

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uraian yang penulis paparkan terkait analisis gangguan mental dalam perspektif al-Qur'an. Maka penelitian menyimpulkan sebagai berikut:

1. Makna kata mental dalam al-Qur'an, dengan merujuk pada kitab *Mu'jam Mufahras Li al-Fazil Qur'an* yang disusun oleh Muhammad Fuad al-Baqi penulis mendapatkan 6 ayat bermakna mental dalam al-Qur'an yang sedang penulis teliti. Setelah dilihat dalam kamus, 6 ayat bermakna mental tersebut, terdapat di beberapa surah yang berbeda, yang sama-sama membahas tema terkait, di antaranya:

Pertama, para mufassir menafsirkan penyakit hati merupakan penyakit mental yang tidak sehat, penyakit hati ini timbul karena kemunafikan, keraguan, kebencian, dendam, dan gangguan jiwa lainnya. Penyakit hati dalam ayat ini disebutkan karena perilaku buruk dari individu itu sendiri. Sama halnya dengan kepribadian orang-orang kafir dalam ayat ini terlihat adanya gangguan mental yang didorong dari aspek *das Ich* (psikologis) disebabkan mereka melakukan hal tersebut dalam keadaan sadar. *Kedua* putus asa dalam pandangan mufassir adalah salah satu gangguan mental, makna kata *qanatha* ialah berputus asa dari rahmad Allah SWT. Orang yang berputus asa cenderung tidak bersyukur, mudah putus asa, ketika mendapat cobaan dan bencana. Dalam teori psikologi hal ini didorong dari aspek *Uber Ich* (sosiologis) atau kesadaran mereka karena menilai baik dan buruk suatu peristiwa sesuai dengan kepentingan mereka. *Ketiga*, para mufassir menafsirkan kata *haluu'a* adalah keluh kesah, gangguan mental ini merupakan penyakit dalam diri seseorang. Sifat gelisah, rakus dan egois merupakan bagian lahiriyah seseorang, namun ketika sifat itu tidak sesuai dengan yang diinginkan maka akan merusak kesehatan mental. Sifat keluh kesah akan menimbulkan, selalu cemas, selalu ketakutan, hati tidak tenang,

dan merasa kekurangan. Dari aspek psikologi ayat ini merupakan sifat gangguan mental yang didorong *id* (biologis) manusia yang melekat pada diri seseorang. *Keempat*, makna *hasad* menurut para mufassir adalah iri terhadap nikmat orang lain, gangguan mental ini merupakan penyakit berat, sebab pelakunya memiliki psikologis yang buruk, seperti kebencian, marah, buruk sangka, dan pelit. Aspek psikologi pada ayat ini didorong oleh *id* (biologis) karena seseorang berbuat hal demikian dalam keadaan tidak sadar dan hanya mementingkan kepuasan diri sendiri. *Kelima*, gangguan mental *ghadhab* menurut para mufassir adalah marah yang disebabkan oleh kejadian tertentu yang membuat seseorang memberikan tindakan fisik atau permusuhan. Emosi marah merupakan penyakit paranoid, seseorang yang berstatus marah akan cenderung melakukan permusuhan dan perusakan. Kepribadian manusia dipengaruhi oleh aspek *id* (biologis) karena spontan memarahi Nabi Harun disebabkan kekecewaan Nabi Musa kepada Harun yang membiarkan kaumnya dalam keadaan menyembah berhala. *Keenam*, dari berbagai pandangan mufassir *ghaflah* adalah lalai dari nikmat yang diberikan Allah SWT. Ini merupakan penyakit mental yang dialami seseorang ketika tidak memanfaatkan hati, penglihatan dan pendengaran dengan sebaik mungkin. Kepribadian manusia dalam ayat ini termasuk dari pengaruh *id* (biologis) karena perilaku yang dilakukan mereka di alam bawah sadar sehingga mereka lalai dalam menggunakan akal dan inderanya untuk mengenali dan memahami petunjuk Allah SWT. Penyakit lalai bisa menjadi ancaman jika anggota tubuh tidak bisa dimanfaatkan, terutama untuk kesehatan otak terhadap fungsi akal bagi manusia.

