



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.

**TERAPI TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL MANUSIA
PERSPEKTIF AL-QUR'AN
(Kajian Q.S Al-Baqarah Ayat 286)**

SKRIPSI

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



Oleh:

AHMAD FAUZAN

NIM: 11830212961

Pembimbing I

H. Suja'i Sarifandi, M. Ag

Pembimbing II

Dr. Salmaini Yeli, M.Ag

**FAKULTAS USHULUDDIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

1447H. / 2025 M.



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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية أصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrandt No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

Suja'i Sarifandi, M.Ag.
Dosen Pembimbing Skripsi
An. Ahmad Fauzan

Nota : Dinas
Lamp : 5 (lima) eksemplar
Hal : Pengajuan Skripsi
An. Ahmad Fauzan

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. **Ahmad Fauzan** (Nim: 11830212961) yang berjudul: **TERAPI TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL MANUSIA PERSPEKTIF AL-QUR'AN (Kajian QS. Al-Baqarah Ayat 286)** telah dapat diajukan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dari Prodi 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, 10 Juli 2025

Pembimbing 1,

H. Suja'i Sarifandi, M.Ag.
NIP. 197005031997031002



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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية أصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

Dr. Salmainsi Yeli, MA
Dosen Pembimbing Skripsi
An. **Ahmad Fauzan**

Nota : Dinas
Lamp : 5 (lima) eksemplar
Hal : Pengajuan Skripsi
An. **Ahmad Fauzan**

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. **Ahmad Fauzan** (Nim: 11830212961) yang berjudul: **TERAPI TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL MANUSIA PERSPEKTIF AL-QUR'AN (Kajian QS. Al-Baqarah Ayat 286)** telah dapat diajukan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dari Prodi 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, 10 Juli 2025

Pembimbing II,

Dr. Salmainsi Yeli, MA
NIP. 196906011992032001



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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية أصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: **Terapi Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Manusia
Prespektif Al-Qur'an (Kajian Q.S Al-Baqarah Ayat 286)**

Nama : Ahmad Fauzan

NIM : 11830212961

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 : Selasa

Tanggal : 08 Juli 2025

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, 10 Juli 2025



Dr. H. Rina Rehayati, M.Ag
NIP. 196904292005012005

Panitia Ujian Sarjana

Ketua/Penguji I

Dr. Sukiyat, M.Ag
NIP.1197610102006041001

Sekretaris/Penguji II

H. Abd. Ghofur, M.Ag
NIP.197006131997031002

MENGETAHUI

Penguji III

Prof. Dr. H. Afrizal, M. MA
NIP. 195910151989031001

Penguji IV

Prof. Dr. Wilaela, M.Ag
NIP. 196808021998032001

**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.

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS DAN HAK CIPTA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ahmad Fauzan

Tempat/Tgl Lahir : Penyabungan, 8 Mei 1998

NIM : 11830212961

Fakultas/Prodi : Ushuluddin / Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Judul Skripsi : **TERAPI TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL MANUSIA PRESPEKTIF AL-QUR'AN (Kajian Q.S Al-Baqarah Ayat 286)**

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli karya tulis saya dan belum pernah diajukan oleh siapapun untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana), baik di universitas islam negeri sultan syarif kasim riau maupun di perguruan tinggi lainnya
2. karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing
3. dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar kepustakaan
4. saya dengan ini menyerahkan karya tulis ini kepada fakultas ushuluddin uin suska riau. mulai dari sekarang dan seterusnya hak cipta atas karya tulis ini adalah milik fakultas ushuluddin, dan publikasi dalam bentuk apapun harus mendapat izin tertulis dari fakultas ushuluddin
5. pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dengan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku

Pekanbaru, 10 Juli 2025

Yang Membuat Pernyataan,



Ahmad Fauzan
NIM. 11830212961



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.

KATA PENGANTAR



Assalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah wa Syukurillah, segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul “TERAPI TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL MANUSIA PRESPEKTIF AL-QUR’AN (Kajian Q.S Al-Baqarah Ayat 286)

Shalawat serta salam penulis sampaikan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabat serta pengikutnya hingga akhir zaman. Penulis mengucapkan terimakasih kepada kedua orangtua tercinta, Syamsir Batubara dan Ibunda Rosmawati Rangkuti yang telah berkorban dalam kesusahan zahir dan bathin dan saudara kakak tercinta Aswidah yang senantiasa memberikan semangat dan doanya. Serta seluruh keluarga besar yang telah memberikan semangat dan doa terbaik untuk penulis, sehingga penulis menyelesaikan penulisan skripsi ini. Saya penulis juga berterimakasih kepada pihak yang membantu dalam penyelesaian skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor UIN SUSKA Riau, Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, M.S., S.E., M.Si., Ak., CA beserta jajaran yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di kampus ini.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin Ibunda Dr. Rina Rehayati, M.Ag, Wakil Dekan II Ayahanda Dr. Afrizal Nur, MIS., dan Wakil Dekan III Ayahanda Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M.A.
3. Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Ayahanda Agus Firdaus Chandra, Lc., MA. yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam pengurusan yang berkaitan dengan studi penulis.
4. Dr Afrizal Nur, MIS., selaku pembimbing akademis (PA) yang telah memberikan arahan dan memberikan kemudahan dalam setiap proses.



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.

5. Pembimbing skripsi I, Ayahanda H. Suja'i Sarifandi, M.Ag., yang telah memberikan bimbingan dan meluangkan waktu serta memberikan arahan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Pembimbing skripsi II, Ibunda Dr. Salmaini Yeli, M.Ag yang juga memberikan bimbingan dan meluangkan waktu serta memberikan arahan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau yang telah memberikan pelajaran dan pengajaran kepada penulis.
8. Sahabat dekat : Muhammad Toyib Tohir, Sri Kurniati Yuzar, S.Ag., M.Ag., Hasian Toyyiba El Pasamani, S.Ag., Ricka Marlina, A. Md.Kep.
9. Kakak Ummi Muslikah, yang senantiasa menerima cerita dalam setiap proses penulisan skripsi ini dan membantu memberikan arahan, semangat, dan doa yang terbaik.
10. Semua pihak yang penulis tidak sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu penulis dan berkorban baik dalam rangka penyelesaian skripsi ini maupun selama menjalani pendidikan di Fakultas Ushuluddin UIN SUSKA Riau.

Harapan penulis, skripsi ini tidaklah menjadi hambatan untuk setiap mahasiswa yang akan menjalani, serta yang utama adalah semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi dalam ranah ilmu dan pengetahuan. Tiada karya tanpa kekurangan, begitu pula dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan dengan tangan terbuka, penulis penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak agar penulis lebih baik lagi dalam berkarya. Akhirnya, penulis berharap mudah-mudahan dalam penyusunan skripsi yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Pekanbaru, 01 Juli 2024
Penulis,

Ahmad Fauzan
11830212961



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.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran terapi terhadap kesehatan mental manusia dalam perspektif al-Qur'an QS. al-Baqarah ayat 286. Kehadiran Al-Qur'an sebagai *syifa'* memperlihatkan jati diri al-Qur'an yang tidak hanya menjadi obat bagi benyakif fisik, namun juga penyakit mental dan jiwa. Sehingga terapi yang bertujuan sebagai pengembangan kesehatan mental memiliki relevansi yang kuat dengan pemahaman QS. al-Baqarah ayat 286. Ada dua permasalahan akademik yang akan dijawab dalam penelitian ini, yaitu; Pertama, bagaimana bentuk penafsiran QS. al-Baqarah ayat 286. Kedua, bagaimana peran terapi terhadap gangguan kesehatan mental manusia perspektif al-Qur'an kajian QS. al-Baqarah ayat 286. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pandangan al-Qur'an tentang terapi terhadap gangguan kesehatan mental berfokus pada penyembuhan melalui keyakinan dan penguatan spiritual. Konsep sabar dalam terapi mencakup dua tahap: takhalli (melepaskan potensi negatif seperti kesombongan dan putus asa) dan tahalli (mengisi diri dengan nilai positif seperti kesabaran dan keteguhan hati). *Aspek Adversity Quotient (AQ)* dalam al-Qur'an meliputi pengendalian diri, tanggung jawab pribadi, pemahaman dampak masalah, dan daya tahan. Kesabaran diajarkan sebagai dasar untuk menghadapi kesulitan dengan optimisme dan keyakinan kepada Allah SWT, membentuk mental yang kuat dan tahan banting.

Kata Kunci: Terapi, QS. Al-Baqarah ayat 286, Kesehatan Mental, Sabar, tahalli.



Hak Cipta Ditindungi 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.

ABSTRACT

This study aims to understand the role of therapy in human mental health from the perspective of the Qur'an, specifically Surah al-Baqarah verse 286. The Qur'an as *shifa'* shows its identity not only as a cure for physical illnesses but also for mental and spiritual disorders. Therefore, therapy aimed at developing mental health has strong relevance to the understanding of Surah al-Baqarah verse 286. There are two academic problems addressed in this study, First, how is Surah al-Baqarah verse 286 interpreted. Second, what is the role of therapy in addressing mental health disorders from the Qur'anic perspective based on Surah al-Baqarah verse 286. This is a qualitative study using a library research method. The results show that the Qur'an's view on therapy for mental health disorders focuses on healing through faith and spiritual strength. The concept of *sabr* (patience) in psychotherapy involves two stages: *takhalli* (releasing negative potentials such as arrogance and despair) and *tahalli* (filling oneself with positive values such as patience and perseverance). The Qur'anic concept of Adversity Quotient (AQ) includes self-control, personal responsibility, understanding the impact of problems, and endurance. Patience is taught as a foundation for facing difficulties with optimism and trust in Allah SWT, shaping a strong and resilient mindset.

Keywords: Therapy, Surah al-Baqarah verse 286, Mental Health, Patience, *tahalli*

"I, **Yusparizal, S.Pd., M.Pd.**, a professional translator that holds Academic English Certificate from Colorado State University, USA, in addition I am also an official member of Indonesian Translator Association With Registration Number **HPI-01-20-3681** hereby declare that I am fluent in both Indonesian language and English language and competent to translate between them. I certify this English Translation from Indonesian language of the document is true and accurate to the best of my ability and belief. The translation was made from the original source/version in Indonesian language. Pekanbaru City, Riau Province, 28293, Indonesia. Phone +6282268177207, translateexpress2018@gmail.com July 10th, 2025. Verify the authenticity of the translation by sending this file to the email address above if you are in doubt that the translation is not from Translate Express Pekanbaru."





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.

ملخص

هدف هذا البحث إلى معرفة دور العلاج لدى صحة عقلية الإنسان على ضوء نظر القرآن الكريم في سورة البقرة الآية ٢٨٦. أتى القرآن الكريم كشفاء لا يكون دواء الأمراض الجسدية فحسب، بل دواء الأمراض العقلية والروحية أيضا. لذا فإن العلاج الذي يهدف إلى تحسين الصحة العقلية له علاقة وطيدة مع مفهوم سورة البقرة الآية ٢٨٦. هناك مشكلتان علميتان سيحجب عليهما هذا البحث، وهما: أولا، كيفية تفسير سورة البقرة الآية ٢٨٦. نيا، دور العلاج في الاضطرابات النفسية لدى الإنسان على ضوء نظر القرآن الكريم من سورة البقرة الآية ٢٨٦. مدخل هذا البحث هو بحث وصفي استخدام نوع البحث المكتبي (Library Research). دلت نتائج هذا البحث على أن العلاج من وجهة نظر القرآن الكريم يركز على الشفاء من خلال الإيمان والتقوية الروحية من الاضطرابات النفسية. أما مفهوم الصبر في العلاج النفسي يشمل على مرحلتين، هما: التخلي (التخلص من الإمكانيات السلبية، مثل الغرور واليأس)، والتحلّي (إشباع النفس لقيم الإيجابية مثل الصبر والإقدام). أما جوانب معامل المحن (Adversity Quotient) في القرآن تشمل على العفة، والمسؤولية النفسية، وفهم ثير المشاكل، والقدرة على مواجهة الشدة. الصبر مدروس كدوره أساس مواجهة الصعوبات لتفاؤل والإيمان لله سبحانه وتعالى، وتشكيل عقلية قوية ومتينة. الكلمة المفتاحية: علاج، سورة البقرة الآية ٢٨٦، صحة عقلية الإنسان، صبر، تحلي.

