

**TERAPI MENTAL *ILLNESS* DALAM AL QUR'AN PERSPEKTIF
QURAISH SHIHAB DALAM TAFSIR
AL MISHBAH**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama-Agama
Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S. Ag)
Pada Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*



Oleh:

YAZID ALKAUTSAR

2015050006

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
IMAM BONJOL PADANG**

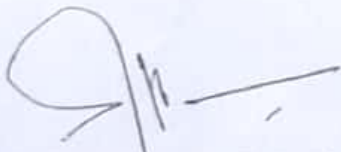
2025 M/1446 H

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul **"Terapi Mental Illnes Dalam Al Quran Perspektif Quraish Shihab Dalam Tafsir Al Mishbah"** yang disusun oleh **Yazid Alkautsar NIM. 2015050006** telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke Sidang Munaqasyah Skripsi.

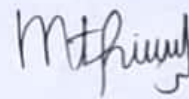
Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pembimbing I



Dr. Faizin, S. Th.L., MA
NIP : 198207012008011013

Padang, 25 November 2024
Pembimbing II



Mai Tiza Husna, M.Psi Psikolog
NIP : 199305312020122019

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul "Terapi Mental Illnes Dalam Al-Qur'an Perspektif Quraish Shihab Dalam Tafsir Al Mishbah" yang disusun oleh Yazid Alkautsar dengan NIM 2015050006, telah diuji dengan sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negri (UIN) Imam Bonjol Padang, pada Kamis 13 Februari 2025 telah dinyatakan lulus dan diterima sebagai salah satu syarat dalam mencapai gelar sarjana Program Strata Satu (S1) pada Program Studi Ilmu Al Qur'an dan Tafsir.

Padang, 26 Februari 2025

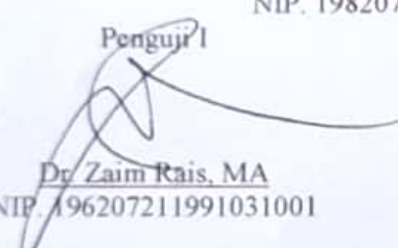
Tim penguji

Ketua



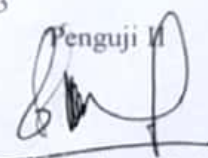
Dr. Faizin, S.Th.I., MA
NIP. 198207012008011013

Penguji I



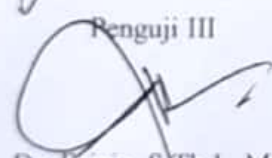
Dr. Zaim Rais, MA
NIP. 196207211991031001

Penguji II



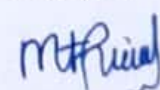
Toni Markos, M.Ag.
NIP. 197903142007101006

Penguji III



Dr. Faizin, S.Th.I., MA
NIP. 198207012008011013

Penguji IV

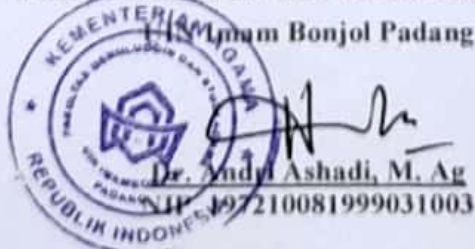


Mai Tiza Husna, M. Psi, Psikolog
NIP. 199305312020122019

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Imam Bonjol Padang



Dr. Andri Ashadi, M. Ag
NIP. 197210081999031003

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yazid Alkautsar

Nim : 2015050006

Tempat/ Tanggal Lahir : Padang, 06 Mei 2002

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Terapi Mental Illness Dalam Al Qur’an Perspektif Quraish Shihab Dalam Tafsir Al Mishbah”** benar-benar karya asli dan sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, melainkan secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar kepustakaan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Padang, 04 Februari 2025



Yazid Alkautsar
NIM: 2015050006

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yazid Alkautsar

NIM : 2015050006

Program Studi : Ilmu Al Qur'an dan Tafsir

Judul Skripsi : Terapi Mental Illnes Dalam Al Qur'an Perspektif Quraish
Shihab Dalam Tafsir Al Mishbah

Dengan ini menyatakan persetujuan publikasi karya ilmiah untuk kepentingan akademis pada Fakultas Ushuludin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Padang, 04 Maret 2025



Yazid Alkautsar
NIM. 2015050006

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT. Atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi dengan judul **“Terapi Mental Illnes Dalam Al Quran Perspektif Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah”** ini dapat penulis selesaikan.

Shalawat beserta salam penulis hadiahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang merupakan tauladan agung sepanjang zaman. Dengan perjuangan-Nya tersebut umatnya pada saat sekarang ini dapat merasakan nikmat iman dan Islam sebagai risalah yang beliau bawa.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak lepas dari adanya bimbingan, motivasi, dorongan, dan sumbangan yang diberikan oleh beberapa pihak, baik yang bersifat moril maupun material. Oleh karena itu, selayaknya peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu skripsi ini. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor UIN Imam Bonjol Padang, Prof. Dr. Hj. Martin Kustati, M.Pd.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Imam Bonjol Padang, Dr. Andri Ashadi, M.Ag.
3. Ketua dan Sekretaris Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir UIN Imam Bonjol Padang, Dr. Ilhamni, M.Ag dan Muhammad Hanif, S. Th.I., M.Ag.
4. Pembimbing Akademik (PA) atas bimbingan dan arahan yang telah diberikan, Prof. Dr. H. Edi Safri.
5. Pembimbing Skripsi, Dr. Faizin, S. Thi., MA dan Mai Tiza Husna, M.Psi Psikolog yang mengarahkan dan memberi masukan dalam penulisan skripsi.

