

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Himpunan Cipta milik UIN Suska Riau

**KETENANGAN JIWA DALAM AL-QUR'AN DAN  
RELEVANSINYA DENGAN KEHIDUPAN MODERN  
(STUDI KOMPARATIF TAFSIR AL-JILANI DAN  
TAFSIR AL-AZHAR)**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memproleh Gelar Sarjana  
Agama (S.Ag) Pada Progran Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



UIN SUSKA RIAU

Oleh:

**YOSSI SAWITRI S  
NIM: 12130222403**

Pembimbing I  
**H. Fikri Mahmud, Lc., MA**

Pembimbing II  
**Dr. Muhammad Yasir, S.Th.I., MA**

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

**1447 H./2025 M.**

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.



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: Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an dan Relevansinya  
dengan Kehidupan Modern (Studi Komparatif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar)

Nama : Yossi Sawitri S

NIM : 12130222403

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Uraian : Simunqasyahkan dalam sidang panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada:

Tari : Senin

anggal : 12 Januari 2026

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, 26 Januari 2026

Dekan,

Dr. Hj. Rina Rehayati, M.Ag.

NIP. 19690429200501 2 005

Panitia Ujian Sarjana

Ketua

Sekretaris

H. Agus Firdaus Chandra, Lc., MA

NIP. 19850629 201503 1 002

Lukmanul Hakim, S.Ud., M.IRKH., Ph.D

NIP. 19890502 202321 1 016

MENGETAHUI

Penguji III

Penguji IV

H. Ikri Mahmud, Lc., MA

NIP. 19680101 202321 1 010

Dr. Adynata, S.Ag., M.Ag

NIP. 19770512 100604 1 006

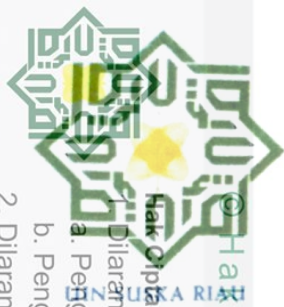
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang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

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau





KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية اصول 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

**H. Fikri Mahmud, Lc., MA**  
DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal : Pengajuan Skripsi

Kepada Yth :  
Dekan Fakultas Ushuluddin  
UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
di-  
Pekanbaru

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi skripsi saudara :

Nama	: Yossi Sawitri S
NIM	: 12130222403
Program Studi	: Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Judul	: Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dalam Kehidupan Modern (Studi Komparatif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar)

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 02/12/ 2025  
Pembimbing I

**H. Fikri Mahmud, Lc., MA**  
NIK. 1301090001

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

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

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

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

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

**Dr. Muhammad Yasir, S.Th.I., MA**  
DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal : Pengajuan Skripsi

Kepada Yth :  
Dekan Fakultas Ushuluddin  
UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
di-  
Pekanbaru

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi skripsi saudara :

Nama	: Yossi Sawitri S
NIM	: 12130222403
Program Studi	: Ilmu Al Qur'an dan Tafsir
Judul	: Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dalam Kehidupan Modern (Studi Komparatif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar)

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 3 / 12 2025  
Pembimbing II

**Dr. Muhammad Yasir, S.Th.I., MA**  
NIP. 197801062009011006

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 :

: Yossi Sawitri S

Tempat/Tgl Lahir : Duri, 26 Juni 2003

: 12130222403

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

Judul Proposal : KETENANGAN JIWA DALAM AL-QUR'ANDAN RELEVANSINYA DENGAN KEHIDUPAN MODERN (STUDI KOMPARATIF TAFSIR AL-JILANI DAN TAFSIR AL-AZHAR)

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, 12 Desember 2025

Yang Membuat Pernyataan,



**YOSSI SAWITRI S**

**NIM. 12130222403**

1. Dilarang menjiplak atau menyalin seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
- 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 mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik Universitas Suka Dharma  
Tanjungpinang  
UNIVERSITY OF SULTAN SYARIF KASIM RIAU





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

### MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

*Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”*

*“Dunia itu hanya tiga hari. Kemarin, yang telah berlalu seluruhnya. Besok, bisa jadi engkau tak mendapatinya. Hari ini, merupakan milikmu maka (besungguhlah) beramal padanya”*

**Hasan Al-Bahsri**

UIN SUSKA RIAU



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan mengucapkan syukur *alhamdulillah* *rabbil 'alamin*, atas karunia, rahmat, dan hidayah yang telah dilimpahkan oleh Allah Swt sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Kemudian sholawat serta salam selalu terlimpahkan kepada Rasulullah Saw. Skripsi yang berjudul **KETENANGAN JIWA DALAM AL-QUR'AN DAN RELEVANSINYA DENGAN KEHIDUPAN MODERN (STUDI KOMPARATIF TAFSIR AL-JILANI DAN TAFSIR AL-AZHAR)** merupakan karya tulis untuk memenuhi tugas dan melengkapi syarat untuk memperoleh gelar sarjana agama (S.Ag.). Meskipun skripsi ini penulis susun dengan segenap kemampuan yang ada, namun penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Penulis berharap semoga segala bentuk bantuan dan dukungan serta kebaikan yang telah diberikan akan mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda dari Allah Swt. Untuk itu penulis ucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor UIN Suska Riau, Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS., SE., M.Si., Ak., CK beserta jajarannya yang telah memberi kesempatan untuk penulis menuntut ilmu di universitas ini.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin, Ibunda Dr. Hj. Rina Rehayati, M.Ag., Wakil Dekan I Ayahanda Drs. Iskandar Arnel, M.A., Wakil Dekan II, Ayahanda Dr. Afsizal Nur, S.Th., MIS., serta Wakil dekan III Ayahanda Dr. Agus Firdaus Chandra, Lc., M.A., yang telah memberikan arahan dan dukungan dalam proses penyelesaian studi.
3. Ibunda Dr. Jani Arni, S.Th.I., M.Ag. dan Ayahanda Dr. Lukmanul Hakim, M.A selaku ketua dan sekretaris Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, serta



**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 mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

- ajarannya yang telah memudahkan penulis dalam pengurusan yang berkaitan dengan studi penulis.
4. Ayahanda Dr. Agus Firdaus Chandra, Lc., M.A selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan nasihat-nasihat, bimbingan serta dukungan kepada penulis.
5. Ayahanda H. Fikri Mahmud, Lc., M.A dan Ayahanda Dr. Muhammad Yasir, S.Th.I., MA selaku dosen pembimbing I dan II yang telah memberikan dan menyediakan waktunya untuk memberi arahan, petunjuk, dan bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan pegawai Fakultas Ushuluddin yang telah memberikan banyak ilmunya serta banyak pelajaran berharga kepada penulis sejak awal hingga akhir semester.
7. Penghormatan, penghargaan, do'a, serta rasa terimakasih kepada kedua orangtua penulis, Ayahanda Syabaruddin dan Ibunda Wiwit Kusumawati yang telah merawat dan menjaga penulis sejak kecil, selalu memberikan dorongan kepada penulis untuk belajar dan terus belajar. Semoga beliau berdua senantiasa berada dalam lindungan dan taufiq Yang Maha Kuasa.
8. Terimakasih kepada keempat saudara/I penulis, yaitu abang Yoki Widiyanto S, S.H., adik Yopita Annisa S, Firki Adrianto S, dan Muhammad Novriyaldi S yang telah memberikan dukungan, semangat, yang selalu menjadi tempat berbagi suka dan duka, serta doa yang tiada henti selama proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan perhatian mereka menjadi kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Terimakasih kepada seluruh keluarga besar penulis baik dari pihak ayah maupun pihak ibu yang telah memberikan banyak perhatian, dukungan serta do'a kepada penulis.
10. Terimakasih kepada seluruh teman-teman Saqta-E serta teman-teman Mahasiswa/I Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir angkatan 2021 yang telah menjadi rekan seperjuangan sedari awal perkuliahan sampai akhir ini. Semoga kalian semua sehat dan selalu dalam lindungan Allah Swt.



**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.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada semua kalangan terkhususnya bagi kalangan yang membutuhkan, baik dari akademis maupun non akademis. Penulis merasa masih banyak kekurangan ataupun kesalahan dalam penulisan skripsi ini. Karena itu, kritik konstruktif dari semua pihak sangat penulis harapkan.

Pekanbaru, 12 Desember 2025

YOSSI SAWITRI S.  
NIM. 12130222403

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta dimiliki UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING I</b>	
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING II</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN</b>	
<b>MOTTO .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xii</b>
<b>المخلص .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Penegasan Istilah.....	6
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian .....	7
F. Sistematika Penulisan.....	8
<b>BAB II KAJIAN TEORITIS.....</b>	<b>10</b>
A. Landasan Teori.....	10
1. Konsep Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Islam.....	10
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketenangan Jiwa .....	14



**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.

3. Ciri-Ciri Jiwa yang Tenang .....	16
4. Upaya Menjaga Ketenangan Jiwa .....	19
5. Profil Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar .....	21
B. Kajian yang Relevan ( <i>Literature Review</i> ).....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Pendekatan Penelitian .....	28
C. Sumber Data.....	29
D. Teknik Pengumpulan Data.....	29
E. Teknik Analisis Data.....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS .....</b>	<b>31</b>
A. Penafsiran Ayat-Ayat tentang Ketenangan Jiwa dalam Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar .....	31
B. Konsep dan Relevansi Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar dengan Kehidupan Modern.....	40
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>53</b>
A. Kesimpulan .....	53
B. Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>55</b>
<b>BIODATA PENULIS.....</b>	<b>60</b>





**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 TABEL**

Tabel 4. 1: Persamaan Konsep Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar.....	42
Tabel 4. 2: Perbedaan Konsep Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar.....	43



## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini berdasarkan Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1998, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (*A Guide to Arabic Transliteration*), INIS Fellow 1992.

### A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ط	Th
ب	B	ظ	Zh
ت	T	ع	”
ث	Ts	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dz	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ع	”
ص	Sh	ي	Y
ض	DI		

## B. Vokal, Panjang, dan Diftong

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

Vokal (a) panjang	= Â	Misalnya	قَالَ	menjadi	<i>Qâla</i>
Vokal (I) panjang	= Î	Misalnya	قِيلَ	menjadi	<i>Qîla</i>
Vokal (u) panjang	= Û	Misalnya	دُونِ	menjadi	<i>Dûna</i>

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

Diftong (aw)	= وَاوْ	Misalnya	قَوْلٍ	Menjadi	<i>Qawlun</i>
Diftong (ay)	= يَاءِ	Misalnya	خَيْرٍ	Menjadi	<i>Khayrun</i>

## C. Ta’ Marbutah (ة)

*Ta’marbutah* ditransliterasikan dengan “t” jika berada di tengah kalimat, tetapi apabila *Ta’ marbutah* tersebut berada di akhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan “h” misalnya الرسلت المدرست menjadi *al-risalat li al-mudarrisah*, atau apabila berada di tengah-tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudlaf* dan *mudlaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan *t* yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya الله في رحمته menjadi *fi rahmatillah*.

## D. Kata Sandang dan Lafadh al-Jalalah

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



**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.

- a. Al-Imâm al-Bukhâriy mengatakan...
- b. Al-Bukhâriy muqaddimah kitabnya menjelaskan...
- c. *Masyâ 'Allâh kâna wa mâ lam yasya''lam yakun.*



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.

## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur’an dan Relevansinya dengan Kehidupan Modern (Studi Komparatif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar)”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep ketenangan jiwa dalam Al-Qur’an dan relevansinya dengan kehidupan modern serta membandingkan antara Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar. Dari tujuan penelitian tersebut dapat diperoleh rumusan masalah yaitu (1) Bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang ketenangan jiwa dalam Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar? (2) Bagaimana konsep dan relevansi ketenangan jiwa dalam Al-Qur’an, perspektif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar terhadap kehidupan modern? Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode kepustakaan (*library research*) yang merujuk pada sumber-sumber bacaan seperti buku, jurnal, skripsi, tesis, kitab tafsir, dan literatur-literatur lainnya. Di dalam penelitian ini juga menggunakan teknik komparatif untuk memperoleh persamaan dan perbedaan terhadap Tafsir-Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar terkait ayat-ayat tentang ketenangan jiwa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketenangan jiwa dalam Al-Qur’an seringkali disebut dengan *mutmainnah*, *rida*, *sakinah*, dan *itmi’nan*. Analisis komparatif terhadap Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar yaitu Tafsir Al-Jilani yang lebih menekankan aspek spiritual dan sufistik dan Tafsir Al-Azhar yang menekankan pada aspek sosial-psikologis. Namun, kedua tafsir tersebut sepakat bahwa ketenangan jiwa berasal dari Allah Swt yang sumbernya dari keteguhan iman dan keteguhan hati sehingga tidak terjerumus pada kegelisahan ataupun keputusan. Penelitian ini juga relevan dengan kehidupan modern yang dipenuhi dengan konflik, tekanan, kecemasan, dan lainnya yang berpengaruh terhadap ketenangan jiwa. Oleh karena itu, Al-Qur’an dapat menjadi pedoman untuk masyarakat dalam memperoleh ketenangan jiwa.

**Kata Kunci:** Ketenangan Jiwa, Tafsir Al-Jilani, Tafsir Al-Azhar



**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.

**ABSTRACT**

This study is entitled “Spiritual Tranquility in the Qur’an and Its Relevance to Modern Life (A Comparative Study of Tafsir Al-Jilani and Tafsir Al-Azhar)”. It aims to analyze the concept of inner peace in the Qur’an and its relevance to contemporary life, as well as to compare the interpretations of Tafsir Al-Jilani and Tafsir Al-Azhar. Based on this objective, the research addresses two main questions: (1) How do Tafsir Al-Jilani and Tafsir Al-Azhar interpret Qur’anic verses related to spiritual tranquility? (2) What are the concepts and contemporary relevance of spiritual tranquility in the Qur’an from the perspectives of these two tafsir works? This research employs a qualitative method with a library research approach, drawing on books, journals, theses, tafsir works, and other relevant literature. A comparative technique is used to identify similarities and differences between Tafsir Al-Jilani and Tafsir Al-Azhar regarding their interpretations of verses on spiritual tranquility. The findings indicate that the Qur’anic concept of spiritual tranquility is expressed through terms such as *muṭma’innah*, *riḍā*, *sakīnah*, and *iṭmi’nān*. The comparative analysis reveals that Tafsir Al-Jilani places greater emphasis on spiritual and Sufi dimensions, while Tafsir Al-Azhar highlights social and psychological aspects. Despite these differences, both tafsir works agree that true tranquility of the soul comes from Allah, rooted in steadfast faith and inner resilience, which protect individuals from anxiety and despair. This study also affirms the relevance of Qur’anic guidance to modern life, which is often marked by conflict, pressure, and psychological distress, all of which affect inner peace. Therefore, the Qur’an serves as a vital source of guidance for achieving spiritual tranquility.

**Keywords:** spiritual tranquility, Tafsir Al-Jilani, Tafsir Al-Azhar





## المخلص

يحمل هذا البحث عنوان "طمأنينة النفس في القرآن الكريم وصلتها بالحياة الحديثة (دراسة مقارنة بين تفسير الجيلائي وتفسير الأزهري)". ويهدف البحث إلى تحليل مفهوم طمأنينة النفس في القرآن الكريم وبيان مدى صلته بالحياة المعاصرة، إلى جانب إجراء مقارنة بين تفسير الجيلائي وتفسير الأزهري في تناول الآيات المتعلقة بطمأنينة النفس. وانطلاقاً من ذلك، تتمحور إشكالية البحث حول سؤالين رئيسين: (1) كيف فُسِّرت الآيات المتعلقة بطمأنينة النفس في تفسير الجيلائي وتفسير الأزهري؟ (2) ما مفهوم طمأنينة النفس في القرآن الكريم، وما مدى راهنيته للحياة الحديثة في ضوء هذين التفسيرين؟. يعتمد هذا البحث المنهج الكيفي من خلال مدخل البحث المكتبي بالرجوع إلى مصادر متنوعة تشمل الكتب والمقالات المحكمة والرسائل الجامعية وكتب التفسير وغيرها من الأدبيات ذات الصلة. كما توظف الدراسة المنهج المقارن للكشف عن أوجه التشابه والاختلاف بين تفسير الجيلائي وتفسير الأزهري في تفسير الآيات المتعلقة بطمأنينة النفس. تُظهر نتائج البحث أنّ طمأنينة النفس في القرآن الكريم تُعبّر عنها بمصطلحات متعددة، من أبرزها: المطمئنة، والرضا، والسكينة، والاطمئنان. ويبيّن التحليل المقارن أنّ تفسير الجيلائي يركّز بدرجة أكبر على البعد الروحي والصوفي، في حين يركّز تفسير الأزهري على البعدين الاجتماعي والنفسي. وعلى الرغم من هذا الاختلاف المنهجي، يتفق التفسيران على أنّ طمأنينة النفس مصدرها الله سبحانه وتعالى، وأنها ثمرة ثبات الإيمان وقوة اليقين، بما يحول دون الوقوع في القلق أو اليأس. كما يُبرز البحث راهنية هذا المفهوم في الحياة الحديثة المليئة بالصراعات والضغوط والقلق، ممّا يجعل القرآن الكريم مرجعاً هادياً للمجتمع في سبيل تحصيل طمأنينة النفس.

الكلمات المفتاحية: طمأنينة النفس، تفسير الجيلائي، تفسير الأزهري

UIN SUSKA RIAU

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



## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada zaman modern ini, manusia banyak yang mengalami kecemasan dan stres yang disebabkan oleh tekanan hidup baik itu dari segi ekonomi, sosial, bahkan pribadi. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, lebih dari 60 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan mental seperti gangguan kecemasan, depresi, bipolar, serta gangguan psikosis.<sup>1</sup> RSJ Aceh juga melaporkan bahwa kecemasan umumnya mulai muncul pada usia 8 hingga 15 tahun. Kecemasan tersebut ditandai dengan ketakutan yang berlebihan dalam situasi sosial yang sangat mengganggu kehidupan sehari-hari.<sup>2</sup> Dalam artikel yang diterbitkan oleh Pemerintah Kabupaten Keloka Timur menyatakan bahwa data pada tahun 2023 menunjukkan depresi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di beberapa negara. Salah satunya Indonesia yang memiliki 9.162.886 kasus depresi dengan prevalensi 3,7% dan pada tahun 2024 menunjukkan peningkatan sebanyak 16% untuk gangguan kecemasan dan 17,1% untuk depresi.<sup>3</sup> Pada kondisi-kondisi tersebut menunjukkan bahwa tekanan hidup sering kali memunculkan perasaan gelisah, bimbang, bahkan kesedihan yang mengakibatkan depresi, bipolar, maupun gangguan kejiwaan lainnya.

Setiap manusia akan memberikan reaksi yang berbeda-beda terhadap segala tekanan yang dihadapinya. Ada seseorang yang mampu untuk menghadapi tekanan dengan mudah, dan ada juga manusia yang membutuhkan bantuan orang lain untuk menghadapi tekanan yang

<sup>1</sup> <https://ayosehat.kemkes.go.id/ganguankesehatanmental#:~:text=Dialami%20oleh%20lebih%20dari%2060,hari%20dan%20sulit%20mengambil%20keputusan.> Diakses pada hari Selasa, 27 Mei 2025, Pukul 17.00 WIB

<sup>2</sup> [https://rsj.acehprov.go.id/berita/kategori/artikel/memahami-gangguan-kecemasan-sosial-pada-remaja.](https://rsj.acehprov.go.id/berita/kategori/artikel/memahami-gangguan-kecemasan-sosial-pada-remaja) Diakses pada hari Selasa, 27 Mei 2025, Pukul 17.00 WIB

<sup>3</sup> [https://kolakatimurkab.go.id/detailpost/waspada-gangguan-kesehatan-mental-mengintai.](https://kolakatimurkab.go.id/detailpost/waspada-gangguan-kesehatan-mental-mengintai) Diakses pada hari Selasa, 27 Mei 2025, Pukul 17.00 WIB

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.

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

dialaminya.<sup>4</sup> Tekanan yang dialami oleh manusia merupakan bentuk gangguan pada kesehatan mental yang menjadi masalah yang sangat serius di dalam lingkungan masyarakat, sehingga pentingnya untuk mencari solusi bagaimana agar manusia dapat memperoleh ketenangan jiwa.

Ketenangan jiwa dalam perspektif Islam disebut dengan jiwa *mutmainnah* yaitu jiwa yang tenang, tenteram, teguh, dan senantiasa mengikuti kebenaran yakni Allah Swt dan RasulNya.<sup>5</sup> Menurut Imam Al-Qusyairi, ketenangan jiwa dapat diperoleh melalui keseimbangan antara ilmu syariat dan hakikat. Yaitu melalui eksternal yang meliputi situasi lingkungan, tingkat pendidikan, keadaan ekonomi, serta situasi sosial dan politik. Lalu melalui faktor internal dengan meningkatkan keimanan serta ketakwaan, berzikir, sabar, bersyukur, serta harapan akan rida Allah Swt yang dianggap sangat berpengaruh dalam memperoleh ketenangan jiwa.<sup>6</sup> Pendapat Imam Al-Qusyairi ini sejalan dengan kajian psikologi agama.

Menurut Hanna Djumhana Bastaman, seorang Ketua Dewan Pakar Asosiasi Psikolog Islam (API), psikoterapi yang bercorak Islami dapat menjadi alternatif yang dapat digunakan dalam menangani gangguan jiwa karena meyakini adanya unsur spiritual dalam diri manusia. Sejalan dengan itu, Dadang Hawari menyatakan bahwa agama memiliki peranan yang penting dalam memperoleh ketenangan jiwa. Dadang Hawari menekankan bahwa dalam Islam, zikir dan doa memiliki nilai psikoterapeutik yang mendalam yang dapat membangkitkan dua hal penting dalam proses penyembuhan gangguan kejiwaan yaitu percaya diri dan optimisme.<sup>7</sup>

Dalam agama Islam, di antara solusi yang diberikan untuk memperoleh ketenangan jiwa adalah dengan membaca Al-Qur'an. Al-Qur'an merupakan

<sup>4</sup> Hairunnaja Najmuddin, *Psikologi Ketenangan Hati*, (Kuala Lumpur: PTS Millennnia Sdn. Bhd., 2003), hlm. 2

<sup>5</sup> Abu Abdillah Fatih Falestin, *Hakikat Jiwa Manusia*, (Jakarta: Pustaka Zuhud, 2014), hlm. 61

<sup>6</sup> Ema Nurlaila dan Nabila Kartika Sari, *Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Al-Qusyairi*, Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah, Vol. 2, No. 4, 2024, hlm. 281

<sup>7</sup> Nor Izzati Septia, Nihayatul Kamal, Ngalimun, *Kesehatan Mental dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama*, Jurnal Islamic Studies, Vol. 1, No. 2, 2023, hlm. 219