"I, Yusparizal, S.Pd., M.Pd., Director of Translate Express Pekanbaru, Indonesia, in addition I am also an official member of Indonesian Translator Association With Registration Number HPI-01-20-3681 hereby declare that my translator Ms. Isna Fadhilah, S.Pd (Bachelor Degree in Arabic Language) is fluent in both Indonesian language and Arabic language and competent to translate between them. I certify this Arabic Translation from Indonesian language of the document is true and accurate to the best of my ability and belief. The translation was made from the original version in Indonesian language. Pekanbaru City, Riau Province, 28293, Indonesia. Phone +6282268177207, translateexpress2018@gmail.com July 10th, 2025. Verify the authenticity of the translation by sending this file to the email address above if you are in doubt that the translation is not from Translate Express Pekanbaru "



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.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi huruf Arab ke dalam huruf Latin yang dipakai dalam penyusunan tesis ini berpedoman kepada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1997 dan 0543b/U/1987 tanggal 10 September 1987.

I. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba'	B	Be
ت	ta'	T	Te
ث	sa'	s	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ha	h	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	zet (dengan titik di atas)
ر	ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ص	Syin	Sy	es dan ye
ض	şad	ş	es (dengan titik di bawah)
ظ	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa'	ṭ	te (dengan titik di bawah)



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.

ز	za'	z	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	‘	koma terbalik di atas
ج	Gain	G	Ge
ف	fa'	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	wawu	W	We
ه	ha'	H	Ha
ء	hamzah	‘	Apostrof
ي	ya'	Y	Ye

II. Konsonan Rangkap karena Syaddah ditulis rangkap

سنة ditulis *Sunnah*

علة ditulis *'illah*

III. Ta'Marbutah di akhir kata

- a. Bila dimatikan ditulis dengan h

المائدة ditulis *al-Mā'idah*

إسلامية ditulis *Islāmiyyah*

(Ketentuan ini tidak diperlukan kata-kata Arab yang sudah terserah ke dalam bahasa Indonesia, seperti zakat, shalat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya)



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. Bila diikuti dengan kata sandang “al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

مقارنة المذاهب ditulis *Muqāranah al-mazhāhib*.

IV. Vokal Pendek

ـَ	kasrah ditulis i
ـِ	fathah ditulis a
ـُ	dammah ditulis u

V. Vokal Panjang

1. Fathah + alif ditulis *ā*
إستحسان ditulis *Istih{s}ān*
2. Fathah + ya’ mati ditulis *ā*
أنتى ditulis *Un{s}ā*
3. Kasrah + yā’ mati ditulis *ī*
العلواني ditulis *al-‘Ālwānī*
4. Dammah + wāwu mati ditulis *ū*
علوم ditulis *‘Ulūm*

VI. Vokal Rangkap

1. Fathah + ya’ mati ditulis *ai*
غيرهم ditulis *Ghairihim*
2. Fathah + wāwu ditulis *au*
قول ditulis *Qaul*

VII. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أنتم ditulis *a’antum*
أعدت ditulis *u’iddat*
لأن شكرتم ditulis *lai’in syakartum*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

VIII. Kata Sandang Alif + Lam

- Bila diikuti huruf Qamariyyah

القرآن

ditulis *al-Qur'an*

القياس

ditulis *al-Qiyas*

- Bila diikuti huruf Syamsiyyah ditulis dengan menggunakan huruf Syamsiyyah yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf l (el) nya.

الرسالة

ditulis *ar-Risālah*

النساء

ditulis *an-Nisā'*

IX. Penulisan Kata-Kata dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya.

أهل السنة

ditulis *Ahl assunah*



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.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
الملخص	v
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	vi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Penegasan Istilah	7
C. Identifikasi Masalah	7
D. Batasan Masalah	7
E. Rumusan Masalah	8
F. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian	8
G. Sistematika Penulisan	9
BAB II	10
KAJIAN TEORETIS	10
A. Landasan Teori	10
1. Pengertian Psikoterapi	10
2. Macam-Macam dan Metode Psikoterapi	11
3. Hubungan Agama Islam dan Psikoterapi	14
4. Tahapan Psikoterapi dalam Islam	16
5. Fungsi dan Tujuan Psikoterapi dalam Islam	17
6. Definisi Gangguan Kesehatan Mental	18
7. Macam-Macam Gangguan Kesehatan Mental	21
8. Gangguan Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an	24
9. Faktor Penyebab Terjadinya Gangguan Kesehatan Mental	29
B. Tinjauan Kepustakaan	32
BAB III	35



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.

METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Sumber Data Penelitian.....	35
C. Teknik Pengumpulan Data.....	36
D. Teknik Analisa Data.....	36
BAB IV	38
PEMBAHASAN DAN ANALISA DATA	38
A. Penafsiran QS. Al-Baqarah Ayat 286	38
B. Peran Psikoterapi Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Manusia Perspektif Al-Qur'an (Kajian QS. Al-Baqarah Ayat 286)	45
BAB V	54
PENUTUP	54
DAFTAR KEPUSTAKAAN	56

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

Al-Qur'an adalah Kalamullah atau perkataan Allah yang penuh dengan kesucian sakralitas yang tinggi. Ia berisi pesan-pesan kehidupan untuk manusia sebagai refleksi sifat-Nya yang "Rahman dan Rahim", cinta kasih- Nya kepada mereka yang tak terhingga. al-Qur'an juga sebagai petunjuk dan syari'at Allah yang sempurna bagi umat manusia, baik yang berkaitan dengan urusan dunia. Selain al-Qur'an juga sebagai wahyu terakhir yang diturunkan kepada manusia, al-Qur'an berbeda dengan kitab-kitab sebelumnya.¹

Perbedaan itu selain nampak dalam kandungan ajarannya yang lebih lengkap dan mencakup, juga nampak dalam fungsi dan sifatnya yang fleksibel. al-Qur'an, oleh Allah diwahyukan kepada Nabi Muhammad saw. disertai sebuah pesan: "Katakanlah" Siapakah yang lebih kuat persaksiannya?". Katakanlah "Allah. Dia menjadi saksi antara aku dan kamu. Dan al-Qur'an ini diwahyukan kepadaku supaya dengannya aku memberi peringatan kepadamu dan kepada orang-orang yang sampai al-Qur'an kepadanya. Al-Qur'an sebagai kitab samawi terakhir, diyakini oleh setiap muslim sebagai satu-satunya kitab suci yang keotentikannya mendapat jaminan langsung dari Allah swt . Ia memperkenalkan dirinya sebagai kitab petunjuk (hidayah) yang berfungsi mengeluarkan manusia dari kegelapan-kegelapan (zulumat) menuju cahaya (nur).²

Kesehatan mental menitik beratkan terhadap bahaya pada sikap pribadi yang merugikan atau yang kurang wajar. Misalnya senang melamun, gelisah, mengasingkan diri, takut yang sangat. Sedang para pendidik/ paedagoog lebih menitik beratkan pandangannya terhadap bahaya-bahaya yang melanggar norma norma sosial, tata tertib, norma susila, dan sejenisnya.³ Kesehatan dan kesakitan dapat dikatan berbeda oleh dua orang yang berbeda. Akan pengetahuan

¹ Su'aib H Muhammad, *5 Pesan Al-Qur'an, Jilid Pertama*, (Malang: Uin-Maliki Press, 2010), hlm. 66.

² *Ibid.*, hlm. 69.

³ Siti Sundari, *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan* (Jakarta: Pt. Asdi Mahastya, 2005), Hlm. 6-7.

Kecanggihan dunia medis sekarang ini tampaknya mulai diiringi oleh perkembangan berbagai pengobatan alternatif yang menjamur di mana-mana. Harus diakui bahwa kehadiran pengobatan-pengobatan alternatif ini tidak dapat dinafikan peranannya dalam berpartisipasi menyehatkan masyarakat. Hal ini merupakan fenomena bahwa penyakit yang diderita manusia tidak selamanya dapat disembuhkan dengan obat medis atau kecanggihan perangkat medis. Ketika penyakit jasmani disembuhkan maka yang tampak adalah kesehatan secara fisik. Akan tetapi, jika penyakit psikis disembuhkan yang tampak adalah perilaku-perilaku mental hidup yang sehat. Di sinilah kemudian tasawuf memberikan jawaban untuk menemukan totalitas jasmani dan rohani dalam diri manusia.

Al-Qur'an sebagai shifa' memberi isyarat kepada manusia bahwa dalam menjalani hidup, seseorang harus memiliki hati yang bersih. Dalam hal ini, seseorang harus terbebas dari penyakit-penyakit hati yang dapat dipengaruhi oleh kondisi psikis (kejiwaan) dan fisik (tubuh/raga) seseorang, sehingga berdampak pada gangguan mental (mental disorder) yang berpengaruh pada efektifitas dan produktifitasnya di dalam menjalani hidup dan beribadah kepada Allah SWT. Gangguan mental biasanya dipengaruhi oleh berbagai hal. Mulai dari aspek biologis, psikologis dan sosial yang dapat menjadikan seseorang mengalami depresi. Depresi merupakan gangguan alam perasaan yang ditandai dengan rasa sedih terus-menerus yang berkepanjangan yang dapat mengganggu kondisi fisik dan kehidupan sosial. Dalam hal ini, seseorang yang mengalami gangguan mental berupa depresi akan berimbas pada produktifitasnya sebagai makhluk yang kreatif dan inovatif yang bertolak belakang dari fungsinya sebagai manusia paripurna.

Kaum sufi umumnya memandang bahwa dunia spiritual dapat berimplikasi bagi dunia material. Dengan itu mereka memperkenalkan pengobatan secara

⁴ *Ibid.*, hlm. 4.

Hak Cipta Dituliskan oleh UIN Suska Riau

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.

sufistik atau psikoterapi sufistik. Terapi sufistik ini yang dimaksudkan adalah pengobatan yang bernuansa islami dengan sasaran untuk mewujudkan manusia yang berjiwa sehat. Pendekatannya dapat dilakukan melalui bimbingan penyuluhan, pendekatan tobat, pendekatan dzikir, dan sebagainya.⁵

Fazlurahman dalam bukunya, *Health and Medicine in the Islamic Tradition Change and Identity*, mengungkapkan bahwa pengobatan spiritual atau terapi sufistik menjadi penting di era modern sekarang ini. Bahkan beberapa ahli kedokteran jiwa meyakini bahwa penyembuhan penyakit pasien atau klien dapat dilakukan cepat jika menggunakan metode yang berdasarkan spiritual keagamaan, yaitu dengan membangkitkan potensi keimanan kepada Tuhan, lalu menggerakkannya ke arah pencerahan batinnya atau pencerahan spiritual yang pada hakikatnya menimbulkan kepercayaan diri bahwa Tuhan Yang Maha Esa adalah satu-satunya kekuatan penyembuhan penyakit yang diderita.

Di Indonesia, sakit mental semakin bertambah setiap tahunnya. Seperti yang dikutip oleh Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi.⁶ Hal ini menunjukkan bahwa masalah sakit mental bukanlah hal sepele yang harus diabaikan, sebab dengan meningkatnya jumlah penyintas gangguan mental akan mengakibatkan kurangnya produktifitas seseorang yang dapat mempengaruhi aspek-aspek penting dalam kehidupannya. Gangguan mental dapat dikatakan sebagai perilaku abnormal atau perilaku yang menyimpang dari norma-norma yang berlaku di masyarakat.⁷

Hal tersebut ditandai dengan adanya perasaan sedih, suasana hati kosong, disertai dengan perubahan somatik dan kognitif yang secara signifikan mempengaruhi kapasitas individu untuk berfungsi dengan baik. Depresi, stres dan alkoholik tergolong sebagai gangguan mental karena memiliki efek nyata pada

⁵ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2010), hlm. 5.

