

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan terhadap ayat-ayat *ẓulm al-nafs* dalam Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab serta relevansinya dengan fenomena *self-harm*, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. *Ẓulm al-nafs* dalam Al-Qur'an sebagaimana ditafsirkan oleh M. Quraish Shihab dalam Tafsir al-Misbah merupakan konsep yang bersifat holistik dan mencakup empat dimensi sekaligus, yaitu dimensi spiritual, psikologis, sosial, dan moral. Keempat dimensi ini tergambar masing-masing dalam QS. Al-A'raf: 23, QS. Al-Qashash: 16, QS. Al-Baqarah: 231, dan QS. Al-Kahfi: 35, serta QS. Al-Fatir: 32.
2. Konsep *ẓulm al-nafs* dalam Al-Qur'an memiliki relevansi yang sangat signifikan dengan fenomena *self-harm*. *Self-harm* merupakan bagian dari *ẓulm al-nafs*, namun *ẓulm al-nafs* memiliki cakupan yang jauh lebih luas karena tidak hanya terbatas pada kerusakan fisik semata, melainkan mencakup kerusakan spiritual, psikologis, sosial, dan moral sekaligus. Al-Qur'an tidak hanya melarang dan menggambarkan tindakan merusak diri, tetapi juga menawarkan solusi yang konkret berupa pengakuan atas kesalahan, permohonan ampun kepada Allah,

dan keyakinan bahwa seseorang selalu bisa berubah menjadi lebih baik dengan pertolongan-Nya. Solusi ini memiliki dimensi penyembuhan yang jauh melampaui pendekatan psikologi konvensional.

B. Saran

Penelitian ini masih terbatas pada lima ayat *ẓulm al-nafs* dalam Tafsir al-Misbah, sehingga masih terbuka peluang bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian serupa dengan mengkaji seluruh ayat *ẓulm al-nafs* dalam Al-Qur'an, membandingkan penafsiran Quraish Shihab dengan mufasir lain, atau mengkajinya dari perspektif tafsir psikologi secara lebih mendalam.

Bagi para konselor, praktisi kesehatan mental, pendidik, dan orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan untuk mengintegrasikan pendekatan spiritual berbasis Al-Qur'an dalam penanganan kasus *self-harm* serta dijadikan landasan dalam memberikan pendidikan karakter dan kesehatan mental kepada generasi muda, sehingga mereka memiliki benteng spiritual yang kuat dalam menghadapi tekanan hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Naeem, Abdulaziz Bin Jamal. "Health guidelines in the Holy Qur'an." *Edelweiss Applied Science and Technology* 8, no. 6 (2024)
- Anam, Masrul. "EKSPLANASI SEBAB-SEBAB PUTUS ASA MENURUT AL-QUR'AN." *Al-I'jaz : Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah dan Keislaman* 4, no. 1 (2022)
- Aziz, A. N. dan Rahmatullah, A. S. "Cutting Behavior in the Perspective of Islamic Psychology." *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 8, no. 2 (2022).
- Chapman, A. L. "Dialectical Behavior Therapy: Current Indications and Unique Elements." *Psychiatry (Edgmont)* 3, no. 9 (2006).
- Fatimah, Siti Layli, dan Achmad Khudori Soleh. *Agama dan makna hidup dalam perspektif logoterapi Viktor Frankl*. 2025.
- Geulayov, Galit, Navneet Kapur, Pauline Turnbull, dkk. "Epidemiology and Trends in Non-Fatal *Self-harm* in Three Centres in England, 2000–2012: Findings from the Multicentre Study of *Self-harm* in England." *BMJ Open* 6, no. 4 (2016)
- Gratz, Kim L., dan Lizabeth Roemer. *Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale*. 26, no. 1 (2004).
- Hawton, Keith, Joan Fagg, Sue Simkin, Elizabeth Bale, dan Alison Bond. "Deliberate *Self-harm* in Adolescents in Oxford, 1985–1995." *Journal of Adolescence* 23, no. 1 (2000)
- Hawton, Keith, dan Anthony James. "Suicide and deliberate self harm in young people." *BMJ : British Medical Journal* 330, no. 7496 (2005)
- Hawton, Keith, Kate Ea Saunders, dan Rory C. O'Connor. "*Self-harm* and Suicide in Adolescents." *The Lancet* 379, no. 9834 (2012)
- Ibn Faris, Abu Husain Ahmad Ibn Zakariyah. *Maqayis al-Lughah*, Juz III. Cet. II. Mesir: Mustafa al-Baby al-Halaby, 1971.
- Izzati, Adilah Julia Suma, Ika Wijayanti, dan Latifa Dinar Rahmani Hakim. "Perilaku Self-Harm pada Generasi Muda dalam Interaksi Sosial di Kota Mataram." *Populis: Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik* 20, no. 1 (2025).
- Kandar, Kandar, Dessy Dwi Cahyaningrum, dan Rian Kusuma Dewi. "Manajemen Individu dengan Resiko Self-Harm: Mengelola Resiko dan Bahayanya pada Diri Sendiri." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 12, no. 1 (2023)
- Klonsky, E. David. "The Functions of Deliberate Self-Injury: A Review of the Evidence." *Clinical Psychology Review* 27, no. 2 (2007)

