebagai sekretaris Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir dan dosen pembimbing skripsi serta Bapak Fikri Mahmud, Lc.,MA sebagai dosen pembimbing skripsi.
4. Pembimbing Akademik Fikri Mahmud, Lc.,MA yang telah memberikan tunjuk ajarnya kepada penulis selama menjadi mahasiswa di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
5. Seluruh dosen yang telah memberikan materi perkuliahannya. Semoga Allah membalas kebaikan yang telah dilakukan dan Allah SWT jadikan ilmu yang diajarkan sebagai amal jariyah dan ladang ilmu yang bisa dituai kemudian hari.
6. Kepala Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau beserta segenap jajarannya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk meminjam berbagai referensi guna menopang pembahasan yang penulis butuhkan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada seluruh keluarga besar saya yang telah memberikan semangat kepada penulis.
8. Seluruh teman-teman yang sama-sama duduk untuk menimba ilmu di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau terutama di Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin yang telah memberikan semangat, kritik, saran, serta doa terbaik.

Penulis menyadari akan keterbatasan kemampuan yang penulis miliki dalam penulisan skripsi ini. Karena itu, tentulah terdapat kekurangan serta kejanggalan yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memerlukan kritikan positif demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Kepada Allah SWT penulis berdoa semoga kebaikan dan kontribusi yang telah mereka berikan dinilai sebagai ibadah sehingga selalu mendapatkan rahmat dan karunia-Nya. *Aamiin ya Rabbal 'aalamiin.*

Pekanbaru, Juli 2023
Penulis,

Junia Nosa Nopianti
NIM.11930220887



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini didasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (*A Guide to Arabic Transliteration*), INIS Fellow 1992.

A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ﺍ	A	ﺙ	Th
ﺏ	B	ﺫ	Zh
ﺕ	T	ﻉ	'
ﺙ	Ts	ﻍ	Gh
ﻑ	J	ﻑ	F
ﺡ	H	ﻕ	Q
ﺦ	Kh	ﻙ	K
ﺩ	D	ﻝ	L
ﺫ	Dz	ﻡ	M
ﺭ	R	ﻥ	N
ﺯ	Z	ﻭ	W
ﺱ	S	ﻩ	H
ﺱ	Sy	ﻩ	'
ﺶ	Sh	ﻱ	Y
ﺪﻝ	Dl		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



B. Vokal, Panjang dan Diftong

Setiap penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal *fathah* ditulis dengan “a”, *kasrah* dengan “i”, *dlommah* dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

Vokal (a) panjang = \hat{A}	misalnya	قال	menjadi	qâla
Vokal (i) panjang = \hat{I}	misalnya	قيل	menjadi	qîla
Vokal (u) panjang = \hat{U}	misalnya	دون	menjadi	dûna

Khusus untuk bacaan ya’ nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan “i”, melainkan tetap ditulis dengan “iy” agar dapat menggambarkan ya’ nisbat diakhirnya. Begitu juga dengan suara diftong, wawu dan ya’ setelah *fathah* ditulis dengan “aw” dan “ay”. Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw) = و	misalnya	قول	menjadi	qawlun
Diftong (ay) = ي	misalnya	خير	menjadi	khayrun

C. Ta’ Marbûthah (ة)

Ta’ marbûthah ditransliterasikan dengan “t” jika berada di tengah kalimat, tetapi apabila *ta’ marbûthah* tersebut berada di akhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan “h” misalnya الرسالة للمدرسة menjadi *al-riسالah li al mudarrisah*, atau apabila berada di tengah-tengah kalimat yang terdiri susunan *mudhaf* dan *mudhaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan t yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya في رحمة الله menjadi *fi rahmatillah*.

D. Kata Sandang dan Lafdh al-Jalalah

Kata sandang berupa “al” (ال) ditulis dengan huruf kecil, kecuali terletak di awal kalimat, sedangkan “al” dalam lafadh jalalah yang berada di tengah-tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini:

- Al-Imâm al-Bukhâriy mengatakan....
- Al-Bukhâriy dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan....
- Masyâ Allâh kâna wa mâ lam yasya’ lam yakun.*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I



ABSTRAK

Terapi Al-Qur'an adalah pendekatan dalam psikoterapi yang memanfaatkan ayat-ayat Al-Qur'an sebagai sarana untuk membantu individu mengatasi berbagai masalah psikologis dan emosional. Manusia dikatakan sempurna karena ia memiliki dimensi bio-psiko-sosio yang tidak dimiliki oleh makhluk lainnya. Dimensi bio atau fisik pada diri manusia adalah dimensi yang berfungsi untuk mendorong seseorang mencari pemenuhan kebutuhan yang sifatnya materi seperti makan, minum dan pakaian. Adapun jenis penelitian yang digunakan oleh penulis adalah kajian kepustakaan (Library Research), yaitu penelitian yang menyelidiki berbagai sumber dan karya-karya di perpustakaan. Pada penulisan ini menggunakan metode pendekatan yaitu analisis data kualitatif. Analisis data kualitatif diartikan sebagai suatu usaha analisis berdasarkan kata-kata yang disusun dalam bentuk yang diperluas. Penelitian kualitatif disini bermakna bahwa data yang disajikan berwujud kata-kata dan bukan angka-angka. Melalui firman-Nya ini, Allah SWT menyuruh para hamba-Nya untuk meraih kebaikan dunia dan di akhirat yang mereka dambakan, dengan cara menjadikan kesabaran dan shalat sebagai penolong. Ayat ini menekankan pentingnya bersabar dalam menghadapi cobaan dan kesulitan hidup, serta memperkuat keterhubungan dengan Allah melalui shalat. Bersabar dan shalat adalah kunci untuk menghadapi tantangan hidup, dan hal ini memang berat, tetapi bagi orang-orang yang memiliki ketaqwaan dan khusyuk kepada Allah, mereka akan mampu melewatinya dengan lebih mudah.

Kata kunci : Terapi Keluh Kesah, Al-Qur'an, Psikologi

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

Al-Qur'an therapy is an approach in psychotherapy that utilizes verses from the Koran as a means to help individuals overcome various psychological and emotional problems. Humans are said to be perfect because they have bio-psycho-socio dimensions that other creatures do not have. The bio or physical dimension in humans is a dimension that functions to encourage a person to seek fulfillment of material needs such as eating, drinking and clothing. The type of research used by the author is library research, namely research that investigates various sources and works in the library. In this writing, an approach method is used, namely qualitative data analysis. Qualitative data analysis is defined as an analytical effort based on words arranged in an expanded form. Qualitative research here means that the data presented is in the form of words and not numbers. Through His words, Allah SWT commands His servants to achieve the goodness in this world and the afterlife that they desire, by using patience and prayer as helpers. This verse emphasizes the importance of being patient in facing life's trials and difficulties, as well as strengthening your connection with Allah through prayer. Being patient and praying is the key to facing life's challenges, and this is indeed difficult, but for people who have devotion and devotion to Allah, they will be able to overcome it more easily.

Keywords: Complaint Therapy, Al-Qur'an, Psychology

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

خلاصة

العلاج بالقرآن هو أسلوب في العلاج النفسي يستخدم آيات من القرآن كوسيلة لمساعدة الأفراد على التغلب على المشاكل النفسية والعاطفية المختلفة. يُقال إن البشر مثاليون لأن لديهم أبعادًا بيولوجية ونفسية واجتماعية لا تمتلكها المخلوقات الأخرى. البعد الحيوي أو الجسدي لدى البشر هو البعد الذي يعمل على تشجيع الشخص على السعي لتحقيق احتياجاته المادية مثل الأكل والشرب والملبس. نوع البحث الذي يستخدمه المؤلف هو البحث المكتبي، وهو البحث الذي يبحث في المصادر والأعمال المختلفة في المكتبة. في هذه الكتابة، يتم استخدام طريقة النهج، وهي تحليل البيانات النوعية. يتم تعريف تحليل البيانات النوعية على أنه جهد تحليلي يعتمد على كلمات مرتبة في شكل موسع. البحث النوعي هنا يعني أن البيانات المقدمة تكون على شكل كلمات وليس أرقام. من خلال كلامه، يأمر الله سبحانه وتعالى عباده أن يحققوا ما يريدون من خير الدنيا والآخرة، وذلك باستخدام الصبر والصلاة. تؤكد هذه الآية على أهمية الصبر في مواجهة مصاعب الحياة وتجاربها، وتقوية صلته بالله من خلال الصلاة. الصبر والصلاة هو مفتاح مواجهة تحديات الحياة، وهذا أمر صعب بالفعل، ولكن بالنسبة للأشخاص الذين لديهم إخلاص وإخلاص في الله، سيكونون قادرين على التغلب عليه بسهولة أكبر.