⁶ https://Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id/Baca/Rilis_Media/20211007/1338675/Kemenkes-Beberkan-Masalah-Permasalahan-Kesehatan-Jiwa-Di-Indonesia/ Diakses 25 Maret 2022.

⁷ Purmansyah Ariadi, "Kesehatan Mental Perspektif Islam", Dalam *Jurnal Syifa' Medika*, Vol. 3, No. 2, 2013, hlm. 122.

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.

kebiasaan makan, pola tidur dan cara berpikir. Dapat dikatakan bahwa gangguan mental memiliki titik kunci yaitu menurunnya fungsi mental yang berpengaruh pada ketidakwajaran dalam berperilaku sehingga dapat menyebabkan gangguan kegiatan kehidupan sehari-hari.⁸

Dengan demikian, perbuatan fisik seperti sikap dan perilaku seseorang dipengaruhi oleh kondisi psikisnya. Gangguan mental tersebut sesuai dengan firman Allah SWT:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا
إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا
وَلَا تُحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى
الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

"Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) 'Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir,'" (QS. Al-Baqarah ayat 286).

Ayat di atas juga bisa menjadi pengingat untuk kita ketika sedang merasakan permasalahan mental. Allah gak akan memberikan cobaan atau beban yang di luar kesanggupan hamba-Nya. Apa pun yang terjadi, sebaiknya bersikaplah tawadu dan menyerahkan semuanya kepada Allah. Niscaya Allah akan memberikan kemudahan untuk setiap hamba-Nya.⁹

⁸ Uswatun Hasanah, Dkk., "Depresi Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19", Dalam Jurnal Keperawatan Jiwa, Vol. 8, No 4, 2020, hlm. 423.

⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al- Misbah; Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, hlm. 103.

Sementara di dunia Islam, Islam memandang manusia sebagai makhluk Tuhan yang memiliki keunikan dan keistimewaan tertentu. Sebagai salah satu makhluknya karakteristik dan eksistensi manusia harus dicari dalam relasi dengan Sang Pencipta dan makhluk- makhluk Tuhan lainnya. Diantara relasi tersebut yakni; hubungan manusia dengan dirinya sendiri, hubungan antar manusia, hubungan manusia dengan alam sekitar dan hubungan manusia dengan Sang Pencipta. Mengenai ragam dan corak relasi-relasi itu perlu dijelaskan bahwa sekalipun manusia seakan-akan merupakan pusat hubungan-hubungan, tetapi dalam ajaran Islam pusat segalanya bukanlah manusia melainkan Sang Pencipta sendiri yaitu Allah SWT. Dengan demikian landasan filsafat mengenai manusia dalam ajaran Islam bukan Anthroposentrisme, melainkan *Theosentrisme* atau lebih tepat *Allah-sentrisme*.

Dalam Tafsir Ibnu Katsir dijelaskan bahwa fitrah lurus manusia adalah agama Allah SWT. Allah telah memfitrahkan makhluk-Nya untuk mengenal dan mengesakan-Nya. Allah menyamakan seluruh makhluk-Nya dengan fitrah dalam tabi'at yang lurus, dimana tidak ada satu anak pun yang lahir kecuali berada dalam

¹¹ *Ibid.*, hlm. 49.

Dalam kehidupan, Agama merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari manusia. Antara manusia dan agama tampaknya mempunyai hubungan yang bersifat kodrati, agama itu sendiri menyatu dalam fitrah penciptaan manusia. terealisasi dalam bentuk ketundukan, kerinduan ibadah, serta sifat-sifat luhur. Maka apabila manusia ketika menjalani kehidupannya dan menyimpang dari nilai-nilai fitrahnya, maka secara psikologis ia akan merasa adanya semacam “hukuman moral”. Lalu spontan akan muncul rasa bersalah atau rasa berdosa.¹³ Menurut Darwis Hude, bagi orang beragama, ketertarikan manusia dengan Tuhan adalah sesuatu yang niscaya. Tuhan dibutuhkan dalam kehidupan manusia. Ia menjadi pelindung dan bahkan sumber dari segala kebutuhan manusia.

¹² Abdullah Bin Muhammad Bin Abdurrahman Bin Ishaq Al-Sheikh, *Lubabut Tafsir Min Ibni Katsir*, (Bogor: Pustaka Imam Syafi'i, 2004), Jilid 6, hlm. 371.

Jurnal Kesehatan Tadulako, Vol. 3, No. 1, 2017, hlm. 5.

¹⁴ *Ibid.*, hlm. 131.

B. Penegasan Istilah

Terapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien yang bertujuan menghilangkan, mengubah atau menemukan gejala-gejala yang ada, memperantarai (perbaikan) pola tingkah laku yang rusak, dan meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif.

Kesehatan mental adalah sebagai wujud karena adanya penyesuaian diri yang berhasil atau tidak adanya psikopatologi dan sebagai keadaan dimana seseorang digambarkan tidak memiliki gangguan pada bidang psikologis, emosional, perilaku, dan sosial

Identifikasi dari permasalahan yang penulis ajukan adalah sebagai berikut:

- #### D. Batasan Masalah

7

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat disimpulkan beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana penafsiran QS. al-Baqarah ayat 286?
2. Bagaimana peran psikoterapi terhadap gangguan kesehatan mental manusia perspektif al-Qur'an kajian QS. al-Baqarah ayat 286?

F. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah diatas, dapat disimpulkan beberapa tujuan dan manfaat penelitian sebagai berikut:

1. Tujuan Penelitian

Dari latar belakang dan rumusan masalah sebagaimana yang telah dipaparkan diatas ialah tentang Terapi terhadap gangguan kesehatan mental manusia perspektif al-Qur'an (Kajian QS. al-Baqarah ayat 286 diatas, maka tujuan dilakukannya penelitian ini adalah:

1. Mengetahui bentuk penafsiran tentang QS. al-Baqarah ayat 286
2. Mengetahui peran terapi terhadap gangguan kesehatan mental manusia perspektif al-Qur'an (Kajian QS. al-Baqarah ayat 286).

2. Manfaat Penelitian

Penulis mengharapkan dari penelitian ini bisa memberikan manfaat baik teoritis, praktis dan akademis:

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan bisa memberikan sumbangsih keilmuan dalam dibidang penafsiran, khususnya kajian terapi dalam al-Qur'an.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis dari hasil penelitian ini bisa memberikan pemahaman bagaimana peran terapi terhadap gangguan kesehatan mental manusia perspektif al-Qur'an (Kajian QS. al-Baqarah ayat 286)

c. Manfaat Akademis

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.

Sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S.Ag) pada program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir di UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan adalah bagian yang menggambarkan garis-garis besar atau kerangka suatu penelitian. Pemaparan dilakukan perbab, lengkap dengan informasi ringkas tentang topik pembahasan serta tujuan yang hendak dicapai melalui pembahasan tersebut.¹⁵ Penelitian ini diuraikan dalam lima bab, dan masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab sebagai berikut:

BAB I merupakan pendahuluan dari keseluruhan tulisan ini yang memuat antara lain, latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan dan rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta ditutup dengan poin terakhir yaitu sistematika penulisan.

BAB II merupakan kerangka teoritis yang digunakan dalam penelitian ini yang berisi antara lain pengertian dan macam-macam Terapi, hubungan Islam dengan Terapi, serta tinjauan kepustakaan.

BAB III merupakan tentang metode penelitian yang memuat antara lain, jenis penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

BAB IV merupakan Jawaban dari rumusan masalah masalah yang dipaparkan secara deskriptif dan jelas. Dalam bab ini dijelaskan perihal penafsiran QS. Al-Baqarah ayat 286 serta dikaitkan dengan peran psikoterapi terhadap gangguan kesehatan mental manusia.

BAB V Merupakan akhir dari penulisan yang memuat antara lain, kesimpulan dan saran-saran

¹⁵ Tim Penyusun Pedoman Karya Ilmiah, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Makalah, Synopsis, Dan Skripsi (Edisi Revisi)*, (Pekanbaru:Cv Mulia Indah Kemala, 2015), hlm. 72.

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.

BAB II KAJIAN TEORETIS

A. Landasan Teori

1. Pengertian Terapi

Terapi berasal dari kata “therapy” (bahasa Inggris) yang berarti pengobatan dan penyembuhan.¹⁶ Menurut Lewis R. Wolberg, psikoterapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien yang bertujuan menghilangkan, mengubah atau menemukan gejala-gejala yang ada, memperantarai (perbaikan) pola tingkah laku yang rusak, dan meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif.¹⁷

Terapi menurut James P. Chaplin memandangnya dalam dua sudut pandang, yaitu terapi secara khusus dan terapi secara luas. Secara khusus diartikan sebagai penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada berbagai macam kesulitan penyesuaian diri setiap hari. Sedangkan secara luas, terapi mencakup penyembuhan lewat keyakinan agama melalui pembicaraan informal atau diskusi dengan guru atau teman.¹⁸ Sementara terapi dalam pandangan Islam adalah proses dan penyembuhan dan pengobatan suatu penyakit, baik itu mental, moral, spiritual maupun fisik dengan bimbingan al-Qur'an dan sunnah.¹⁹ Terapi Islam didefinisikan sebagai teknik pencegahan dan pengobatan gangguan kejiwaan yang bersumber dari permasalahan kehidupan manusia dengan menggunakan gabungan pendekatan keagamaan dan

¹⁶ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling Dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta, Fajar Pustaka Baru, 2004), hlm. 225

¹⁷ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling Dan Psikoterapi Islam*, hlm. 228.

¹⁸ James P. Chaplin, *Kamus Psikologi*, Terj. Kartini Kartono, (Jakarta: Rajawali, 1999), Hlm. 407.

¹⁹ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling Dan Psikoterapi Islam*, hlm. 228.

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.

pendekatan psikologi dalam perspektif agama Islam yang dapat diterapkan sendiri ataupun oleh seorang terapis kepada klien.²⁰

2. Macam-Macam dan Metode Terapi

Di dunia barat di kenal berbagai macam metode psikoterapi diantaranya Psikoanalisa, Terapi Behavioral Terapi Person Centered dan Terapi Existensial.²¹

1) Psikoanalisa

Aliran ini dipelopori oleh Sigmud Freud seorang dokter psikiatri berkebangsaan Austria. Ia membagi struktur kepribadian ke dalam tiga komponen, yaitu id, ego dan super ego. Id merupakan elemen kepribadian yang primitif, instinktif, dan Rahim tempat super ego berkembang. Id berorientasi pada prinsip kesenangan atau prinsip reduksi ketegangan. Ego adalah sistem kepribadian yang terorganisasi, rasional, dan berorientasi kepada prinsip realitas. Peranan ego adalah sebagai perantara atau penghubung antara id dengan kondisi lingkungan atau dunia luar yang diharapkan. Super ego merupakan komponen moral kepribadian yang terkait dengan standar atau norma masyarakat mengenai baik buruk, benar dan salah.²²

Salah satu teknik terapi yang digunakan Freud dalam psikoanalisisnya adalah teknik asosiasi bebas. Teknik ini merupakan suatu metode pemanggilan kembali pengalaman-pengalaman masa lampau dan pelepasan emosi-emosi yang berkaitan dengan situasi-situasi traumatik di masa lampau yang dikenal dengan katarsis. Katarsis mendorong seseorang untuk menyalurkan sejumlah perasaan yang terpendam dan karenanya mendorong bagi pencapaian pemahaman. Cara khas yang dilakukan adalah klien berbaring di atas dipan dan terapis duduk di belakangnya sehingga tidak mengalihkan perhatian klien pada saat asosiasinya mengalir bebas.

²⁰ Tim Asosiasi Psikologi Islam, *Psikologi Islam: Kajian Teoritik Dan Penelitian Empirik*, (Yogyakarta: Asosiasi Psikologi Islam, 2020), Cet. I, hlm. 234.

²¹ Triyani Puji Astuti, *Psikoterapi Islam*, hlm. 59.

²² Syamsu Yusuf & Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hlm. 44.

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.