#### 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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

kitab suci yang menjadi pedoman hidup bagi seluruh manusia yang memiliki berbagai ungkapan yang masing-masing memiliki tema dan makna tertentu. Setiap ungkapan dalam Al-Qur'an tidak hanya sekadar kata-kata, tetapi juga mengandung pesan dan ajaran yang dalam. Hal ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an bukan hanya sekadar teks, tetapi juga sebuah ucapan yang memiliki kedalaman makna.<sup>8</sup> Selain itu, di dalam Al-Qur'an telah memuat berbagai ayat yang menjelaskan tentang ketenangan jiwa yang seringkali dikaitkan dengan keimanan, ketakwaan, doa, dan zikir. Dengan membaca dan memahami makna-makna ayat yang tertulis di dalam Al-Qur'an dapat memberikan ketenangan bagi jiwa para pembacanya. Seringnya hati seseorang merasakan kegelisahan, kekhawatiran, bahkan kesedihan, kemudian ketika ia membaca Al-Qur'an maka dapat membantu mengurangi kegelisahan dan meningkatkan ketenangan.<sup>9</sup>

Dalam memahami ayat-ayat tentang ketenangan jiwa tidak lepas dari peran para ulama tafsir baik klasik maupun kontemporer yang telah memberikan pandangannya berdasarkan latar belakang ilmu, metode tafsir, serta konteks zaman masing-masing. Para mufassir telah menguraikan bagaimana ayat-ayat tertentu dapat membawa ketenangan dalam jiwa. Allah Swt berfirman:

وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ أَعْمَى

*Artinya: Siapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya kehidupan yang sempit. Kami akan mengumpulkannya pada hari Kiamat dalam keadaan buta.*<sup>10</sup>

Ayat di atas menjelaskan bahwa ketika seseorang berpaling dari peringatan Allah Swt yang telah disampaikan melalui para RasulNya maka ia akan menjalani kehidupan yang sempit yang dimaksudkan bukan hanya dalam bentuk fisik atau ekonomi, tetapi kesempitan batin yakni merasakan kegelisahan dan kekosongan sehingga hilangnya ketenangan dalam jiwa. Lalu

<sup>8</sup> Ayatullah Muhammad Baqir Hakim, *Ulumul Quran*, Cet. 3 (Jakarta: AL-HUDA, 2012), hal. 7

<sup>9</sup> Mahmud Al-Dausary, *Keutamaan-Keutamaan Al-Qur'an*, (Alukah, 2019), hlm. 76

<sup>10</sup> LPMQ, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2019). QS Taha, 20: 124

#### 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 milik UIN Suska Riau

di akhirat akan dibangkitkan dalam keadaan buta karena selama di dunia ia telah buta terhadap hidayah yang telah diberikan Allah Swt.<sup>11</sup> Allah Swt juga menyebutkan bahwa ketenangan jiwa hanya akan hadir di dalam hati orang-orang yang beriman seperti dalam firmanNya:

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ ۚ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضِ ۚ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ۝

Artinya: Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada). Milik Allahlah bala tentara langit dan bumi dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.<sup>12</sup>

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah Swt memberikan ketenangan dalam hati bagi orang-orang yang beriman meskipun ada cobaan ataupun kesulitan, pada akhirnya Allah Swt mengatur semuanya dengan hikmah dan kekuasaanNya sehingga dapat menambah keimanan manusia. Di dalam ayat ini menunjukkan bahwa kehidupan di era modern ini seringkali penuh ketidakpastian, stres, serta kecemasan sehingga keyakinan kepada Allah Swt dapat membantu mengurangi rasa stres dan kecemasan tersebut dan memperoleh ketenangan jiwa.<sup>13</sup>

Dari penafsiran kedua ayat di atas, dapat disimpulkan bahwa ketenangan jiwa dapat diperoleh oleh orang-orang yang beriman dan senantiasa mengingat Allah Swt serta orang-orang yang tak berpaling dari peringatanNya sehingga tak akan mengalami kesempitan dalam hidup berupa kegelisahan dan kekosongan dalam jiwa. Allah Swt juga telah menurunkan ketenangan dalam hati bagi siapa saja yang beriman sebagai bentuk pertolonganNya agar manusia mampu menghadapi segala cobaan hidup yang dialami manusia.

<sup>11</sup> Abdul Qodir Al-Jilani, *Tafsir Al-Jilani*, Jilid 3, (Pakistan: Maktabah Ma'rufiyah, 2010), hlm. 167

<sup>12</sup> LPMQ, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Pustaka Lajnah, 2019), QS Al-Fath, 48: 4

<sup>13</sup> Abdul Malik Karim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 6, (Singapura: Pustaka Nasional, 2001), hlm. 6757

#### 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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Untuk memperdalam pemahaman terkait ketenangan jiwa seperti yang telah dijelaskan dalam ayat-ayat tersebut, maka mengetahui dan memahami bagaimana para mufassir memberikan penafsirannya terkait ayat-ayat tentang ketenangan jiwa sangatlah penting. Dalam hal ini, penulis akan mengkaji dan membandingkan pemahaman dari Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar.

Tafsir Al-Jilani merupakan kitab tafsir yang ditulis oleh Syekh Abdul Qodir Al-Jilani yang menggunakan pendekatan spiritual dan tasawuf dalam penafsirannya yang menjelaskan nilai-nilai Islam yang berasal dari Al-Qur'an. Tafsir ini juga mengajarkan untuk memahami teks berdasarkan rasa dan suara hati.<sup>14</sup> Dalam penelitian ini, penulis menggunakan kata Al-Jilani karena mengikuti Pedoman Transliterasi Arab-Latin Kementerian Agama RI dan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI di mana huruf *jim* ditransliterasikan dengan *j* dan vokal panjang *kasrah ya'* ditulis dengan *i*. Dalam beberapa literatur lain sering menggunakan bentuk Al-Jailani atau Al-Gilani. Meskipun demikian, yang dimaksud tetaplah tokoh dan kitab yang sama. Sedangkan Tafsir Al-Azhar adalah kitab tafsir karya Buya Hamka yang di dalamnya tidak hanya menjelaskan ayat serta tafsir, tetapi juga terdapat informasi-informasi pendukung lain terkait ayat yang dibahas sehingga dapat memudahkan dalam memahami kandungan ayat. Tafsir ini juga menggunakan pendekatan *adab al-ijtima'i* sehingga dapat menawarkan pemahaman yang lebih relevan dengan realitas kehidupan masyarakat modern.<sup>15</sup>

Dengan membandingkan Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar dapat memberikan wawasan yang lebih luas dalam memahami bagaimana konsep ketenangan jiwa. Kedua kitab yang menggunakan pendekatan yang berbeda dalam memahami Al-Qur'an, maka dapat memudahkan para pembaca untuk memahami bagaimana ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an dari perspektif yang berbeda namun saling melengkapi sehingga pemahaman ini dapat menjadi solusi untuk berbagai permasalahan psikologis dan spiritual yang akan dihadapi

<sup>14</sup> Riswan Sulaeman, *Tafsir Isyari Al-Jailani*, (Tesis, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2022), hlm. 135

<sup>15</sup> Husnul Hidayati, *Metodologi Tafsir Kontekstual Al-Azhar Karya Buya Hamka*, Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir, Vol. 1, No. 1, 2018, hlm. 34



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.

oleh manusia pada era modern untuk menemukan ketenangan jiwa. Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dengan Kehidupan Modern (Studi Komparatif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar).**

## B. Penegasan Istilah

### 1. Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa adalah bentuk kesehatan mental atau kesejahteraan jiwa. Seseorang yang memiliki jiwa yang tenang dan stabil, menunjukkan bahwa fungsi-fungsi psikologisnya seimbang. Hal ini menunjukkan bahwa ia tidak memiliki gangguan kejiwaan sehingga mampu berpikir positif, bijaksana dalam menghadapi sesuatu, bisa beradaptasi dalam berbagai situasi, serta merasakan makna kebahagiaan dalam hidupnya.<sup>16</sup>

### 2. Al-Qur'an

Al-Qur'an merupakan kitab suci yang diturunkan Allah Swt sebagai petunjuk yang sempurna bagi umat manusia. Al-Qur'an adalah kitab yang istimewa di mana sempurnanya susunan kata, keseimbangan makna, dan kedalaman pesan yang sejak masa awal telah dihafal, dipelajari, serta diamalkan oleh umat Islam. Hal ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an sangat relevan sepanjang zaman.<sup>17</sup>

### 3. Studi Komparatif

Studi komparatif adalah salah satu metode penelitian dengan membandingkan dua atau lebih baik itu ayat Al-Qur'an dengan ayat lain, ayat dengan hadis ataupun pendapat ulama. Tujuan dari metode ini adalah untuk memahami perbedaan makna, penafsiran, maupun hukum-hukum yang tampak serupa tapi bisa saja mengandung makna berbeda.<sup>18</sup>

### 4. Kehidupan Modern

<sup>16</sup> Humaira, *Upaya Memperoleh Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Deskriptif Analisis Tafsir-Tafsir Tematik)*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2019), hlm. 12

<sup>17</sup> Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 1996), hlm. 3

<sup>18</sup> Jani Arni, *Metode Penelitian Tafsir*, (Pekanbaru: Pustaka Riau, 2013), hlm. 92

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Kehidupan Modern adalah perubahan besar yang terjadi dalam hidup baik dalam cara berpikir, berperilaku, serta menjalani kehidupan sehari-hari yang berbeda dengan hidup tradisional. Kehidupan modern merupakan kehidupan yang terus bergerak maju, di mana manusia terus menghadapi tantangan zaman dengan rasionalitas, efisiensi, dan pembaruan yang berkelanjutan.<sup>19</sup>

### C. Batasan Masalah

Di dalam penelitian ini dibatasi pada kajian ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan ketenangan jiwa berdasarkan penafsiran Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar. Penelitian ini berfokus pada perbandingan metode penafsiran, pemaknaan ayat, serta relevansinya dengan kehidupan modern terkait ayat-ayat tentang ketenangan jiwa.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah penulis paparkan di atas maka yang menjadi rumusan masalah adalah:

1. Bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang ketenangan jiwa dalam Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar?
2. Bagaimana konsep dan relevansi ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an, perspektif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar terhadap kehidupan modern?

### E. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

Adapun tujuan dan manfaat dari penelitian ini di antaranya sebagai berikut:

1. Tujuan Penelitian
  - a. Untuk mengetahui konsep ketenangan jiwa dan penafsiran kitab Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar tentang ayat-ayat ketenangan jiwa serta

<sup>19</sup> Mahbubah Hasanah dkk., *Hakikat Modern, Modernitas, dan Modernisasi Serta Sejarah Modernisasi di Dunia Barat*, Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya, Vol. 1, No. 2, 2023, hlm. 310

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.

mengetahui persamaan dan perbedaan dari penafsiran kedua kitab tersebut.

- b. Untuk mengetahui relevansi konsep ketenangan jiwa terhadap kehidupan modern berdasarkan penafsiran kitab Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar.

2. Manfaat Penelitian

- a. Secara Teoritis

Dapat memperkaya pengetahuan dan wawasan rujukan mengenai ayat-ayat tentang ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an dan mengetahui bagaimana penafsiran ayat-ayat tersebut dalam Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar. Penelitian ini juga memberikan kontribusi dalam studi komparatif dengan menyoroti persamaan dan perbedaan dari kedua kitab tafsir tersebut dalam menafsirkan ayat-ayat tentang ketenangan jiwa.

- b. Secara Praktis

Penelitian ini dapat menjadi pedoman praktis bagi umat Muslim untuk mencapai ketenangan jiwa melalui pendekatan Al-Qur'an serta dapat memperkuat nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari dengan mempraktikkan nilai-nilai Al-Qur'an tentang ketenangan jiwa baik dalam menghadapi tekanan maupun menjaga kedamaian batin.

F. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah pemahaman terhadap isi penelitian ini, penulis akan memaparkan sistematika dalam penulisan penelitian ini sebagai berikut:

**BAB I:** Merupakan pendahuluan yang di dalamnya terdiri dari latar belakang penelitian, penegasan istilah, batasan masalah, rumusan masalah yang akan dibahas dan dikaji dalam penelitian, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

**BAB II:** Merupakan kajian teoritis yang berisi landasan teori yang membahas teori-teori penting yang perlu dikaji yaitu konsep ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an, faktor-faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa, ciri-ciri





**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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

jiwa yang tenang, serta upaya menjaga ketenangan jiwa. Di dalam bab ini juga memuat kajian relevan (*literature review*) terhadap penelitian-penelitian yang telah dikaji sebelumnya.

**BAB III:** Merupakan metode penelitian yang berisi jenis penelitian, pendekatan penelitian, sumber data, serta teknik pengumpulan data.

**BAB IV:** Merupakan hasil penelitian dan analisis. Pada bab ini menguraikan penafsiran Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar terhadap ayat-ayat tentang ketenangan jiwa, menganalisis penafsiran keduanya sehingga memperoleh persamaan dan perbedaan baik makna maupun metode penafsirannya, serta mengkaji relevansi ayat-ayat tersebut dengan kehidupan modern.

**BAB V:** Merupakan penutup yang menjadi bab terakhir di dalam penelitian ini. Di dalamnya berisi kesimpulan dari keseluruhan penelitian ini. Selain itu di dalam bab ini juga menyertakan saran.

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 II KAJIAN TEORITIS

### A. Landasan Teori

#### 1. Konsep Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Islam

Ketenangan jiwa berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia berasal dari dua kata yaitu tenang dan jiwa. Tenang yang berarti kelihatan diam tidak bergerak, tidak berubah-ubah, dan tidak gelisah.<sup>20</sup> Jiwa yang berarti roh manusia, seluruh kehidupan batin manusia.<sup>21</sup> Kondisi kejiwaan manusia dalam Al-Qur'an disimpulkan pada beberapa tingkatan. Pertama *nafs al-ammarah bi al-su'*, yaitu jiwa yang mendorong manusia untuk berbuat kejahatan seperti iri, sombong, ghibah, dan sebagainya. Jiwa ini merupakan jiwa yang paling rendah dan tercela. Kedua *nafs al-lawwamah*, yaitu jiwa manusia yang mulai memiliki kesadaran untuk melawan sifat buruk dari *nafs al-ammarah bi'su*. Jiwa ini mulai menyadari kelemahannya sehingga berusaha untuk kembali pada kemurnian. Ketiga *nafs al-mulhamah* yaitu jiwa yang memperoleh petunjuk untuk berbuat baik. Jiwa ini memiliki kehendak yang kuat serta prinsip sehingga ketika manusia terjerumus ke dalam hal yang buruk maka akan segera mendorong dirinya untuk memperbaiki niat dan perbuatannya. Keempat *nafs al-muthmainnah*, yaitu jiwa yang tenteram, jiwa yang tenang karena sempurnanya iman yang dimilikinya sehingga manusia tidak mudah terdorong kepada keburukan dan mampu meraih ketenangan pada jiwanya. Kelima *nafs al-radhiyyah*, yaitu jiwa yang telah ikhlas dalam menerima segala ketentuan yang telah ditetapkan Allah Swt kepadanya. Keenam *nafs al-mardhiyyah*, yaitu jiwa yang dipenuhi dengan kebahagiaan. Pada tingkatan ini, jiwa tidak lagi mengalami kegelisahan, amarah, yang disebabkan oleh dorongan hawa nafsu yang tidak terkendali. Ketujuh *nafs al-safiyah*, yang merupakan jiwa

<sup>20</sup> Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hlm. 1675

<sup>21</sup> Ibid., 639

#### 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.

yang tulus, murni, dan telah pasrah sepenuhnya kepada Allah Swt. Jiwa ini merupakan tingkatan yang tertinggi yang mencerminkan *insan kamil* (manusia sempurna). Tingkatan-tingkatan tersebut menunjukkan bahwa ketenangan jiwa sejati hanya dapat dicapai melalui penyucian dan pengendalian diri seperti pendapat seorang sahabat nabi, Sufyan Al-Thawri bahwa nafsu merupakan lawan yang terkuat yang kadang dapat melawan atau membantu dalam perjuangan spiritual.<sup>22</sup>

Imam Al-Qurthubi berpendapat bahwa jiwa (*nafs*) dan roh adalah sama. Beliau menggambarkan roh sebagai suatu zat yang halus yang menyerupai fisik yang bisa ditarik keluar dan dilepaskan. Dapat dipahami bahwa jiwa adalah roh yang menyatu dalam tubuh manusia yang nantinya jiwa itu dapat menjadi jiwa *mutmainnah* yaitu jiwa yang tenang, jiwa *lawwamah* yaitu jiwa yang menyesal, dan jiwa *ammarah* yaitu jiwa yang selalu memerintahkan pada kejahatan.<sup>23</sup>

Al-Ghazali berpendapat bahwa jiwa merupakan entitas spiritual yang bersifat ketuhanan dan abadi. Oleh karena itu, jiwa manusia tidak akan mudah rusak dan memiliki ketentuan bahwa seseorang yang baik jiwanya secara alami akan menuju kebaikan dan selalu dekat dengan Allah Swt. Al-Ghazali menguraikan struktur jiwa manusia menjadi empat bagian, yaitu *al-qalb* yang berarti jantung yang terletak di dada bagian kiri. Secara fisik merupakan pusat untuk kehidupan manusia dan secara spiritual bermakna hati nurani. Kedua, *al-ruh* yang bermakna daya hidup yang diperoleh dari kinerja jantung yang dengannya menangkap kesadaran spiritual terhadap ilahiah. Ketiga, *al-nafs* yang bermakna jiwa yang memiliki dorongan biologis untuk menjadi pribadi yang bermoral dan memiliki harga diri yang tinggi. Keempat, *al-aql* yang memiliki fungsi sebagai pengendali dan memberi pemahaman terhadap kesadaran manusia untuk tunduk terhadap kebenaran-kebenaran yang bersumber dari Allah Swt. Al-Ghazali

<sup>22</sup> Muntasir, *Filsafat Islam: Konsep Jiwa dalam Al-Qur'an dan Filsuf Muslim*, Jurnal At-Tarbiyyah, Vol. 2, No. 2, 2016, hlm. 150

<sup>23</sup> Abu Abdillah Fatih Falestin, *Hakikat Jiwa Manusia*, (Jakarta: Pustaka Zuhud, 2014), 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.

berpendapat bahwa ketenangan jiwa dapat diperoleh dengan jalan penyucian jiwa melalui zikir, mujahadah, riyadhah, serta melepaskan diri dari keterikatan dengan dunia.

Sigmund Freud, seorang tokoh psikoanalisis berpendapat bahwa jiwa manusia sebenarnya tidak sepenuhnya dikendalikan oleh kesadaran akan tetapi dipengaruhi oleh kekuatan bawah sadar yang tersembunyi. Freud membagi jiwa menjadi tiga struktur utama. Pertama *id (das es)* yang merupakan dorongan bawah sadar manusia yang berisi nafsu dan yang paling dominan adalah libido seksual dan agresi. Kedua *ego (das ich)* yang berfungsi sebagai pengendali *id* sehingga manusia mampu berencana, memecahkan masalah, serta menciptakan solusi dalam menghadapi kehidupan. Ketiga, *superego (das eunbewuste)* yang berfungsi sebagai pengawas yang menilai mana yang benar dan mana yang salah, memberikan perasaan bersalah ataupun bangga ketika seseorang melanggar norma atau menaatinya sehingga mencegah manusia dari menuruti nafsu secara bebas. Ketenangan jiwa menurut Freud adalah terjaganya keseimbangan antara *id*, *ego*, dan *superego*. Jiwa yang mampu menyalurkan dorongan bawah sadar dengan cara yang realistis dan sesuai norma sosial yang menghasilkan jiwa yang tenang dan sehat secara psikis.<sup>24</sup>

Ketenangan jiwa dalam psikologi adalah keterkaitan fisik dan psikis manusia yang memiliki hubungan yang erat. Manusia yang terdiri dari dua unsur pokok yaitu jasmani dan ruh. Jika jiwa seseorang sehat, maka tubuhnya akan cenderung lebih sehat. Ketenangan jiwa dipahami sebagai kondisi di mana sehatnya mental dan emosional yang nampak pada kemampuan seseorang dalam mengelola perasaan, menghadapi tekanan hidup, serta menumbuhkan sikap positif.<sup>25</sup>

Menurut Dr. Abdallah Rothman, seorang pakar psikologi Islam di Turki mengatakan bahwa sesungguhnya manusia ketika lahir itu merupakan

<sup>24</sup> Abd Syakur, *Metode Ketenangan Jiwa*, Jurnal ISLAMICA, Vol. 1, No. 2, 2007, hlm. 168

<sup>25</sup> Amalina Febriyani Hana, *Hakikat Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an Perspektif Ustadz Adi Hidayat*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Salatiga, 2024), hlm. 28

#### 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.

jiwa yang murni kemudian dibekali dengan hati sebagai sarana untuk membedakan yang dilengkapi dengan kemampuan berpikir dan perasaan yang nantinya akan menentukan apakah jiwa manusia kembali kepada fitrahnya yaitu suci dan tenang atau justru condong pada hal-hal yang menyimpang dari fitrah tersebut. Di dunia ini merupakan tempat manusia mengalami segala ujian dan cobaan dalam hidup sehingga ketika ingin menggapai ketenangan jiwa, sebagai seorang Muslim hendaklah terus berusaha dalam memperbaiki diri.<sup>26</sup>

Ketenangan jiwa di dalam Al-Qur'an seringkali digambarkan dengan jiwa *mutmainnah* yaitu jiwa yang tenteram, yang senantiasa mengikuti kebenaran yakni tunduk dan patuh kepada Allah Swt dan RasulNya. Ketenangan tersebut didapatkan karena tauhid, keimanan, tawakal, serta keridaan manusia yang beriman terhadap Allah Swt sehingga tidak ada lagi kegundahan, kekhawatiran, serta kecemasan yang dapat mengganggu ketenangan jiwa.<sup>27</sup> Para ulama berpendapat bahwa konsep ketenangan jiwa dalam Islam berkaitan dengan istilah-istilah spiritual seperti rida, sakinah, dan *itmi'nan*. Rida yang berarti hati yang rela terhadap segala ketetapan Allah Swt, sakinah yang bermakna ketenangan dan ketenteraman dalam hati yang berasal dari Allah Swt, dan *itmi'nan* yang berarti ketenteraman hati.<sup>28</sup>

Jiwa *mutmainnah* merupakan jiwa yang tenang yang dituntun oleh akal sehat dan rasionalitas. Jiwa yang mampu menempatkan sesuatu sesuai porsinya dan selalu berpegang pada keimanan. Dengan berpegang teguh pada iman, maka seseorang dapat menerima segala situasi dalam hidupnya baik menyenangkan maupun menyedihkan dengan perasaan ikhlas dan rida. Seseorang yang memiliki jiwa *mutmainnah* akan mampu mengendalikan dirinya dalam keadaan apapun, selalu berpikir jernih, dan menjaga

<sup>26</sup> Supangat dkk., *Trilogi Jiwa Otak Jantung dalam Perspektif Sains dan Al-Qur'an*, (Jember: UPT Penerbitan Universitas, 2020), hlm. 78

<sup>27</sup> Abu Abdillah Fatih Falestin, *Hakikat Jiwa Manusia*, (Jakarta: Pustaka Zuhud, 2014), hlm. 61

<sup>28</sup> <https://tablighkotasemarang.id/2025/03/13/ketenangan-jiwa-dalam-islam/>. Diakses pada hari Rabu, 15 Oktober 2025, Pukul 14.40 WIB

#### 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.

kestabilan emosi. Di dalam Al-Qur'an, jiwa yang tenang pasti memiliki keyakinan yang tidak mudah goyah terhadap suatu kebenaran, memiliki rasa aman, serta memiliki hati yang bebas dari rasa sedih maupun takut.<sup>29</sup>

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa ketenangan jiwa merupakan kondisi ketika jiwa tenteram, damai, dan terbebas dari kegelisahan karena bersumber dari kesadaran spiritual yang dalam kepada Allah Swt. Jiwa yang tenang adalah hasil antara fitrah suci manusia, keimanan yang kokoh, serta kemampuan mengelola pikiran, perasaan, dan dorongan batin. Ketenangan jiwa ini bukan semata-mata tidak adanya masalah, akan tetapi kemampuan seseorang untuk tetap merasa tenteram di tengah ujian kehidupan dengan bersandar kepada Allah Swt. Ketenangan jiwa dalam Islam bukan hanya keadaan psikologis tetapi juga merupakan hasil dari proses spiritual yang melibatkan keyakinan, kesabaran, dan ketaatan.