الكلمات المفتاحية: علاج الشكوى، القرآن، علم النفس

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PENGESAHAN

NOTA DINAS

SURAT PERNYATAAN

KATA PENGANTAR ii

PEDOMAN TRANSLITERASI v

ABSTRAK vii

ABSTRACT viii

خلاصة ix

DAFTAR ISI x

BAB I PENDAHULUAN 1

 A. Latar Belakang 1

 B. Penegasan Istilah 4

 C. Identifikasi Masalah 6

 D. Batasan Masalah 6

 E. Rumusan Masalah 6

 F. Tujuan Dan Manfaat Penelitian 7

BAB II LANDASAN TEORETIS 8

 A. Mengenal Sosok M. Quraish Shihab 8

 B. Terapi Keluh Kesah 15

 C. Kepribadian Manusia Dalam Al-Qura'an 18

 D. Tinjauan Pustaka 21

BAB III METODE PENELITIAN 25

 A. Jenis Penelitian 25

 B. Sumber Data 25

 C. Teknik Pengumpulan Data 25

 D. Teknik Analisis Data 26

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB IV PEMBAHASAN.....	29
A. Penafsiran Al-Qur'an dan Psikologi Tentang Terapi Keluh Kesah	29
B. Ayat Terapi Keluh Kesah dalam Al-Qur'an.....	31
BAB V PENUTUP.....	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	50
BIOGRAFI PENULIS	



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Terapi Al-Qur'an adalah pendekatan dalam psikoterapi yang memanfaatkan ayat-ayat Al-Qur'an sebagai sarana untuk membantu individu mengatasi berbagai masalah psikologis dan emosional. Dalam kedua bidang ini, keluhan atau ungkapan perasaan dan pengalaman individu sering menjadi fokus perhatian. Terapi Al-Qur'an dan psikologi dalam konteks keluhan memiliki signifikansi yang penting.

Banyak individu menghadapi stres, kecemasan, dan masalah psikologis lainnya dalam kehidupan sehari-hari. Keluhan sering kali menjadi cara mereka menyampaikan perasaan dan permasalahan mereka. Al-Qur'an adalah sumber ajaran spiritual dan etika yang dapat memberikan dukungan psikologis kepada individu. Penggunaan ayat-ayat Al-Qur'an sebagai bagian dari terapi dapat menjadi solusi yang bermanfaat.¹

Manusia adalah makhluk yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk lainnya. Manusia dikatakan sempurna karena ia memiliki dimensi bio-psiko-sosio yang tidak dimiliki oleh makhluk lainnya. Dimensi bio atau fisik pada diri manusia adalah dimensi yang berfungsi untuk mendorong seseorang mencari pemenuhan kebutuhan yang sifatnya materi seperti makan, minum dan pakaian. Sementara dimensi psiko adalah dimensi yang berfungsi untuk supaya manusia dapat bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.²

Ketiga aspek yang ada pada diri manusia ini memiliki fungsi yang berbeda namun ketiganya saling berkaitan satu sama lain. Jika manusia terlalu digerakkan oleh dimensi bio/fisiknya saja, maka ia tidak jauh beda dengan

¹

² Hanna djumhana bastaman, integrasi psikologi dengan islam. (Yogyakarta : pustaka pelajar :2011), hlm.49

binatang. Dan jika manusia terlalu di gerakkan oleh dimensi psikonya saja tanpa mempertimbangkan dimensi lainnya, maka ia tidak akan mampu bertahan hidup karena manusia dapat berfikir dan merasa hanya jika masalah primer sudah terselesaikan.. Oleh karenanya, manusia harus mampu menyeimbangkan antara dimensi biopsiko, dan sosionya supaya hidupnya bahagia dan terhindar dari gangguan- gangguan psikologis.³

Manusia dikatakan sempurna disebabkan oleh karena di dalam manusia terdapat dimensi jasad dan Ruh. Dimensi ruh inilah yang membuat manusia berbeda dengan makhluk lainnya dan juga menyebabkan nya menjadi sempurna karena Ruh yang ada dalam diri manusia ini sifatnya suci, Ruh manusia yang sifatnya suci ini berasal dari Ruh Tuhan. Pada dasarnya Ruh manusia adalah suci dan ingin kembali kepada pada hal yang suci. Akan tetapi keinginan ruh untuk kembali ke asalnya yang suci tidak mudah dilakukan, karena di dalam diri manusia ada dimensi fisik yang justru selalu menarik manusia untuk mengejar kenikmatan yang sifatnya.

Sifat berkeluh kesah merupakan suatu sifat yang tercela yang dapat mengotori hati manusia. Keluh kesah merupakan suatu sifat yang menggambarkan ketidak puasan dalam menjalani sebuah proses kehidupan,. Keluh kesah merupakan satu kewajaran yang mana sifat ini merupakan suatu kehendak yang digerakkan oleh iblis dan setan yang sama sekali tidak boleh di ikuti. Seseorang yang selalu mengikuti sikap keluh kesahnya makan akan condong kearah ketidak berdayaan dalam menjalani kehidupan serta tidak percaya pada kehendak yang sudah di tetapkan oleh Allah SWT. Seperti yang terdapat dalam firman Allah :

﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ^{١٩} إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ^{٢٠} وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ^{٢١} ﴾

³ Djamaludin ancok „Solusi Islam Atas Problem Problem Psikologi. (Yogyakarta :Pustaka Pelajar, 2000). hlm 90-96

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Artinya : *“sesungguhnya manusi diciptakan bersifat kelih kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah dan apabila ia mendapat kebaikan (harta) ia amat kikir. Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat.”* (Q.S.Al-Ma’arij : 19-21)

Keluh kesah tidak memiliki ketenangan hati, selalu cemas, serta selalu ketakutan dan senantiasa merasa kekurangan serta jika dihadapkan dengan masalah menjadikan hatinya gelisah yang menyesali nasibnya dan mencari kesalahan orang lain terhadap apa yang sudah dialaminya⁴. Sedangkan di dalam Al-Qur’an sudah menunjukkan dengan tegas bahwa manusia memiliki derajat yang tinggi, bahkan lebih jauh menurut Binti asy Syathi menjelaskan bahwa insan inilah membawa manusia sampai pada derajat yang membuatnya pantas menjadi pemimpin di muka bumi serta menerima beban *taklif* dan amanat kekuasaan.⁵

Psikologi modern sebenarnya lebih menitik beratkan pada kajian sosial, budaya manusia serta tidak memperhatikan pengaruh dari spritualitasnya. Al-Qur’an di turunkan sebagai penawarnya dan rahmat bagi orang yang beriman, petunjuk ke arah jalan yang lurus dan memberikan keselamatan kepada manusia dari kebimbangan akal dan perasaan. Al-Qur’an sebagai kitab penyempurna memiliki nilai petunjuk tentang bagaimana menyikapi suatu kesulitan di dalam kehidupan serta membantu mencegah manusia agar terhindar dari gangguan mental, sikap kurang bersyukur dan senantiasa berkeluh kesah terhadap takdir Allah SWT.

Permasalahan ini semakin menarik penulis karena semakin banyaknya faktor yang mendorong manusia yang dilemma menghadapi kehidupan atas rasa kurang bersyukur seperti hidup dianggap sebagai beban sehingga menimbulkan berbagai penyakit hati seperti berkeluh kesah yang

⁴ Abdul Mujib, Kepribadian dalam Psikologi Islam, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2016), h. 34

⁵ Moeljono Notosoedirjo dan Latipun, Kesehatan Mental; konsep dan penerepan, (Malang: UIM Press, 2002), h. 12.



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mendatangkan murka Allah SWT atas dirinya dengan harapan hasil penelitian ini mampu menjawab permasalahan di atas. Dengan adanya masalah-masalah di atas, menunjukkan pentingnya mengetahui apa saja tabiat-tabiat yang diancam Allah sehingga kita bisa menjauhkan diri dari tabiat-tabiat tersebut, selain untuk melindungi diri sendiri dari tabiat buruk, penulis juga sangat ingin membantu orang-orang yang sedang menghadapi masalah kehidupan yang mana pada tafsiran ayat di jelaskan manusia sangatlah merugi jika berlarut dalam tabiat yang tidak baik.

Orang-orang yang memiliki tabiat buruk hingga jiwanya tidak tenang, bisa kembali bangkit menjalani kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya, ataupun setidaknya bisa menjadi bahan baca yang mengingatkan kita semua bahwa Al-Qur'an adalah sebaik-baik penyembuh jiwa yang gelisah dan menjadi pengingat diri apabila memiliki tabiat yang tidak baik. Dalam permasalahan ini mengantarkan penulis pada pembahasan yang akan diteliti dengan judul: Terapi Al-Qur'an dan Psikologi Tentang Keluh Kesah (Studi Komparatif).

B. Penegasan Istilah

Untuk membahas permasalahan didalam penelitian ini perlu penegasan beberapa kata kunci yang pengertian dan pembatasannya perlu dijelaskan.

1. Keluh Kesah

Ketidak mampuan seseorang didalam memikul sebuah bencana atau musibah yang sedang menimpanya, kemudian menampakkan sikapnya itu, baik dengan ucapan, perbuatan maupun keluh kesah. Dalam menghadapi musibah, seorang mukmin hendak menjalaninya dengan penuh kesabaran, yaitu menahan diri dari keluh kesah, amarah, apa lagi dari harapan mendapat balas kasihan orang lain. Karena pada saat itu iman seseorang di uji apakah dapat melewatinya atau meluapkan rasa emosinya kepada Allah SWT. Firman Allah dalam surat Al-Baqarah : 155:



- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya : Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan diberikan berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan : “inna lillaahi wa inna ilaihi raaji’uun.