2) Therapeutic Behavioral

Berlainan dengan psikoanalisa yang menggambarkan bahwa secara tak disadar dorongan nafsu-nafsu rendah banyak menentukan perilaku manusia, bahwa aliran behavioral ini menunjukkan bahwa upaya rekayasa dan kondisi lingkungan luar adalah hal yang paling mempengaruhi dan menentukan kepribadian manusia. Dengan demikian dapat dipahami bahwa aliran ini menganggap manusia pada hakikatnya adalah netral, baik buruknya perilaku terpengaruh dari pengaruh situasi dan perlakuan yang alami.²³

Manusia menurut terapi behavioral bersifat mekanistik atau merespon kepada lingkungan dengan kontrol terbatas, hidup dalam alam deterministik, dan sedikit peran aktifnya dalam memilih martabatnya. Manusia memulai kehidupannya dengan memberikan reaksi terhadap lingkungannya, dan interaksi ini menghasilkan pola-pola perilaku yang kemudian berbentuk kepribadian. Perilaku seseorang ditentukan oleh banyak dan macamnya penguatan yang diterima dalam situasi hidupnya.²⁴ Salah satu teknik terapi behavioral adalah “Desentisasi Sistematis”. Terapi ini dikembangkan oleh Wolpe yang mengatakan bahwa semua perilaku neurotic adalah ekspresi dari kecemasan. Dan bahwa respon terhadap kecemasan dapat dieliminasi dengan menemukan respon yang antagonistik. Perangsangan yang menimbulkan kecemasan secara berulang-ulang dipasangkan dengan keadaan relaksasi sehingga hubungan antara perangsangan dengan respon terhadap kecemasan dapat dieliminasi.

Teknik ini bermaksud mengajar klien untuk memberikan respon yang tidak konsisten dengan kecemasan yang dialami klien. Teknik ini tak dapat berjalan tanpa teknik relaksasi.

3) Terapi Person Contered

²³ Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi Dengan Islam*, hlm. 51

²⁴ Moh Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hlm. 30

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.

Terapi ini merupakan bagian dari pendekatan humanistik, yaitu aliran psikologi yang memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki otoritas atas kehidupannya sendiri. Model terapi ini menolak konsep yang memandang terapis sebagai otoritas yang mengetahui apa yang terbaik dan memandang klien sebagai manusia pasif yang hanya mengikuti perintah-perintah terapis. Oleh karena itu terapi ini berakar pada kesanggupan klien untuk sadar dan membuat putusan-putusan.

Untuk terapis person centered, kualitas hubungan jauh lebih penting daripada teknik. Ada tiga kondisi yang perlu dan sudah cukup untuk terapi, yaitu empati, positive regard (*acceptance*) dan congruence. Empati adalah kemampuan terapis untuk merasakan bersama dengan klien dan menyampaikan pemahaman ini kembali kepada mereka. Positive regard yang dikenal juga sebagai akseptansi adalah genuine caring yang mendalam untuk klien sebagai pribadi. Kongruensi (*congruence*) adalah kondisi transparan dalam hubungan terapeutik dengan tidak memakai topeng atau pulasan-pulasan.²⁵

4) Terapi Eksistensial

Terapi ini memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri, suatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berpikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri itu pada diri seseorang, maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang itu. Kebebasan memilih dan bertindak disertai tanggung jawab. Para eksistensial menekankan bahwa manusia bertanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya, juga berpendapat bahwa manusia itu unik dalam arti bahwa dia berusaha untuk menemukan makna bagi kehidupan.²⁶ Terapi eksistensial bertujuan agar klien mengalami keberadaan secara otentik dengan menjadi sadar atas keberadaan dan potensi-potensi serta sadar bahwa ia dapat membuka diri dan bertindak berdasarkan kemampuannya. pada

²⁵ *Ibid.*, hlm. 64.

²⁶ *Ibid.*, hlm. 65.

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.

intinya tujuan terapi ini adalah untuk meluaskan kesadaran diri klien dan karenanya meningkatkan kesanggupan pilihan hidupnya, yakni menjadi bebas dan bertanggung jawab atas arah hidupnya.

Tugas utama terapis adalah berusaha memahami klien sebagai ada-dalam- dunia. Dalam terapi ini klien mampu mengalami secara subjektif persepsi-persepsi tentang dunianya. Tidak seperti pendekatan terapi lainnya, terapi ini tidak memiliki teknik-teknik yang ditentukan secara ketat. Prosedur-prosedur terapeutik bisa diambil dari beberapa pendekatan terapi lainnya.

3. Hubungan Agama Islam dan Terapi

Agama dan ilmu pengetahuan adalah dua hal yang tak terpisahkan dan selalu berjalan beriringan. Menurut Djameluddin Ancok, dalam agama Islam keterpisahan antara masalah agama dan ilmu pengetahuan tidaklah terjadi. Oleh karena itu, tidak mungkin bagi seorang Muslim untuk membuat pemisahan antara pendekatan psikologi (yang bebas agama) sebagai ilmu pengetahuan dan agama sebagai teknik terapi,²⁷ seperti yang dikemukakan oleh Pattison yang memisahkan pendekatan agama dan psikoterapi menjadi lima kelompok, yaitu pertama, pendapat yang dianut oleh kelompok yang dinamakan “*Spiritual Reductionist*”, yang beranggapan bahwa gangguan jiwa adalah disebabkan dosa kepada Tuhan. Kelompok ini berpendapat bahwa gangguan jiwa disebabkan oleh kehidupan sekularistik yang memisahkan peranan agama dalam kehidupan manusia. Kelompok ini menolak sama sekali ilmu sekular seperti psikologi yang didasarkan pada konsep yang sangat sekularistik yang mengabaikan peranan agama. Kedua, kelompok yang dinamakan “*Material Reductionist*”. Kelompok ini beranggapan bahwa agama tidak memiliki hubungan dalam proses penyembuhan gangguan jiwa. Kelompok ini sangat ateis yang menolak kehadiran agama dan hubungan agama dalam psikoterapi.

²⁷ Triyani Puji Astuti, *Psikoterapi Islam*, (Cirebon: Cv. Elsi Pro, 2021), hlm. 21-22.

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.

Ketiga, kelompok yang dinamakan “*Alternativist*”. Kelompok ini berpendapat bahwa psikoterapis dan agamawan dapat menyembuhkan gangguan mental, akan tetapi faktor penyebab terjadinya gangguan mental tidaklah disebabkan oleh dosa kepada Tuhan, melainkan hanya bersifat psikologik. Keempat, kelompok yang dinamakan “*Dualist*”. Menurut kelompok ini, gangguan mental bisa disebabkan oleh hal-hal yang bersifat psikologik dan problem agama. Seseorang yang memiliki keahlian apakah dia psikoterapis atau pemuka agama dapat menyembuhkan gangguan mental atau kejiwaan. Kelima, kelompok yang dinamakan “*Specialist*”. Kelompok ini beranggapan bahwa gangguan mental atau jiwa dapat bersifat psikologik atau keagamaan. Siapa penyembuh gangguan tergantung sifatnya. Kalau bersifat psikologis maka psikoterapislah yang menyembuhkan, sedangkan kalau bersifat konflik agama maka agamawanlah yang menyembuhkan.²⁸ Hubungan antara agama Islam dan psikoterapi dapat dilihat dari beberapa ayat al- Qur’an. Al-Qur’an tidak hanya berfungsi sebagai petunjuk bagi kehidupan umat Islam, akan tetapi juga berfungsi sebagai penyembuh (shifa).

Salah satu ayat al-Qur’an yang berisikan mengenai aspek penyembuhan gangguan mental atau jiwa sebagaimana firman Allah SWT.

إِنَّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا 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).

Ayat di atas menunjukkan bahwa agama itu sendiri berisikan aspek terapi bagi gangguan mental atau jiwa. Bukankah penderitaan batin biasanya akan menyesak dada seperti yang tersirat di dalam surat di atas? Banyak sekali ayat-ayat di dalam Al-Qur’an yang isinya sejalan dengan ayat di atas, seperti.

فَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْيَدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

²⁸ Djamaluddin Ancok & Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami; Solusi Islam*, (Jogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 97.

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.

Artinya : “Dan Kami turunkan dari Al Qur’an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang- orang yang beriman dan Al Qur’an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian” (QS. Al-Isra’ [17]: 82)

Ayat-ayat di atas memberi petunjuk bahwa agama mempunyai sifat terapeutik terhadap gangguan mental atau jiwa. Namun bagaimanakah pelaksanaan dari proses terapeutik tersebut haruslah dilihat dari ajaran-ajaran Islam itu sendiri.

4 Tahapan Terapi dalam Islam

1) Tahap Awal (Perencanaan)

Sebelum memulai sebuah terapi tentu memiliki perencanaan terlebih dahulu agar tujuan tercapai dengan apa yang diharapkan, perencanaan menentukan terlaksananya terapi apakah sebuah terapi berjalan dengan baik dan dapat mencapai tujuan yang diinginkan sangat dipengaruhi oleh perencanaan. Adapun tahap-tahap yang dilakukan sebelum melaksanakan terapi secara keseluruhan adalah:

- a. Menentukan waktu atau jam pelaksanaan
- b. Mengintruksikan mengambil air wudhu
- c. Berpakaian sopan dan menutup aurat

2) Tahap Inti (Pelaksanaan)

Tahap inti atau tahap pelaksanaan yaitu tahap dimana terapi dijalankan. Adapun tahapannya adalah:

- a. Memperkenalkan dan memberi pemahaman tentang Allah SWT., seperti bagaimana manusia diciptakan, apa tugas manusia di bumi, apa amalan yang harus dikerjakan lalu cara mengingat Allah dan mengucapkan kalimat basmalah dan bersalawat.
- b. Memberikan penjelasan ringan seperti siapa Allah, dan menunjukkan bagaimana cara melakukan terapi seperti misalnya memberikan contoh bagaimana melakukan wudhu, gerakan-gerakan apa yang dilakukan dalam salat serta mengajarkan bacaan-bacaan salat dan bagaimana tata cara serta cara membaca al-Qur’an yang baik dan benar

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.

- c. Mempraktekkan arakan yang telah diberikan.

Fungsi dan Tujuan Terapi dalam Islam

Samsu Munir Amin mengungkapkan sebagai suatu ilmu, psikoterapi dalam Islam mempunyai fungsi dan tujuan yang nyata dan mulia. Diantara fungsinya yaitu²⁹:

- 1) Fungsi Pemahaman (*Understanding*)

Fungsi ini memberikan pemahaman dan pengertian tentang manusia dan problematikanya dalam hidup dan kehidupan serta bagaimana mencari solusi dari problematika itu secara baik, benar dan mulia. Hal lain yang disampaikan adalah bahwa psikoterapi Islam memberikan penjelasan bahwa ajaran Islam (al-Qur'an) merupakan sumber yang paling lengkap, benar dan suci untuk menyelesaikan masalah hidup.

- 2) Fungsi Pengendalian (*Control*)

Fungsi ini memberikan potensi yang dapat mengarahkan aktivitas setiap hamba Allah agar tetap terjaga dalam pengendalian dan pengawasan Allah SWT.

- 3) Fungsi Peramalan (*Prediksi*)

Fungsi ini memberikan potensi yang dapat melakukan analisis ke depan tentang segala peristiwa, kejadian dan perkembangan.

- 4) Fungsi Pengembangan (*Development*)

Fungsi ini memiliki potensi untuk pengembangan ilmu keislaman, khususnya masalah manusia dengan segala seluk-beluknya, baik berhubungan dengan problematika ketuhanan maupun problematika kehidupan.

- 5) Fungsi Pendidikan (*Education*)

²⁹ Amiruddin, *Psikoterapi Perspektif Islam*, (Repository Uin Sumatera Utara, 2016.), hlm.

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.