- Klonsky, E. David, dan Jennifer J. Muehlenkamp. "Self-injury: A Research Review for the Practitioner." *Journal of Clinical Psychology* 63, no. 11 (2007)
- Kusumadewi, Andrian Fajar, Bambang Hastha Yoga, Sumarni Sumarni, dan Silas Henry Ismanto. "Self-harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm." *Jurnal Psikiatri Surabaya* 8, no. 1 (2020)
- Muhammad Ali, Sitti Asiqah Usman Ali, Abd. Bashir Fatmal, dan La Ode Ismail Ahmad. "A Review of the Prophetic Hadith on Suicide and Its Implications for Prevention among Adolescents." *NUKHBATUL 'ULUM: Jurnal Bidang Kajian Islam* 10, no. 2 (2024)
- Mukhtaruddin, Ali Mukmin, Selsa Ramadhani, Ali Mukmin, Verry Agustari, dan Aidil Saputra. "SELF-HARM DALAM QS. AZ-ZUMAR AYAT 53: PENDEKATAN TAFSIR MAQASHIDI." *JIQTA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 1 (2025)
- Munawwir, Ahmad Warson. *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia*. Yogyakarta: Pustaka Progressif, 1984.
- Murdiyanto, Dr Eko. *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Aplikasi disertai Contoh Proposal*. Yogyakarta: LP2M UPN "Veteran" Yogyakarta Press, 2020.
- Nasution, Fenty Zahara, dan Selly Angraini. "GAMBARAN PERILAKU SELF HARM PADA REMAJA." *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan* 1, no. 1 (2021).
- Nock, Matthew K. "Self-Injury." *Annual Review of Clinical Psychology* 6, no. 1 (2010)
- Quarshie, Emmanuel Nii-Boye, dan Allan House. "Definition and Terminology." Dalam *Self-Harm*, 1 ed., oleh Emmanuel Nii-Boye Quarshie dan Allan House. Oxford University Press Oxford, 2025
- Sari, Milya, dan Asmendri Asmendri. "Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA." *Natural Science* 6, no. 1 (2020)
- Setiawan, Rahmadi Agus. "Corak Penafsiran Muhammad Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah." *Mushaf Journal: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Hadis* 3 (2023).
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jilid 1,3,5,6,8,10,11. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Suharyat, Yayat dan Asiah, Siti. "Metodologi Tafsir Al-Misbah." *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian dan Inovasi* 2, no. 5 (2025).
- Surahman, Winarcho. *Pengantar Penelitian Ilmiah*. Bandung: Tarsito, 1980.

- Van Orden, Kimberly A., Tracy K. Witte, Kelly C. Cukrowicz, Scott R. Braithwaite, Edward A. Selby, dan Thomas E. Joiner. "The Interpersonal Theory of Suicide." *Psychological Review* 117, no. 2 (2010)
- Wartini, Atik. "Corak Penafsiran M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misbah." *Hunafa: Jurnal Studia Islamika* 1, no. 1 (2014).
- Widiana, I. G. P. dan Wirawan, I. M. A. "Perilaku Self-harm pada Remaja Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial." *Jurnal Psikologi Udayana* 7, no. 2 (2020).
- Wolff, Jennifer C., Elizabeth Thompson, Sarah A. Thomas, dkk. "Emotion Dysregulation and Non-Suicidal Self-Injury: A Systematic Review and Meta-Analysis." *European Psychiatry* 59 (Juni 2019)
- Wrycza, Ida Maya Teresa, dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati. "Faktor-faktor yang Memengaruhi Self-Injury pada Remaja." *JURNAL PSIKOLOGI MANDALA* 8, no. 1 (2024)

