

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif (Kusumastuti & Khoiron, 2019) dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan memahami makna ayat-ayat Al-Qur'an terkait konsep *Self Healing* dalam konteks spiritual Islam, khususnya melalui pendekatan doa, zikir dan syukur. Sedangkan jenis penelitian kepustakaan menekankan pada pengumpulan data dari sumber-sumber tertulis seperti kitab tafsir, buku-buku keislaman, dan jurnal akademik yang relevan.

B. Sumber Penelitian

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas:

2. Sumber primer:
 - a. Al-Qur'an untuk melacak ayat-ayat yang berkaitan dengan judul penelitian dengan menggunakan kitab *Mu'ja Mufahras Li al Fazil Qur'an*.
 - b. Kitab tafsir seperti *Latha'iful Isyarat* karya Al-Qusyairi, *Tafsir Ibnu 'Arabi Tafsir Al-Qur'an Al-Karim* karya Ibnu 'Arabi dan *Ruhul Ma'ani* karya Al-Alusi.
3. Sumber sekunder:
 - a. Buku-buku yang berkaitan dengan doa zikir dan Syukur, spiritual healing, psikologi Islam, dan karya-karya ilmiah lain yang mendukung analisis.
 - b. Jurnal-jurnal akademik, artikel ilmiah, dan hasil penelitian terdahulu terkait tema *Self Healing* dan pendekatan sufistik dalam Al-Qur'an.

C. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode tafsir (*maudhu'i*) tematik konseptual yakni riset yang secara eksplisit tidak disebut dalam Al-Qur'an tapi secara substansial ide tentang konsep itu ada dalam Al-Qur'an, (Mustaqim, 2019) yaitu dengan mengumpulkan ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema *Self Healing* dengan doa, zikir dan syukur, kemudian dianalisis melalui perspektif para mufassir klasik dan sufi. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memahami pesan Al-Qur'an secara holistik mengenai penyembuhan jiwa, penguatan spiritual, dan ketenangan batin.

D. Langkah Penafsiran

Adapun langkah-langkah penafsiran yang ditempuh penulis adalah sebagai berikut: Mengidentifikasi ayat-ayat yang relevan dengan konsep *Self Healing* dan zikir. Langkah awal dalam studi tematik ini adalah memilih dan menetapkan ayat-ayat Al-Qur'an yang mengandung makna *Self Healing*; penyembuhan jiwa, ketenangan batin, dan relasi spiritual antara hamba dan Tuhan melalui doa, zikir dan Syukur. (Shihab, 2007) Setelah menetapkan masalah dan menghimpun ayat, mengklasifikasikan ayat, merujuk *asbabun nuzul*, munasabah ayat, menyusun pembahasan dalam kerangka yang sempurna melengkapi dengan hadis yang relevan, analisis dan menafsirkan. (Mustaqim, 2019)

Mengkaji makna kebahasaan dan konteks ayat. Setelah ayat-ayat terkumpul, dilakukan analisis terhadap struktur bahasa (*lughawi*) *Self Healing*. Konteks turunnya ayat (*asbabun nuzul*) juga dipertimbangkan untuk memperdalam pemahaman makna. Menelaah tafsir-tafsir klasik dan sufistik. Ayat-ayat tersebut kemudian dikaji melalui kitab-kitab tafsir, terutama *Latha'iful Isyarah* karya Al-Qusyairi, *Tafsir Ibnu 'Arabi* *Tafsir Al-Qur'an Al-Karim* karya Ibnu 'Arabi dan *Ruhul Ma'ani* karya Al-Alusi,

untuk menggali dimensi batiniah (esoteris) dari makna ayat. Tafsir-tafsir ini menjadi fondasi analisis spiritual dalam kerangka *Self Healing*.

E. Teknik pengumpulan data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengumpulkan, menelaah, dan menganalisis berbagai sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian. Teknik ini sangat sesuai dengan jenis penelitian kepustakaan yang berfokus pada penelusuran data dari sumber-sumber tertulis. (Zed, 2014) Mengidentifikasi literatur utama yang menjadi rujukan primer, seperti Al-Qur'an, kitab tafsir klasik (Al-Qusyairi, Ibnu 'Arabi dan Al-Alusi), Mengumpulkan literatur sekunder berupa buku ilmiah, artikel jurnal, tesis sebelumnya, serta hasil penelitian yang mendukung fokus kajian tentang *Self Healing* dalam Al-Qur'an perspektif tafsir sufi.

F. Teknik Analisis data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis isi (*content analysis*), yaitu metode untuk mengungkap makna-makna yang terkandung dalam teks, baik secara eksplisit maupun implisit. (Prasetyo & Jannah, 2013) Analisis ini dilakukan terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema *Self Healing*, serta terhadap penafsiran para mufassir yang menjadi sumber utama kajian.