Fungsi ini memiliki potensi untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, misalnya dari keadaan tidak tahu menjadi tahu, baik maupun buruk atau dari yang sudah baik menjadi lebih baik. Adapun tujuannya yaitu:

- a. Memberikan pertolongan kepada setiap individu agar sehat jasmani dan rohani, spiritual dan moral.
- b. Menggali dan mengembangkan potensi esensial sumber daya.
- c. Mengantarkan individu kepada perubahan konstruksi dalam kepribadian dan etos kerja.
- d. Meningkatkan kualitas keimanan, keislaman, keihsanan dan ketauhidan dalam kehidupan sehari-hari dan nyata.
- e. Mengantarkan individu mengenal, mencintai dan berjumpa dengan esensi atau jati diri dan citra diri serta Sang khaliq.

6. Definisi Gangguan Kesehatan Mental

Gangguan kesehatan mental terdiri dari tiga kata yaitu “gangguan”, “kesehatan” dan “mental”. Kata “gangguan” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) diartikan sebagai halangan, rintangan dan sesuatu yang menyusahkan, yaitu hal yang menyebabkan ketidakwarasan atau ketidaknormalan jiwa, kesehatan dan pikiran.³⁰ Sementara “kesehatan” menurut KBBI adalah keadaan kondisi badan dan sebagainya.³¹ dan “mental” menurut KBBI adalah sesuatu yang bersangkutan dengan batin (jiwa) dan watak manusia yang bukan bersifat badan atau tenaga.³² Dengan demikian, gangguan kesehatan mental adalah adanya ketidaknormalan pada kondisi mental atau jiwa seseorang. Secara Istilah, pengertian gangguan mental banyak diungkapkan oleh para ahli, diantaranya;

Pertama, Menurut American Psychiatric Association (APA) gangguan kesehatan mental adalah sindrom atau pola psikologis atau pola perilaku yang

³⁰ Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia, Kamus Bahasa Indonesia, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hlm. 434.

³¹ Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia, *Kamus Bahasa Indonesia*, hlm. 1284

³² *Ibid.*, hlm. 492.

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.

penting secara klinis, yang terjadi pada individu dan sindrom itu dihubungkan dengan adanya distress (misalnya, gejala nyeri, menyakitkan) atau disabilitas (ketidakmampuan pada salah satu bagian atau beberapa fungsi penting) atau disertai peningkatan resiko secara bermakna untuk mati, sakit, ketidakmampuan, atau kehilangan kebebasan.³³

Kedua, Menurut Depkes RI, gangguan kesehatan mental adalah gangguan pikiran, perasaan, dan tingkah laku seseorang sehingga menimbulkan penderitaan dan terganggunya fungsi sehari-hari (fungsi pekerjaan dan fungsi sosial) dari orang tersebut.³⁴

Ketiga, Menurut Tine Wulandari, gangguan kesehatan mental (*mental illness*) adalah gangguan cara berpikir (*kognitive*), kemauan (*volution*), emosi (*affective*) dan tindakan (*psychomotor*). kesulitan yang harus dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan orang lain, kesulitan karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya sendiri.³⁵

Gangguan kesehatan mental dapat dialami setiap orang tanpa memandang umur, ras, agama, maupun status sosial-ekonomi. Gangguan tersebut bukan disebabkan oleh kelemahan pribadi. Di masyarakat banyak beredar kepercayaan atau mitos yang salah mengenai gangguan kesehatan mental, ada yang percaya bahwa hal tersebut disebabkan oleh gangguan roh jahat, ada yang menuduh bahwa itu akibat guna-guna, karena kutukan atau hukuman atas dosanya. Kepercayaan yang salah ini hanya akan merugikan penderita dan keluarganya karena pengidap gangguan ini tidak mendapat pengobatan secara cepat dan tepat.³⁶

Dalam bahasa agama, istilah penyakit mental jarang disebut. Akan tetapi dikenal dengan istilah “penyakit hati” (*fi qulubihim marad*).

Sebagaimana firman Allah dalam Al- Qur'an:

³³ <https://Www.Psychiatry.Org/Patients-Families/What-Is-Mental-Illness> Diakses Pada 14 April 2022.

³⁴ Nadira, Dkk., “Pemahaman Masyarakat Mengenai Gangguan Jiwa Dan Keterbelakangan Mental”, Dalam Jurnal Prosiding Ks: Riset & Pkm, Vol 2, No. 3, hlm. 388.

³⁵ Tine Wulandari, *Gangguan Psikologi*, (Repository Unikom, 2018), hlm. 2.

³⁶ Notoatmojo, S., *Metodologi Penelitian Kesehatan*. (Jakarta: Pt. Rineka Cipta, 2010), hlm. 31.

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.

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَهُمْ عَذَابُ أَلِيمٍ هـ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

Artinya : “Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya dan mereka mendapat azab yang sangat pedih karena mereka berdusta.” (QS. Al-Baqarah [2]: 10)

Kata *marad* menurut Raghīb al-Asfahani adalah kondisi di luar dari kebiasaan khusus seorang manusia.³⁷ Kemudian ia menjelaskan bahwa *marad* itu ada dua jenis makna yaitu fisik (QS. An-Nur [24]: 61), (QS. At-Taubah [9]: 91) dan sifat-sifat atau akhlak yang buruk (QS. Al-Baqarah [2]: 10), (QS. An-Nur [24]: 50), (QS. At-Taubah [9]: 125), (QS. Al-Maidah [5]: 64).

Ia juga menjelaskan bahwa kemunafikan dan kekafiran diserupakan sebagai penyakit akhlak yang tercela. Bisa jadi karena ia menolak untuk mengetahui hal-hal tentang kemuliaan sebagaimana penyakit fisik dapat mencegah badan untuk berbuat sesuatu yang biasa dilakukan. Bisa juga karena sifat-sifat tercela (munafik dan kafir) itu dapat mencegah seseorang dari kehidupan akhirat, atau karena kecenderungan dirinya terhadap keyakinan-keyakinan atau hal yang tercela sebagaimana halnya badan yang cenderung terhadap hal-hal yang berbahaya.³⁸

Menurut Quraish Shihab, kata *marad* (penyakit) didefinisikan sebagai sesuatu yang mengakibatkan manusia melampaui batas keseimbangan kejiwaan mengantarkan kepada terganggunya fisik, mental dan bahkan kepada tidak sempurnanya amal seseorang. Melampaui batas, satu sisi membawa implikasi pada gerak berlebihan dan sisi lain membawa implikasi ke arah kekurangan.³⁹ Penyakit hati yang dimaksud dalam ayat tersebut ialah ketidakseimbangan mental bahkan kematian ruhani.⁴⁰

Berdasarkan uraian dari beberapa pengertian di atas, dapat dikatakan bahwa gangguan kesehatan mental adalah suatu gangguan kesehatan dengan

³⁷ Al-Raghīb Al-Asfahani, *Al-Mufradat Fi Gharib Al-Qur'an*, Terj. Ahmad Zaini Dahlan, (Depok: Pustaka Khazanah Fawaid), Jilid 3, hlm. 493.

³⁸ Al-Raghīb Al-Asfahani, *Al-Mufradat Fi Gharib Al-Qur'an*, Terj. Ahmad Zaini Dahlan, hlm. 494.

³⁹ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu' I Atas Berbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 1996), Cet. II, hlm. 27.

⁴⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah; Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, hlm.

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.

manifestasi psikologis atau perilaku terkait dengan penderitaan yang nyata dengan kinerja yang buruk, dan disebabkan oleh gangguan biologis, psikologis, sosial, genetik, fisik, atau kimiawi, yang mewakili suatu keadaan tidak beres yang menyimpang dari konsep normatif. Sedangkan dalam pengertian agama, sakit mental diistilahkan dengan penyakit hati yang hampir sama dengan pengertian umum dengan tambahan spirit ruhani di dalamnya.

7. Macam-Macam Gangguan Kesehatan Mental

1) Gangguan mental secara umum

Gangguan mental secara umum telah banyak diungkapkan oleh para Psikolog yang tentu melalui penelitian dan hasil diagnosa para pasien yang mengalami suatu perilaku yang tidak wajar, diantaranya:

a. Skizofrenia

Skizofrenia adalah gangguan mental yang dapat mempengaruhi tingkah laku, emosi komunikasi. Penderita dapat mengalami halusinasi, delusi, kekacauan berpikir dan perubahan perilaku.⁵⁵ Gangguan ini juga merupakan gangguan mental yang biasa dikenali dengan istilah perilaku sosial abnormal dan kegagalan untuk mengenali hal yang nyata. Gejala yang dikenal dari gangguan ini ditandai dengan seseorang berpikir tidak jelas atau bingung, halusinasi pendengaran, keterlibatan sosial berkurang dan ekspresi emosional, dan kurangnya motivasi.⁴¹.

b. Depresi

Depresi adalah gangguan suasana hati (emosional) yang kurang baik yang ditandai dengan rasa sedih yang berkepanjangan, pesimis, perasaan bersalah dan tidak berarti sehingga seluruh proses mental seperti berpikir, berperasaan dan berperilaku dapat mempengaruhi dorongan hati (motivasi) untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan intrapersonal.⁴²

⁴¹ Soetji Andari, "Pelayanan Sosial Panti Berbasis Agama.", Dalam Jurnal Pks, Vol. 16, No. 2, 2017, hlm. 196.

⁴² Aries Dirgayunita, "Depresi: Ciri, Penyebab Dan Penanganannya", Dalam Jurnal An Nafs: Kajian Dan Penelitian Psikologi, Vol. 1, No. 1, 2016, hlm. 4.

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.

Depresi merupakan suatu keadaan emosi yang ditandai dengan rasa sedih yang berlebihan, merasa tidak berharga dan selalu merasa bersalah, menarik diri dari orang lain, susah tidur, kehilangan nafsu makan, kehilangan keinginan terhadap seksual dan kehilangan minat kesenangan terhadap aktivitas sehari-hari.⁴³

c. Gangguan bipolar

Bipolar berasal dari dua kata yaitu bi dan polar. Bi berarti dua dan polar berarti kutub, bipolar adalah gangguan perasaan dengan dua kutub yang bertolak belakang. Dua kutub yang dimaksud adalah depresi dan manik. Depresi didefinisikan sebagai keadaan emosional yang ditandai dengan rasa sedih yang berlebihan, perasaan tidak berarti dan rasa bersalah, menarik diri dari orang lain dan kehilangan minat dalam aktivitas yang biasanya dilakukan. Sementara manik didefinisikan sebagai keadaan emosional dengan kegembiraan yang berlebih, mudah tersinggung disertai hiperaktivitas, berbicara lebih banyak dari biasanya, serta pikiran dan perhatian yang mudah teralih. Orang dengan gangguan bipolar akan mengalami dua fase perasaan tersebut dalam hidupnya.⁴⁴

Gangguan jenis ini merupakan gangguan mental yang ditandai dengan perubahan yang drastis pada suasana hati. penderita gangguan ini bisa merasa sangat bahagia kemudian berubah menjadi sangat sedih.⁴⁵

d. Kecemasan

kecemasan adalah kondisi perasaan atau emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan tidak

⁴³ Wandansari Sulistyorini & Muslim Sabarisman, "Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis", Dalam Jurnal Sosio Informa, Vol. 3, No.2, hlm. 155.

⁴⁴ Rani Anggraeni Purba & Yohanis Franz, "Pengalaman Terdiagnosis Bipolar, Dalam Jurnal Empati, Vol. 7, No. 3, 2017, hlm. 323.

⁴⁵ Dona Fitri Annisa & Ifdil, "Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lansia", Dalam Jurnal Konselor, Vol. 5 No. 2, 2016, hlm. 94.

