

***SELF HEALING* DALAM AL-QUR'AN
PERSPEKTIF TAFSIR SUFI**

TESIS



**Oleh:
Masyitoh Nur
NIM: 2220080047**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
PROGRAM PASCASARJANA (S2)
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
IMAM BONJOL PADANG
1447 H/ 2025 M**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama : MASYITOH NUR
NIM : 2220080047
Program Studi : Ilmu Al Quran dan Tafsir

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis saya yang berjudul "*Self Healing dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Sufi*" benar-benar karya asli saya kecuali yang dicantumkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terjadi kekeliruan dan kesalahan, hal tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya sendiri.

Demikian surah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk digunakan seperlunya.

Padang, 14 Agustus 2025
Yang Membuat Pernyataan

A handwritten signature in black ink is written over a 1000 Rupiah Indonesian banknote. The banknote is yellow and red, with the number '1000' and the word 'SERIBU' visible. The signature is written in a cursive style.

MASYITOH NUR
NIM. 2220080047

PERSETUJUAN PEMBIMBING
PERSETUJUAN MELAKUKAN SIDANG MUNAQASYAH

Nama Mahasiswa : Masyitoh Nur
NIM : 2220080047
Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Judul Tesis : *Self Healing Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Sufi*

PEMBIMBING I



Dr. Faizin, M.A
NIP.1982070120008011013

PEMBIMBING II



Dr. Muhammad Irfan, Lc., M.A
NIP. 198703232025051001

HALAMAN PENGESAHAN

Naskah tesis yang berjudul "*Self Healing Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Sufi*" yang disusun oleh **Masyitoh Nur NIM 2220080047**, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Imam Bonjol Padang telah memenuhi persyaratan ilmiah dan telah diperbaiki sebagaimana saran dan kritikan Tim Penguji Sidang Munaqosyah.

Disahkan di : Padang

Tanggal : 26 Agustus 2025

Tim Penguji Sidang Munaqosyah

Dr. Muhammad Fauzi, M. Ag

Ketua/Penguji I

Fitria Mardika, M.Pd

Penguji II

Prof. Dr. Syafruddin, M. Ag

Penguji III

Dr. Efendi, M. Ag

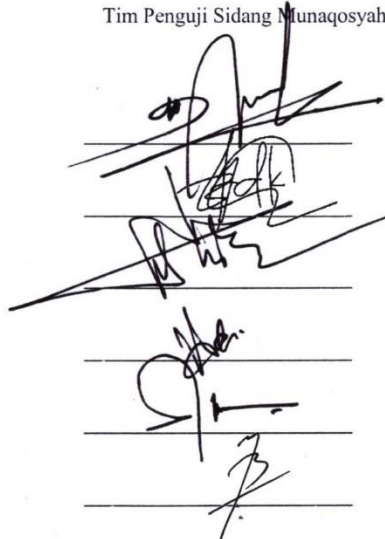
Penguji IV

Dr. Faizin, M.A

Penguji V/Pembimbing I

Dr. Muhamaad Irfan, Lc, M. A

Penguji VI/Pembimbing II



Mengetahui,

**Direktur Pascasarjana
UIN Imam Bonjol Padang**



Prof. Ahmad Wira, M.Si., M.Ag, Ph.D

NIP. 1971120119966031002

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Dengan mengucapkan puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT. Yang telah menganugerahkan berbagai nikmat dan rahmat yang tidak terhingga seperti kesehatan, kesempatan, kejernihan pemikiran serta wawasan sehingga penulks dapat menyelesaikan penyusunan tesis yang berjudul **“Self Heling dalam Al-Qur’an Perspektif Tafsir Sufi”** *Shalawat* beserta salam penulis aturkan kepada Nabi Muhammad *shallallahu ‘alaihi wa sallam* yang telah membawa umatnya dari lembah kebodohan kepada lembah ilmu pengetahuan seperti saat sekarang ini. Sehingga dengan perjuangan beliau tersebut umatnya pada saat sekarang ini dapat menikmati iman dan Islam sebagai risalah yang beliau bawa.

Penulis menyadari bahwa tesis ini dapat diselesaikan atas dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis berterima kasih kepada semua pihak yang secara langsung dan tidak langsung memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan terutama kepada:

1. Teristimewa kepada Ibunda Almh. Mardiana dan Ayahanda Zakaria Lubis yang telah memberikan kasih sayang, perhatian, dukungan dan curahan do’a yang selalu diberikan kepada penulis. Buat adinda-adinda Hakimah Nur Lubis, Ropikoh Husna Lubis, Harun Musthafa Lubis, serta Ongku, sebagai kakek yang selalu

menyemangati, mami, tulang, bou, serta keluarga besar tersayang karena kalian penulis tetap semangat.