2. Terapi

Terapi dalam Al-Qur’an merupakan terapi yang dilakukan untuk menyembuhkan suatu penyakit gangguan jiwa dan fisik. Agama sangat erat kaitannya dengan terapi, hal ini dapat di libat dari beberapa ayat Al-Qur’an . Al-Qur’an yang memiliki fungsi tidak hanya sebagai petunjuk bagi kehidupan umat islam, akan tetapi juga menjadi obat atau penyembuh⁶. Salah satu ayat Al-Qur’an yang berisi mengenai aspek terapi untuk kesehatan jiwa dan mental sebagaimana dalam firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya : Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman” (QS. Yunus [10]: 57).

3. Al-Qur’an

Dalam KBBI, Al-Qur’an adalah kitab sucinumat islam yang berisi firman Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW dengan peantaran malaikat Jibril untuk dibaca, dipahami, dan diamalkan sebagai petunjuk atau pedoman hidup bagi umat manusia. Secara harfiah Al-Qur’an merupakan bacaan yang sempurna, adalah suatu nama pilihan Allah yang tepat karena Al-Qur’an adalah satu-satunya bacaan yang tidak seorang pun mampu menandinginya. Hal tersebut terlihat dari susunan kata dalam Al-Qur’an yang

⁶ M. Hamdani Bakran adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta, Fajar Pustaka Baru, 2004), h. 225



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

terangkai dengan bahasa yang mengandung sastra yang tinggi dengan kosa kata yang berjumlah 77.439 dan jumlah huruf sebanyak 323.025, dan terdiri dari 114 surah yang susunannya ditentukan oleh Allah SWT dengan cara *tawaqif*, tidak menggunakan metode sebagaimana metode-metode penyusunan buku-buku ilmiah.⁷

Identifikasi Masalah

Peneliti menemukan beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi dari latar belakang di atas sebagai berikut:

1. Terdapat ayat-ayat yang menjelaskan bentuk-bentuk keluh kesah manusia dalam Al-Qur'an.
2. Terapi terhadap keluh kesah manusia di dalam Al-Qur'an.
3. Keluh kesah perspektif Al-Qur'an di era modern merupakan suatu gejala psikologi.
4. Kemampuan Al-Quran dalam memberikan terapi psikologis terhadap keluh kesah di era modern.

D. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dan untuk meminilisir kerancuan dalam pembahasan, maka peneliti memberikan batasan masalah yang menjadi fokus kajian penelitian ini. Dalam hal ini penulis mengambil atau menyajikan ayat yang membahas tentang terapi keluh kesah yaitu terdapat pada Qs. Ali Imran ayat 139, QS. Al-Ma'arij ayat 22-25, Qs. Ar-Ra'd ayat 28. Ada pun kajian yang menjadi inti pembahasan pada skripsi ini adalah terapi Al-Qur'an dan psikologi tentang Keluh Kesah (studi komparatif).

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya, maka yang menjadi pokok masalah adalah :

1. Bagaimana penafsiran Al-Qur'an dan psikologi tentang terapi keluh kesah ?
2. Bagaiaman ayat tentang terapi keluh kesah menurut Al-Qur'an ?

⁷ M .Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*, hlm 4



F. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Ada beberapa tujuan penelitian ini, di antaranya sebagai berikut :

- a. Untuk mengetahui penafsiran ayat tentang terapi keluh kesah dalam al-Qur'an.
- b. Untuk mengetahui konsep terapi keluh kesah dan terapinya dalam al-Qur'an.

2. Manfaat Penelitian

- a. Untuk memperluas kajian penafsiran Al-Qur'an serta memberikan pengatuhan kepada kita semua dalam menyikapi masalah kehidupan sehingga kita mampu menghindari tabiat-tabiat buruk yang tidak di sukai Allah SWT.
- b. Sebagai bahan (bacaan) bagi penulis dan para peneliti berikutnya, dalam menyusun karya ilmiah yang berkaitan dengan kajian tafsir tentang perkara yang bisa mengobati tabiat atau kejiwaan dalam Al-Qur'an.
- c. Untuk melengkapi dan memenuhi syarat dalam menyelesaikan studi di jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau-Pekanbaru.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

LANDASAN TEORETIS

A. Mengenal Sosok M. Quraish Shihab

1. M. Quraish Shihab Pada Masa Kecil

Muhammad Quraish Shihab adalah salah satu nama yang tersohor dalam deretan tokoh-tokoh cendekiawan dan pemikir Islam Indonesia. Nama yang diberikan oleh orang tua penulis Tafsir al-Mishbah ini, mulai dipakai setelah kelahirannya pada tanggal 16 Februari 1944 di Rappang, Ujung Pandang, Sulawesi Selatan.⁸ Selain namanya yang terpendang karena produktifitas dalam berkarya, berdakwah dan menjawab problem masyarakat lewat buku-bukunya, ia juga pernah menjabat sebagai menteri Agama pada kabinet pembangunan VII (1998).

Tumbuh kembang di dalam sebuah keluarga yang taat agama dan mengutamakan pendidikan, M. Quraish Shihab besar membawa semangat ayahnya untuk terus belajar, berdakwah dan berkarya. Dorongan M. Quraish Shihab untuk terus belajar ia dapatkan dari ayahandanya, nasehat- nasehat dari ayahanda menjadi motivasi utama yang ia pegang hingga dewasa.⁹

Ayah M. Quraish Shihab bernama Abdurrahman Shihab (1905-1986), ia adalah seorang tokoh agama yang terpendang dan terkemuka di daerah Sulawesi Selatan. Selain itu Abdurrahman Shihab juga menjadi guru besar dalam bidang Tafsir di IAIN Alaudin, Ujung Pandang. Ia merupakan salah satu pendiri dari sebuah lembaga Pendidikan yakni Universitas Muslim Indonesia (UMI).¹⁰ Dalam cerita M. Quraish Shihab,

⁸ M. Quraish Shihab, *Membumikan al-Qur'an*, (Bandung: Mizan 2007), hlm. 6.

⁹ Shihab, *Membumikan al-Qur'an...* hlm. 15.

¹⁰ Abuddin Nata, *Tokoh-tokoh pembaharuan Islam di Indonesia*, (Jakarta: Raja Grafindo Prees, 2005), hlm. 362. / Lihat M. Mahbub Junaidi, *Rasionalitas Kalam M. Quraish Shihab*, (Solo:CV. Angkasa Solo, 2001), hlm. 24.

ayahandanya adalah seorang intelektual yang juga memiliki hobi berwiraswasta sejak umurnya masih muda.¹¹

Pendidikan yang ditanamkan oleh orang tuanya pada usia dini cukup berimplikasi dalam pembentukan karakter dan jati diri M. Quraish Shihab. Kenangan-kenangan dan nasehat-nasehat yang diwanti-wanti oleh ayahnya selalu ia ingat dalam mengarungi bahtera kehidupan.

Dalam beberapa karyanya, M. Quraish Shihab menyelipkan romantisme masa lalu bersama ayahanda. “Seringkali ia mengajak anak-anaknya duduk bersama. Pada saat inilah ia menyampaikan petuah-petuah keagamaanya. Banyak dari petuah itu yang kemudian saya ketahui sebagai ayat Al-Qur’an atau petuah Nabi, Sahabat atau Pakar-pakar Al-Qur’an yang hingga detik ini masih mengiang di telinga saya.”¹²

2. Riwayat Pendidikan M. Quraish Shihab

Faktor keluarga menjadi hal urgent dalam tumbuh kembang M. Quraish Shihab. Lahir dari keluarga yang sadar pendidikan, ia mendapatkan pendidikan formal maupun non-formal yang terarah semenjak usia dini. Untuk pendidikan formal pertama yang ia tekuni adalah Sekolah Rakyat di tanah kelahirannya Ujung Pandang. Seperti yang telah penulis sampaikan di sub bab sebelumnya, perjalanan intelektual yang bersifat non-formal sudah ia dapatkan dalam pantauan ayahnya sendiri Abdurrahman Shihab.

Pendidikan pertama berbasis keluarga yang intensif dari Abdurrahman Shihab, mengantarkan M. Quraish Shihab memiliki kesiapan mental dan materi dalam menapaki jenjang pendidikan. Ayah M. Quraish Shihab adalah seorang ulama’, muballigh, dan guru besar tafsir di IAIN Alaudin Ujung Pandang yang memiliki pengetahuan cukup luas untuk ia bekalkan kepada M. Quraish Shihab.

¹¹ Shihab, Membumikan al-Qur’an... hlm.14.

¹² Shihab, Membumikan al-Qur’an... hlm.14.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Setelah menyelesaikan pendidikan dasar yang ia dapatkan di Ujung Pandang, M. Quraish Shihab menuntaskan pendidikan menengahnya di kota Malang-Jawa Timur. Hal ini atas titah ayahnya untuk mengirim M. Quraish Shihab ke Pondok Pesantren Darul Hadis al-Fiqihiyah. Sebuah pondok yang memiliki kurikulum menghafal hadis-hadis Nabi.¹³

M. Quraish Shihab menajalani dua pendidikan secara bersamaan di kota Malang. pada sore dan malam hari, ia menjadi santri di pondok pesantren. Sedangkan ketika pagi dan siang harinya ia menjadi siswa disebuah Madrasah Sanawiyah.

Dalam hal ini Mahbub Junaidi menyatakan, keterpengaruhan M. Quraish Shihab oleh keilmuan guru yang keduanya, al habib Abd Qadir sangat besar. Kedekatan mereka berdua memberikan dampak yang tinggi kepada M. Quraish Shihab terlebih pengetahuan tentang cara bersikap, berperilaku, serta pengetahuan dalam bidang hadis, fiqih, syari'ah, dan lain-lain.¹⁴

Ayahanda M. Quraish Shihab tidak asal-asalan memilihkan pesantren ini kepada anaknya. Karena pesantren ini dibangun dengan kemasyhuran dan keilmuan pengasuhnya. Keinginan untuk mencetak sosok yang memilki keilmuan yang tinggi ia wujudkan dalam memilihkan pendidikan anaknya di pondok pesantren ini.

Dalam hal ini Mahbub Junaidi menyatakan, keterpengaruhan M. Quraish Shihab oleh keilmuan guru yang keduanya, al habib Abd Qadir sangat besar. Kedekatan mereka berdua memberikan dampak yang tinggi kepada M. Quraish Shihab terlebih pengetahuan tentang cara bersikap, berperilaku, serta pengetahuan dalam bidang hadis, fiqih, syari'ah, dan lain-lain.¹⁵

¹³ Shihab, *Membumikan al-Qur'an...* hlm. 231.

¹⁴ Junaidi, *Rasionalitas Kalam...* hlm. 33.

¹⁵ Junaidi, *Rasionalitas Kalam...* hlm. 33.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam karya M. Quraish Shihab yang berjudul *Logika Agama*, secara singkat M. Quraish Shihab menjelaskan tentang pengaruh besar pemikiran gurunya kepada dirinya. Habib Abdul Qadir Bilfaqih adalah sosok guru yang mewarnai masa remaja M. Quraish Shihab. Sifat arif, keikhlasan dalam menyebarkan pengetahuan adalah pancaran dari cahaya ilmu gurunya yang selalu diingat oleh M. Quraish Shihab. M. Quraish Shihab begitu merasakan kuatnya pengaruh gurunya ini sehingga dimasamasa sulit, ia selalu teringat oleh sosok Habib Abdul Qadir Bilfaqih. Walaupun dalam keadaan apapun, M. Quraish Shihab selalu berusaha untuk menyempatkan diri menyambung komunikasi. Komitmen ini tetap dilakukan walau hanya melalui media do'a setelah sembahyang, karena beliaunya sudah meninggal dunia. Apresiasi yang diberikan oleh M. Quraish Shihab dapat kita lihat dalam pernyataannya dalam karya.¹⁶

M. Quraish Shihab menempatkan Syaikh Abd Halim Mahmud dalam diri dan hatinya seperti ia menempatkan Abdurrahman Shihab dan Al-habib Abdul Qadir Bilfaqih. Ketika kuliah di al-Azhar M. Quraish Shihab sering menumpang bus bersama dengan gurunya, sehingga hubungan mereka bisa akrab. M. Quraish Shihab juga menceritakan bahwa gurunya sangat mengagumi Imam Ghazali, selain itu gurunya juga memiliki julukan “Imam Ghazali Abad XVI”.

“Tokoh kedua adalah Syekh Abdul Halim Mahmud (1910-1978 M) yang juga digelar “Imam Al-Ghazali abad XIV H”. beliau adalah dosen pada fakultas Ushuluddin saat al-Khawahir ini penulis susun,,, kami sering naik bus umum bersama menuju fakultas , baik sebelum maupun sesudah beliau diangkat menjadi dekan fakultas (1964 M). Pandangan-pandangan beliau tentang hidup dan keberagaman jelas memberikan pandangan-pandangan penulis.”¹⁷

¹⁶ M. Quraish Shihab, *Logika Agama; Kedudukan Wahyu dan Batas-Batas Akal Dalam Islam*, (Tangerang: Lentera Hati, 2005), hlm.20.

¹⁷ Ibid



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Setelah lulus program pasca sarjana (S-2), M. Quraish Shihab juga melanjutkan studinya untuk mendapatkan gelar doktor dibidang ilmuilm al-Qur'an dengan yudisium Summa Cum Laude disertai penghargaan tingkat I (Mumtat ma'a Martabat al-Syaraf al-'Ula) di Universitas al Azhar.¹⁸ Program untuk menempuh doktor ini tidak langsung ia ikuti setelah meraih gelar MA, akan tetapi program ini ia tempuh setelah pulang ke kapung halaman selama sebels tahun. Jangka waktu sbelas tahun itu, M. Quraish Shihab mengisinya dengan ikut berpartisipasi dalam dunia intelektual di Ujung Pandang.

3. Karya-karya M. Quraish Shihab

Komitmen M. Quraish Shihab dalam berkarya sudah ia mulai sejak 1997. Ia adalah salah satu tokoh cendekiawan Islam yang sangat peduli terhadap ilmu pengetahuan. Mahbub Junaidi dalam bukunya menuliskan:

“M. Quraish Shihab merupakan salah satu cendekiawan muslim Indonesia yang produktif, penulis yang profilik yang telah banyak menghasilka karya tulis”.¹⁹

M. Quraish Shihab merupakan salah satu cendekiawan muslim Indonesia yang produktif. Ia menulis buku dalam berbagai disiplin keilmuan Islam, dari syari'ah hingga tafsir. Jauh sebelum menulis karya-karyanya dalam bentuk buku ia sudah banyak menulis berbagai majalah dan jurnal ilmiah.²⁰

Semangat M. Quraish Shihab untuk memperkaya khazanah keilmuan di Nusantara direfleksikannya dengan buku-buku yang telah terbit dari pemikirannya. Ada lebih dari 40 buku yang ia tulis²¹, beberpnya akan penulis lampirkan di bawah ini:

¹⁸ M. Quraish Shihab, *Secerach Cahaya Ilahi*, (Bandung: Mizan, 2013), hlm.5.

¹⁹ Junaidi, *Rasionalitas Kalam ...* hlm. 42-43.

²⁰ Ibid

²¹ Shihab, *Kaidah Tafsir ...* hlm. 504.



- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Beberapa karya M. Quraish Shihab dapat dikategorikan kedalam empat rumpun. Pertama: Karya-karya tafsir (Tahlili, Maudu'i, maupun Ijmali). Kedua: Terjemah al-Qur'an. Ketiga: Artikel-artikel Tafsir. Keempat: Wawasan keislaman.

Ada beberapa prinsip yang diteguhkan oleh M. Quraish Shihab dalam karya-karya tafsirnya (Tahlili maupun Maudu'i), di antaranya adalah al-Qur'an merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan.²² Dalam hal ini ia tidak pernah luput dari pembahasan ilmu munasabat yang tercermin dalam enam hal:

1. Keserasian kata demi kata dalam satu surah
2. Keserasian kandungan ayat dengan penutup ayat (Fawasil)
3. Keserasian hubungan ayat dengan berikutnya
4. Keserasian uraian awal/mukadimah satu surah dengan penutupnya
5. Keserasian penutup surah dengan uraian awal/mukadimah surah sesudahnya
6. Keserasian tema surah dengan nama surah.²³

Karya selanjutnya berjudul al-Lubab: Makna, Tujuan, dan Pelajaran dari Surah-Surah al-Qur'an, buku ini menyajikan tafsiran ringkas dan padat. Metode yang digunakan adalah ijmali, dimana ayat-ayat al-Qur'an tidak dibahas dengan terperinci, melainkan hanya makna umumnya saja.

Rasinalitas al-Qur'an, Studi Kritis Atas Tafsir al-Manar, adalah karya M. Quraish Shihab yang berisikan tentang pembacaan kritis terhadap Tafsir al-Manar karangan M. Abduh dan Rasyid Ridha. Dalam karyanya ini, M. Quraish Shihab mendeskripsikan M. Abduh secara mendalam dan sistematis dari mulai pendidikannya, lingkungannya, fokus

²² 32Team Lentera Hati, Katalog 2014, Terpercaya. Mencerahkan. Inspiratif (Tangerang: Lentera Hati, 2014) hlm. 2.

²³ Lentera Hati, Katalog... hlm.3.

pemikiran karyakaryanya dan rumpun tafsir, corak penafsiran, ciri penafsiran dan catatancatan tentang Syaikh Muhammad Abduh.²⁴

Selanjutnya adalah karya dengan judul : Membaca Sirah Nabi Muhammad Saw, Dalam Sorotan al-Qur'an dan Hadis -hadis Sahih. Embrio dari buku ini adalah materi diskusi untuk kajian al-Qur'an yang penekanannya pada sirah Nabi. Setelah pengajian berakhir, berulang kali M. Quraish Shihab mendapatkan desakan dari teman-temannya untuk menuliskan materi-materi yang telah disampaikan. Dengan izin Allah akhirnya buku ini bisa terbit dengan menambahkan aneka rujukan dan beberapa kisah yang berbeda sebagai pelengkap atas kajian sirah Nabi yang telah ada selama ini.²⁵M. Quraish Shihab menjelaskan, ada banyak sejarah yang diuraikan oleh pakar dan diberikan aneka bumbu, disampaikan dalam bentuk yang tidak lengkap, bahkan keliru, tidak sedikit pula yang disambungkan dengan peristiwa lain tanpa memperhatikan kronologi waktu. Buku ini menyuguhkan sirah nabi dengan menggunakan tolok ukur kitab suci, meskipun segelintir orang ada yang menganggap bahwa al-Qur'an bukan kitab suci, maka paling tidak kitab suci itu dapat dianggap sebagai satu manuskrip yang berisikan informasi dan tidak berubah dari jaman nabi Muhammad sampai sekarang.²⁶

Selanjutnya, Wawasan al-Qur'an: Tafsir Maudu'i atas Berbagai Persoalan Umat. Dalam kata pengantarnya di buku ini, M. Quraish Shihab menceritakan bahwa karya ini awalnya adalah teks-teks makalah yang sempat ia sampaikan ketikan bercermah di Masjid Istiqlal pada

²⁴ M. Quraish Shihab, Racionalitas al-Qur'an, Studi @Kritis atas Tafsir al-Manar, (Tangerang: Lentera Hati, 2007), hlm.3.