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.

berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh sesuatu yang belum jelas.⁴⁶ seseorang yang mengalami gangguan ini dapat memperlihatkan perilaku yang tidak lazim seperti panik tanpa alasan, takut yang tidak beralasan terhadap objek atau kondisi kehidupan, melakukan tindakan yang dapat mereka ingat.⁴⁷

e. Gangguan kepribadian

Gangguan kepribadian adalah gangguan berat yang memberikan sedikit kemampuan kepada individu untuk menangani situasi-situasi yang menekan. Gangguan ini ditandai dengan ketidakpercayaan atau kecurigaan yang pervasif terhadap orang lain, merasa orang lain dengki kepadanya, melepaskan diri dari hubungan sosial dan ekspresi emosi yang sangat terbatas dalam hubungan dengan orang lain, perasaan tidak nyaman secara berlebihan dengan berkurangnya kapasitas untuk menjalin hubungan dekat dan ditandai oleh adanya distorsi kognitif atau perseptual dan perilaku yang eksentrik.⁴⁸

f. Gangguan stres pasca trauma (PTSD)

Gangguan jenis ini adalah gangguan mental yang biasa muncul atau terlihat setelah individu mengalami atau menyaksikan suatu peristiwa yang bersifat traumatis atau sangat tidak menyenangkan. Orang yang mengalami gejala gangguan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, agama dan pekerjaan.

Gangguan ini ditandai dengan seorang individu merasakan kembali kejadian traumatis dalam berbagai cara dan hal ini terjadi terus menerus dan menetap dan menghantuinya. Dengan munculnya tanda dan gejala tersebut, trauma akan dirasakan kembali oleh

⁴⁶ Okta Diferiansyah, Dkk., “Gangguan Cemas Menyeluruh”, Dalam Jurnal Medula Unila, Vol. 5, No. 2, 2016, hlm. 63.

⁴⁷ Muhammad Ripli, “Mengenal Gangguan Kepribadian Serta Penanganannya”, Dalam Jurnal Al-Tazkiyah, Vol. 7, No. 2, 2015, hlm. 61.

⁴⁸ Ichsan Taufik, “Aplikasi Diagnosa Gangguan Kepribadian”, Dalam Jurnal Edisi, Vol. 8, No. 2, 2014, hlm. 74.

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.

individu yang menderita PTSD melalui mimpi, memori atau masalah yang merupakan respon karena teringat tentang trauma yang dialami.⁴⁹

8. Gangguan Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an yang merupakan kitab petunjuk dan shifa' bagi manusia memberi informasi mengenai sifat atau perilaku yang tercela, yang bisa mempengaruhi produktifitas dan keimanan seseorang. Ketika Al-Qur'an berbicara mengenai gangguan mental, tidak hanya sekadar berbicara tentang apa yang dapat diamati dari perilaku seseorang seperti yang dibahas oleh psikolog pada umumnya, akan tetapi lebih kepada apa yang tidak terlihat atau apa yang ada di dalam hati manusia, yang dapat menjadi penyebab terjadinya perilaku abnormal dan mempengaruhi kehidupan sosial orang tersebut.

Bastaman mengklasifikasikan beberapa sifat atau perilaku tercela yang terdapat di dalam al-Qur'an, diantaranya:

1) Bakhil (kikir)

Bakhil (kikir) yaitu keengganan atau ketidaksediaan untuk memberikan sebagian hartanya kepada pihak-pihak lain yang membutuhkan, seperti fakir miskin, kepentingan umum, kegiatan-kegiatan sosial dan agama. Di lain pihak orang bakhil biasanya tidak pernah puas untuk mengumpulkan harta benda, sekalipun hartanya itu menurut ukuran normal telah cukup banyak.⁵⁰ Al-Qur'an membagi perbuatan bakhil dalam tiga macam, yaitu:

a. Bakhil terhadap diri sendiri

هَلَلْتُمْ هَؤُلَاءِ تُدْعَوْنَ لِتُنفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمِنْكُمْ مَنْ يَبْخُلُ وَمَنْ يَبْخُلْ فَإِنَّمَا يَبْخُلْ عَنْ نَفْسِهِ وَاللَّهُ الْغَنِيُّ وَلَنْتُمْ الْفُقَرَاءَ وَإِنَّتَوَلَّوْا يَسْتَبَدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُوا أَمْثَالَكُمْ

⁴⁹ Fitri Erlin & Icu Yuanda Sari, "Gejala Ptsd Akibat Bencana...", Dalam Jurnal Dinamika Lingkingan Indonesia, Vol. 7, No. 1, 2020, hlm. 20.

⁵⁰ Hanna Djumhana Bastaman, Integrasi Psikologi Dengan Islam, hlm. 136

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- 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 : Ingatlah, kamu ini orang-orang yang diajak untuk menafkahkan (hartamu) pada jalan Allah. Maka di antara kamu ada yang kikir, dan siapa yang kikir sesungguhnya dia hanyalah kikir terhadap dirinya sendiri . Allahlah Yang Mahakaya dan kamulah yang fakir. Jika kamu berpaling (dari jalan yang benar), Dia akan menggantikan (kamu) dengan kaum yang lain dan mereka tidak akan (durhaka) sepertimu. (QS. Muhammad [47]: 38 2)

b. Bakhil setelah menjadi kaya

فَلَمَّا أَتَاهُمْ مِّنْ فَضْلِهِ بَخِلُوا بِهِ وَتَوَلَّوْا وَهُمْ مُّعْرِضُونَ

Artinya : Maka setelah Allah memberikan kepada mereka sebahagian dari karunia- Nya, mereka kikir dengan karunia itu, dan berpaling, (QS. At-Taubah [9]: 76) 3)

c. Orang bakhil akan mengalami kesulitan

وَأَمَّا مَن بَخِلَ وَاسْتَغْنَىٰ

Artinya : Dan adapun orang-orang yang bakhil dan merasa dirinya cukup. (QS. Al-Lail: [92]:8)

2) Zalim (aniaya)

Aniaya adalah perbuatan yang melanggar hukum dan keadilan serta menimbulkan kerugian pada diri sendiri dan orang lain serta menimbulkan kerusakan terhadap lingkungannya.⁵¹ Ayat-ayat di dalam Al-Qur'an mengenai perbuatan aniaya antara lain:

a. Manusia yang menganiaya dirinya sendiri

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ لَنفُسِهِمْ يَظْلِمُونَ

Artinya : Sesungguhnya Allah tidak berbuat zalim kepada manusia sedikitpun, akan tetapi manusia itulah yang berbuat zalim kepada diri mereka sendiri (QS. Yunus [10]: 44)

⁵¹ Ibid hlm 136

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.

b. Mempersekutukan Tuhan adalah perbuatan aniaya

وَمِنَ النَّاسِ مَن يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَندَادًا يُحِبُّوهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ وَلَوْ يَرَى الَّذِينَ ظَلَمُوا إِسْخِرُونَ الْعَذَابَ أَنَّ الْقُوَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا وَأَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعَذَابِ

Artinya: “Dan sebagian manusia ada orang yang menjadikan tuhan selain Allah sebagai tandingan, yang mereka cintai seperti mencintai Allah. Adapun orang-orang yang beriman, mereka sangat besar cintanya kepada Allah. Sekiranya orang-orang yang berbuat dzalim itu melihat, ketika mereka menyaksikan azab (pada hari Kiamat), bahwa kekuatan itu semuanya milik Allah dan bahwa Allah sangat berat azab-Nya (niscaya mereka menyesal)”. (QS. An-Nisa’ [4]: 48)

c. Aniaya dengan melarang orang berzikir di Masjid

وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّن مَّنَعَ مَسْجِدَ اللَّهِ أَنْ يُذَكَّرَ فِيهَا اسْمُهُ وَسُئِلَ فِي خَرَابِهَا أُولَٰئِكَ مَا كَانَ لَهُمْ أَنْ يَدْخُلُوهَا إِلَّا خَائِفِينَ لَهُ هُمْ فِي الدُّنْيَا خِزْيٌ وَهُمْ فِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ

Artinya : Dan siapakah yang lebih aniaya daripada orang yang menghalang-halangi menyebut nama Allah dalam masjid-masjid-Nya, dan berusaha untuk merobohkannya? Mereka itu tidak sepatutnya masuk ke dalamnya (mesjid Allah), kecuali dengan rasa takut (kepada Allah). Mereka di dunia mendapat kehinaan dan di akhirat mendapat siksa yang berat (QS. Al-Baqarah [2]: 114).

d. Memakan harta anak yatim secara aniaya

إِنَّ الَّذِينَ كُلُّوا أَمْوَالَ الْيَتَامَىٰ ظُلْمًا إِنَّمَا يَكُلُونَ فِي بُطُونِهِمْ رَأً وَسَيَصْلَوْنَ سَعِيرًا

Artinya : Sesungguhnya orang-orang yang memakan harta anak yatim secara zalim, sebenarnya mereka itu menelan api

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.

sepenuh perutnya dan mereka akan masuk ke dalam api yang menyala-nyala (neraka) (QS. An-Nisa' [4]: 10)

- e. Menganiaya isteri yang diceraikan

وَإِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ سَرِّحُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَلَا تُمْسِكُوهُنَّ ضِرَارًا لِّتَعْتَدُوا وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ

Artinya : Apabila kamu mentalak isteri-isterimu, lalu mereka mendekati akhir iddahnya, maka rujukilah mereka dengan cara yang ma'ruf, atau ceraikanlah mereka dengan cara yang ma'ruf (pula). Janganlah kamu rujuk mereka untuk memberi kemudharatan, karena dengan demikian kamu menganiaya mereka. Barangsiapa berbuat demikian, maka sungguh ia telah berbuat zalim terhadap dirinya sendiri (QS. Al-Baqarah [2]: 231)

3) Dengki

Dengki artinya tidak senang melihat orang lain memperoleh keberuntungan dan kebajikan. Orang-orang yang dengki senantiasa mengharapakan (bahkan berupaya) agar keberuntungan yang diperoleh orang lain itu hilang atau jatuh kepada si pendengki itu sendiri.⁵² Salah satu Ayat Al-Qur'an yang berbicara tentang dengki yaitu:

وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ أَنْفُسِهِمْ مِّنْ بَعْدِ مَلَبَّيْنَهُمْ هُمُ الْحَقُّ فَأَعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّىٰ يَخْرُجَ إِلَيْهِمُ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَلِيلٌ

Artinya : Sebahagian besar Ahli Kitab menginginkan agar mereka dapat mengembalikan kamu kepada kekafiran setelah kamu beriman, karena dengki yang (timbul) dari diri mereka sendiri, setelah nyata bagi mereka kebenaran. Maka maafkanlah dan biarkanlah mereka, sampai Allah mendatangkan perintah-Nya. Sesungguhnya Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu (QS. Al-Baqarah [2]: 109)

4) Ujub

⁵² Hanna Djumhana Bastaman, Integrasi Psikologi Dengan Islam, hlm. 136-137

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.

Ujub artinya membesar-besarkan perbuatan baik diri sendiri dan perasaan puas karenanya, dengan perasaan bahwa dirinya lebih unggul dari orang lain, bahkan menyatakan bahwa dirinya telah bebas dari seluruh keburukan dan kesalahan. Ujub sering diidentikkan dengan riya, yaitu beribadah dan berbuat kebajikan bukan untuk menunaikan perintah Allah, melainkan agar diketahui dan dikagumi serta mendapat pujian orang lain.⁵³

Salah satu ayat di dalam al-Qur'an yang membicarakan tentang ujub yaitu:

أَفَمَنْ زُيِّنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَنًا

Artinya : Maka apakah orang yang dijadikan (syaitan) menganggap baik pekerjaannya yang buruk lalu dia meyakini pekerjaan itu baik? (QS. Fatir [35]: 8)

5) Nifak

Nifak artinya bermuka dua atau berpura-pura yang menjadi karakteristik orang munafik. Salah satu ayat yang membicarakan tentang sifat ini yaitu:

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيُشْهَدُ اللَّهُ عَلَى مَا فِي نَفْسِهِ وَهُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ

Artinya : Dan di antara manusia ada orang yang ucapannya tentang kehidupan dunia menarik hatimu, dan dipersaksikannya kepada Allah (atas kebenaran) isi hatinya, padahal ia adalah penantang yang paling keras (QS. Al-Baqarah [2]: 204)

6) Marah (ghadab)

Ghadab diartikan secara khusus sebagai marah atau kemarahan dalam kondisi negatif dan berlebihan, sedangkan secara umum diartikan sebagai al-nafsu al'ammarah bi al-su' yang selalu mendorong perbuatan jahat, sehingga mengakibatkan kerugian pada diri sendiri dan orang lain. Sebagaimana dalam Al- Qur'an

⁵³ Ibid hlm. 138.