## 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa adalah suatu kondisi yang terjadi melalui proses yang dilakukan untuk memperolehnya berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi baik itu dari individu maupun lingkungan. Di antara faktor-faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa adalah:

- a. Faktor Internal
  - 1) Faktor keturunan (genetik), yaitu sifat-sifat turunan dari orang tua atau leluhur. Sifat-sifat dasar seperti emosi yang stabil maupun temperamen seringkali dipengaruhi oleh faktor keturunan.
  - 2) Lingkungan pribadi, yaitu lingkungan yang terdekat seperti pola asuh dalam keluarga dan pengalaman hidup yang bermakna.
- b. Faktor Eksternal

---

<sup>29</sup> A'rifatul Hikmah, *Konsep Jiwa yang Tenang dalam Al-Qur'an*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2009), hlm. 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.

- 1) Masyarakat, yaitu interaksi sosial dalam lingkungan masyarakat jika terjalin dengan sehat maka akan menciptakan rasa nyaman dan aman. Hubungan yang baik dalam masyarakat sangat memberikan pengaruh positif terhadap ketenangan jiwa.
- 2) Budaya, yaitu norma-norma dan nilai-nilai dalam budaya masyarakat sangat mempengaruhi ketenangan jiwa. Ketika budaya mengajarkan nilai-nilai toleransi, keadilan, dan keseimbangan dalam hidup sehingga mencapai kehidupan masyarakat yang damai dan tenteram.<sup>30</sup>

Sedangan menurut Zakiah Daradjat, beberapa faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa antara lain:

a. Faktor Agama

Agama merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang berfungsi sebagai pedoman hidup baik dalam mengatur sikap, perilaku, serta cara menghadapi berbagai permasalahan dalam hidup. Dengan agama dapat menuntun seseorang untuk menjaga stabilitas emosional serta mengontrol tindakan agar tetap sesuai dengan nilai-nilai moral.

b. Kebutuhan Dasar Manusia yang Terpenuhi

Ketika terpenuhinya kebutuhan dasar manusia, maka ketenangan jiwa akan lebih mudah untuk dicapai. Karena ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka akan memicu kegelisahan sehingga berpengaruh pada ketidakstabilan emosi dan terganggunya ketenangan hidup. Kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi menurut Zakiah Daradjat adalah:

- 1) Kebutuhan kasih sayang, yaitu kebutuhan manusia terhadap perasaan kasih sayang dari lingkungan sekitar yang sangat berdampak terhadap ketenangan jiwa.

<sup>30</sup> Selvia Ayu Delila, *Pengaruh Bimbingan Psikososial Terhadap Ketenangan Jiwa pada Klien di Balai Pemasayarakatan Kelas II A Kota Pekanbaru*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, 2025), hlm. 16

#### 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) Kebutuhan rasa aman. Ketika seseorang merasa terancam secara fisik, ekonomi, ataupun sosial, maka ia cenderung mengalami kecemasan yang dapat mengganggu ketenangan jiwa.
- 3) Kebutuhan harga diri, yaitu perasaan seseorang yang merasa dirinya dihargai dan tidak diremehkan maka hal tersebut dapat berefek pada ketenangan.
- 4) Kebutuhan merasa bebas, yaitu setiap orang membutuhkan ruang untuk mengekspresikan perasaannya dengan nyaman dan menyenangkan tanpa tekanan.
- 5) Kebutuhan keberhasilan, karena seseorang yang gagal dalam mencapai tujuan dapat menimbulkan perasaan kecewa sehingga menghilangkan rasa percaya diri.
- 6) Kebutuhan memahami kebenaran, yaitu keingintahuan dalam mencari makna hidup. Ketika kebutuhan ini terpenuhi maka akan berdampak pada tingkah laku manusia.<sup>31</sup>

Dari beberapa faktor yang telah dipaparkan di atas, dapat dipahami bahwa ketenangan jiwa sangat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal yang saling berkaitan. Bahkan agama, pola asuh, lingkungan sosial, serta kebutuhan yang dasar yang terpenuhi juga sangat berpengaruh terhadap ketenangan jiwa. Oleh karena itu, ketenangan jiwa dapat dimiliki dengan dimulai dari individu yang kuat baik secara spiritual maupun sosial.

### 3. Ciri-Ciri Jiwa yang Tenang

Ketenangan jiwa merupakan salah satu aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Ada banyak yang berpendapat mengenai ciri-ciri seseorang yang memiliki jiwa yang tenang. Diantaranya menurut Dr. Muhammad Audah dan Dr. Kamal Mursi, di antara ciri-ciri jiwa seseorang yang berhasil memperoleh ketenangan jiwa adalah:

<sup>31</sup> Sepriani Nasution, *Pengaruh Pengalaman Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia di Panti Jompo Yayasan Baitul Yusufiyah Al-Ridwaniyah Titian Ridho Ilahi Kecamatan Angkola Muaratais*, (Skripsi, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, 2023), hlm. 27

#### 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.

- a. Aspek rohani yaitu ditandai dengan keimanan kepada Allah Swt, selalu menerima takdir yang telah ditetapkan Allah Swt, senantiasa berzikir dan mengingat Allah Swt.
- b. Aspek psikologis yaitu tercermin dengan kejujuran terhadap diri sendiri, hati yang bersih dari rasa iri, dengki, dan kebencian, serta mampu menghadapi perasaan putus asa dan kesedihan. Selain itu, juga memegang teguh prinsip-prinsip syariat, kemampuan mengendalikan emosi, hidup sederhana, dan mandiri.
- c. Aspek sosial kemasyarakatan yaitu ditunjukkan dengan kasih sayang terhadap orang tua, pasangan, dan anak-anak. Selain itu, juga tercermin dalam kepedulian terhadap orang-orang yang membutuhkan, keberanian menyuarakan kebenaran, kejujuran terhadap sesama, tanggung jawab sosial, serta menghindari perbuatan yang dapat menyakiti orang lain.
- d. Aspek biologis yaitu kondisi tubuh yang sehat dari penyakit, perhatian terhadap kesehatan tubuh, serta tidak memaksakan diri melampaui batas kemampuan fisik yang dimiliki.<sup>32</sup>

Abraham Maslow, Mittlemen, dan Notosoedirdjo juga memaparkan beberapa ciri-ciri seseorang yang jiwanya sehat yaitu:

- a. *Adequate feeling of security* yaitu seseorang yang merasakan rasa aman dan terlindungi dalam kehidupan sehari-hari baik dalam pekerjaan, hubungan sosial, maupun keluarga.
- b. *Adequate self evaluation* yaitu seseorang yang mampu memahami dan menilai dirinya sendiri dengan wajar sehingga merasakan bahwa dirinya berharga tanpa perlu dihantui oleh perasaan bersalah yang berlebihan serta mampu untuk berinteraksi dengan orang lain.
- c. *Adequate spontaneity and emotionality* yaitu seseorang yang mampu menjalin hubungan sosial dengan orang lain dengan emosional yang

<sup>32</sup> Hasballah Thaib dan Zamakhsyari, *Al-Qur'an dan Kesehatan Jiwa*, (Medan: Wal Ashri Publishing, 2015), hlm. 24



#### 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.

sehat dan terkontrol sehingga dapat merasakan kebahagiaan dan memberikan kebahagiaan juga pada orang lain.

- d. *Efficient contact with reality* yaitu seseorang yang menjalani hidup dengan realistis sehingga tidak terlarut dalam fantasi secara berlebihan. Ketika menghadapi kesulitan dan perubahan yang tak terduga dalam kehidupan sehari-hari maka ia mampu menyesuaikan diri dengan baik.
- e. *Adequatr bodily desire and ability to gratify them* yaitu seseorang yang mampu untuk memenuhi segala kebutuhan di dalam hidupnya secara wajar. Seperti makan, tidur, istirahat, dan lain sebagainya.
- f. *Adequate self-knowledge* yaitu seseorang yang mampu memahami dirinya dengan baik seperti keinginan, tujuan, ambisi, dan lainnya sehingga ia mampu memahami dan dapat menerima segala kekurangan maupun kelebihan dalam dirinya.
- g. *Integration and consistency of personality* yaitu seseorang yang memiliki kepribadian yang stabil sehingga tidak mudah berubah, memiliki nilai moral, minat yang jelas, dan tidak mudah terbawa konflik di dalam kelompok.
- h. *Adequate life goal* yaitu seseorang yang memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya yang manfaatnya bukan hanya untuk dirinya sendiri, tetapi juga bermanfaat untuk orang lain.
- i. *Ability to learn from experience* yaitu seseorang yang dapat mengambil pelajaran terhadap hal-hal yang terjadi dalam hidupnya baik itu pengalaman menyenangkan maupun menyakitkan dan mampu menggunakannya sebagai bekal pelajaran dalam hidup.
- j. *Ability to satisfy the requirements of the group* yaitu seseorang yang mampu menyesuaikan dirinya dengan kelompok dengan mengikuti aturan dan ketentuan di dalam kelompok tanpa perlu kehilangan kepribadian sendiri, serta mampu menjalin kerja sama secara sehat.
- k. *Adequate emancipation from the group or culture* yaitu seseorang yang memiliki pendirian sehingga tidak mengikuti arus ataupun pendapat

suatu kelompok, serta bersikap toleran terhadap perbedaan budaya dalam masyarakat.<sup>33</sup>

#### 4. Upaya Menjaga Ketenangan Jiwa

Jiwa yang tenang maka akan melahirkan badan yang sehat. Oleh karena itu, menjaga jiwa untuk tenang sangatlah penting. Di antara upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga ketenangan jiwa adalah:

a. Menjaga Pergaulan

Pergaulan sangat berpengaruh dalam membentuk karakter dan akhlak seseorang. Oleh karena itu, memilih teman yang baik dan memiliki akhlak terpuji sangat dianjurkan. Ketika seseorang berteman dengan orang yang baik, maka dapat memberikan pengaruh yang positif sehingga kebiasaan dan sifat-sifat yang terbentuk akan positif juga.

b. Membiasakan Berpikir

Ketenangan jiwa dapat dijaga dengan membiasakan otak berpikir dan merenung setiap hari. Kebiasaan berpikir hal-hal terkait kehidupan maupun mengambil pelajaran darinya dapat mengajarkan seseorang untuk mengetahui cara menghadapi masalah dan mampu mengambil keputusan yang tepat dalam hidup.

c. Menahan Nafsu dan Amarah

Seseorang diharuskan untuk dapat mengendalikan nafsu dan amarah. Nafsu yang tidak dapat dikendalikan akan mengakibatkan diri terjerumus pada keinginan yang tak terarah. Sedangkan amarah dapat menghancurkan hubungan sosial dan ketenangan batin. Oleh karena itu, sangat penting melatih diri agar senantiasa bersabar, tidak mudah tersinggung, serta mampu mengendalikan amarah untuk menjaga jiwa tetap tenang.