6. Teristimewa kedua orang tua penulis, yakni Bapak Alm Helmizar dan Ibu Misliati yang telah memberikan kasih sayang dan dukungan baik secara moril maupun materil dalam menempuh studi hingga perguruan tinggi.
7. Yang tak kalah istimewanya saudara kandung penulis abangda Naldo Helmys S.I.P., M.Sc dan Erlan Farjun S.I.P yang telah mensupport penulis dan juga dukungan baik secara moral maupun material Serta Keluarga besar yang selalu memberikan dorongan dan semangat dalam penulisan skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
8. Kawan-kawan seperjuangan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir (IAT) 2020, terkhusus teman-teman IAT A yang selalu memberikan semangat dan telah banyak memberikan masukan kepada penulis baik selama dalam mengikuti perkuliahan maupun dalam penulisan skripsi ini.

Semoga bimbingan dan bantuan yang telah diberikan menjadi amal kebaikan dan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Padang, 2 Februari 2025

Penulis,



Yazid Alkautsar

ABSTRAK

Yazid Alkautsar NIM : 2015050006 Terapi Mental Illnes Dalam Al Quran Perspektif Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Gangguan mental atau mental illness telah menjadi isu yang signifikan dalam masyarakat kontemporer. Di tengah pesatnya perkembangan dunia medis dan psikologi, pendekatan spiritual dalam penanganan gangguan mental mulai mendapat perhatian, terutama dalam konteks ajaran agama Islam. Al-Qur'an, sebagai kitab petunjuk hidup bagi umat Islam, diyakini memiliki potensi dalam memberikan solusi bagi berbagai permasalahan, termasuk gangguan mental. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis terapi mental illness yang terkandung dalam Al-Qur'an berdasarkan tafsir Quraish Shihab dalam karya monumental beliau, *Tafsir Al-Misbah*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis tafsir tekstual untuk menggali pandangan Quraish Shihab mengenai ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental, ketenangan jiwa, dan pemulihan dari tekanan emosional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Misbah* mengidentifikasi beberapa ajaran Al-Qur'an yang dapat berfungsi sebagai terapi bagi individu yang mengalami gangguan mental, antara lain melalui dzikir (mengingat Allah), tawakkal (berserah diri), sabar (ketahanan dalam menghadapi cobaan), dan doa. Ayat-ayat yang membahas pentingnya kesabaran, penyerahan diri kepada takdir Allah, serta keyakinan terhadap pertolongan-Nya memberikan pengaruh yang signifikan dalam proses pemulihan mental. Selain itu, konsep ketenangan jiwa yang tercermin dalam praktik-praktik ibadah seperti shalat dan dzikir dianggap oleh Shihab sebagai bentuk terapi yang efektif untuk menenangkan pikiran dan hati.

Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa terapi mental illness dalam perspektif Al-Qur'an menurut Quraish Shihab bukan hanya terbatas pada pendekatan spiritual semata, namun juga mencakup dimensi psikologis dan sosial. Konsep seperti

keikhlasan, rasa syukur, dan saling tolong-menolong antar sesama menjadi bagian penting dari proses penyembuhan mental dalam pandangan beliau. Terapi ini bersifat holistik, mengintegrasikan aspek rohani dan jasmani, serta memandang individu secara utuh dalam konteks hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, dan sesama manusia.

Secara keseluruhan, penelitian ini berkontribusi dalam memahami peran Al-Qur'an sebagai sumber terapi bagi gangguan mental, serta memberikan wawasan tentang bagaimana ajaran Islam dapat diterapkan dalam konteks kesehatan mental. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan pendekatan terapi mental illness berbasis spiritual yang sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam.

Kata Kunci : Terapi Mental *Illnes*, *Tafsir Al-Mishbah*

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
PEDOMAN TRANSLITERASI	iv
ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan dan Batasan Masalah.....	9
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	10
D. Penjelasan Judul	11
E. Studi Kepustakaan.....	13
F. Metode Penelitian.....	16
G. Sistematika Pembahasan.....	19
BAB II : TINJAUAN UMUM MENTAL <i>ILLNES</i>.....	21
A. Definisi Mental <i>Illnes</i>	21
B. Ciri Ciri Gangguan Mental <i>Illnes</i>	24
C. Penyebab Mental <i>Illnes</i>	26
D. Dampak Mental <i>Illnes</i>	27
E. Faktor Faktor Mental <i>Illnes</i>	
F. Pencegahan dan Pengobatan Mental <i>Illnes</i>	32
BAB III : M. QURAISH SHIHAB DAN TAFSIR AL-MISHBAH	39
A. Biografi Dan Karya M. Quraish Shihab	39
1. Riwayat Hidup M. Quraish Shihab	39

2. Karya-Karya M Quraish Shihab.....	40
3. Pemikiran M. Quraish Shihab	44
B. Tafsir Al-Mishbah	47
1. Latar Belakang Penulisan Tafsir.....	47
2. Metode Tafsir	48
3. Corak Tafsir.....	49
4. Sumber-Sumber Penafsiran.....	52
BAB IV : TERAPI MENTAL <i>ILLNES</i> DALAM ALQURAN PERSPEKTIF QURAISH SHIHAB DALAM TAFSIR AL MISHBAH.....	54
A. Penafsiran Quraish Shihab Mengenai Terapi Mental <i>Illnes</i> Dalam Alquran	54
B. Terapi Mental <i>Illnes</i> Menurut Quraish Shihab.....	71
C. Analisa Terapi Mental <i>Illnes</i> Menurut Quraish Shihab.....	74
BAB V PENUTUP.....	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran.....	77
DAFTAR KEPUSTAKAAN	79