²⁵ M. Quraish Shihab, Membaca Sirah Nabi Muhammad Saw, Dalam Sorotan al-Qur'an dan Hadits-hadits Shahih, (Tangerang: Lentera Hati, 2007), hlm. Xii-xiii.

²⁶ Shihab, Membaca Sirah... hlm.3

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

tahun 1993- 1996. Dengan izin dan rahmat Allah, buku ini bisa terbit untuk cetakan pertama pada tahun 1996.²⁷

B. Terapi Keluh Kesah

1. Pengertian Terapi Keluh Kesah

Terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, pengobatan penyakit dan perawatan penyakit. Dalam bidang medis kata terapi sinonim dengan kata pengobatan. Menurut kamus lengkap psikologi, terapi adalah suatu perlakuan dan pengobatan yang ditunjukkan kepada penyembuhan suatu kondisi patologis pengetahuan tentang penyakit atau gangguan.²⁸

Terapi juga dapat diartikan sebagai suatu jenis pengobatan penyakit dengan kekuatan batin atau rohani, bukan pengobatan dengan obat-obatan.³ Adapun menurut prof Dr. Singgih D Gunawan, terapi berarti perawatan terhadap aspek kejiwaan seseorang yang mengalami suatu gagasan, ataupun penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental dan pada kesulitan-kesulitan pada penyesuaian diri.²⁹

Jadi dapat di simpulkan bahwa terapi merupakan usaha pengobatan yang di lakukan konselor ataupun ahli terhadap klien dengan cara medis maupun non medis. Dengan terapi seorang klien dapat berusaha untuk menyembuhkan penyakit ataupun gangguan yang di alaminya seperti dalam hal kecemasan, stress ataupun yang lainnya. Terapi memberikan manfaat untuk menjadikan keadaan seseorang menjadi lebih baik lagi.

Keluh kesah adalah ke tidak sanggup seseorang dalam memikul bencana atau musibah yang menimbangnya, kemudian menampakkan

²⁷ Shihab Wawasan Al-Qur'an. Hlm X

²⁸ J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta, Pt. Raja Grafindo, 2001), Hal 507.

²⁹ Rusna Mala Dewi, *Terapi Penyimpangan Seksual Lesbian Menurut Islam*, (Palembang ,UIN Raden Fatah, 2007), Hal 13



- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

sikapnya itu, baik dengan ucapan, perbuatan maupun keluh kesah.³⁰ Menurut Khotimah keluh kesah adalah ucapan yang terlahir karena kesusahan, kepedihan dan rasa tidak puas dengan apa yang terjadi dengan dirinya.³¹ Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), arti keluh kesah adalah segala ucapan yang terlahir karena kesusahan (kepedihan dan sebagainya).³²

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa keluh kesah merupakan tindakan yang menunjukkan ketidpuasan dan ketidak terimaan terhadap apa yang menimpanya. Dalam menghadapi musibah, seorang mukmin hendak menjalaninya dengan penuh kesabaran, yaitu menahan diri dari keluh kesah, amarah, apa lagi dari harapan mendapat balas kasihan orang lain³³ Karena pada saat itu iman seseorang di uji apakah dapat melewatinya atau meluapkan rasa emosinya kepada Allah SWT. Firman Allah dalam surat Al-Baqarah : 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya : Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan diberikan berilah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan : “inna lillaahi wa inna ilaihi raaji’uun”³⁴.

³⁰ Departemen Agama RI, Al-Qur’an dan Terjemah Special For Women, (Bandung : Syaamil Al-Quran,2007), hlm.24

³¹ Siti Khusnul Khotimah, 2022, Keluh Kesah, <https://www.gurusiana.id/read/sitikhusunulhotimah192436/article/keluh-kesah-166176> (diunduh pada 01 Maret 2023)

³² KBBI, Arti Keluh Kesah di Kamus Besar Bahasa Indonesia, <https://kbbi.lektur.id/keluh-kesah> (diunduh pada 01 Maret 2023).

³³ Departemen Agama RI, Al-Qur’an dan Terjemah Special For Women, (Bandung : Syaamil Al-Quran,2007), hlm.24

³⁴ Uwes Al-Qarni, 60 Penyakit Hati, Cet. 10 (Bandung: Remaja Rosdakarya,2005), hlm.169



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Tujuan Terapi

Dalam terapi yang digunakan hampir menyerupai psikoterapi menurut Aziz Ahyadi terdapat tujuan terapi yang juga psikoterapi antara lain :³⁵

1. Memperkuat motivasi untuk melakukan hal-hal yang benar. Tujuan ini biasanya dilakukan melalui terapi yang sifatnya direktif dan suportif. Persuasi dengan segala cara dari nasihat sederhana sampai pada hipnosis digunakan untuk menolong orang bertindak dengan cara yang tepat.
2. Mengurangi tekanan emosi melalui kesempatan untuk mengekspresikan perasaan yang mendalam. Fokus di sini hanya adalah adanya katarsis. Inilah yang di sebut mengalami bukan hanya membicarakan pengalaman emosi yang mendalam. Dengan mengulang pengalaman ini dan mengekspresikannya akan menimbulkan pengalaman baru. Membantu klien mengembangkan potensinya. Melalui hubungannya dengan terapis, klien diharapkan dapat mengembangkan potensinya. Ia akan mampu melepaskan diri dari fiksasi yang dialaminya. Ataupun ia akan menemukan bahwa dirinya mampu berkembang ke arah yang lebih positif.
3. Mengubah kebiasaan Terapi memberikan kesempatan untuk perubahan perilaku.
4. Mengubah struktur kognitif individu. struktur kognitif menggambarkan idenya mengenai dirinya sendiri maupun dunia di sekitarnya. Masalah muncul biasanya karena terjadi kesenjangan antara struktur kognitif individu dengan kenyataan yang di hadapinya. Untuk itu struktur kognitif perlu diubah untuk menyesuaikan dengan kondisi yang ada.
5. Meningkatkan pengetahuan diri. Terapi ini biasanya menuntun individu untuk lebih mengerti akan apa yang di rasakan, di pikirkan,

³⁵ Tiara Nurfalah Dkk, *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Prespektif PsikologiIslam*, (Palembang, Noerfikri, 2016), Hal 103.



dan di lakukannya. Ia juga akan mengerti mengapa ia melakukan suatu tindakan tertentu. Kesadaran dirinya ini penting sehingga ia akan lebih rasional dalam menentukan langkah selanjutnya. Apa yang dulunya tidak di sadarnya menjadi lebih di sadarnya sehingga ia tahu akan konflik- konfliknya dan dapat mengambil keputusan dengan lebih tepat.

6. Mengubah proses somatik supaya mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kesadaran individu. latihan relaksasi misalnya dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan. Latihan senam yoga, maupun menari dapat digunakan untuk mengendalikan ketegangan tubuh.

Jadi dapat di simpulkan dengan berbagai macam tujuan terapi menjadikan keadaan klien lebih baik lagi, klien dapat mengetahui permasalahan yang dihadapinya, mengembangkan dirinya, serta dapat mengurangi kecemasan dengan menggunakan relaksasi. Dalam hal ini konseli harus memegang teguh apa yang menjadi tujuan terapi dalam membantu memulihkan kondisi klien agar terwujudnya perubahan keadaan pada klien untuk menurunkan tingkat permasalahan yang muncul pada dirinya.

C. Kepribadian Manusia Dalam Al-Qura'an

Para psikolog memandang kepribadian sebagai struktur dan proses psikologis yang tetap yang menyusun pengalaman-pengalaman individu serta membentuk berbagai tindakan dan respons individu terhadap lingkungan tempat hidup. Dalam masa pertumbuhannya, kepribadian bersifat dinamis, berubah-ubah dikarenakan pengaruh lingkungan, pengalaman hidup, ataupun pendidikan³⁶. Kepribadian tidak terjadi secara serta merta, tetapi terbentuk melalui proses kehidupan yang panjang. Dengan demikian, apakah kepribadian seseorang itu baik atau buruk, kuat atau lemah, beradab atau

³⁶ Zuhairini, dkk., Filsafat Pendidikan Islam (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), 18

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

biadab sepenuhnya di tentukan oleh faktor-faktor yang mempengaruhi dalam perjalanan kehidupan seseorang tersebut Potensi positif dan negatif manusia ini banyak di ungkap oleh Al-Qur'an.

a. Keluh Kesah Dalam Al-Qur'an

Sifat adalah tedens determinasi atau predisposisi dan diberikan definisi demikian: Sifat adalah system neoropsikis yang digeneralisasikan dan diarahkan, dengan kemampuan untuk menghadapi bermacam-macam perangsang secara sama, yang dicatat mengenai definisi ini ialah tekanan terhadap individu dan individualitas dan kesimpulan bahwa kecendrungan itu tidak hanya berkait kepada sejumlah kecil perangsang atau reaksi, melainkan dengan seluruh pribadi manusia. Penentuan struktur ke pribadian tidak dapat terlepas dari pembahasan substansi manusia. Sebab dengan pembahasan substansi tersebut dapat di ketahui hakikat dan dinamika prosesnya. Pada umumnya para ahli membagikan substansi manusia atas jasad dan ruh, tanpa memasukkan nafs. Masing- masing yang berlawanan ini tidak pada prinsipnya saling membutuhkan jasad tanpa ruh merupakan substansi yang mati, sedangkan ruh tanpa jasad tidak dapat teraktualisasi. Karena saling membutuhkan maka diperlukan yang dapat menampung kedua natur yang berlawanan, yang dalam termonologi psikologi islam disebut dengan nafs. Pembagian substansi tersebut seiring pendapat Khair al- Din al- Zarkaliy yang di rujuk dari konsep Ikhwan al-Shafa.