<sup>33</sup> Lilik Ma'rifatul Azizah, *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta: Indomedia Pustaka, 2016), hlm. 5

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.

#### d. Mengatur Waktu untuk Bekerja

Dalam melakukan suatu pekerjaan, seseorang hendaklah mengatur dan mempertimbangkan waktu yang tepat. Seseorang yang bijak dalam mengatur waktu agar tidak rugi secara tenaga, waktu, maupun hasil adalah bentuk seseorang yang memiliki prinsip kehati-hatian yang merupakan cara dalam menjaga stabilitas jiwa.

#### e. Mengetahui Kekurangan Diri Sendiri

Setiap manusia tidak ingin memperlihatkan kekurangan dan sangat mendambakan kesempurnaan. Akan tetapi, mengetahui kekurangan yang ada di dalam diri merupakan bentuk mencintai dan menghormati diri sendiri dan cara menjaga ketenangan jiwa. Jika seseorang mengetahui kekurangan dirinya, maka ia dapat memperbaiki kekurangan tersebut.<sup>34</sup>

Selain cara-cara di atas, di dalam Al-Qur'an juga diajarkan bagaimana upaya mencaga agar jiwa tetap tenang. Di antaranya adalah:

- a. Zikir yaitu aktivitas menyebut nama Allah Swt secara rutin. Pada dasarnya, orang yang berzikir adalah seseorang yang menjalin hubungan batin dengan Allah Swt yang bentuknya zikir dengan lisan dan hati, yaitu dengan melafalkan kalimat zikir sambil merenungkan maknanya dalam hati dan zikir dalam bentuk perbuatan, yaitu dengan melaksanakan perbuatan-perbuatan baik sebagai bentuk mengingat kebesaran dan kekuasaan Allah Swt. Dengan berzikir, otomatis jiwa akan tenteram terhindar dari perasaan cemas dan gelisah.
- b. Sholat yang merupakan salah satu bentuk ibadah yang paling penting yang dapat mencegah tekanan maupun kegelisahan terhadap persoalan yang terjadi dalam hidup.
- c. Membayar zakat sehingga seorang hamba dapat melakukan komunikasi dengan Tuhannya dengan perasaan tenang dan damai.

<sup>34</sup> Hamka, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Djajamurni, 1961), hlm. 128



**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.

- d. Puasa yang di dalamnya terdapat hikmah baik bagi kesehatan fisik maupun psikis manusia. Seperti membakar lemak tubuh, meningkatkan fungsi otak, membuat pikira tenang, mengurangi perasaan cemas, dan lain sebagainya.
- e. Membaca Al-Qur'an dan memahami maknanya yang memiliki banyak manfaat dalam kehidupan. Dengan membaca dan memahami makna Al-Qur'an, seseorang dapat memperoleh ketenangan dan ketenteraman dalam jiwanya.<sup>35</sup>

**5. Profil Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar**

a. Tafsir Al-Jilani

Tafsir Al-Jilani merupakan kitab tafsir yang ditulis oleh Syekh Abu Muhammad Muhyi Al-Din 'Abd Al-Qadir Al-Jilani bin Abi Salih Musa Janki Dausat bin Abdullah Al-Jili bin Yahya Al-Zahid bin Muhammad bin Daud bin Musa bin Abdullah bin Musa Al-Jun bin Abdullah Al-Mahdi bin Hasan Al-Musamma bin Abu Muhammad Hasan bin Abu Thalib atau yang lebih dikenal dengan Syekh 'Abd Al-Qadir Al-Jilani. Beliau merupakan seorang wali-sufi juga ahli hukum Islam. Gelar Syekh 'Abd Al-Qadir Al-Jilani yang terkenal adalah *Sultan Al-Auliya'* (rajanya para wali) dan *Al-Gaus Al-Azam* (perwujudan siwat Allah Yang Maha Agung, yang mendengar permohonan, dan memberikan pertolongan). Beliau lahir pada 1 Ramadhan 470 H/1077 M di Desa Naif, negeri Jailan, Iran. Sejak kecil beliau sudah ditinggal oleh ayahnya sehingga beliau dididik oleh ibu dan kakeknya dengan pendidikan kaum sufi yaitu hidup dengan sederhana dan ikhlas. Beliau wafat tahun 561 H/1166 M pada usia 91 tahun. Syekh 'Abd Al-Qadir Al-Jilani menghabiskan 32 tahun dalam menuntut ilmu sehingga beliau mempunyai banyak karya yang diantaranya adalah Tafsir Al-Jilani.<sup>36</sup>

<sup>35</sup> Surihat, *Rahasia Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik*, Jurnal Maghza Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Vol. 6, No. 1, 2021, hlm. 37

<sup>36</sup> Rizwan Sulaeman, *Tafsir Isyari Al-Jailani*, (Tesis, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2022), 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.

Judul lengkap dari Tafsir Al-Jilani adalah *Al-Fawatih Al-Illahiyah Wa Al-Mawatih Al-Ghaibah Al-Muwadhih Li Al-Kalam Al-Qur'aniyah Wa Al-Hikan Al-Furqaniyah*. Kitab ini ditemukan oleh cucu Syekh Abdul Qodir Al-Jilani yang ke 25 yaitu Syekh Dr. Muhammad Fadhil Al-Jailani Al-Hasani.<sup>37</sup> Tafsir Al-Jilani lengkap menafsirkan Al-Qur'an mulai dari surat Al-Fatihah sampai surat An-Nas. Syekh Al-Jilani dalam menafsirkan Al-Qur'an tidak menggunakan ilmu dan pemahaman seperti yang digunakan dalam tafsir-tafsir yang lain. Akan tetapi, beliau lebih mengedepankan metode yang mampu membangkitkan ruh dan ketakwaan, serta menjalin hubungan spiritual antara murid dan guru sebagai jalan untuk mencapai tingkatan spiritual yang lebih tinggi. Selain pendekatan tersebut, Tafsir Al-Jilani juga memiliki beberapa karakteristik, antara lain:

- 1) Tafsir Al-Jilani memiliki ciri khas dalam menafsirkan basmalah, yaitu selalu memberikan penafsiran yang berbeda untuk setiap surat.
- 2) Tafsir Al-Jilani mengintegrasikan pemikiran tasawuf ke dalam penafsirannya terhadap ayat-ayat tertentu.
- 3) Syekh Al-Jilani secara konsisten menampilkan gagasan sufistiknya pada akhir penafsiran setiap surat yang ia sebut sebagai *khatimah al-surah*, berisi pemikiran mendalam sebagai penutup dari surat tersebut.<sup>38</sup>

#### b. Tafsir Al-Azhar

Tafsir Al-Azhar ditulis oleh Haji Abdul Malik Karim Amrullah atau dikenal dengan Buya Hamka. Beliau lahir pada 16 Februari 1908 M/13 Muharrom 1326 H di Maninjau, Sumatera Barat. Beliau mengawali pendidikannya dengan mengaji dan belajar kitab-kitab klasik sejak kecil di bawah bimbingan ayahnya. Sejak remaja, Buya Hamka aktif menulis dan ikut serta dalam berbagai diskusi dan pelatihan

<sup>37</sup> Habibul Mujtaba, *Konsep Makna Hasanah dan Sayyiah dalam Tafsir Al-Jilani*, Jurnal Qaf, Vol. 4, No. 2, 2022, hlm. 240

<sup>38</sup> Irwan Muhibudin, *Tafsir Ayat-Ayat Sufistik (Studi Komparatif Tafsir Al-Qusyairi dan Al-Jailani)*, (Jakarta: UAI Press, 2018), hlm. 61

#### 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.

keislaman bersama tokoh-tokoh besar seperti Syekh Ibrahim Musa dan KH Fakhruddin. Beliau juga dikenal sebagai intelektual otodidak yang menguasai berbagai disiplin ilmu seperti filsafat, sastra, hingga politik. Pada usia muda, Buya Hamka sudah aktif berdakwah sebagai mubaligh Muhammadiyah serta aktif di dunia jurnalistik bersama Abdullah Puar. Pergaulan beliau dengan tokoh-tokoh nasional memperkaya pemikirannya hingga beliau dikenal sebagai orator dan pemikir Islam yang disegani, baik di bidang keilmuan maupun perjuangan sosial.<sup>39</sup>

Sebagai seorang penulis, Buya Hamka memiliki banyak karya salah satunya adalah Tafsir Al-Azhar. Tafsir ini mulai ditulis saat beliau memberikan kuliah tafsir di Masjid Al-Azhar Kebayoran Baru, Jakarta sejak tahun 1959. Nama Tafsir Al-Azhar sendiri diambil dari masjid tempat beliau menyampaikan pengajian. Penulisan tafsir ini sebagian besar diselesaikan ketika Buya Hamka menjadi tahanan antara tahun 1964-1967. Tujuan utama beliau dalam menyusun tafsir ini adalah memberikan pemahaman Al-Qur'an secara luas dan kontekstual kepada umat, khususnya generasi muda Islam. Pendekatan yang digunakan berpijak pada semangat dakwah yang lugas dan menyentuh langsung persoalan kehidupan. Metode yang digunakan dalam Tafsir Al-Azhar ini adalah tahlili, yakni menjelaskan ayat demi ayat berdasarkan urutan mushaf dengan menguraikan kata, susunan kalimat, hingga pesan kandungannya. Di dalamnya juga mengaitkan ayat dengan realitas sosial masyarakat agar lebih mudah dipahami dan diterapkan. Corak tafsir ini dikenal sebagai *adabi ijtima'i* yang menonjolkan nilai-nilai sosial, kemanusiaan, dan moral.<sup>40</sup>

<sup>39</sup> Ibnu Ahmad Al-Fathoni, *Biografi Tokoh Pendidik dan Revolusi Melayu Buya Hamka*, (Jakarta: Arqom Patani, 2015), hlm. 2

<sup>40</sup> Mohamad Khoiril Anwar dkk., *Tafsir Nusantara Kajian Komprehensif Metodologi Tafsir*, (Mataram: UIN Mataram Press, 2022), hlm. 95



## B. Kajian yang Relevan (*Literature Review*)

Tinjauan pustaka ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana topik tentang ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an telah diteliti. Dari penelitian sebelumnya, penulis menemukan penelitian yang membahas tema serupa. Meskipun demikian, kajian yang secara khusus membandingkan penafsiran Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar terhadap ayat-ayat tentang ketenangan jiwa serta relevansinya dengan kehidupan modern belum diteliti sebelumnya. Beberapa penelitian yang relevan dan juga menjadi landasan dalam penyusunan penelitian ini di antaranya adalah:

1. Nasichatul Munawaroh, skripsi pada tahun 2022 yang berjudul "*Konsep Mental Health dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an dan Al-Misbah)*" pada program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Salatiga. Penelitian ini mengkaji konsep kesehatan mental (mental health) dalam Al-Qur'an dengan pendekatan komparatif antara Tafsir Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an (LPMQ) dan Tafsir Al-Mishbah karya M. Quraish Shihab terhadap QS Al-Muddassir (74): 6, QS At-Tin (95): 4-6, QS Fussilat (41): 30, QS Al-Baqarah (2): 155-157 dan 286, QS An-Nisa (4): 32, QS Al-Hasyr (59): 9, serta QS Al-Hujurat (49): 12-13. Tafsir LPMQ menekankan pentingnya keseimbangan dalam kehidupan sosial dan spiritual sebagai faktor utama dalam menjaga kesehatan mental, sedangkan Tafsir Al-Mishbah lebih menitikberatkan pada aspek kebersihan hati dan kedekatan dengan Allah sebagai cara untuk mencapai ketenangan jiwa. Perbedaan penelitian ini dengan skripsi penulis terletak pada tema yang mana penelitian Nasichatul Munawaroh membandingkan tema kesehatan mental tafsir LPMQ dan Al-Misbah sedangkan penulis membandingkan Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar khusus pada ayat-ayat tentang ketenangan jiwa serta mengaitkannya dengan kehidupan modern.
2. Ari Kurniawan Rizqi, skripsi pada tahun 2022 yang berjudul "*Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Quraish Shihab (Studi Tafsir Al-Misbah)*" pada

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.

program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Institut Agama Islam Negeri Ponorogo. Penelitian ini membahas konsep ketenangan jiwa menurut M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah dengan menggunakan metode tafsir tematik (maudhu'i), penelitian ini berusaha mengidentifikasi QS Al-Baqarah (2): 260, QS Ali mran (3): 126, QS An-Nisa (4): 103, QS Al-Maidah (5): 113, QS Al-Anfal (8): 10, QS Yunus (10): 7, QS Ar-Ra'd (13): 28, QS An-Nahl (16): 106 dan 112, QS Al-Isra' (17): 95, QS Al-Hajj (22): 11, dan QS Al-Fajr (89): 27-30, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah menafsirkan ketenangan jiwa sebagai keadaan di mana seseorang memiliki keyakinan yang kokoh kepada Allah, menjalankan ibadah dengan khusyuk, dan menghindari godaan hawa nafsu. Dalam kajiannya, ia menekankan empat faktor utama yang berkontribusi terhadap ketenangan jiwa, yaitu keimanan, ketakwaan, dzikir, dan shalat. Penelitian ini menegaskan bahwa ketenangan jiwa tidak hanya bersifat spiritual, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial. Dengan memahami konsep ini, umat Islam dapat mengaplikasikan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai ketenangan batin dan kesehatan mental yang lebih baik. Penelitian ini berfokus pada satu mufassir sedangkan penulis menggunakan analisis komparatif terhadap dua tafsir dengan corak berbeda yaitu sufistik dan *adabi ijtima'i*.

3. Humaira, skripsi pada tahun 2019 yang berjudul "Upaya Memperoleh Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Deskriptif Analisis Tafsir-Tafsir Tematik)" pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh. Penelitian ini mengkaji ketenangan jiwa dan upaya-upaya untuk meraihnya melalui pendekatan tafsir tematik. Di dalamnya mengkaji QS Ar-Ra'd (13): 27-28, QS Ali Imran (3): 125-126, QS Al-Maidah (5): 111-113, QS An-Nahl (16): 106-107 dan 112-113, QS Yunus (10): 7-9, QS Al-Fajr (89): 27-30, QS An-Nisa (4): 103, QS Al-Baqarah (2): 260, QS Al-Hajj (22): 11-13, serta QS Al-Isra' (17): 94-95. Dalam penelitian ini menjelaskan bahwa ketenangan

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.

jiwa dapat diperoleh melalui iman, taubat, zikir, sabar, dan takwa. Perbedaan penelitian ini dengan skripsi penulis terletak pada pendekatannya yang menggunakan deskriptif analisis tafsir tematik sedangkan penulis menggunakan metode komparatif terhadap Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar.

4. Amalina Febriyani Hana, skripsi pada tahun 2024 yang berjudul “Hakikat Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur’an Perspektif Ustadz Adi Hidayat” Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Salatiga. Penelitian ini focus membahas konsep ketenangan jiwa dalam Al-Qur’an berdasarkan pandangan Ustadz Adi Hidayat yang khususnya melalui ceramahnya di youtube *Adi Hidayat Official*. Dalam penelitian ini mengkaji QS Ad-Dhuha (93) dan QS Al-Insyirah (94). Berdasarkan penelitian ini dapat dipahami bahwa Ustadz Adi Hidayat menekankan bahwa integrasi antara nilai spiritual Qur’ani dengan aplikasinya dalam kehidupan modern dapat membawa ketenangan jiwa terutama pada era digital saat ini melalui dakwah dari media sosial. Penelitian ini berfokus pada tokoh kontemporer yaitu Ustadz Adi Hidayat sedangkan skripsi ini mengkaji kitab tafsir klasik dan kontemporer untuk menemukan persamaan dan perbedaan dalam metodologi tafsir.
5. Dhur Anni dan Muhammad Yuchibbun Nury, jurnal yang berjudul “Ketenangan Hati Perspektif Tafsir Fi Dzilalil Qur’an (Kajian Mental Health dalam Al-Qur’an)” dalam jurnal Tasawuf dan Psikoterapi vol. 4, no. 1, tahun 2023. Penelitian ini membahas konsep ketenangan hati dalam QS Al-Baqarah (2): 153, QS Al-A’raf (7): 35, QS Ar-Ra’d (13): 28-29, QS An-Nahl (16): 97, QS Al-Ahqaf (46): 13, QS Al-Fath (48): 18, serta QS Al-Fajr (89): 27-30 berdasarkan perspektif Tafsir Fi Dzilalil Quran karya Sayyid Quthb serta relevansinya terhadap kesehatan mental (*mental health*). Di dalamnya mengungkap hubungan erat antara agama dan kesehatan mental. Menurut Sayyid Quthb, ketenangan hati berperan penting dalam membentuk mental yang sehat, yang pada gilirannya mempengaruhi kesejahteraan emosional dan spiritual seseorang. Dari kajian ini, dapat



#### 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.

disimpulkan bahwa ketenangan hati dalam perspektif Islam merupakan hasil dari keyakinan kepada Allah, kesabaran dalam menghadapi cobaan, dan keteguhan dalam beribadah. Dengan memahami konsep ini, umat Islam dapat menerapkan nilai-nilai agama sebagai sarana untuk menjaga kesehatan mental mereka, menghindari stres dan depresi, serta mencapai kehidupan yang lebih harmonis dan bahagia. Penelitian ini hanya menggunakan satu kitab tafsir yaitu Tafsir Fi Zilalil Qur'an sedangkan penulis membandingkan dua kitab tafsir yang memiliki corak berbeda yaitu Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar.

6. Sarihat, jurnal yang berjudul "Rahasia Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik" dalam Jurnal Maghza Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Vol. 6, No. 1, tahun 2021. Penelitian ini menyebutkan bahwa zikir, salat, puasa, zakat, dan membaca Al-Qur'an dapat memperoleh ketenangan jiwa seperti yang disebutkan dalam QS Ar-Ra'd (13): 28 dan QS Al-Fajr (89): 27-30. Di dalamnya juga menyebutkan pandangan tokoh-tokoh Islam seperti Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim Al-Jauziyah yang menyatakan bahwa zikir dan ibadah memiliki pengaruh langsung terhadap ketenangan jiwa. Penelitian ini menggunakan metode analisis tematik sementara skripsi penulis menggunakan metode analisis komparatif dan relevansi dengan kehidupan modern.
7. Raihani Alfiah, jurnal yang berjudul "Al-Qur'an sebagai Solusi Kerohanian Manusia dalam Menenangkan Jiwa" dalam Jurnal Al-Qodiri Vol. 21, No. 3, tahun 2024. Penelitian ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an memiliki peran penting dalam ketenangan jiwa. Dalam penelitian ini menggunakan QS Ar-Ra'd (13): 28, QS Al-Hajj (22): 11, dan QS Al-Fajr (89): 27-30, sebagai dasar penelitian. Penulis menekankan bahwa Al-Qur'an dapat menjadi jalan termudah untuk memperoleh ketenangan jiwa yaitu dengan membaca, memahami, dan menghayati maknanya. Penelitian ini berfokus pada fungsi Al-Qur'an secara umum sedangkan skripsi penulis mengkaji tafsir ayat-ayat yang memiliki tema ketenangan jiwa dengan pendekatan komparatif.



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

Penelitian ini termasuk salah satu penelitian kepustakaan (*library reseach*) yaitu jenis penelitian yang dilaksanakan dengan memanfaatkan sumber-sumber bacaan pustaka seperti buku, jurnal, majalah, dan referensi tertulis lainnya sebagai bahan utama.<sup>41</sup> Jadi, penelitian ini menggunakan teknik mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan berbagai macam materi baik berupa buku, jurnal, dan berbagai tulisan lain yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan penelitian ini. Dalam penelitian ini penulis berfokus menelaah, membandingkan, dan menganalisis ayat-ayat tentang ketenangan jiwa dalam perspektif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan komparatif untuk melihat persamaan dan perbedaan dalam penafsiran Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar mengenai konsep ketenangan jiwa. Hasil analisis akan digunakan untuk memahami bagaimana kedua mufassir menafsirkan ayat-ayat terkait serta bagaimana relevansinya dalam kehidupan modern.

### B. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yaitu penelitian yang digunakan untuk memahami makna, pengalaman, dan pandangan seseorang ataupun kelompok dengan menggunakan kajian literatur, dokumen, serta analisis yang mendalam.<sup>42</sup> Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan menggali makna mendalam dari ayat-ayat Al-Qur'an terkait ketenangan jiwa berdasarkan penafsiran Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar. Penelitian kualitatif memungkinkan peneliti untuk mendeskripsikan konsep-konsep yang terkait dengan tema ketenangan jiwa.

<sup>41</sup> Sukiati, *Metodologi Penelitian*, (Medan: CV. Manhaji, 2016), hlm. 51

<sup>42</sup> Tamaulina dkk., *Buku Ajar Metodologi Penelitian*, (Karawang: Saba Jaya Publisher, 2024), hlm. 75



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

## C. Sumber Data

- a. Data primer, yaitu bahan utama yang menjadi rujukan dan berkaitan langsung dengan pokok kajian yang disuguhkan. Adapun data primer dalam penelitian ini adalah Al-Qur'an serta Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar yang menafsirkan ayat-ayat yang berhubungan dengan ketenangan jiwa.
- b. Data sekunder, yaitu data yang dapat mendukung dan memperkuat data-data primer. Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah kitab-kitab tafsir, buku, jurnal, dan literatur-literatur lain yang berkaitan dengan penelitian ini.

## D. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode *library research* yaitu suatu metode dengan menggunakan sejumlah data dan informasi yang didapat dalam kepustakaan baik berupa buku, jurnal, dan berbagai tulisan lain yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan penelitian ini. Dalam hal ini penulis mengidentifikasi, membaca, mencatat, dan mengkalsifikasikan informasi yang berhubungan dengan objek kajian.