2. Rektor UIN Imam Bonjol Padang Ibu Prof. Dr. Martin Kustati, M.Pd beserta segenap jajarannya yang telah memfasilitasi kegiatan proses belajar di kampus ini.
3. Direktur Pascasarjana Bapak Prof. Dr. Firdaus, M.Ag beserta jajarannya yang telah memberikan waktu dan tenaga pikiran kepada kampus pascasarjana, sehingga penulis mendapatkan ilmu dan pengalaman berharga selama menuntut ilmu di pascasarjana.
4. Ketua dan Sekretaris Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Bapak Dr. Fauzi, M.Ag dan Bapak Nandi Pinto, S.Th.I., M.Ag yang telah mengayomi mahasiswa terutama penulis yang telah difasilitasi dengan segala kebutuhan dalam jurusan.
5. Bapak Dr. Faizin, M.A selaku pembimbing I, dan Bapak Dr. Muhammad Irfan, Lc., M.A selaku pembimbing II yang telah membimbing, memberikan arahan dan nasehat, dengan sepenuh hati dalam penyusunan tesis ini dari awal hingga tesis ini dapat diselesaikan.
6. Bpak Prof. Syafruddin, M.Ag selaku penguji I, dan Bapak Dr. Efendi, M.Ag selaku penguji II yang telah membimbing, memberikan masukan, kritik dan saran yang membangun dalam penyusunan tesis ini dari awal hingga tesis ini dapat diselesaikan.

7. Ibuk Dr. Widia Fithri, M.Hum selaku pembimbing akademik (PA) yang telah berperan penting dan memberikan pengarahan kepada penulis selama proses perkuliahan hingga tesis ini dapat diselesaikan.
8. Bapak ibuk dosen semasa di pascasarjana UIN Imam Bonjol Padang yang telah mencurahkan ilmunya.
9. Teman-teman yang selalu mensupport penulis baik dari yang seangkatan maupun yang beda angkatan baik yang beda kampus maupun yang sealmamater.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan tesis ini.

Akhirnya, dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan, sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan tesis ini.

Padang, 13 Agustus 2025

Masyitoh Nur

NIM: 2220080047

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah transliterasi Arab-Indonesia berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543/u/1987, kecuali beberapa pengecualian yang dipandang perlu. Berikut ini disajikan daftar abjad Arab dan transliterasinya dalam huruf latin:

Huruf Arab	Huruf Latin	Huruf Arab	Huruf Latin
ا	A	ض	Dh
ب	B	ط	Th
ت	T	ظ	Zh
ث	Ts	ع	‘
ج	J	غ	Gh
ح	<u>H</u>	ف	F
خ	Kh	ق	Q
د	D	ك	K
ذ	Dz	ل	L

ر	R	م	M
ز	Z	ن	N
س	S	و	W
ش	Sy	ه	H
ص	Sh	ء	‘
		ي	Y

Catatan:

ā (a panjang), contoh : العالم : *al-‘ālim*

ī (i panjang), contoh : العليم : *al-‘alīm*

ū (u panjang), contoh : العلوم : *al-‘ulūm*

Singkatan:

H. : Tahun Hijriyah

M. : Tahun Masehi

SWT. : Subhanahu wa ta āla

RA. : Radhiyallahu ānhu

QS.	: al-Qur'an Surat
HR.	: Hadis Riwayat
W.	: Tahun wafat
dsb.	: dan sebagainya
h.	: Halaman
tn.	: tanpa nama penulis
tp.	: tanpa nama penerbit
tth.	: tanpa tahun terbit
ttp.	: tanpa tempat terbit
<i>Ibid.</i>	: <i>ibidem</i>
<i>op.cit.</i>	: <i>opera citato</i>
<i>loc.cit.</i>	: <i>loco citato</i>

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MASYITOH NUR

NIM : 2220080047

Program Studi: Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Judul Tesis : *Self Healing* dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir
Sufi

Dengan ini menyatakan persetujuan publikasi karya ilmiah
untuk kepentingan akademik pada Program Studi Ilmu Al-
Qur'an dan Tafsir Pascasarjana UIN Imam Bonjol Padang.