Keluh kesah adalah ke tidak sanggup seseorang dalam memikul bencana atau musibah yang menimbangnya, kemudian menampakkan sikapnya itu, baik dengan ucapan, perbuatan maupun keluh kesah. Dalam menghadapi musibah, seorang mukmin hendak menjalaninya dengan penuh kesabaran, yaitu menahan diri dari keluh kesah, amarah, apa lagi dari harapan mendapat balas kasihan orang lain ³⁷Karena pada saat itu iman seseorang di

³⁷ Depertemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemah Special For Women, (Bandung : Syaamil Al-Quran,2007), hlm.24

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

uji apakah dapat melewatinya atau meluapkan rasa emosinya kepada Allah SWT. Firman Allah dalam surat Al-Baqarah : 155: “dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan diberikan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan : “inna lillaahi wa inna ilaihi raaji’uun”³⁸.

Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepada mu,mmengisyaratkan kehidupan dunia, antara lain di tandai oleh nischayaan adanya cobaan yang beraneka ragam, dengan sedikit ketakutan yaitu keresahan hati yang menyangkutsesuatu yang buruk, atau hal-hal yang tidak menyenangkan yang di duga akan terjadi, sedikit rasa lapar, yakni keinginan meluap untuk makan karena perut kosong, tetapi tidak menemukan makanan yang di butuhkan, serta kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Maka janganlah mengeluh dalam menghadapi ujian, bersabarlah dan sampaikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. Kami memiliki Allah, jika demikian. Dia melakukan apa saja sesuai dengan kehendak-Nya. Tetapi Allah Maha Bijaksana segala tindakan nya pasti benar dan baik, tentu ada hikmah di balik ujian atau musibah itu.

Al-Qur’an mengisyaratkan pergulatan yang di alami oleh manusia, yakni antara kecendrungan pada godaan- godaan kehidupan duniawi. Jadi, sangat alamiah bahwa pembawan manusia tersebut terkandung adanya pergulatan antara kebaikan dan kebutuhan , antar keutaman dan kehinaan, dan lain sebagainya. Untuk mengatasi pergulatan antara aspek material dan aspek spiritual pada manusia tersebut dibutuhkan solusi yang baik, yakni dengan menciptakan keselarasan diantar keduanya. Disamping itu, Al-Qur’an juga mengisyaratkan bahwa manusia perpotensi positif dan negative. Pada hakikatnya potensi positif manusia lebih kuat daripada potensi negatifnya. Hanya saja daya tarik keburukan lebih kuat dibanding daya tarik kebaikan.

³⁸ Uwes Al-Qarni, 60 Penyakit Hati, Cet. 10 (Bandung: Remaja Rosdakarya,2005), hlm.169

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Al-quran memandang manusia sebagaimana fitrahnya yang suci dan mulia, bukan sebagai manusia yang kotor dan penuh dosa. Peristiwa yang menimpa Nabi Adam sebagai cikal bakal manusia, di mana melakukan dosa dengan melanggar larangan Tuhan, mengakibatkan Adam dan istrinya diturunkan dari surga, tidak bisa dijadikan argument bahwa manusia pada hakekatnya adalah pembawa dosa turunan. Al-Qur'an menuliskan manusia sebagai makhluk surgawi yang sedang dalam perjalanan menuju suatu kehidupan spiritual yang suci dan abadi di negeri akhirat, meski dia harus melewati rintangan dan cobaan dengan beban dosa saat melakukan keadaan di dalam kehidupannya di dunia ini. Karena itu, kualitas, hakekat, fitrah dan kesejatan manusia adalah baik, benar dan indah. Tidak ada makhluk di muka bumi ini yang memiliki kualitas dan kesejatan semulia itu. Sungguh demikian harus diakui bahwa kualitas dan hakekatnya baik, benar dan indah selalu mengisyaratkan sebuah proses perjuangan yang amat berat untuk bisa menyanggah predikat seangung itu. Sebab, di dalam hidup manusia, sebagaimana diketahui, selalu dihadapkan pada tantangan moral yang saling mengalahkan satu sama lain. Karena itu, kualitas sebaliknya yaitu buruk, salah, dan jelek, selalu menjadi batu sandungan bagi manusia berkualitas Muttaqin.³⁹

D. Tinjauan Pustaka

Pada dasarnya penelitian tentang “Terapi Al-Qur'an dan Psikologi Tentang Keluh Kesah (Studi Komparatif)” ini bukanlah yang pertama kalinya, telah ada penelitian penelitian sebelumnya, adapun penelitian yang terkait dengan pokok pembahasan penelitian ini diantaranya:

Pertama Penelitian Siti Zahara, jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry yang berjudul Identifikasi Problematika Psikologis Klien Menurut Al-Quran.

³⁹ M.Quraisy Shihab, Tafsir al-Misbah (pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an), cet 2, Vol 1, (Jakarta: Lentera Hati, 2002) hlm.360

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Menurut penelitiannya, Problema psikologis klien menurut Al-Quran Surat Al-Ma“arij 19-21 tentang keadaan jiwa manusia ketika susah dan senang, yaitu ketika manusia mendapat kesusahan selalu dalam keadaan mengeluh dan ketika mendapat kebaikan menjadi sangat kikir terhadap orang lain. Ini adalah sifat manusia yang Allah ciptakan ketika hatinya menjadi kosong dari keimanan. Kikir dan mengeluh dapat menimbulkan pemutusan hubungan, perbuatan dosa pelit, kedzaliman dan permusuhan.

Kedua Penelitian Nur Siti Maimunah, Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry yang berjudul Konsep Jiwa Menurut Teori Psikoanalisis ditinjau dari perspektif Islam Menurut penelitiannya, Jiwa adalah sesuatu yang terdapat dalam diri manusia yang tidak dapat diketahui wujudnya, yang dapat menerima arahan kepada kebaikan dan keburukan, dan memiliki berbagai sifat dan karakter manusia, juga memiliki pengaruh yang nyata pada manusia.

Ketiga Penelitian Muhammad Ilias Bin Mohd Sabri, Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry yang berjudul Terapi Al-quran Dalam Upaya Pemulihan Orang Dengan Masalah Kejiwaan Menurut penelitiannya, Terapi Al-quran dalam kejiwaannya atau kepribadian seseorang sangatlah berperan penting, untuk membentuk pribadi yang utuh, sehat dan pikiran yang tenang. Sehingga dapat menjauhkan manusia dari rasa cemas, tegang, depresi dan sebagainya.

Imroatus Sholihah dalam tesisnya yang berjudul “Konsep Kebahagiaan Dalam Al-Qur“an” dalam tesisnya dituliskan bahwa kebahagiaan adalah kosakata dalam bahasa Indonesia yang memiliki makna yang kurang lebih serupan dengan makna kesuksesan, keberuntungan, kesenangan atau kata lain yang searti. Definisi konsep kebahagiaan dalam Al-Qur“an yaitu suatu gagasan tentang kebahagiaan yang dikaji dari ayat-ayat Al-Qur“an yang bertemakan kebahagiaan, dimulai dengan mengidentifikasi term-term

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kebahagiaan dalam Al-Qur'an, karakter orang bahagia, dan upaya untuk menggapai kebahagiaan.

Siti Rahmatiah dalam jurnalnya yang berjudul "Konsep Manusia Menurut Islam" dijelaskan beberapa pendapat beberapa ulama dan sarjana muslim, dapat diambil simpulan bahwa meskipun Al-Qur'an menggunakan istilah yang berbeda-beda dalam menggambarkan unsur rohani manusia, yaitu ruh dan nafs, namun unsur-unsur rohani tersebut hakikatnya satu, disebut dengan istilah yang berbeda adalah untuk membedakan sifat-sifat rohani manusia. Keberadaan unsur rohani tersebut menyebabkan manusia dapat hidup dan bergerak, berpikir, merasa dan menyadari keberadaan dirinya, bahkan menyadari akan keberadaan sesuatu yang menciptakan dirinya, yaitu Tuhan.