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.

وَمَا لِبَرِّئٍ نَفْسِي إِنْ لِلنَّفْسِ لَآمَارَةٌ لِّسُوِّهِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ

Artinya :Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang” (QS. Yusuf [12]: 53)

Secara garis besar, ke-6 penyakit hati tersebut memang tidak secara langsung dapat diamati melalui perilaku seseorang, akan tetapi semuanya memberi dampak yang cukup signifikan dan bersifat jangka panjang, orang yang memiliki penyakit hati seperti yang telah diuraikan di atas, memberi pengaruh kepada akhlak seseorang secara individu dan kolektif. khususnya terhadap tujuan yang ingin dibangun oleh nabi Muhammad SAW yaitu “menyempurnakan akhlak yang mulia”

9. Faktor Penyebab Terjadinya Gangguan Kesehatan Mental

1) Faktor biologis

Pembuktian mengenai biologis sebagai faktor penyebab terjadinya gangguan mental dinyatakan bahwa gangguan mental merupakan suatu penyakit adalah di dalam studi keluarga. Terdapat sebuah penelitian didapatkan bahwa keluarga penderita gangguan afektif, lebih banyak menderita gangguan afektif daripada skizofrenia, skizofrenia erat hubungannya dengan faktor genetik. Tetapi psikosis paranoid tidak ada hubungannya dengan faktor genetik. Walaupun beberapa peneliti tidak dapat membuktikan hubungan darah mendukung etiologi genetik, akan tetapi hal ini merupakan langkah pertama yang perlu dalam membangun kemungkinan keterangan genetik. Menurut Benyamin (1976), Bila salah satu orang tua mengalami skizofrenia kemungkinan 15 persen anaknya mengalaminya juga. Sementara bila kedua orang tua menderita, maka 35-68 persen anaknya menderita skizofrenia.

2) Faktor psikologis

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.

Peristiwa hidup yang mengancam dan gangguan mental memiliki hubungan yang sangat kompleks tergantung dari situasi, individu, dan didikan orang tua. Hal ini sangat tergantung pada bantuan seseorang seperti teman, tetangga atau orang-orang terdekat lainnya selama periode stres. Struktur sosial, perubahan sosial dan tingkat sosial yang dicapai sangat bermakna dalam pengalaman hidup seseorang. Kepribadian adalah bentuk ketahanan relatif dari situasi interpersonal yang berulang-ulang yang khas untuk kehidupan manusia. Perilaku yang sekarang bukan merupakan ulangan implusif dan riwayat waktu kecil, tetapi merupakan retensi pengumpulan dan pengambilan kembali. Setiap individu yang merasakan dan mengalami gangguan jiwa fungsional memperlihatkan kegagalan yang mencolok dalam satu atau beberapa fase perkembangan akibat tidak kuatnya hubungan personal dengan keluarga, lingkungan sekolah atau dengan masyarakat sekitarnya. Gejala yang diperlihatkan oleh seseorang merupakan perwujudan dari pengalaman yang lampau yaitu pengalaman masa bayi sampai sekarang. Faktor sosio-budaya Gangguan jiwa yang terjadi di berbagai negara mempunyai perbedaan terutama mengenai pola perilakunya. Karakteristik suatu psikosis dalam suatu sosio-budaya tertentu berbeda dengan budaya lainnya.

Dalam jurnal “Risalah”, di dalamnya dikutip ungkapan Zubin (1969). Menurutnya, adanya perbedaan satu budaya dengan budaya lainnya, merupakan salah satu faktor terjadinya perbedaan distribusi dan tipe gangguan jiwa. Begitu pula Maretzki dan Nelson (1969), mengatakan bahwa inkulturasi dapat menyebabkan pola kepribadian berubah dan terlihat pada psikopatologinya. Pendapat ini didukung pernyataan Favazza (1980) yang menyatakan perubahan budaya yang cepat seperti identifikasi, kompetisi, inkulturasi dan penyesuaian dapat menimbulkan gangguan jiwa. Selain itu, status sosial ekonomi juga berpengaruh terhadap terjadinya gangguan jiwa. Goodman (1983) yang meneliti status ekonomi

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.

menyatakan bahwa penderita yang dengan status ekonomi rendah erat hubungannya dengan prevalensi gangguan afektif dan alkoholisma.⁵⁴

Sementara dalam Islam disebutkan bahwa penyebab gangguan mental adalah nafsu, setan, karena rohani tidak diberi makan dan pengaruh lingkungan. Berikut penjabaran mengenai penyebab gangguan mental dalam Islam:

a. Nafsu

Sebab nafsu dikatakan sebagai penyebab timbulnya penyakit mental rohani adalah karena nafsu menumbuhkan sifat dan sikap yang buruk dalam rohani manusia serta mendorongnya untuk berbuat jahat. Allah SWT berfirman yang artinya: Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang (QS. Yusuf [12]: 53).

b. Setan

Sebabnya setan ini dinyatakan sebagai penyebab timbulnya penyakit mental dan rohani adalah karena seperti keadaannya nafsu, ia mendorong manusia kepada perbuatan jahat dan menghiiasi diri dengan kejahatan tersebut. sebagaimana firman Allah SWT mengenai sumpah setan di dalam Al-Qur'an yang artinya: Iblis berkata: Ya Tuhanku, oleh sebab engkau telah memutuskan bahwa aku sesat, pasti aku akan mrnjadikan mereka memandang baik (perbuatan buruk) di muka bumi dan pasti aku akan menyesatkan mereka selamanya. (QS. Al-Hijr [15]: 39).

c. Rohani

Tidak diberi makan Al-Qur'an mengatakan bahwa maksud rohani tidak diberi makan adalah "mauizah Tuhan" . hal tersebut dinyatakan dalam firman Allah SWT yang artinya :Hai manusia,

⁵⁴ Suhaimi, "Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Kesehatan Mental", Dalam Jurnal Risalah, Vol. 26, No. 4, 2015, hlm. 199

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.

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, Y {unus [10]: 57)

d. Pengaruh lingkungan

Sebagaimana sabda Rasulullah SAW, yang artinya: “Tidaklah dilahirkan seorang anak melainkan atas agama ini (Islam) hingga menjelaskan akan lidahnya”. (HR. Muslim). Fitrah Islam itu adalah baik, maka kalau nanti anak menjadi buruk, itu karena pengaruh orang tuanya (lingkungannya). Lingkungan modern seperti sekarang ini adalah lingkungan yang memperturutkan hawa nafsu dan lingkungan rohani yang tidak diberi makan. Karena itu, tidaklah mengherankan kalau manusia modern mempunyai berbagai macam krisis atau penyakit mental yang menimpa mereka.

B. Tinjauan Kepustakaan

Penelitian terdahulu yang dimaksud adalah kajian terhadap penelitian-penelitian pustaka dan sumber-sumber lain terdahulu yang relevan dengan penelitian. Oleh karenanya, sebelum melanjutkan penelitian ini, penulis perlu melakukan kajian terdahulu terhadap literatur-literatur yang terkait dalam penelitian ini.

Pertama, penelitian terhadap skripsi “Mental Disorder dalam Al-Qur’an (Tafsir Maudhu’i Tentang Mental Disorder Ragam dan Penanggulangannya)” penelitian oleh Rahmi Meldayati Mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta 2010. Dalam penelitian tersebut, Rahmi berfokus pada kajian manusia menurut tinjauan psikologi, manusia menurut tinjauan ruhani, macam-macam mental disorder dan metode penanggulangannya dalam Al-Qur’an dengan pendekatan tafsir maudhu’i dan sufistik. Dalam kesimpulannya, ketika mengatasi gangguan kejiwaan, banyak metode qur’ani yang telah termaktub dalam Al-Qur’an salah satunya adalah zikir dan tazkiyatun nafs.

Kedua, penelitian terhadap skripsi “Konsep Kesehatan Mental Remaja dalam Pendidikan Islam (Telaah Pemikiran Zakiah Darajat)” Penelitian oleh Mutiara

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.

Dewi Lutfi Mahasiswa Institut Agama Islam (IAIN) Ambon 2020. Dalam penelitian tersebut, Mutiara berfokus pada kajian kesehatan mental remaja, pemikiran tentang kesehatan mental dan pemikiran Zakiyah Darajat mengenai kesehatan mental yaitu dengan memfokuskan peranan pendidikan Islam dalam kesehatan mental.

Ketiga, penelitian terhadap skripsi “Dzikir Sebagai Psikoterapi Islam dalam Mengatasi Kecemasan Menurut Dadang Hawari” penelitian oleh Nopa Tree Sartini mahasiswa Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu 2021. Dalam penelitian tersebut, Nopa berfokus pada kajian mengatasi kecemasan dengan zikir sebagai psikoterapinya. Kemudian menjelaskan tentang konsep kecemasan, konsep zikir dan terapi zikir menurut Dadang Hawari.

Keempat, penelitian terhadap skripsi “Metode Psikoterapi Islam Menurut Samsul Munir Amin dan Implementasinya dalam Pendidikan Agama Islam” penelitian oleh Amar Akbar mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta 2016. Dalam penelitian tersebut, Amar berfokus pada buku “Bimbingan dan Konseling Islam” karya samsul Munir Amin yang membahas tentang konsep psikoterapi islam dan implementasinya terhadap pendidikan agama Islam. Dalam kesimpulannya, implementasi psikoterapi Islam dalam pendidikan agama Islam mengambil peranan yang besar terhadap perkembangan pendidikan peserta didik, ia berperan penting menjaga dan mengarahkan nilai edukatif dan pengendali lingkungan pendidikan yang akan membentuk generasi yang berjiwa sehat. Dengan konsep ketaatan dalam beragama yang ditawarkan oleh psikoterapi Islam, diharapkan menjadi benteng kokoh untuk mencegah dan melindungi dari ketegangan mental.

Kelima, penelitian terhadap skripsi “Metode Psikoterapi Islami terhadap Penderita Stres di Panti Rehabilitasi Yayasan Rahmana Kasih Desa Tembung” penelitian oleh Putra Perdana mahasiswa Universitas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara 2017. Dalam penelitian tersebut, Putra berfokus pada penderita stres yang bertempat di Desa Tembung, faktor-faktor yang mempengaruhinya dan membahas mengenai beberapa metode penyembuhan dalam al-Qur’an berupa terapi. Pelaksanaan psikoterapi Islam yang dilakukan pertama kali

adalah menumbuhkan kedekatan emosional, selanjutnya melaksanakan psikoterapi Islam dengan beberapa metode seperti metode ceramah, metode mengaji dan metode audio visual.

Dari beberapa penelitian terdahulu yang penulis paparkan di atas, tentu dapat dipastikan bahwa penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang hendak penulis ajukan dalam proposal skripsi ini. beberapa penelitian di atas, melakukan studi penelitian terhadap beberapa tokoh beserta solusi yang ditawarkannya, kemudian ada yang meninjau kasus gangguan mental tersebut dari tinjauan pendekatan sufistik. sedangkan dalam penelitian ini, penulis berangkat dari Psikoterapi Hormon Serotonin terhadap gangguan kesehatan mental manusia perspektif al-Qur'am (Kajian QS. al-Baqarah 2:286).

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.

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 III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penulisan ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*), yakni dengan cara menulis, mereduksi, dan menyajikan data serta menganalisisnya.⁵⁵

B. Sumber Data Penelitian

Sumber data dalam penelitian ini mengumpulkan data dengan mengambil dari beberapa tulisan, baik tulisan dalam bentuk arsip, buku teori, pendapat, dalil, hukum, dan lain-lain yang memiliki keterkaitan dengan masalah penelitian.³ Sumber data tersebut terdiri dari sumber data primer dan sumber data sekunder.

1. Data primer

Data primer ialah data-data yang berkaitan secara langsung dengan permasalahan yang dibahas dalam skripsi ini. Data primer ini diperoleh dari sumber-sumber pokok yakni al-Qur'an dan kitab tafsir. Dalam penelitian ini penulis menggunakan tiga kitab tafsir yaitu, kitab tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka, kitab tafsir Al-Misbah karya Quraish Shihab dan kitab tafsir Fi Zhilalil Qur'an karya Sayyid Quthb.

2. Data sekunder

Data sekunder adalah buku penunjang secara tidak langsung yaitu terdiri dari literatur-literatur serta buku-buku yang memiliki relevansinya dengan pembahasan. Adapun dalam penelitian ini penulis mengambil sumber rujukan dari buku; Menyikap Tabir Puasa Ramadhan karya Cholis Nafis, Puasa menyehatkan fisik dan psikis karya Ahmad Syarifuddin, misteri Bulan Ramadhan

⁵⁵ Noeng Muhajir, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rake Serasin, 1993), hlm.51

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

dan buku serta literatur-literatur terkait lainnya.

C. Teknik Pengumpulan Data

Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian adalah:

- Tentukan terlebih dahulu masalah/topik (tema) yang akan dikaji, untuk mengatur masalah yang dibahas.
- Inventarisir (himpun) ayat-ayat yang berkenaan dengan tema / topik yang telah ditentukan.
- Pahami korelasinya (munasabah) ayat-ayat yang ada.
- Susun bahasan dalam kebebasan yang tepat, sistematis, sempurna dan utuh.
- Lengkapi bahasan dengan Hadis. Sehingga uraiannya menjadi jelas dan semakin sempurna. Pelajari ayat-ayat itu secara sistematis dan dilakukan dengan cara menghimpun ayat-ayat yang mengandung makna yang serupa, menyesuaikan antara pengertian yang umum dan yang khusus, dan kemudian membuat kesimpulan-kesimpulan secara komprehensif.
- Melakukan analisis kritis terhadap asumsi-asumsi dasar, ayat-ayat tentang amanah lalu mencermati kelebihan dan kekurangan dari penafsiran tersebut.
- Menyimpulkan secara cermat sebagai jawaban terhadap rumusan masalah sehingga menghasilkan pemahaman tentang penafsiran kata amanah secara utuh dan sistematis.⁵⁶

D. Teknik Analisa Data

Pada penulisan ini menggunakan metode pendekatan yaitu analisis data kualitatif. Analisis data kualitatif diartikan sebagai suatu usaha analisis berdasarkan kata-kata yang disusun kedalam bentuk yang diperluas. Penelitian kualitatif disini bermakna bahwa data yang disajikan berwujud kata-kata dan bukan angka-angka. Proses penelitian dimulai dengan menyusun asumsi dasar dan aturan berfikir yang akan digunakan dalam penelitian. Asumsi dan aturan berfikir tersebut selanjutnya diterapkan secara sistematis dalam pengumpulan dan pengolahan data untuk

⁵⁶ Abdul Al-Hayy Al-Farmawi, *Al-Bidayah Fi Al-Tafsir Al-Maudhu'* (Kairo: Al-'Arabiyah, 1977), hlm. 45-46.

memberikan penjelasan dan argumentasi.⁵⁷

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.

⁵⁷ Jani Arni, *Metode Penelitian Tafsir*, (Pekanbaru: Pustaka Riau, 2013), hlm. 11.

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 V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Penafsiran QS. Al-Baqarah ayat 286 adalah pahala dan dosa yang Allah tetapkan berdasarkan apa yang manusia kerjakan. *لَهُمَا كَسْبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ* Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. Yang menarik pada ayat ini adalah penggunaan kasabat (*كَسَبَتْ*) untuk menunjukkan usaha yang baik dan iktasabat (*اِكْتَسَبَتْ*) untuk menunjukkan dosa. Meskipun akar katanya sama, kasabat menggambarkan usaha yang mudah sedangkan iktasabat menggambarkan usaha ekstra yang sungguh-sungguh. Artinya, meskipun masih berupa niat (yang sangat mudah), kebaikan akan mendapat pahala. Namun untuk kejelekan, ia baru ditulis sebagai dosa jika sudah dikerjakan.
2. Peran terapi terhadap gangguan kesehatan mental manusia perspektif al-Qur'an kajian QS. Al-Baqarah ayat 286 Konsep kesehatan mental adalah terhindarnya dari gangguan mental baik psikosis maupun neurosis dan dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Kitab suci al-Qur'an terdapat kekuatan spritual untuk mengamalkan ibadah dengan ikhlas. Konsep al-qur'an tentang kesehatan mental adalah konsep sabar yang terkandung dalam al-Qur'an dan aspek-aspek Adversity quotient yang meliputi: control (pengendalian diri), origin dan ownership (asal dan penguasaan diri), reach (jangkauan) serta endurance (daya tahan) yang dalam al-Qur'an juga diajarkan dengan konsep sabar yang di implementasikan dalam perilaku optimis dan bergantung kepada Allah SWT.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan baik secara teknis maupun isi. Oleh sebab itu, peneliti sangat terbuka terhadap segala bentuk kritik serta masukan dari para pembaca. Penelitian yang mengkaitkan kesehatan mental dengan Al-Qur'an masih memiliki ruang yang cukup luas untuk dikaji secara lebih mendalam. Penelitian tentang kaitan kesehatan mental dengan Al-Qur'an dengan menggunakan pendekatan tafsir maqasidi maupun tafsir falsafi

dapat dilakukan untuk peneliti-peneliti berikutnya. Selain itu, mengkaji pengaruh bacaan QS. Al-Baqarah [2]: 286 terhadap psikologi juga dapat menjadi alternatif bagi penelitian selanjutnya.

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.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, G. (2010). *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Adz-Dzaky, H. B. (2004). *Konseling dan Terapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Akbar, M. F., & Dkk. (2024). Resiliensi Psikologis Dalam Cobaan: Kajian Ilmiah Surat Al-Baqarah Ayat 286 dan Implikasinya Dalam Kehidupan . *Jurnal Jops; Jurnal Of Psychology Student*, 2.
- Al-Asfahani, A.-R. (t.thn.). *Al-Mufradat Fi Gharib Al-Qur'an*. Depok : Pustaka Khazanah Fawaid.
- Al-Farmawi, A. A.-H. (1977). *Al-Bidayah Fi Al-Tafsir Al-Maudhu'*. Kairo: Al-'Arabiyyah.
- Al-Sheikh, A. B. (2004). *Lubabut Tafsir Min Ibni Katsir*. Bogor: Pustaka Imam Syaf'i.
- Amiruddin . (2016). *Psikoterapi Prespektif Islam* . Medan : Repository UIN Sumatera Utara .
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2011). *Pisikologi Islam; Solusi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Andri, S. (2017). Pelayanan Sosial Panti Berbasis Agama. *Jurnal Pks*, 196.
- Annisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep Kcemasan (Anxiety) Pada Lansia. *Jurnal Konselor*, 94.
- Asiadi, P. (2013). Kesehatan Mental Prespektif Islam. *Jrnal Syifa' Medika*, 122.
- Asni, J. (2013). *Metode Penelitian Tafsir*. Pekanbaru: Pustaka Riau.
- Astuti, T. P. (2021). *Psikoterapi Islam*. Cirebon: Cv. Elsi Pro.
- Bastaman , H. D. (2011). *Integrasi Pisikologi Dengan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J. P. (1999). *Kamus Pisikologi; Terj. Kartini Kartono*. Jakarta: Rajawali.
- Daradjat, Z. (1982). *Pendidikan Agama Pembinaan Mental*. Jakarta : Bulan Bintang.

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.

- Defriansyah, O., & Dkk. (2016). Gngguan Cemas Menyeluruh. *Jurnal Medula Unila*, 63.
- Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, Penyebab dan Penanganannya . *Jurnal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*, 4.
- Erlin , F., & Sari, I. Y. (2020). Gejala Ptsd Akibat Bencana. *Jurnal Dinamika Lingkungan Indonesia* , 20.
- Hamid, A. (2017). Agama dan Kesehatan Mental dalam Prespektif Psikologi Agama. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 5.
- Hamka . (1992). *Tafsir Al-Azhar, Juz 52*. Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Hasanah, U., & dkk. (2020). Depresi Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 423.
- Kamila , A. (2020). Psikoterapi Zikir Dalam Menangani Kecemasan . *Jurnal Happines*, 40.
- Muhajir, N. (1993). *Metode Penelitian Kualitatif* . Jakarta: Rake Serasin.
- Muhammad, S. H. (2010). *5 Pesan Al-Qur'an Jilid 1*. Malang: Uin-Maliki Press.
- N, N. (t.thn.). Konsep Pendidikan Akhlak Dalam Al-Qur'an (Analisis Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 286). *Jurnal Pendidikan Guru*, 212.
- Nadira , & Dkk. (t.thn.). Pemahaman Masyarakat Mengenai Gngguan Jiwa dan Keterbelakangan Mental. *Jurnal Porsiding Ks: Riset dan Pkm*, 388.
- Perba, R. A., & Frans, Y. (2017). Pengalaman Terdiagnosis Bipolar. *Jurnal Empati*, 323.
- Quthb, S. (2000). *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an jilid 1*. Jakarta: Gema Insani.
- Ripli , M. (2015). Mengenal Gngguan Kepribadian Serta Penanganannya. *Jurnal Tazkiyah*, 61.
- S.N. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Pt. Rineka Cipta.
- Sam, S. (2020). Konsep Kesehatan Mental Dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Adversity Qouintent Perspektif Tafsir Al-Maidah , Atta'dib . *Jurnal Pendidikan Agama Islam* , 23.

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.

- Shihab, M. Q. (1996). *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i Atas Berbagai Persoalan Ummat*. Bandung: Mizan.
- Shihab, M. Q. (2012). *Tafsir Al-Misbah Juz 2*. Jakarta: Lantera Hati.
- Shihab, M. Q. (t.thn.). *Tafsir Al-Misbah; Pesan dan Kesan Keserasian Al-Qur'an*.
- Suhaimi. (2015). Gangguan Jiwa Dalam Prespektif Kesehatan Mental . *Jurnal Risalah*, 199.
- Sulistiyorini, W., & Sabrisman, M. (t.thn.). Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis. *Jrnal Sosio Informal*, 155.
- Sundari, S. (2005). *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta: PT. Asdi Mahastya.
- Surya, M. (2003). *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Taufik, I. (2014). Aplikasi Diagnosa Gngguan Kepribadian. *Jurnal Edisi*, 74.
- Tim Asosiasi Psikologi Islam. (2020). *Kajian Teoritik Dan Penelitian Emperik*. Yogyakarta: Asosiasi Psikologi Islam.
- Tim Penyusun Pedoman Karya Ilmiah. (2015). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Makalah, Sinopsis, dan Skripsi (Edisi Revisi)*. Pekanbaru: Cv Mulia Indah Kemala.
- Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia. (2008). *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta : Pusat Bahasa.
- Umarji, F. I. (2024). Faith In Mind: Islam's Role In Mental Health. *Yaqeen Institute*, Url: <https://Yaqeeninstitute.Org/Read/Paper/Faith-In-Mind-Islams-Role-In-Mental-Health?Download>, 1.
- Yasuf, S., & Nurihsan, J. (2007). *Teori Kepribadian*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

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.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Ahmad Fauzan
 Tempat/Tgl. Lahir : Penyabungan 08 Mei 1998
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Alamat Rumah : Runding, Kec. Panyabungan Barat,
 Kab. Mandailing Natal
 No. Telp/HP : 081319795205
 Nama Orang Tua :
 Ayah : Syamsir Batubara (Alm)
 Ibu : Rosmawati Rangkuti



RIWAYAT PENDIDIKAN

SD	: SD Negeri 012 Bangun Jaya	Lulus Tahun 2012
SLTP	: MTsS Daarul Khoiriah	Lulus Tahun 2015
SLTA	: MAS PP Daarul Khoiriah	Lulus Tahun 2018

PENGALAMAN ORGANISASI

- Pengurus LP2A UIN Suska Riau, Ketua Bidang Da'i Da'iyah 2019
- Pengurus DEMA Fakultas Ushuluddin 2019-2020
- Ketua Bidang Keagamaan Persatuan Mahasiswa Kabupaten Mandailing Natal