2. Dari berbagai penafsiran yang telah dicantumkan di atas, wujud kesehatan mental menurut al-Qur'an dapat penulis petakan sebagai berikut:

- a. Terapi penyakit hati (*Maradh*) yang terdapat dalam surah al-Baqarah ayat 10 adalah membaca al-Qur'an (Q.S Yunus ayat 57), do'a (H.R Muslim), Zikrullah (Q.S Ar-Ra'd ayat 28)
- b. Terapi penyakit putus asa (*Qanatha*) yang terdapat dalam ar-Rum ayat 36 adalah bersabar (Q.S al-Baqarah ayat 153), mendapatkan kemudahan dibalik kesulitan (QS. Asy-Syarh ayat 5-6)
- c. Terapi keluh kesah (*Haluu'a*) yang terdapat dalam surah al-Ma'rij ayat 19 adalah shalat (Q.S al-Ma'Rij ayat 22-23), berbuat baik dan bersedekah (Q.S al-Ma'Rij ayat 24-25).
- d. Terapi dengki (Hasad) yang terdapat dalam surah al-Falaq ayat 5 adalah menanamkan rasa syukur dalam diri (Q.S Ibrahim ayat 7), menahan pandangan terhadap nikmat orang lain (Q.S an-Nisa ayat 32).
- e. Terapi marah (*Ghadhab*) yang terdapat dalam surah al-A'raf ayat 150 dan Thaha ayat 86 adalah memberi maaf Q.S As-Syu'ra ayat 37), diam (Q.S Yusuf ayat 84)
- f. Terapi lalai (*Ghaflah*) yang terdapat dalam surah al-A'raf ayat 179 adalah memaksimalkan segala potensi diri (Q.S an-Nahal ayat 108)

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum tuntas sampai di sini saja. Dalam penelitian fokus terhadap penafsiran gangguan mental dalam al-Qur'an. Dengan demikian penelitian ini masih terbuka lebar untuk diteliti menggunakan term yang diungkapkan dalam ayat al-Qur'an yang menyinggung tentang konsep gangguan mental dan segala yang berkaitan dengannya. Selain itu, penelitian-penelitian lain yang membahas mengenai mental atau jiwa dalam al-Qur'an pun masih sangat minim, khususnya yang berkenaan dengan konsep kesehatan jiwa dalam al-Qur'an.

DAFTAR PUSTAKA

- AIHW, A. I. (2019.). *Mental Health Services In Brief* . Indonesia.
- Al-Ahwany, A. F. (1962). *al-Falsafat al-Islamiyyat*. Kairoh: Dar al-Qolam.
- al-Farmawi, A. H. (2002). *Ter, Metode Tafsir Maudhu'i (dan cara penerapannya)*. Indonesia: Pustaka Setia.
- Al-Ghazali, A. H. (2003). *Kerancuan Filsafat*. Yogyakarta: Penerbit Islmaika.
- Alwisol. (2005). *Psikologi Kepribadian*. Indonesia.
- Amin, W. A. (2019). Konsep Jiwa Yang Tenang Dalam Surat Al-Fajr Ayat 27-30 Dan Implementasinya Dalam Kesehatan Mental (Analisis Bimbingan Konseling Islam)".
- Anwar, A. H.-F. (2002). *Metode Tafsir Maudhu'i dan cara penerapannya*. Jakarta: Pustaka Setia.
- Arni, J. (2013). *Metode Penelitian Tafsir* . Jakarta: Daulat Riau.
- Ayuningtyas, D. &. (2018). *Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1-10.
- Agama, K. (2024). *Tafsir Kemenag*. Indonesia: Jakarta.
- Agama, T. K. (2011). *al-Qur'an dan Tafsirnya* .Jakarta: Widya Cahaya.
- al-Baqi, M. F. (1981). *Al-Mu'jam al-Muhfahrash Li Alfazh al-Qur'an al-Krim*. Beirut: Dar al-Fikr.
- al-Baqi, M. F. (2007). *Al-Mu'jam al-Mufahras Li Al-fazh al-Qur'an*. Al-Azhar: Darel Haditsh.
- al-Hilali, S. S. (2000). *Syarah Riyadhush Shalihin jilid IV*. Surabaya: Pustaka Imam As-Syafi'i.
- Al-Misbah, M. (2002). *Tafsir al-Misbah*. Jakarta: Lintera Hati.
- al-Qurthubi, A. a.-A. (2007). *Tafsir Al-Qurthubi* . Jakarta: Pustaka Azzam.
- al-Thabari, I. J. (1988). *Jami' al- Bayan 'an Ta'wil ay al - Qur'an*. Beirut: Dar al-Fikr.
- ash-Shiddieqy, M. H. (2000). *Tafsir al-Quraanul Majid an-Nuur* . Semarang: Pustaka Rizki Putra.
- ash-Shiddieqy, M. H. (2000). *Tafsir al-Qur'an al-Majid al-Nur*. Jakarta: CV Bulan Bintang.

- as-Suyuthi, I. (2014). *Asbabun an-Nuzul*. Jakarta: Pustaka al-Kautsar.
- As-Syuyuthi, J. A.-M. (2008). *Tafsir al-Qur'an al-'Adzim*. Jakarta: al-Haramain Jaya Indonesia.
- az-Zuhaili, W. (2005). *Tafsir al-Munir*. Damaskus : Darul Fikr.
- _____(2009). *Tafsir Al-Munir*. Damsyik: Daar al-Fikr.
- _____(2015). *Tafsir Al-Munir, Jilid 15*. Jakarta: Gema Insani
- _____(2016). *Tafsir Al-Munir Jilid 5* (Terj Abdul Hayyie Al-Kattani, Dkk) Jakarta: Gema Insani.
- Bastaman, H. D. (2011). *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bertens, K. (1999). *Sejarah dan Filsafat Yunani, Trj. Hilmi Hidayat*. Yogyakarta: Kanisius, Edisi Revisi,.
- Bahasa, P. (2001). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Ed. 3. . Jakarta: Balai Pustaka.
- Baqi, M. F. (2007). *Al-Mu'jam al-Mufahras Li Alfazh al-Qur'an*. al-Azhar: Darel Hadits.
- Dirgagunarsa, S. (1978). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Mutiara.
- Drajat, Z. (1983). *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- _____(1996). *Kesehatan Mental*. Indonesia: Toko Gunung Agung.
- Dinarti, & S. (2015). *Mengenal gangguan bipolar. Indonesia: National Instituti Of Mental Health*.
- Ghafur, W. A. (2011). *Kesejahteraan Sosial dalam Perspektif al-Qur'an*. Jurnal Hikmah, 107.
- Goble, F. G. (1987). *Psikologi Humanistik Abraham Maslow* . Yogyakarta: Kanisius.
- Hadjam, M. N. (2015). *Pengujian Model Peranan Kecakapan Hidup Terhadap Kesehatan Mental. Indonesia*.
- Hamid, A. (2017). *Agama Kesehatan Mental Dalam Dan Perspektif psikologi Agama*, Dosen Agama Islam FKIP Universitas Tadulako. Kesehatan Tadulako , Vol. 3 No. 1, 1-84 .
- _____(2022). *Agama dan Kesehatan Mental dalm Perspektif Psikologi Agama*”, . Jurnal Kesehatan Tadulako, 3.
- Hanafi, A. (1982). *Pengatar Filsafata Islam*. Jakarta: Bulan Bintang.

- Harun, H. (1980). *Sari Sejarah Islam*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hamka. (1983). *Tafsir al-Azhar*. Jakarta: Pustaka Panjimas.
- _____. (2005). *Tafsir al-Azhar* Jilid 10. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd.,
- _____. (2010). *Tafsir al-Azhar* Jilid 5. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd.
- Ibnu Katsir. (2016). *Tafsir Ibnu Katsir jilid 2*, . Jawa Tengah: Insan Kamil.
- Ibnu-Mukram, J.-d. M. (1992). *Lisan Al-`Arabi* . Beirut: Dar as-Sadr.
- Jalaluddin al-Mahalliy, J. a.-S. (2008). *Tafsir Jalalain*. Jakarta: Al-Haromain Jaya Indonesia.
- Kusumawaty, I. (2022). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Metoda Diskusi Sebagai Upaya Melambungkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Urgensi Kesehatan Jiwa Empowerment . Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Kasir, A.-I. A. (2003). *Tafsir Ibnu Kasir Juz 13*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Kemenag. (2011). *Tafsir Kemenag*. Jakarta: Widya Cahaya.
- Khamis, M. (2011). *Jangan Putus Asa Dari Rahmat Allah*. Jakarta: Republika.
- Latipun, N. &. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*,. Indonesia: Press:
- Malikah. (2018). *"Pendidikan Kesehatan Mental Melalui Bacaan al-Qur'an"*. Surabaya: Sunan Ampel.
- Magnis, S. (1997). *13 Tokoh Etika*. Yogyakarta: Kanisius.
- Minderop, A. (2013). *Psikologi Sastra*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- _____. (2013). *Psikologi Sastra."Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Indonesia: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Muhammad Izzuddin Taufiq. (2006). *"Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam"*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Mujib, A. (2019). *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*. Depok: Rajawali Pers.
- Muna, R. (2020). *Struktur Kepribadian Manusia Dalam Teori Spikoanalisis* .
- Mustofa, A. (2004). *Untuk Apa Berpuasa: Scientific Fasting*. Surabaya: Padma Press.
- M. Quraish Shihab. (2002). *Tafsir Al-Misbah* Jilid 12. Jakarta: Lentera Hati.