Yeni Mutia Husen dalam skripsinya yang berjudul "Metode Pencapaian Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Ghazali" dituliskan bahwa Al-Ghazali menawarkan metode pencapaian kebahagiaan melalui karyanya Kimiya' al-Sa'adah. Dalam karya ini, al-Ghazali menitikberatkan tasawuf dalam proses mencapai kebahagiaan dunia dan kebahagiaan akhirat, lalu menawarkan beberapa elemen sebagai jalan menuju kepada Rabb. Kebahagiaan yang sesungguhnya adalah kebahagiaan akhirat, sedangkan kebahagiaan selain itu disebut kebahagiaan majasi (nisbi) atau kerana kesalahan dalam menyebut seperti kebahagiaan untuk akhirat lebih benar dan tepat

Berdasarkan hasil penelitian diatas, penulis melihat bahwa permasalahan dasar antara penelitian sebelumnya memiliki perbedaan dengan penelitian yang ini, seperti penelitian Siti Zahara yang meneliti tentang problematika psikologis, peneliti ini hanya mengkaji problematika psikologis berdasarkan surat Al-Ma'arij ayat 19-21, kemudian nur Siti Maimunah yang meneliti tentang konsep jiwa yang menurut tinjauan perspektif Islam, peneliti ini menggunakan teori psikoanalisis dalam penelitiannya, dan peneliti

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

selanjutnya dari Muhammad Illias Bin Mohd Sabri yang meneliti tentang Terapi Al-quran Dalam Upaya pemulihan orang, dengan masalah kejiwaan dan peneliti ini hanya menerapkan terapi Al-quran tersebut di BLUD rumah sakit jiwa Aceh, Dari penjelasan perbedaan penelitian diatas, penulis merasa perlu melakukan penelitian lebih lanjut, yaitu terapi Al-Qur'an dan psikologi tentang keluh kesah (studi komparatif)



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian yang di gunakan oleh penulis adalah kajian kepustakaan (*Library Research*), yaitu penelitian yang menyelidiki berbagai sumber dan karya-karya di perpustakaan. Pada penulisan ini menggunakan metode pendekatan yaitu analisis data kualitatif. Analisis data kualitatif diartikan sebagai suatu usaha analisis berdasarkan kata-kata yang disusun dalam bentuk yang diperluas. Penelitian kualitatif disini bermakna bahwa data yang disajikan berwujud kata-kata dan bukan angka-angka. Dimana penulis akan menggambarkan serta menjabarkan tabiat-tabiat manusia dan terapinya didalam Al-Qur'an.

B. Sumber Data

Dalam ini hal ini penulis menggunakan sumber data sebagai berikut:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan bahan pustaka pokok yang dijadikan acuan dalam peneliti, yaitu Al-Qur'an, Tafsir Al-Misbah, dan buku-buku psikologi.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah bahan penunjang secara tidak langsung, yang berkaitan dengan peneliti. Adapun data sekunder ini berupa buku-buku, jurnal, artikel dan kamus.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif-analisis, yaitu model penelitian yang berupaya mendeskripsikan kondisi-kondisi yang ada.⁴⁰ Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini penulis menggunakan yaitu cara mengumpulkan data dengan di ambil dari beberapa tulisan, baik

⁴⁰ Mardalis, Metode Penelitian : *Suatu Pendekatan Proposal* (Jakarta: Bumi Aksara, 1996). hlm.26.

tulisan dalam bentuk arsip, buku teori, pendapat, da lil, hokum, dan lain-lain yang memiliki keterkaitan dengan masalah penelitian.⁴¹

Teknik pengumpulan data sesuai dengan penerapan metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini, seperti yang dikemukakan sebagai berikut:

- a. Menetapkan masalah yang akan dibahas atau menentukan topik permasalahan setelah menentukan batasan-batasan yang akan dibahas dalam ayat-ayat Al-Qur'an.
- b. Melacak dan menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan topic permasalahan dan memahami kolerasi (munasabah) ayat-ayat tersebut.
- c. Menyusun pembahasan dalam kerangka yang sempurna.
- d. Melengkapi pembahasan dengan hadits-hadits yang relavan dengan pokok pembahasan sehingga pembahasan semakin sempurna dan jelas.

D. Teknik Analisis Data

Data-data yang telah dikumpul di analisa dengan menggambarkan, menguraikan ataupun menyajikan seluruh permasalahan yang ada, pokok-pokok permasalahan dijelaskan secara terperinci dan sejelas-jelasnya, kemudian di ambil satu ke simpulan sehingga penyajian hasil penelitian dapat dipahami dengan mudah dan jelas.

Dalam menganalisa data yang berhasil di kumpulkan, di analisis dengan menggunakan metode kualitatif dan teknik analisis mandalam. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Mengelompokkan data-data tertulis tentang interpretasi/ penafsiran beberapa mufassir dan corak metode penafsiran mereka masing-masing.
- b. Mengelompokkan data-data tertulis tentang tinjauan psikologi terhadap pendapat para mufassir tersebut mengenai tabiat manusia.

⁴¹ Nurul Zuriah, Metode Penelitian Sosial Dan Pendidikan (Jakarta : Bumi Askara. 2009) hlm 191.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Mengkategorikan data-data tertulis yang berhubungan dengan masalah yang diteliti dalam pola pikiran tertentu dan sekaligus menghubungkan dan membandingkannya.
- d. Menganalisis data tertulis dari hasil perbandingan dengan metode deksriptif dalam karangandeduktif.

E. Sistematika Penulisan

Untuk mengarah alur pembahasan secara sistematis dan mempermudah pembahasan serta pemahaman suatu karya ilmiah yang bagus memerlukan sistematika. Hal ini akan menjadikan karya ilmiah tersebut mudah difahami dan tersusun rapi. Dalam menyusun isi penelitian ini, maka penulisannya dilakukan berdasarkan sistematika pembahasan sebagai berikut :

BAB 1 : Merupakan pendahuluan yang didalamnya memuat latar belakang masalah untuk memberikan penjelasan secara akademik mengapa penelitian ini perlu dilakukan dan hal apa yang melatar belakangi penelitian ini, kemudian dilanjutkan dengan indentifikasi masalah, batasan dan rumusan masalah bertujuan untuk membatasi agar penelitian ini lebih fokus. Setelah itu tujuan dan manfaat penelitian bertujuan untuk menjelaskan pentingnya penelitian ini. Dan sistematika penulisan yang akan membantu dalam memahami keseluruhan isi penelitian ini.

BAB II : Berisi penjelasan yang membahas tinjauan umum mengenai terapi keluh kesah serta bagaimana cara mengobatinya baik dalam pandangan umum maupun keluh kesah dalam pandangan islam. Dalam pembahasan ini juga meliputi, gambar singkat tentang bagaimana mengatasi terapi keluh kesah dan kejiwaan manusia yang mengalami depresi, serta tinjauan kepustakaan pembahasan ini sangat penting untuk memasuki tahap berikut.

BAB III : Berisikan metode penulisan yang terdiri dari jenis penelitian , sumber data yang terdiri dari data primer dan sekunder, teknik pengumpulan data, yaitu tahapan-tahapan yang penulis lakukan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam mengumpulkan data, serta teknik analisa data, yaitu tahapan dan cara analisis yang dilakukan.

BAB IV : Berisi penyajian dan analisa data (pembahasan dan hasil). Pada bab ini data dan analisisnya akan disatukan dalam bab ini yang setiap data yang dikemukakan akan langsung diberikan analisisnya masing-masing.

BAB V : Merupakan penutup dalam bab ini penulis memberikan beberapa kesimpulan dari uraian yang dikemukakan dalam rumusan masalah. Ssetelah aitu penulis memberikan saran-saran yang dianggap penting untuk kemajuan maupun kelanjutan penerbitan yang lebih baik.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Dalam kajian ini dapat kita simpulkan :

Pada ayat awal menerangkan tabiat manusia yaitu berkeluh kesah apabila ditimpa kesusahan, berkeluh kesah disini dapat diekpresikan dalam banyak bentuk seperti berkeluh kesah dalam kesedihan yang berlarut-larut, stres berlebihan, mengeluh berlebihan. Orang yang berkeluh kesah adalah orang yang tidak merasakan ketenangan di dalam hidupnya karena hati dan jiwanya yang jauh dari Allah, dan hubungannya dengan Allah yang tidak baik.

Yang kedua yaitu sifat kikir, manusia itu kikir apabila ia mendapatkan kebaikan baik itu dalam bentuk kebaikan harta lalu ia menjadi kikir atas harta-hartanya sehingga ia lupa bahwa di dalam hartanya ada hak-hak orang lain. Maupun kebaikan-kebaikan yang ia peroleh akan membuat ia kikir terhadap orang lain dan menganggap segala yang ia dapatkan dalam kehidupan adalah hasil kerja ia sendiri tanpa ada bantuan Allah dan orang lain, sehingga ia enggan berbuat baik kepada sesama.

Terapi yang dapat mengobati manusia yaitu :

- a. Mengerjakan shalat
- b. Terus menerus mengerjakan shalat
- c. Membayar zakat dan kewajiban-kewajiban harta lainnya
- d. Membenarkan hari pembalasan
- e. Takut kepada adzab Allah
- f. Menjaga diri dan menjauhi perbuatan keji
- g. Menjalankan amanah
- h. Memenuhi janji
- i. Memberikan kesaksian yang benar
- j. Menjaga kesempurnaan shalat

B. Saran

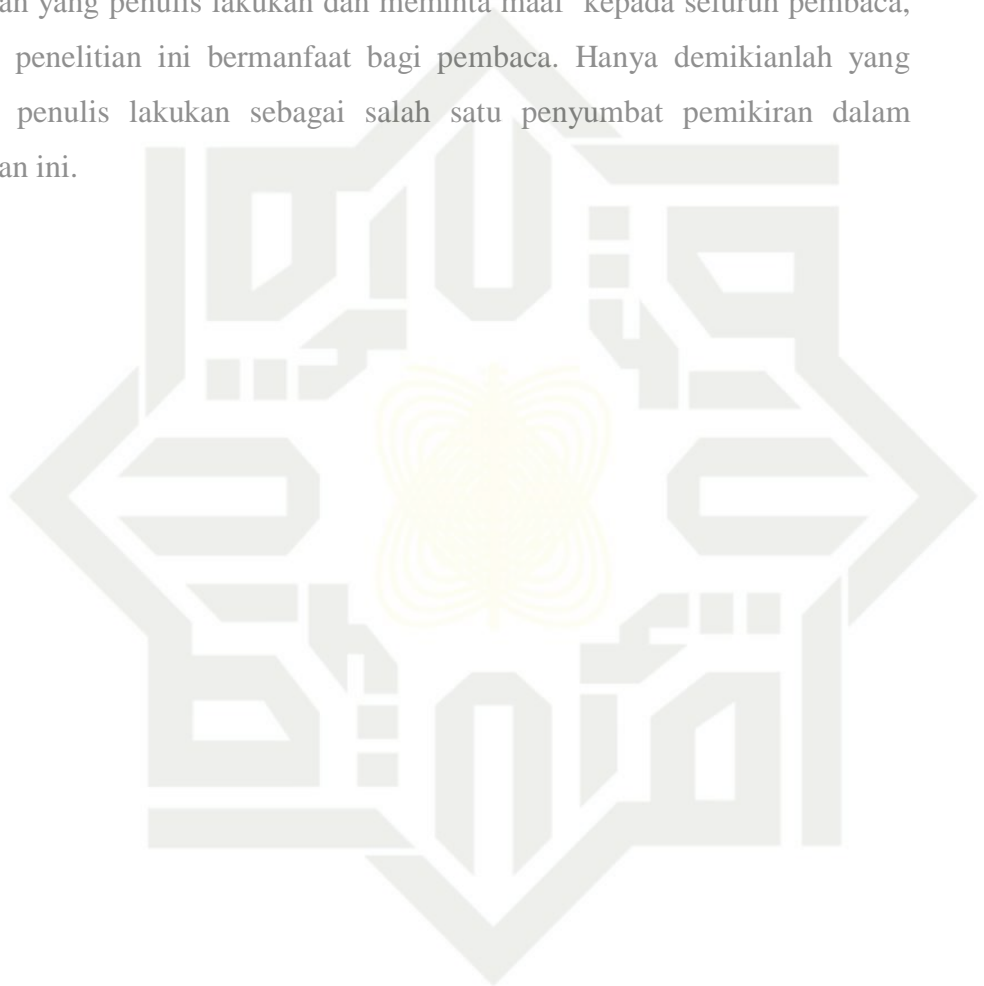
Dari kajian diatas, penulis berharap dengan adanya karya ilmiah berupa skripsi ini dapat menjelaskan tentang tabiat manusia dan terapinya dalam surah Hud, Fusshilat dan Al-Ma'arij. Penulis menyadari bahwa penelitian yang penulis lakukan ini masih jauh dari kata sempurna. Jika kebenaran yang terdapat dalam penulisan ini, maka yang demikian itulah yang penulis inginkan. Namun jika tidak, penulis memintak maaf kepada Allah atas kesalahan yang penulis lakukan dan meminta maaf kepada seluruh pembaca, semoga penelitian ini bermanfaat bagi pembaca. Hanya demikianlah yang mampu penulis lakukan sebagai salah satu penyumbat pemikiran dalam penelitian ini.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim I

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Bin Muhammad, 2004 Tafsir Ibnu Katsir jilid 4 Bogor : Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Aina Retroningsih, Suharso Dan.2013. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Semarang, Widya Karya.
- Al-Qurthubi, Imam, 2007. Tafsir Qurthubi jilid 4 Jakarta : Pustaka Azzam.
- Al-Qarni, Uwes, 2005. 60 Penyakit Hati, Bandung : Remaja Rosdakarya
- Ancok, Djameluddin & Fuat Nashori Suroso, 2000. Psikologi Islami; Solusi Islam atas Problem Problem Psikologi, Yogyakarta: Pustaka Pelajar,
- Az-Zuhaili, Wahbah. 2013. Tafsir Al-Munir Jilid 15. Jakarta: Gema Insani.
- Chaplin, J.P. 2001. Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta, Pt. Raja Grafindo.
- Dzaki, Bakran, 2001. Psikoterapi & Konseling Islam; Penerapan Metode Sufistik, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru,.
- Hanna Djumhana Bastaman, 2011. Integrasi Psikologi dengan Islam, Yogyakarta: Pustaka Pelajar,
- Hamka, 1999. Tafsir al Azhar jilid 4 Pustaka Nasional Pte Ltd Singapura.
- Indrianul, Luluk, M.2015. Pentingnya psikotrapi dalam kehidupan di era modern. Jurnal Lentera: : Kajian Keagamaan, Keilmuan dan Teknologi Volume 1, Nomor 2.
- Mardalis, 1996. Metode Penelitian, Jakarta : Bumi Askara
- Mujib, Abdul, Kepribadian dalam Psikologi Islam, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002
- Najati, Muhammad Utsman. Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan, terj. M. Zaka al-Farisi. Bandung: Pustaka Setia, 2005.
- Nata, Abuddin. Filsafat Pendidikan Islam. Jakarta: Gaya Media Pratama, 2005.
- Notosoedirjo Moeljono & Latipun, Kesehatan Mental; konsep dan penerepan, (Malang: UMM Press, 2002), h. 12

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Nur,siti.F. Penyakit Rohani Dalam Perspektif Al-Qur'an.jurnal studi Al-Qur'an.Universitas Negri Jakarta.

Nurfalah Dkk, Tiara.2016. Kesehatan mental memahami jiwa dalam perspektif psikologi islam. Palembang, Noerfikri Pramadya Puspa,Yan.2007. Terapi Penyimpangan Seksual Lesbian Menurut Islam. Palembang, UIN Raden Fatah.

Ruthb, Sayyid. 2003. Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Jilid 4 : Jakarta : Gema Insani Press

Rahman, Andi, Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Jakarta: Prodi IATFak. Ushuluddin Institut PTIQ Jakarta, 2022, cet, I

Ramayulis dan Samsul Nizar. Filsafat Pendidikan Islam: Telaah Sistem Pendidikan dan Pemikiran Para Tokohnya. Jakarta: Kalam Mulia, 2009

Shihab M. Quraish,2002 Tafsir al-Misbah, Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an

Shihab, M.Quraisy. 2002. Tafsir al-Misbah volume 1. Jakarta: Lentera Hati. Suryabrata, Sumardi.1991. Metodologi Penelitian. Jakarta: Rajawali Press..

Shihab, M.Quraisy. 2002. Tafsir al-Misbah volume 2. Jakarta: Lentera Hati. Suryabrata, Sumardi.1991. Metodologi Penelitian. Jakarta: Rajawali Press..

Shihab, M.Quraisy. 2002. Tafsir al-Misbah volume 4. Jakarta: Lentera Hati. Suryabrata, Sumardi.1991. Metodologi Penelitian. Jakarta: Rajawali Press..

Shihab, M.Quraisy. 2002. Tafsir al-Misbah volume 6. Jakarta: Lentera Hati. Suryabrata, Sumardi.1991. Metodologi Penelitian. Jakarta: Rajawali Press..

Sholihsh, Imroatus. 2017 Konsep Kebahagiaan Dalam Al-Qur'an. Malang: Tesis Pascasarjana UIN Maulana Malik Malang.

Szal, Syamsul. 2017. *Melacak Terminologi Manusia Dalam Al-Qur'an* , Langsa: Jurnal IAIN Langsa.

Shairini, dkk. Filsafat Pendidikan Islam. Jakarta: Bumi Aksara, 2004.

Simiani dkk dalam jurnalnya yang berjudul "Terapi Tadabbur Al-Qur'an Untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama". Jurnal Intervensi Psikologi Vol. 7 No. 2Desember 2015, h. 131

Noor Rochman Hadjam dkk, "Peran Faktor-faktor Psikologi Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2". Jurnal Psikologi, Vol. 41, No. 1, Desember 2014, h. 241

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BIODATA PENULIS



Nama : Junia Nosa Nopianti
 Tempat/Tgl Lahir : Kasimang, 16 Juni 2001
 Pekerjaan : Mahasiswa/i
 Lamat Rumah : Dusun Satu Kasimang
 No. Telp/HP : 082248735309 (wa)
 Nama Orang Tua : Ali Amran (Alm Ayah)
 Idar (Ibu)

RIWAYAT PENDIDIKAN

SD : SDN 007 Kepenuhan : Lulus Tahun 2013
 SMP : SMP Islam Kepenuhan : Lulus Tahun 2016
 SMA : SMAN 1 Kepenuhan : Lulus Tahun 2019
 S : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Suska Riau : Sekarang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.