Padang, 4 September 2025

Yang Membuat Pernyataan



MASYITOH NUR

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “*Self Healing* Dalam Al-Qur’an Perspektif Tafsir Sufi.” Ditulis oleh Masyitoh Nur Nim 2220080047 Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Pascasarjana UIN Imam Bonjol Padang pada tahun 2025. Penelitian ini mengkaji *self healing* dalam Al-Qur’an perspektif tafsir sufi dengan fokus pada tiga pilar utama: doa, zikir, dan syukur. Latar belakang penelitian berangkat dari fenomena meningkatnya gangguan kesehatan mental di Indonesia yang membutuhkan pendekatan penyembuhan holistik, tidak hanya dari sisi psikologis tetapi juga spiritual. Metode yang digunakan adalah tafsir tematik (*mawdu’i*) dengan menganalisis penafsiran tokoh-tokoh sufi seperti al-Qusyairi, Ibn ‘Arabi, dan Mahmud al-Alusi terhadap ayat-ayat terkait doa zikir dan Syukur sebagai *self healing*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa doa dipandang sebagai sarana rekonstruksi batin dan penyerahan diri kepada Allah untuk meredakan tekanan jiwa; zikir berfungsi sebagai terapi transendental yang menumbuhkan ketenangan (*tuma’ninah*) dan mencegah gejala emosi; sedangkan syukur menjadi mekanisme penguatan mental yang membentuk pola pikir positif dan penerimaan diri. Tafsir sufi menempatkan ketiga praktik ini bukan sekadar ritual, melainkan jalan *tazkiyat al-nafs* yang memulihkan keseimbangan psikologis sekaligus mendekatkan diri kepada Allah.

Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa *self healing* perspektif tafsir sufi merupakan model penyembuhan integratif yang menggabungkan dimensi mental, emosional, dan spiritual. Model ini relevan untuk diaplikasikan dalam menghadapi krisis psikologis masyarakat modern karena bersumber dari nilai-nilai Qur’ani yang bersifat abadi.

Kata Kunci: *Self Healing*, Tafsir Sufi, Doa, Zikir, Syukur, Penyembuhan Spiritual

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

SURAT PERNYTAAN ORISINALITAS

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PENGESAHAN

KATA PENGANTAR

PEDOMAN TRANSLITERASI

HALAM PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

ABSTRAK

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	10
F. Defenisi Operasional	11
G. Literatur Riview	13
H. Sistematika Penulisan.....	16

BAB II KAJIAN TEORITIS TENTANG *SELF HEALING* DAN TAFSIR SUFI

A. <i>Self Healing</i>	18
------------------------------	----

1. Definisi <i>Self Healing</i>	18
2. <i>Self Healing</i> menurut psikologi.....	19
3. <i>Self Healing</i> Menurut islam	20
4. Metode <i>Self Healing</i>	21
5. Bentuk-bentuk <i>Self Healing</i>	23
6. Konsep <i>self healing</i> dari ayat al-Qur'an.....	27
B. Klasifikasi Ayat Tentang <i>Self Healing</i>	31
1. Klasifikasi ayat <i>Self Healing</i> dengan doa.....	32
2. Klasifikasi ayat <i>Self Healing</i> dengan zikir	33
3. Klasifikasi ayat <i>Self Healing</i> dengan Syukur.....	36
C. Tafsir Sufi.....	38
1. Definisi tafsir sufi.....	38
2. Karakteristik tafsir sufi.....	39
3. Pendekatan dan metodologi tafsir sufi	40
4. Profil Mufassir tafsir sufi (al-Qusyairi, Ibnu 'Arabi dan al-Alusi).....	41

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	65
B. Sumber Penelitian	65
C. Metode Penelitian	66
D. Langkah Penafsiran.....	66
E. Teknik pengumpulan data	67
F. Teknik Analisis data.....	67

BAB IV *SELF HEALING* DALAM TAFSIR SUFI

A. Tafsir Sufi Terhadap Ayat-ayat <i>Self Healing</i>	68
1. Doa	68
2. Zikir	101
3. Syukur	134
B. Konsep <i>Self Healing</i> Menurut Tafsir Sufi.....	154
C. Nilai-Nilai Spiritual Dalam Tafsir Sufi Yang Mendukung <i>Self Healing</i>	163

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	175
B. Rekomendasi	176
C. Keterbatasan Studi	177

DAFTAR PUSTAKA

BIODATA PENULIS