- _____. (2002). *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran*,. Jakarta: Lentera Hati.
- Mujib, A. (2019). *Kepribadian dalam psikologi Islam*. Depok: Rajawali Pers.
- Ndapabehar. (2023). *Penentuan Pertanggungjawaban Pidana Bagi Terdakwa Yang Memiliki Gangguan Jiwa Skizofrenia Paranoid Dalam Tindak Pidana Penganiayaan*. *Unes Law Review*, 3143.
- Najati, M.‘. (2002). *Ad-Dirasat an- Nafsaniyyah ‘inda al-‘Ulama’ al-Muslimin*,. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Promosi Kesehatan: Teori dan Aplikasi* .Jakarta: Risneka Cipta.
- Novitasari, S. (2023). *“Konsep Jiwa Dalam Al-Qur’an (Perspektif Muhammad Utsman Najati dalam Psikologi Islam)*. IAIN Curup.
- Padang, D. K. (2021). *Dinkes Kota Padang*. Stikes, 10.
- Putri, A. W. (2015). *Kesehatan mental masyarakat indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental)*. Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat,, 147.
- Pieper, J. Z. (2006). *Religie in een forensisch psychiatrische setting*. Belanda.
- Qhuttub, S. (2003). *Tafsir Fii Zhilal al-Qur'an di bawah naungan al-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani .
- _____. (2013). *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Jilid 12*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Ridlo, I. A. (2020). *Pandemi covid-19 dan tantangan kebijakan kesehatan mental di indonesia*. *INSAN*, 155.
- Riskesdas. (2023). *Penanganan Kesehatan Mental di Indonesia*. Info Singkat, 23.
- Rahayu, I. T. (2009). *Psikoterapi: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*. Malang : Press: Malang, .
- Rohman, A. W. (2019). *“Konsep Jiwa yang Tenang dalam Surat Al Fajr ayat 27-30. Kesehatan Islami*.
- Rusdy. (2004). *Ulumul Qur'an II* . Padang: Yayasan Azka Padang.
- RI, K. (2011). *Al-quran dan Tafsirnya*. Jakarta: Widya Cahaya.
- Saehudin, R. A. (2016). *Akidah Akhlak, I.* . Bandung: CV Pustaka Setia .
- Salim, A. H. (2014). *Menyembuhkan Penyakit Jiwa dan Fisik*. Jakarta: Gema Insani.

- Sayyid Quthb. (2003). *Tafsir fizilalil Qur'an cet. I, terj. As'ad Yasin, Abdul Aziz Salim Basyarahil*,. Jakarta: Gema Insani Press.
- Shihab, M. (2007). *Wawasan al-Qur'an* . PT Mizan Pustaka.
- Shihab, M. Q. (2000). *Tafsir Al-Misbah*. Jakarta: Lentera Hati.
- _____. (2002). *Tafsir al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an Juz Amma*. Jakarta: Lentera Hati.
- _____. (2002). *Tafsir al-Misbah, Kesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an: Vol 7* .Jakarta: Lentera Hati.
- Suardi, R. (2018). *Mulai dari Hati Menjaga Yang Bening Memperbaiki Yang Berkara*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Saleh, A. A. (2018). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Aksara Timur .
- Schunk, D. H. (2012). *Learning theoris. An education perspektif*. Yogyakarta: pustaka pelajar.
- Shihab, M. (1997). *Membumikan al-Qur'an* . Jakarta: PT Mizan Pustaka.
- Shihab, M. Q. (2013). *Kaidah Tafsir, Syarat, Ketentuan, dan aturan yang patut Anda Ketahui dalam Memahami al-Qur'an*. Tangerang: Lintera Hati.
- Simanjuntak, J. (2008). *konseling gangguan jiwa dan okultisme*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Syahminal, A. K. (2022). *Hubungan Tilawah Al-Qur''an Terhadap Kesehatan Mental*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Syafarilla. (2019). *Analisis faktor yang mempengaruhi risiko gangguan bipolar di kota banda aceh*. Universitas andalas, 3.
- Tafsir, A. (1999). *Filsafat Umum*. Bandung: Rosda.
- Ubaid, U. A. (2012). *Sabar dan Syukur Gerbang Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat*,. Jakarta: Amzah.
- Videbeck, S. L. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*.
- WHO. (2022). <https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- WHO. (2022, juni 8). Worl Health Organization. Retrieved September Senin , 2024 from World Health Organization: <https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Yamani, M. T. (2015). *Memahami al-Qur'an Dengan Metode Tafsir Maudhu'i* . Jurnal PAI, 286.

- Yusuf, S. (2018). *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zuhara, E. (2018). *Konsep Jiwa Dalam Tradisi Keilmuan Islam*. Indonesia.
- Zulheldi. (2017). *6 Langkah Metode Tafsir Maudhu'i*. Depok: Rajagrafindo Praja.
- _____(2017). *6 Langkah Metode Tafsir Maudhu'i*. Depok: Rajawali Printing.
- Zakaria, A. H. (1972). *Mu'jam Maqayis al Lughah*. Syirkah Maktabah Musthafa al Babi.
- Zuhaili, W. (n.d.). *al-Tafsir al-Munir fial-'Aqidat wa al-Syari'at wa al-Manhaj*.