## E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan rangkaian proses yang dilakukan oleh peneliti setelah mengumpulkan data kemudian diolah dan disusun secara sistematis untuk menghasilkan suatu kesimpulan. Dalam proses analisis ini, dilakukan langkah-langkah seperti mengorganisasi data, memecah bagian-bagian yang penting, mensintesis informasi, membentuk pola, memilah data yang relevan, kemudian akhirnya memperoleh kesimpulan.<sup>43</sup> Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini adalah menguraikan isi tafsir dari Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar tentang ketenangan jiwa secara sistematis. Kemudian menggunakan metode *muqaran* yaitu dengan membandingkan penafsiran

<sup>43</sup> Rifa'I Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: SUKA-Press, 2021), hlm. 121

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.



Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar dalam memahami ayat-ayat tentang ketenangan jiwa baik dari segi metode, pendekatan, maupun pesan-pesan yang terkandung di dalamnya. Dalam penelitian ini juga menjelaskan relevansi penafsiran ayat-ayat tentang ketenangan jiwa tersebut dalam konteks kehidupan modern.

#### 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.



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

Setelah penulis membahas mengenai ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an dan analisis komparatif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar serta relevansinya dengan kehidupan modern, maka pada bab ini penulis akan memberikan kesimpulan dari keseluruhan penelitian ini, yaitu:

1. Konsep ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an merupakan kondisi jiwa yang tenang, tenteram, dan selalu tunduk kepada perintah Allah Swt dan RasulNya. Istilah ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an seringkali disebut dengan *mutmainnah*, *rida*, *sakinah*, dan *itmi'nan*. Di antara ayat-ayat yang dianalisis dalam penelitian ini adalah QS Al-Qasas (28): 10, QS Ali Imran (3): 139, QS Al-Furqan (25): 63, QS Yunus (10): 62-64, dan QS Al-Hadid (57): 22-23. Persamaan dalam penafsiran kelima ayat tersebut berdasarkan Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar adalah ketenangan jiwa berasal dari Allah Swt yang bersumber dari keimanan dan keteguhan hati hamba-hambaNya sehingga tidak terjerumus dalam kegelisahan ataupun keputusan. Adapun perbedaan dari kedua kitab tafsir tersebut, Tafsir Al-Jilani yang menekankan pada aspek spiritual yang menegaskan bahwa ketenangan jiwa berasal dari campur tangan Allah Swt secara langsung yang dapat diperoleh dengan keteguhan ruhani, penyucian jiwa, tauhid, serta keyakinan yang dalam terhadap Allah Swt. Sedangkan Tafsir Al-Azhar menekankan pendekatan sosial-psikologis di mana ketenangan jiwa merupakan hasil dari iman, sabar, dan pasrah menerima segala takdir yang telah ditetapkan oleh Allah Swt di dalam kehidupan.
2. Konsep ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an perspektif Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar sangat relevan dengan kehidupan modern. Kehidupan modern yang dipenuhi dengan konflik, tekanan, kecemasan, serta dampak negatif lainnya. Al-Qur'an mengajarkan untuk mengontrol diri, optimis,

#### 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.

tidak mudah terpancing emosi ketika dicaci, bertakwa, serta meyakini bahwa segala hal yang terjadi dalam kehidupan telah ditetapkan oleh Allah Swt sejak dahulu.

### B. Saran

Setelah mengetahui konsep ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an berdasarkan analisis komparatif terhadap Tafsir Al-Jilani dan Tafsir Al-Azhar serta relevansinya dalam kehidupan modern, diharapkan bahwa pembaca memahami bahwa ketenangan jiwa dapat diperoleh melalui kedekatan dengan Allah Swt, kesabaran serta keikhlasan terhadap setiap takdir yang telah ditetapkan oleh Allah Swt. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran yang membangun dari para pembaca untuk memperoleh pengembangan pengetahuan terhadap kajian mendatang. Penulis juga berharap penelitian ini bermanfaat sebagai rujukan penelitian selanjutnya terutama mengenai tema ketenangan jiwa dan Al-Qur'an.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, Rifa'i. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press, 2021.
- Al-Dausary, Mahmud. *Keutamaan-Keutamaan Al-Qur'an*. Alukah, 2019.
- Al-Fathoni, Ibnu Ahmad. *Biografi Tokoh Pendidik dan Revolusi Melayu Buya Hamka*. Jakarta: Arqom Patani, 2015.
- Al-Jilani, Abdul Qodir. *Tafsir Al-Jilani*. Jilid 1. Pakistan: Maktabah Ma'rufiyah, 2010.
- Al-Jilani, Abdul Qodir. *Tafsir Al-Jilani*. Jilid 2. Pakistan: Maktabah Ma'rufiyah, 2010.
- Al-Jilani, Abdul Qodir. *Tafsir Al-Jilani*. Jilid 3. Pakistan: Maktabah Ma'rufiyah, 2010.
- Al-Jilani, Abdul Qodir. *Tafsir Al-Jilani*. Jilid 5. Pakistan: Maktabah Ma'rufiyah, 2010.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir Al-Azhar*. Jilid 2. Singapura: Pustaka Nasional, 2001.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir Al-Azhar*. Jilid 5. Singapura: Pustaka Nasional, 2001.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir Al-Azhar*. Jilid 6. Singapura: Pustaka Nasional, 2001.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir Al-Azhar*. Jilid 7. Singapura: Pustaka Nasional, 2001.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir Al-Azhar*. Jilid 9. Singapura: Pustaka Nasional, 2001.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Arwar, Mohamad Khoiril dkk. *Tafsir Nusantara Kajian Komprehensif Metodologi Tafsir*. Mataram: UIN Mataran Press, 2022
- Ami, Jani. *Metode Penelitian Tafsir*. Pekanbaru: Pustaka Riau, 2013
- Azizah, Lilik Ma'rifatul. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Indomedia Pustaka, 2016.
- Delila, Selvia Ayu. *Pengaruh Bimbingan Psikososial Terhadap Ketenangan Jiwa pada Klien di Balai Pemasayarakatan Kelas II A Kota Pekanbaru*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, 2025.
- Falestin, Abu Abdillah Fatih. *Hakikat Jiwa Manusia*. Jakarta: Pustaka Zuhud, 2014.
- Hakim, Ayatullah Muhammad Baqir. *Ulumul Quran*. Cet. 3. Jakarta: AL-HUDA, 2012.
- Hamka. *Tasawuf Modern*. Jakarta: Djajamurni, 1961.
- Hana, Amalina Febriyani. *Hakikat Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an Perspektif Ustadz Adi Hidayat*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Salatiga, 2024.
- Hasanah, Mahbubah, dkk. *Hakikat Modern, Modernitas, dan Modernisasi Serta Sejarah Modernisasi di Dunia Barat*. Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya, Vol. 1, No. 2, 2023.
- Hidayati, Husnul. *Metodologi Tafsir Kontekstual Al-Azhar Karya Buya Hamka*. Jurnal Ilmu Al-Quran dan Tafsir, Vol. 1, No. 1, 2018.
- Hikmah, A'rifatul. *Konsep Jiwa yang Tenang dalam Al-Qur'an*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2009.
- Humaira. *Upaya Memperoleh Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Deskriptif Analisis Tafsir-Tafsir Tematik)*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2019.

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

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Sharif Kasim 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.

- LPMQ. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Pustaka Lajnah, 2019.
- Matondang, Asnawati. *Dampak Modernisasi terhadap Kehidupan Sosial Masyarakat*. Jurnal Wahana Inovasi, Vol. 8, No. 2, 2019.
- Munibudin, Irwan. *Tafsir Ayat-Ayat Sufistik (Studi Komparatif Tafsir Al-Qusyairi dan Al-Jailani)*. Jakarta: UAI Press, 2018
- Mujtaba, Habibul. *Konsep Makna Hasanah dan Sayyiah dalam Tafsir Al-Jilani*. Jurnal Qaf, Vol. 4, No. 2, 2022.
- Muntasir. *Filsafat Islam: Konsep Jiwa dalam Al-Qur'an dan Filsuf Muslim*. Jurnal At-Tarbiyyah, Vol. 2, No. 2, 2016.
- Muqarrama, Rifkatul. *Fenomena Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Era Disrupsi 4.0*. Jurnal Seduj, Vol. 2, No. 1, 2022
- Najmuddin, Hairunnaja. *Psikologi Ketenangan Hati*. Kuala Lumpur: PTS Millennnia Sdn. Bhd., 2003.
- Nasution, Sepriani. *Pengaruh Pengalaman Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia di Panti Jompo Yayasan Baitul Yusufiyah Al-Ridwaniyah Titian Ridho Ilahi Kecamatan Angkola Muaratais*. Skripsi, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, 2023
- Nurhaila, Ema dan Nabila Kartika Sari. *Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Al-Qusyairi*. Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah, Vol. 2, No. 4, 2024.
- Rizqi, Ari Kurniawan. *Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab (Studi Tafsir Tematik)*. Skripsi, IAIN Ponorogo, 2022
- Septia, Nor Izzati, dkk. *Kesehatan Mental dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama*. Jurnal Islamic Studies, Vol. 1, No. 2, 2023.
- Shihab, Quraish. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan, 1996



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- Sukriati. *Metodologi Penelitian*. Medan: CV. Manhaji, 2016.
- Sulaeman, Rizwan. *Tafsir Isyari Al-Jailani*. Tesis, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2022.
- Supangat dkk. *Trilogi Jiwa Otak Jantung dalam Perspektif Sains dan Al-Qur'an*. Jember: UPT Penerbitan Universitas, 2020.
- Surihat. *Rahasia Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik*. Jurnal Maghza Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Vol. 6, No. 1, 2021.
- Syakur, Abd. *Metode Ketenangan Jiwa*. Jurnal ISLAMICA, Vol. 1, No. 2, 2007.
- Tamaulina dkk. *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Karawang: Saba Jaya Publisher, 2024.
- Thaib, Hasballah dan Zamakhsyari. *Al-Qur'an dan Kesehatan Jiwa*. Medan: Wal Ashri Publishing, 2015.
- Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa, 2008.
- Widianti, Anyta dkk. *Konsep Kesehatan Fisik dan Mental Perspektif Al-Qur'an dalam Konteks Kehidupan Modern*. Jurnal Alwatzikhoebillah, Vol. 11, No. 1, 2025.
- Zulkarnaini. *Dakwah Islam di Era Modern*. Jurnal Risalah, Vol. 26, No. 3, 2015.
- <https://ayosehat.kemkes.go.id/ganguankesehatanmental#:~:text=Dialami%20oleh%20lebih%20dari%2060,hari%20dan%20sulit%20mengambil%20keputusan.>
- <https://rsj.acehprov.go.id/berita/kategori/artikel/memahami-gangguan-kecemasan-sosial-pada-remaja.>

#### 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.

<https://kolakatimurkab.go.id/detailpost/waspada-gangguan-kesehatan-mental-mengintai>.

<https://tablighkotasamarang.id/2025/03/13/ketenangan-jiwa-dalam-islam/>





## BIODATA PENULIS



Nama : Yossi Sawitri S.  
 Tempat/Tgl. Lahir : Duri, 26 Juni 2003  
 Pekerjaan : Mahasiswa  
 Alamat Rumah : Jl. Pelajar, Desa Muara Basung, Kec. Pinggir, Kab. Bengkalis, Prov. Riau  
 No. Telp/HP : 0822-9268-3084  
 Nama Orang Tua :  
 Ayah : Syabaruddin  
 Ibu : Wiwit Kusumawati

## RIWAYAT PENDIDIKAN

SD : SDN 7 Muara Basung  
 SLTP : Madrasah Tsanawiyah Swasta Sumatera Thawalib Parabek-Bukittinggi  
 SLFA : Madrasah Aliyah Swasta Sumatera Thawalib Parabek-Bukittinggi

## PENGALAMAN ORGANISASI

1. -

## KARYA ILMIAH

1. -

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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU